



DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES, RESULTADOS DE LA INTERVENCIÓN EN POBLACIÓN MEXICANA

Dra. Norma A. Ruvalcaba-Romero
Departamento de Clínicas de Salud Mental
Universidad de Guadalajara

Las competencias Socioemocionales

- *Un conjunto de competencias, habilidades y factores facilitadores que relacionados entre sí determinan nuestra efectividad para entender y expresarnos, comprender a los otros, relacionarnos adecuadamente con ellos y enfrentar los retos (Bar On, 1997)*

Enfoque topográfico de las CSE

- Auto concepto
- Independencia
- Optimismo
- Flexibilidad

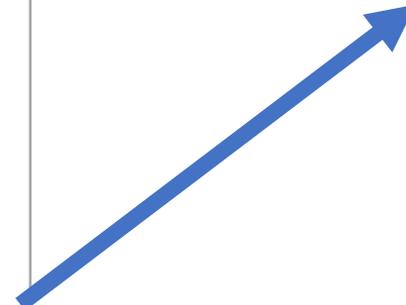
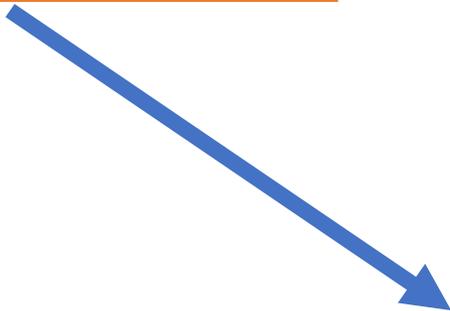
Facilitadores

- Solución de problemas
- Responsabilidad social
- Autorrealización
- Relaciones interpersonales
- Felicidad

Resultantes

- Autoconciencia emocional
- Control de impulsos y Manejo del estrés
- Asertividad
- Empatía

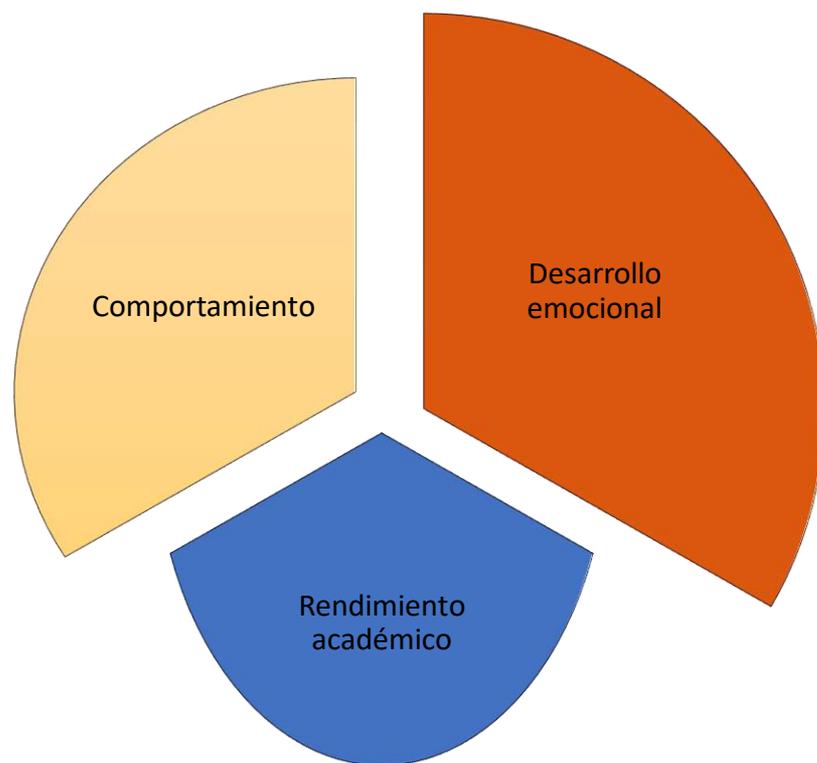
Centrales



Algunos datos
y evidencias
científicas...



Los niños.....



(World Happiness Report, 2015)

Los niños.....



