

Foro educativo municipal  
Secretaría de Educación de Pitalito

# Habilidades socioemocionales: oportunidades pedagógicas para los maestros

21 de octubre 2022



# | ¿Quién soy?



¡Hola!

Soy Julietha Oviedo Correa  
Docente e investigadora  
Psicóloga. Magíster en Educación

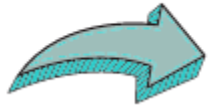
# | ¿De qué hablaremos?



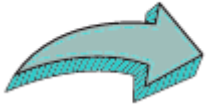
- 1 ¿Qué son las habilidades/competencias socioemocionales?
- 2 ¿Cómo podemos promoverlas pedagógicamente?
- 3 ¿Cuáles oportunidades pedagógicas identificamos?

# Un poco de contexto

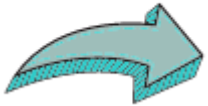
Estar en la escuela no garantiza el aprendizaje.



El mundo enfrenta una crisis del aprendizaje, si bien los países aumentaron el acceso a la educación, estar en la escuela no es lo mismo que aprender.



La productividad del 56% de los niños y niñas del mundo será de menos de la mitad de lo que podría ser si recibieran una educación de calidad.



Antes de la pandemia de COVID-19, ya había una crisis de aprendizaje, 258 millones de niños en edad escolar no asistían a la escuela.



La crisis del aprendizaje persiste porque muchos sistemas educativos del mundo en desarrollo tienen poca información de cuáles son los estudiantes que están aprendiendo y cuáles no.

# | Conceptos claves



## ¿Qué son las habilidades/competencias emocionales?

"El conocimiento, las actitudes y las habilidades necesarias para entender y manejar las emociones, determinar y alcanzar objetivos, sentir y mostrar empatía, establecer y mantener relaciones positivas y tomar decisiones responsables".

Casel.org (2018)

"Conjunto de habilidades, destrezas y conocimientos que permiten: reconocer y generar respuestas positivas ante las emociones propias y las de los demás; actuar de manera constructiva, democrática e inclusiva en la sociedad, ser autónomos en la toma de decisiones y ejercer nuestros derechos".

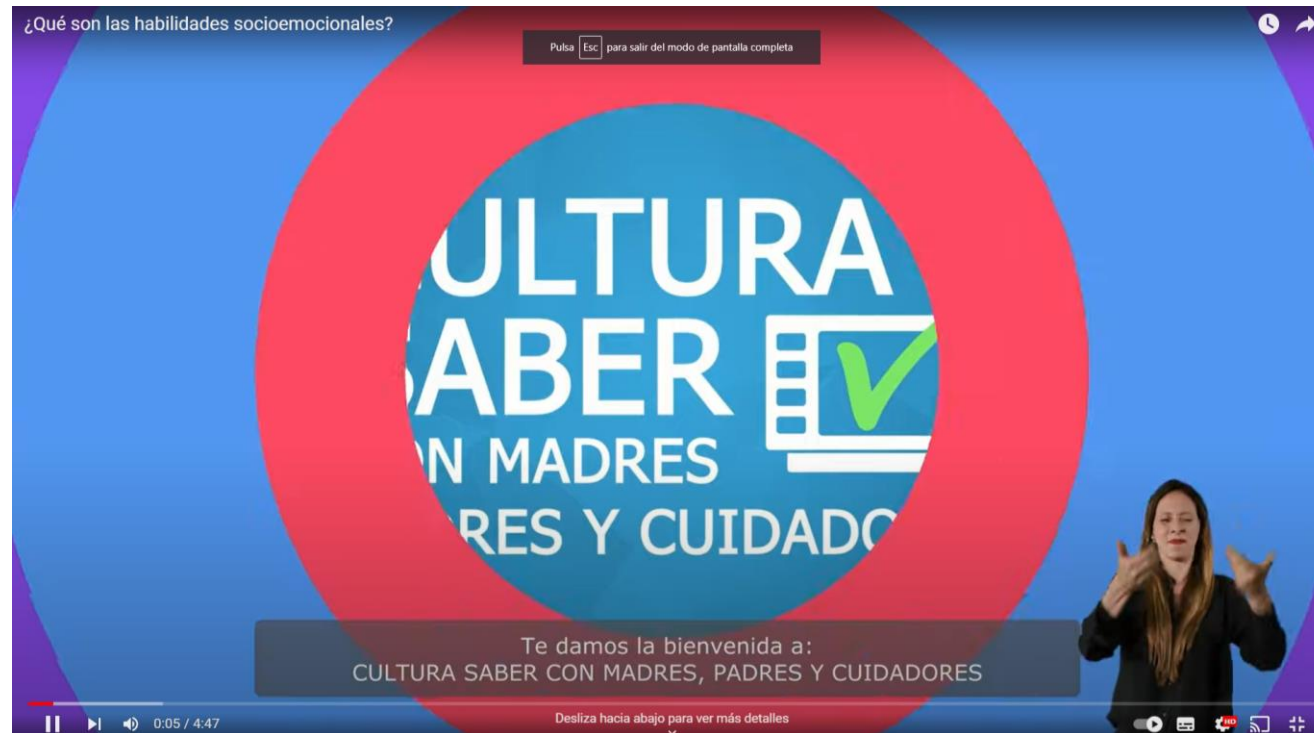
MEN (2020)

