

ALTERNATIVAS METODOLÓGICAS PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIO EMOCIONALES EN LA ADOLESCENCIA

Dr. C. María Justiz Guerra

P. Titular Universidad de Camagüey. ORCID <https://orcid.org/0000-0002-9568-0429>. teléfono 56903548. Email: mjustizguerra@gmail.com. Camagüey, Cuba

MSc. Ana Justiz Guerra P. Auxiliar

Universidad de Camagüey. ORCID <https://orcid.org/0000-0001-7616-5387>. Teléfono 58288661. Email: anajustizguerra@gmail.com, Camagüey, Cuba

Resumen

La importancia de las habilidades socioemocionales para los logros educativos empieza a ser reconocida de manera potencial, al identificar su beneficio en el desarrollo personal y social de los individuos. En esta dirección, resulta trascendente la preparación de los docentes para el desarrollo de estas habilidades en los adolescentes. El trabajo tiene como objetivo proponer talleres metodológicos para los docentes en función del desarrollo de las relaciones interpersonales y la empatía, que son fundamentales en este período etario. Se utilizan métodos de investigación tales como el analítico-sintético, la observación y la modelación, que brindan sustento teórico y práctico a la propuesta de talleres metodológicos. La muestra utilizada está representada por 10 docentes del nivel educativo Secundaria Básica. Las observaciones a las actividades educativas y las comprobaciones de conocimientos a estos docentes corroboran que, tanto en lo cognitivo como en lo procedimental, se enriquecen las prácticas en cuanto las vías utilizadas para favorecer el desarrollo de las habilidades escogidas en los adolescentes.

Palabras clave: talleres metodológicos, habilidades socioemocionales, empatía, relaciones interpersonales.

Introducción

Los retos planteados a la educación cubana de hoy, exigen la transformación gradual de métodos y medios de enseñanza que permitan la facilitación y dirección del contenido hacia la autogestión del conocimiento y del aprendizaje, conjugando la búsqueda de la excelencia y la calidad del proceso docente educativo con el principio de equidad e igualdad de oportunidades.

Se impone entonces, la necesidad de transformar la dirección de los procesos educativos y particularmente lo relacionado con el trabajo científico metodológico, que debe ser conducido por los directivos y los especialistas de las diferentes áreas. En tal sentido, la labor del psicopedagogo desempeña un importante papel por la adecuada preparación que posee para orientar a los docentes en la dirección efectiva del proceso pedagógico.

En el presente trabajo se aborda esta situación, sobre todo lo referido a la idoneidad de los psicopedagogos en los centros educacionales a partir de que muestren una óptima preparación en su especialidad y de manera particular, en el tratamiento de las habilidades socioemocionales en el período de la adolescencia. De esta forma se cumplen los propósitos del Ministerio de Educación y en especial, lo establecido en la Agenda 2030 acerca de los objetivos de Desarrollo Sostenible, con énfasis en el tres sobre la salud y el bienestar y el cuatro en relación con el derecho a una educación de calidad.

El modelo de educación en habilidades para la vida propuesto en 1993 por la Organización Mundial de la Salud (OMS), persigue desarrollar en niñas, niños y adolescentes un repertorio de destrezas para mejorar su competencia personal y social a la hora de afrontar los retos del entorno.

Cuando se habla de habilidades psicosociales se hace referencia a una serie de destrezas que las personas pueden desarrollar y fortalecer en las relaciones y los comportamientos en cuatro ámbitos: para consigo misma, con la familia, con los compañeros de estudio o trabajo y con los demás incluido el entorno.

La OMS propone 10 habilidades necesarias para enfrentar la vida:

- Autoconocimiento.
- Empatía.
- Comunicación asertiva.

- Relaciones interpersonales.
- Toma de decisiones.
- Solución de problemas y conflictos.
- Pensamiento creativo.
- Pensamiento crítico.
- Manejo de emociones y sentimientos.
- Manejo de tensiones y estrés.

Se dividen en tres grandes grupos:

1. **Sociales:** son las que permiten relacionarse con los demás y tener una conversación constructiva y agradable con la familia, los amigos, los compañeros de escuela, los conocidos.
2. **De pensamiento:** ayudan a identificar diferentes soluciones ante un problema y decidir cuál es la mejor opción.
3. **Manejo de emociones:** permiten controlar las emociones, ayudan a relajarse y calmarse ante un problema, de manera que se pueda pensar y resolver la situación sin estrés ni enojo.

Es necesario que el docente conozca e implemente estrategias para el desarrollo emocional del alumno, ayudándolo a adquirir habilidades que le permitan desenvolverse en un espacio más agradable, dando paso a nuevos ambientes de aprendizaje, donde genere atracción por la asignatura, en tanto que si las emociones que se viven son placenteras los adolescentes desarrollarán amor hacia la asignatura, pero si no es bien vista por ellos desarrollarán sentimientos de rechazo.

