

Formación emocional en entornos educativos

Temas centrales y desafíos

Neva Milicic M.

Teresita Marchant O.

Soledad López de Lérica M.



Formación emocional en entornos educativos

Temas centrales y desafíos

Neva Milicic M.

Teresita Marchant O.

Soledad López de Lérica M.



FORMACIÓN EMOCIONAL EN ENTORNOS EDUCATIVOS

Temas centrales y desafíos

Neva Milicic M.

Teresita Marchant O.

Soledad López de Lérída M.

Dirección de Publicaciones Generales: Sergio Tanhnuz

Coordinación de la edición: Alejandro Aliaga

Diagramación y diseño: Kevin González

© del texto: Neva Milicic M., 2021

Teresita Marchant O., 2021

Soledad López de Lérída M., 2021

© SM S. A.

Coyancura 2283, oficina 203,

Providencia, Santiago de Chile.

ATENCIÓN AL CLIENTE

Teléfono: 600 3811312

www.grupo-sm.com/cl

chile@grupo-sm.com

Registro de propiedad intelectual: 2021-A-10583

Registro de edición: 2021-A-10529

ISBN: 978-956-403-224-5

ISBN digital: 978-956-403-224-5

Diagramación digital: ebooks Patagonia

www.ebookspatagonia.com

info@ebookspatagonia.com

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático, ni su transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea digital, electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del *copyright*.

ÍNDICE

PRÓLOGO.

INTRODUCCIÓN.

CAPÍTULO I

DESARROLLO PERSONAL:

PROFESORES EMOCIONALMENTE COMPETENTES

- › Introducción
- › Competencias socioemocionales docentes (Competencias SED)
- › Competencias SED orientadas al vínculo
- › Competencias SED orientadas a la regulación emocional
- › Competencias SED orientadas a la comunicación
- › Competencias SED orientadas al bienestar
- › Cierre
- › Bibliografía
- › Recursos de apoyo

CAPÍTULO II

AUTOESTIMA: LA APRECIACIÓN DE SÍ MISMO

- › Introducción
- › Concepto de autoestima y su circularidad
- › Autoestima positiva y sus dimensiones
- › Autoestima y sus efectos en la trayectoria de vida y resiliencia
- › La autoestima por edad y género

- › [Autoestima en el contexto escolar: Cómo favorecerla desde la relación profesor-alumno](#)
- › [Fortalecer la autoestima de los profesores](#)
- › [¿Qué podemos hacer para desarrollar una autoestima positiva en el contexto escolar?](#)
- › [¿Qué podemos hacer para evitar la autoestima negativa en el contexto escolar?](#)
- › [Cierre](#)
- › [Bibliografía](#)
- › [Recursos de apoyo](#)

CAPÍTULO III

RESILIENCIA: UN CONCEPTO CENTRAL PARA EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL

- › [Introducción](#)
- › [Resiliencia, un concepto esperanzador](#)
- › [La adversidad impacta](#)
- › [Formación de personalidades resilientes](#)
- › [Contexto escolar y resiliencia](#)
- › [Los libros, el cine, el arte y la resiliencia](#)
- › [Cierre](#)
- › [Bibliografía](#)
- › [Recursos de apoyo](#)

CAPÍTULO IV

CLIMA SOCIAL ESCOLAR: LA PERCEPCIÓN DE LOS ACTORES

- › [Introducción](#)
- › [Clima social escolar y bienestar emocional](#)
- › [Clima social escolar y apego](#)
- › [Clima social escolar y vínculos](#)
- › [Clima social escolar y empatía](#)
- › [Clima social escolar y autorregulación, límites, convivencia, resolución de conflictos](#)

- › Evaluación del clima social escolar
- › Marco regulatorio del tema
- › Cierre
- › Bibliografía
- › Recursos de apoyo

CAPÍTULO V

LA VIOLENCIA ESCOLAR, UN DESAFÍO PARA LA ESCUELA

- › Introducción
- › La violencia escolar: Su manejo desde la prevención
- › *Bullying*: Violencia entre pares
- › Efectos y secuelas del *bullying*
- › Manejo del *bullying* en el contexto escolar
- › Cierre
- › Bibliografía
- › Recursos de apoyo

CAPÍTULO VI

EMOCIONES Y PROGRAMAS QUE BUSCAN SU DESARROLLO EN LAS COMUNIDADES EDUCATIVAS

- >> Introducción
- › Programas de Desarrollo Socioemocional: Definición de su objetivo, su metodología y su sistema de evaluación
- › Descripción de algunos programas de desarrollo socioemocional
- › Descripción de algunos instrumentos, cuestionarios y perfiles para evaluar habilidades socioemocionales
- › Cierre
- › Bibliografía
- › Recursos de apoyo

CAPÍTULO VII

LA TECNOLOGÍA, UNA REALIDAD DEL SIGLO XXI.