# Algunos recursos

1

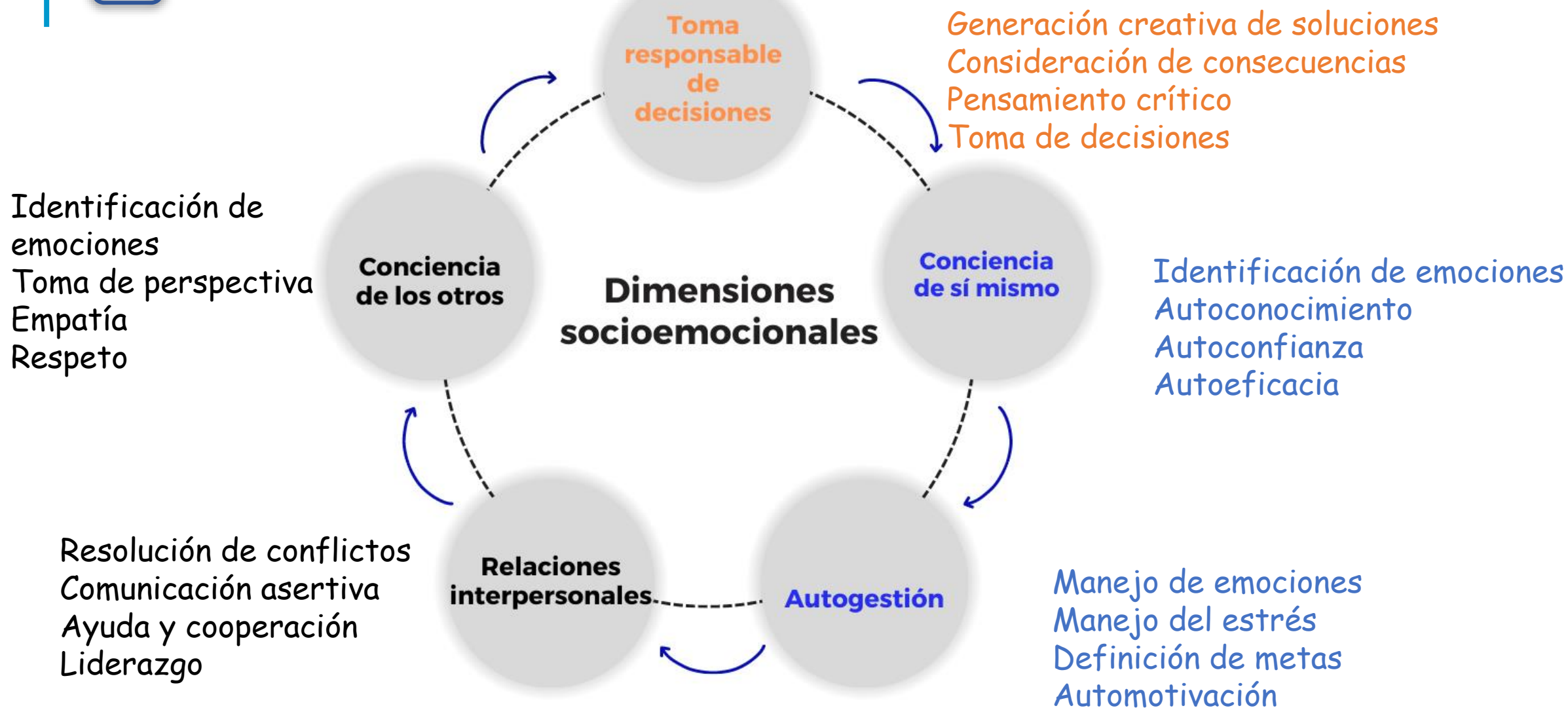
¿Qué son las habilidades/competencias emocionales?

