

**I.- Datos Generales****Código**

EC1158

**Título**

Implementación de habilidades socioemocionales y metodologías para desarrollarlas

**Propósito del Estándar de Competencia**

Servir como referente para la evaluación y certificación de las personas que muestren destrezas en la implementación de habilidades socioemocionales y en el uso de metodologías para el desarrollo positivo de las interacciones en diferentes ámbitos.

Asimismo, puede ser referente para el desarrollo de programas de capacitación y de formación basados en Estándares de Competencia (EC).

El presente EC se refiere únicamente a funciones para cuya realización no se requiere por disposición legal, la posesión de un título profesional. Por lo que para certificarse en este EC no deberá ser requisito el poseer dicho documento académico.

**Descripción general del Estándar de Competencia**

El presente EC describe las funciones propias de los formadores y/o líderes de equipo, al momento de la implementación de habilidades socioemocionales y metodologías para desarrollarlas. Planear las herramientas para la mejora personal de las habilidades socioemocionales. También establece los conocimientos teóricos, básicos y prácticos con los que debe contar, así como las aptitudes relevantes en su desempeño con la aplicación de metodologías en grupos.

El presente EC se fundamenta en criterios rectores de legalidad, competitividad, libre acceso, respeto, trabajo digno y responsabilidad social.

**Nivel en el Sistema Nacional de Competencias: Tres**

Desempeña actividades tanto programadas y rutinarias como impredecibles. Recibe orientaciones generales e instrucciones específicas de un superior. Requiere supervisar y orientar a trabajadores jerárquicamente subordinados.

**Comité de Gestión por Competencias que lo desarrolló**

De Tecnologías de la información y la comunicación para la Educación del ILCE

**Fecha de aprobación por el Comité Técnico del CONOCER:**

4 de marzo de 2019

**Fecha de publicación en el Diario Oficial de la Federación:**

10 de abril de 2019

**Periodo sugerido de revisión /actualización del EC:**

3 años

**Ocupaciones relacionadas con este EC de acuerdo con el Sistema Nacional de Clasificación de Ocupaciones (SINCO)****Grupo unitario**

2715 Instructores y capacitadores en oficios y para el trabajo

**Ocupaciones asociadas**

Capacitador  
Facilitador  
Instructor  
Formadores  
Docentes

**Clasificación según el sistema de Clasificación Industrial de América del Norte (SCIAN)****Sector:**

61 Servicio educativos

**Subsector:**

611 Servicios educativos

**Rama:**

6117 Servicios de apoyo a la educación

**Subrama:**

61171 Servicios de apoyo a la educación

**Clase:**

6117710 Servicios de apoyo a la educación

El presente EC, una vez publicado en el Diario Oficial de la Federación, se integrará en el Registro Nacional de Estándares de Competencia que opera el CONOCER a fin de facilitar su uso y consulta gratuita.

**Organizaciones participantes en el desarrollo del Estándar de Competencia**

- AtentaMente Consultores A.C.
- Instituto Latinoamericano de la Comunicación Educativa

**Aspectos relevantes de la evaluación****Detalles de la práctica:**

- Para demostrar la competencia en este EC, se recomienda que se lleve a cabo en el lugar de trabajo y durante su jornada laboral; sin embargo, pudiera realizarse de forma simulada si el área de evaluación cuenta con los materiales, insumos, e infraestructura, para llevar a cabo el desarrollo de todos los criterios de evaluación referidos en el EC.

**Apoyos/Requerimientos:**

- Es necesario contar con un grupo mínimo de cuatro participantes para poner en práctica este Estándar de Competencia.
- Es necesario contar con un pizarrón o pintarrón.



## ESTÁNDAR DE COMPETENCIA

- Es necesario contar con marcadores para pintarrón/pizarrón y un aula iluminada para poner en práctica este EC.
- Mobiliario (mesas, sillas)

