

# Resultados Estudio de Habilidades Socioemocionales

Recomendaciones para la  
promoción de la gestión  
socioemocional y el bienestar  
de las y los estudiantes



Las recomendaciones se sustentan en los resultados del Estudio de Habilidades Socioemocionales (SESS 2023, OCDE), que mide las *habilidades socioemocionales* en estudiantes de 15 años, a través de cuestionarios respondidos por estudiantes, docentes, apoderados(as) y directores(as).

## Se evaluaron:

- ✓ **Ámbitos y habilidades socioemocionales**
- ✓ **Rendimiento en tareas:** autocontrol, responsabilidad y persistencia
- ✓ **Regulación emocional:** resistencia al estrés, optimismo y autocontrol emocional
- ✓ **Colaboración:** empatía, confianza y cooperación
- ✓ **Apertura de mentalidad:** tolerancia, curiosidad y creatividad
- ✓ **Relación con los(as) demás:** sociabilidad, asertividad y energía

+ indicadores de **Bienestar y Salud de las y los estudiantes.**

## Hallazgos:

### 1 Brecha de género

Todas las habilidades, con excepción de curiosidad y persistencia, presentan brecha entre hombres y mujeres. Las mujeres muestran mayor desarrollo de responsabilidad, empatía, tolerancia y motivación al logro. Los hombres muestran mayor desarrollo en todas las demás habilidades socioemocionales.

### 2 Resultados bajo el promedio internacional en bienestar

Las y los estudiantes presentan bajos índices de bienestar psicológico, hábitos de vida saludable, satisfacción con la vida, percepción de la imagen corporal, satisfacción con las relaciones y mayores niveles de ansiedad académica y bullying. Además, cada uno de estos índices reporta brechas entre mujeres y hombres, a favor de los segundos.



## Recomendación:



### Para directivos:

- Crear talleres extracurriculares, foros, salidas pedagógicas, entre otros, que aborden habilidades socioemocionales y el bienestar integral.
- Capacitar al equipo docente en el aprendizaje de habilidades socioemocionales, la importancia del bienestar, y su fortalecimiento.
- Promover el DIA Socioemocional y otras herramientas orientadas al bienestar de las y los estudiantes.



### Para docentes:

- Enseñar a las y los estudiantes qué son las habilidades socioemocionales y que estas pueden aprenderse.
- Hacer actividades en duplas o grupos pequeños en que las y los estudiantes reconozcan tanto en las y los demás como en sí mismos, qué habilidades socioemocionales tienen más desarrolladas y cuáles requieren mayor trabajo; así como hacerlos reflexionar acerca del modo en que pueden potenciar aquellas que se encuentran más débiles.
- Planificar actividades que promuevan hábitos saludables como dormir bien, alimentación saludable, beber agua, hacer ejercicio, generar hábitos y rutinas.
- Generar instancias en donde las y los estudiantes destaquen elementos positivos de sus compañeras y compañeros, ello orientado al bienestar psicológico, así como a mejorar la satisfacción con las relaciones.

PARA MÁS INFORMACIÓN SE PUEDEN VISITAR LOS SIGUIENTES RECURSOS:

MINSAL (2024). Recomendaciones salud mental. Link de acceso: <https://saludresponde.minsal.cl/recomendaciones-salud-mental>

UNICEF (2023). 4 consejos para apoyar el bienestar emocional y la salud mental adolescente. Link de Acceso: <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/4-consejos-para-apoyar-el-bienestar-emocional-y-la-salud-mental-adolescente>