Video multimedia para trabajar con las familias y/o cuidadores.



2

¿Cómo podemos promoverlas pedagógicamente?



# Principios pedagógicos



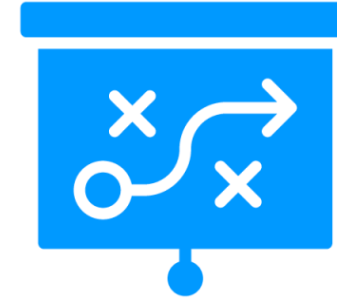
*Aprender haciendo  
(Dewey, Piaget)*

- ✓ Aprendizaje a través del error.
- ✓ Mentalidad de crecimiento.
- ✓ Persistencia.



*Aprendizaje significativo  
(Ausubel, Perkins, Pink)*

- ✓ Conexión con conocimientos previos.
- ✓ Construcción de sentido.



*Andamiaje  
(Vygotsky)*

- ✓ Interacción.
- ✓ Zona de desarrollo próximo.
- ✓ Retroalimentación.



¿Preguntas?

3

## ¿Cuáles oportunidades pedagógicas identificamos?

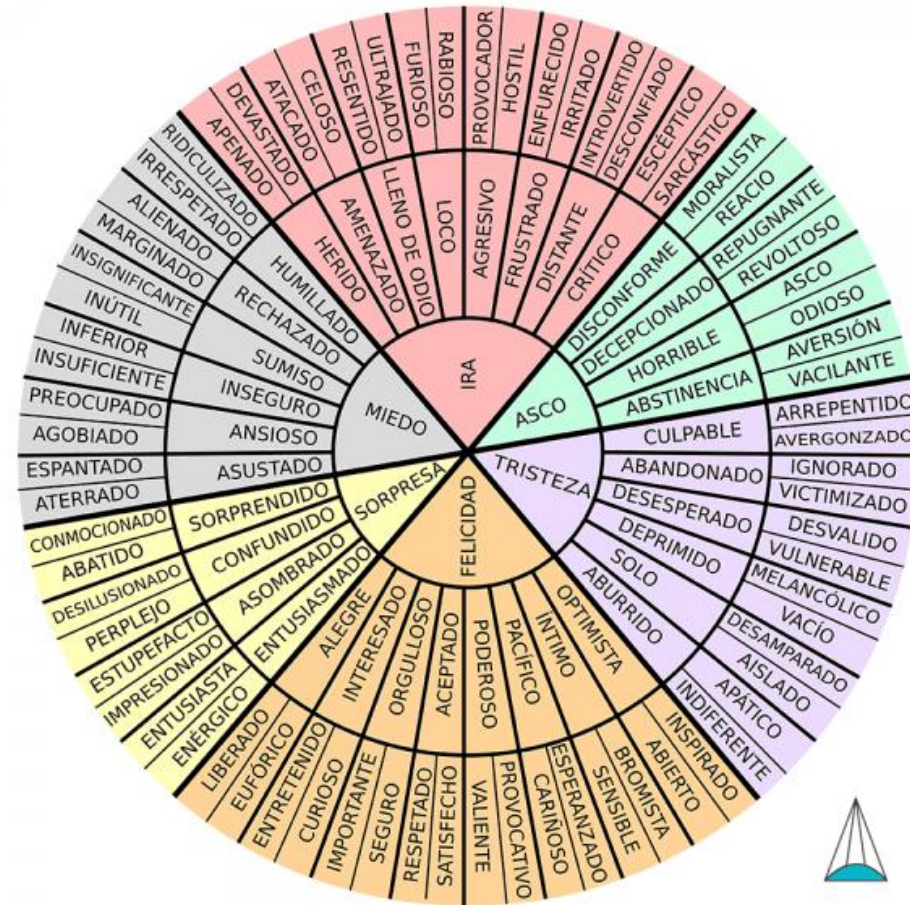


Identificación de emociones  
Autoconocimiento

¡Hágalo primero consigo mismo!

- ✓ *Pregunte a sus estudiantes qué emociones están experimentando.*
- ✓ *Ayúdelos a ampliar su vocabulario emocional.*
- ✓ *Invítelos a indagar cuáles son los juicios (valoraciones, creencias, ideas) que los han llevado a experimentar esas emociones.*
- ✓ *Anímelos a cuestionar la precisión, certeza de esas ideas.*

# ¿Cómo llegaron hoy nuestros estudiantes?



### 3

## ¿Cuáles oportunidades pedagógicas identificamos?



Identificación de emociones  
Empatía  
Toma de perspectiva

¡Hágalo primero consigo mismo!

- ✓ *Narre historias reales de personas que están pasando por un momento difícil. Podemos iniciar con ejemplos de personas cercanas y luego con lejanas (personas que viven en otros países con diferencias culturales al nuestro).*
