

Introducción al Aprendizaje Social y Emocional

NOVEMBER 20, 2020

@caselorg | #QueEsSEL



CASEL CARES INITIATIVE
Connecting the SEL Community

El aprendizaje social y emocional (SEL) es parte íntegra de la educación y el desarrollo humano. SEL es el proceso cual todos los jóvenes y adultos adquieren y aplican los conocimientos, las habilidades y las actitudes para desarrollar identidades saludables, manejar las emociones, lograr metas personales y colectivas, sentir y mostrar empatía por los demás, establecer y mantener relaciones de apoyo, y hacer decisiones responsables y afectuosas.

SEL promueve la equidad y la excelencia educativa a través de asociaciones auténticas entre la escuela, la familia, y la comunidad. Eso establece entornos y experiencias de aprendizaje que presentan relaciones de confianza y colaboración, un plan de estudios e instrucción rigurosa y significativa, y una evaluación continua. SEL puede ayudar a abordar diversas formas de inequidad, capacitar a los jóvenes y adultos para co-crear escuelas prósperas y contribuir a comunidades seguras, saludables, y justas.

BENEFICIOS de SEL...

Décadas de investigaciones demuestran los siguientes beneficios de SEL:



Mejoramiento de las habilidades, actitudes, relaciones sociales y emocionales de los estudiantes, rendimiento académico, y percepciones del aula y el clima escolar



Disminución de ansiedad, problemas de conducta y el abuso de substancias de los estudiantes



Mejoramiento a largo plazo de habilidades, actitudes, comportamientos sociales y rendimiento académico

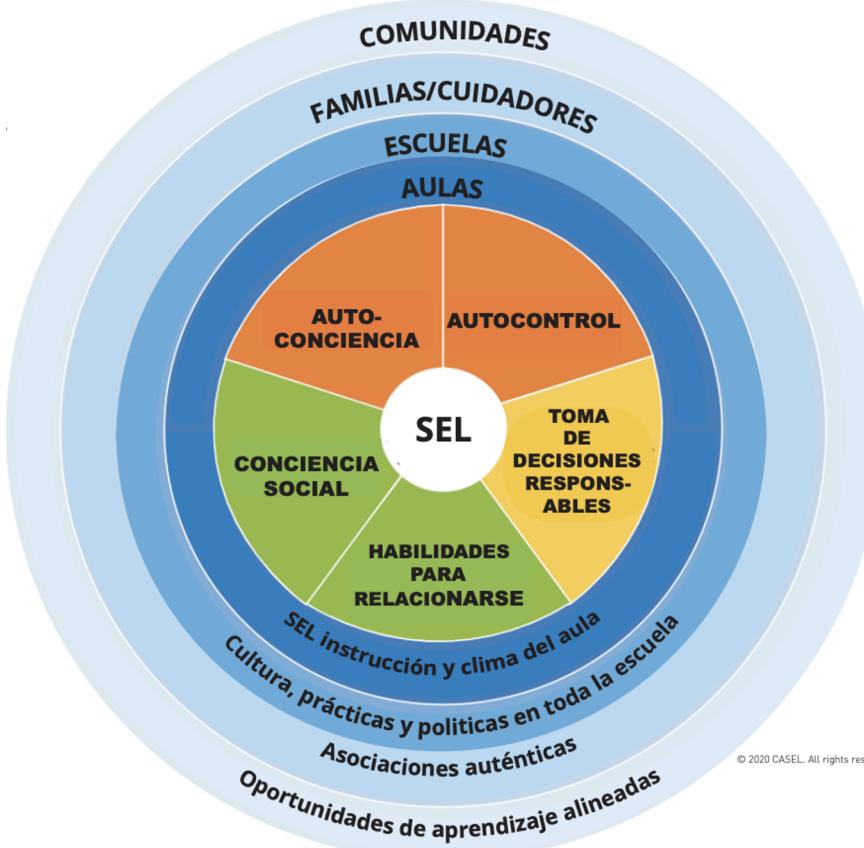


Rendimientos positivos y consistentes con la Inversión financiera.