Aumento en la percepción de la victimización y agresión relacional



Disminución de la victimización directa

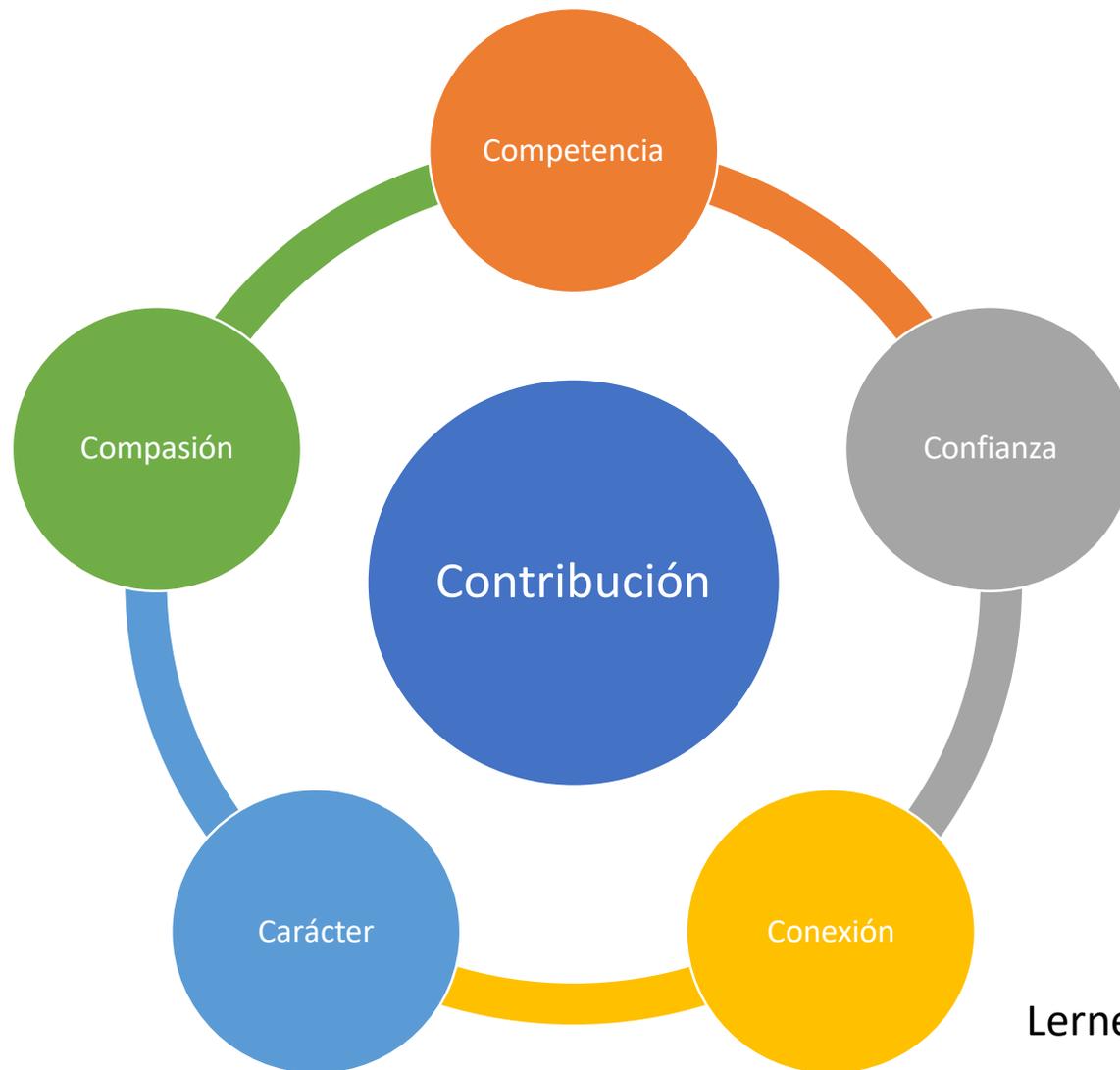


Disminución de la Agresión directa

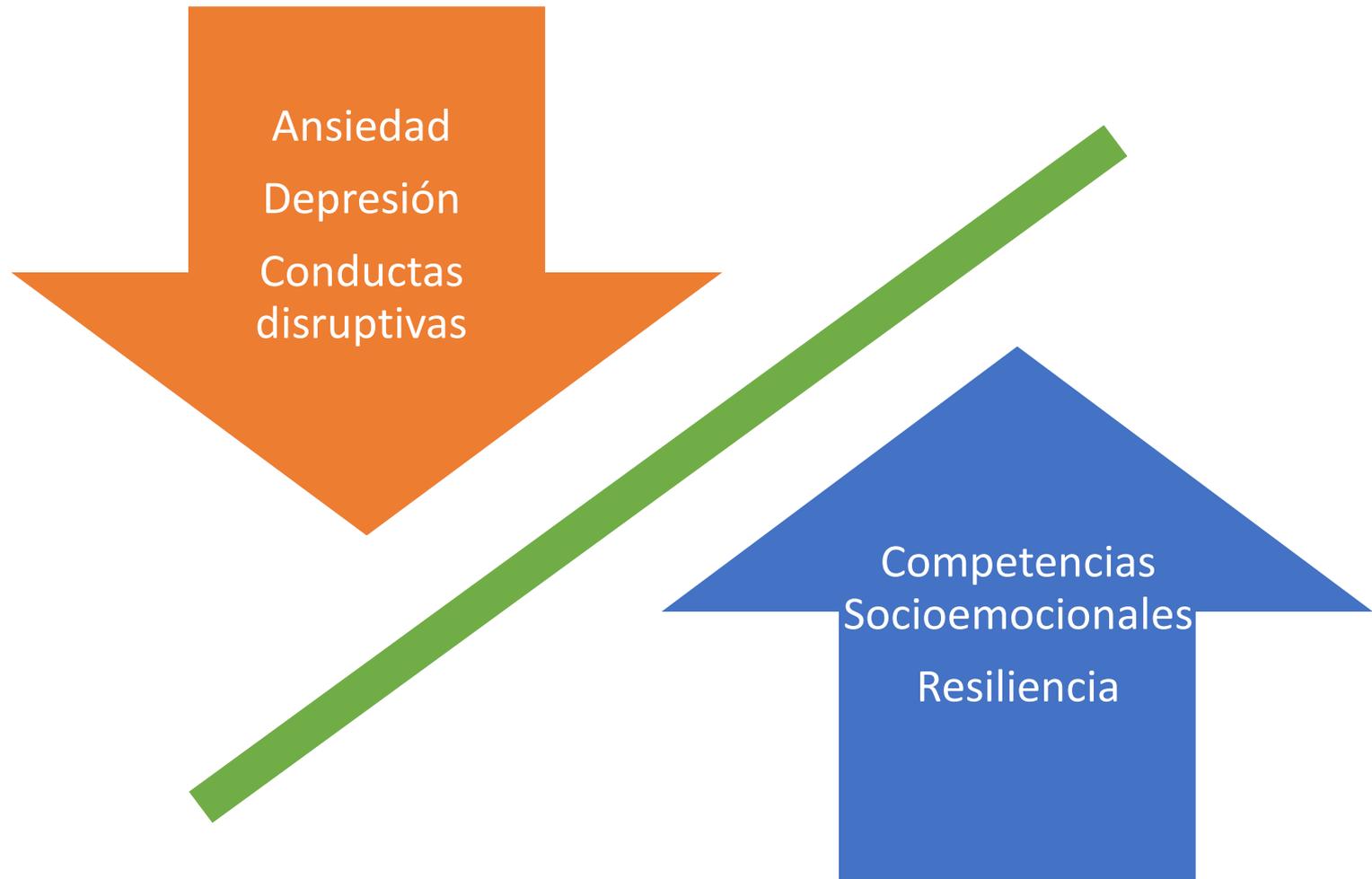
Los niños, sus padres y el entorno escolar...