- ✓ *Pregunte a sus estudiantes qué emociones están experimentando esas personas (aquí ampliamos nuestro vocabulario emocional).*
- ✓ *Invite a los estudiantes a revisar qué emociones experimentan ellos al escuchar esas historias.*
- ✓ *Pueden hacer un ejercicio de "enviar" simbólicamente Buenos Deseos.*

# EJERCICIO

## MEDITACIÓN DE LA BONDAD

*Que puedan mis seres queridos sentirse seguros.*

*Que puedan mis seres queridos estar sanos.*

*Que puedan el cuerpo y la mente de mis seres queridos estar bien.*

*Que puedan mis seres queridos estar en paz.*

*Que puedan las personas con las que tengo problemas sentirse seguros.*

*Que puedan las personas con las que tengo problemas estar sanos.*

*Que pueda el cuerpo y la mente de las personas con las que tengo problemas estar bien.*

*Que puedan las personas con las que tengo problemas estar en paz.*

*Que puedan todos los seres estar seguros.*

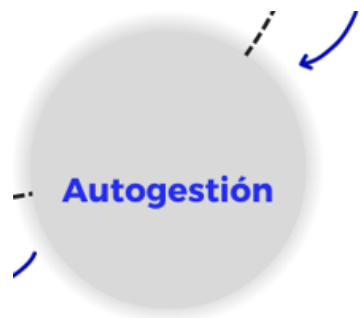
*Que puedan todos los seres estar sanos.*

*Que puedan el cuerpo y la mente de todos los seres estar bien y en paz.*

*Que puedan el cuerpo y la mente de todos los seres estar en paz.*

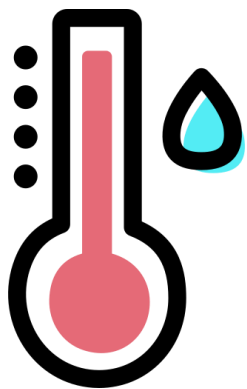
3

## ¿Cuáles oportunidades pedagógicas identificamos?



Manejo de emociones  
Manejo del estrés

¡Hágalo primero consigo mismo!