ALGUNOS DE SUS DESAFÍOS Y USOS EN LA EDUCACIÓN

- › [Introducción](#)
- › [El buen uso de la tecnología en el contexto escolar](#)
- › [Tecnología y convivencia](#)
- › [Pandemia y educación de calidad](#)
- › [La necesaria regulación del uso de la tecnología en niños y adolescentes](#)
- › [Cierre](#)
- › [Bibliografía](#)
- › [Recursos de apoyo](#)

CAPÍTULO VIII RELACIÓN FAMILIA-ESCUELA: CONSTRUYENDO PUENTES

- › [Introducción](#)
- › [Desafíos en la relación familia-escuela](#)
- › [Alianza efectiva entre la familia y la escuela](#)
- › [El profesor, una figura clave en la relación escuela-familia](#)
- › [Instancias fundamentales de encuentro familia-escuela](#)
- › [Relaciones disfuncionales familia-escuela](#)
- › [Cierre: Cómo fortalecer la comunicación familia-escuela](#)
- › [Bibliografía](#)
- › [Recursos de apoyo](#)

CAPÍTULO IX CRISIS Y CONTEXTO ESCOLAR

- › [Introducción](#)
- › [Efectos de las crisis](#)
- › [Crisis y contexto escolar](#)
- › [Crisis no esperadas que pueden impactar a los alumnos y a las comunidades educativas](#)
- › [Cómo enfrentar estas crisis en el contexto escolar](#)
- › [Cierre](#)

- › [Bibliografía](#)
- › [Recursos de apoyo](#)

CAPÍTULO X

CRISIS COMUNITARIAS, NACIONALES O MUNDIALES

- › [Introducción](#)
- › [Cómo afectan las crisis comunitarias, nacionales o mundiales](#)
- › [Cómo enfrentar las crisis comunitarias, nacionales o mundiales](#)
- › [Materiales de apoyo para el trabajo en crisis comunitarias, nacionales o mundiales](#)
- › [Cierre](#)
- › [Bibliografía](#)
- › [Recursos de apoyo](#)

CAPÍTULO XI

DESGASTE PROFESIONAL DOCENTE O BURNOUT

- › [Introducción](#)
- › [¿Qué es el desgaste profesional o *burnout*?](#)
- › [Prevención del desgaste profesional](#)
- › [Cómo enfrentar el desgaste profesional](#)
- › [Cierre](#)
- › [Bibliografía](#)
- › [Recursos de apoyo](#)

CONCLUSIONES

PRÓLOGO

¡Maldita pandemia!

Nos trajo a todos incertidumbre, pérdidas y dolor. Y, para la mayoría, significó una larga hibernación, de la cual salíamos de trecho en trecho solo para descubrir de nuevo las cifras actualizadas de la peste y de la muerte, lo cual a su turno “justificaba” el regreso al encierro, y ese estado de animación suspendida fue la “nueva normalidad” para la mayoría, hasta que la vacuna (¿qué sería de nosotros sin ella?!) vino a mostrarnos la luz al final del túnel.

Por fortuna, siempre han existido personas “por fuera de la caja”. Tres de ellas son Neva Milicic, Teresita Marchant y Soledad López de Lérida. Recogieron fuerzas –quien sabe de dónde–, se pusieron “manos a la obra” y aprovecharon esos largos períodos de penumbra física y emocional para visibilizar ante todos nosotros los imperativos de la educación emocional en los contextos escolares.

Y, ah, ¡la falta que hace! Se ha repetido hasta el cansancio que todo ha cambiado en la especie humana (transportes, bancos, tiendas, hoteles, diversiones, pecados, costumbres...), ¡excepto las prácticas pedagógicas! La escuela remoja las fachadas y los espacios, acoge las nuevas modas de los jóvenes, contrata diseñadores para rejuvenecer los mismos viejos textos, se da golpes de pecho cuando se le señala su divorcio respecto de las realidades, los anhelos y los proyectos de vida de sus muchachos..., y acto seguido regresa a los mismos salones, las mismas rutinas, los mismos contenidos, los mismos currículos, las mismas didácticas, las mismas evaluaciones (perdonará el

corrector de estilo la repetición del término “mismas”, ¡pero aquí se hace indispensable!).

Uno de esos anclajes arcaicos es la concepción (mejor diríamos: la convicción) de que “el asunto de la escuela” es el conocimiento. Esa mirada deja, por supuesto, por fuera las emociones. Pregunte usted, apreciado lector, a cualquier maestro por los contenidos, las categorías, los currículos y las didácticas de las matemáticas (o las ciencias sociales o las biológicas, etc.) y recibirá de inmediato una conferencia erudita sobre el tema. Ahora, haga lo propio con las emociones..., ¡y prepárese!

La arquitectura afectivo-emocional no es un accidente lateral en la construcción de un niño y en sus realidades cotidianas. Al final del día es esa arquitectura la determinante fundamental de su desempeño, de su éxito (o fracaso) y de su felicidad. Y si ello siempre fue evidente, o debió serlo, esa realidad se torna absoluta y contundentemente inocultable hoy, en los tiempos de la pandemia. Nuestros niños han sufrido lo indecible. Regresan a las aulas con todas esas cicatrices emocionales y llevarán con ellos profundos impactos de estas en sus comportamientos, su relacionamiento y su felicidad. ¡Y el aula debe estar preparada para recibirlos!

Y aquí es donde encajan -como un rocío bienvenido y vivificante- los señalamientos que Neva, Teresita y la Sole nos presentan en su libro.

El libro empieza por el principio. Perdonarán ustedes esa obviedad, pero es necesario enfatizar que, si el maestro debe ser competente en su área particular de interés y desempeño, no lo puede ser menos en el área que es central para todos sus alumnos, esto es, debe ser un profesor emocionalmente competente. Y por allí es por donde hay que empezar, y eso hace este libro. Coherente con ello, el primer capítulo ayuda al maestro, sin estridencias o señalamientos punitivos, a construir

competencias orientadas al vínculo, a la regulación emocional, a la comunicación y al bienestar.

