

emociones primero

BIENESTAR EMOCIONAL EN LA SALA DE CLASES

Informe Técnico de la validación
psicométrica del Cuestionario Emociones
Primero para Medir Habilidades
Socioemocionales en Estudiantes de Chile



Ficha Técnica



Nombre instrumento:

Cuestionario Emociones Primero para la Medición de Habilidades Socioemocionales en Estudiantes Escolares de Chile

Instrumento de procedencia:

Washoe County School District Social Emotional Competency Assesment - (WCSD-SECA)

Colaboradores Originales:

Collaborative for Academic Social and Emotional Learning (CASEL), Universidad de Illinois.

Colaboradores para Adaptación en Chile:

EMELAB.

Dimensiones: 9

Ítems: 35

Encabezado y Escala de respuestas:

¿Qué tan fáciles o difíciles son para ti cada una de las siguientes acciones o situaciones?

1= Muy fácil; 2= Fácil; 3= Difícil; 4 = Muy difícil

Antecedentes

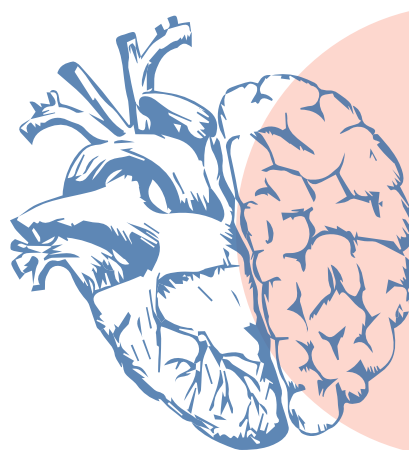
Para abordar el aprendizaje socioemocional se ha propuesto una serie de enfoques teóricos, de los cuales el más utilizado es el la *Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning*, mejor conocido por su acrónimo CASEL. Esta organización plantea que el aprendizaje socioemocional (en adelante, ASE) es “el proceso a través del cual estudiantes y adultos adquieren y aplican efectivamente el conocimiento, las actitudes y habilidades necesarias para entender y manejar emociones, fijar y alcanzar metas positivas, sentir y mostrar empatía por otros, establecer y mantener relaciones positivas, y tomar decisiones responsables” (CASEL, 2020a).

En dicha definición quedan manifiestas las 5 competencias que componen las habilidades socioemocionales y que caracterizan el modelo de CASEL (2020a):

- **Conciencia de sí mismo** (*self-awareness*)
- **Auto-manejo** (*self-management*)
- **Conciencia social** (*social awareness*)
- **Habilidades relacionales** (*relationship skills*)
- **Toma responsable de decisiones** (*responsible decision-making*)

La **conciencia de sí mismo** se refiere a aquella dimensión del aprendizaje socioemocional que permite reconocer con precisión las emociones propias y pensamientos, y la manera en que estas afectan el comportamiento. Esta competencia permite también conocer las capacidades individuales, limitaciones, la sensación de auto-confianza realista y la mentalidad incremental¹.

La **auto-gestión**, aunque quizás podría ser mejor traducida como auto-manejo, alude a la competencia que permite regular de manera efectiva las emociones, pensamientos y acciones en las diversas circunstancias en que la persona se desenvuelve en el día a día. Esta competencia está intrínsecamente ligada a la anterior en tanto que “un primer paso” es reconocer las emociones y saber cómo afectan, para luego “en un segundo paso” poder regular y expresar adecuadamente estas emociones y no verse sobrecogido por ellas. Esta competencia comprende además conceptos como el manejo del estrés, la motivación para con uno mismo², la fijación de metas, entre otras.



La **conciencia social** tiene que ver, en cierto sentido, con el aplicar las dos competencias anteriores en otras personas. De esta manera, esta competencia permite sentir empatía con otros(as), tomar sus perspectivas, imaginar qué están sintiendo o por qué se comportan de las maneras en que se comportan. CASEL entiende esta competencia como una que traspasa fronteras culturales, es decir, no importa quién con quién se esté interactuando, se debería poder tener la habilidad de empatizar con otra persona y reconocer en ella la misma gama de emociones que se es capaz de reconocer en uno mismo. Asociado a esta competencia encontramos el respeto a la diversidad, la inclusión, así como también el saber reconocer y encontrar recursos de apoyo.