Los jóvenes y adolescentes PYD



Los adolescentes...



Los adolescentes



Estado de Ánimo positivo



Resiliencia



Los adolescentes.....

Actividades Extra-curriculares

- + Autoestima
- - Depresión

Deportivos



- Auto eficacia
- Adaptabilidad
- Estado de ánimo

Artísticos



- Competencia social
- Adaptabilidad
- Estado de Animo

Escultismo



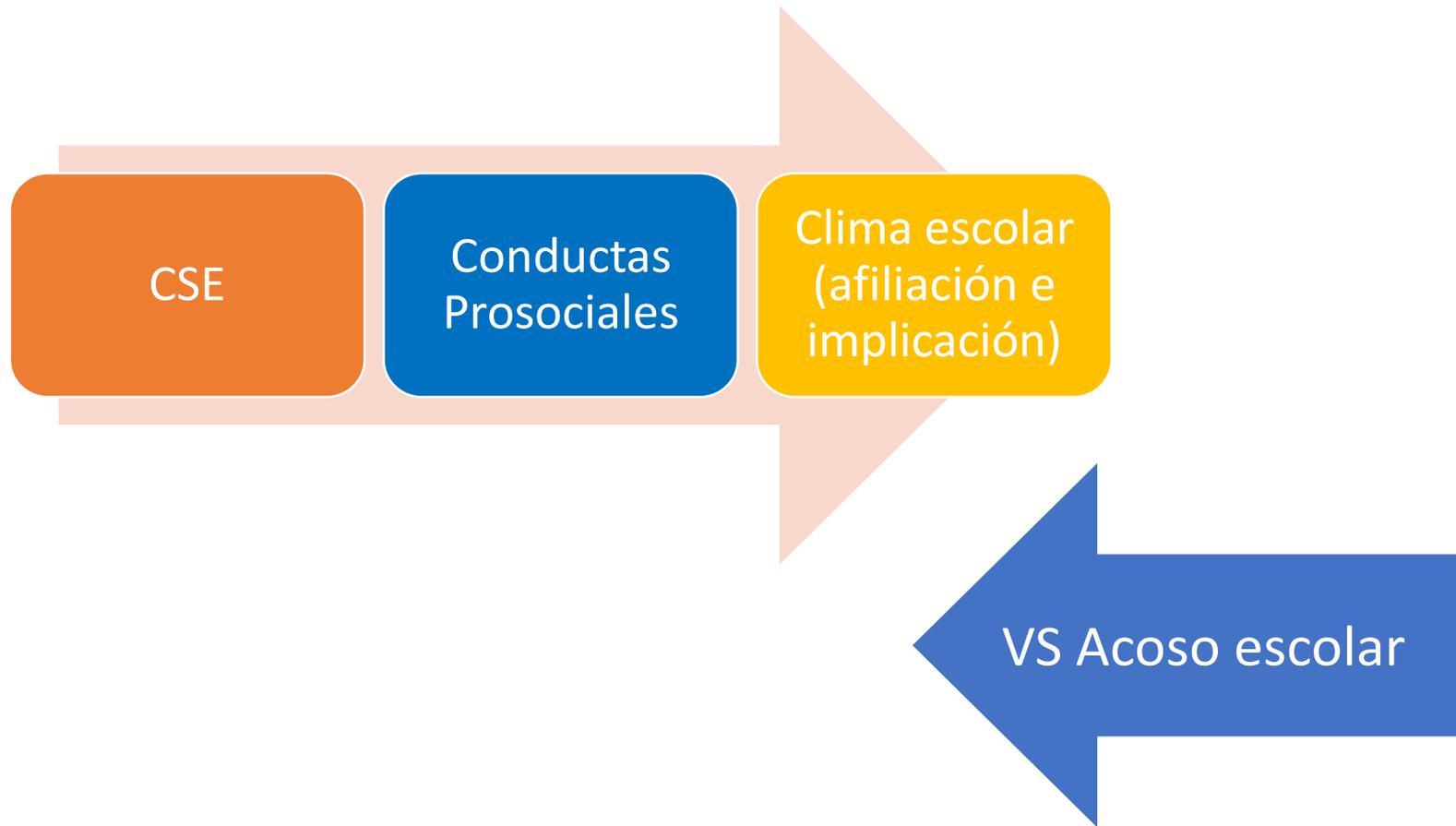
Los adolescentes... Conductas disruptivas