Y ya desde esa construcción de maestro progresan las autoras a presentar los elementos centrales en la construcción emocional de los niños.

Al final del día, ¿a quién debo importarle yo sino a mí mismo? En otras palabras, ¿cuál es la narrativa que yo tengo de mí mismo? Las autoras lo señalan con contundencia: “Uno de los objetivos centrales de la educación es que los niños construyan una narrativa de sí mismos, una identidad y una valoración que sean positivas”. Este segundo capítulo elabora en profundidad los fundamentos teóricos, las aplicaciones prácticas e incluso las anécdotas que pincelan este tema fundamental de la autoestima. Con similar cariño y cuidado es tratado, en el capítulo tercero, el tema fundamental de la resiliencia. ¡Cuánta falta ha hecho en esta pandemia! Como bien describen las autoras, resiliencia no es un curso acelerado de quejas, sino una mirada distinta (un “cambio de foco”, dicen ellas) sobre la adversidad. Señalan con contundencia que ese “cambio de foco” es posible y muestran los caminos para lograrlo. Muchos niños (aún niños pero también, en algunos casos, ya convertidos en adultos) tendrían que pensar en ellas cuando estas enseñanzas prueben ser sanadoras en momentos de tribulación. Lo que sí, probablemente, recordarán con cariño al maestro que, con su dedicación y afecto, fue instrumental en esos aprendizajes y les permitió apropiarse de esas competencias.

Una vez desarrollados estos temas “individuales”, el libro progresa al clima social escolar, esto es, a las construcciones colectivas. Y lo logra, ligándolo con los constructos individuales -bienestar, apegos, vínculos, empatía y autorregulación- con argumentaciones poderosas y convincentes. Empieza, por ejemplo, exaltando desde el “yosotros” el concepto UBUNTU y nos ponen de

manifiesto que “yo soy porque nosotros somos”. Señala también que “en un clima nutritivo se logra que la mayoría de los estudiantes, los docentes y el personal sientan que el sistema considera sus necesidades emocionales y de interacción social”. Y es eso lo que valida a cada individuo en lo particular y lo anima a participar y disfrutar de esa construcción colectiva. En lo personal, debo declararme enamorado de su llamado a los adultos para que entendamos nuestra responsabilidad en conseguir de los niños (y para los niños) la educación para la felicidad responsable (hermoso término) y para la paz. Igualmente me declaro “fan” de las “tablitas de la Neva”, en las que contrasta las dos caras de un paradigma –en este caso, los climas sociales nutritivos versus los tóxicos. Y todo lo anterior sin descuidar los espacios para “cuidar a quienes enseñan”. Si esperamos tener maestros emocionalmente competentes debemos asegurarnos de que el entorno laboral y la cotidianeidad no se encargue de “espachurrarlos” emocionalmente. En un giro de reconocimiento pragmático digno de encomio, el libro no se atrinchera ni se regodea en “extraditar” a quienes siguen rindiendo pleitesía al tradicional culto al conocimiento. Para todos hay: “el aprendizaje académico no es un tema puramente cognitivo, es conjuntamente un proceso emocional”.

Y –como es apenas natural– los climas generan consecuencias: el capítulo quinto describe, entonces, la violencia escolar como un desafío para toda la escuela. Pocas palabras fueron tan intensamente movilizadoras de las tendencias sociales como *bullying*... hasta febrero de 2020. Durante el confinamiento, por razones obvias, la segregación física y el monitoreo obligado de los padres sobre los contenidos digitales a los que accedían sus hijos pusieron este asunto en pausa. Pero no nos equivoquemos: es tan solo un monstruo dormido. Tan pronto regrese la plena presencialidad (¡ojalá más temprano que tarde!),

despertará. Y lo hará con energías renovadas, surgidas de la pléyade de niños vulnerables que nos dejará como herencia el confinamiento. Las autoras enfatizan en que todos los actores merecen una consideración apropiada y unas acciones eficientes y oportunas: víctimas, por supuesto, pero también victimarios, testigos, maestros y padres de familia. Y privilegian un enfoque desde la prevención, señalando acciones sensatas para lograrlo. Ya frente a los hechos cumplidos, es menester identificar los actores, las acciones y sus consecuencias sin caer en la tentación punitiva. Y ese sí es un mérito mayor de este libro. Señala caminos para la acción que nos permiten resistir los cantos de sirena de la venganza. Quisiera, en ese contexto, presentar aquí una cita textual:

“Enseñe y entrene a sus estudiantes, por medio de juego de roles, en respuestas apropiadas para defenderse de los hostigamientos de los agresores (aprender a decir no, ignorar, uso del humor, etc.). Fomente en su curso una cultura de no violencia, estimulando la empatía, la resolución pacífica de conflictos, el cuidado y respeto de los demás, y considerando a los observadores como aliados en sus estrategias. Recuerde que la dinámica de hostigamiento tiene una funcionalidad social, por lo que es importante entender la cultura de sus alumnos para incentivar cambios que sean bien acogidos” (p. 172).

El libro visibiliza, además, una faceta que no suele ser presentada: la del hostigador. Estos niños merecen especial cuidado, pues -como señalan las autoras- “su trayectoria de vida puede ser destructiva”. Una identificación e intervención oportunas pueden, tal vez, evitar ese trágico desenlace.

