



# Guía sobre aprendizaje social y emocional del Distrito de Servicios de Educación de Willamette

*Desarrollado por Education Northwest en colaboración con el Comité asesor de SEL de WESD.*

Diciembre de 2021

# Visión regional del aprendizaje social y emocional dentro del WESD

Esta sección ofrece un panorama general de la visión regional del aprendizaje social y emocional (*social and emotional learning, SEL*) del Distrito de Servicios de Educación de Willamette (*Willamette Education Service District, WESD*), sugerencias sobre cómo usar esta guía y un panorama general de las competencias, los estándares y los parámetros del SEL.

## Nuestra visión regional del aprendizaje social y emocional

- Las destrezas sociales y emocionales se integran en la instrucción académica y se practican durante toda la jornada escolar, con un entendimiento común sobre cómo el SEL fortalece el aprendizaje, la pertenencia y el bienestar.
- Las escuelas fomentan los entornos inclusivos y receptivos donde los estudiantes, los miembros del personal y las familias experimentan seguridad, conexión y pertenencia.
- Todos los miembros de la comunidad escolar, incluidos los adultos, desarrollan constantemente sus destrezas de SEL para respetar y afirmar las perspectivas culturales diversas de nuestras comunidades.

La Guía de SEL del WESD se desarrolló en colaboración con un comité asesor<sup>1</sup> de distritos y con socios para identificar una serie de elementos compartidos de liderazgo y prioridades comunitarias para promover el SEL por toda la región. El rol del WESD es proporcionar desarrollo profesional para apoyar a esta visión.

Figura 1. Apoyo del WESD para la visión regional del aprendizaje social y emocional



Fuente: Autores.

<sup>1</sup> Consulte en el Anexo A una lista de los miembros del Comité asesor del SEL del WESD.

## Cómo usar esta guía

La tabla que se incluye a continuación ofrece orientación específica para cada rol sobre cómo los administradores y educadores en la región del WESD pueden usar la información de esta guía para respaldar el aprendizaje social y emocional en su comunidad.

**Tabla 1. Sugerencias para usar la Guía de SEL del WESD, según el rol**

	Competencias, estándares y parámetros del SEL e investigaciones relacionadas (pág. 4)	Elementos para tener en cuenta por líderes escolares y de distrito (pág. 23)
<b>Líderes de distrito y escolares</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Establecer una visión compartida del aprendizaje social y emocional y la instrucción sostenible desde el punto de vista cultural.</li> <li>● Establecer normas, objetivos y un plan para la implementación de calidad.</li> <li>● Ofrecer lecciones y recursos que los educadores puedan usar para promover competencias específicas del aprendizaje social y emocional en las áreas de contenido.</li> <li>● Desarrollar destrezas de SEL para adultos mediante la oferta de formación profesional y ejemplificando las destrezas de SEL en las interacciones con los miembros del personal, los estudiantes, las familias y demás partes interesadas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Desarrollar conciencia y apoyo comunitarios al compartir la importancia del SEL para los logros académicos y el bienestar.</li> <li>● Usar estrategias de liderazgo para generar capacidad, apropiación compartida, un idioma común y asociaciones entre escuelas y organizaciones comunitarias.</li> <li>● Promover la formación y la mejora profesional continuas.</li> </ul>
<b>Equipos escolares</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Crear un plan con estrategias para incorporar la instrucción de SEL durante todo el día. Esto incluye apoyo de colegas o apoyo de orientación específico para la planificación conjunta, la ejemplificación y la reflexión sobre las estrategias educativas.</li> <li>● Planificar un calendario maestro de actividades por mes, por tema o por objetivo de la escuela (p. ej. destrezas de relacionamiento al principio del año escolar, autogestión en enero, persistencia en matemática, conciencia social en el patio de recreo).</li> <li>● Alinear vertical y horizontalmente la instrucción del SEL dentro de cada uno de los grados y entre todos ellos.</li> <li>● Proporcionar información concisa y ejemplificar las destrezas del SEL en interacciones con los miembros del personal, los estudiantes y los miembros de la comunidad.</li> <li>● Asociarse con las familias para alinear un SEL sostenible desde el punto de vista cultural en el hogar y en la escuela, aprovechando los valores de las familias. <a href="#">Los ejemplos</a> incluyen el desarrollo de un centro de recursos con y para las familias y la planificación de iniciativas de SEL constantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Identificar estrategias y recursos para establecer un sistema de SEL a través de la enseñanza, normas y prácticas de calidad y asociaciones con las familias y la comunidad.</li> </ul>
<b>Docentes en el salón de clase</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Entender la continuidad del desarrollo de las destrezas de SEL.</li> <li>● Identificar objetivos e incorporar destrezas de SEL en las lecciones.</li> <li>● Adquirir ideas para integrar el SEL con el contenido académico.</li> </ul>	

	Competencias, estándares y parámetros del SEL e investigaciones relacionadas (pág. 4)	Elementos para tener en cuenta por líderes escolares y de distrito (pág. 23)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar recursos, actividades y muestras de planes de lecciones del SEL.</li> <li>• Aprender acerca de la investigación sobre el SEL y compartir esta información con las familias y los miembros de la comunidad.</li> </ul>	

## Generalidades de las competencias, los estándares y los parámetros del SEL del WESD.

Figura 2. Ámbitos de competencia del SEL del WESD



Fuente: Adaptado de CASEL

### Principios del desarrollo

Los educadores tienen que ser conscientes de los cuatro principios clave del desarrollo en la implementación del SEL en sus escuelas.

1. *El desarrollo es un proceso dinámico y social.* Los estudiantes se desarrollan a través de su relacionamiento con los demás y con sus entornos, desempeñando un rol activo en su propio desarrollo y en el de los demás. El clima escolar positivo es la base del SEL al proporcionar oportunidades para que los educadores, los estudiantes y las familias aprendan juntos y unos de otros. Los adultos y los compañeros pueden ayudar a los estudiantes a reflexionar sobre sus destrezas de SEL y ofrecer la estructura y el apoyo necesarios para hacer crecer sus destrezas.

2. *La cultura y el contexto influyen en el desarrollo.* Los estudiantes entienden, usan y expresan destrezas de SEL de diferentes maneras, según los valores y normas de sus culturas, las expectativas del entorno y la seguridad y el apoyo que proporcionan los adultos y los compañeros. Las destrezas de SEL y las expectativas de cada educador fueron influidas por sus propias orientaciones culturales y experiencias de vida.
3. *Cada estudiante se desarrolla a su propio ritmo en el transcurso de su vida.* El desarrollo del SEL conlleva la aplicación de nuevas destrezas a una gama de entornos y situaciones que, con el tiempo, incrementan su diversidad y complejidad. Los estudiantes pueden avanzar en algunas áreas de competencia del SEL antes de avanzar en otras.
4. *El desarrollo social, emocional y cognitivo están interrelacionados.* El desarrollo en un área de competencia del SEL puede apoyar el desarrollo en otra. Las relaciones positivas sientan la base del SEL y del aprendizaje académico, ya que las personas deben sentirse seguras y apoyadas para aprender.






## Elementos importantes a tener en cuenta por parte de los educadores

- Estos parámetros reflejan las investigaciones sobre desarrollo cognitivo, social y emocional para ayudar a los educadores a diseñar objetivos y estrategias educativas acompañadas con la continuidad del desarrollo.
- Las destrezas de la continuidad del desarrollo son ejemplos de cómo pueden evolucionar los estudiantes a lo largo del tiempo. No obstante, cada estudiante es único y se desarrolla a su propio ritmo.
- Las destrezas y estrategias educativas de muestra en esta guía sugieren ideas para desarrollar, demostrar y poner en práctica las destrezas del SEL en formas sostenibles desde el punto de vista del desarrollo y cultural. No tienen como fin la evaluación.
- Los miembros del personal escolar pueden respaldar el SEL ofreciendo a cada estudiante un apoyo personalizado que se base en sus fortalezas y coincida con sus valores culturales, sus preferencias personales y sus habilidades actuales.

La Tabla 2 proporciona más detalles acerca de los estándares y los parámetros para cada ámbito de competencia, adaptados de las competencias del Colectivo para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional (*Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, CASEL*) y del abordaje de reconocimiento, comprensión, rotulado, expresión y regulación (*Recognizing, Understanding, Labeling, Expressing, Regulating, RULER*).<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Consultar en el Anexo B el cruce de los estándares del WESD con CASEL y RULER.

Competencia	Estándar	Parámetros
	<i>La habilidad de:</i>	<i>Demostrar:</i>
 <b>Destrezas de relacionamiento</b>	Establecer y mantener relaciones saludables, de apoyo y culturalmente sostenibles con diversas personas y grupos.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Destrezas de comunicación eficaces en distintos entornos, situaciones sociales y personas con antecedentes culturales, raciales, lingüísticos y sociales diversos.</li> <li>2. Formas de construir un clima escolar positivo y un sentido de comunidad.</li> <li>3. Estrategias para resolver conflictos en formas positivas y productivas que respeten las perspectivas culturales diversas.</li> </ol>
 <b>Autocontrol</b>	Regulación de los pensamientos, las emociones y las acciones en diferentes situaciones para lograr los objetivos y las aspiraciones.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Estrategias para regular las emociones, los pensamientos y las acciones en diferentes situaciones.</li> <li>2. Capacidad de planear, trabajar y lograr los objetivos y las aspiraciones personales.</li> </ol>
 <b>Conciencia de sí mismo</b>	Reconocimiento de las propias emociones, pensamientos, valores, fortalezas e identidades culturales y la forma en la que influyen sobre nuestras perspectivas de experiencias vividas, toma de decisiones y acciones.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conciencia de los vínculos entre las emociones, las ideas, los valores, los prejuicios, las decisiones y las acciones.</li> <li>2. Conciencia de las identidades personales y sociales en relación con la familia, la escuela y la comunidad ampliada.</li> <li>3. Conciencia de las fortalezas personales, los valores culturales, los intereses, las aspiraciones, los prejuicios y los ámbitos de crecimiento.</li> <li>4. Confianza en la capacidad propia de aprender, cambiar y tener éxito, incluida la capacidad de defenderse.</li> </ol>
 <b>Conciencia social</b>	Uso de las destrezas de adopción de perspectivas y de empatía al interactuar con personas de diversos antecedentes culturales, raciales, lingüísticos y sociales.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conciencia de las similitudes y las diferencias entre las perspectivas, emociones e identidades culturales propias y de los demás.</li> <li>2. Adopción de perspectivas, empatía y compasión hacia los demás.</li> <li>3. Conciencia de la influencia de la familia, la escuela y la comunidad sobre el pensamiento, la toma de decisiones y las acciones.</li> <li>4. Conciencia de que las normas sociales y culturales varían según los entornos, las situaciones sociales y al interactuar con personas de diversos antecedentes culturales, raciales, lingüísticos y sociales.</li> </ol>
 	Decisiones constructivas respecto a las acciones personales y a las interacciones sociales entre	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Capacidad de identificar un problema, evaluar las posibles soluciones e implementar la solución seleccionada.</li> </ol>

<p><b>Toma de decisiones responsable</b></p>	<p>entornos y situaciones sociales diversas.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Pensamiento crítico para analizar, evaluar e identificar soluciones éticas y culturalmente sostenibles para problemas personales y sociales empleando datos confiables.</li> <li>3. Toma de decisiones con responsabilidad ética y social mediante el análisis de datos confiables y teniendo en cuenta el bienestar propio y de los demás.</li> </ol>
--	--	--

**Tabla 2. Competencias, estándares y parámetros del SEL del WESD.**



# Destrezas de relacionamiento

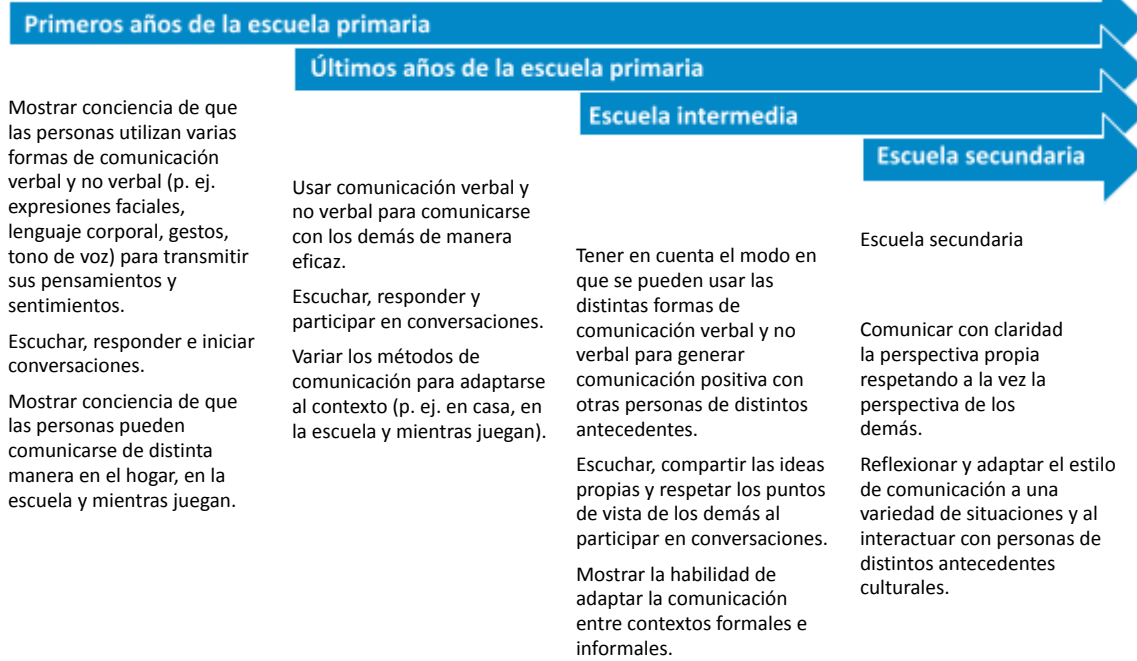
**Estándar:** Capacidad de establecer y mantener relaciones saludables, de apoyo y culturalmente sostenibles con diversas personas y grupos.

**Figura 3. Parámetros de destrezas de relacionamiento y continuidad de desarrollo con ejemplos de las destrezas de los estudiantes**

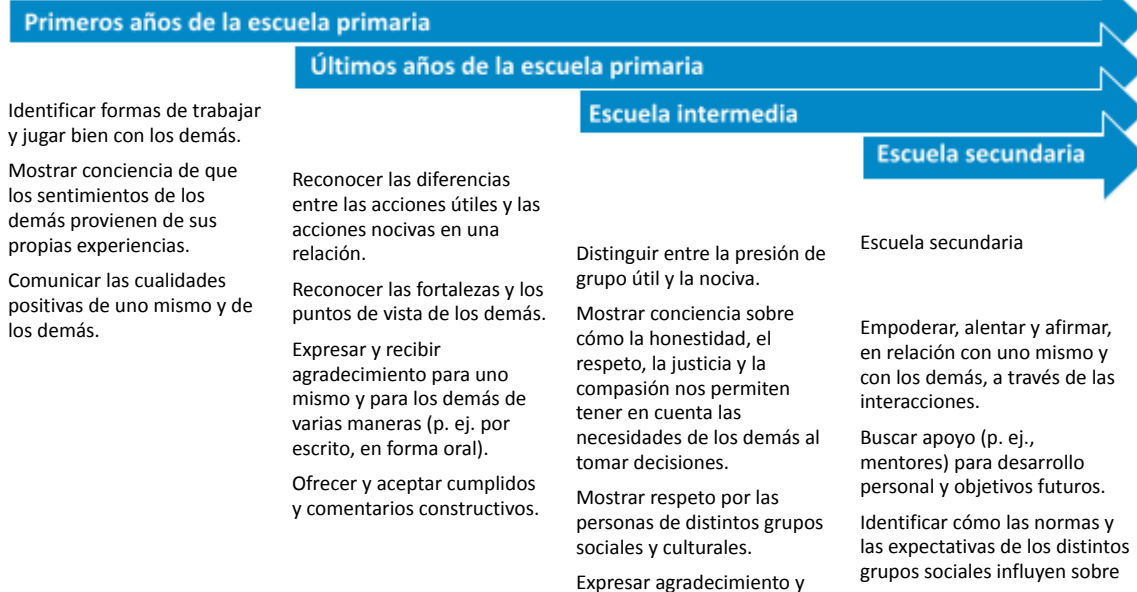
## Continuidad del desarrollo con ejemplos de las destrezas de los estudiantes<sup>a</sup>

Con el apoyo de adultos y compañeros de confianza, los estudiantes podrán demostrar sus destrezas de SEL a la vez que respetan y valoran a personas de diversos antecedentes culturales, raciales, lingüísticos y sociales.