Las **habilidades relacionales** permiten iniciar y mantener relaciones sanas y constructivas con otros. Estas relaciones pueden ser de distinta naturaleza, pero siempre tienen como raíz las competencias que ya se han descrito hasta el momento: el reconocimiento y manejo de las propias emociones, así como también un respeto y empatía hacia los demás. Esta competencia implica comunicar con claridad, establecer relaciones de colaboración y cooperación, resistir presiones sociales indebidas, así como buscar y dar ayuda a quienes lo necesiten.

¹ La mentalidad incremental, o *growth mindset*, es un concepto que alude a la creencia de que la inteligencia no es una característica estática en una persona, sino que se puede incrementar y uno puede comprender y desarrollar pensamientos progresivamente más complejos si uno se lo propone.

² Concepto similar a la motivación intrínseca, pero más orientado a la acción de “motivarse a uno mismo”.

Antecedentes

La **toma responsable de decisiones** es una competencia que implica ser consciente de las consecuencias que pueden tener nuestras acciones, tanto para nosotros mismos como para los demás. De esta manera, en conjunción con todas las otras competencias, se pueden sopesar los efectos del propio actuar y tomar decisiones siguiendo estándares éticos, de cuidado y acorde a las normas sociales del contexto. Esto implica que las acciones que se realicen deben tener en cuenta el bienestar propio e igualmente el de los demás.

Como se puede observar, cada competencia tiene una serie de implicancias que pueden ser analizadas y desarrolladas de manera individual (ver tabla 1), pero es igualmente importante considerar cómo estas competencias interactúan entre sí; es preferible entenderlas como un conjunto orgánico e interdependiente. Esto significa no solo que “una no puede existir sin la otra”, sino que su desarrollo no es lineal. Trabajar alguna de estas competencias puede permitirnos desarrollar otra competencia de manera indirecta. Por ejemplo, si ocurre una pelea dentro de la sala, se puede promover que los estudiantes reflexionen en:

¿Por qué ocurrió el conflicto?

Habilidad relacional

¿Qué estaban sintiendo los protagonistas de este conflicto?

Conciencia social

¿He sentido alguna vez yo mismo(a) esas emociones?

Conciencia de sí mismo

¿Cómo he reaccionado yo ante esas emociones?

Auto-gestión

¿Cómo deberían haber reaccionado los protagonistas del conflicto? ¿Cómo habría reaccionado yo para evitar un desenlace violento?

Toma de decisiones responsable

Este ejemplo muestra cómo una situación de la vida diaria tiene implicancias que involucran cada una de las competencias que comprenden el aprendizaje socioemocional. Por eso, si bien son competencias que se pueden enunciar y describir de manera individual, es fundamental asumir que estas operan de manera conjunta e incluso simultánea³.

Tabla 1. Resumen de Competencias y Dimensiones Asociadas

Competencia ASE	Dimensiones o constructos asociados
Conciencia de sí mismo(a)	<ul style="list-style-type: none">• Identificación de emociones• Auto-percepción precisa• Reconocimiento de fortalezas• Confianza en sí mismo• Auto-eficacia
Auto-gestión	<ul style="list-style-type: none">• Gestión de impulsos• Manejo del estrés• Autorregulación• Automotivación• Fijación de objetivos• Habilidades organizativas
Conciencia social	<ul style="list-style-type: none">• Toma de perspectiva• Empatía• Apreciación de diversidad• Respeto por los demás
Habilidades relacionales	<ul style="list-style-type: none">• Comunicación• Involucramiento social• Construcción de relaciones• Trabajo en equipo
Toma responsable de decisiones	<ul style="list-style-type: none">• Identificación de problemas• Análisis de situaciones• Resolución de problemas• Evaluación• Reflexión• Responsabilidad ética

Un supuesto de gran relevancia en el marco de este modelo de ASE es que las competencias socioemocionales son algo que se aprende, se enseña y que los estudiantes pueden mejorar con la práctica. Esto es fundamental al momento de contemplar la implementación de ASE en las Tutorías entre Pares, dado que permite pensar que las ASE pueden fortalecerse si se trabajan adecuadamente, y para Educación 2020 la estrategia de Tutorías entre Pares genera condiciones propicias para trabajar estas competencias.

³ Con esta afirmación no pretendemos declarar que estos procesos ocurren literalmente de manera simultánea.

Metodología

Selección de instrumento

Dado que el ASE es un campo que ha recibido progresivamente mayor atención en los últimos años, la cantidad de instrumentos de evaluación diseñados para estos efectos ha sido igualmente prolífica. Por esta razón, se decidió optar por revisar los instrumentos que CASEL recomienda y reconoce explícitamente como alineados con su perspectiva teórica (CASEL, 2020b).