A lo largo de varias décadas de amistad con las autoras no me canso de admirar la sintonía que logran con sus lectores. Entienden como pocos las necesidades y

motivaciones de quienes las leen y se aplican con juicio a responder con seriedad a esas necesidades. Y es así, entonces, como el capítulo sexto presenta y desarrolla un catálogo extenso de los programas de intervención disponibles. El séptimo explora la presencia de las tecnologías contemporáneas (en especial las digitales) en la cotidianidad de los niños, el octavo diseña con afecto y realismo las complejidades del matrimonio familia-escuela, el noveno y el décimo, los imperativos de acción en situaciones de crisis. El lector tiene la seguridad de encontrar en este libro respuestas concretas y útiles a las tribulaciones de la práctica cotidiana en cada uno de estos aspectos, y cada capítulo se complementa, al final, con un rico inventario de recursos didácticos sobre el tema que el maestro podrá adaptar a diversas situaciones de la cotidianidad del aula.

El libro cierra con un capítulo inescapable: el *burnout*. ¿Cómo transitar por tanto dolor, por tanta congoja; cómo asistir a la destrucción y al sufrimiento; cómo encontrar fuerzas para reiniciar todos los días una nueva jornada sin “morir -en el alma- en el intento”? Toda la experiencia de varias décadas de las autoras, transitando ellas mismas por esos caminos, enfrentadas a los mismos fantasmas y recogiendo los recursos con los que se han ido topando para seguir adelante, se pone al servicio del lector para señalar opciones y estrategias que le permitan al maestro persistir y resistir y encontrar las gratificaciones a las que tiene derecho por haber abrazado una de las misiones más loables: ser maestro.

Nada de lo hasta ahora señalado habría sido posible solo desde la erudición. Las autoras -individual y colectivamente- recogen, en efecto, una experiencia insuperable, acoplada a una trayectoria académica intachable, que les ha merecido un digno reconocimiento entre sus pares. Ello no basta en los terrenos del desarrollo socioemocional. Se requiere conocer, sí, y hacer, también.

Pero, por encima de ello, se requiere SER y COEXISTIR. Así, en mayúsculas. Se requiere poder exhibir una vida entera, una trayectoria vital que no deje dudas en nadie sobre que se es fiel a ese compromiso con lo que nos hace profundamente humanos: nuestra arquitectura socioemocional. En su vida profesional y en su vida personal, Neva, Sole y Teresita, han dado -paso a paso- ese testimonio vital.

Bienvenido su libro.

Jorge Eslava Cobos

Bogotá, septiembre de 2021

INTRODUCCIÓN

La piedra angular de la educación es, sin duda, el profesor. La valoración que una sociedad hace de quienes enseñan da cuenta de la importancia que esta atribuye a la educación y a la infancia. El libro *Formación emocional en entornos educativos. Temas centrales y desafíos* es producto del trabajo de nosotras, las autoras, en talleres sobre este tema con profesores –en muchos contextos educativos, fundaciones y colegios– y de nuestra experiencia en proyectos de investigación y de docencia durante más de tres décadas.

Todo libro –y este no es una excepción– tiene una historia que ni siquiera sus autores conocen bien. Surge de innumerables experiencias, lecturas y reflexiones que se van anudando, entremezclando, hasta dar con el tono y propósito de que lo que se quiere comunicar. Cuando un libro es una obra colaborativa, como esta, para cada autora tiene un significado particular, que se va compartiendo en favor de la obra común. Cada una de nosotras llegó a trabajar en educación por caminos diferentes, pero con la misma motivación que nos gustaría compartir en esta introducción con los lectores, porque, de alguna manera explícita la experiencia que fundamenta este libro:

Neva Milicic:

Desde mi perspectiva, el libro nace de mi motivación por mejorar la calidad de la educación en los años 70. Por la toma de conciencia de que un profesor puede hacer la diferencia en la forma que un niño experimente su vida

escolar, ya sea como un espacio que lo haga crecer o lo hunda en una sensación de incompetencia y desesperanza. Eran años con gran deserción escolar y con mayor desigualdad educativa que la actual, si eso es posible. Mi ingreso a la temática de la educación emocional fue a través de la Facultad de Educación de la Pontificia Universidad Católica de Chile, con ese maravilloso grupo de docencia de posgrado que fue el departamento de Educación Especial, liderado por Luis Bravo. Compartíamos nuestro trabajo con el Servicio de Psiquiatría Infantil del hospital Luis Calvo Mackenna, donde a diario teníamos evidencia de la experiencia de sufrimiento que para muchos niños era su paso por la escuela, a raíz de sus dificultades de aprendizaje y las carencias con que enfrentaban el espacio educativo. Todo ello nos orientó a mirar los déficits que tenía la formación de educadores, incluidos profesores, psicólogos y directivos, para enfrentar este tremendo desafío que es educar a los niños.

Junto con ello, la docencia, la investigación y el diálogo en la escuela de Psicología, con profesores y alumnos, sobre cómo mejorar las desigualdades en educación fue una fuente de motivación para aprender. Allí me reencontré con Teresita Marchant y comenzamos a trabajar juntas. En esa época nacieron nuestros hijos y comenzamos a captar en forma muy directa cuánto puede beneficiar a los niños un buen profesor y cuánto puede dañarlo si no se tienen las competencias emocionales indispensables para educar. En ese contexto, hice mis primeros trabajos de investigación sobre aprendizaje socioemocional con Lidia Alcalay, Christian Berger y Alejandra Torretti.