**Parámetro 1:** Demostración de destrezas de comunicación eficaces en distintos entornos, situaciones sociales y personas con antecedentes culturales, raciales, lingüísticos y sociales diversos.



**Parámetro 2:** Demostrar formas de construir un clima escolar positivo y un sentido de comunidad.



comentarios constructivos hacia uno mismo y hacia los demás de varias maneras.

las decisiones y acciones personales y grupales.  
Expresar sistemáticamente gratitud y hacer comentarios constructivos, tanto en relación con uno mismo como con los demás, de varias maneras, en distintos entornos y situaciones y con personas y grupos diversos.

**Parámetro 3:** Demostrar estrategias para resolver conflictos en formas positivas y productivas que respeten las perspectivas culturales diversas.

**Primeros años de la escuela primaria**

**Últimos años de la escuela primaria**

**Escuela intermedia**

**Escuela secundaria**

Identificar problemas y mostrar conciencia de cómo el problema influye sobre nuestras emociones.

Turnarse para escuchar y responder a los demás.

Empezar a utilizar destrezas de resolución de problemas para resolver conflictos.

Usar estrategias para regular las emociones durante las interacciones desafiantes con las personas.

Responder a la ayuda de los adultos para resolver conflictos, según sea necesario.

Reconocer las causas y efectos de los conflictos, lo que incluye la manera en que nuestras acciones influyen sobre nuestras emociones y las de los demás.

Usar las destrezas de comunicación, escucha y resolución de problemas (p. ej. adopción de perspectivas, reconocimiento de valores y diferencias culturales, negociación, acuerdo, elaboración de un plan de acción sencillo) para resolver los conflictos con los demás.

Aplicar soluciones o estrategias para resolver un conflicto (p. ej. acuerdo, resarcimiento).

Pedir la ayuda de un adulto para resolver conflictos según sea necesario.

Identificar cómo influye el uso de las destrezas de resolución de conflictos en las emociones, las acciones y las interacciones con los demás.

Usar las destrezas de comunicación, escucha y resolución de problemas para solucionar conflictos con personas o en un grupo.

Entender que las personas pueden identificarse como miembros de distintos grupos culturales y cómo influye la identidad sobre las decisiones y las acciones.

Reconocer situaciones o personas irrespetuosas o nocivas.

Pedir ayuda a los adultos o a compañeros para resolver un conflicto con otras personas.

Identificar y evaluar los posibles desenlaces de la resolución de conflictos en distintas situaciones y entornos y con personas de distintos antecedentes culturales.

Usar múltiples estrategias en varios contextos para comunicar y resolver problemas de manera constructiva, con una persona o en grupo

Reconocer cómo influyen los prejuicios y los estereotipos en la resolución de problemas y conflictos.

Responder de manera eficaz a situaciones o personas irrespetuosas o nocivas.

Defender de manera eficaz las necesidades propias, como persona o como grupo.

a. Los ejemplos de esta sección se adaptaron de [Iowa's Social-Emotional Learning Competencies](#), [Montana Social Emotional Learning Competencies](#), [Tennessee K–12 Social and Personal Competencies Resource Guide](#) y de [Washington SEL Standards, Benchmarks, and Indicators](#).

## Destrezas de relacionamiento y muestra de estrategias para educadores según la franja de grados

Esta sección ofrece muestras de estrategias educativas y lecciones que los educadores pueden usar para apoyar las destrezas de relacionamiento en cada franja de grados (primeros años de la escuela primaria, últimos años de la escuela primaria, escuela intermedia y escuela secundaria).

**Tabla 3. Destrezas de relacionamiento en los primeros años de escuela primaria**

Destrezas del estudiante	Muestra de estrategias y recursos del educador
<p><b>Parámetro 1: Demostración de destrezas de comunicación eficaces en distintos entornos, situaciones sociales y personas con antecedentes culturales, raciales, lingüísticos y sociales diversos.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mostrar conciencia de que las personas utilizan varias formas de comunicación verbal y no verbal (p. ej. expresiones faciales, lenguaje corporal, gestos, tono de voz) para transmitir sus pensamientos y sentimientos.</li> <li>Escuchar, responder e iniciar conversaciones.</li> <li>Mostrar conciencia de que las personas pueden comunicarse de distinta manera en el hogar, en la escuela y mientras juegan.</li> </ul> <p><b>Parámetro 2: Demostrar formas de construir un clima escolar positivo y un sentido de comunidad.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar formas de trabajar y jugar bien con los demás.</li> <li>Mostrar conciencia de que los sentimientos de los demás provienen de sus propias experiencias.</li> <li>Comunicar las cualidades positivas de uno mismo y de los demás.</li> </ul> <p><b>Parámetro 3: Demostrar estrategias para resolver conflictos en formas positivas y productivas que respeten las perspectivas culturales diversas.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar problemas y mostrar conciencia de cómo el problema influye sobre nuestras emociones.</li> <li>Turnarse para escuchar y responder a los demás.</li> <li>Empezar a utilizar destrezas de resolución de problemas para resolver conflictos.</li> <li>Usar estrategias para regular las emociones durante las interacciones desafiantes con las personas.</li> </ul>	<p><b>Estrategias de enseñanza</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Facilitar <u>rondas de apertura</u> y reuniones matutinas para generar destrezas de comunicación.</li> <li>Enseñar y practicar destrezas de resolución de problemas en varias situaciones y con personas diferentes.</li> <li>Ayudar a los estudiantes a usar la resolución de problemas durante tiempos no estructurados, como en el recreo o durante el almuerzo (p. ej. tarjetas del recreo).</li> <li>Ofrecer oportunidades estructuradas para integrar el SEL en distintas áreas de contenido, tales como educación física, habilidades para usar la biblioteca, matemática y música (p. ej. resolver problemas en el patio de recreo, hacer armonías con varias voces).</li> <li>Durante instancias de lectura en voz alta, pedir a los estudiantes que hablen sobre cómo se sienten los distintos personajes basándose en sus interacciones con otros personajes.</li> <li>Planear formas de <u>hablar sobre estereotipos</u> con los estudiantes usando varias fuentes.</li> </ul> <p><b>Muestras de lecciones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leer Bob and Otto, de Robert O. Bruel (o usar el <u>video para lectura en voz alta</u>) y luego hablar sobre cómo y por qué a veces los amigos pasan tiempo separados.</li> <li>Mirar el video corto <u>The Fruit of Teamwork</u> (Los frutos del trabajo en equipo) y pedir a los estudiantes que creen un diálogo para la historia.</li> <li>Usar la unidad de Learning to Give (Aprender a dar) <u>Different! Diverse! Dynamic!</u> (¡Diferente, diverso, dinámico!) para generar conciencia sobre las diferencias entre las personas.</li> </ul>

- Responder a la ayuda de los adultos para resolver conflictos, según sea necesario.

**Tabla 4. Destrezas de relacionamiento en los últimos años de escuela primaria**

Destrezas del estudiante	Muestra de estrategias y recursos del educador
<p><b>Parámetro 1: Demostración de destrezas de comunicación eficaces en distintos entornos, situaciones sociales y personas con antecedentes culturales, raciales, lingüísticos y sociales diversos.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar comunicación verbal y no verbal para comunicarse con los demás de manera eficaz.</li> <li>• Escuchar, responder y participar en conversaciones.</li> <li>• Variar los métodos de comunicación para adaptarse al contexto (p. ej. en casa, en la escuela y mientras juegan).</li> </ul> <p><b>Parámetro 2: Demostrar formas de construir un clima escolar positivo y un sentido de comunidad.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocer las diferencias entre las acciones útiles y las acciones nocivas en una relación.</li> <li>• Reconocer las fortalezas y los puntos de vista de los demás.</li> <li>• Expresar y recibir gratitud por uno mismo y por los demás de varias maneras (p. ej. por escrito, en forma oral).</li> <li>• Ofrecer y aceptar cumplidos y comentarios constructivos.</li> </ul> <p><b>Parámetro 3: Demostrar estrategias para resolver conflictos en formas positivas y productivas que respeten las perspectivas culturales diversas.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocer las causas y efectos de los conflictos, lo que incluye la manera en que nuestras acciones influyen sobre nuestras emociones y las de los demás.</li> <li>• Usar las destrezas de comunicación, escucha y resolución de problemas (p. ej. adopción de perspectivas, negociación, acuerdo, elaboración de un plan de acción sencillo) para resolver los conflictos con los demás.</li> <li>• Aplicar soluciones o estrategias para resolver un conflicto (p. ej. acuerdo, resarcimiento).</li> <li>• Pedir la ayuda de un adulto para resolver conflictos según sea necesario.</li> </ul>	<p><b>Estrategias de enseñanza</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formar parejas de niños en las que los estudiantes de grados más altos lean a los estudiantes de grados más bajos y practiquen las destrezas con ellos.</li> <li>• Usar la lectura interactiva como una oportunidad para generar destrezas de relacionamiento. Por ejemplo, incorporar el medidor de estados de ánimo RULER (reconocimiento, comprensión, rotulado, expresión y regulación) para hablar sobre las emociones de los distintos personajes o representar lo que están haciendo o deberían hacer los personajes y por qué.</li> <li>• Incorporar actividades de equipo para crear un producto en colaboración.</li> <li>• Practicar la adopción de perspectivas mediante escenarios y representación de distintos personajes.</li> <li>• Usar herramientas de debate académico, tales como la enseñanza recíproca o el <u>tapete de debate académico</u> para fomentar debates productivos.</li> <li>• Proporcionar y desarrollar en cooperación frases para completar que fomenten el empleo de comentarios constructivos por parte de los estudiantes.</li> </ul> <p><b>Muestras de lecciones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar la lección de Granos SEL <u>A Time I Felt Grateful</u> (La vez que me sentí agradecido) para hablar sobre la gratitud.</li> <li>• Usar la lección de Granos de SEL <u>Another Way of Saying Thanks</u> (Otra forma de agradecer) para practicar formas no verbales de expresar gratitud.</li> <li>• <u>A Letter to Amy</u> (Carta para Amy) de Ezra Jacks Keats (o mirar el video para lectura en voz alta). Hablar sobre los motivos por los que las personas escriben cartas y practicar la escritura de cartas.</li> <li>• Usar la unidad de lectura, escritura y pensamiento (Read, Write, Think) titulada <u>Multiple Perspectives: Building Critical Thinking Skills</u> (Perspectivas múltiples: generación de destrezas de pensamiento crítico) para enseñar acerca de las distintas perspectivas a través de la alfabetización crítica y la ciencia.</li> </ul>

**Tabla 5. Destrezas de relacionamiento en la escuela intermedia**

Destrezas del estudiante	Muestra de estrategias y recursos del educador
<p><b>Parámetro 1: Demostración de destrezas de comunicación eficaces en distintos entornos, situaciones sociales y personas con antecedentes culturales, raciales, lingüísticos y sociales diversos.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tener en cuenta el modo en que se pueden usar las distintas formas de comunicación verbal y no verbal para generar comunicación positiva con otras personas de distintos antecedentes.</li> <li>Escuchar, compartir sus ideas propias y respetar los puntos de vista de los demás al participar en conversaciones.</li> <li>Mostrar la habilidad de adaptar la comunicación entre contextos formales e informales.</li> </ul> <p><b>Parámetro 2: Demostrar formas de construir un clima escolar positivo y un sentido de comunidad.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Distinguir entre la presión de grupo útil y la nociva.</li> <li>Mostrar conciencia sobre cómo la honestidad, el respeto, la justicia y la compasión nos permiten tener en cuenta las necesidades de los demás al tomar decisiones.</li> <li>Mostrar respeto por las personas de distintos grupos sociales y culturales.</li> <li>Expresar agradecimiento y comentarios constructivos hacia uno mismo y hacia los demás de varias maneras.</li> </ul> <p><b>Parámetro 3: Demostrar estrategias para resolver conflictos en formas positivas y productivas que respeten las perspectivas culturales diversas.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar cómo influye el uso de las destrezas de resolución de conflictos en las emociones, las acciones y las interacciones con los demás.</li> <li>Usar las destrezas de comunicación, escucha y resolución de problemas para solucionar conflictos con personas o en un grupo.</li> <li>Entender que las personas pueden identificarse como miembros de distintos grupos culturales y cómo influye la identidad sobre las decisiones y las acciones.</li> <li>Reconocer situaciones o personas irrespetuosas o nocivas.</li> </ul>	<p><b>Estrategias de enseñanza</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ofrecer comentarios y aliento explícitos para ayudar a los estudiantes a forjar nuevas relaciones con sus compañeros.</li> <li>Facilitar oportunidades para que los estudiantes representen distintos roles, trabajando en grupos pequeños, con apoyo estructurado de los adultos, antes de trabajar de manera independiente como equipo.</li> <li>Facilitar actividades de generación intencional de destrezas de relacionamiento durante clases en ronda o debates, practicando instancias de hablar y de escuchar.</li> <li>Crear entre todos las normas de la clase, preguntando a los estudiantes qué los hace sentirse seguros y respaldados, incluyendo un abordaje restaurador para responder a situaciones en las que no se sigan las normas.</li> <li>Usar lectura interactiva para aprender destrezas de resolución de problemas y conflictos en colaboración.</li> <li>Planear y desarrollar en conjunto con otros maestros unidades o lecciones sobre temas relacionados y expresar de qué manera los maestros usaron las destrezas para crear lecciones alineadas.</li> <li>Leer textos en primera persona sobre estudiantes que viven actividades y situaciones cotidianas típicas. Hablar sobre las normas sociales no escritas y cómo se desarrollan, se mantienen y se rompen. Hablar sobre el razonamiento detrás de las normas y las acciones.</li> </ul> <p><b>Muestras de lecciones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Usar la lección de Granos de SEL <a href="#">36 Questions to Help Kids Make Friends</a> (36 preguntas para ayudar a los niños a hacer amigos).</li> <li>Incorporar <a href="#">Thanks! A Strengths-Based Gratitude Curriculum for Tweens and Teens</a> (¡Gracias!: plan de estudios basado en la gratitud para preadolescentes y adolescentes) del Greater Good Science Center.</li> <li>Mirar el corto de Pixar <i>“For the Birds”</i> (Para pajaritos). Hablar sobre cómo se comunicaban los pájaros, cómo las conductas individuales y grupales llevaron a las consecuencias y qué se logró a través del trabajo en equipo.</li> <li>Usar la lección de Oregon Public Broadcasting <a href="#">Culture, What You See and What You Don’t</a></li> </ul>

- Pedir ayuda a los adultos o a compañeros para resolver un conflicto con otras personas.

(Cultura: lo que se ve y lo que no) para presentar culturas y perspectivas de uno mismo y de la sociedad, y contemplar cómo la cultura moldea a las personas.