- ✓ Se invita a utilizar la metáfora del termómetro para identificar cuando una emoción es muy intensa (me puede hacer daño a mí y a los demás).
- ✓ Explore diferentes alternativas que podemos usar para llegar a la calma, detenernos en momentos críticos y luego expresar las emociones o ideas. No hay una receta cada ser humano identifica un recurso diferente para llegar a la calma, las estrategias son diferentes, el docente puede explorarlo.
- ✓ Haga seguimiento continuo sobre cuáles estrategias están siendo útiles.

# Algunos recursos

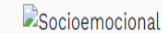
Lun, 02/05/2022 - 10:23

**Respira, piensa y expresa.**



## Recursos educativos de Tinta.org

### Socioemocional



A continuación, encontrarás contenido muy valioso que puedes utilizar en tu quehacer diario. Navegalo con la tranquilidad de estar frente a temas actualizados y recursos de alta alta calidad.

- Practicar la escucha consciente: <https://tinta.org/recurso/escucha-consciente1>
- Técnicas para el manejo de ansiedad: <https://tinta.org/recurso/manejo-de-la-ansiedad>
- Conciencia plena a través de actividades cotidianas: <https://tinta.org/recurso/mindfulness-en-la-cotidianidad>
- Guía de autoconocimiento: <https://tinta.org/recurso/me-conozco>
- Explorar pasiones e intereses: <https://tinta.org/recurso/mis-pasiones-e-intereses>
- Manejo de conflictos: <https://tinta.org/recurso/la-ira-de-eco> con su video: <https://www.youtube.com/watch?v=7CM2fuliakc> (en español) y <https://youtu.be/WFO35wzYIO4> (en inglés)
- El mandala de mis sueños: <https://tinta.org/recurso/el-mandala-de-mis-suenos>

# | Algunos recursos

## Mindfulness (Atención plena)



[Qué hacemos](#) ▾ [Programas](#) ▾ [Noticias](#) ▾ [Nosotros](#) ▾ [Testimonios](#)

### RESPIRA en Colombia

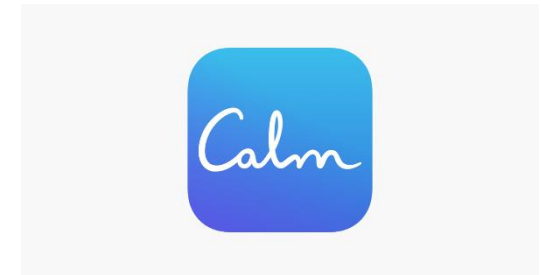
RESPIRA en Colombia se inspira en la posibilidad de una humanidad más consciente y compasiva. Somos una organización líder dedicada al desarrollo personal por medio de estrategias de construcción de paz y formaciones basadas en la práctica de Atención Plena.

Desde 2014, promovemos la práctica de **Atención Plena** con cuatro programas focalizados:



