

Teaching with the HEART in Mind: A Social Emotional Learning Model©

Martínez Pérez, Lorea

Lorea Martínez Pérez lorea@loreamartinez.com
Columbia University Teachers College, Estados Unidos

Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar

Universidad Iberoamericana, Ciudad de México, México
ISSN-e: 2954-4599
Periodicidad: Semestral
vol. 3, núm. 2, 2023
alejandra.luna@ibero.mx

Recepción: 11 Julio 2022
Aprobación: 13 Febrero 2023

URL: <http://portal.amelica.org/ameli/journal/777/7773834005/>

DOI: <https://doi.org/10.48102/riieb.2023.3.2.53>

La Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar es una publicación semestral de acceso abierto siempre que se cite la fuente original y se reconozca al titular de los derechos patrimoniales, de los cuales la Universidad Iberoamericana es depositaria por un plazo perentorio de seis años a partir de la fecha de su publicación, salvo cancelación de dicha relación por los autores. Se prohíbe alterar los contenidos de los trabajos aparecidos en la Revista. Se prohíbe su reproducción con fines de comercialización. Esto está de acuerdo con la definición de la Iniciativa de libre acceso de Budapest, con la Declaración de San Francisco sobre Evaluación de la Investigación (BOAI y DORA, respectivamente, por sus siglas en inglés) y con la licencia Creative Commons atribución no comercial, compartir igual.



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional.

Resumen: Después de más de 15 años de una implementación sistemática del aprendizaje socioemocional en los Estados Unidos, la investigación ha demostrado que la creación de una comunidad educativa rica en competencias socioemocionales tiene un impacto positivo en las habilidades académicas, sociales y emocionales del alumnado y mejora el clima de aula. No obstante, a medida que el aprendizaje socioemocional se implementa en las escuelas estadounidenses, encontramos una serie de concepciones erróneas en la manera como los centros educativos y los educadores conceptualizan este trabajo, lo que disminuye su impacto e incluso, en algunos casos, crea daños colaterales. El modelo HEART *in Mind* surge como respuesta a los desafíos y limitaciones que plantean otros modelos de aprendizaje socioemocional y como herramienta para superar las concepciones erróneas que se observan en la implementación del aprendizaje socioemocional en los centros educativos. Este modelo basado en la investigación incorpora la importancia de la integración académica, la equidad y el desarrollo de las capacidades socioemocionales de los docentes.

Palabras clave: aprendizaje socioemocional, implementación sistemática, habilidades HEART, capacidad socioemocional docente, concepciones erróneas.

Abstract: After 15 years of systematic implementation of social and emotional learning (SEL) initiatives in the United States, research has shown that creating a learning community rich in social and emotional competencies positively impacts students' academic, social, and emotional skills and improves the classroom climate. However, as social and emotional learning is implemented more broadly in US schools, we find certain misconceptions about how schools and teachers understand this work. The HEART in Mind model emerges to respond to the limitations and challenges of other SEL models and as a tool to overcome the misconceptions that are observed when SEL is implemented in schools. This research-based model incorporates the importance of academic integration, equity, and developing teachers' social and emotional capacity.

SEL, systematic implementation, HEART skills, teacher social and emotional capacity, misconceptions

Keywords: SEL, systematic implementation, HEART skills, teacher social and emotional capacity, misconceptions.

Introducción

Uno de los retos más importantes que los educadores y los responsables de la política educativa deben afrontar en la educación del siglo XXI es cómo llevar a cabo una enseñanza que tenga en cuenta no sólo las habilidades académicas del alumnado, sino también la capacidad de la escuela para dar respuesta a las necesidades sociales y emocionales de niños, niñas y jóvenes.

En el contexto de los Estados Unidos existe un amplio consenso entre educadores y progenitores acerca de la necesidad de que la docencia trascienda la enseñanza de las matemáticas, el lenguaje y las ciencias, para incorporar el desarrollo de competencias socioemocionales (conciencia de uno mismo, autogestión, conciencia social, capacidad para las relaciones humanas, adopción responsable de decisiones, entre otras) que ayudarán a los estudiantes a moverse en un mundo cada vez más complejo con confianza, compasión y éxito. De hecho, más de siete de cada diez educadores y progenitores creen que las habilidades socioemocionales son fundamentales para el éxito de los estudiantes en su vida (Atwell y Bridgeland, 2019).

A medida que el mundo se ha visto sacudido por la nueva epidemia por coronavirus, la necesidad de fomentar las habilidades socioemocionales de nuestros estudiantes se ha acentuado aún más. En los Estados Unidos, la pandemia ha afectado de forma desproporcionada a la población indígena y de color y a las personas con discapacidad, lo que ha puesto de relieve las persistentes desigualdades en los sistemas de ingresos, educativos y sanitarios estadounidenses.

Hoy en día, muchos de nuestros estudiantes tienen dificultades de salud mental que impiden su plena participación en los procesos de aprendizaje y que, en muchos casos, se malinterpretan porque pueden generar conductas que no están alineadas con las expectativas de comportamiento de los centros educativos. Aunque los problemas en la salud mental de niños, niñas y jóvenes ya existían prepandemia, esta crisis global ha provocado un aumento en el número de enfermedades mentales y un retraso en el desarrollo socioemocional de nuestros estudiantes. Más de 80% de escuelas públicas estadounidenses reconocen que la pandemia ha afectado negativamente el comportamiento de los estudiantes y sus habilidades socioemocionales (National Center for Education Statistics, 2022).

Cada vez más, los centros educativos recurren al aprendizaje socioemocional (o SEL por sus siglas en inglés) para guiar los esfuerzos encaminados a preservar el bienestar, generar compromiso y aumentar la resiliencia de los estudiantes. El aprendizaje socioemocional se ha convertido en una herramienta fundamental a la hora de “preparar a la comunidad escolar y crear las condiciones necesarias para promover una sociedad próspera” (Cipriano *et al.*, 2020), crear los sistemas de apoyo necesarios para eliminar las desigualdades y acelerar el aprendizaje académico, social y emocional de las diferentes comunidades educativas.

