

Somos Normalistas, somos Nuestra Historia

La educación socioemocional ganando terreno en la actualidad

Entrevista — Continuación

Presentamos la continuación de la entrevista a Emiliana Rodríguez Morales, quien es licenciada en Física por la UNAM, cuenta con una maestría en la Universidad de Harvard y actualmente es directora de Investigación de la Asociación Civil AtentaMente Consultores, A.C. Nos habló acerca de su trabajo desarrollando programas de habilidades sociales y emocionales. La primera parte puede ser leída en la sección de Somos Normalistas, somos Nuestra Historia en la gaceta [Somos Normalistas #6](#)

SN ¿Qué es la educación socioemocional?

Es un proceso de continuo aprendizaje en el que los individuos vamos desarrollando aptitudes, conocimientos y habilidades para:

1. Poder conocernos y tener una visión más clara y objetiva de quiénes somos.
2. Para regular nuestras emociones.
3. Para establecer relaciones constructivas basadas en la empatía y en la colaboración.
4. Para tomar decisiones autónomas y responsables.

SN ¿Por qué incluir el aspecto de Educación Socioemocional en el nuevo Modelo Educativo?

En los últimos años se han hecho investigaciones muy importantes que han revelado que la Educación Socioemocional predice éxito académico, mejora las relaciones interpersonales, previene conductas de riesgo y fomenta habilidades como el trabajo en equipo y colaborativo. Estos estudios también han dejado ver que las habilidades socioemocionales pueden desarrollarse con mayor facilidad en los primeros años de la infancia y en la adolescencia. Por lo tanto es muy benéfico poder invertir en el desarrollo de estas habilidades y así evitar muchas de las problemáticas actuales.

SN ¿De acuerdo a tu experiencia de qué manera pueden reforzar las escuelas formadoras de docentes el trabajo socioemocional?

La Educación Socioemocional se desarrolla principalmente a través de 2 vías:

Involucrándonos en actividades específicas que desarrollen la capacidad de pensar y sentir, por ejemplo: hacer ejercicios muy claros para poder identificar nuestras emociones.

Crear formas constructivas de regular las emociones, no reprimirlas, no dejarnos llevar por ellas.

La otra manera es a través de nuestras interacciones con los demás.

Las habilidades que poseemos las aprendimos con nuestra familia, de nuestros maestros, de las interacciones con nuestros compañeros, etc. Por lo tanto es muy importante que las personas que se están formando como docentes se involucren en actividades o programas para desarrollar primero las propias habilidades socioemocionales y que puedan entenderlas y transmitir las a los estudiantes a través del ejemplo.

Entonces el punto es: desarrollar mis habilidades y después implementar técnicas para ayudar a los estudiantes a potenciar sus propias habilidades de acuerdo a su nivel de desarrollo.

Asimismo, es importante que todos los actores de la comunidad escolar estén involucrados en las dinámicas y tener sesiones en conjunto.

SN ¿Qué les dirías a los jóvenes normalistas de todo el país que actualmente se encuentran formándose como docentes?

Que identifiquen aquellos retos que tienen actualmente en el salón de clases y reflexionen que muchos de esos retos se pueden resolver desarrollando habilidades socioemocionales.

También que recuerden a los docentes que les marcaron positivamente en su vida, ya que cuando pensamos en ellos, podemos encontrar que tenían muy desarrolladas sus habilidades socioemocionales, pues eran capaces de empatizar con nosotros y de crear ambientes de confianza.

Por lo tanto las habilidades socioemocionales los van a ayudar a generar un clima de aula positiva y potenciar el proceso de aprendizaje. Los invito a informarse más sobre el tema y a buscar más información sobre estas habilidades. En la institución en la que laboro tenemos recursos en nuestra página web: [atentamente.mx](#), a la que pueden acceder, así como también en [www.aprendizajesclave.sep.gob.mx](#)

Es importante que todos sepan que existen ya muchos programas de habilidades socioemocionales en el mundo, pero México es el primer país que las introduce en la currícula a nivel nacional. ■