



Práctica de Habilidades para Relacionarse



¿En qué consiste la práctica?

La práctica socioemocional de habilidades para relacionarse se refiere a la capacidad de construir, mantener y fortalecer vínculos positivos con otras personas en diversos contextos, basándose en la empatía, el respeto, la comunicación efectiva y la colaboración. Esta competencia implica transitar de manera eficaz por entornos sociales, reconocer las emociones propias y ajenas, y actuar de modo que se promueva el bienestar común y la convivencia armónica.

En el ámbito educativo, esta práctica cobra especial relevancia, ya que el aula es un espacio de interacción constante entre estudiantes, docentes y comunidades educativas; desarrollar habilidades para relacionarse contribuye a generar climas de aula positivos, favorecer la participación activa y fortalecer la cohesión grupal. La comunicación asertiva, la resolución colaborativa de conflictos y la cooperación son aspectos fundamentales que favorecen la construcción de relaciones saludables y respetuosas.

Un indicador concreto de esta práctica es cuando docentes y estudiantes escuchan activamente y responden de manera constructiva y respetuosa a las inquietudes o aportes de otros, reconociendo la diversidad de opiniones como una oportunidad de aprendizaje y desarrollo personal.

Habilidades para relacionarse implica que el docente

- Promueve un ambiente de aula basado en la empatía, la escucha activa y el respeto mutuo.
- Modela formas de comunicación asertiva y respetuosa al interactuar con sus estudiantes y colegas.
- Favorece la participación equitativa, asegurando que todas las voces puedan ser escuchadas en espacios de diálogo y colaboración.
- Enseña explícitamente estrategias para resolver conflictos de manera constructiva, enfatizando la búsqueda de acuerdos y el reconocimiento de emociones.
- Fomenta la cooperación a través del trabajo en equipo, valorando los aportes individuales dentro del logro común.
- Refuerza el valor de la diversidad, promoviendo el reconocimiento y respeto de las diferencias culturales, de género, de capacidades y de opinión.
- Identifica momentos o “espacios discrecionales” en que puede intervenir para potenciar la convivencia o reconducir interacciones hacia el respeto y la colaboración.
- Utiliza el error y el conflicto como oportunidades pedagógicas para desarrollar empatía, autocontrol y habilidades comunicativas en los estudiantes.



Lo que no es Habilidades para relacionarse

- Promover únicamente la ausencia de conflictos sin trabajar las causas o emociones involucradas.
- Fomentar la obediencia o el silencio como sinónimo de respeto.
- Resolver los desacuerdos tomando partido por un grupo o estudiante sin promover el diálogo o la reparación.

- Confundir la empatía con permisividad, evitando poner límites claros y coherentes en las interacciones.
- Delegar completamente en los estudiantes la resolución de conflictos sin mediación o acompañamiento docente.
- Limitar las relaciones en el aula a interacciones funcionales o académicas, sin espacio para la expresión emocional o el reconocimiento mutuo.
- Ignorar o minimizar las manifestaciones de exclusión, burla o discriminación entre pares.



Estrategias docentes para Habilidades para relacionarse

- **Círculos de diálogo o reflexión:** Consisten en espacios estructurados y periódicos donde los estudiantes se sientan en círculo, sin jerarquías, para compartir experiencias, emociones o resolver conflictos. Con ello se busca fomentar la escucha, la empatía y la confianza grupal. Para implementar, es crucial establecer reglas básicas (respeto del turno, confidencialidad, derecho a pasar), utilizar una pregunta disparadora (“¿Qué aprendimos esta semana sobre convivir mejor?” o “¿Cómo nos sentimos trabajando en grupo?”). Finalizar con un acuerdo o compromiso de mejora.
- **Escucha activa y reformulación:** El docente modela una comunicación empática repitiendo o parafraseando lo dicho por un estudiante para validar su mensaje. Ejemplo: “Entonces, lo que entiendo es que te sentiste frustrado porque no te escucharon, ¿cierto?” Con ello se busca enseñar a los estudiantes a demostrar atención genuina, validar al otro y verificar comprensión. Puede usarse en asambleas, discusiones grupales o tutorías individuales.
- **Técnicas de resolución colaborativa de conflictos:** Consiste en acompañar a los estudiantes para que, mediante el diálogo, identifiquen la causa del conflicto, expresen sus emociones y acuerden soluciones. Los pasos sugeridos son, partir con la descripción del hecho sin juzgar (“Ocurrió que ambos querían usar el mismo material”), expresar sentimientos (“¿Cómo te sentiste cuando eso pasó?”), proponer alternativas (“¿Qué podríamos hacer la próxima vez para compartirlo mejor?”) y cerrar con un acuerdo (“Entonces, la próxima vez lo

usarán por turnos”). Lo anterior contribuye a transformar los conflictos en oportunidades de aprendizaje social y emocional.