**Tabla 6. Destrezas de relacionamiento en la escuela secundaria**

Destrezas del estudiante	Muestra de estrategias y recursos del educador
<p><b>Parámetro 1: Demostración de destrezas de comunicación eficaces en distintos entornos, situaciones sociales y personas con antecedentes culturales, raciales, lingüísticos y sociales diversos.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicar con claridad la perspectiva propia respetando a la vez la perspectiva de los demás.</li> <li>• Reflexionar y adaptar el estilo de comunicación a una variedad de situaciones y al interactuar con personas de diversos antecedentes culturales.</li> </ul> <p><b>Parámetro 2: Demostrar formas de construir un clima escolar positivo y un sentido de comunidad.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Empoderar, alentar y afirmar, en relación con uno mismo y con los demás, a través de las interacciones.</li> <li>• Buscar apoyo (p. ej., mentores) para desarrollo personal y objetivos futuros.</li> <li>• Identificar cómo las normas y las expectativas de los distintos grupos sociales influyen sobre las decisiones y acciones personales y grupales.</li> <li>• Expresar sistemáticamente gratitud y hacer comentarios constructivos, tanto a uno mismo como a los demás, de varias maneras, en distintos contextos y con personas y grupos diversos.</li> </ul> <p><b>Parámetro 3: Demostrar estrategias para resolver conflictos en formas positivas y productivas que respeten las perspectivas culturales diversas.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar y evaluar los posibles desenlaces de la resolución de conflictos en distintas situaciones y entornos y con personas de distintos antecedentes culturales.</li> <li>• Usar múltiples estrategias en varios contextos para comunicar y resolver problemas de manera constructiva, con una persona o en grupo</li> <li>• Reconocer cómo influyen los prejuicios y los estereotipos en la resolución de problemas y conflictos.</li> <li>• Responder de manera eficaz a situaciones o personas irrespetuosas o nocivas.</li> </ul>	<p><b>Estrategias de enseñanza</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar roles específicos en trabajos de grupo.</li> <li>• Ofrecer oportunidades, a través del aprendizaje de servicio o la investigación de acciones, para que los estudiantes identifiquen temas que les importan, tanto en la escuela como en la comunidad, y colaboren para trabajar al respecto.</li> <li>• Ofrecer capacitación y orientación a los estudiantes para que se brinden apoyo entre compañeros, poniendo en práctica la resolución de conflictos y la justicia restauradora.</li> <li>• Usar literatura, arte, cine y música para generar debates en clase sobre cómo influyen la identidad personal y las experiencias vividas en la interacción social (p. ej. practicar destrezas de adopción de perspectivas).</li> <li>• Incorporar textos que narren hechos históricos y debatir sobre las perspectivas de los personajes.</li> </ul> <p><b>Muestras de lecciones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar la lección de Learning for Justice (Aprender para la justicia) <a href="#">‘Bibi’ Lesson 3: The Power of Letter Writing: Enhancing Communication and Understanding</a> (Lección 3 de “Bibi”: El poder de escribir cartas: mejora de la comunicación y el entendimiento) para promover el poder de escribir cartas. Esta película analiza la manera en que una persona joven sale del clóset y le dice a su padre que es gay.</li> <li>• Usar la lección de Granos de SEL <a href="#">Earthrise: Cultivating Global Citizenship</a> (Earthrise: cultivo de la ciudadanía global) como parte de una lección sobre ciencias de la tierra o astronomía.</li> <li>• Incorporar <a href="#">Thanks! A Strengths-Based Gratitude Curriculum for Tweens and Teens</a> (¡Gracias!: plan de estudios basado en la gratitud para preadolescentes y adolescentes) del Greater Good Science Center.</li> <li>• Usar la lección del Peace Corps (Cuerpo de Paz) <a href="#">Everyone Has a Culture - Everyone is Different</a> (Todo el mundo tiene una cultura - Todo el mundo es diferente) para identificar cómo influye la cultura en la conducta y en la comprensión de los demás.</li> </ul>

- Defender de manera eficaz las necesidades propias, como persona o como grupo.

## Investigación sobre la enseñanza de destrezas de relacionamiento

### ¿Qué necesitan saber los educadores sobre las destrezas de relacionamiento?

**Las destrezas de relacionamiento son fundamentales para el éxito, tanto en la escuela como en la vida.**

Las relaciones dirigen todos los aspectos del desarrollo social, emocional y cognitivo. Si bien las primeras relaciones con los cuidadores primarios sientan la base, los estudiantes desarrollan sus destrezas de relacionamiento en la escuela, a través de las interacciones diarias con sus compañeros y con los miembros del personal de la escuela. Los estudiantes usan destrezas de relacionamiento para comunicar pensamientos e ideas, colaborar con otros en proyectos y tareas y dar y pedir ayuda. Las interacciones informales en el autobús, en los pasillos y en el comedor ofrecen oportunidades adicionales para que los estudiantes practiquen la colaboración, la resolución de conflictos y la comunicación productiva.

**Las relaciones positivas son la base de un clima escolar que fomente un sentimiento de pertenencia, conexión y aprendizaje para todos los miembros.**

Todo aprendizaje es social. Las relaciones entre los educadores, los estudiantes y sus familias son fundamentales para el involucramiento, la vinculación, el progreso académico y las destrezas en el lugar de trabajo. Los estudiantes son agentes de su propio desarrollo y contribuyen al desarrollo de sus compañeros y de sus educadores. Los estudiantes desempeñan un rol activo en la creación colectiva de climas en la clase y en la escuela e influyen en el nivel de vinculación con la escuela. Las relaciones entre compañeros constituyen un contexto clave del desarrollo, en especial durante la adolescencia. Los compañeros pueden ser tanto una fuente de apoyo como una fuente de presión negativa. Los estudiantes pueden ayudarse unos a otros a resistir los estereotipos y las conductas riesgosas; por ejemplo, los estudiantes pueden intentar impedir que sus compañeros falten a clase o fumen.

**La enseñanza de destrezas de relacionamiento debe tener en cuenta cómo influyen los valores y normas culturales en las relaciones de los estudiantes con los miembros de la familia, sus compañeros y sus educadores.**

Los estudiantes desarrollan relaciones a través de un proceso complejo e interactivo, moldeado por las normas y valores culturales de su escuela y de su hogar. Las diferencias en las normas culturales influyen sobre las relaciones de los estudiantes con sus compañeros, incluidos sus vínculos con los grupos de compañeros, los valores que guían sus amistades y las estrategias que eligen para manejar los conflictos. Por ejemplo, las familias con una orientación cultural individualista tal vez enseñen a los niños a valorar la autonomía, a defenderse y a tomar decisiones que hagan avanzar su propio éxito. En contraste, las familias con una orientación cultural colectivista podrían percibir estas destrezas como groseras y enseñar en cambio a sus hijos a tener humildad, a ser colaboradores y a ayudar a los demás. Los estereotipos raciales, étnicos, de género y culturales también moldean las relaciones de los estudiantes con sus compañeros y con sus educadores. La decisión de creer o no en los estereotipos influye sobre los grupos sociales y las interacciones de compañeros. Entender las diversas experiencias vividas de los estudiantes, al igual que las normas sociales y las tensiones

dentro de la comunidad escolar es fundamental para enseñar destrezas de relacionamiento sostenibles culturalmente.

### **Los educadores pueden ayudar a estudiantes de todas las edades a refinar sus destrezas de relacionamiento.**

En la escuela primaria, los educadores pueden proporcionar orientación y apoyo para ayudar a los estudiantes a adaptarse a una variedad más amplia de entornos sociales fuera del hogar, reflexionar sobre las similitudes y diferencias entre ellos y los demás, desarrollar amistades en torno a intereses y objetivos comunes, expresar los sentimientos de manera eficaz y demostrar empatía. Durante la escuela intermedia y la escuela secundaria, los educadores pueden ayudar a los estudiantes a desarrollar la introspección y las destrezas necesarias para mantener relaciones más complejas, ya que las relaciones entre compañeros se tornan más fluidas y dinámicas y reciben la influencia de redes sociales más amplias. Los educadores también pueden ayudar a los estudiantes adolescentes a ampliar el repertorio de destrezas de relacionamiento para incluir relaciones con mentores, empleadores y otras personas que puedan ayudarlos a perseguir sus intereses y objetivos.

### **¿Qué pueden hacer los educadores para promover las destrezas de relacionamiento?**

Crear un entorno de aprendizaje afectuoso, de reafirmación cultural, donde todos los estudiantes se sientan seguros y tengan oportunidades de desarrollar relaciones positivas con adultos y compañeros.

#### **Construir relaciones positivas entre estudiantes y educadores.**

- Asegurar que cada alumno tenga una relación positiva con al menos un miembro del personal de la escuela.
- Tomarse el tiempo de hablar con los estudiantes de manera individual.
- Comunicar las altas expectativas y apoyar los éxitos individuales.
- Asegurarse de que los miembros del personal y los estudiantes pronuncien y usen el nombre de preferencia de cada alumno de manera correcta.
- Suscitar y usar la representación y la voz del alumno en la toma de decisiones.

#### **Crear relaciones positivas dentro de la comunidad escolar.**

- Ofrecer oportunidades para que todos los miembros de la comunidad escolar aprendan más unos sobre otros (p. ej. intereses compartidos, aspiraciones, pasatiempos, tradiciones, ideas para fortalecer la comunidad).
- Crear oportunidades para que los estudiantes se involucren en:
- Actividades que requieren interacción social, como por ejemplo aprendizaje cooperativo, aprendizaje basado en proyectos, tutorías de compañeros y círculos restauradores.
- Debates personales y grupales sobre temas que les importan.
- Liderazgo y toma de decisiones colectiva respecto a los asuntos de la escuela y de la clase.
- Crear en colaboración normas que se aseguren de que las interacciones sociales y académicas, la expectativas y las rutinas sean relevantes y sostenibles culturalmente.
- Cultivar y monitorear de manera intencional y proactiva el clima de la escuela, para promover una cultura positiva entre compañeros, y abordar sin tardanza cada conflicto ni bien surja.
- Crear un espacio para que los miembros del personal reflexionen, juntos, sobre cómo apalancar intencionalmente las relaciones entre compañeros para fortalecer la vinculación en la escuela.

**Enseñar destrezas de relacionamiento a través de la instrucción específica, dando el ejemplo y orientando durante toda la jornada escolar.**

- Reservar tiempo para la enseñanza explícita de destrezas de relacionamiento utilizando estrategias de SEL basadas en la evidencia o en el plan de estudios.
- Incluir una reflexión sobre las destrezas del SEL en las lecciones académicas (p. ej. informar sobre la efectividad de las estrategias de colaboración al final de un proyecto de grupo).
- Usar textos y actividades de representación de roles adecuados para la edad para ayudar a los estudiantes a practicar estrategias de comunicación y aplicar estas destrezas a situaciones sociales cada vez más complejas o nuevas.
- Enseñar, dar ejemplo y reconocer a los estudiantes cuando utilizan destrezas que promueven relaciones positivas y sostenibles culturalmente (p. ej. expresar gratitud, perdonar, compartir emociones, adoptar otras perspectivas, elogiar a otras personas).
- Facilitar oportunidades para que los estudiantes resuelvan sus diferencias, desarrollen relaciones interculturales y practiquen las destrezas que necesitan para mantener estas relaciones (p. ej. dar ejemplo de cómo desentrañar estereotipos y abordar los prejuicios en sus interacciones).

**Asegurarse de que la instrucción de destrezas de relacionamiento tenga en cuenta los valores culturales, la edad de desarrollo y las situaciones sociales del estudiante.**

- Pedir a las familias que compartan sus valores culturales, los atributos que valoran en sus hijos y sus opiniones respecto a las relaciones (p. ej. normas sociales, relaciones con maestros o compañeros, forma de manejar los conflictos).
- Alinear la instrucción de destrezas de relacionamiento con el desarrollo y las preferencias de los estudiantes.
- Ofrecer oportunidades seguras para que los estudiantes compartan y hablen acerca de las experiencias escolares positivas y los desafíos que estén atravesando (p. ej. presión de grupo, agresividad en relaciones, diferencias de valores culturales entre el hogar y la escuela).



# Destrezas de autocontrol

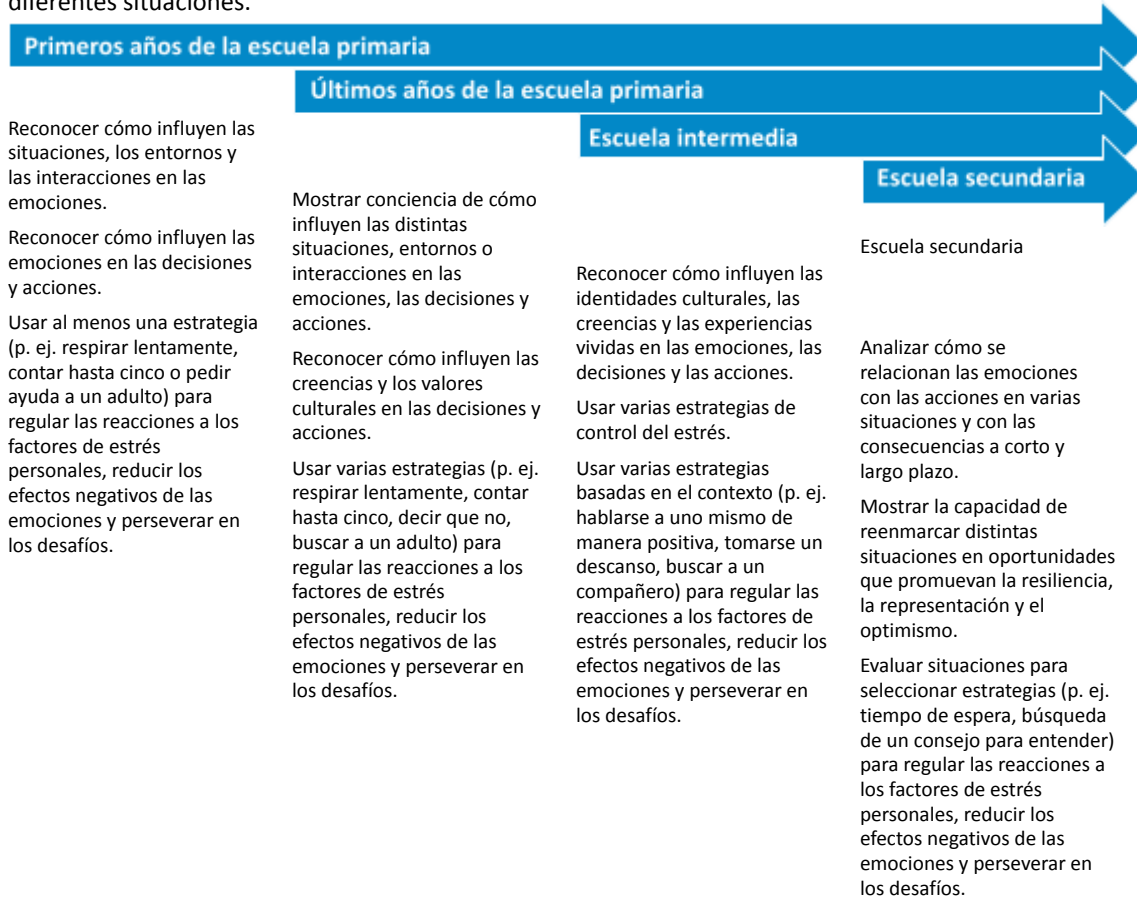
Estándar: La capacidad de regular los pensamientos, las emociones y las acciones en diferentes situaciones para lograr los objetivos y las aspiraciones.

Figura 4. Parámetros de destrezas de autocontrol y continuidad de desarrollo con ejemplos de las destrezas de los estudiantes

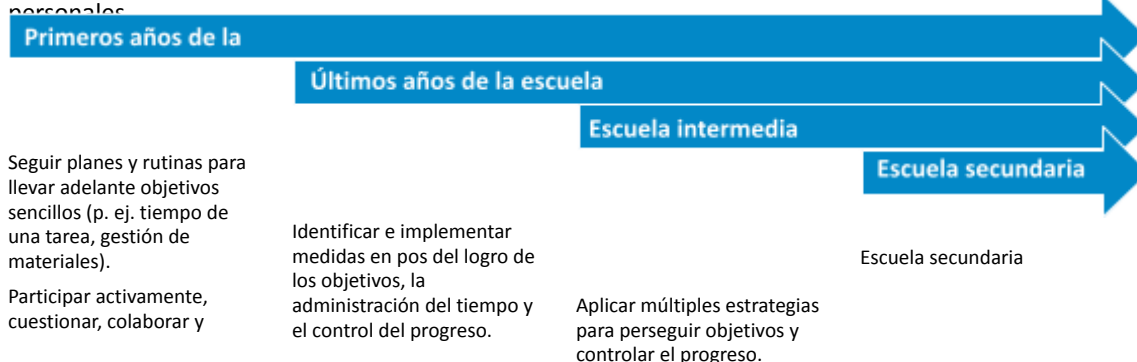
## Continuidad del desarrollo con ejemplos de las destrezas de los estudiantes<sup>a</sup>

Con el apoyo de adultos y compañeros de confianza, los estudiantes podrán demostrar sus destrezas de SEL a la vez que respetan y valoran a personas de diversos antecedentes culturales, raciales, lingüísticos y sociales.