La organización Colaboración para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional (CASEL, por sus siglas en inglés), una de las organizaciones pioneras en el desarrollo del aprendizaje socioemocional de Estados Unidos, lo definió por primera vez hace más de 25 años. En 2020, CASEL actualizó su definición inicial para elevar los siguientes aspectos: el desarrollo de una identidad positiva, la equidad educativa y la cocreación entre adultos y estudiantes de ambientes

de aprendizaje que estén al servicio de unas comunidades más justas. En su definición actual, CASEL establece que:

El aprendizaje socioemocional es el proceso mediante el cual todos los jóvenes y adultos adquieren y aplican conocimientos, habilidades y actitudes para desarrollar identidades sanas, gestionar las emociones, lograr metas personales y colectivas, sentir y mostrar empatía hacia los demás, establecer y cultivar relaciones de apoyo, y tomar decisiones responsables y comprensivas (CASEL, 2020).

Estas competencias socioemocionales no sólo favorecen que los estudiantes presten atención en clase o trabajen de forma colaborativa en un proyecto de grupo, sino que son asimismo esenciales en el lugar de trabajo y sirven de hoja de ruta para el crecimiento en una sociedad diversa y compleja y el grado de satisfacción con la vida en la edad adulta.

A pesar de que la investigación ha mostrado el positivo impacto del aprendizaje socioemocional en el rendimiento académico y el comportamiento del alumnado, estamos lejos de hacer realidad esta nueva propuesta de CASEL: la implementación de un aprendizaje socioemocional centrado en la equidad y la excelencia educativa que se enfoque en “interrumpir la reproducción de desigualdades en nuestros sistemas educativos” (Jagers, Rivas-Drake y Williams, 2019).

A medida que el aprendizaje socioemocional se implementa en las escuelas estadounidenses, encontramos una serie de concepciones erróneas o atajos en la manera en que los centros educativos y los educadores conceptualizan este trabajo, lo que disminuye su impacto e incluso, en algunos casos, crea daños colaterales (Simmons, 2021).

Este artículo pretende, en primer lugar, explorar las concepciones erróneas más comunes en la implementación del aprendizaje socioemocional y, en segundo, proponer un modelo de implementación, el modelo HEART *in Mind*, que surge como respuesta a estos desafíos y sirve como herramienta práctica para llevar a cabo una implementación que tenga en cuenta la equidad y la correspondiente capacitación de los docentes.

Esperamos que la discusión de estas limitaciones y la propuesta del modelo HEART *in Mind* sirva para informar las futuras acciones de política educativa, diseño de programas y creación de planes de implementación del aprendizaje socioemocional en los centros educativos.

Ámbitos de impacto del aprendizaje socioemocional

El fomento de una comunidad rica en habilidades socioemocionales repercute de forma significativa en el comportamiento y rendimiento académico de los alumnos. En un metaanálisis de 213 programas de aprendizaje socioemocional, los investigadores observaron que los estudiantes que participaban en programas de aprendizaje socioemocional basados en datos empíricos mejoraban su comportamiento social positivo, mostraban menos problemas de conducta, sufrían menos angustia emocional y lograban un mayor rendimiento académico. Estos estudiantes mejoraron también su actitud hacia sí mismos y hacia los demás, y desarrollaron un vínculo más estrecho con el aprendizaje y la escuela (Durlak *et al.*, 2011).

La publicación de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE, 2015), *Habilidades para el progreso social: El poder de las habilidades sociales y emocionales*, destaca el conjunto común de competencias que cobran importancia en todas las culturas (incluida la autoestima, la autoeficacia y la sociabilidad). Se demostró que estas habilidades afectan de forma sistemática al rendimiento en términos de finalización de estudios superiores, consecución de un empleo, salud y compromiso cívico. Aunque para muchos educadores estos hallazgos pueden no resultar sorprendentes, es alentador comprobar cómo multitud de estudios corroboran la incidencia del aprendizaje socioemocional en el rendimiento académico.

Sabemos por las investigaciones más recientes en neurociencia que las emociones forman parte integral de los procesos cerebrales; por ello, en cierto modo, cuando impartimos competencias socioemocionales, estamos ayudando a los estudiantes a que empleen todas las herramientas que ya tienen a su alcance, para que puedan así marcarse y alcanzar objetivos profesionales y personales.

Las emociones están presentes en todos los principales procesos cognitivos y tienen varias finalidades, por ejemplo:

- Nos protegen de situaciones peligrosas activando nuestro sistema de alarma interno.
- Nos ayudan a tomar decisiones evaluando diferentes perspectivas.
- Favorecen la comunicación eficaz estableciendo una conexión con otras personas.
- Nos alientan a tomar decisiones.

Las emociones también tienen una finalidad de bienestar, pues permiten a las personas experimentar y disfrutar de los pequeños y grandes placeres de la vida, y alcanzar metas. De hecho, la Dra. Susan David –prestigiosa psicóloga y autora del libro *Agilidad emocional*– sostiene que la forma en que nos desenvolvemos en nuestro mundo interior (lo que ella define como nuestros pensamientos, emociones e historias personales cotidianas) es el factor determinante más importante del éxito en nuestras vidas (David, 2016). Las personas emocionalmente ágiles también afrontan contratiempos y luchas, pero saben hacerse una composición más crítica de las situaciones a partir de sus sentimientos y emplear este conocimiento para adaptarse, equilibrar sus valores e introducir cambios para dar lo mejor de sí mismas.

Por tanto, el aprendizaje socioemocional implica enseñar estas competencias socioemocionales para que niños, niñas y jóvenes puedan comprender sus emociones y usarlas para tomar decisiones de forma constructiva.

Pero no todas las personas tienen la misma experiencia emocional o la oportunidad de expresar sus emociones de forma libre. Las normas culturales y sociales dominantes en Estados Unidos promueven sesgos y estereotipos negativos sobre la población indígena y de color, y las personas que proceden de entornos desfavorecidos (Martínez, 2021). Las experiencias de racismo, opresión y trato discriminatorio inciden negativamente en los alumnos que intentan hacer frente a los prejuicios raciales y las microagresiones, lo que afecta su sistema nervioso y su capacidad de gestionar las emociones.