En su página web, CASEL cuenta con un repositorio de estos instrumentos que se clasifican según la edad de quien responde, el método de evaluación y el coste del instrumento (CASEL, 2020b).

Para realizar la selección, se decidió, en primer lugar, optar por instrumentos que permitieran evaluar a estudiantes entre 5º y 8º básico, dado que están alineados con el rango etario en los cuales se desarrolló Tutorías entre Pares para el presente proyecto. En segundo lugar, dado el contexto de distanciamiento social causado por la pandemia, la repentina relevancia que adquirieron las herramientas digitales, y el ahorro de costos que significa, se optó por desarrollar o adoptar el instrumento que fuera de auto-reporte. Y finalmente, para poder asegurar el acceso a los instrumentos de referencia, se prefirieron aquellos que fueran gratuitos en su aplicación, con el fin de poder traducir y adaptar los ítems en caso de elegir dicha vía.

Se encontraron en total 12 instrumentos con las características etarias y metodológicas definidas, de los cuales solo 3 eran de uso gratuito. En general, las dimensiones de estos instrumentos se condicen casi perfectamente con las competencias ya definidas por CASEL. Entre los instrumentos encontrados, destacó el *Washoe County School District Social and Emotional Competency Assessment* (en adelante, WCS-D-SECA), desarrollado directamente por CASEL para la evaluación de competencias ASE de un condado de Estados Unidos con un sistema escolar que alberga más de 64.000 estudiantes (Blad, 2016).

En su versión original, este instrumento cuenta con 40 ítems que evalúan 8 dimensiones:

- **Conciencia de sí mismo:** auto-concepto
- **Conciencia de sí mismo:** conocimiento sobre emociones
- **Conciencia social**
- **Auto-manejo:** regulación emocional
- **Auto-manejo:** manejo de metas
- **Auto-manejo:** trabajo en la escuela
- **Habilidades Relacionales**
- **Toma Responsable de Decisiones**

Adicionalmente a los 40 ítems, el equipo de trabajo que los construyó puso a disposición un banco de 138 ítems que fueron construidos en el proceso.

Traducción, Adaptación y Revisión de expertos(as)

El primer paso de este proceso de validación fue la traducción de cada uno de los 138 ítems creados para el WCS-D-SECA. Esta traducción fue realizada por dos personas y en dos etapas. Primero, cada persona hizo una traducción de la totalidad de los ítems. Luego, se compararon las traducciones y se resolvieron posibles discrepancias con el criterio de buscar un lenguaje lo más parecido a uno comprensible por la cultura chilena.

El segundo paso del proceso consistió en la revisión de la traducción y adaptación por parte de tres académicos y académicas expertos en el área ⁴:

• Susana Claro

Escuela de Gobierno
Pontificia Universidad Católica de Chile

• Christian Berger

Escuela de Psicología
Pontificia Universidad Católica de Chile

• Isidora Mena

Valoras UC
Pontificia Universidad Católica de Chile

Los revisores hicieron comentarios sobre cada ítem, indicando si sugerían su eliminación, su aprobación con modificaciones o su aprobación sin modificaciones. De este proceso, se redujeron los ítems a un grupo de 60. Este grupo de ítems incluyó los 40 ítems que forman parte de la forma final del WCS-D-SECA.

Finalmente, antes de continuar con la aplicación masiva de esta primera versión del instrumento, los ítems pasaron por la aprobación de un grupo de docentes de las escuelas pioneras de Tutorías entre Pares en la comuna de Lo Espejo. Este grupo de docentes revisó cada ítem y los visaron en relación a su comprensión. Esto permitió hacer ajustes finos para que los estudiantes entendieran mejor cada uno de ellos.

⁴ El presente informe es de exclusiva responsabilidad de Fundación Educación 2020. Los(as) académicos(as) enlistados colaboraron solamente en el proceso de revisión experta, con excepción de la profesora Susana Claro, que también apoyó en la interpretación de análisis psicométricos.

Metodología

Aplicación masiva

Por medio de una red colaboradora de Educación 2020, se accedió a una muestra de 2000 estudiantes de cursos de 5°, 6°, 7° y 8° básico de la Región Metropolitana. Al realizar el cuestionario, a cada estudiante se le solicitó su asentimiento informado para participar en el estudio. De la muestra completa, un total de 1708 estudiantes dieron su asentimiento para que sus resultados anónimos se utilizaran para este estudio de validación. En la siguiente tabla se muestra la distribución de la muestra por nivel y sexo.

