



## ¿Qué es el aprendizaje socioemocional, y por qué es importante?

El aprendizaje socioemocional (Social Emotional Learning, SEL) abarca las [habilidades](#) necesarias para las interacciones sociales, el manejo de las emociones y conductas, el establecimiento de metas, el desarrollo de la autoconciencia y la conciencia social, la toma de decisiones y la resolución de problemas. Fortalecer estas habilidades puede ayudar a niños y jóvenes a desarrollar relaciones y resolver conflictos de manera más positiva. Las familias desempeñan un papel importante en el apoyo de las [habilidades socioemocionales en el hogar](#), y existe una gran oportunidad para desarrollar aún más dichas habilidades en los entornos educativos.

### El aprendizaje socioemocional en la escuela

Los estudiantes pueden trabajar en el desarrollo de habilidades de SEL de diferentes maneras en la escuela como, por ejemplo, al colaborar en grupos o de manera individual con sus compañeros. Otras formas de ayudar a los estudiantes a desarrollar sus habilidades de SEL es ofrecerles reuniones regulares donde puedan reflexionar y comunicar cómo se sienten, reconocer sus esfuerzos en las tareas asignadas y brindarles oportunidades para recibir retroalimentación constructiva y apoyo para fomentar la autoconciencia y la autoestima.

### Enseñanza de habilidades socioemocionales

El SEL no se limita a una única clase, sino que forma parte de un proceso de aprendizaje a lo largo del día escolar que enseña a los estudiantes formas de reflexionar sobre sus propias acciones y las de los demás. El SEL no dicta a los estudiantes QUÉ pensar, sino que los ayuda a considerarse como personas completas y a reflexionar sobre las razones detrás de sus propias acciones, emociones, metas y necesidades.

Julio de 2024



  
**1-888-320-8384**  
(Línea de información OSE)

  
michigan.gov/  
specialeducation-familymatters

  
mde-ose@  
michigan.gov

*El objetivo de las hojas informativas Asuntos Familiares es lograr que el público comprenda mejor el sistema de educación especial de Michigan. Estas hojas no reemplazan las leyes ni reglamentos oficiales.*



## El SEL incluye a todos los estudiantes

Los entornos educativos ofrecen oportunidades para enseñar habilidades socioemocionales vitales, lo que reduce la necesidad de intervenir tras la aparición de determinados comportamientos. Apoyar de manera proactiva las habilidades de SEL puede ayudar a los estudiantes a desarrollar mayor autoconciencia al reconocer cómo piensan y sienten, y al modificar sus respuestas frente a sus pensamientos y emociones. Reforzar las habilidades de afrontamiento y aprender estrategias de autogestión beneficia a todos los estudiantes, con o sin discapacidad. Por ejemplo, si un estudiante se siente abrumado por una tarea difícil, aprender a pedir ayuda utilizando cualquier método de comunicación (por ejemplo, imágenes, programas de texto a voz, comunicación verbal) puede ser más efectivo que portarse mal y ayuda a reducir o prevenir dicho comportamiento. El aprendizaje, la práctica y el fortalecimiento de estas habilidades pueden mejorar las relaciones, la comunicación y la salud mental.

### Las familias y el SEL

Las familias son los primeros educadores de sus hijos y pueden colaborar con las escuelas para contribuir a desarrollar habilidades socioemocionales más sólidas. Las familias también pueden beneficiarse de practicar y aprender sobre el SEL con sus hijos, quienes mejorarán sus habilidades de comunicación y aprenderán herramientas para gestionar conflictos, tomar decisiones y resolver problemas. Mediante la práctica del SEL dentro y fuera del aula, los niños pueden obtener grandes beneficios al aprender y retener habilidades que pueden tener un impacto positivo a lo largo de su vida.

### Ejemplos de preguntas que las familias pueden hacer a la escuela sobre el SEL

1. ¿Cómo se enseña el SEL en la escuela?
2. ¿El personal recibió formación sobre el SEL?
3. ¿Qué formación o información ofrece a las familias?
4. ¿Cómo se comunicarán conmigo sobre las necesidades socioemocionales de mi hijo?
5. ¿Cómo se establecen metas socioemocionales para mi hijo?
6. ¿En qué grados se enseña el SEL?
7. ¿Cuántas horas a la semana o al mes se dedican al SEL?

## Recursos



[Michigan Alliance for Families](#)

- [Colaboración para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional \(CASEL\)](#)
  - » [SEL con las familias y cuidadores](#)
  - » [¿Qué es el aprendizaje socioemocional? \(video 3:23\)](#)
  - » [Puntos brillantes y oportunos para maestros y padres de estudiantes con necesidades de educación especial \(video 56:49\)](#)
- [Departamento de Educación de Michigan: aprendizaje socioemocional](#)