Rechazo
del padre

Apoyo del
docente

Los adolescentes....



(Ruvalcaba, Gallegos & Fuerte, en Prensa)

Los adolescentes...

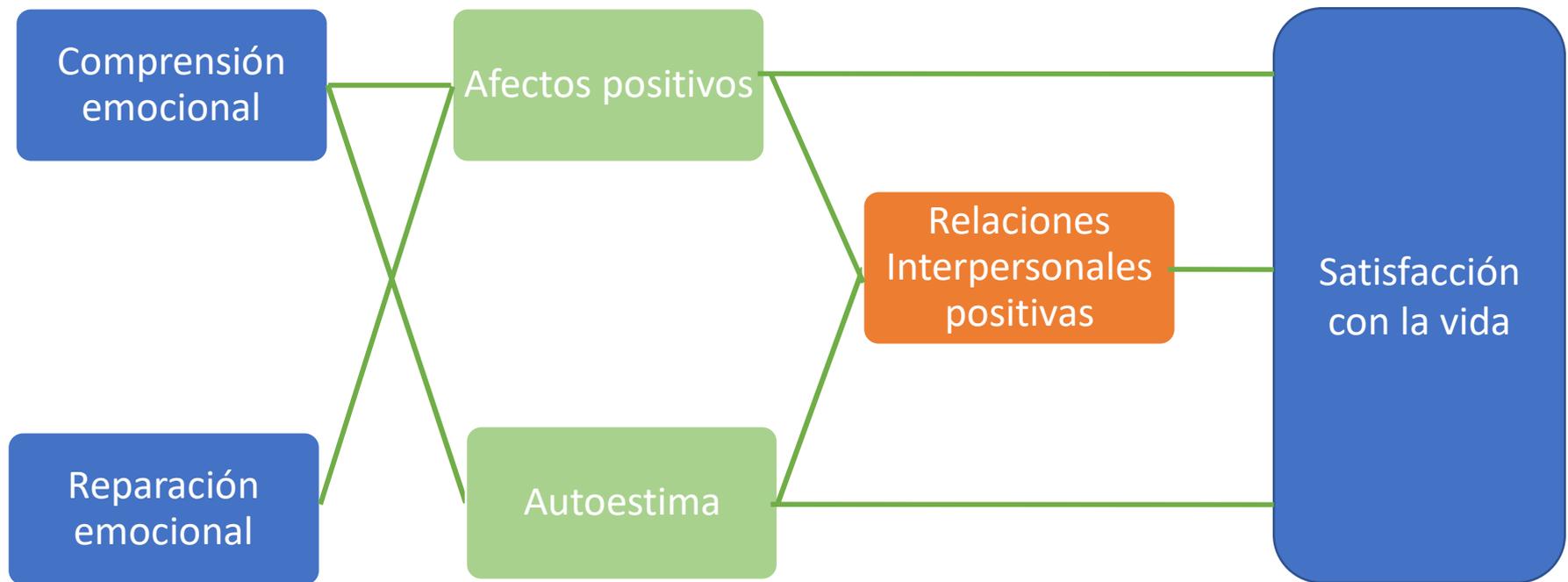
Consumo
de
sustancias

Adaptabilidad
Competencias
Intrapersonales
Manejo del
enojo
Optimismo
Emociones
Positivas