### Duración estimada de la evaluación

- 30 minutos en gabinete y 2 horas en campo, totalizando 2 horas con 30 minutos

### Referencias de Información

- SEP (2017), Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Recuperado de: [http://www.aprendizajesclave.sep.gob.mx/descargables/EDUCACION\\_SOCIOEMOCIONAL.pdf](http://www.aprendizajesclave.sep.gob.mx/descargables/EDUCACION_SOCIOEMOCIONAL.pdf).
- Bisquerra Alzina, R., & Escoda, N. P. (2007). Las competencias emocionales.
- Sánchez Puerta, M. L., Valerio, A., & Bernal, M. G. (2016). *Taking Stock of Programs to Develop Socioemotional Skills: A Systematic Review of Program Evidence*. Recuperado de: <https://openknowledge.worldbank.org/bitstream/handle/10986/24737/9781464808722.pdf?sequence=2>
- OECD. (n.d.). *Social and Emotional Skills: Well-being, connectedness, and success*. Recuperado de: [http://www.oecd.org/education/school/UPDATED\\_Social\\_and\\_Emotional\\_Skills\\_-\\_Well-being,\\_connectedness\\_and\\_success.pdf](http://www.oecd.org/education/school/UPDATED_Social_and_Emotional_Skills_-_Well-being,_connectedness_and_success.pdf) (website).pdf
- EKMAN, P., & EKMAN, E. (2017). *The Ekman's atlas of emotions*. (traducido al español) Recuperado de: [atlasofemotions.org/](http://atlasofemotions.org/)
- L. Chernicoff y E. Rodríguez (2016). Trabajar y vivir en equilibrio. Transformando el ámbito laboral desde el cambio interior. Módulo 1 Panorama general: cultivar calma y discernimiento. Versión 2.4, Ciudad de México, p. 160.



## **II.- Perfil del Estándar de Competencia**

### **Estándar de Competencia**

Implementación de habilidades socioemocionales y metodologías para desarrollarlas

### **Elemento 1 de 2**

Aplicar herramientas para el desarrollo de las habilidades socioemocionales

### **Elemento 2 de 2**

Aplicar técnicas para el desarrollo de las habilidades socioemocionales



**III.- Elementos que conforman el Estándar de Competencia**

Referencia	Código	Título
1 de 2	E3651	Aplicar herramientas para el desarrollo de las habilidades socioemocionales

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

La persona es competente cuando demuestra los siguientes:

**DESEMPEÑOS**

1. Inicia la sesión:
  - Presentándose ante el grupo,
  - Explicando los objetivos/los de la sesión a desarrollar,
  - Creando acuerdos y expectativas sobre la interacción grupal,
  - Realizando preguntas a los participantes que le permitan identificar el conocimiento del grupo sobre el tema,
  - Presentando la introducción al tema de la sesión, y
  - Realizando cualquier técnica grupal de integración para motivar el interés de los participantes.
2. Expone el panorama general del desarrollo de las habilidades socioemocionales:
  - Explicando qué son las habilidades socioemocionales y su importancia para el perfil de los participantes,
  - Argumentando la posibilidad de desarrollar las habilidades socioemocionales, y
  - Explicando la importancia de desarrollar las habilidades socioemocionales.
3. Expone sobre la necesidad de establecer una visión socioemocional en su ambiente:
  - Explicando la importancia de experimentar bienestar personal e interpersonal,
  - Preguntando cómo les gustaría relacionarse y cómo desearían que su grupo o equipo se relacionaran, y
  - Describiendo la conducta a promover/evitar para fortalecer un ambiente socioemocional en el que se fomente la resolución y manejo de conflictos.
4. Expone el modelo de autoconocimiento:
  - Explicando los tres elementos básicos que componen una emoción el que puede ser afectivo, cognitivo y conductual y utiliza una emoción para ejemplificar,
  - Explicando las cinco fases de un episodio emocional,
  - Explicando el carácter dual de las emociones, evitando la distinción agradable/desagradable positivo/negativo,
  - Dando un ejemplo en el que una situación interna/externa dispara una emoción,
  - Explicando lo que sucede con la atención frente al surgimiento de una emoción,
  - Describiendo y ejemplificando el tipo de pensamientos que surgen al experimentar una emoción, e
  - Identificando el tipo de respuestas conductuales que acompañan a una emoción.
5. Desarrolla estrategias de regulación emocional:
  - Presentando una forma de evitar/modificar la situación que dispara una emoción,
  - Mencionando un ejemplo en el cual se cambie el objeto de atención para regular una emoción,

- Explicando una forma de reinterpretar/revalorar una situación para fomentar/revalorar la presencia de una emoción constructiva, y
- Sugiriendo una forma distinta de actuar al presentarse una emoción.