En los últimos años, me ha preocupado poder transmitir toda la experiencia en este campo a las nuevas generaciones y dejarlo por escrito. Y qué mejores aliadas para hacerlo que una amiga, con toda la connotación que esta palabra tiene, como Teresita Marchant, la Tita, con quien compartimos tantas jornadas masivas de

capacitación de profesores en Fundación Arauco y en Fundación Belén Educa, y mi hija Soledad, que desde muy pequeña tuvo un especial interés, talento y sensibilidad para generar vínculos interpersonales. La pregunta que me motivaba era ¿cuál es la formación en el área emocional que requiere un docente para cumplir la difícil y compleja misión de educar? Quizás un día veamos que muchos de estos conceptos serán parte de la formación inicial de profesores y de su perfeccionamiento docente.

Teresita Marchant:

Mi primer enfrentamiento con el complejo tema de la educación fue al irme a los 21 años, como voluntaria, a hacer alfabetización de adultos a la isla de Chiloé como parte de un programa del Ministerio de Educación. Nos capacitaron y los voluntarios nos fuimos muy tranquilos. A las mujeres nos asignaron la capacitación de las artesanas que habitaban diversas comunidades cercanas a Ancud. Allí nos enfrentamos a la realidad de que no tenían ningún interés ni motivación por aprender a leer. En su comunidad, tan rica en tradiciones orales, mitos y leyendas no hacía falta leer: tenían encuentros para tejer, bordar y escuchar la teleserie en la radio; tenían familia, amigos, una rica vida comunitaria y una naturaleza privilegiada. No necesitaban más. Fue un golpe darnos cuenta de que, si no lográbamos motivarlas, darle un sentido al valor de leer y escribir, a transmitirles que iba a ser un regalo para su desarrollo y crecimiento personal, para comunicarse con los demás, no íbamos a lograr nuestro objetivo de disminuir el analfabetismo en nuestro país. Logramos hacerlo y, con ello, aportar nuestro granito de arena. Fue una experiencia fascinante para nosotros y creo que también para ellas.

En los años 90, cuando trabajaba en la Universidad Católica de Chile y en un colegio, me ofrecieron liderar un proyecto para crear una Fundación Educacional que ayudara a mejorar la educación municipal rural en algunas

comunas de la provincia de Arauco. El desafío era grande y, con un gran equipo formado por Angélica Prats, Isabel Margarita Haeussler e Isabel Tarky, optamos por trabajar en el desarrollo de las destrezas básicas y de la autoestima. Las destrezas básicas de lenguaje oral y escrito y de razonamiento lógico matemático resultaron claras para los profesionales de la empresa que financió el proyecto. No así el trabajo en autoestima, que costó justificar. Cada uno de estos temas fue encargado a docentes destacados en cada área. Neva Milicic lideró el área de autoestima. Creo que fue el sello que marcó el éxito del proyecto. Los profesores crecieron en lo personal y en el conocimiento del tema y vivenciaron el cómo transmitirlo a sus alumnos a través de talleres experienciales. Ellos tomaron conciencia de la importancia de su rol, aumentaron su propia autoestima y mejoraron las expectativas de lo que ellos podían lograr con sus alumnos y con los padres de familia. Aprendieron a enfrentar temas fundamentales, entre ellos: cómo educar alumnos resilientes, con autoestima positiva, con sueños y proyectos de vida; cómo descubrir la riqueza de los libros, de las diversas formas de escritura, de la música y del arte; cómo crear climas escolares nutritivos; cómo potenciar los talentos de cada alumno; cómo disminuir la violencia, cómo enseñar a los alumnos a autorregularse, a convivir y resolver conflictos; cómo enfrentar las crisis personales o comunitarias en el contexto escolar y cómo mejorar las propias habilidades tecnológicas para educar mejor. Los profesores de Arauco nos enseñaron mucho. Entre otras temáticas: a cómo hacer apego con los alumnos y sus familias, a cómo establecer vínculos profundos, a descubrir y valorar la enorme riqueza de la cultura oral, a cómo integrar alumnos discapacitados en la escolaridad normal, a cómo trabajar por grupos-nivel, ya que muchas veces en una misma sala tenían alumnos haciendo más de un curso (escuelas uni, bi o tridocentes).

Después de trabajar 30 años en esta área con profesores del sur y de Santiago, que una y otra vez nos pidieron profundizar en los mismos temas, me pareció fascinante el desafío de escribir al respecto con Neva Milicic y Soledad López de Lérída, para que el resultado sirva y llegue a otros profesores del país.

Soledad López de Lérída:

Yo represento la nueva generación, privilegiada por poder escuchar y recibir tantas experiencias generadas por Neva y Tita con sus equipos de trabajo, a través del contacto cercano que han tenido con numerosos profesores de Chile y la escucha atenta hacia los niños y sus familias.

Este libro no es el inicio, sino un paso más en el intento de este grupo de trabajo por comunicar toda esta experiencia. Un paso fundamental para que muchas más personas puedan beneficiarse, cambiar y aprender nuevas maneras de enseñar y acompañar a los niños y jóvenes en su desarrollo. Desde que tengo conciencia, fui testigo de reuniones sociales y de trabajo con eminencias en Chile en psicología y educación, y aprendí de estos “tíos” el amor por lo que hacen, la importancia de las relaciones y muchos temas en los cuales eran expertos. Y ese es un camino por el cual me gustaría seguir avanzando.