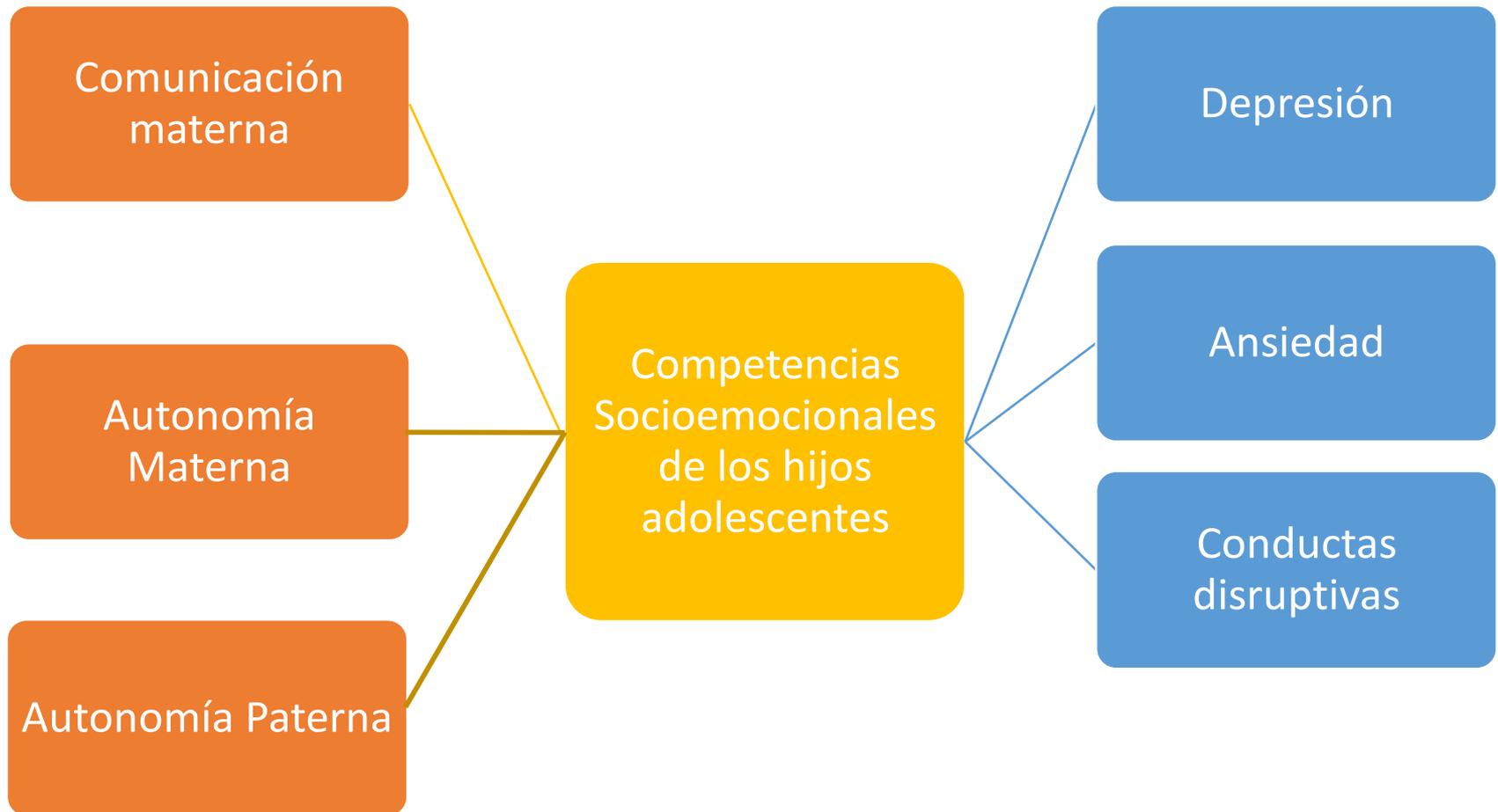
Problemas
legales

Manejo del
enojo
Rechazo del
padre

Los Jóvenes



Los Padres...



La familia



CSE



Estilo Inductivo
y Comunicación
Afectiva



Relaciones
Positivas



Y ahora sí... lo
aplicado...
experiencias en
intervención



La experiencia CAI



- Programa Comunidades Amigas de la Infancia, llevado a cabo en 2014, participaron 302 niños de entre 9 y 15 años de edad en escuelas públicas de alta marginación social en la ZMG (44% hombres)
- Perspectiva con DDHH de Infancia y a la resolución pacífica de conflictos
- Se trabajaron 10 sesiones en cada escuela sesiones de tres horas durante un periodo de 3 meses enfatizando en conciencia emocional, comprensión emocional, regulación emocional, empatía y asertividad.

