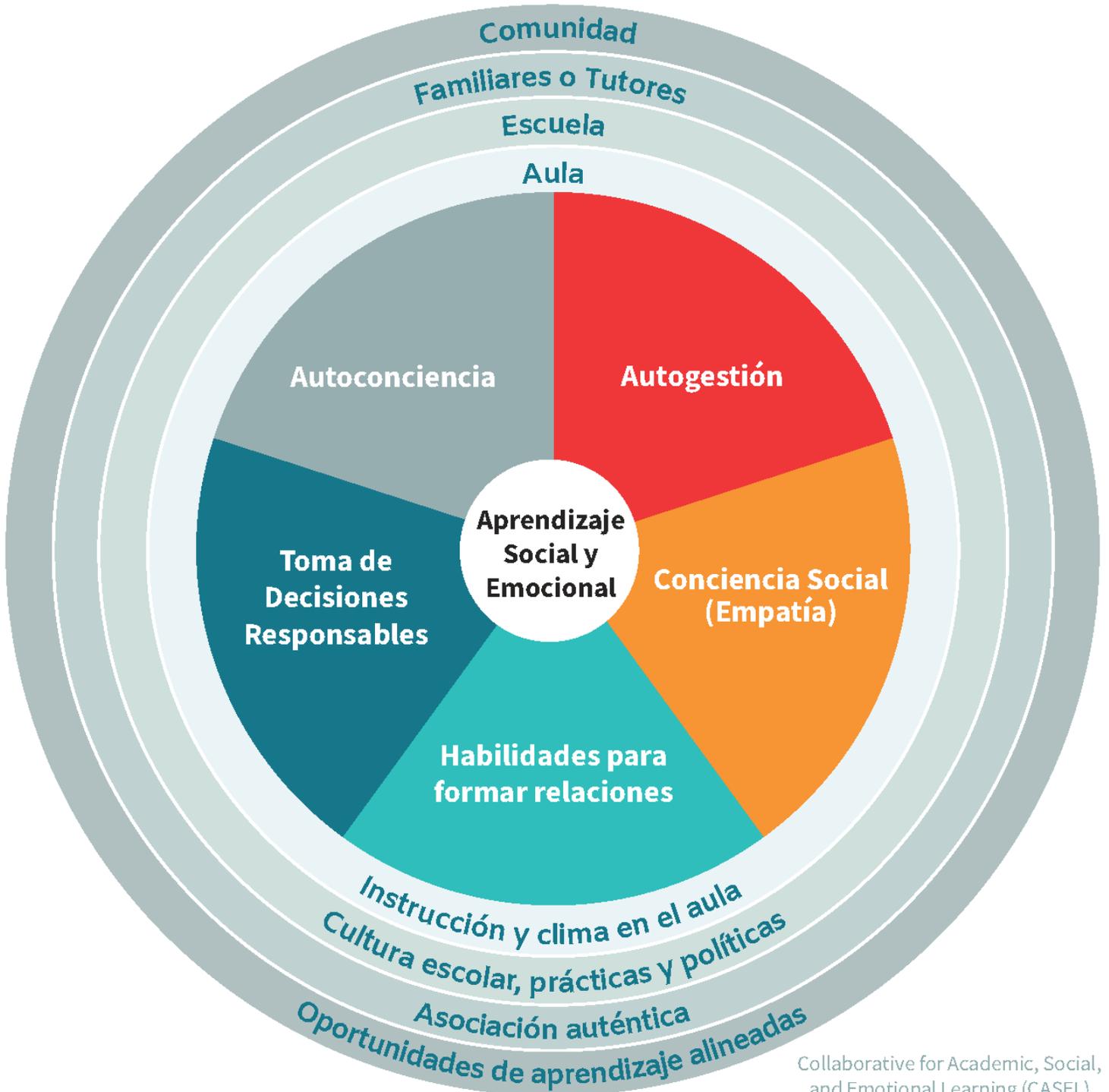


La Rueda de Aprendizaje Social y Emocional



Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL)



Frameworks

Las Cinco Competencias Clave del Aprendizaje Social y Emocional

Conciencia de Si Mismo: La habilidad para comprender nuestros sentimientos, pensamientos y valores; Y como influyen el comportamiento en distintos contextos. Esto incluye la capacidad de reconocer nuestras fortalezas y limitantes con una sensación fundamentada de confianza y propósito.

Autogestión: La habilidad para gestionar nuestras emociones, pensamientos y comportamiento de manera efectiva para alcanzar metas y aspiraciones. Esto incluye la capacidad para retrasar la recompensa, manejar el estrés y sentir motivación y necesidad para cumplir metas personales y colectivas.

Conciencia Social: La habilidad para entender perspectivas y empatizar con otros, incluyendo aquellos de entornos, culturas y contextos distintos. Esto incluye la capacidad de sentir compasión por otros y reconocer los recursos y apoyos familiares, escolares y comunitarios.

Habilidades para Formar Relaciones: La habilidad para establecer y mantener relaciones saludables y de apoyo; Poder navegar de forma efectiva escenarios con otros individuos y en grupo. Esto incluye la capacidad de comunicarse claramente, escuchar de forma activa, cooperar, trabajar en conjunto para resolver y negociar conflictos de forma constructiva, conducirse en escenarios con demandas y oportunidades socialmente distintas, proveer liderazgo y pedir o ofrecer ayuda cuando sea necesario.

Toma de Decisiones Responsables: La habilidad para tomar decisiones cuidadosas y constructivas para tener interacciones sociales en diversas situaciones. Esto incluye la capacidad de considerar estándares éticos y preocupaciones de seguridad; Evaluar los beneficios y consecuencias de las acciones personales, sociales y colectivas del bienestar.

- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL)

- El colaborativo Académico para el Aprendizaje Social y Emocional (CASEL)