Realicé mi primera investigación en contextos educativos estudiando sobre el *bullying*, en años donde aún el término era desconocido para la mayor parte de la población. Tengo la secreta esperanza de que suceda lo mismo con las competencias socioemocionales docentes (competencias SED), que es el tema que he continuado investigando y el cual espero que adquiera la misma o mayor popularidad que el concepto anterior. Estoy convencida de que las competencias emocionales docentes tienen una mayor prevalencia en el sistema educativo que el *bullying* y que son la respuesta para disminuir muchos de los problemas al interior de los colegios y amortiguar el impacto de las

dificultades o déficits. Las competencias SED son las que permitirán que cada niño logre la mejor versión de sí mismo y alcance sus sueños, para sí mismo y para una sociedad más justa y sensible.

Durante mi vida laboral he tenido la oportunidad de conocer a profesores trabajando al interior de los colegios, en capacitaciones psicoeducativas junto con Teresita Marchant y Neva Milicic, y también acompañándolos en crisis masivas y en crisis individuales de estudiantes como pacientes. Además, tengo la experiencia de tener hijos, sobrinos y amistades de ellos en edad escolar, y tuve la oportunidad de vivir en Alemania, lo que me permitió contrastar con otras formas de educar.

Me inquieta actualmente que la preocupación que muchos sectores manifiestan hoy por los componentes afectivos, producto de la pandemia, mañana sea reemplazada por una recuperación de contenidos y un querer olvidar lo vivido. De alguna manera, si queda escrito en estas hojas, será un recordatorio de que es una experiencia que se debe integrar, como lo hemos hecho en este libro, para crecer a través de ella.

Mi compromiso es continuar el camino que Neva, Tita y tantos más han iniciado en Chile, de manera que el aprendizaje emocional esté encarnado en los colegios y en las salas de clases. Estaré infinitamente agradecida con ellas por el honor de haber sido invitada a participar de la revisión de sus trayectorias profesionales.

Para todas, el punto en común de este libro fue la preocupación por las necesidades de la infancia en la realidad educativa, y nos preguntamos: ¿Qué formación queremos que tengan nuestros niños para que sean felices y sean un aporte efectivo a la sociedad? Sin duda, todos queremos que los niños aprendan, socialicen y desarrollen el mayor bienestar emocional posible. Es un hecho indiscutible que el bienestar emocional de los niños, con

todas las repercusiones que tiene para su salud mental actual y futura, depende en gran medida de la forma en que transcurra el largo camino que es su vida escolar. El espacio educativo va a jugar un rol determinante en esta experiencia, en la medida que permite crear un ambiente seguro para que sus alumnos puedan desplegar sus recursos internos y acompañarlos en la construcción de vínculos significativos con sus profesores, con sus compañeros y consigo mismos.

Desde nuestra perspectiva, los vínculos son un factor central de cambio en el desarrollo emocional. En esta mirada, la figura del profesor es de la mayor importancia social, ya que los niños y los adolescentes están bajo su influencia formativa durante el período más decisivo de su desarrollo cerebral, de su aprendizaje académico, de la formación de su personalidad y su formación valórica. Es un período en el que, además, aprenden a enfrentar adversidades, pedir ayuda y tomar decisiones (muchas que van a marcar significativamente su trayectoria de vida). Como dice la escritora Rosa Montero: “La infancia es la casa en que habitas el resto de tu vida”

Haeussler, Leniz, Bunge y Bonfill (2018) plantean que:

“La infancia es una etapa de la vida que marca al ser humano y constituye un referente al cual se retorna incesantemente. Las experiencias de la infancia se quedan en nosotros y pueden transformarse en recursos y recuerdos positivos, pero también en dolores y angustias que vuelven de alguna manera en diferentes momentos a lo largo de la existencia. Desarrollarse como un ser humano único y particular, independiente y autónomo, capaz de regular emociones y establecer relaciones interpersonales adecuadas, construyendo una identidad propia en conexión con las propias emociones, junto con insertarse y descubrir activamente el mundo que rodea, son tareas fundamentales de la infancia y la adolescencia” (p. 21).

La institución escolar es uno de los espacios que, durante toda la etapa de crecimiento y exploración, acompaña al niño y joven en la construcción de la visión que tiene de sí mismo, sus memorias sobre su capacidad de aprendizaje académico y, muy especialmente, su capacidad de convivencia social. La experiencia escolar es de gran significación y juega un rol esencial en la formación integral de niños y adolescentes (Arón, Milicic, Sánchez y Subercaseaux, 2017). Así, lo que vivirán durante el largo camino que será su vida escolar marcará y dejará una impronta que hará que los alumnos tengan una mayor propositividad vital y generen un proyecto personal que los hará sentirse capaces y competentes o con desconfianza en sus posibilidades. En estos años y etapas de vida, los alumnos no solo aprenden competencias académicas, sino también a:

- ›conocerse y relacionarse;
- ›vincularse con ellos mismos y a valorarse;
- ›relacionarse con otros, como sus compañeros y figuras de autoridad distintas de sus padres;
- ›interactuar con el mundo externo como ciudadanos desarrollando un propósito de vida y tomando consciencia del medioambiente.

El concepto de memoria emocional escolar, que es la narrativa que queda del transitar por la escuela, tiene personajes principales y secundarios. Algunos que ayudan, o nos ayudaron, a la resiliencia y a la autoestima; otros que dejan, o dejaron, cicatrices difíciles de superar.