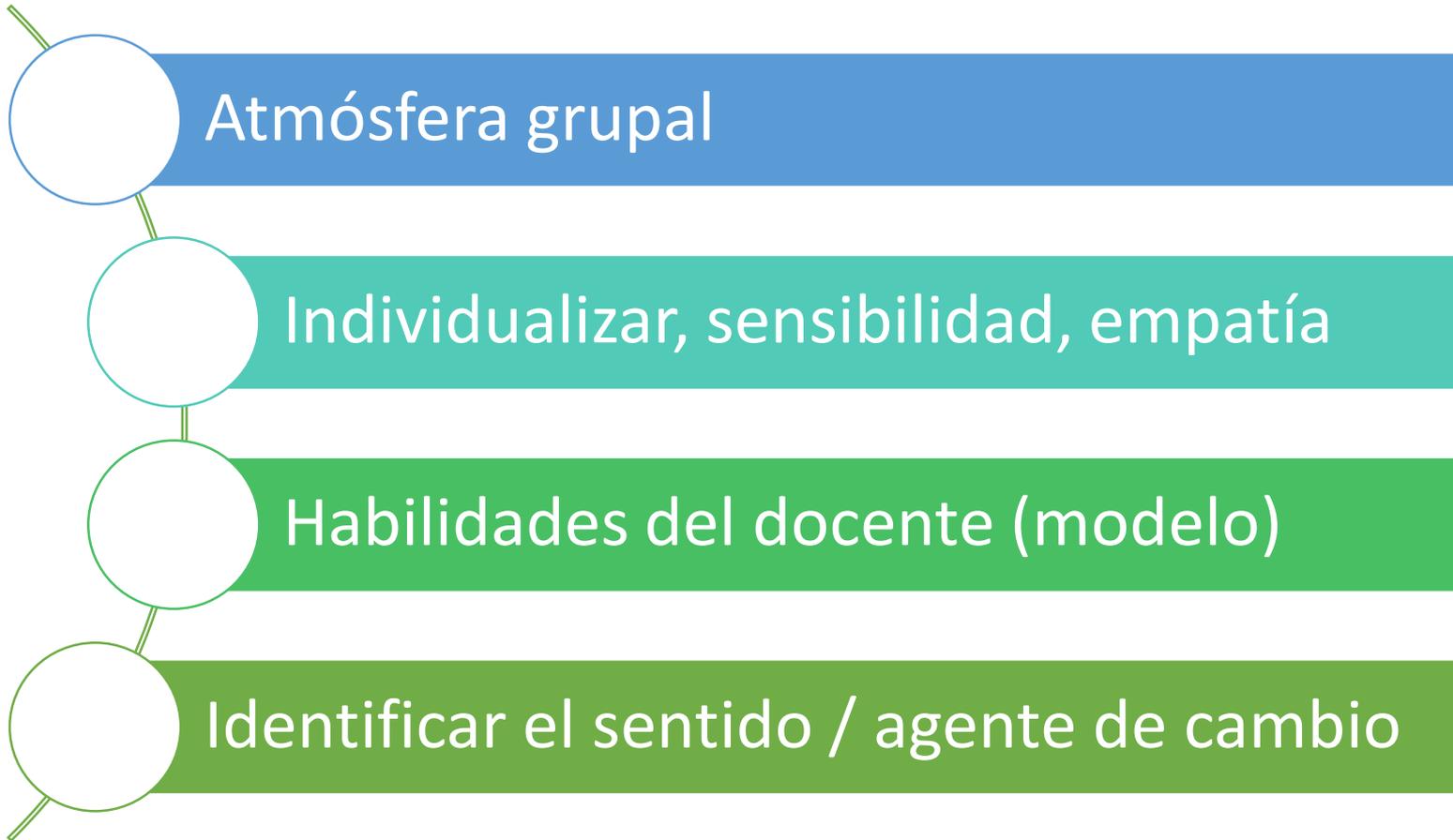
La Experiencia “El saloncito” (Evaluación)

- No se sistematizó la experiencia; sin embargo se observan avances importantes en los siguientes rubros:
- A) Identificación, comprensión y regulación de las emociones
- B) Resolución pacífica de los conflictos
- C) Colaboración y trabajo en equipo
- D) Tolerancia e inclusión
- E) Desarrollo de interés por el aprendizaje

Principios generales?



Importante...



Las varitas mágicas.....

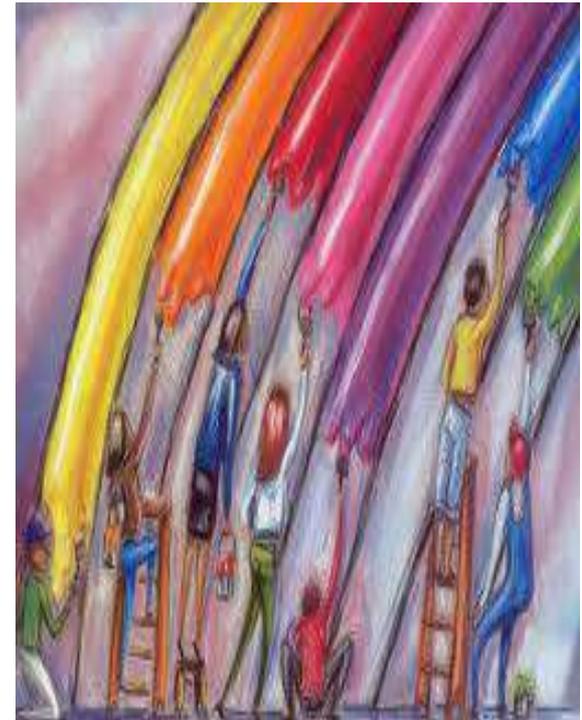


Principios Generales

- Las intervenciones y sus respectivos análisis deben ser parte de la rutina diaria de trabajo en el aula / Considerar en las planeaciones
- Visión transversal, utilizar las experiencias cotidianas como formativas.
- Transferir lo aprendido a las situaciones cotidianas
- Identificar las fortalezas, incluir en la medida de lo posible a los mismos estudiantes en la planeación de la actividades.
- Compartan experiencias / sistematicen

Algunas Estrategias específicas...