Nivel	N	% Mujeres
5° básico	418	46%
6° básico	435	46%
7° básico	378	49%
8° básico	477	48%
Total	1708	47%

Para esta aplicación masiva se probaron dos formas del cuestionario con escalas de respuesta distintas. Por un lado, se probó una forma con la escala de respuestas original de 4 niveles. En paralelo, se probó una forma con 2 niveles adicionales en la escala de respuestas, para un total de 6 niveles. Se hipotetizó que 6 niveles podrían ser mejores para la población chilena. Cada estudiante fue asignado aleatoriamente a una de las dos formas del cuestionario.

Análisis de Datos

Luego de la aplicación masiva del cuestionario, se procedió a realizar análisis estadísticos y psicométricos para determinar qué conjunto de ítems permite de mejor manera representar los constructos psicológicos que busca medir el instrumento. **A continuación, se muestra una tabla con estadísticos descriptivos para cada ítem de la aplicación masiva.**

Tabla 1

Dimensión	Ítem	Escala de Respuesta de 4 niveles			Escala de Respuesta de 6 niveles		
		n	Media	Desviación Estándar	n	Media	Desviación Estándar
Conciencia de sí mismo: autoconcepto	Aceptar situaciones que no puedo controlar	885	2,59	0,86	844	3,88	1,39
	Darme cuenta cuando no puedo controlar algo	883	2,77	0,85	841	4,08	1,36
	Reconocer cómo mejorar en cosas que para mí son difíciles de hacer en la escuela	887	2,69	0,78	849	3,98	1,34
	Saber cuándo estoy equivocado(a) en algo	878	2,82	0,79	849	4,21	1,26
	Aceptar que no soy el/la mejor en todo lo que hago	886	3,26	0,86	849	4,95	1,34
	Saber cuáles son mis fortalezas	886	2,64	0,94	838	3,96	1,54
Conciencia de sí mismo: conocimiento sobre emociones	Encontrar formas para hacerme sentir mejor cuando estoy triste	889	2,52	0,97	853	3,72	1,61
	Darme cuenta de qué le pasa a mi cuerpo cuando estoy nervioso(a)	890	2,84	0,94	849	4,32	1,5
	Saber cuándo mis sentimientos dificultan mi	884	2,74	0,9	849	4,1	1,46
	Encontrar formas de calmarme a mí mismo(a)	883	2,52	0,94	849	3,86	1,58
	Reconocer cuándo mi estado de ánimo afecta el cómo trato a los(as) otros(as)	888	2,9	0,88	851	4,28	1,38
	Entender cómo mis sentimientos afectan mi manera de actuar	889	2,81	0,85	845	4,22	1,42
	Reconocer las emociones que siento	887	2,76	0,97	843	4,11	1,59