El aprendizaje socioemocional tiene el potencial de equipar a nuestros estudiantes con las habilidades necesarias para disfrutar de una vida productiva,

saludable y con un propósito. No obstante, el aprendizaje socioemocional debe tener en consideración las expectativas sociales, culturales y de género que influyen en la capacidad de nuestros estudiantes de desarrollar estas importantes habilidades sociales y emocionales (Martínez, 2021).

Además, es importante recordar que este trabajo no se limita a los niños y niñas, sino que abarca también a los adultos –los educadores no pueden enseñar con eficacia aquello que ellos mismos no entienden, practican y proyectan–. Sólo cuando los adultos entiendan su propia inteligencia emocional podrán eliminar los obstáculos sociales y emocionales que menoscaban la capacidad de los estudiantes de aprender y alcanzar sus metas. Por consiguiente, los educadores también precisan de apoyo para fomentar su propio bienestar, aprender herramientas que les permitan enfrentarse a los retos sin precedentes que plantea la enseñanza durante y después de una pandemia.

Al mismo tiempo, el desarrollo de las habilidades sociales y emocionales de los docentes hace posible que los educadores puedan desarrollar su competencia cultural, la cual es necesaria para implementar un aprendizaje socioemocional basado en la equidad (Jagers *et al.*, 2021). La sensibilidad cultural de los docentes es necesaria para que, desde su propia identidad étnica y cultural, puedan desarrollar su capacidad para comprender el contexto sociopolítico que afecta al alumnado, el efecto negativo que los prejuicios implícitos y las microagresiones tienen sobre el crecimiento académico, social y emocional y garantizar un ambiente inclusivo y equitativo en el aula que intente activamente eliminar las desigualdades educativas.

En un informe elaborado por CASEL, que recopilaba las lecciones aprendidas durante seis años de aplicación sistemática del aprendizaje socioemocional en algunos de los distritos escolares urbanos más grandes de Estados Unidos, los investigadores descubrieron que las iniciativas en materia de aprendizaje socioemocional cosechaban un mayor éxito entre aquellos centros educativos que habían tenido en cuenta las competencias sociales y emocionales de los propios docentes (CASEL, 2017).

Las habilidades socioemocionales de los educadores mejoran los procesos de enseñanza y aprendizaje, pues:

- Fortalecen las relaciones entre profesores, y entre estudiantes y profesores.
- Reducen el agotamiento del personal, dado que los docentes pueden emplear herramientas que les permitan lidiar con el estrés propio de la actividad docente.
- Generan confianza entre colegas.

Además, los educadores –ya sea de forma consciente o inconsciente– dan ejemplo a los alumnos mediante las competencias socioemocionales. Pongamos por caso que cada vez que el docente se enfada, les grita a sus alumnos; cabe el riesgo de que los alumnos imiten ese comportamiento. Pueden pensar: “Cuando estoy enfadado, tengo derecho a manifestarlo gritándole a otras personas”. No debemos ignorar ni reprimir las emociones en clase; al contrario, debemos compartirlas con los alumnos.

Al margen de desarrollar las competencias individuales, el aprendizaje socioemocional tiene asimismo en cuenta las condiciones sociales y emocionales

que afectan al aprendizaje, así como al entorno escolar y del aula. Por ejemplo, el estilo de dirección y liderazgo de los administradores escolares y del personal docente incide en el tipo de entorno de aprendizaje que se crea en las escuelas. Es más probable que los alumnos se sientan bien acogidos y a gusto en el colegio cuando los directores se muestran afectuosos con ellos y accesibles para las familias. Al mismo tiempo, las normas y los protocolos que los centros educativos establezcan para abordar una posible mala conducta de los estudiantes influirán en el entorno de aprendizaje que se crea en la escuela. Por ejemplo, las prácticas restaurativas se centran en forjar relaciones y reparar el daño causado en lugar de simplemente castigar a los alumnos por su mala conducta. En aquellas escuelas que incorporan prácticas restaurativas, cuando las personas cometen errores o causan algún daño, las intervenciones restaurativas ayudan a dichas personas –ya sean estudiantes o adultos– a comprender las consecuencias de sus actos, reparar el daño causado y restaurar la armonía en la comunidad. Estas condiciones de aprendizaje repercuten en la asistencia a clase, la motivación, el aprendizaje académico, la capacidad socioemocional y el bienestar del alumnado.

Algunas escuelas y distritos se centran en la enseñanza de competencias sociales y emocionales como un primer paso en sus iniciativas de implementación del aprendizaje socioemocional, pero la educación socioemocional es mucho más que un simple programa o lección; se trata de plantearse cómo las políticas de la escuela y las prácticas docentes fomentan (o no) el aprendizaje y crecimiento de los estudiantes, y de efectuar los cambios adecuados cuando resulte necesario.

Imagínate a Shakti, una estudiante de secundaria que no participa en los debates en clase. Es posible que se sienta insegura, sea algo tímida o tema cometer un error. El docente podría plantearse enseñar a Shakti estrategias para gestionar sus emociones en este tipo de situaciones, lo cual podría ser de gran utilidad. No obstante, al margen de enseñar estas herramientas de gestión, el educador podría asimismo plantearse adaptar su estrategia docente para satisfacer mejor las necesidades de Shakti –por ejemplo, formulando la pregunta antes de que dé comienzo el debate en clase a fin de que Shakti pueda preparar su respuesta o brindándole la oportunidad de participar en debates en grupos reducidos que vayan aumentando de tamaño paulatinamente–. La clave es tener en cuenta no sólo las habilidades que los alumnos deben desarrollar (y que les enseñaremos), sino también cómo las prácticas docentes pueden afectar la capacidad de los estudiantes de trabajar con los contenidos lectivos, interactuar con sus compañeros y aprender lo que necesitan aprender.

Aunque el aprendizaje socioemocional sea un proceso para impartir competencias sociales y emocionales a los estudiantes, es también un esfuerzo conjunto de toda la escuela encaminado a eliminar los obstáculos al aprendizaje. Ello se consigue mediante la implicación de todos los estamentos de la comunidad escolar: administradores escolares, educadores, estudiantes, familias y organizaciones de la comunidad. Estas colaboraciones no sólo enriquecen la experiencia educativa del alumnado, sino que ofrecen asimismo la percepción de que todos trabajan de consuno para respaldar el aprendizaje y crecimiento de los estudiantes.