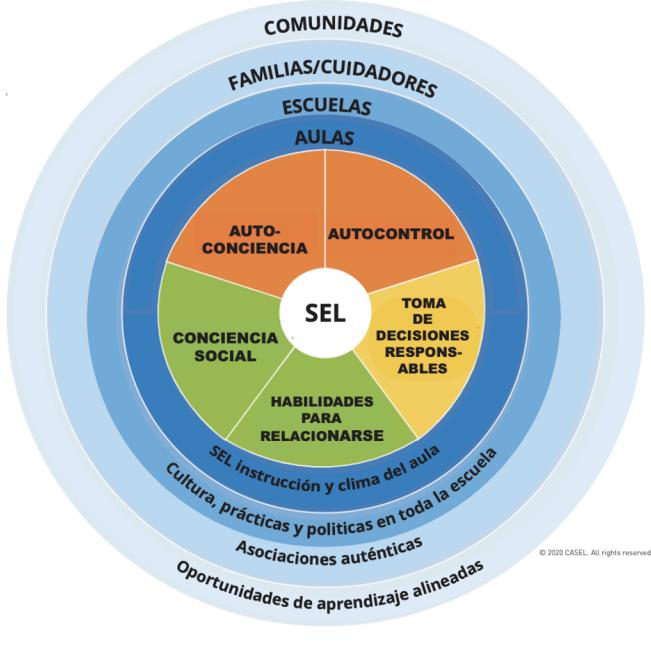
El CASEL 5...

Cinco áreas de competencia interrelacionadas:

- *Autoconciencia*
- *Autocontrol*
- *Conciencia social*
- *Habilidades para relacionarse*
- *Toma de decisiones responsables*



AUTOCONCIENCIA



Habilidades para comprender emociones propias, pensamientos, valores y cómo influyen en el comportamientos en distintos contextos. Esto incluye la capacidad de reconocer fortalezas y limitaciones con un sentido de confianza y propósito bien fundamentado.

Por ejemplo:

- Integrar identidades personales y sociales
- Identificar fortalezas personales, culturales y lingüísticos
- Identificar emociones personales
- Demostrar honestidad e integridad
- Vincular sentimientos, valores y pensamientos
- Examinar prejuicios y tendencias negativas
- Desarrollar autoeficacia
- Mantener una mentalidad de crecimiento
- Desarrollar intereses y sentido de propósitos

Mentalidades fijas vs Crecimiento de docentes, directores y administradores

El fracaso es el límite de mis habilidades.

No me gusta que me desafíen.

MENTALIDAD FIJA

Mi potencial está predeterminado.

Los comentarios y opiniones son personales.

Me apego a lo que sé.



El fracaso es una oportunidad para crecer.

Los desafíos me ayudan a crecer.

MENTALIDAD DE CRECIMIENTO

Me inspira el éxito de los demás.

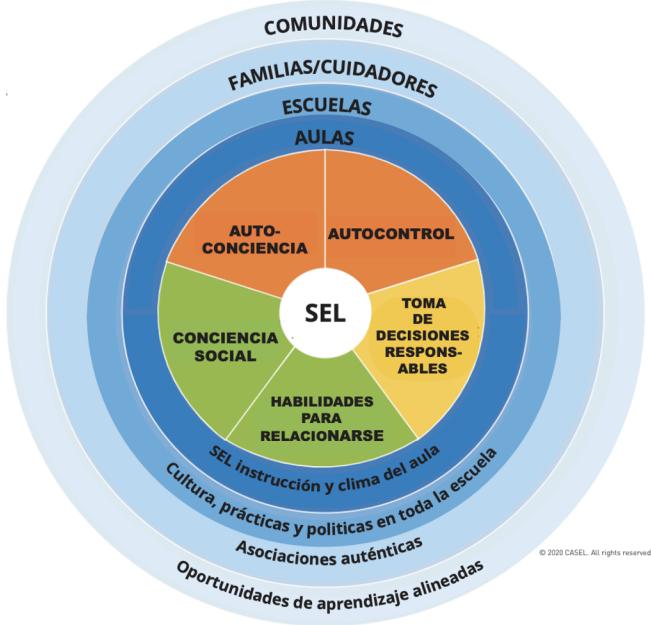
La retroalimentación es constructiva.

Me gusta probar cosas nuevas.



Una cultura de mentalidad de crecimiento motiva

AUTOCONTROL



Habilidades para manejar las propias emociones, pensamientos, y comportamientos propios de manera efectiva en diferentes situaciones para lograr metas y aspiraciones. Esto incluye la capacidad de posponer gratificaciones, manejar estrés y sentir motivación y voluntad para lograr metas personales y colectivas.