Los vínculos son un tema central en la educación emocional. Explican quiénes somos y quiénes vamos a llegar a ser, y son parte de la narrativa que construimos de nosotros mismos. Los vínculos dejan una huella indeleble que va más allá del aquí y ahora, que permanece aun cuando las otras personas con las que establecimos un

vínculo profundo ya no estén. Toda persona es muy sensible a conectarse con quienes siente que establece vínculos cercanos.

El aprendizaje socioemocional es un tema que se encuentra en la literatura pedagógica del siglo pasado, pero es posiblemente en este milenio cuando lo sembrado parece crecer en el espacio que merece: las reflexiones educativas. **Los cambios en educación pasan por una formación integral de los profesores, y la pregunta que intentará responder este libro es: ¿cuáles son los contenidos indispensables en su formación para que puedan favorecer el aprendizaje socioemocional en sus estudiantes y les permitan desarrollar todo su potencial, en un ambiente emocionalmente seguro y nutritivo, y que, a su vez, tenga en consideración el bienestar docente?**

Las propuestas que se describen en estas páginas están influenciadas, en parte, por la corriente de la psicología positiva, que se centra principalmente en los recursos de las personas para alcanzar su bienestar, por la corriente que investiga y desarrolla los conceptos de aprendizaje socioemocional y también por las últimas evidencias que nos ofrece la neurociencia sobre cómo se construye y qué acciones ayudan a la integración del cerebro.

Muchos profesores generan experiencias que favorecen la elaboración emocional. Nos parece importante que cuenten con el sustrato teórico de por qué hacen lo que hacen y por qué lo hacen como lo hacen. Los grandes avances de la neurociencia nos han permitido profundizar en las bases biológicas del comportamiento socioemocional y en el proceso por el cual las emociones afectan el aprendizaje cognitivo y socioemocional (Siegel, 2014). Las experiencias tempranas tienen una influencia poderosa y duradera en el desarrollo cerebral y estas moldean su arquitectura. Siegel y Payne (2018) nos invitan a centrarnos más en el cerebro del que aprende que en lo que queremos enseñar, y

plantean que las relaciones entre padres e hijos, y también entre profesores y alumnos, afectan la receptividad del cerebro para incorporar nuevas experiencias y aprender de ellas. Invitan a cultivar un cerebro afirmativo focalizando la enseñanza en lo positivo y promoviendo un cerebro interconectado, cuyas partes trabajen como un todo coordinado y equilibrado. Aquello a lo que le presta atención un niño produce una activación a nivel neuronal y conexiones que favorecen la integración cerebral. Si el colegio se focaliza en los aspectos positivos, la atención del alumno se irá habituando a hacer conexiones en la zona de las emociones positivas. Si se centra en los déficits y los problemas, la atención de los alumnos va a centrarse en ellos, con consecuencias negativas para su desarrollo socioemocional. Saber esto nos hace reflexionar sobre qué estímulos les estamos presentando cotidianamente a nuestros niños y jóvenes, en la escuela y en el hogar, ya que lo que no se hace no construye cerebro o disminuye las posibilidades de su desarrollo. En este proceso de formación, el rol del profesor como agente que colabora en la construcción de arquitectura cerebral es central, especialmente para los alumnos de contextos vulnerables, quienes muchas veces no reciben tempranamente los nutrientes afectivos y cognitivos necesarios, con lo cual se genera una brecha entre los niños con diferentes oportunidades.

¿Qué definición hemos tomado de desarrollo socioemocional? El centro CASEL (Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning) define el aprendizaje emocional como el proceso de ayudar a los niños y adolescentes a desarrollar las competencias fundamentales para la efectividad en la vida. Aquellas que necesitamos para manejarnos a nosotros mismos, nuestras relaciones interpersonales y nuestro trabajo en forma efectiva y ética (Salovey y Mayer, 1990). Zins, Weissberg, Wang y Walberg (2004) describen cinco competencias

básicas que se deben desarrollar en todo programa de aprendizaje socioemocional:

- ›Conciencia de sí mismo, es decir, la capacidad de identificar y reconocer las propias emociones, de tener una percepción precisa de sí mismo, así como de desarrollar autoeficacia, espiritualidad y un sistema de valores.
- ›Conciencia social, es decir, la toma de perspectiva, el desarrollo de la empatía, la aceptación y valoración de la diversidad, así como el respeto por los otros.
- ›Toma responsable de decisiones, es decir, el desarrollo de la capacidad de identificar y resolver problemas evaluando y reflexionando antes de tomar decisiones y asumiendo la responsabilidad personal y moral por estas.
- ›Autorregulación, es decir, el desarrollo del control de impulsos, la automotivación, la capacidad de fijarse metas y cumplirlas. También incluye el manejo del estrés y la habilidad para organizarse.
- ›Manejo de relaciones, es decir, la capacidad para realizar trabajo cooperativo, pedir y dar ayuda, negociar y manejar conflictos.