En resumen, el aprendizaje socioemocional:

- Mejora el rendimiento académico.
- Implica comprender nuestras emociones.

- Es un proceso recíproco que incluye a los docentes.
- Repercute en las condiciones de aprendizaje.
- Elimina y mitiga los obstáculos a la enseñanza.

Concepciones erróneas sobre el aprendizaje socioemocional

Aunque los múltiples trabajos de investigación que se están desarrollando sobre el aprendizaje socioemocional muestran los beneficios y las mejores prácticas recogidas después de más de 15 años de una implementación sistemática, encontramos una serie de concepciones erróneas en la manera en que los centros educativos y los educadores conceptualizan este trabajo (Martínez, 2020).

Primera concepción errónea: El aprendizaje socioemocional es una herramienta para controlar el comportamiento de los estudiantes.

Esta concepción errónea tiene lugar en aquellos centros donde la enseñanza de las habilidades socioemocionales está excesivamente centrada en la regulación del comportamiento, sin tener en cuenta otros aspectos del aprendizaje socioemocional como la empatía, las habilidades sociales, el bienestar o la toma de decisiones responsable. En estos casos, el aprendizaje socioemocional se entiende como un proceso jerárquico del profesor al alumno, donde los estudiantes no tienen oportunidades de cocrear las normas y expectativas. En algunos centros, esta concepción errónea lleva a que los docentes, sobre todo aquellos que trabajan con las comunidades afroamericanas y latinas en Estados Unidos, enseñen el aprendizaje socioemocional sin tener en cuenta el contexto sociopolítico donde los estudiantes se desarrollan. Esto es lo que la Dra. Dena Simmons llama un *whitewashing* del aprendizaje socioemocional (Simmons, 2019), que tiene efectos negativos en el desarrollo de una identidad positiva en estudiantes de color y que se aleja de una implementación del aprendizaje socioemocional centrada en la equidad.

Segunda concepción errónea: El aprendizaje socioemocional es sólo para los estudiantes, no para los adultos.

En muchos centros educativos, el aprendizaje socioemocional está centrado en el trabajo con niños, niñas y jóvenes, y no tiene en cuenta las propias habilidades socioemocionales de los adultos que trabajan en la escuela. En estos casos, los educadores no reciben formación para entender y practicar sus propias habilidades, ni cuentan con espacios estructurados para compartir sus éxitos y dificultades en la implementación del aprendizaje socioemocional. Como hemos visto, para que estas iniciativas tengan éxito, los adultos tienen que ser parte de este proceso de desarrollo social y emocional. Los centros educativos pueden generar espacios donde los educadores no sólo aprendan nuevas estrategias para enseñar las competencias sociales y emocionales de forma efectiva, sino también pueden reflexionar sobre sus propias habilidades, su praxis pedagógica y el tipo de experiencia emocional que ofrecen en sus aulas.

Tercera concepción errónea: Si la escuela está impartiendo un currículo de aprendizaje socioemocional, no tiene que hacer nada más.

Una parte importante en los procesos de implementación es la enseñanza explícita de un currículo de aprendizaje socioemocional, que desarrolle las habilidades socioemocionales dentro del aula. No obstante, éste no es el único aspecto de una implementación sistemática. Cuando el aprendizaje socioemocional se implementa de forma rigurosa, encontramos evidencias de su existencia en las diferentes estructuras que forman parte del centro, los diversos espacios de aprendizaje e incluyen a todas las personas de la comunidad educativa (CASEL, 2023). Como veremos a continuación, el aprendizaje socioemocional tiene que promover el análisis de las condiciones sociales y emocionales de aprendizaje, el trabajo con los adultos en el centro, la integración con el programa académico, entre otros aspectos fundamentales.

Estas concepciones erróneas o atajos en los procesos de implementación muestran, por una parte, la necesidad de involucrar a todos los miembros de la comunidad educativa, incluyendo a docentes, estudiantes y familias, en un proceso de análisis y reflexión que permita mejorar de forma continua los procesos de implementación. Por otra, estas dificultades también indican la necesidad de dotarse de modelos de implementación del aprendizaje socioemocional que incorporen las lecciones aprendidas en los últimos años y que establezcan un mapa de ruta para un trabajo sistemático y riguroso en los centros educativos. A continuación, presentamos el modelo *HEART in Mind* como una guía esencial para la implementación del aprendizaje socioemocional en los centros educativos.

Enseñanza con el modelo *HEART in Mind*

El modelo *HEART in Mind* nace como respuesta a los desafíos y limitaciones que plantean otros modelos de aprendizaje socioemocional y como herramienta para superar las concepciones erróneas que hemos visto en la conceptualización e implementación del aprendizaje socioemocional en los centros educativos, incorporando la importancia de la integración académica, la equidad y el desarrollo de las capacidades socioemocionales de los docentes (Martínez, 2021).


Este modelo se basa en las investigaciones que se han llevado a cabo en los campos de la neurociencia afectiva (Immordino Yang *et al.*, 2018), la ciencia del aprendizaje y del desarrollo (Darling-Hammond y Cook-Harvey, 2018), la formación docente (Jones *et al.*, 2013) y la implementación del aprendizaje socioemocional en los centros educativos (Martínez, 2016). Ha sido avalado por expertos en el campo del aprendizaje socioemocional y se fundamenta en la pedagogía activa y la práctica.


Concretamente, el modelo *HEART in Mind* constituye una aplicación práctica de conocimientos, actitudes y habilidades fundamentales para que tanto estudiantes como adultos sean social, emocional y culturalmente competentes en sus vidas. Incorpora habilidades intrapersonales –tales como la conciencia de uno mismo y la autogestión–; habilidades interpersonales –como pueden ser la conciencia social y el establecimiento de relaciones–, y habilidades cognitivas– como la adopción de decisiones éticas.