Por ejemplo:

- Manejar emociones personales
- Identificar y aplicar estrategias de autocontrol
- Mostrar autodisciplina y automotivación
- Establecer metas personales y colectivas
- Usar habilidades organizativas y de planificación
- Mostrar valor de tomar iniciativas
- Demostrar fuerza de voluntad personal y de la colectiva

Lo que hace Atención Plena

**Sin Atención
Plena**

Estímulo



Reacción

**Con Atención
Plena**

Estímulo



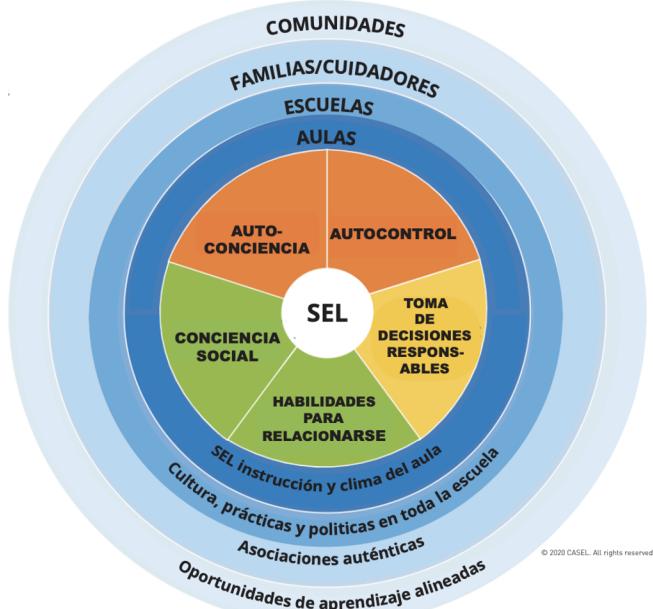
Atención
Plena



Reacción

Atención Plena crea espacio, reemplazando las reacciones impulsivas con respuestas reflexivas.

CONCIENCIA SOCIAL

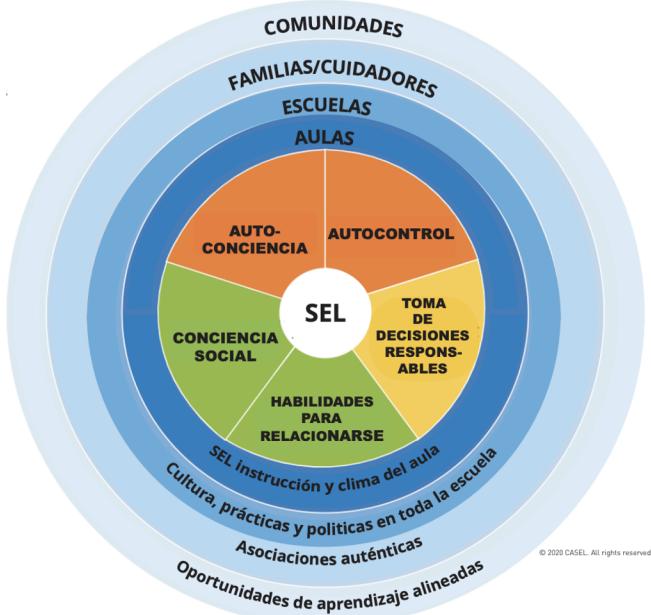


Capacidad de comprender perspectivas y empatías con los demás, incluyendo aquellos de diversos orígenes, culturas y contextos. Esto incluye la capacidad de sentir compasión por los demás, comprender normas históricas y sociales más amplias de comportamiento en diferentes entornos, y reconocer los recursos y apoyos de la familia, la escuela, y la comunidad.