**Parámetro 1:** Demostrar estrategias para regular las emociones, los pensamientos y las acciones en diferentes situaciones.



**Parámetro 2:** Demostrar la capacidad de planear, trabajar y lograr los objetivos y las aspiraciones personales.



reflexionar respecto a su proceso de aprendizaje.  
Usar una estrategia o un recurso para abordar desafíos (p. ej. pedir ayuda).

Usar múltiples estrategias o recursos para abordar los desafíos.  
Reflexionar sobre la efectividad de las estrategias utilizadas para cumplir un objetivo.

Reflexionar sobre la efectividad de las estrategias utilizadas para cumplir con un objetivo y aplicar el aprendizaje a las nuevas situaciones.

Analizar los beneficios y las limitaciones de varias estrategias para determinar las maneras más eficaces de persistir en el logro de objetivos y adaptarse a distintas situaciones.

Controlar el progreso para lograr un objetivo, evaluar el desempeño contra los criterios establecidos o desarrollados y ajustar estrategias.

a. Los ejemplos de esta sección se adaptaron de [Iowa's Social-Emotional Learning Competencies](#), [Montana Social Emotional Learning Competencies](#), [la Tennessee K–12 Social and Personal Competencies Resource Guide](#).

## Destrezas de autocontrol y muestra de estrategias para educadores según la franja de grados

Esta sección ofrece muestras de estrategias educativas y lecciones que los educadores pueden usar para apoyar las destrezas de autocontrol en cada franja de grados (primeros años de la escuela primaria, últimos años de la escuela primaria, escuela intermedia y escuela secundaria).

**Tabla 7. Destrezas de autocontrol en los primeros años de la escuela primaria**

Destrezas del estudiante	Muestra de estrategias y recursos del educador
<p><b>Parámetro 1: Demostrar estrategias para regular las emociones, los pensamientos y las acciones en diferentes situaciones.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reconocer cómo influyen las situaciones, los entornos y las interacciones en las emociones.</li> <li>Reconocer cómo influyen las emociones en las decisiones y acciones.</li> <li>Usar al menos una estrategia (p. ej. respirar lentamente, contar hasta cinco o pedir ayuda a un adulto) para regular las reacciones a los factores de estrés personales, reducir los efectos negativos de las emociones y perseverar en los desafíos.</li> </ul> <p><b>Parámetro 2: Demostrar la capacidad de planear, trabajar y lograr los objetivos y las aspiraciones personales.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Seguir planes y rutinas para llevar adelante objetivos sencillos (p. ej. tiempo de una tarea, gestión de materiales).</li> <li>Participar activamente, cuestionar, colaborar y reflexionar respecto a su proceso de aprendizaje.</li> </ul>	<p><b>Estrategias de enseñanza</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Usar juegos de representación para determinar y practicar las expectativas y las acciones en el salón de clase y en la escuela (con y sin ejemplos).</li> <li>Publicar los pasos para las rutinas típicas del salón de clase. Usar el arte para ilustrar procedimientos en el salón de clase.</li> <li>Publicar objetivos a corto plazo dentro de lecciones o actividades. Después de la actividad, analizar si se cumplieron los objetivos y de qué forma. Si no se lograron los objetivos, hablar sobre por qué y lo que sería necesario cambiar. Fomentar el debate entre los alumnos sobre cómo se sintieron durante el proceso de aprendizaje.</li> <li>Durante actividades de los centros de alfabetización o trabajos en grupo, fomentar que los equipos expliquen las tareas de las que cada alumno es responsable y cómo contribuyeron al éxito del grupo.</li> <li>Usar frases para completar en la clase de matemáticas para que los estudiantes articulen su pensamiento como parte de la resolución de un problema de matemática.</li> <li>Hacer que los estudiantes usen o dibujen imágenes que identifiquen cómo se sienten.</li> <li>Crear una tabla de anclaje con palabras que describan las emociones en la que los estudiantes puedan colaborar, a medida que pasa el tiempo, para incrementar el vocabulario.</li> </ul> <p><b>Muestras de lecciones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leer en voz alta y hablar sobre textos de anclaje, tales como <i>The Most Magnificent Thing</i> (La cosa más magnífica) de Ashley Spires (disponible en <a href="#">video para lectura en voz alta</a>),</li> </ul>

- Usar una estrategia o un recurso para abordar desafíos (p. ej. pedir ayuda).

*Yoko Writes Her Name* (Yoko escribe su nombre) de Rosemary Wells (disponible en [video para lectura en voz alta](#)) o *Amazing Grace* (Grace asombrosa) de Mary Hoffman. Hablar sobre cómo pueden las emociones y las reacciones ayudar o perjudicar al progreso para alcanzar los objetivos.

- Leer en voz alta *How Do Dinosaurs Say I'm Mad? (¿Cómo dicen los dinosaurios "estoy enojado"?)* ([disponible en video para lectura en voz alta](#)) de Jane Yolen y hablar sobre cómo las distintas emociones pueden causar distintos tipos de acciones.
- Usar la lección de SEL Kernels [Brain Games for "Focus Power"](#) (Juegos mentales para el "Poder de la concentración") para desarrollar la capacidad de mantener la atención e ignorar las distracciones.
- Leer en voz alta [Tucker Turtle Takes Time to Tuck and Think](#) (Tucker la tortuga se toma un tiempo para encerrarse y pensar) y hablar sobre cómo pueden los estudiantes usar la "[técnica de la tortuga](#)" cuando se sienten molestos

**Tabla 8. Destrezas de autocontrol en los últimos años de la escuela primaria**

Destrezas del estudiante	Muestra de estrategias y recursos del educador
<p><b>Parámetro 1: Demostrar estrategias para regular las emociones, los pensamientos y las acciones en diferentes situaciones.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mostrar conciencia de cómo influyen las distintas situaciones, entornos o interacciones en las emociones, las decisiones y acciones.</li> <li>Reconocer cómo influyen las creencias y los valores culturales en las decisiones y acciones.</li> <li>Usar varias estrategias (p. ej. respirar lentamente, contar hasta cinco, decir que no, buscar a un adulto) para regular las reacciones a los factores de estrés personales, reducir los efectos negativos de las emociones y perseverar en los desafíos.</li> </ul> <p><b>Parámetro 2: Demostrar la capacidad de planear, trabajar y lograr los objetivos y las aspiraciones personales.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar e implementar medidas en pos de los objetivos, la administración del tiempo y el control del progreso.</li> <li>Usar múltiples estrategias o recursos para abordar los desafíos.</li> <li>Reflexionar sobre la efectividad de las estrategias utilizadas para cumplir un objetivo.</li> </ul>	<p><b>Estrategias de enseñanza</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leer textos sobre estudiantes que logran cumplir sus sueños y esperanzas y luego hablar sobre cómo fijarse objetivos SMART (sigla en inglés que refiere a objetivos específicos, medibles, alcanzables, relevantes y con plazos determinados). Reservar tiempo de clase para hablar explícitamente de por qué y cómo pueden los estudiantes fijarse objetivos a corto y mediano plazo.</li> <li>Facilitar un proceso en el que los estudiantes trabajen juntos para averiguar qué intereses comparten y fijar un objetivo para toda la clase.</li> <li>Publicar objetivos diarios a corto plazo para los estudiantes y hablar sobre las formas en las que se logra cada objetivo. Crear objetivos semanales vinculados con los objetivos diarios a corto plazo.</li> <li>Ofrecer a los alumnos oportunidades de ponerse sus propias metas durante programas de educación personalizada y en reuniones de familiares y maestros.</li> <li>Usar controles de una sola palabra en distintos momentos del día o de la semana para que los estudiantes nombren una emoción que estén teniendo en el momento.</li> <li>Crear un espacio libre de sanciones en el salón de clase donde los estudiantes puedan ir de manera independiente, cuando se sientan estresados, para dibujar, escribir o procesar sus emociones hasta que se sientan listos para retomar las actividades de la clase. Enseñar explícitamente para qué está previsto que se use este espacio.</li> <li>Crear un “frasco de conciencia” con ideas de los alumnos para practicar actividades en distintas situaciones.</li> <li>Enseñar explícitamente destrezas de colaboración (escuchar, alentar, reconocer opiniones, comprometerse).</li> </ul> <p><b>Muestras de lecciones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leer en voz altas textos como <i>Jeremiah Learns to Read</i> (Jeremiah aprende a leer) de Jo Bogart (<a href="#">disponible en video para lectura en voz alta</a>), <i>After the Fall</i> (Después de la caída) de Dan Santat (<a href="#">disponible en video para lectura en voz alta</a>) o <i>Salt in His Shoes</i> (Sal en sus zapatos) de Deloris Jordan (<a href="#">disponible en video para lectura en voz alta</a>). Hablar sobre cómo fijar objetivos SMART y cómo alcanzarlos.</li> <li>Leer <i>That’s Good! That’s Bad!</i> (¡Eso es bueno! ¡Eso es malo!) de Margery Cuyler (<a href="#">disponible en video para lectura en voz alta</a>) y hacer que los estudiantes nombren las emociones de cada situación. Reunir las palabras y crear una gráfica de barras que muestre las variaciones que tienen para los estudiantes.</li> <li>Usar la lección de SEL Kernels <a href="#">Understanding the Brain for Grades 4–7</a> (Comprensión del cerebro para 4.º a 7.º grado) para ayudar a los estudiantes a generar conocimiento sobre el cerebro y la práctica de conciencia plena, para que se sientan empoderados y tengan una mayor sensación de control.</li> <li>Crear un <a href="#">termómetro emocional</a> y pedir a los estudiantes que hablen sobre lo que podría hacer subir y bajar el termómetro. Hablar sobre las respuestas físicas a medida que va subiendo.<sup>a</sup></li> </ul>

a. Del Departamento de Educación de Tennessee, disponible en [https://www.tn.gov/content/dam/tn/education/safety/safe\\_sch/SPC\\_Resource\\_Guide.pdf](https://www.tn.gov/content/dam/tn/education/safety/safe_sch/SPC_Resource_Guide.pdf)

**Tabla 9. Destrezas de autocontrol en la escuela intermedia**

Destrezas del estudiante	Muestra de estrategias y recursos del educador
<p><b>Parámetro 1: Demostrar estrategias para regular las emociones, los pensamientos y las acciones en diferentes situaciones.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reconocer cómo influyen las identidades culturales, las creencias y las experiencias vividas en las emociones, las decisiones y las acciones.</li> <li>Usar varias estrategias de control del estrés.</li> <li>Usar varias estrategias basadas en el contexto (p. ej. respirar, contar hasta cinco, hablarse a uno mismo de manera positiva, tomarse un descanso, buscar a un compañero) para regular las reacciones a los factores de estrés personales, reducir los efectos negativos de las emociones y perseverar en los desafíos.</li> </ul> <p><b>Parámetro 2: Demostrar la capacidad de planear, trabajar y lograr los objetivos y las aspiraciones personales.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Aplicar múltiples estrategias para perseguir objetivos y controlar el progreso.</li> <li>Reflexionar sobre la efectividad de las estrategias utilizadas para cumplir con un objetivo y aplicar el aprendizaje a las nuevas situaciones.</li> </ul>	<p><b>Estrategias de enseñanza</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hacer que los estudiantes creen controles de conducta: una serie de dos o tres expectativas para prestar atención y calificar, que ellos mismos identifiquen (p. ej.: ¿Levanté la mano para compartir una respuesta? ¿Le pedí ayuda a alguien cuando me sentí frustrado? ¿Aflojé la mandíbula?).</li> <li>Alentar a los alumnos a escribir palabras de afirmación positiva en sus tareas antes de empezar (p. ej.: “Estudí una hora extra para esta prueba”, “Comí un desayuno saludable”, “Hice reír a mi mamá esta mañana”).</li> <li>En clase de historia, hacer que los estudiantes vinculen a los personajes históricos y sus acciones documentadas con las posibles emociones que podrían haber sentido.</li> <li>Dirigir a los estudiantes en un debate sobre cómo usar la conciencia de las emociones para guiar la toma de decisiones. Por ejemplo, dirigir una discusión que haga que los estudiantes “pongan pausa” en una toma de decisiones cuando estén enojados o se sientan heridos. Ayudar a los estudiantes a entender que siempre es mejor tomar decisiones importantes cuando se sienten tranquilos.<sup>a</sup></li> </ul> <p><b>Muestras de lecciones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Usar las lecciones de <u>Managing Emotions</u> (Manejo de emociones) para hablar sobre lo que podría hacer que se intensifiquen nuestras emociones y poner en práctica múltiples estrategias para manejar el estrés.</li> <li>Usar la lección de SEL Kernels <u>A Moment for Me: A Self-Compassion Break for Teens</u> (Un momento para mí: un recreo de autocompasión para adolescentes) para que los estudiantes puedan poner en práctica modos de reconfortarse y calmarse cuando sienten estrés.</li> <li>Haga que los estudiantes lean <i>Ghost</i> (Fantasma) de Jason Reynolds (<u>versión disponible en PDF</u>). Hablen sobre cómo Castle identifica y demuestra sus emociones a través de varias acciones y luego las usa para lograr sus objetivos personales.</li> </ul>

a. De CASEL, disponible en <https://www.casel.org/wp-content/uploads/2017/08/SEL-in-High-School-ELA-8-20-17.pdf>

**Tabla 10. Destrezas de autocontrol en la escuela secundaria**

Destrezas del estudiante	Muestra de estrategias y recursos del educador
<p><b>Parámetro 1: Demostrar estrategias para regular las emociones, los pensamientos y las acciones en diferentes situaciones.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizar cómo se relacionan las emociones con las acciones en varias situaciones y con las consecuencias a corto y largo plazo.</li> <li>• Mostrar la capacidad de reenmarcar distintas situaciones en oportunidades que promuevan la resiliencia, la representación y el optimismo.</li> <li>• Evaluar situaciones para seleccionar estrategias (p. ej. respirar, tiempo de espera, búsqueda de un consejo para entender) para regular las reacciones a los factores de estrés personales, reducir los efectos negativos de las emociones y perseverar en los desafíos.</li> </ul> <p><b>Parámetro 2: Demostrar la capacidad de planear, trabajar y lograr los objetivos y las aspiraciones personales.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizar los beneficios y las limitaciones de varias estrategias para determinar las maneras más eficaces de persistir en el logro de objetivos y adaptarse a distintas situaciones.</li> <li>• Controlar el progreso para lograr un objetivo, evaluar el desempeño contra los criterios establecidos o desarrollados y ajustar estrategias.</li> </ul>	<p><b>Estrategias de enseñanza</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hacer que los estudiantes creen una lista de tareas diarias y que identifiquen las prioridades, las tareas clave y las actividades adicionales que quieren hacer cuando cumplan con sus prioridades.</li> <li>• Hacer que los estudiantes creen una tabla compartida para identificar estrategias de cuidado personal que emplean mientras regulan sus emociones.</li> <li>• Hacer que grupos de estudiantes organicen una lista de reproducción de música para varias emociones, para escuchar en momentos de estrés y que escriban una breve explicación de por qué estas canciones son adecuadas para la situación.</li> <li>• Enseñar acerca de la asimetría entre vientos en contra y vientos a favor y de la tendencia a enfocarse en lo negativo, mientras que los estudiantes escriben sobre momentos positivos todos los días.<sup>3</sup></li> <li>• En actividades de aprendizaje basadas en el arte, las ciencias o en proyectos, explicitar cómo los estudiantes usan estrategias de autocontrol en el proceso de trabajar para llegar a un producto final.</li> <li>• En ciencias, hacer que los estudiantes identifiquen un problema de la comunidad para luego usar grupos cooperativos y roles específicos para investigar, aplicar conceptos científicos y comunicarse con varias audiencias. Los estudiantes pueden identificar objetivos a corto y largo plazo para el proyecto, al igual que resaltar las destrezas de cada persona de su grupo.</li> </ul> <p><b>Muestras de lecciones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar la lección de TedEd <a href="#">How to Practice Effectively</a> (Cómo practicar con eficacia) y debatir sobre estrategias que los alumnos pueden usar para lograr sus objetivos.</li> <li>• Mirar “Lifted” (Práctica extraterrestre) y pedir a los estudiantes que comparen las experiencias del estudiante extraterrestre con la suya. Hacerlos identificar mentores y el modo en que esos mentores pueden ayudarlos a ir tras sus objetivos. Vincular las lecciones de lengua y literatura en inglés con lecciones sobre el desarrollo del carácter y cómo los entornos pueden influir sobre la conducta.</li> <li>• Usar el libro <i>Unbroken</i> (Inquebrantable) de Laura Hillenbrand (<a href="#">versión en PDF disponible</a>) para enseñar las varias emociones de ser un deportista olímpico y luego un prisionero de guerra en la Segunda Guerra Mundial.</li> </ul>

<sup>3</sup> De [Positive Action](https://www.positiveaction.net/blog/sel-activities-games#high-school-activities) (Acción positiva), disponible en <https://www.positiveaction.net/blog/sel-activities-games#high-school-activities>

# Investigación sobre la enseñanza de destrezas de autocontrol

## ¿Qué necesitan saber los educadores sobre las destrezas de autocontrol?

### **Las destrezas de autocontrol son fundamentales para la escuela.**

Los estudiantes aprenden a utilizar destrezas de autocontrol para desarrollar y seguir rutinas, gestionar tareas múltiples y complejas, retrasar la gratificación, evaluar el progreso respecto a los objetivos y perseverar en los desafíos. Entre los objetivos relevantes para la escuela se pueden incluir llevarse bien con otros estudiantes, mantenerse concentrado en una tarea, recordar las rutinas y equilibrar las expectativas del hogar y de la escuela. El desarrollo de un autocontrol fluido requiere de oportunidades para practicar estas destrezas, con apoyo, durante el día (p. ej. colaborar con compañeros, completar una tarea solo o en grupo, hacer una transición entre salones de clase).