Estas importantes aptitudes están representadas en inglés bajo el acrónimo HEART y la forma en que están organizadas muestra una evolución adecuada del desarrollo de habilidades. Además, estas aptitudes se describen mediante el empleo de un verbo para indicar una acción específica (aquello que podemos hacer para poner en práctica la habilidad en cuestión) (cuadro 1).

Cuadro 1.

Modelo HEART: aplicación práctica de conocimientos, actitudes y habilidades fundamentales.

 **Cuadro 1.** Modelo HEART: aplicación práctica de conocimientos, actitudes y habilidades fundamentales.

			
Habilidades intrapersonales	H	Honrar a las emociones	Identificar, interpretar y expresar adecuadamente los sentimientos.
	E	Elegir las respuestas	Crear el espacio necesario para adoptar decisiones constructivas y seguras.
Habilidades interpersonales	A	Aplicar empatía	Reconocer y valorar las emociones y perspectivas de los demás, y tomar medidas para apoyarles. Cultivar la autocompasión.
	R	Reavivar las relaciones	Alimentar una red positiva y de apoyo mediante el empleo activo de aptitudes de comunicación y resolución de conflictos, y la cooperación con diversidad de personas y colectivos.
Habilidades cognitivas	T	Transformar con un propósito	Utilizar las propias cualidades e intereses personales para contribuir positivamente al desarrollo propio y de los demás.

Fuente: elaboración propia con base en Martínez, 2021.

Fuente: elaboración propia con base en Martínez, 2021.

Estas habilidades son igual de importantes en la vida de un docente, un administrador escolar o un progenitor. Las expectativas que podemos tener con respecto a un alumno de siete años en comparación a un adulto pueden diferir, pero las habilidades en sí mismas son relevantes tanto para los estudiantes como para los adultos.

El modelo HEART *in Mind* no es una herramienta de “instalación automática”, sino un proceso para ayudar a los educadores a crear las condiciones socioemocionales adecuadas a fin de brindar apoyo a sus estudiantes para que sean personas conscientes y comprometidas en el aula.

Aunque enseñar las habilidades socioemocionales HEART a los estudiantes forma parte de este proceso, el aprendizaje socioemocional es más efectivo cuando dichas habilidades se incluyen en los planes de estudio y se integran en el día a día, así como cuando los educadores las practican y aplican.

En resumen, enseñar con el modelo HEART *in Mind* significa:

- Crear condiciones favorables para el aprendizaje.
- Enseñar e integrar el modelo HEART *in Mind* en el aula.
- Cultivar las propias capacidades socioemocionales para convertirse en un educador con corazón (Figura 1).

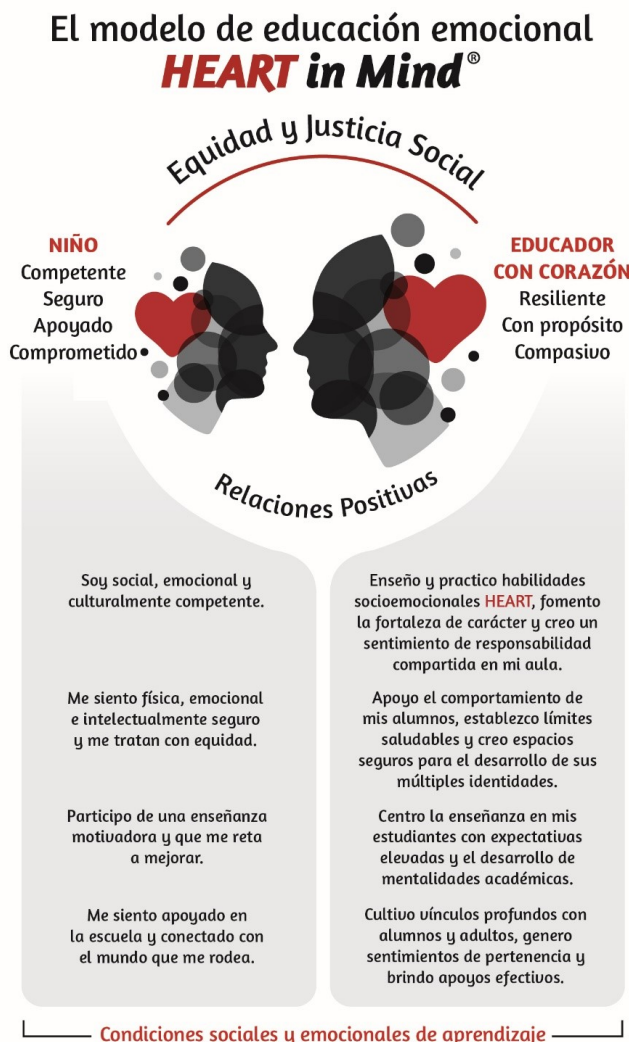


Figura 1.
El modelo de educación emocional HEART *in Mind*
Fuente: Martínez, 2021.

Condiciones favorables para el aprendizaje

Cuando los educadores se sirven del modelo *HEART in Mind*, crean en el aula las condiciones socioemocionales necesarias para afianzar el aprendizaje profundo; con todo, es preciso alimentar la confianza, la seguridad física y emocional, y un sentimiento de pertenencia, propósito y conexión entre los miembros del grupo.

Conforme avanza el tiempo, los educadores deben ir creando este ambiente mediante la aplicación sistemática de prácticas fundamentales de aprendizaje socioemocional e invitando a los alumnos a participar de los procesos de toma de decisiones que afectan a su propio crecimiento y desarrollo.

Según la investigación realizada por *American Institutes for Research*, existen cuatro condiciones socioemocionales fundamentales para el aprendizaje que favorecen la creación de una comunidad de educandos comprometida (Osher y Kendziora, 2010). Nos hemos permitido adaptarlas a fin de reflejar su aplicación efectiva en un aula en el que estén presentes las habilidades socioemocionales HEART. Estas condiciones ilustran el qué, esto es, los elementos que necesariamente deben darse para favorecer un ambiente de clase positivo.