Metodología

Dimensión	Ítem	Escala de Respuesta de 4 niveles			Escala de Respuesta de 6 niveles		
		n	Media	Desviación Estándar	n	Media	Desviación Estándar
Conciencia social	Aprender de personas con diferentes opiniones a la mía	883	3,05	0,77	847	4,62	1,22
	Saber cómo puedo ayudar a mi comunidad	884	2,79	0,82	844	4,14	1,3
	Saber cómo conseguir ayuda cuando tengo problemas con un compañero(a) de curso	886	2,78	0,89	847	4,11	1,46
	Prestar atención a los sentimientos de mis compañeros(as)	887	3,07	0,82	850	4,56	1,35
	Saber qué puede estar sintiendo una persona por cómo luce su rostro	885	3,06	0,84	847	4,59	1,32
	Reconocer cómo mis acciones impactan en mis compañeros(as)	878	2,93	0,8	848	4,4	1,24
	Darme cuenta de cuándo alguien necesita ayuda	885	3,18	0,74	848	4,8	1,14
	Sentirse mal por otra persona cuando está sufriendo	884	3,15	0,83	846	4,7	1,36
	Darme cuenta cuando un compañero(a) no está siendo tratado(a) de manera justa	890	3,3	0,71	853	4,95	1,11
Sentirme feliz por otros(as) cuando les va bien	890	3,33	0,72	845	5,1	1,12	
Auto-manejo: regulación emocional	Mantener la calma cuando me siento estresado(a)	887	2,21	0,92	850	3,35	1,56
	Superar algo incluso cuando me siento frustrado(a)	884	2,34	0,88	847	3,49	1,45
	Puedo trabajar en tareas/actividades incluso cuando no me gustan	889	2,78	0,86	851	4,13	1,4
	Puedo controlarme cuando estoy molesto(a)	887	2,47	0,91	850	3,73	1,48
	Puedo darme ánimo cuando me siento triste	888	2,42	1,02	849	3,58	1,66
	Ser paciente incluso cuando estoy muy emocionado/a	887	2,47	0,95	847	3,78	1,61
	Mantener la calma cuando algo me sale mal	881	2,37	0,89	851	3,56	1,49
Auto-manejo: manejo de metas	Terminar tareas incluso si son difíciles para mí	887	2,61	0,87	846	3,87	1,45
	Lograr las metas que me propongo	884	2,58	0,85	847	3,87	1,38
	Ponerme metas a mí mismo(a)	881	2,88	0,9	848	4,27	1,5
	Terminar las tareas que he empezado	883	3	0,79	849	4,4	1,35
	Hacer cosas que me permitan alcanzar mi metas	884	2,83	0,79	843	4,18	1,36
Auto-manejo: trabajo en la escuela	Hacer mis tareas del colegio incluso cuando no tengo ganas	884	2,52	0,92	851	3,77	1,53
	Hacer mis tareas incluso cuando son difíciles para mí	885	2,65	0,88	846	3,88	1,45
	Planificarme con anticipación para entregar mis trabajos a tiempo	887	2,6	0,89	852	3,87	1,48
	Terminar mis tareas del colegio sin necesidad de que me lo recuerden	891	2,61	0,93	851	3,88	1,49
	Estar preparado(a) para mis pruebas	882	2,83	0,81	841	4,08	1,41
	Prestar atención en clases	881	2,85	0,84	846	4,32	1,35
	Mantenerme concentrado(a) en clases aún cuando hay distracciones	885	2,3	0,88	851	3,43	1,54
	Seguir instrucciones en mis tareas	880	3,25	0,71	850	4,92	1,13

Metodología

Dimensión	Ítem	Escala de Respuesta de 4 niveles			Escala de Respuesta de 6 niveles		
		n	Media	Desviación Estándar	n	Media	Desviación Estándar
Habilidades Relacionales	Compartir lo que estoy sintiendo con otros(as)	882	2,14	0,99	846	3,06	1,64
	Hablar con un adulto cuando tengo problemas en la escuela	889	2,67	1,01	848	3,87	1,71
	Ser acogedor/a con alguien con quien no suelo juntarme	886	2,81	0,9	847	4,18	1,41
	Perdonar a compañeros(a) cuando me hacen enojar	885	2,88	0,84	851	4,2	1,4
	Llevarme bien con mis compañeros(as), aún cuando estoy en desacuerdo con ellos(as)	885	2,87	0,84	850	4,22	1,4
	Llevarme bien con cualquier compañero(a) con quien tenga que trabajar	889	2,97	0,87	850	4,38	1,39
	Pedir disculpas cuando hago enojar a un compañero(a)	883	3,06	0,82	851	4,55	1,34
	Respetar la opinión de un compañero(a) durante una discusión	886	3,2	0,74	850	4,77	1,24
	Llevarme bien con mis compañeros(as)	878	3,1	0,87	842	4,58	1,4
	Llevarme bien con mis profesores	885	3,33	0,7	848	4,94	1,14
Toma Responsable de Decisiones	Pensar en lo que podría pasar antes de tomar una decisión	887	2,79	0,88	849	4,14	1,4
	Reconocer mis errores cuando me equivoco	889	2,89	0,79	847	4,36	1,3
	Pedir consejo al tomar una decisión importante	886	2,75	0,9	852	4,08	1,53
	Pensar en distintas maneras de resolver un problema	886	2,9	0,8	850	4,31	1,34
	Decirle "no" a un amigo(a) que quiere romper alguna regla	889	3,07	0,89	849	4,59	1,43
	Contribuir a que mi escuela sea un mejor lugar	882	2,92	0,79	846	4,34	1,26
	Reconocer si algo es bueno o malo antes de decidir	884	2,87	0,82	846	4,38	1,32

La primera decisión a tomar respecto a este ensamblaje consiste en evaluar el funcionamiento de cada forma del cuestionario: escala de respuesta de 4 o de 6 niveles.