Con respecto al tema de las habilidades para la vida y la educación emocional, son diversos los estudios, entre ellos los de González y González, 2011 acerca de la inteligencia emocional y su práctica educativa con alumnos de 1º de educación primaria, profesores y padres; Peñalva, López y Barrientos, 2017 abordan las habilidades emocionales y la profesionalización docente para la educación inclusiva en la sociedad en red. Por su parte, Caurín, Morales y Vinat, 2018 aplican un programa basado en la empatía, la educación emocional y la resolución de conflictos en un instituto español de enseñanza secundaria y Cruz, Alba y Sánchez, 2020 asumen el reto de la educación emocional en relación con el aprendizaje para la formación integral del estudiante.

En el contexto local se destacan Guerra, 2021 en cuanto al autoconcepto como habilidad socioemocional en adolescentes de Secundaria Básica y Gómez, 2022 se refiere a la posibilidad de desarrollar la empatía desde la labor del psicopedagogo con enfoque inclusivo. No obstante, lo expresado aún no se aborda, con suficiencia, la preparación de los docentes y en especial, desde la labor del psicopedagogo, para desarrollar las habilidades socioemocionales.

En la institución educativa Carlos Marx a partir de técnicas empíricas aplicados, de la observación a diferentes actividades del proceso educativo, se detectaron las siguientes insuficiencias que constituyen los antecedentes de la investigación y justifican el problema científico: los docentes no poseen una adecuada preparación teórico-metodológica para desarrollar las habilidades socioemocionales en los adolescentes; no se aprovechan las potencialidades que tienen los contenidos de las asignaturas para la formación y desarrollo de las habilidades socioemocionales y no se cuenta con un diagnóstico acertado de los alumnos, con respecto al desarrollo de las habilidades socioemocionales.

Lo anteriormente expuesto conduce a plantear el problema científico: ¿cómo contribuir a la preparación de los docentes para el desarrollo de las habilidades socioemocionales en los adolescentes de Secundaria Básica? Constituye el objetivo del trabajo: elaborar talleres metodológicos de preparación a los docentes para el desarrollo de las habilidades socioemocionales en los adolescentes de la Secundaria Básica.

Se utilizan métodos de investigación tales como el analítico-sintético, la observación y la modelación, que brindan sustento teórico y práctico a la propuesta de talleres metodológicos para la preparación de los docentes. La muestra utilizada está representada por 10 docentes del nivel educativo Secundaria Básica.

Para la caracterización y evaluación de los resultados se toman como referencia las dimensiones e indicadores siguientes:

Dimensión I: cognitiva.

A. Nivel de conocimiento de los docentes sobre las habilidades socioemocionales.

Dimensión II: afectivo – motivacional.

B. Nivel de motivación que manifiestan los docentes por el conocimiento y desarrollo de las habilidades socioemocionales en sus adolescentes.

Dimensión III: procedimental.

C. Vías y métodos que utilizan los docentes para el desarrollo de las habilidades socioemocionales.

Desarrollo

Las habilidades no cognitivas (también conocidas como habilidades socioemocionales y habilidades del siglo XXI) se refieren a un hacer, sobre la base de un conocer, de acciones relacionadas más que contenidos disciplinares del currículo escolar, con recursos personológicos que movilizan o limitan la actuación de los niños en torno a su aprendizaje y, en general, a su educación; mientras que las habilidades cognitivas se centran en la actividad intelectual.

Al igual que las habilidades intelectuales (por ejemplo, de razonamiento matemático, de comprensión lectora, etc.), las habilidades emocionales, sociales y éticas también se desarrollan y comienzan a ser reconocidas de manera potencial en el ámbito educativo, al identificar su beneficio en el desarrollo personal y social de los individuos.

La revisión bibliográfica efectuada muestra que ser cognitivamente inteligente no es suficiente para poder garantizar el éxito académico, profesional y personal de los adolescentes y de los individuos en sentido general; de ahí que el papel de las emociones en la sociedad actual empiece a tomar un papel protagonista y, sobre todo, se valora la íntima relación que existe entre la inteligencia cognitiva y la emocional. Con estos presupuestos la educación en las aulas empieza a cambiar.

El desarrollo socioemocional tiene impacto en la autoestima y en las habilidades cognitivas, por lo tanto, educar emocionalmente promoverá inevitablemente un adecuado aprendizaje. Esto es así porque se asocia el aprendizaje con una experiencia positiva; de modo que, si los adolescentes saben pedir ayuda, pueden ampliar su perspectiva, desarrollar el pensamiento crítico, la perseverancia para alcanzar metas, y tener herramientas para resolver problemas y generar nuevas opciones conductuales.