- **Seguridad física, emocional e intelectual.** El miedo y el estrés no son emociones que favorezcan el aprendizaje. Cuando tenemos miedo, nuestra amígdala se activa, enviando señales de emergencia al cerebro y cuerpo para que podamos protegernos del peligro. El miedo también hace que nuestros pensamientos se tornen rígidos, al tiempo que el cerebro deja de responder y sentir curiosidad. Cuando los estudiantes se sienten física, emocional e intelectualmente seguros, sus cerebros se muestran más receptivos a nuevos elementos, relaciones y experiencias. Hay tres cosas que los docentes pueden hacer para contribuir a que sus alumnos se sientan seguros en clase: brindar apoyo conductual, establecer límites saludables y crear un espacio seguro en el que se respeten y fortalezcan las identidades del alumnado.
- **Compromiso y retos académicos.** Cuando reina un ambiente comprensivo en el aula es también porque ésta incorpora estrategias docentes productivas que desafían e implican a todos los alumnos – en especial a aquellos que se han visto tradicionalmente desatendidos por nuestro actual sistema educativo– a fin de que puedan tener éxito en el futuro. Como educadores, nuestro objetivo es reforzar la capacidad de aprendizaje de nuestros estudiantes manteniendo unas expectativas elevadas en relación con su capacidad de aprender, fomentar su mentalidad académica y convertirles en la prioridad de nuestros planes de estudios y prácticas docentes. Hay tres cosas que los docentes pueden hacer para que su estrategia docente sea ambiciosa e interesante: mantener unas expectativas elevadas, fomentar la mentalidad académica de los estudiantes y desarrollar métodos de enseñanza centrados en el alumno.
- **Apoyos y relaciones.** Los profundos vínculos que se dan en el aula afectan al crecimiento y la buena disposición de los estudiantes al aprendizaje. Tanto es así, que los alumnos precisan de vínculos significativos con los

adultos para sentirse cuidados y motivados para aprender; no en vano, es más probable que los estudiantes se impliquen en el trabajo académico –incluso si éste es ambicioso– cuando perciben que los adultos los conocen y se prestan a apoyarles. Existen tres medidas que contribuyen al establecimiento de apoyos y vínculos: cultivar vínculos profundos con discípulos y adultos, generar un sentimiento de pertenencia y brindar apoyos efectivos.

- **Capacidad social y emocional.** Como hemos señalado, el aprendizaje académico está ligado de manera intrínseca a las competencias socioemocionales. Los procesos cognitivos, como pueden ser la resolución de problemas o la toma de decisiones, están vinculados a habilidades emocionales tales como el reconocimiento de emociones y su gestión. El objetivo es poder desarrollar estudiantes que sean emocional, social y culturalmente competentes a partir de una implementación sistemática de las habilidades HEART en el aula.

Cuando los educadores implementan el aprendizaje socioemocional de forma sistemática, participan de un proceso de análisis sobre cómo estas cuatro condiciones de aprendizaje se desarrollan (o no) en sus aulas y revisan tanto su pedagogía como su planificación curricular para poder crear un ambiente de aprendizaje que realmente tenga en cuenta lo que los alumnos necesitan no sólo en lo académico, sino también en lo social y emocional.

Por tanto, desde el punto de vista de los administradores de centro, es necesario que se creen espacios y se ofrezcan recursos, principalmente de tiempo, para que los educadores puedan llevar a cabo estos procesos de análisis. Las reuniones de claustro, de equipo pedagógico, de etapa escolar o de equipos transversales son foros adecuados donde se puede llevar a cabo esta reflexión y planificación de mejoras.

Implementación del modelo HEART in Mind en el aula

Como hemos visto, la mayoría de los educadores estadounidenses estiman importante enseñar habilidades socioemocionales, pues son conscientes de que los alumnos no pueden prestar atención a los contenidos académicos si sienten emociones fuertes o están constantemente estresados. Sin embargo, dadas las limitaciones de tiempo y la presión académica, muchos maestros tienen dificultades para encontrar formas de incorporar este aprendizaje socioemocional a su estrategia docente. En consecuencia, no podemos ignorar el reto que supone su aplicación efectiva y sostenible.

En un estudio sobre las condiciones propicias de implementación del aprendizaje socioemocional, varios profesores confesaron sentirse culpables por interrumpir la formación académica para abordar problemas de carácter socioemocional; en definitiva, les preocupaba quedarse rezagados en cuanto al alcance y secuencia de su estrategia docente y no conseguir después ponerse al día (Martínez, 2014).

En cambio, cuando estos mismos profesores hicieron un hueco en su programa diario para dar cabida al aprendizaje socioemocional, se percataron de que compartían un *idioma común* para tratar cuestiones de carácter socioemocional

con los alumnos, y consiguieron que estas conversaciones fueran más efectivas. Al mismo tiempo, comenzaron a apreciar cómo los estudiantes se supervisaban a sí mismos con más frecuencia y resolvían problemas por sí mismos, lo cual demostró que no precisaban tanto apoyo y facilidades por parte del maestro. Los profesores confirmaron que los beneficios de impartir estas habilidades superaban con creces los obstáculos que tuvieron que salvar para aplicarlas en sus aulas.

Los maestros eficaces saben cómo y cuándo introducir determinadas habilidades y contenidos académicos en sus aulas: ofrecen oportunidades de vincular los conocimientos previamente adquiridos, enseñan a través de actividades y ejercicios prácticos, favorecen que los estudiantes decidan cómo mostrarán el conocimiento que van adquiriendo y entienden cuál es el punto de partida de los alumnos y adónde deben llegar.

Si bien la enseñanza explícita de las habilidades HEART es un componente clave de una formación socioemocional sólida, no es la única. El empleo de prácticas de enseñanza que mejoran la puesta en práctica de las habilidades HEART por parte de los estudiantes y la incorporación del aprendizaje socioemocional a los contenidos académicos que se enseñan son dos estrategias complementarias que permiten sacar el máximo partido a la implementación del aprendizaje socioemocional. Al tener en consideración las habilidades HEART que los estudiantes precisan para aprender y dominar los contenidos académicos, los docentes ponen al alcance de sus alumnos las herramientas necesarias para aprender y crecer.