Para esto, se evaluaron las distribuciones de cada ítem en cada versión. Se buscó que los ítems se distribuyeran de la forma más equitativa posible entre respuestas positivas y negativas. Una forma de realizar esto es por medio de la comparación de distribuciones entre tipos de

respuestas. Así, se calculó el porcentaje de estudiantes, para cada forma, que contestó las opciones "Muy fácil" o "Fácil" en comparación a "Difícil" o "Muy difícil". Un ítem distribuido de manera perfectamente equitativa debería tener una proporción de 50% para cada categoría. Para comparar esto, se calculó la diferencia entre ambas: así, valores más cercanos al "0" indican una distribución más equitativa. Los resultados de este análisis se presentan en las tablas y gráficos a continuación.

Metodología

Tabla 2

Dimensión	Ítem	Escala 4 niveles de respuesta		Escala 6 niveles de respuesta				
		A		B		C		
		Difícil + Muy difícil	Muy fácil + fácil	Muy difícil + difícil + Poco difícil	Muy fácil + fácil + Poco fácil	Difícil + Muy difícil	Un poco fácil + un poco difícil	Muy fácil + fácil
Conciencia de sí mismo: autoconcepto	Aceptar situaciones que no puedo controlar	0,48	0,52	0,34	0,66	0,15	0,46	0,39
	Darme cuenta cuando no puedo controlar algo	0,36	0,64	0,26	0,74	0,12	0,44	0,44
	Reconocer cómo mejorar en cosas que para mí son difíciles de hacer en la escuela	0,4	0,6	0,32	0,68	0,13	0,46	0,41
	Saber cuándo estoy equivocado(a) en algo	0,31	0,69	0,21	0,79	0,08	0,46	0,46
	Aceptar que no soy el/la mejor en todo lo que hago	0,16	0,84	0,12	0,88	0,06	0,17	0,76
	Saber cuáles son mis fortalezas	0,42	0,58	0,35	0,65	0,18	0,39	0,43
Conciencia de sí mismo: conocimiento sobre emociones	Encontrar formas para hacerme sentir mejor cuando estoy triste	0,44	0,56	0,43	0,57	0,24	0,37	0,39
	Darme cuenta de qué le pasa a mi cuerpo cuando estoy nervioso(a)	0,35	0,65	0,25	0,75	0,13	0,36	0,51
	Saber cuándo mis sentimientos dificultan mi	0,36	0,64	0,28	0,72	0,13	0,43	0,43
	Encontrar formas de calmarme a mí mismo(a)	0,47	0,53	0,37	0,63	0,2	0,39	0,41
	Reconocer cuándo mi estado de ánimo afecta el cómo trato a los(as) otros(as)	0,31	0,69	0,25	0,75	0,1	0,39	0,51
	Entender cómo mis sentimientos afectan mi manera de actuar	0,33	0,67	0,26	0,74	0,11	0,4	0,49
	Reconocer las emociones que siento	0,35	0,65	0,32	0,68	0,17	0,32	0,51
Conciencia social	Aprender de personas con diferentes opiniones a la mía	0,19	0,81	0,19	0,81	0,08	0,32	0,61
	Saber cómo puedo ayudar a mi comunidad	0,32	0,68	0,26	0,74	0,08	0,46	0,46
	Saber cómo conseguir ayuda cuando tengo problemas con un compañero(a) de curso	0,33	0,67	0,3	0,7	0,12	0,42	0,46
	Prestar atención a los sentimientos de mis compañeros(as)	0,2	0,8	0,19	0,81	0,07	0,31	0,62
	Saber qué puede estar sintiendo una persona por cómo luce su rostro	0,25	0,75	0,17	0,83	0,07	0,32	0,61
	Reconocer cómo mis acciones impactan en mis compañeros(as)	0,27	0,73	0,23	0,77	0,07	0,4	0,53
	Darme cuenta de cuándo alguien necesita ayuda	0,14	0,86	0,13	0,87	0,03	0,34	0,63
	Sentirse mal por otra persona cuando está sufriendo	0,16	0,84	0,14	0,86	0,07	0,23	0,7
	Darme cuenta cuando un compañero(a) no está siendo tratado(a) de manera justa	0,1	0,9	0,1	0,9	0,02	0,27	0,71
	Sentirme feliz por otros(as) cuando les va bien	0,1	0,9	0,08	0,92	0,03	0,16	0,81
Auto-manejo: regulación emocional	Mantener la calma cuando me siento estresado(a)	0,66	0,34	0,5	0,5	0,3	0,44	0,26
	Superar algo incluso cuando me siento frustrado(a)	0,58	0,42	0,49	0,51	0,24	0,51	0,26
	Puedo trabajar en tareas/actividades incluso cuando no me gustan	0,41	0,59	0,3	0,7	0,12	0,45	0,44
	Puedo controlarme cuando estoy molesto(a)	0,51	0,49	0,41	0,59	0,2	0,46	0,34
	Puedo darme ánimo cuando me siento triste	0,51	0,49	0,44	0,56	0,28	0,34	0,38
	Ser paciente incluso cuando estoy muy emocionado/a	0,53	0,47	0,43	0,57	0,25	0,35	0,4
	Mantener la calma cuando algo me sale mal	0,55	0,45	0,46	0,54	0,23	0,45	0,32