Algunos autores refieren que las habilidades socioemocionales son un conjunto de competencias conductuales que posibilitan que el niño mantenga relaciones sociales positivas con los otros y que afronte, de modo efectivo y adaptativo, las demandas de su entorno social, aspectos estos que contribuyen significativamente, por una parte, a la aceptación por los compañeros y, por otra, al adecuado ajuste y adaptación al medio.

Para Saarni, 1997, citado por Bisquerra y Pérez, 2007, las habilidades socioemocionales:

Corresponden a la conciencia del propio estado emocional, la capacidad de discernir las habilidades de los demás, la posibilidad de utilizar el vocabulario emocional y términos expresivos habitualmente disponibles en una cultura; es decir, la habilidad de aprender a gobernar adecuadamente sus sentimientos y a interpretar correctamente los sentimientos de los demás. Las habilidades socioemocionales entonces involucran la capacidad de afrontar emociones negativas mediante la utilización de estrategias de autocontrol y la capacidad de autoeficacia emocional. (p.15)

De ello, se puede comprender que las habilidades socioemocionales incluyen aspectos como: autocontrol emocional, entusiasmo, perseverancia, capacidad de auto motivarse, relaciones interpersonales, recibir y comprender los sentimientos de los demás, expresión emocional, autoconocimiento, sociabilidad, empatía, arte de escuchar, resolver conflictos, colaborar con los demás, control de los impulsos, diferir las gratificaciones, autorregular nuestros estados de ánimo, manejo de ansiedad y optimismo entre otros.

Las habilidades socioemocionales son, en esencia, herramientas para la vida. Se pueden desarrollar a lo largo de la vida, bien es cierto que el periodo idóneo para desplegarlas es la primera infancia, la edad escolar y la adolescencia, sin embargo, los adultos pueden desarrollarlas o entrenarlas. De hecho, actualmente existen numerosos programas, donde se enfatiza en la idea de que los maestros (que tienen contacto directo con los adolescentes) potencien y trabajen sus propias habilidades socioemocionales, con el objetivo de poder educar y transmitir las.

Las habilidades socioemocionales facilitan entre otros aspectos: enfrentar y resolver conflictos de manera pacífica; mantener buenas relaciones interpersonales; comunicar asertivamente

sentimientos e ideas; promover estados de calma y optimismo; sentir empatía con otros; tener confianza en sí mismo; ser perseverante; tomar decisiones responsables y evitar conductas de riesgo.

Cuando los alumnos desarrollan estas habilidades y son educados en un medio ambiente que estimula su desarrollo y su bienestar van a estar más motivados y mejor equipados para ser adolescentes efectivos y exitosos; alcanzar buenos resultados académicos, promover el logro de sus objetivos y metas personales y académicas; persistir ante las dificultades, superar los obstáculos, así como reconocer y actuar a favor de sus derechos y de los demás.

Machuca, 2021, expresa ideas fundamentales en relación con la definición de habilidades socioemocionales que, a su juicio, se identifican con habilidades para la vida, entendidas como: conductas que se desarrollan a través de experiencias y que funcionan como herramientas para desenvolverse con los demás adecuadamente y que requieren de la capacidad de adaptarse a la sociedad. En suma, se trata de *adquirir la capacidad para reconocer emociones y sentimientos a partir de la vulnerabilidad y usarlos para convertirse en una mejor persona y alcanzar metas personales o profesionales.*

Entre las habilidades de este carácter más importantes en la adolescencia se reconoce a la empatía válida para entender la situación y los sentimientos de los demás y compartirlos, la que favorece los vínculos de confianza con otras personas. Las personas empáticas son sensibles ante sus emociones y las de los demás, escuchan de manera activa, son respetuosas y comprensivas y, también, reconocen las diferencias individuales. Asimismo, son muy conscientes de sus acciones y palabras, pues dentro de lo posible, prefieren evitar un impacto negativo en los demás.

Por otra parte, se destaca el manejo de relaciones interpersonales que brinda la posibilidad de relacionarse con las personas del entorno de una forma adecuada, ya sean compañeros de estudio, trabajo o familiares. Además, esta habilidad socioemocional es una de las mejores herramientas para la resolución de conflictos y el trabajo en equipo.

Los principales resultados del diagnóstico inicial realizado a una muestra de 10 docentes del centro se relacionan con inadecuados estilos de comunicación que emplean con los estudiantes lo que dificulta el aprendizaje de los conocimientos, se utilizan alternativas que favorezcan el trabajo en equipo. Se aprecian situaciones de indisciplina en los grupos de estudiantes, manifestaciones de rechazo entre ellos, lo que afecta la convivencia escolar y favorece el surgimiento de conflictos.