- Ejercicios de percepción (reconocimiento de la subjetividad)
- Ejercicios de relajación (estimulación de estados emocionales positivos)
- Misiones por equipo
- Trabajo fuera del aula
- Fomentar la expresión de todos
- Incluir elementos extras a las clases (cuentos, metáforas, ejemplos, chistes, canciones, comparaciones)
- Buen humor!



Recomendaciones/ Páginas Institucionales

- Positive Psychology Center / University of Pennsylvania
- VIA Institute on Character
- Yale Center of Emotional Intelligence / RULER Approach
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL)
- ReuvenBarOn.org
- Pathways health and research center / Amistad para siempre
- INTEMO / Laboratorio de las emociones UMA
- Fundación Botín / Educación responsable
- Ciudadarte, A.C.
- Grupo de investigación en Orientación Psicopedagógica/ Rafael Bisquerra



LAS ESCONDIDILLAS



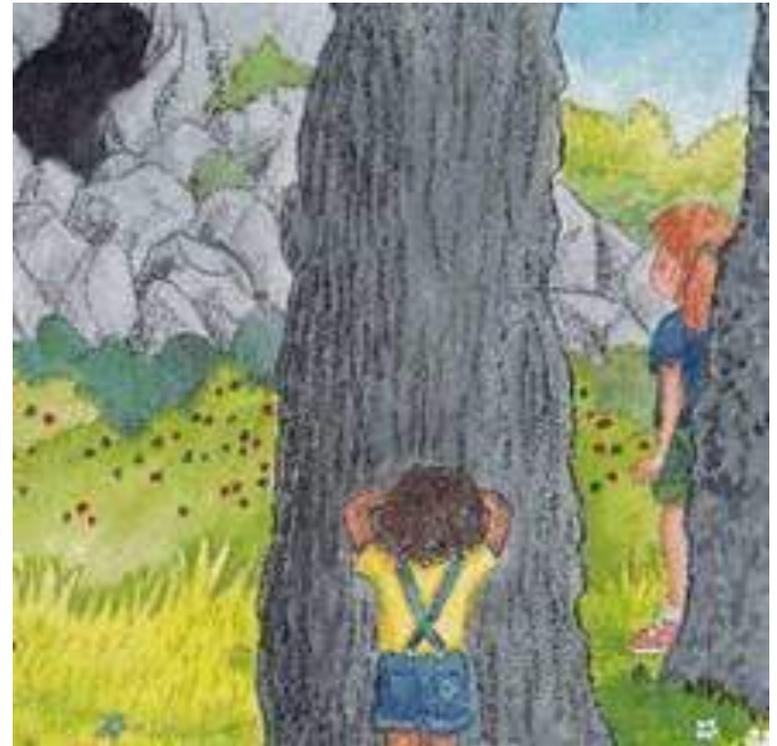
- Cuentan que hace miles de años en la tierra, se encontraban todas las emociones y sentimientos de los hombres reunidos, cuando la locura comentó: Juguemos a las escondidillas.....

¿A las escondidillas? ¿Qué es eso?. Se trata de un juego en el que mientras yo cuento hasta un millón, ustedes se esconden hasta que yo los encuentre.

Esa es una idea muy tonta reclamó la soberbia... en realidad lo que le molestaba era que la idea no se le hubiera ocurrido a ella.

La euforia y la alegría saltaron de emoción e inmediatamente la locura comenzó a contar: uno, dos tres.....

Todos corrieron a buscar un escondite.....