Por ejemplo:

- Tomar la perspectivas de otros
- Reconocer las fortalezas de los demás
- Demostrar empatía y compasión
- Mostrar preocupación por sentimientos de los demás
- Comprender y expresar gratitud
- Identificar diversas normas sociales
- Reconocer demandas y oportunidades
- Entender influencias de organizaciones y sistemas sobre comportamientos

HABILIDADES PARA RELACIONARSE

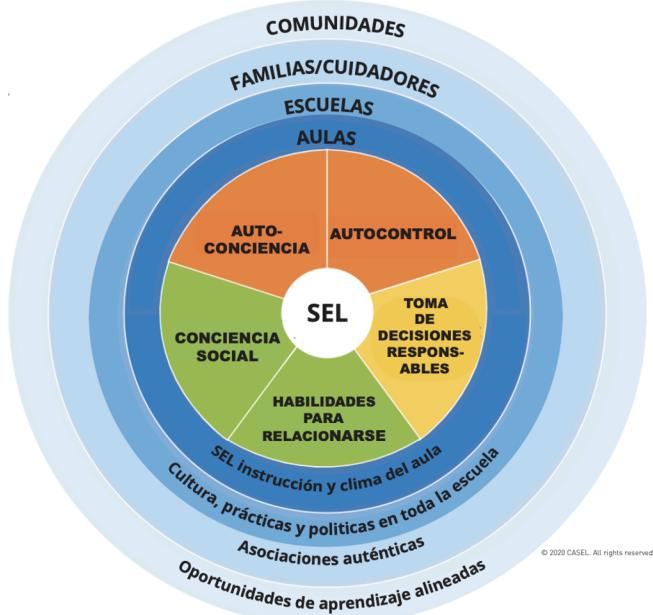


Capacidad para establecer y mantener relaciones saludables y de apoyo, para navegar eficazmente en entornos con individuos y grupos. Esto incluye la capacidad para comunicarse claramente, escuchar activamente, cooperar, trabajar en colaboración para resolver problemas y negociar conflictos de manera constructiva, navegar en entornos con diferentes exigencias y oportunidades sociales y culturales, proporcionar liderazgo, y buscar u ofrecer ayuda cuando sea necesaria.

Por ejemplo:

- Comunicar efectivamente
- Desarrollar relaciones positivas
- Demostrar competencia cultural
- Practicar el trabajar en equipo y resolver problemas en colaboración
- Resolver conflictos constructivamente
- Resistir presiones sociales negativas
- Buscar o ofrecer apoyo y asistencia cuando sea necesario
- Defender los derechos de los demás

TOMA DE DECISIONES RESPONSABLES



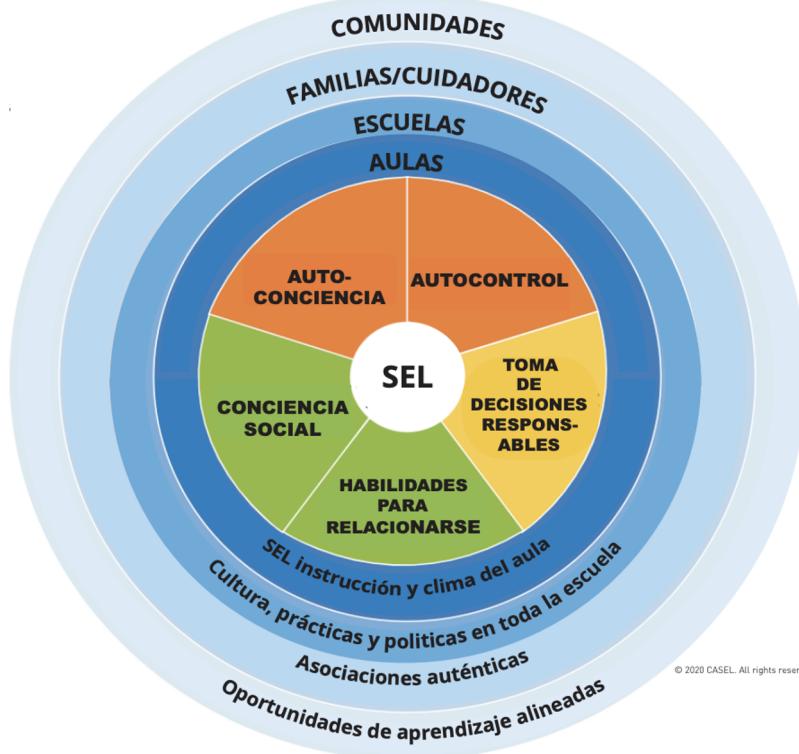
Capacidad de hacer decisiones responsables sobre comportamientos personales y interacciones sociales en diversas situaciones. Esto incluye capacidad para considerar normas éticas y problemas de seguridad, y evaluar los beneficios y consecuencias de diversas acciones para el bienestar personal, social y colectivo.