Tal como se menciona en la definición, el desarrollo socioemocional es un concepto muy amplio y tiene relación con términos como la autoestima, la resiliencia, el clima social escolar, los vínculos, el apego escolar, la empatía, la autorregulación y la convivencia. También se vincula con el manejo que hace la escuela en su relación con las familias, la violencia escolar, las crisis esperadas y no esperadas, las crisis comunitarias nacionales o mundiales, la prevención y el manejo del estrés en alumnos y profesores, el cómo enfrenta los desafíos que nos plantean las nuevas tecnologías, el cómo forma a sus profesores para ser emocionalmente competentes. Sobre la base de estos conceptos hemos desarrollado los capítulos de este libro

A lo largo de estas temáticas de aprendizaje socioemocional, hemos querido entregar los conceptos y herramientas que aparecen en la literatura científica como los más relevantes para la formación integral de los estudiantes. Somos conscientes de la limitación que esta selección pudiera tener, pero estimamos que los temas incluidos deberían formar parte de cualquier programa de capacitación de profesores, tanto en su etapa de formación inicial como de formación continua. Fueron seleccionados dado su potencial de favorecer el bienestar emocional en docentes y estudiantes, y por ser mencionados por los profesores, quienes los perciben como una necesidad para su desarrollo profesional docente.

Existe consenso en que la educación emocional es clave para la formación de una personalidad integral, que las competencias socioemocionales pueden ser desarrolladas y tienen un impacto decisivo en la calidad de vida de las personas. El desarrollo socioemocional implica conocerse, gestionar las emociones y vincularse apropiadamente con los otros. Los resultados de diversas investigaciones aportan evidencia de que los profesores pueden ser agentes decisivos de desarrollo socioemocional de niños y adolescentes (Marchant, Milicic y Álamos, 2015; Milicic, Alcalay, Berger, y Torretti, 2020). Los profesores normalmente muestran interés en saber más sobre aprendizaje socioemocional, en cómo detectar oportunamente a los alumnos con baja autoestima o problemas de salud mental, evaluar esta importante área, aplicar planes preventivos y remediales, y hacer un buen uso de las redes para apoyar a los alumnos con más dificultades.

Dada la creciente evidencia respecto a la relación entre competencias emocionales docentes y desarrollo socioafectivo y académico de los estudiantes, en las últimas décadas han comenzado a desarrollarse programas de formación docente en esta línea y recursos para apoyar a

los profesores en su labor, como videos, películas, libros infantiles y juveniles, y libros para padres y profesores sobre los temas fundamentales del desarrollo socioemocional.

Una educación de calidad para todos es, sin duda, una aspiración para quienes se preocupan de los temas de infancia. Los alarmantes índices de salud mental, que aparecen desde las primeras etapas (CEDEP, 2020), así como las desigualdades, nos abruma ante la insuficiencia de las medidas para disminuirlos. Ciertamente, la educación tiene un poder transformador, y desde esa visión que sabemos que es más positiva, pero que no resuelve la complejidad del problema educativo, quisimos recoger, desde una perspectiva sistémica e interaccional, los aportes de la educación emocional y del aprendizaje socioemocional a las comunidades educativas. El bienestar emocional de niños, adolescentes, profesores y padres logrará que la trayectoria emocional sea más fructífera y se dé en un clima nutritivo, que favorezca el desarrollo y la creación de vínculos. Los lazos emocionales que se construyan en la infancia y en el contexto escolar van a dejar una huella en el desarrollo personal.

Este libro, que podría ser definido como de desarrollo de competencias socioemocionales, se encuentra estructurado en 11 capítulos que, si bien están organizados y relacionados entre sí, fueron redactados de modo que puedan leerse o releerse en forma independiente. Este texto fue programado y escrito para ser leído como “libro discontinuo”, de modo que cada lector pueda elegir lo que más le interese, lo consulte cuando lo necesite y lo retome cuando quiera profundizar o aprender.

El uso de un lenguaje que no discrimine ni marque diferencias entre hombres y mujeres ha sido una preocupación en la elaboración de este libro. Sin embargo, y con el fin de evitar la sobrecarga gráfica que supondría utilizar en español <o/a> para marcar la existencia de

ambos sexos, se ha optado por utilizar el masculino genérico, en el entendido de que todas las menciones en tal género representan siempre a todos y todas, niños y niñas, alumnos y alumnas, profesores y profesoras, padres y madres, abarcando claramente ambos sexos.

Cada capítulo aborda un tema que se considera central para el aprendizaje emocional. En muchos de ellos se incluyen testimonios recopilados por las autoras durante su experiencia laboral, clínica y educativa, y se les han hecho ajustes para resguardar la confidencialidad de quienes son sus protagonistas. En cada capítulo hemos incluido la fundamentación teórica de los conceptos y una revisión bibliográfica que pueda orientar al lector que esté interesado en profundizarlos. Hemos agregado, además, en cada capítulo, recursos educativos para que cada escuela pueda disponer de algunos ejemplos para el trabajo con los estudiantes en la sala de clases o para las actividades de formación y capacitación de profesores: conferencias, libros, videos y películas para niños y adolescentes; libros para formar una Biblioteca Profesor en cada escuela. Este no es un libro solo para profesores; los temas desarrollados deberían ser parte de la formación inicial y de la formación continua de profesores, de directivos, de profesionales de la educación y de las comunidades educativas.

Este es un libro escrito a varias manos y que se gesta después de numerosas y diferentes experiencias de capacitación en distintas comunidades educativas. Muchos de los aportes han surgido del intercambio con nuestros grupos de trabajo, de conversaciones y reflexiones, de la asistencia a congresos y de los trueques bibliográficos que han sido un proceso de capacitación continua. Nuestras huellas en esta aventura por mejorar la educación se pueden reconocer a lo largo de los capítulos. Sería interminable reconocer y agradecer los aportes que hemos recibido, de cada equipo y amistades, quienes podrán advertir cuál fue el suyo en los capítulos donde están