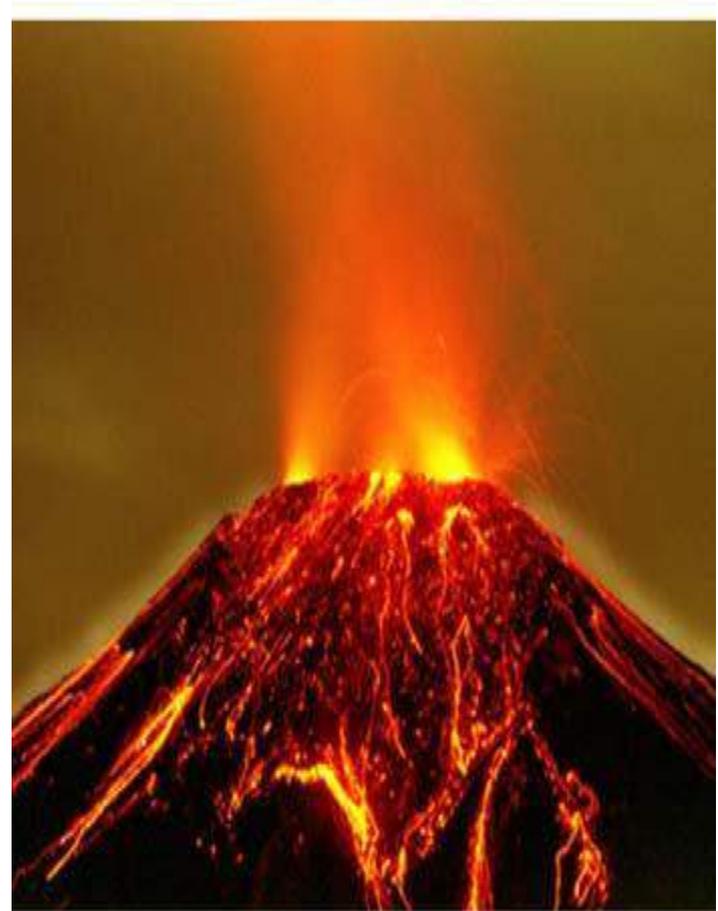


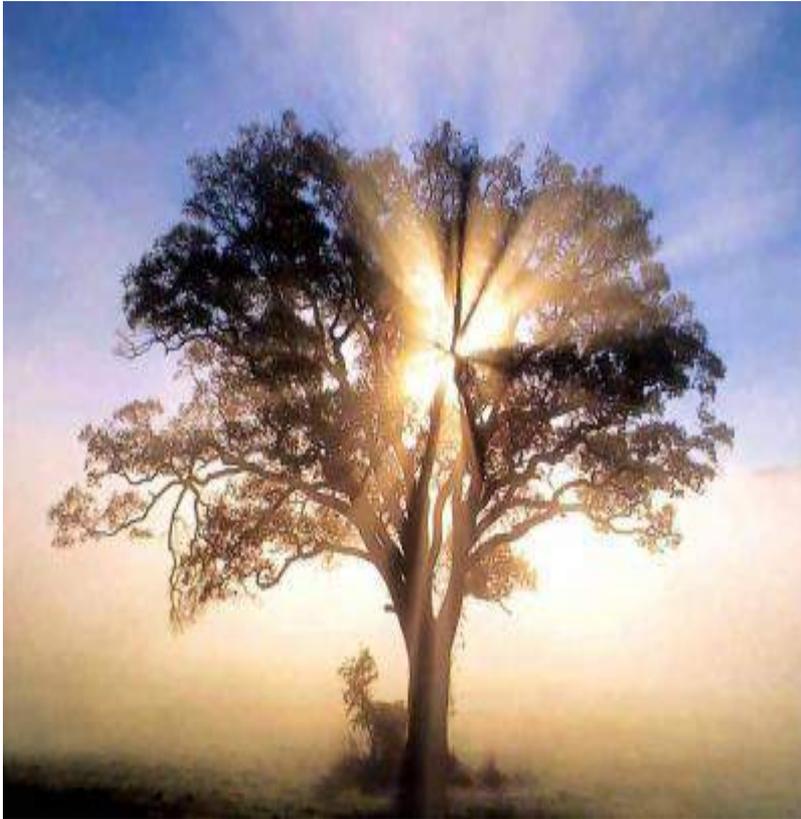
La fe se desplazó al cielo, la pasión a las montañas, la mentira buscó su escondite en el fondo de los océanos. La humildad se escondió en un rayito de sol...

El egoísmo encontró su sitio ideal en un lugar oscuro y sólo para él; sin embargo la bondad no encontraba el sitio ideal, cada lugar le parecía excelente para sus amigos: Que si el vuelo de la mariposa, excelente para la voluptuosidad, que si la ráfaga de viento, ideal para la libertad, que si los colores del arco iris, excelente para la felicidad...

Cuando la locura llevaba 999,999,
el amor aun no encontraba su
sitio y la locura comenzó a buscar
a sus compañeros...

Encontró a la fe discutiendo con
Dios sobre los dogmas en el cielo.
A la pasión y al deseo los sintió
vibrar en el centro de los
volcanes, buscó a la mentira en el
fondo de los océanos (que
mentira, se había escondido
debajo de una piedra).





- Con el egoísmo fue muy fácil, ya que el solito salió disparado de su escondite que había resultado ser un nido de avispas. A la desidia la encontró arriba de una barda pensando aún de qué lado esconderse.
- Encontrar a la envidia fue rápido, ya que se había escondido en la sombra del triunfo quien con su propio esfuerzo había logrado trepar hasta la copa del árbol más alto.

Y así fue encontrando a cada uno,
sólo el amor no aparecía y cuando
estaba a punto de vencerse,
vislumbró una rosa hermosísima,
cautivado por su belleza, se acercó
a buscar al amor, pero la rosa tenía
espinas y fue necesario tomar una
horquilla para sacudirla sin
lastimarse



Al hacer esto, una de las espinas lesionó los ojos del amor. Un grito salió de aquel rosal. La locura al darse cuenta lloró, imploró, suplicó perdón y prometió ser siempre su lazarillo....

Y cuentan que desde aquel día que por primera vez se jugaron las escondidillas en la tierra, el amor es ciego y la locura siempre lo acompaña.....

Y colorín colorado....

Muchas
Gracias!