### **Las destrezas de autocontrol están guiadas por las consideraciones culturales y los valores familiares.**

Los estudiantes aprenden a usar y a manifestar las destrezas de autocontrol según los valores y normas culturales, las expectativas del entorno (p. ej. clase de matemática o patio de recreo), la motivación y objetivos personales y el apoyo de adultos y compañeros. Las escuelas pueden ayudar a los estudiantes a transitar las diferencias entre el hogar y la escuela, por lo general utilizando estrategias culturalmente sostenibles que concuerden con los valores de los estudiantes y de sus familias. Asociarse con las familias y los estudiantes para desarrollar destrezas de autocontrol que coincidan con los valores culturales y las preferencias personales es un paso esencial para desarrollar un entorno de aprendizaje culturalmente sostenible. A medida que los estudiantes aumentan su capacidad, se vuelven más competentes en la selección de estrategias que se adapten a una variedad más amplia de situaciones, así como también a sus propias preferencias y valores.

### **Las destrezas de autogestión son sumamente maleables y los educadores pueden ayudar a los estudiantes de todas las edades a desarrollar sus destrezas.**

Los adultos desempeñan un rol importante en ayudar a los estudiantes a regular sus emociones, así como también fijar y tomar medidas en pos de perseguir los objetivos. Los estudiantes más jóvenes podrían beneficiarse de un mayor apoyo de los adultos para fijar objetivos a corto plazo. Los estudiantes adolescentes pueden usar una variedad de estrategias más amplias (cognitivas, conductuales, emocionales) con mínima asistencia y un mayor énfasis en la fijación de objetivos a largo plazo, automotivación y toma de decisiones. No obstante, los estudiantes adolescentes podrían de todos modos necesitar la ayuda de un adulto en situaciones nuevas o estresantes. Las circunstancias de un estudiante también pueden influir su capacidad de aprender y usar las destrezas de autocontrol. Por ejemplo, el estrés puede afectar la expresión de las destrezas de autocontrol, tanto en el momento (p. ej. cuando un estudiante está cansado) como a lo largo del tiempo (p. ej. en experiencias traumáticas). Las transiciones a distintos entornos, situaciones y personas brindan a los estudiantes la posibilidad de adaptar sus propias destrezas de autocontrol y desarrollar nuevas.

## ¿Qué pueden hacer los educadores para promover las destrezas de autocontrol?

Crear un entorno cálido y positivo donde todos los estudiantes sientan seguridad física y emocional que se base en relaciones positivas que reafirmen su cultura y su identidad.

### **Ofrecer a todos los estudiantes experiencias que desarrollen su autonomía, sus competencias y su sentido de pertenencia.**

- Facilitar actividades que generen conexión, como rondas matutinas, asesorías, clubes y tutorías, tanto de compañeros como de adultos.

- Proporcionar a cada estudiante un alto nivel de aliento (p. ej. cinco afirmaciones positivas para cada reorientación) de forma que coincida con los valores y las normas culturales.
- Ofrecer oportunidades de aprendizaje basadas en los intereses personales y en los objetivos de los estudiantes.
- Usar estrategias educativas culturalmente sostenibles que reafirmen las identidades de los estudiantes y el valor que aporta la diversidad al entorno de aprendizaje, como por ejemplo:
- Hablar con los estudiantes y sus familias para entender sus identidades y valores culturales.
- Involucrar a los estudiantes y a las familias en la creación conjunta de las normas de la escuela, del salón de clase y del grupo que hagan énfasis en el valor de la diversidad en el aprendizaje.
- Usar estrategias de educación centradas en el estudiante que reconozcan la diversidad en la motivación y en las actividades de aprendizaje preferidas.

### **Enseñar destrezas de autocontrol a través de la enseñanza específica, dando el ejemplo y orientando durante toda la jornada escolar.**

- Ofrecer oportunidades de práctica para que los estudiantes fijen objetivos a corto y largo plazo. Incorporar oportunidades de practicar la fijación de metas, tanto individuales como colectivas, y la planificación de la implementación durante las actividades de clase.
- Enseñar y orientar a los estudiantes a respetar las diferencias culturales en la aplicación de reglas, las expectativas y las rutinas en distintas situaciones e interacciones con los demás.
- Respaldar y orientar a los estudiantes para que usen estrategias de regulación de emociones que reafirmen los valores y normas culturales de su familia y de la comunidad escolar.
- Usar actividades de juegos de representación para ayudar a los estudiantes a poner en práctica estrategias para regular sus propias emociones y respaldar a los demás en el uso de sus estrategias.
- Ayudar a los estudiantes a seleccionar y usar una variedad de rutinas de manejo del estrés basadas en la evidencia que sean adecuadas en distintas situaciones e interacciones con los demás (p. ej. hablarse a uno mismo de manera positiva, conciencia plena, yoga, ejercicio, pedir ayuda o responder a un pedido de ayuda).

### **Aumentar los niveles de desafío, ofrecer andamiaje y reducir el apoyo de los adultos a medida que el estudiante esté listo.**

En todo el espectro de la continuidad de desarrollo, apoyar a los estudiantes en la aplicación de destrezas de autocontrol para cumplir con los objetivos individuales y colectivos con niveles cada vez mayores de independencia y complejidad.

- En los primeros grados de la escuela, proporcionar un apoyo considerable por parte de los adultos para ayudar a los estudiantes a concentrarse en una tarea (atención flexible), recordar instrucciones y seguirlas y establecer rutinas simples (memoria funcional) y control de los impulsos.
- En los grados más avanzados, hay que enfocarse en enseñar técnicas de manejo del estrés tales como la conciencia plena o *mindfulness*, yoga, ejercicio o conversar con los compañeros; ayudar a los estudiantes a elegir estrategias de autorregulación que coincidan con sus intereses, valores culturales y fortalezas; apoyar a los estudiantes a fijar metas y planear cómo ir tras resultados relacionados con sus intereses y ayudar a los alumnos a evaluar su estado emocional y la situación para elegir una estrategia de autorregulación que se adapte a sus valores culturales, al entorno y a la situación social.

-

# Elementos a ser tenidos en cuenta por los líderes de distrito y escolares

## Investigación sobre la implementación del SEL para líderes

### **El desarrollo social, el emocional y el académico están interrelacionados.**

Cuando los estudiantes están involucrados social, emocional y cognitivamente, es más probable que tengan resultados positivos. Estas facetas del aprendizaje se desarrollan de manera interdependiente y a menudo se procesan en la misma parte del cerebro. Para aprender es preciso sentirse seguro y apoyado. Las características clave del entorno de aprendizaje, como por ejemplo el clima escolar, las relaciones entre estudiantes y maestros, las expectativas del educador y la calidad de las prácticas de instrucción influyen sobre la mentalidad, el involucramiento y el progreso académico del estudiante. Las relaciones positivas sientan la base del SEL.

*Los líderes tienen un importante rol en la comunicación del modo en el que los grupos de habilidades y la mentalidad de los adultos, el clima escolar en general y el aprendizaje académico están conectados con el SEL.*

### **Una estrategia de SEL para toda la escuela, en concordancia con un clima escolar positivo y las estrategias educativas impulsadas por los estudiantes pueden apoyar el progreso académico.**

El SEL para toda la escuela lo implementa todo el personal, durante toda la jornada escolar, a través de varios programas y estrategias. Esto incluye la enseñanza específica de destrezas de SEL usando el plan de estudios, así como también el SEL integrado, donde los adultos orientan y dan ejemplo del SEL a través de interacciones cotidianas que incorporan actividades de “SEL Kernels” como parte de sus rutinas escolares y del salón de clase. La implementación de calidad de la programación del SEL (Nivel 1) está asociada con mejores resultados académicos.

*Los líderes deben alinear los recursos, las políticas y los procedimientos en torno a un conjunto de objetivos comunes. Esto incluye la generación de coherencia entre el SEL y otras estrategias de equidad, como por ejemplo un sistema de apoyo en varios niveles (multi-tiered system of support multi-tiered system of support, MTSS), abordajes de disciplina positiva, participación familiar, asociaciones con la comunidad e instrucción culturalmente sostenible y sensible a los traumas.*

### **Desarrollar capacidad de SEL en los adultos puede beneficiar a esos adultos y es fundamental para la enseñanza eficaz del SEL.**

Los adultos que desarrollan su propia competencia de SEL experimentan una mayor satisfacción laboral, más efectividad personal y menos estrés y agotamiento relacionado con el trabajo. También interactúan de manera más positiva con los estudiantes y fomentan un entorno de clase más positivo. Los adultos que prosperan en la enseñanza del SEL dicen que se sienten cómodos enseñándolo, que se esfuerzan por mejorar su capacidad de enseñarlo e informan que trabajan en escuelas que apoyan la enseñanza del SEL. Los adultos necesitan del desarrollo profesional para aprender y ejemplificar las destrezas del SEL a través de la jornada escolar. También es necesario crear oportunidades para que los estudiantes usen las destrezas de SEL —que enseñarles a usarlas— en la clase y en entornos no académicos.

*Los líderes tienen un rol fundamental en la motivación de la enseñanza del SEL por parte del personal y en la creación de las condiciones para que lo hagan con éxito.*

Para ver más información sobre la ciencia del aprendizaje y el SEL, revise los sitios [Science of Learning Development \(SoLD\) Alliance](#) y [A Nation at Hope](#).

## Estrategias de liderazgo para apoyar un SEL equitativo en toda la escuela

**Tabla 11. Objetivos, estrategias y ejemplos de liderazgo del SEL**

Objetivos	Estrategias	Ejemplos
Comunicar una visión y objetivos compartidos para el SEL como prioridad principal de la enseñanza.	Vincular la enseñanza del SEL con la misión académica del distrito y de la escuela.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Involucrar al personal comunicándole la importancia del SEL como base para que el estudiante aprenda y logre la misión de la escuela o el distrito.</li> <li>• Liderar con el ejemplo, demostrando e integrando las prácticas del SEL en reuniones y enfocándose en el desarrollo de relaciones.</li> <li>• Demostrar apoyo al bienestar y al SEL del personal como parte del SEL en toda la escuela.</li> </ul>
	Desarrollar un equipo diverso que guíe la implementación del SEL.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crear un equipo multidisciplinario para desarrollar un plan para mejorar el SEL y vincularlo con otras iniciativas mediante la identificación de prioridades comunes que aumenten la eficiencia y la eficacia.</li> <li>• Involucrar a los alumnos, a las familias y a los socios comunitarios en el diálogo para entender sus prioridades para el SEL, e invitarlos a participar en el proceso de fijación de metas, selección de estrategias y mejoras constantes del SEL en las escuelas.</li> <li>• Desarrollar un plan de acción que incluya los objetivos y las formas de medir el progreso.</li> <li>• Monitorear e informar sobre el progreso para alcanzar los objetivos del SEL. Ajustar las prácticas según sea necesario.</li> </ul>
Alinear las políticas, los recursos y la infraestructura para respaldar la calidad y la implementación equitativa.	Alinear el SEL con los esfuerzos de generar un clima escolar inclusivo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crear políticas y prácticas que reconozcan las fortalezas y las diferencias de valores de los estudiantes en relación con sus antecedentes culturales, experiencias vividas e identidades individuales únicas como valores para el entorno educativo.</li> <li>• Respalda el uso de prácticas de instrucción culturalmente sostenibles, sensibles a los traumas y centradas en el estudiante en todos los niveles.</li> <li>• Asegurarse de que todos los estudiantes tengan acceso a oportunidades y experiencias de SEL que coincidan con sus necesidades y fortalezas individuales, como por ejemplo a través de un sistema MTSS.</li> </ul>
	Establecer condiciones para integrar el SEL en la educación y las rutinas diarias.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluar las necesidades, las oportunidades y los recursos disponibles para la instrucción explícita e implícita del SEL.</li> <li>• Seleccionar un plan de estudios basado en la evidencia o en prácticas que aborden las necesidades locales y que estén alineadas con los valores comunitarios.</li> <li>• Crear tiempo y espacio tanto para enseñar el SEL por sí solo como de manera integrada.</li> <li>• Realignar las estructuras según sea necesario para lograr y mantener una práctica eficaz del SEL.</li> </ul>
	Usar múltiples medidas para evaluar la calidad y promover el	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar una herramienta, como por ejemplo <a href="#">CASEL rubric</a>, para evaluar la disposición y hacer un seguimiento al progreso de la implementación a nivel de la escuela y del distrito.</li> </ul>