La persona es competente cuando posee los siguientes:

**CONOCIMIENTOS**

**NIVEL**

- |  |              |
|--|--------------|
| 1. Definición las habilidades socioemocionales     | Conocimiento |
| 2. Importancia de las habilidades socioemocionales | Conocimiento |
| 3. Definición de emociones                         | Conocimiento |
| 4. Estrategias de autoconocimiento                 | Conocimiento |
| 5. Estrategias de regulación                       | Conocimiento |
| 6. Solución de conflictos                          | Conocimiento |

**GLOSARIO**

- |  |  |
|--|--|
| 1. Ambiente socioemocionalmente favorable: | Atmósfera de trabajo o de aprendizaje, donde se fomenta la presencia de normas, valores y expectativas claras, para que el grupo y cada uno de los participantes puedan encontrarse en un espacio que les de seguridad emocional, social y física.   |
| 2. Autoconocimiento:                       | El autoconocimiento implica conocerse y comprenderse así mismo, tomar conciencia de las motivaciones, necesidades, pensamientos y emociones propias, así como su efecto en la conducta y en los vínculos que se establecen con otros y con el entorno. También implica reconocer en uno mismo fortalezas, limitaciones y potencialidades, adquirir la capacidad de apreciar y agradecer e identificar condiciones internas y externas que promueven el propio bienestar. |
| 3. Conductas perjudiciales:                | Conductas que deterioran el bienestar de sí mismo y los demás.   |
| 4. Dimensión afectiva:                     | La dimensión afectiva abarca las emociones, sensaciones y sentimientos. Son considerados como algo diferente de la cognición.  |
| 5. Dimensión del comportamiento:           | Conjunto de respuestas verbales, o respuestas físicas observables que da una persona.  |
| 6. Dimensión interpersonal:                | Es la forma en la que la persona interactúa con los otros, va más allá de la conducta o comportamiento. Trato entre las personas, articulado por medio del lenguaje.   |
| 7. Regulación emocional:                   | La regulación emocional es la influencia en la trayectoria de una emoción para lograr una meta. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento. Se vincula con la capacidad de utilizar estrategias para regular la intensidad, duración o frecuencia de las emociones.  |



Referencia	Código	Título
2 de 2	E3652	Aplicar técnicas para el desarrollo de las habilidades socioemocionales

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La persona es competente cuando demuestra los siguientes:

1. Genera un entorno socioemocionalmente favorable:
  - Interactuando con los participantes de manera activa,
  - Propiciando el cumplimiento de los acuerdos de trabajo,
  - Propiciando la participación de los asistentes mediante dinámicas,
  - Demostrando interés, escuchando y mirando atentamente a la persona que habla,
  - Generando preguntas que detonen el diálogo entre los participantes para generar alternativas de solución ante conflictos, y
  - Resaltando el esfuerzo y las contribuciones de los participantes.
2. Guía una estrategia de breve práctica de atención:
  - Solicitando a los participantes establecer una postura corporal, en la que esté la espalda derecha y el resto de cuerpo lo más relajado posible,
  - Pidiendo a los participantes que noten conscientemente un lugar en el cuerpo donde perciban la respiración,
  - Pidiendo que identifiquen la relajación corporal y la cualidad actual de su mente,
  - Pidiendo a los participantes que finalicen la práctica de manera suave,
  - Pidiendo retroalimentación a los participantes para que compartan su experiencia durante la práctica, y
  - Explicando un ejemplo propio de la utilidad de esta práctica de atención.
3. Aplica estrategias para el desarrollo de habilidades socioemocionales acordes al grupo:
  - Explicando en qué consisten las actividades/estrategias/herramientas que se desarrollarán y qué se espera de los participantes,
  - Guiando a los participantes para llevar a cabo las actividades/estrategias/herramientas presentadas,
  - Relacionando las experiencias expuestas por los participantes con los temas de la sesión,
  - Explicando conceptos técnicos/clave/glosario usando un lenguaje familiar de manera sencilla/accesible para los participantes con ejemplos cercanos a sus experiencias/conocimientos previos,
  - Realizando preguntas que motiven la participación de los asistentes,
  - Haciendo un reconocimiento verbal a cada participante,
  - Brindando retroalimentación al finalizar los ejercicios que se desarrollan, y
  - Preguntando a los participantes si tienen dudas/comentarios y atendiéndolas, de ser el caso.
4. Realiza la conclusión de la sesión con la participación del grupo:
  - Pidiendo a los participantes que identifiquen qué se llevan de la sesión, y
  - Ejemplificando técnicas de cómo poner en práctica durante su vida diaria los aprendizajes de la sesión.



La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

**ACTITUDES/HÁBITOS/VALORES**

1. Perseverancia: La manera en que demuestra interés permanente por desarrollar habilidades socioemocionales en los participantes
2. Amabilidad La manera en que interactúa con los participantes del grupo
3. Cooperación: La manera en que ayuda y apoya a otros a ejecutar una tarea.

**GLOSARIO**

1. Entorno seguro: Ver Ambiente socio emocionalmente favorable