A partir de las limitaciones detectadas se asume como alternativa el desarrollo de talleres metodológicos para la preparación de los docentes en particular se toman como referencia dos habilidades socioemocionales, relaciones interpersonales y empatía.

Se asume la definición que expone la Resolución 47 de 2022 del MES. "El taller científico-metodológico tiene como objetivo debatir acerca de una problemática relacionada con una investigación pedagógica en curso y sobre la cual los profesores presentan experiencias relacionadas con esta". p.50

A continuación, se ilustra a modo de ejemplo, uno de los talleres desarrollados:

Taller # 2.

Objetivo: Promover el desarrollo de habilidades socioemocionales (empatía y relaciones interpersonales) en adolescentes de Secundaria Básica.

Contenido: Habilidades socioemocionales. Alternativas para su desarrollo.

Momento inicial. A modo de ronda de comentarios se rescatan los principales temas tratados en la sesión anterior y se les pide una valoración de los principales aprendizajes adquiridos en esa sesión y cómo los han puesto en práctica en su trabajo con los grupos de estudiantes.

Se les orienta a los miembros del grupo que piensen en un adjetivo que les permita describir cómo se sienten en ese momento, dicho adjetivo deberá comenzar con la letra inicial de su nombre. Se darán 3 minutos para la preparación y transcurrido ese tiempo, se les explicará que, al momento de la presentación cada persona demostrará con una actuación ese estado de ánimo.

Desarrollo: se establecen 2 equipos de trabajo que se identifican con las habilidades mencionadas para cumplir las tareas siguientes:

- Definir la habilidad.

- Dramatizar en una situación de no más de 10 minutos cómo se manifiesta esa habilidad en su grupo de estudiantes haciendo énfasis en los aspectos positivos y negativos y cuál sería la forma ideal para solucionarlas expresiones negativas desde el proceso docente.

Interrogantes para el debate:

- ¿Cuál es la mejor forma para reaccionar ante estas situaciones?
- ¿Cómo crees que se sienten los demás cuando existen expresiones inadecuadas hacia su persona?
- ¿Qué otras alternativas pudieran emplearse para favorecer el desarrollo de estas habilidades?
- ¿Qué podrían hacer para mejorar la comunicación ante situaciones parecidas a estas?

Cierre: Se utilizará la técnica de “Lo positivo, lo negativo y lo interesante” de manera que el grupo exprese lo aprendido y lo que sintió en la sesión

Con la aplicación de los talleres se logró que los docentes elevaran el dominio de los términos y definiciones sobre las habilidades socioemocionales, en las clases y otras actividades del proceso se constata la implementación de alternativas para el mejoramiento de la empatía y las relaciones entre los adolescentes. En cuanto a los estudiantes, se aprecia la modificación de sus modos de actuación lo que influye tanto en el aprendizaje, como en los aspectos afectivos y conductuales. Se fortalecen los vínculos de amistad y respeto hacia las diferencias individuales, con la ayuda de los profesores. Además, se fortalecen la cooperación y el trabajo en equipo.

Conclusiones

La implementación de los talleres para la preparación de los docentes en función del desarrollo de la empatía y las relaciones interpersonales, constituyó una herramienta eficaz para mejorar el desempeño de los sujetos muestreados, en tanto se desarrolló sobre la base de sus potencialidades y carencias. Se constata en los docentes, mayor dominio en los términos y definiciones sobre las habilidades socioemocionales, así como un mejor aprovechamiento de los contenidos de las asignaturas para formar las mismas. En cuanto a los adolescentes, se aprecia la modificación de sus modos de actuación lo que influye tanto en el aprendizaje, como en los aspectos afectivos y conductuales.

Bibliografía

- Bisquerra, R, Pérez, N. Las competencias emocionales Educación XXI, vol. 10, 2007, pp. 61-82. Universidad Nacional de Educación a Distancia Madrid, España Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70601005>.
- Caurín, C, Morales, A y Vinat, M. 2018. Convivencia en el ámbito educativo: aplicación de un programa basado en la empatía, la educación emocional y la resolución de conflictos en un instituto español de enseñanza secundaria. En Cuestiones Pedagógicas, 27, 2018/2019, pp. 97-112.
- Cruz, J, Alba, O y Sánchez, B. 2020. El reto de la educación emocional: una propuesta pedagógica para la formación integral del estudiante de la Universidad Técnica de Babahoyo En Maestro y Sociedad. pp. 357-371. Ecuador.
- Gómez, A. 2022. Preparación del psicopedagogo en la habilidad socioemocional empatía desde un enfoque inclusivo. Tesis en opción al Título de Máster en Inclusión Socioeducativa. Camagüey.