Metodología

Dimensión	ítem	Escala 4 niveles de respuesta		Escala 6 niveles de respuesta				
		A		B		C		
		Difícil + Muy difícil	Muy fácil + fácil	Muy difícil + difícil + Poco difícil	Muy fácil + fácil + Poco fácil	Difícil + Muy difícil	Un poco fácil + un poco difícil	Muy fácil + fácil
Auto-manejo: manejo de metas	Terminar tareas incluso si son difíciles para mí	0,46	0,54	0,38	0,62	0,17	0,47	0,36
	Lograr las metas que me propongo	0,45	0,55	0,39	0,61	0,16	0,54	0,3
	Ponerme metas a mí mismo(a)	0,28	0,72	0,27	0,73	0,13	0,35	0,52
	Terminar las tareas que he empezado	0,23	0,77	0,24	0,76	0,09	0,38	0,54
	Hacer cosas que me permitan alcanzar mi metas	0,3	0,7	0,29	0,71	0,13	0,41	0,46
Auto-manejo: trabajo en la escuela	Hacer mis tareas del colegio incluso cuando no tengo ganas	0,52	0,48	0,39	0,61	0,19	0,45	0,36
	Hacer mis tareas incluso cuando son difíciles para mí	0,4	0,6	0,37	0,63	0,15	0,48	0,37
	Planificarme con anticipación para entregar mis trabajos a tiempo	0,46	0,54	0,37	0,63	0,16	0,47	0,37
	Terminar mis tareas del colegio sin necesidad de que me lo recuerden	0,44	0,56	0,37	0,63	0,17	0,46	0,38
	Estar preparado(a) para mis pruebas	0,31	0,69	0,33	0,67	0,13	0,45	0,41
	Prestar atención en clases	0,31	0,69	0,26	0,74	0,09	0,4	0,5
	Mantenerme concentrado(a) en clases aún cuando hay distracciones	0,62	0,38	0,47	0,53	0,29	0,45	0,26
	Seguir instrucciones en mis tareas	0,13	0,87	0,1	0,9	0,04	0,26	0,71
Habilidades Relacionales	Compartir lo que estoy sintiendo con otros(as)	0,66	0,34	0,56	0,44	0,38	0,35	0,28
	Hablar con un adulto cuando tengo problemas en la escuela	0,42	0,58	0,33	0,67	0,23	0,3	0,47
	Ser acogedor/a con alguien con quien no suelo juntarme	0,34	0,66	0,26	0,74	0,13	0,38	0,49
	Perdonar a compañeros(a) cuando me hacen enojar	0,28	0,72	0,26	0,74	0,11	0,42	0,47
	Llevarme bien con mis compañeros(as), aún cuando estoy en desacuerdo con ellos(as)	0,3	0,7	0,28	0,72	0,12	0,39	0,49
	Llevarme bien con cualquier compañero(a) con quien tenga que trabajar	0,25	0,75	0,24	0,76	0,1	0,38	0,52
	Pedir disculpas cuando hago enojar a un compañero(a)	0,19	0,81	0,18	0,82	0,08	0,3	0,62
	Respetar la opinión de un compañero(a) durante una discusión	0,13	0,87	0,12	0,88	0,05	0,31	0,65
	Llevarme bien con mis compañeros(as)	0,18	0,82	0,21	0,79	0,08	0,34	0,58
	Llevarme bien con mis profesores	0,09	0,91	0,11	0,89	0,03	0,26	0,71
Toma Responsable de Decisiones	Pensar en lo que podría pasar antes de tomar una decisión	0,37	0,63	0,31	0,69	0,13	0,4	0,47
	Reconocer mis errores cuando me equivoco	0,31	0,69	0,21	0,79	0,09	0,36	0,55
	Pedir consejo al tomar una decisión importante	0,38	0,62	0,34	0,66	0,17	0,38	0,45
	Pensar en distintas maneras de resolver un problema	0,28	0,72	0,23	0,77	0,09	0,41	0,5
	Decirle "no" a un amigo(a) que quiere romper alguna regla	0,22	0,78	0,24	0,76	0,09	0,32	0,59
	Contribuir a que mi escuela sea un mejor lugar	0,23	0,77	0,2	0,8	0,08	0,42	0,5
	Reconocer si algo es bueno o malo antes de decidir	0,29	0,71	0,25	0,75	0,1	0,38	0,53