Objetivos	Estrategias	Ejemplos
	aprendizaje continuo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar medidas prácticas y de implementación para controlar la forma en la que los educadores transmiten el SEL.</li> <li>• Usar mediciones del ambiente y la cultura para evaluar el entorno de aprendizaje en general.</li> <li>• Usar mediciones de competencia del estudiante para observar el desarrollo y el crecimiento específico de las destrezas.</li> </ul>
Fortalecer la capacidad del adulto para ser ejemplo, orientar y enseñar el SEL.	Dar el ejemplo, compartir y proporcionar oportunidades para que los adultos desarrollen su capacidad de SEL.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar el ejemplo, facilitar debates y compartir recursos sobre cómo incorporar prácticas de SEL en la jornada escolar (p. ej. <a href="#">recursos de Greater Good in Education</a> y <a href="#">videos de Aspen Institute – A Nation at Hope</a>).</li> <li>• Dar el ejemplo y fomentar que el personal incorpore rutinas del SEL en las reuniones (p. ej. breves respiraciones u otro tipo de actividades de relajación al principio de las reuniones, revisión durante la reunión, cierre en tono positivo).</li> <li>• Hacer énfasis en la importancia de que los adultos construyan su propio desarrollo social y emocional y explicar por qué (p. ej. reducir el estrés relacionado con el trabajo, aumentar la satisfacción laboral, mejorar las relaciones con los estudiantes).</li> <li>• Asegurar que haya un tiempo y un espacio para que los educadores y los estudiantes practiquen las destrezas de SEL, debatir sobre eventos que afecten a la comunidad escolar o reconocer la cultura, los logros y las opiniones de los demás.</li> </ul>
	Ofrecer a todos los adultos en las escuelas acceso a formación profesional y apoyo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollar conciencia de las propias perspectivas, valores y prejuicios y la forma en las que podrían afectar la enseñanza del SEL.</li> <li>• Crear oportunidades para aprender sobre los antecedentes culturales de los estudiantes.</li> <li>• Aprender, dar el ejemplo y enseñar cómo adoptar otras perspectivas, la empatía y otras destrezas que promuevan relaciones positivas, un buen ambiente escolar y la equidad.</li> <li>• Reconocer los signos de trauma y responder de modo tal que promueva el bienestar del estudiante y use prácticas comprobadas y basadas en fortalezas (p. ej. <a href="#">Trauma-Sensitive Schools Training Packet</a>, Paquete de capacitación para las escuelas con sensibilidad frente al trauma, o <a href="#">Project Restore: Understanding Trauma &amp; Its Impact</a>, Proyecto restauración: comprender el trauma y sus efectos).</li> <li>• Identificar cuándo podrían los estudiantes beneficiarse de un apoyo de salud mental y conductual y saber cómo vincular a los estudiantes con esos recursos.</li> </ul>
	Crear estructuras para desarrollar capacidad de SEL en los adultos a través de prácticas de enseñanza constantes.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fomentar relaciones profesionales positivas a través de un propósito en común, la planificación y reflexión cooperativa y la toma de decisiones.</li> <li>• Dedicar tiempo durante el año para participar en la resolución de problemas, compartir ideas y revisar datos.</li> <li>• Aprovechar los recursos existentes y procurar fondos para contratar personal del distrito y escolar que proporcione orientación permanente y asistencia técnica a los educadores a medida que desarrollan y ponen en práctica sus destrezas de SEL.</li> </ul>

## Estrategias de liderazgo de SEL en acción en la región

- El Distrito escolar de North Marion está integrando herramientas de RULER, tales como el Medidor de estados de ánimo, en nuevas instancias de orientación de personal. Los orientadores de instrucción apoyan a los maestros para integrar el SEL al contenido académico proporcionándoles muestras de lecciones y libros relacionados con competencias de CASEL.
- Los orientadores del Distrito escolar de Gervais están usando una lista de verificación del controlador de la DESSA para involucrar a las familias en conversaciones de ida y vuelta sobre estrategias para apoyar a sus hijos en casa y en la escuela.
- Otros distritos de la región están integrando el SEL en la cultura y las rutinas escolares de las siguientes maneras:
- Dando ejemplo de tres prácticas características de SEL en reuniones de personal (p. ej. rituales de bienvenida, descansos mentales, cierres optimistas).
- Realizando entrevistas de empatía para entender las perspectivas del estudiante sobre los problemas detrás del ausentismo crónico.
- Orientando al personal sobre cómo escribir las metas de crecimiento de SEL y cómo integrar estrategias de la salud mental y de conducta.

## Preguntas de reflexión constantes para líderes escolares y de distrito

1. ¿Cuál es nuestro proceso de identificación de necesidades, preparación, capacidad, habilidad para fijar objetivos y seleccionar estrategias para la implementación del SEL?
2. ¿Qué tan bien se enriquecen nuestros objetivos y estrategias de SEL con las fortalezas de los estudiantes y repercuten en los valores culturales de nuestras familias?
3. ¿Cómo preparamos, orientamos y reflexionamos con los miembros del personal para facilitar estrategias de SEL que reconozcan y desarrollen las culturas y fortalezas de los estudiantes?
4. ¿Qué oportunidades ofrecemos para que los miembros del personal aumenten su propia conciencia y su conciencia social?
5. ¿Cuáles son las iniciativas actuales alineadas? ¿Pueden intercalarse con la implementación del SEL?
6. ¿Qué procesos se usarán para reunir datos, controlar el progreso y planificar la reflexión y los siguientes pasos?
7. ¿Cómo podemos mantener el foco en el SEL de los adultos y los estudiantes en tiempos de transición y estrés?

## Recursos para líderes escolares y de distrito

Tabla 12. Recursos adicionales del SEL para líderes escolares y de distrito

Nivel	Recurso	Descripción
Distrito	<a href="#">CASEL District Resource Center</a>	Marco para que los equipos de distrito utilicen en la planificación y la implementación del SEL sistémico. Incluye una <u>rúbrica</u> para usar en la evaluación de la preparación y el seguimiento del proceso. Alineado con el kit de herramientas de CASEL para las escuelas.
Distrito	<a href="#">Serie de desarrollo de capacidad del SEL</a>	Materiales de una serie de capacitación de Regional Educational Laboratory Northwest para orientar a los equipos del distrito sobre la base de evidencias para la implementación de calidad del SEL en escuelas, incluyendo prácticas prometedoras relacionadas con la <u>equidad</u> , la <u>colaboración comunitaria</u> y el <u>MTSS</u> .
Escuela o distrito	<a href="#">A Nation at Hope</a>	Este sitio web proporcionará los recursos prácticos de la reciente Comisión Aspen sobre Desarrollo Social, Emocional y Académico ( <i>Aspen Commission on Social, Emotional, and Academic Development</i> ). Muestra los puntos destacados de las más recientes <u>investigaciones</u> sobre cómo sucede el aprendizaje y las <u>herramientas de comunicación</u> para utilizar con las diversas partes interesadas.
Escuela o distrito	<a href="#">Integrating SEL into MTSS</a>	Hanover Research comparte la investigación y las mejores prácticas sobre la organización para implementar el SEL, las estrategias para integrar al SEL al MTSS y las mejores prácticas para controlar la fidelidad de la implementación. Este documento incluye información fácil de procesar para ayudar a los equipos escolares y de distrito en la planificación y la implementación del SEL.
Escuela o distrito	<a href="#">Including Voice in Education: Addressing Equity Through Student and Family Voice in Classroom Learning</a>	Esta infografía de Regional Educational Laboratory Pacific resume estrategias de respuesta basadas en evidencia y culturalmente receptivas para promover la voz del estudiante y de la familia. Incluye estrategias para el aprendizaje tanto en persona como virtual.
Escuela	<a href="#">CASEL Guide to Schoolwide Social and Emotional Learning</a>	Herramientas y actividades para que los equipos escolares usen en la planificación y la implementación del SEL en toda la escuela. Incluye un protocolo de guía rápida.
Escuela	<a href="#">Integrating Social, Emotional, and Academic Development (SEAD): An Action Guide for School Leadership Teams</a>	Preguntas de guía, acciones de alto impacto, implicancias de equidad y resúmenes de investigación para que los equipos de liderazgo escolar usen en la promoción de un abordaje integrado al desarrollo social, emocional y académico. Producido por el Aspen Institute.

## Glosario

**Tabla de anclaje:** Exposición visual para mostrar pensamientos, ideas o procesos que respalden el aprendizaje del estudiante. (Recurso: [Expeditionary Learning: Anchor Charts](#) [Enseñanza expedicionaria: tablas de anclaje])

**Controles de conducta:** Una lista breve que los estudiantes pueden usar para reflexionar sobre su propia conducta en clase. (Recurso: [Intervention Central: Self-Check Behavior Checklist Maker](#) [Central de intervención: elaborador de listas de verificación personal de conductas]).

**Parámetro:** Hito específico y observable que demuestra el progreso del estudiante en el desarrollo de destrezas relacionadas con un estándar específico del SEL.

**Objetivo colectivo:** Un objetivo enfocado en resultados para beneficiar a un grupo, a una clase o a una comunidad escolar, en oposición a un objetivo personal o individual.

**Comunidades de práctica:** Una forma de aprendizaje profesional en la que un grupo con un interés común puede compartir las mejores prácticas, desarrollar recursos y reflexionar sobre las estrategias para promover objetivos comunes. (Recurso: [U.S. Agency for International Development Communities of Practice Knowledge Management Brief](#) [Informe de gestión del conocimiento de las comunidades de práctica de la Agencia Estadounidense para el Desarrollo Internacional]).

**Competencia:** Destrezas sociales y emocionales diversas que resultan útiles en entornos escolares, laborales y comunitarios. Las pautas del SEL del WESD se enfocan en las [5 competencias de CASEL](#).<sup>4</sup> destrezas de relacionamiento, autocontrol, conciencia de uno mismo, conciencia social y toma de decisiones responsable.

**Entorno de aprendizaje de reafirmación cultural:** Los miembros adultos y estudiantes de la comunidad creen que la diversidad cultural suma valor y es un activo para su comunidad educativa.<sup>5</sup>

**Educación culturalmente sostenible:** “Fundamentada en una visión cultural del aprendizaje y del desarrollo humano en la que se reconocen múltiples expresiones de diversidad (p. ej. raza, clase social, género, idioma, orientación sexual, nacionalidad, religión, capacidad) y se perciben como recursos para enseñar y aprender”. A veces se le denomina educación sostenible y sensible desde el punto de vista cultural.<sup>6</sup>

**Sensible ante el desarrollo:** Prácticas que se basan en los principios del desarrollo humano para diseñar experiencias y entornos educativos que se adaptan a las necesidades de cada fase del desarrollo de niños y jóvenes (primera infancia, infancia intermedia, preadolescencia y adolescencia). También denominada como adecuada desde el punto de vista del desarrollo.

---

<sup>4</sup> Center for Academic Social and Emotional Learning. (2021). What is the CASEL framework? <https://casel.org/fundamentals-of-sel/what-is-the-casel-framework/#the-casel-5>

<sup>5</sup> Departamento de Educación del estado de Nueva York. (2019). Culturally responsive-sustaining education framework. <http://www.nysed.gov/common/nysed/files/programs/crs/culturally-responsive-sustaining-education-framework.pdf>

<sup>6</sup> Departamento de Educación del estado de Nueva York, 2019, pág. 10.

**Regulación emocional:** “Los procesos mediante los cuales las personas influyen sobre las emociones que tienen, cuándo las tienen y cómo las viven y expresan”.<sup>7</sup>

**Atención flexible:** La capacidad de cambiar la atención de los pequeños datos de información específica al panorama ampliado o la idea general. También se le denomina flexibilidad cognitiva. (Recurso: [Edutopia: Building Students' Cognitive Flexibility](#))

**Lectura interactiva:** Leer en voz alta, en grupo, un texto, y promover el debate sobre ese texto antes, durante y después de la lectura. (Recurso: [Fountas & Pinnell Literacy Blog: What Is Interactive Read-Aloud?](#))

**Objetivo individual:** Un objetivo que se enfoca en lograr resultados para beneficiarse uno mismo, en oposición a un grupo o a una comunidad.

**Sistema de apoyo en varios niveles (MTSS):** “Un marco que integra los datos y la instrucción dentro de un sistema de prevención en múltiples niveles para maximizar los logros de los estudiantes y apoyar sus necesidades sociales, emocionales y conductuales desde una perspectiva basada en las fortalezas”.<sup>8</sup> Esta estrategia ha sido promovida por el Departamento de Educación de Oregon.<sup>9</sup>

**Comunicación no verbal:** Formas en las que transfiere información o se expresa que no implican formas de comunicación hablada ni escrita. Entre los tipos comunes de comunicación no verbal se incluyen señales, gestos, expresiones faciales, contacto visual, proximidad, postura, tono de voz u otros tipos de lenguaje corporal.

**Enseñanza recíproca:** Una estrategia de enseñanza cooperativa en la que los estudiantes comparten responsabilidades de enseñanza dentro de un grupo a través del resumen, las preguntas, las aclaraciones y las predicciones. (Recurso: [Missouri Educational Systems and Instruction for Learning y Reciprocal Teaching At Work de Lori D. Oczkus](#))

**Agresividad en las relaciones:** Forma de conducta agresiva que pretende lastimar la relación o los sentimientos de alguien propagando rumores o mentiras sobre alguien, ignorando a alguien a propósito o excluyendo a alguien de las cosas.<sup>10</sup>

---

<sup>7</sup> Hoffman, J. D., Brackett, M. A., Bailey, C. S., & Willner, C. J. (2020). Teaching emotion regulation in schools: Translating research into practice with the RULER approach to social and emotional learning. *American Psychological Association*, 20(1) 105–109.

<sup>8</sup> Center on Multi-Tiered System of Supports. (2021). *Multi-tiered system of supports (MTSS) fidelity of implementation rubric*. <https://mtss4success.org/sites/default/files/2021-04/MTSS-IntegRubricMarch2021-508.pdf>.

<sup>9</sup> Departamento de Educación de Oregon. (2019). Multi-tiered system of supports (MTSS). <https://www.oregon.gov/ode/students-and-family/GraduationImprovement/Documents/MTSS.pdf>.

<sup>10</sup> Nishioka, V., Coe, M., Burke, A., Hanita, M., & Sprague, J. (2011). Student-reported overt and relational aggression and victimization in grades 3-8. (Issues & Answers Report, REL 2011-No. 114). Regional Educational Laboratory Northwest, National Center for Education Evaluation and Regional Assistance, Institute of Education Sciences, U.S. Department of Education. <https://ies.ed.gov/ncee/edlabs/projects//project.asp?ProjectID=248>.

**Justicia restauradora en educación:** “Un abordaje escolar exhaustivo e integral para cambiar la cultura escolar en formas que prioricen las pedagogías de relacionamiento, la justicia y la equidad el desarrollo de la resiliencia y el bienestar... La justicia restauradora en las prácticas de educación es tanto proactiva como receptiva respecto al fomento de relaciones saludables, la reparación del daño, la transformación de los conflictos y la promoción de la justicia y la equidad”.<sup>11</sup>

**SEL Kernels:** Estrategias de SEL basadas en la evidencia y actividades que puedan integrarse en entornos de aprendizaje. (Recurso: [Greater Good in Education: SEL Kernels](#) )

**Frases para completar:** Andamiaje para que los estudiantes completen los espacios en blanco y así completen oraciones y preguntas y amplíen o justifiquen su razonamiento. (Recurso: [Achieve the Core: Scaffolds to Support English Language Learners in Writing and Discussion](#) )

**Estándar:** Objetivos que los estudiantes deben conocer o hacer para demostrar una competencia de SEL específica.

**Autorregulación:** “Capacidad de controlar y manejar las emociones, las ideas y las conductas”.<sup>12</sup> Entre los ejemplos de destrezas de autorregulación se incluyen concentrarse y cambiar el foco de la atención, manejar la frustración, usar estrategias para calmarse, ser persistente, retrasar la gratificación para lograr objetivos y manejar el estrés.<sup>13, 14</sup>

**Instrucción sensible a los traumas:** Prácticas de enseñanza que tienen en cuenta cómo el trauma, un suceso repentino e imprevisto que causa miedo intenso y puede involucrar amenazas de lesiones físicas o lesiones físicas reales,<sup>15</sup> afecta el aprendizaje y la conducta. (Recurso: [Hanover Research: Best Practices for Trauma-Informed Instruction](#))

**Memoria funcional:** Mantener la información durante un tiempo breve para usarla para completar tareas, tal como seguir instrucciones, participar en una conversación, comprensión lectora o auditiva, organización y resolución de problemas.<sup>16</sup> (Recurso: [Children and Adults with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: Classroom Strategies for Improving Working Memory](#))

---

<sup>11</sup> Gregory, A., & Evans, K. R. (2020). *The starts and stumbles of restorative justice in education: Where do we go from here*. National Education Policy Center. [https://nepc.colorado.edu/sites/default/files/publications/Revised%20PB%20Gregory\\_0.pdf](https://nepc.colorado.edu/sites/default/files/publications/Revised%20PB%20Gregory_0.pdf)

<sup>12</sup> Committee for Children. (2015). *Autorregulación: Setting the course for success*. <https://www.cfchildren.org/wp-content/uploads/programs/docs/k-5-self-regulation-skills.pdf>

<sup>13</sup> Murray & Rosanbalm, 2017, pág. 1.

<sup>14</sup> Rosanbalm, K. D., & Murray, D. W. (2017). *Promoting of self-regulation in the first five years: A practice brief*. OPRE Brief #2017-79. Oficina de Planificación, Investigación y Evaluación, Administración para Niños y Familias, Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. <https://fpg.unc.edu/sites/fpg.unc.edu/files/resources/reports-and-policy-briefs/PromotingSelf-RegulationIntheFirstFiveYears.pdf>.