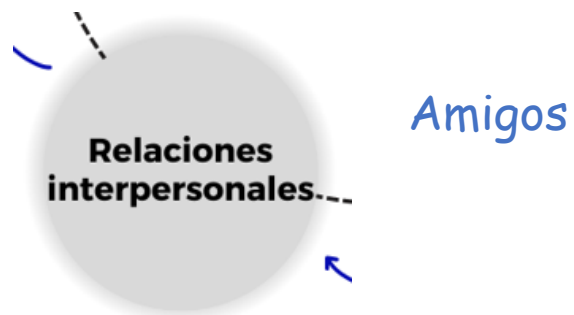
# Algunos recursos

## Otras aplicaciones



### 3

## ¿Cuáles oportunidades pedagógicas identificamos?

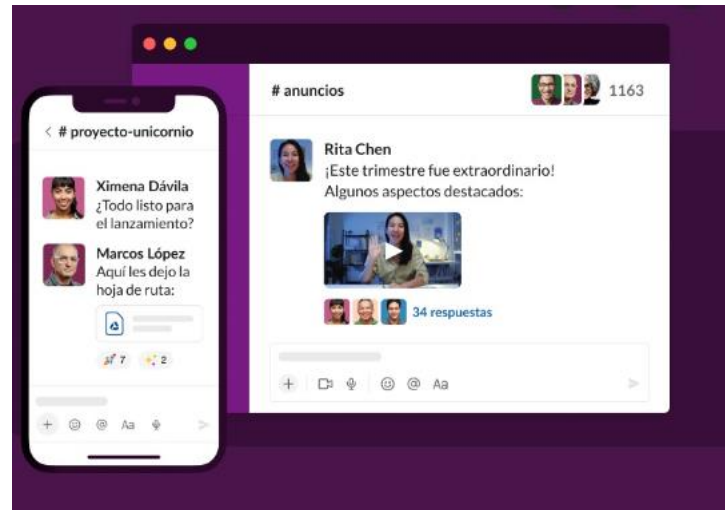


¡Hágalo primero consigo mismo!

- ✓ Diferencie entre el distanciamiento físico y el aislamiento social.
- ✓ Explorar redes de conexión entre estudiantes (grupos de whatsapp, equipos, redes sociales, aplicaciones que inviten a la interacción).
- ✓ Hablemos sobre las redes sociales y su buen uso.
- ✓ Propicie espacios de interacción social para sus estudiantes, círculos de conversación, horas de descanso, horas de dirección de grupo.
- ✓ Ofrezca total atención a los estudiantes que más lo requieran, aquellos que permanecen en silencio, no expresan muchas cosas, comentan alguna situación difícil.

# | Algunos recursos

Otras aplicaciones sin usar el  
número de celular



Google Meet

### 3

## ¿Cuáles oportunidades pedagógicas identificamos?



Generación creativa de soluciones  
Consideración de consecuencias  
Pensamiento crítico  
Toma de decisiones

¡Hágalo primero consigo mismo!

- ✓ *Identifique problemas contemporáneos controversiales.*
- ✓ *Anime a los estudiantes a investigar sobre posibles alternativas de solución, que los lleve a cuestionar sus fuentes de información.*
- ✓ *Analizar los pro y contra de cada alternativa.*
- ✓ *Toma de decisiones poniendo en una balanza el cuidado de sí mismo y el cuidado de los otros.*

Emplee algunas frases como ""

"Aquí estoy para ti"

"Está bien no estar bien y sentirse en ocasiones mal"

"Espero poder ser un apoyo para ti cuando decidas  
hablar"

"La dificultad por la que atraviesas en este momento  
eventualmente pasará y te sentirás mejor"



# CONFIANZA



## Desde la acogida y la armonización

- ❑ Es fundamental **recobrar la confianza** de la escuela como escenario protector (espacios de sensibilización con padres).
- ❑ **Motivar a los estudiantes** para que sientan que su institución los acoge y los recibe en las mejores condiciones posibles.
- ❑ La pandemia pudo haber cambiado la configuración de las familias; pueden haber experimentado pérdidas. **Entender las diferencias** permite contextualizar la manera de reencontrarnos.
- ❑ Generar espacios de **escucha activa con los niños, niñas y jóvenes** (¿cómo viven los momentos de crisis?, ¿qué aprendemos?) para enfocar el trabajo desde los saberes previos y las experiencias..
- ❑ El **fortalecimiento de habilidades socioemocionales** es fundamental, prepare actividades de reconocimiento y reencuentro que favorezcan las interacciones (Emociones para la Vida).

# ¿Qué logramos?



# ¿Preguntas?



「 muchas gracias. 」

*[Juliethalexandra.oviedo@unir.net](mailto:Juliethalexandra.oviedo@unir.net)*