Por ejemplo:

- Demostrar curiosidad y mentalidad abierta
- Identificar soluciones para problemas personales y sociales
- Hacer un juicio razonable después de analizar información
- Anticipar y evaluar consecuencias de acciones personales
- Reconocer que el pensamiento crítico es útil dentro y fuera de la escuela
- Evaluar impactos personales, interpersonales, comunitarios e institucionales

Los Entornos Clave...

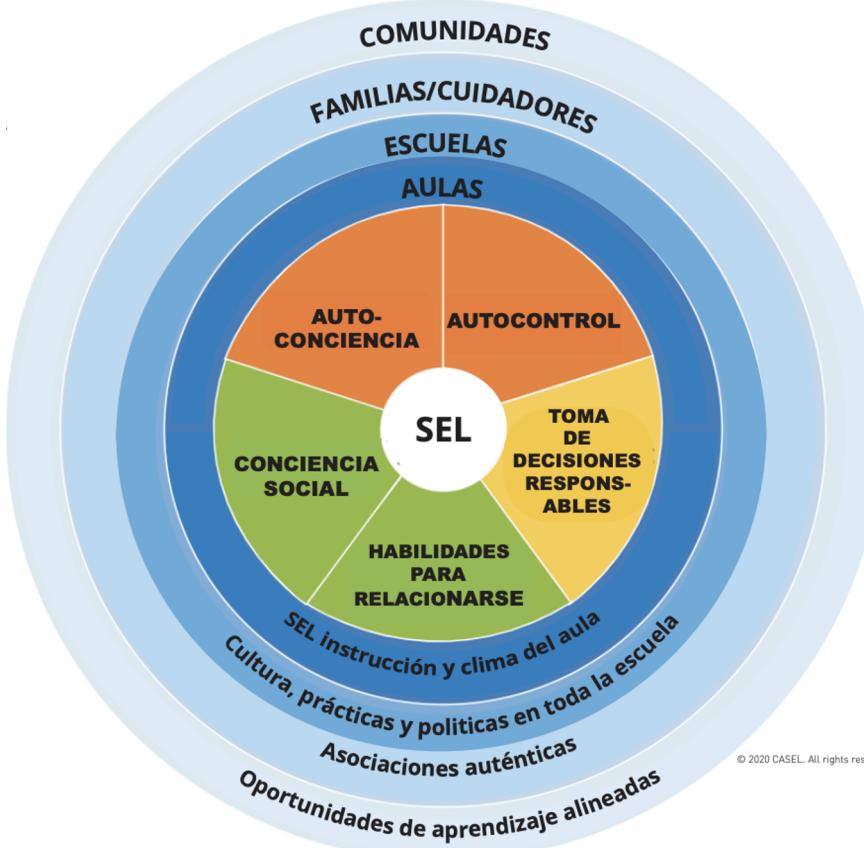
Nuestro marco enfatiza la importancia de establecer entornos de aprendizaje equitativos y coordinar prácticas en *aulas, escuelas, familias, y comunidades* para mejorar el aprendizaje social, emocional y académico de todos los estudiantes.



El CASEL 5...

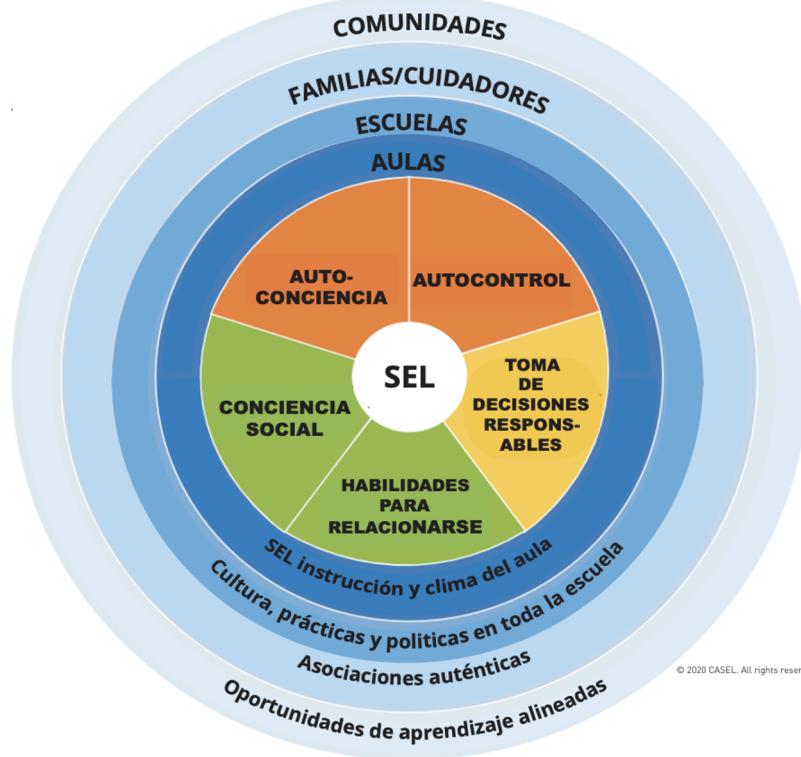
Cinco áreas de competencia interrelacionadas:

- *Autoconciencia*
- *Autocontrol*
- *Conciencia social*
- *Habilidades para relacionarse*
- *Toma de decisiones responsables*

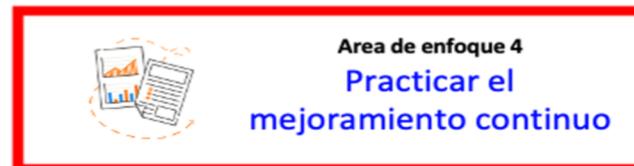


Los Entornos Claves...

Nuestro marco enfatiza la importancia de establecer entornos de aprendizaje equitativo y coordinar prácticas en *aulas*, *escuelas*, *familias*, y *comunidades* para mejorar el aprendizaje social, emocional y académico de todos los estudiantes.



Teoría de acción de CASEL para una implementación efectiva





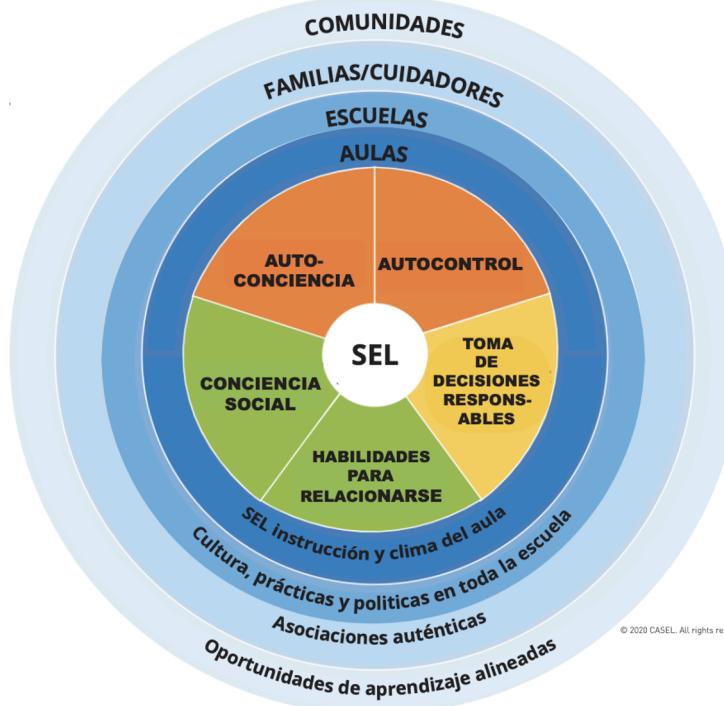
Guía CASEL para el aprendizaje social y emocional en toda la escuela

<https://schoolguide.casel.org>

@caselorg
#QueEsSEL



10 Indicadores de SEL Escolar



- | | |
|-----------|---|
| AULA |  Instrucción SEL explícita |
| ESCUELA |  SEL integrado con instrucción académica |
| FAMILIA |  Voz de los jóvenes y participación |
| COMUNIDAD |  Clima de apoyo en la escuela y el aula |
| AULA |  Énfasis en SEL para adultos |
| ESCUELA |  Disciplina positiva |
| FAMILIA |  Un continuo de apoyos integrados |
| COMUNIDAD |  Alianzas auténticas con las familias |
| AULA |  Alianzas armoniosas con la comunidad |
| ESCUELA |  Sistemas para el progreso continuo |