<sup>15</sup> The National Child Traumatic Stress Network. (2003). What is child traumatic stress? [https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources//what\\_is\\_child\\_traumatic\\_stress.pdf](https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources//what_is_child_traumatic_stress.pdf)

<sup>16</sup> Kid Sense. s/fecha). Working memory. <https://childdevelopment.com.au/areas-of-concern/working-memory/>

# Referencias

## Destrezas de relacionamiento

- Brion-Meisels G., & Jones S. M. (2012). Learning about relationships. In S. Roffey (ed.) *Positive relationships*. Springer, Dordrecht.
- Brown, B. B., & Larson, J. (2009). Peer relationships in adolescents. En R. M. L. Steinberg (Ed.), *Handbook of adolescent psychology: Contextual influences on adolescent development* (3.ª ed., Vol. 2, págs. 74–103). John Wiley & Sons.
- Chen, X., & French, D. C. (2008). Children's social competence in cultural context. *Annual Review of Psychology*, 59, 591–616.
- Gowing, A. (2019). Peer-peer relationships: A key factor in enhancing school connectedness and belonging. *Educational and Child Psychology*, 36, 64–77.  
[https://www.researchgate.net/profile/Annie-Gowing/publication/333672443\\_Peer-peer\\_relationships\\_A\\_key\\_factor\\_in\\_enhancing\\_school\\_connectedness\\_and\\_belonging/links/5e61d9ffa6fdccac3ceeb278/Peer-peer-relationships-A-key-factor-in-enhancing-school-connectedness-and-belonging.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Annie-Gowing/publication/333672443_Peer-peer_relationships_A_key_factor_in_enhancing_school_connectedness_and_belonging/links/5e61d9ffa6fdccac3ceeb278/Peer-peer-relationships-A-key-factor-in-enhancing-school-connectedness-and-belonging.pdf)
- Niwa, E. Y., Rogers, L. O., & Way, N. (2016). Peer relationships in cultural context. In L. Balter & C. S. Tamis-LeMonda (Eds.), *Child psychology: A handbook of contemporary issues* (3.ª ed., págs. 247-262). Taylor and Francis, Inc.
- Osher, D., Cantor, P., Berg, J., Steyer, L., & Rose, T. (2020). Drivers of human development: How relationships and context shape learning and development. *Applied Developmental Science*, 24(1), 6–36.  
<https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/10888691.2017.1398650>
- Strahan, D. B., & Poteat, B. (2020). Middle level students' perceptions of their social and emotional learning: An exploratory study. *RMLE Online*, 43(5).  
<https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/19404476.2020.1747139>

## Destrezas de autocontrol

- Bailey, R., Meland, E. A., Brion-Meisels, G., & Jones, S. M. (2019). Getting developmental science back into schools: Can what we know about self-regulation help change how we think about “no excuses”? *Frontiers in Psychology*, 10, 1885. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.01885/full>
- Cleary, T. J., & Chen, P. P. (2009). Self-regulation, motivation, and math achievement in middle school: Variations across grade level and math context. *Journal of School Psychology*, 47, 291–314.
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). (2017). Examples of social and emotional learning in high school English language arts.  
<https://www.casel.org/wp-content/uploads/2017/08/SEL-in-High-School-ELA-8-20-17.pdf>
- Cortina, K. S., Arel, S., & Smith-Darden, J. P. (2017). School belonging to different cultures: The effects of individualism and power distance. *Frontiers in Education*, 2(56).  
<https://www.icos.umich.edu/sites/default/files/lecturereadinglists/feduc-02-00056.pdf>
- Darling-Hammond, L., & Cook-Harvey, C. M. (2018). Education the whole child: Improving climate to support student success. Learning Policy Institute. <https://eric.ed.gov/?id=ED606462>

- Geldhof, G. J., & Little, T. D. (2011). Influences of children's and adolescents' action control processes on school achievement, peer relationships, and coping with challenging life events. En R. M. Lerner, J. V. Lerner, E. P. Bowers, S. Lewin-Bizan, S. Gestsdottir, & J. B. Urban (Eds.), *Thriving in childhood and adolescence: The role of self-regulation processes*. New Directions for Child and Adolescent Development, 133, 45–59.
- Hoffman, J. D., Brackett, M. A., Bailey, C. S., & Willner, C. J. (2020). Teaching emotion regulation in schools: Translating research into practice with the RULER approach to social and emotional learning. *American Psychological Association*, 20(1) 105–109.
- McClelland, M. M., & Cameron, C. E. (2011). Self-regulation and academic achievement in elementary school children. En R. M. Lerner, J. V. Lerner, E. P. Bowers, S. Lewin-Bizan, S. Gestsdottir, & J. B. Urban (Eds.), *Thriving in childhood and adolescence: The role of self-regulation processes*. New Directions for Child and Adolescent Development, 133, 29-44.
- McClelland, M. M., Ponitz, C. C., Messersmith, E. & Tominey, S. (2010). Autorregulación: The integration of cognition and emotion. En R. Lerner (Series Ed.) & W. Overton (Vol. Ed.), *Handbook of lifespan human development*. Wiley and Sons.
- Murray, D. W., & Rosanbalm, K. (2017). Promoting self-regulation in adolescents and young adults: A practice brief. Informe OPRE n.º 2015-82. Oficina de Planificación, Investigación y Evaluación, Administración para Niños y Familias, Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU.
- Departamento de Educación del estado de Nueva York. (2019). Culturally responsive-sustaining education framework. <http://www.nysed.gov/common/nysed/files/programs/crs/culturally-responsive-sustaining-education-framework.pdf>
- Positive Action. (Junio de 2021). 37 social-emotional learning activities and games for teachers and students. <https://www.positiveaction.net/blog/sel-activities-games>
- Departamento de Educación de Tennessee (2017). K–12 social and personal competencies resource guide. [https://www.tn.gov/content/dam/tn/education/safety/safe\\_sch/SPC\\_Resource\\_Guide.pdf](https://www.tn.gov/content/dam/tn/education/safety/safe_sch/SPC_Resource_Guide.pdf)
- Zakszeski, B., Hojnoski, R. L., Dever, B. V., KuPaul, G. J., & McClelland, M. M. (2020). Early elementary trajectories of classroom behavior self-regulation: Prediction by student characteristics and malleable contextual factors. *School Psychology Review*, 49(2), 161–177.

## Liderazgo

- Allensworth, E. M., Farrington, C., Gordon, M., Johnson, D., Klein, K., McDaniel, B., & Nagaoka, J. (2018). *Supporting social, emotional, & academic development: Research implications for educators*. University of Chicago Consortium on School Research. <https://eric.ed.gov/?id=ED593604>
- Bailey, R., Stickle, L., Brion-Meisels, G., & Jones, S. M. (2019). Re-imagining social-emotional learning: Findings from a strategy-based approach. *Phi Delta Kappan*, 100(5), 53–58. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1203733>
- Braun, S. S., Roeser, R. W., Mashburn, A. J., & Skinner, E. (2019). Middle school teachers' mindfulness, occupational health and well-being, and the quality of teacher-student interactions. *Mindfulness*, 10(2), 245–255. <https://pennstate.pure.elsevier.com/en/publications/middle-school-teachers-mindfulness-occupational-health-and-well-b>
- Bridgeland, J., Bruce, M., & Hariharan, A. (2013). *The missing piece: A national teacher survey on how social and emotional learning can empower children and transform schools*. Civic Enterprises. <https://eric.ed.gov/?q=ED558068&id=ED558068>

- Osher, D., Cantor, P., Berg, J., Steyer, L., & Rose, T. (2020). Drivers of human development: How relationships and context shape learning and development. *Applied Developmental Science, 24*(1), 6–36.
- Collier, R. J., Shapka, J. D., Perry, N. E., & Martin, A. J. (2017). Teachers' beliefs about social-emotional learning: Identifying teacher profiles and their relations with job stress and satisfaction. *Learning and Instruction, 39*, 148–157.
- Corcoran, R. P., Cheung, A. C., Kim, E., & Xie, C. (2018). Effective universal school-based social and emotional learning programs for improving academic achievement: A systematic review and meta-analysis of 50 years of research. *Educational Research Review, 25*, 56–72.
- Darling-Hammond, L., Flook, L., Cook-Harvey, C., Barron, B., & Osher, D. (2020). Implications for educational practice of the science of learning and development. *Applied Developmental Science, 24*(2), 97–140. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1249443>
- 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. <https://eric.ed.gov/?id=EJ927868>
- Jagers, R. J., Rivas-Drake, D., & Williams, B. (2019). Transformative social and emotional learning (SEL): Toward SEL in service of educational equity and excellence. *Educational Psychologist, 54*(3), 162–184. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1224571>
- Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research, 79*, 491–525. <https://eric.ed.gov/?id=EJ879159>
- Jones, S. M., & Kahn, J. (2017). The evidence base for how we learn: Supporting students' social, emotional, and academic development. Aspen Institute, National Commission on Social, Emotional, & Academic Development. <http://eric.ed.gov/?id=ED577039>
- Newman, J., & Dusenbury, L. (2015). Social and emotional learning (SEL): A framework for academic, social, and emotional success. In K. Bosworth (Ed.), *Advances in prevention science. Prevention science in school settings: Complex relationships and processes* (págs. 287–306). Springer Science + Business Media.
- Osher, D., Cantor, P., Berg, J., Steyer, L., & Rose, T. (2019). Drivers of human development: How relationships and context shape learning and development. *Applied Developmental Science, 24*(1), 6–36. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1241861>
- Roeser, R. W., Schonert-Reichl, K. A., Jha, A., Cullen, M., Wallace, L., Wilensky, R., Oberle, E., Thomson, K., Taylor, C., & Harrison, J. (2013). Mindfulness training and reductions in teacher stress and burnout: Results from two randomized, waitlist-control field trials. *Journal of Educational Psychology, 105*(3), 787–804. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1054511>
- Schonert-Reichl, K. A. (2017, Spring). Social and emotional learning and teachers. *The Future of Children, 27*(1), 137–155. <http://eric.ed.gov/?id=EJ1145076>
- Wanless, S. B., & Domitrovich, C. E. (2015). Readiness to implement school-based social-emotional learning interventions: Using research on factors related to implementation to maximize quality. *Prevention Research, 16*(8), 1037–1043.

# Anexo A. Miembros del Comité Asesor de SEL del WESD

- Distrito escolar de Cascade.
- Distrito escolar central.
- Recursos y Remisiones de Cuidado Infantil de los condados de Marion, Polk y Yamhill.
- Distrito escolar de Dallas.
- Distrito escolar de Falls City.
- Distrito escolar de Gervais.
- Head Start del condado de Yamhill.
- Preescolar y guardería Island Adventures.
- Distrito escolar de Jefferson.
- Distrito escolar de McMinnville.
- Centro de aprendizaje temprano de Marion y Polk.
- Distrito escolar de North Marion.
- Escuela intermedia de North Marion.
- Escuelas públicas de Salem-Keizer.
- Distrito escolar de Silver Falls.
- Distrito escolar de St. Paul.
- Distrito escolar de Willamina.
- Distrito escolar de Woodburn.
- Distrito escolar de Yamhill Carlton.

# Anexo B. Cruce de los estándares originales de SEL del WESD con los marcos de CASEL y RULER

Education Northwest creó este cruce en la primavera de 2021 como parte del proceso de lanzamiento de este proyecto para revisar los estándares originales de SEL del WESD<sup>17</sup>. El texto rojo indica una alineación parcial o total con el área de competencia fundamental de CASEL.

Tabla B-1. Destrezas de relacionamiento

CASEL <sup>a</sup>	DESTREZA RELEVANTE DE RULER <sup>b</sup>	WESD – Original <sup>c</sup>	CASEL, RULER y WESD: - DIFERENCIAS
<p><i>Capacidades para establecer y mantener relaciones saludables y de apoyo y moverse con efectividad en entornos con diversas personas y grupos.</i> Esto incluye las capacidades de comunicarse con claridad, escuchar en forma activa, cooperar, trabajar en colaboración para resolver problemas y negociar los conflictos de manera constructiva, moverse en entornos con distintas exigencias y oportunidades sociales y culturales, brindar liderazgo y buscar u ofrecer ayuda según sea necesario, por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicarse con efectividad.</li> <li>• Desarrollar relaciones positivas.</li> <li>• Demostrar competencia cultural.</li> <li>• Practicar el trabajo en equipo y la resolución de problemas en colaboración.</li> <li>• Resolver conflictos de manera constructiva.</li> <li>• Resistir a la presión social negativa.</li> <li>• Mostrar liderazgo en los grupos.</li> <li>• Buscar u ofrecer apoyo y ayuda cuando sea necesario.</li> <li>• Defender los derechos de los demás.</li> </ul>	<p><i>Expresar nuestros sentimientos de conformidad con las normas culturales y los contextos sociales.</i></p>	<p>Capacidad de establecer y mantener relaciones saludables y enriquecedoras con diversas personas y grupos. Capacidad de comunicarse con claridad, de escuchar bien, de colaborar con los demás, de resistir la presión social inadecuada, negociar los conflictos de manera constructiva y buscar y ofrecer ayuda cuando sea necesario.</p> <p><b>Parámetro 1</b> Demostrar una comunicación oral y escrita eficaz y destrezas de escucha activa.</p> <p><b>Parámetro 2</b> Demostrar destrezas de compromiso social y conducta adecuadas a la situación y al entorno.</p> <p><b>Parámetro 3</b> Demostrar la capacidad de generar y mantener relaciones saludables y de apoyo con estudiantes y adultos.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Las destrezas de RULER incluyen “expresar los sentimientos de conformidad con las normas culturales y los contextos sociales” y “regular emociones” que se enfocan en las destrezas de regulación emocional, mientras que CASEL nombra acciones específicas tales como “demostrar competencia cultural” o “comunicarse eficazmente”.             <ol style="list-style-type: none"> <li>2. El estándar del WESD usa “enriquecedor” mientras que el CASEL usa “de apoyo”.</li> <li>3. El estándar del WESD usa “escuchar bien” en vez de “escuchar activamente” (pero lo incluye en el parámetro 1).</li> <li>4. El estándar del WESD incluye “resistir a la presión social inadecuada” mientras que el CASEL incluye “resistir a la presión social negativa” como ejemplo, en vez de en la definición.</li> <li>5. El estándar del WESD no incluye “resolución de problemas”.</li> <li>6. El parámetro 2 del WESD utiliza un lenguaje diferente pero podría alinearse con “moverse en entornos con distintas exigencias y oportunidades sociales y culturales”.</li> </ol> </li> </ol>

<sup>17</sup> Distrito de Servicios de Educación de Willamette (WESD). s/fecha Estándares de aprendizaje social y emocional (SEL) Distrito de Servicios de Educación de Willamette.

CASEL <sup>a</sup>	DESTREZA RELEVANTE DE RULER <sup>b</sup>	WESD – Original <sup>c</sup>	CASEL, RULER y WESD: - DIFERENCIAS
			7. El WESD no incluye liderazgo, competencia cultural, trabajo en equipo/resolución de problemas en colaboración, búsqueda de ayuda ni defensa de derechos.