Tres estrategias básicas de aplicación

1. **Enseñanza explícita de las habilidades HEART.** Esta estrategia hace referencia a la enseñanza de habilidades y terminología específicas del modelo HEART *in Mind*. Cuando empezamos a impartir habilidades socioemocionales, la enseñanza explícita resulta convincente, dado que permite a estudiantes y educadores emplear un idioma común para comunicarse y abordar temas cotidianos dentro y fuera del aula.
2. **Prácticas pedagógicas que desarrollan las habilidades HEART de los estudiantes.** Esta estrategia está directamente relacionada con la forma en que los docentes organizan y gestionan su aula. Las prácticas didácticas que requieren que los estudiantes trabajen y aprendan juntos, debatan sobre un tema, reúnan distintos puntos de vista, resuelvan un problema de matemáticas o ciencias en un grupo reducido o tomen decisiones sobre su propio aprendizaje son actividades que exigen que los estudiantes empleen las habilidades HEART de una forma u otra. Estas estrategias se emplean a menudo en las escuelas, empero no se las considera recursos para desarrollar la capacidad socioemocional de los estudiantes. Entre las prácticas pedagógicas que mejoran las competencias de los estudiantes se incluyen el aprendizaje cooperativo, los debates en clase, el aprendizaje por proyectos, los talleres, los bucles de retroalimentación y la autoevaluación de los estudiantes.
3. **Incorporación de las habilidades HEART a los contenidos académicos.** Esta tercera estrategia liga los contenidos y la

terminología propios de la enseñanza de habilidades HEART al programa lectivo de lengua, matemáticas, ciencias o educación física. Por ejemplo, en la asignatura de lengua es posible ligar lecciones y actividades relativas al estudio de personajes o desarrollo de temas con la alfabetización emocional y la capacidad de autogestión. Es recomendable que los educadores incluyan en su programa lectivo tanto un objetivo académico como un objetivo en materia de habilidades HEART, y que los compartan con sus alumnos.

Cultivo de las capacidades socioemocionales de los educadores

Una encuesta realizada conjuntamente por el *Yale Center for Emotional Intelligence* y CASEL durante la crisis de la Covid-19 reveló que la ansiedad, el miedo, la preocupación, la angustia y la tristeza fueron las cinco emociones más citadas entre los más de 5 000 docentes estadounidenses que participaron en este estudio (Brackett y Cirpiano, 2020).

La crisis de la Covid-19 ha arrojado algo de luz sobre la necesidad imperiosa de atender las necesidades socioemocionales de los profesores, “admitiendo que van a sufrir indirectamente experiencias traumáticas” (Mader, 2020, s. p.). Durante la pandemia, los profesores no sólo están padeciendo su propio trauma, sino que se ven asimismo forzados a asumir la presión adicional que supone brindar apoyo a los estudiantes que se han visto afectados por esta crisis mundial. Si bien queremos que los maestros cumplan su propósito, los sistemas educativos deben invertir en la creación de iniciativas de aprendizaje socioemocional sistémicas y sistemáticas que contemplen el respaldo a las habilidades HEART de los educadores y del personal que trabaja con niños y jóvenes. De lo contrario, seguiremos siendo testigos de la renuncia de unos 200 000 docentes, quienes cada año abandonan la profesión por culpa de las difíciles condiciones laborales, la falta de apoyo y la mala remuneración (Podolsky *et al.*, 2016).

No es de recibo pensar que las habilidades HEART de los adultos son un asunto a plantear o abordar una vez que estén en marcha los programas de aprendizaje socioemocional de las escuelas. El hecho está en que, a menos que brindemos apoyo a los adultos en el desarrollo de su capacidad socioemocional, los estudiantes y el entorno educativo se verán gravemente afectados (Jones *et al.*, 2013).

- **La competencia socioemocional de los docentes influye en la calidad de la relación entre profesor y alumno.** Es muy probable que los profesores tranquilos, positivos y satisfechos estén mejor preparados para tratar a los estudiantes con cariño y sensibilidad, incluso cuando éstos muestren problemas de comportamiento.
- **Los profesores ejemplifican –de forma voluntaria o involuntaria– estas habilidades.** Los maestros se enfrentan a situaciones estresantes todos los días, ¡y los estudiantes se dan cuenta! De hecho, aprenden de cómo sus profesores gestionan los conflictos o mantienen el control del aula, y si fomentan o no un ambiente sociable en clase.
- **La competencia socioemocional de los docentes influye en la organización y gestión del aula.** Los educadores deben mantener la

calma, ser organizados y cultivar la confianza social si quieren gozar de una clase bien organizada que estimule la creatividad y fomente la autonomía de los alumnos.

Como es comprensible, es fundamental que los profesores practiquen sus habilidades HEART por dos razones esenciales: en primer lugar, para que puedan fomentar su fortaleza de carácter y proseguir a largo plazo con la labor que realizan y les apasiona; y, en segundo, para que puedan ejemplificar e impartir estas habilidades a sus alumnos y convertirse en educadores más eficaces, aspecto que incluye el desarrollo de la competencia cultural de los docentes y su capacidad para establecer relaciones positivas con el alumnado. Por lo general, esto no es algo que se consiga de la noche a la mañana; de la misma manera que los atletas deben practicar para mejorar sus aptitudes, los educadores también deben practicar de manera intencionada para convertirse en maestros más eficaces y resilientes a largo plazo.

La formación de las habilidades HEART de los docentes puede y debe integrarse en la formación permanente de todos los educadores. En algunos centros, el equipo pedagógico se encarga de formar a los docentes para que aprendan y practiquen estas habilidades en jornadas de formación específicas y también en las reuniones de claustro. En otros casos, los centros educativos buscan el apoyo de profesionales u organizaciones externas que faciliten estos procesos de crecimiento para el conjunto de docentes en la escuela.¹

Conclusión

El aprendizaje socioemocional mejora el rendimiento académico, las conductas prosociales del alumnado y reduce los problemas de conducta. Aunque una mayoría de docentes en los Estados Unidos apoya la integración del aprendizaje socioemocional en las escuelas, encontramos ciertas concepciones erróneas que dificultan y menoscaban los beneficios de estas iniciativas y que, en algunos casos, tienen efectos negativos en el desarrollo de una identidad positiva en estudiantes de color.