- **Mapas de fortalezas del grupo:** Actividad grupal para identificar y reconocer las cualidades y aportes de cada miembro del curso. Permite fortalecer la autoestima, la valoración mutua y el sentido de comunidad. Se puede implementar con ejercicios simples tales como, cada estudiante escribe o dibuja en un cartel una fortaleza de un compañero (“Buena compañera”, “Ayuda cuando alguien no entiende”) y el docente sistematiza esas fortalezas en un mural del aula. Es ideal para iniciar el año escolar o fortalecer la cohesión antes de proyectos colaborativos.
- **Roles rotativos de trabajo cooperativo:** asignar roles específicos dentro del grupo (coordinador, portavoz, moderador, registrador, observador del clima, etc.). El objetivo es favorecer la empatía y el entendimiento del valor de cada rol dentro del equipo. Se sugiere que, después de cada trabajo grupal, reflexionar sobre qué funcionó y cómo se sintieron en su rol. Se puede rotar semanalmente los roles para que todos vivan distintas perspectivas.
- **Rutinas de reconocimiento positivo:** Espacios breves al inicio o cierre de clase dedicados a reconocer gestos, actitudes o logros colaborativos. Por ejemplo, “Hoy destaco a Camila por ayudar a su compañero sin que se lo pidieran”. El propósito es consolidar un clima de respeto y refuerzo positivo, incrementando la motivación intrínseca. Se puede ajustar a diversas edades y contextos usando Tarjetas de agradecimiento, El aplauso del día o Palabra amable.
- **Modelamiento docente:** El docente actúa de manera coherente con los valores que promueve, mostrando respeto, autocontrol y empatía incluso en situaciones de conflicto o tensión. Por ejemplo, cuando un estudiante eleva la voz, el docente responde en tono calmado, demostrando que la regulación emocional es una forma de liderazgo. El propósito es ofrecer un referente real de habilidades relacionales en acción.
- **Diálogos de metaemociones:** Conversaciones breves donde el docente ayuda a los estudiantes a identificar, nombrar y comprender sus emociones durante una interacción social. Es crucial utilizar preguntas que permitan la reflexión de los niños/as y la etiquetación de emociones. Por ejemplo “¿Qué sentiste cuando tu compañero no te escuchó? ¿Qué podrías decirle la próxima vez?” El objetivo es desarrollar conciencia emocional y empatía cognitiva.

- **Acuerdos de convivencia contruidos colectivamente:** El grupo define y redacta en conjunto las normas de trato, escucha y colaboración que regirán el aula. Con ello se busca promover la corresponsabilidad y la internalización de valores comunes.



Bibliografía

- CASEL (2020). SEL Competencies and Indicators of High-Quality Implementation. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning.
- Ministerio de Educación de Chile (2023). Orientaciones para el desarrollo de habilidades socioemocionales en la escuela. Unidad de Apoyo a la Convivencia Escolar.
- Jennings, P. & Greenberg, M. (2009). The Prosocial Classroom: Teacher Social and Emotional Competence in Relation to Student and Classroom Outcomes. *Review of Educational Research*, 79(1), 491–525.
- Weissberg, R., Durlak, J., Domitrovich, C., & Gullotta, T. (2015). Social and Emotional Learning: Past, Present, and Future. In Durlak et al. (Eds.), *Handbook of Social and Emotional Learning*. Guilford Press.
- Teaching Works, University of Michigan (2022). High-leverage practices. <https://www.teachingworks.org/high-leverage-practices/>
- Fundación Educacional Oportunidad (2022). Clima de aula y bienestar emocional. <https://oportunidadenlinea.cl>