**Tabla B-2. Conciencia de sí mismo**

CASEL	DESTREZA RELEVANTE DE RULER	WESD – Original	CASEL, RULER y WESD: - DIFERENCIAS
<p><i>Las capacidades de entender las propias emociones, pensamientos y valores y cómo influyen en nuestra conducta en todos los contextos.</i> Esto incluye la capacidad de reconocer las propias fortalezas y limitaciones con un sentido bien fundado de confianza y propósito, como por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Integración de identidades personales y sociales.</li> <li>• Identificar recursos personales, culturales y lingüísticos.</li> <li>• Identificar las emociones propias.</li> <li>• Demostrar honestidad e integridad.</li> <li>• Vincular sentimientos, valores y pensamientos.</li> <li>• Examinar prejuicios y sesgos.</li> <li>• Experimentar efectividad personal.</li> </ul>	<p><i>Etiquetar nuestras emociones con un vocabulario matizado.</i></p>	<p><i>La capacidad de reconocer con precisión las propias emociones, pensamientos y valores y cómo influyen en el comportamiento. La capacidad de evaluar con precisión las propias fortalezas y limitaciones, con un sentido bien fundado de confianza, optimismo y mentalidad de crecimiento.</i></p> <p><b>Parámetro 1</b> Demostrar conciencia y entendimiento de las propias emociones, pensamientos y respuestas fisiológicas.</p> <p><b>Parámetro 2</b> Demostrar conciencia y entendimiento de uno mismo en relación con la familia, la escuela y la comunidad ampliada.</p> <p><b>Parámetro 3</b> Demostrar un sentido de identidad: afirmar la propia herencia cultural, la comunidad, los valores y las orientaciones e identificación colectiva en relación con el origen étnico, el grupo racial, la situación socioeconómica, el género y demás factores.</p> <p><b>Parámetro 4</b> Demostrar conocimiento de las propias fortalezas, áreas de crecimiento, barreras, tendencias, valores culturales, intereses y aspiraciones.</p> <p><b>Parámetro 5</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Las destrezas de RULER incluyen “etiquetar las emociones con vocabulario matizado”, mientras que CASEL utiliza la “identificación” de emociones. <ol style="list-style-type: none"> <li>2. El estándar del WESD utiliza “capacidad” y “reconocer”, mientras que CASEL usa “capacidades” y “entender”.</li> <li>3. El estándar del WESD utiliza “evaluar con precisión”, mientras que CASEL usa “reconocer”.</li> <li>4. El estándar del WESD incluye optimismo (que no se menciona en CASEL) y mentalidad de crecimiento (incluido como un ejemplo en CASEL).</li> <li>5. El WESD menciona las respuestas fisiológicas en el parámetro 1; ellas no se incluyen en CASEL.</li> <li>6. El WESD no menciona contextos en los estándares (CASEL sí), pero los nombra más específicamente en el parámetro 2.</li> <li>7. El WESD aborda la cultura en dos parámetros (3, 4) y vincula el sentido de identidad con la identidad colectiva (3).</li> <li>8. Los parámetros del WESD mencionan las aspiraciones (4), al igual que el optimismo</li> </ol> </li> </ol>

CASEL	DESTREZA RELEVANTE DE RULER	WESD – Original	CASEL, RULER y WESD: - DIFERENCIAS
<ul style="list-style-type: none"> <li>Tener una mentalidad de crecimiento.</li> <li>Desarrollar intereses y sensación de propósito.</li> </ul>		<p>Mostrar la efectividad personal mediante mentalidades positivas, optimismo y resiliencia.</p>	<p>y la resiliencia (5), conceptos que no se mencionan en CASEL.</p> <p>9. Los parámetros del WESD usan “demostrar” mientras que CASEL utiliza los términos tales como “integrar”, “identificar” y “examinar”.</p>

**Tabla B-3. Autocontrol**

CASEL	DESTREZA RELEVANTE DE RULER	WESD – Original	CASEL, RULER y WESD: - DIFERENCIAS
<p><i>La capacidad de controlar las emociones, los pensamientos y las conductas propias de manera eficaz en distintas situaciones y de alcanzar metas y aspiraciones. Esto incluye las habilidades para retrasar la gratificación, controlar el estrés y sentir la motivación y la representación de lograr objetivos personales y colectivos, tales como:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Controlar las emociones propias.</li> <li>• Identificar y utilizar estrategias de control del estrés.</li> <li>• Demostrar autodisciplina y automotivación.</li> <li>• Establecer objetivos personales y colectivos.</li> <li>• Usar destrezas de planificación y organización.</li> <li>• Demostrar el coraje de tomar la iniciativa.</li> <li>• Demostrar reconocimiento personal y colectivo.</li> </ul>	<p><i>Regular nuestras emociones mediante el uso de estrategias útiles para lidiar con lo que sentimos y el por qué.</i></p>	<p><i>La capacidad de regular exitosamente las emociones, los pensamientos y las conductas propias en distintas situaciones: manejo eficaz del estrés, control de los impulsos y automotivación. La capacidad de establecer objetivos personales y académicos y trabajar para lograrlos.</i></p> <p><b>Parámetro 1</b> Demostrar control de los impulsos para retrasar la gratificación inmediata en objetivos a corto y largo plazo.</p> <p><b>Parámetro 2</b> Demostrar conciencia de sí mismo y usar estrategias de autocontrol y de afrontamiento culturalmente adecuadas.</p> <p><b>Parámetro 3</b> Demostrar autodisciplina y regulación de las emociones propias.</p> <p><b>Parámetro 4</b> Identificar y demostrar objetivos a corto y largo plazo y perseverar para lograrlos.</p> <p><b>Parámetro 5</b> Demostrar destrezas de organización asumiendo la responsabilidad personal, exhibiendo conductas para mantener el espacio personal y controlar el tiempo.</p> <p><b>Parámetro 6</b> Demostrar resiliencia para superar las barreras.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Las destrezas de RULER incluyen “regular nuestras emociones mediante el uso de estrategias útiles para lidiar con lo que sentimos y el por qué”, mientras que CASEL usa una descripción más general (p. ej. “manejar” las emociones propias).</li> <li>2. El estándar del WESD utiliza “control de los impulsos”, mientras que CASEL utiliza “capacidad de controlar las emociones”.</li> <li>3. EL estándar de WESD utiliza “automotivación” mientras que CASEL utiliza “motivación y representación”.</li> <li>4. EL estándar de WESD utiliza "objetivos personales y académicos" mientras que CASEL utiliza “metas y aspiraciones” y “objetivos personales y colectivos”.</li> <li>5. El parámetro 1 del WESD establece condiciones específicas de control de los impulsos (es decir, “retrasar la gratificación inmediata en objetivos a corto y largo plazo”, mientras que CASEL menciona “retrasar la gratificación”).</li> <li>6. El parámetro 2 del WESD incluye “usar estrategias de autocontrol culturalmente adecuadas”, mientras que CASEL utiliza términos como “estrategias de control del estrés” y “autodisciplina” (puede que no quede claro para los lectores si culturalmente adecuadas hace referencia a las normas culturales de los adultos o del estudiante individual).</li> <li>7. Los parámetros 2 y 3 del WESD mencionan “estrategias de afrontamiento” y “regulación de las emociones propias”, mientras que CASEL no utiliza estos términos.</li> <li>8. El parámetro 4 del WESD manifiesta condiciones específicas tales como “objetivos a corto y largo plazo y perseverar para lograrlos”, mientras que CASEL utiliza “objetivos personales y colectivos”.</li> <li>9. El parámetro 5 del WESD describe la condición específica de destrezas de organización como “asumir responsabilidad personal, exhibiendo conductas para mantener el espacio personal y controlar el tiempo”,</li> </ol>

CASEL	DESTREZA RELEVANTE DE RULER	WESD – Original	CASEL, RULER y WESD: - DIFERENCIAS
			<p>mientras que CASEL utiliza términos tales como “destrezas de planificación y organización”.</p> <p>10. El parámetro 6 del WESD menciona la “resiliencia para superar barreras”, mientras que CASEL habla del “coraje de tomar la iniciativa” y “reconocimiento personal y colectivo”.</p> <p>11. El WESD utiliza “demostrar” para cada parámetro, mientras que CASEL utiliza verbos alineados con la destreza prevista.</p>

**Tabla B-4. Conciencia social**

CASEL	DESTREZA RELEVANTE DE RULER	WESD – Original	CASEL, RULER y WESD: - DIFERENCIAS
<p><i>Las capacidades de entender las perspectivas de los demás y empatizar con ellos, incluyendo a los que tienen antecedentes, culturas y contextos diversos.</i> Esto incluye las capacidades de sentir compasión por los demás, entender las normas de conducta históricas y sociales ampliadas en distintos entornos y reconocer los recursos y apoyos familiares, escolares y comunitarios, tales como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adoptar las perspectivas de otros.</li> <li>• Reconocer las fortalezas de los demás.</li> <li>• Demostrar empatía y compasión.</li> <li>• Mostrar preocupación por los sentimientos de los demás.</li> <li>• Entender y expresar gratitud.</li> <li>• Identificar las normas sociales diversas, incluidas las injustas.</li> <li>• Reconocer las demandas y oportunidades de las situaciones.</li> </ul>	<p><i>Expresar nuestros sentimientos de conformidad con las normas culturales y los contextos sociales.</i></p>	<p><i>La capacidad de adoptar las perspectivas de los demás y empatizar con ellos, incluyendo a los que tienen antecedentes y culturas diversos. La capacidad de entender las normas sociales y éticas de conducta y de reconocer recursos y apoyos familiares, escolares y comunitarios.</i></p> <p><b>Parámetro 1</b> Demostrar conciencia de los demás y de sus diversas emociones y perspectivas.</p> <p><b>Parámetro 2</b> Demostrar la capacidad de entender y compartir los sentimientos de los demás.</p> <p><b>Parámetro 3</b> Demostrar conciencia, reconocimiento, colaboración y defensoría de las diferencias de los demás, incluyendo sus antecedentes y culturas.</p> <p><b>Parámetro 4</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Las destrezas de RULER incluyen “expresar los sentimientos de conformidad con las normas culturales y los contextos sociales”, lo que requiere de conciencia social, mientras que CASEL menciona destrezas específicas tales como “identificar las normas sociales diversas”.</li> <li>2. El estándar del WESD usa “capacidad” mientras que el CASEL usa “capacidades”.</li> <li>3. El WESD utiliza “ético” en vez de “histórico”.</li> <li>4. El estándar del WESD no incluye “contextos” ni “compasión”, mientras que CASEL sí utiliza estos términos.</li> <li>5. El parámetro 2 del WESD puede alinearse con “demostrar empatía y compasión”, pero utiliza un lenguaje diferente.</li> <li>6. El parámetro 3 del WESD contiene una variedad de conceptos y está parcialmente alineado con el</li> </ol>

CASEL	DESTREZA RELEVANTE DE RULER	WESD – Original	CASEL, RULER y WESD: - DIFERENCIAS
<ul style="list-style-type: none"> <li>Entender que tienen las organizaciones y sistemas sobre la conducta.</li> </ul>		<p>Reconocer señales y normas sociales y emocionales para demostrar madurez social y conductas adecuadas a la situación y al entorno.</p>	<p>“reconocer las fortalezas de los demás” de CASEL.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>El parámetro 4 del WESD puede alinearse con “reconocer las demandas y oportunidades de las situaciones”, pero utiliza términos diferentes.</li> <li>Las pautas del WESD no abordan la gratitud ni la comprensión de las influencias sistémicas en la conducta o las normas injustas.</li> </ol>

**Tabla B-5. Toma de decisiones responsable**

CASEL	DESTREZA RELEVANTE DE RULER	WESD – Original	CASEL, RULER y WESD: - DIFERENCIAS
<p><i>Las capacidades para tomar decisiones constructivas y atentas sobre la conducta personal y las interacciones sociales en situaciones diversas. Esto incluye las capacidades de tener en cuenta estándares éticos y preocupaciones de seguridad y de evaluar los beneficios y las consecuencias de varias acciones en el bienestar personal, social y colectivo, como por ejemplo:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demostrar curiosidad y apertura mental.</li> <li>• Identificar soluciones para problemas personales y sociales.</li> <li>• Aprender a formar una opinión razonada después de analizar la información, los datos y los hechos.</li> <li>• Prever y evaluar las consecuencias de las acciones propias.</li> <li>• Reconocer la utilidad de las destrezas de pensamiento crítico, tanto dentro como fuera de la escuela.</li> <li>• Reflexionar sobre el rol que cumple uno mismo en la promoción del bienestar personal, familiar y comunitario.</li> </ul>	<p><i>Entender esos sentimientos y determinar qué experiencia los causó realmente.</i></p>	<p><i>La capacidad de tomar decisiones constructivas respecto a la conducta personal y a las interacciones sociales, basándose en estándares éticos, inquietudes de seguridad y normas sociales. Las evaluaciones realistas de las consecuencias de varias acciones y la consideración del bienestar propio y el de los demás.</i></p> <p><b>Parámetro 1</b> Demostrar la capacidad para identificar un problema.</p> <p><b>Parámetro 2</b> Demostrar destrezas de pensamiento crítico para evaluar posibles soluciones y desenlaces.</p> <p><b>Parámetro 3</b> Demostrar la capacidad de tener en cuenta el bienestar propio y el de los demás al tomar una decisión.</p> <p><b>Parámetro 4</b> Demostrar una toma de decisiones ética y responsabilidad social.</p> <p><b>Parámetro 5</b> Demostrar la capacidad de reflexionar sobre la efectividad de las decisiones para mejores desenlaces futuros.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Las destrezas de RULER incluyen “entender los sentimientos y determinar las experiencias que realmente los provocaron”, lo que se enfoca en reconocer los sentimientos, mientras que CASEL se enfoca en acciones y menciona ejemplos específicos tales como “prever y evaluar las consecuencias de las acciones propias”.             <ol style="list-style-type: none"> <li>2. El estándar de WESD utiliza el término “decisiones constructivas” mientras que CASEL utiliza “decisiones constructivas y atentas”.</li> <li>3. El estándar de WESD utiliza los términos “normas sociales”, mientras que CASEL utiliza “conducta personal e interacciones sociales entre situaciones diversas”.</li> <li>4. El estándar de WESD utiliza los términos “bienestar propio y de los demás”, mientras que CASEL utiliza “bienestar personal, social y colectivo”.</li> <li>5. El parámetro 1 del WESD hace referencia a “la capacidad para identificar un problema”, mientras que CASEL no incluye esta destreza.</li> <li>6. El parámetro 2 del WESD utiliza términos como “destrezas de pensamiento crítico”, mientras que CASEL utiliza términos tales como “identificación de soluciones” y “criterio razonado luego de analizar la información, los datos y los hechos”.</li> <li>7. El parámetro 3 del WESD dice que hay que “tener en cuenta el bienestar propio y el de los demás al tomar una decisión”, mientras que CASEL utiliza términos tales como “prever y evaluar las consecuencias de las acciones propias”.</li> <li>8. El parámetro 4 del WESD combina “toma de decisiones ética y responsabilidad social”, mientras que CASEL usa varias frases, tales como “reflexionar el rol propio para promover el bienestar personal, familiar y comunitario” y “evaluar el impacto personal, interpersonal, comunitario e institucional”.</li> <li>9. El parámetro 5 del WESD se enfoca en el rol de la reflexión en la toma de decisiones (p. ej. “reflexionar sobre la efectividad de las decisiones”), mientras que CASEL hace referencia a la reflexión en términos más generales (p. ej. “reflexionar sobre el rol de uno mismo”).</li> </ol> </li> </ol>

CASEL	DESTREZA RELEVANTE DE RULER	WESD – Original	CASEL, RULER y WESD: - DIFERENCIAS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluar los impactos a nivel personal, interpersonal, comunitario e institucional.</li> </ul>			<p>10. El parámetro 5 del WESD utiliza los términos “mejores desenlaces futuros”, mientras que CASEL usa términos más específicos (p. ej. “promover el bienestar personal, familiar y comunitario”).</p> <p>11. CASEL incluye “prever y evaluar las consecuencias de las acciones propias” y “reconocer la utilidad del pensamiento crítico tanto dentro como fuera de la escuela”, mientras que el WESD no tiene parámetros que aborden estas destrezas.</p>

a. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. (2020). CASEL’S SEL framework: What are the core competence areas and where are they promoted.

<https://casel.org/wp-content/uploads/2020/12/CASEL-SEL-Framework-11.2020.pdf>.

b. Brackett, M. A., Bailey, C. S., Hoffman, J. D., & Simmons, D. N. (2019). RULER: A theory-driven, systemic approach to social, emotional, and academic learning. *Educational Psychologist, 54*(3), 144–161.

d. CASEL, 2020, pág. 2.

e. Brackett, Bailey, Hoffman, & Simmons, 2019, pág. 146.

f. WESD, s/fecha, págs. 1–5.

Fuente: Cruce del autor del marco del SEL y los estándares de CASEL, RULER y el Distrito de Servicios de Educación de Willamette.