La existencia de iniciativas de implementación del aprendizaje socioemocional centradas en el control del comportamiento de los estudiantes, que no tienen en cuenta la capacitación de los educadores en sus planes o la necesidad de analizar las condiciones sociales y emocionales de aprendizaje que se generan en las aulas, indican la necesidad de introducir modelos diseñados para superar estas concepciones erróneas y adoptar una implementación realmente rigurosa y al servicio de todos los estudiantes.

El modelo *HEART in Mind* surge para dar respuesta a estas concepciones erróneas y ofrecer un marco de actuación que integra la importancia de las condiciones sociales y emocionales de aprendizaje, la integración de las habilidades HEART en el aula, la equidad y el desarrollo de la capacidad social, emocional y cultural de los docentes. Este modelo tiene el potencial de promover procesos de transformación de las personas que forman parte de la institución educativa, para que en ella se creen las condiciones para una implementación del aprendizaje socioemocional efectiva y sostenible a largo plazo.

Referencias

- Atwell, M. N., y Bridgeland, J. (2019). Ready to Lead: A 2019 Update of Principals' Perspectives on How Social and Emotional Learning Can Prepare Children and Transform Schools. A Report for CASEL. ERIC (ED602977).
- Brackett, M., y Cipriano, C. (2020). Teachers are Anxious and Overwhelmed. They Need SEL Now More Than Ever. *EdSurge*. <https://www.cdsurge.com/news/2020-04-07-teachers-are-anxious-and-overwhelmed-they-need-sel-now-more-than-ever>
- Cipriano, C., Rappolt-Schlichtmann, G., y Brackett, M. (2020). Supporting School Community Wellness with Social and Emotional Learning (SEL) During and After a Pandemic. *Penn State College of Health and Human Development*. <https://www.prevention.psu.edu/uploads/files/PSU-SEL-Crisis-Brief.pdf>
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL) (2023). Indicators of schoolwide SEL. Estados Unidos: CASEL. www.casel.org/what-is-sel/
- CASEL (2020). What is SEL? Estados Unidos: CASEL. www.casel.org/what-is-sel/
- CASEL (2017). Key Implementation Insights from the Collaborating Districts Initiative. Estados Unidos: CASEL. <https://www.casel.org/wp-content/uploads/2017/06/CDI-Insights-Report-May.pdf>
- Darling-Hammond, L., y Cook-Harvey, C. (2018). Educating the Whole Child: Improving School Climate to Support Student Success. Learning Policy Institute. ERIC (ED606462).
- David, S. (2016). *Emotional Agility: Get Unstuck, Embrace Change, and Thrive in Work and Life*. Nueva York: Avery.
- Durlak, J., Weissberg, R., Dymnicki, A., Taylor, R., y Schellinger, K. (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://casel.org/wp-content/uploads/2016/06/meta-analysis-child-development-1.pdf>
- Immordino-Yang, M., Darling-Hammond, L., y Krone, C. (2018). *The Brain Basis for Integrated Social, Emotional, and Academic Development. How emotions and social relationships drive learning*. Washington, D.C.: The Aspen Institute.
- Jagers, R., Rivas-Drake, D., y Williams, B. (2019). Transformative Social and Emotional Learning (SEL): Toward SEL in Service of Educational Equity and Excellence. *Educational Psychologist*, 54(3), 162-184. <http://doi.org/10.1080/00461520.2019.1623032>
- Jagers, R., Skoog-Hoffman, A., Barthelus, B., y Schlund, J. (2021). Transformative Social Emotional Learning: In Pursuit of Educational Equity and Excellence. *American Educator*, 45(2), 12-17.
- Jones, S., Bouffard, S., y Weissbourd, R. (2013). Educators' social and emotional skills vital to learning. *Phi Delta Kappan*, 94(8), 62-65. <https://doi.org/10.1177/003172171309400815>
- Mader, J. (2020). As schools reopen, are teachers OK? Covid, stress, new rules, regulations and more add to anxiety. Northern Kentucky Tribune.
- Martínez, L. (2021). A Pathway to better social and emotional learning. *Edutopia*. edutopia.org

- Martínez, L. (2021). *Pedagogía con corazón: Guía para educadores sobre la educación emocional con el modelo HEART in Mind*. San Carlos, California: Brisca Publishing.
- Martínez, L. (2020). 3 Misconceptions about SEL. *HEART in Mind Blog*. <https://loreamartinez.com/2020/10/06/3-misconceptions-about-sel/>
- Martínez, L. (2016). Teachers' Voices on Social Emotional Learning: Identifying the conditions that make implementation possible. *International Journal of Emotional Education*, 8(2), 6-24.
- Martínez, L. (2014). *L'atenció integral al desenvolupament intel·lectual i socioemocional dels infants en les pràctiques educatives*. (Tesis doctoral). Universidad Autónoma de Barcelona, España. <https://ddd.uab.cat/record/165664>
- National Center for Education Statistics (2022). *The School Pulse Panel*. ed.gov
- OCDE (2015). *Skills for Social Progress: The Power of Social and Emotional Skills*. Paris: OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/9789264226159-en>
- Osher, D., y Kendziora, K. (2010). Building conditions for learning and healthy adolescent development: A strategic approach. En B. Doll, W. Pfohl y J. S. Yoon (eds.), *Handbook of Youth Prevention Science* (20 pp.). Londres: Taylor & Francis Group. <http://doi.org/10.4324/9780203866412.CH6>
- Podolsky, A., Kini, T., Bishop, J., y Darling-Hammond, L. (2016). Solving the Teacher Shortage: How to Retain Excellent Educators. Learning Policy Institute. <https://learningpolicyinstitute.org/product/solving-teacher-shortage>
- Simmons, D. (2021). Why SEL Alone Isn't Enough. *Educational Leadership*, 78(6), 30-34.
- Simmons, D. (2019). Why We Can't Afford Whitewashed Social Emotional Learning. *ASCD Education Update*, 61(4). http://www.ascd.org/publications/newsletters/education_update/apr19/vol61/num04/Why_We_Can't_Afford_Whitewashed_Social-Emotional_Learning.aspx

Notas

- 1 Para más información sobre el modelo HEART in Mind se puede consultar la página web: www.loreamartinez.com