La columna A representa el análisis de distribución de cada ítem con 4 niveles de respuesta. Para este análisis, se categorizaron los niveles 1 y 2 en una categoría y 3 y 4 en otra. Las columnas B y C representan dos categorizaciones distintas para calcular la distribución para ítems con 6 niveles de respuesta. La columna B categoriza los niveles 1, 2 y 3 en una categoría, y el 4, 5 y 6 en otra. La columna C categoriza niveles 1 y 2 en una categoría; 3 y 4 en otra, y 5 y 6 en la final. Las columnas A y B son comparables entre sí. La columna C permite ver cómo se distribuyen las opciones “centrales” de la escala de respuesta.

El gráfico 2 muestra la diferencia de las categorías dentro de las columnas A y B respectivamente. Esto permite comparar qué tanto se alejan las distribuciones del punto de equilibrio “0”, que significa que las respuestas se concentran equitativamente entre categorías. Tal como se observa en dicho gráfico, mientras más alejada el área de la línea horizontal, más asimétrica es la distribución. El gráfico 2 permite observar la diferencia de dichas asimetrías entre la escala de 6 niveles y la de 4 niveles. Tal como se observa, la mayoría de los ítems con escala de respuesta de 6 niveles son más asimétricos que los ítems con la escala de respuesta de 4 niveles.

Gráfico 1:

Comparación de categorías de respuesta para escala de 4 niveles y escala de 6 niveles.

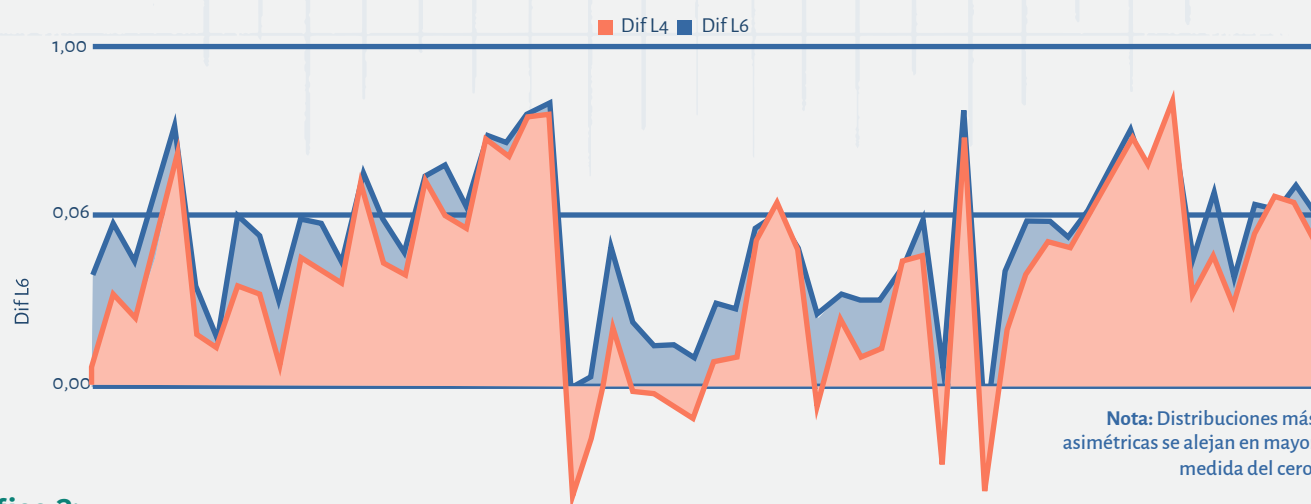
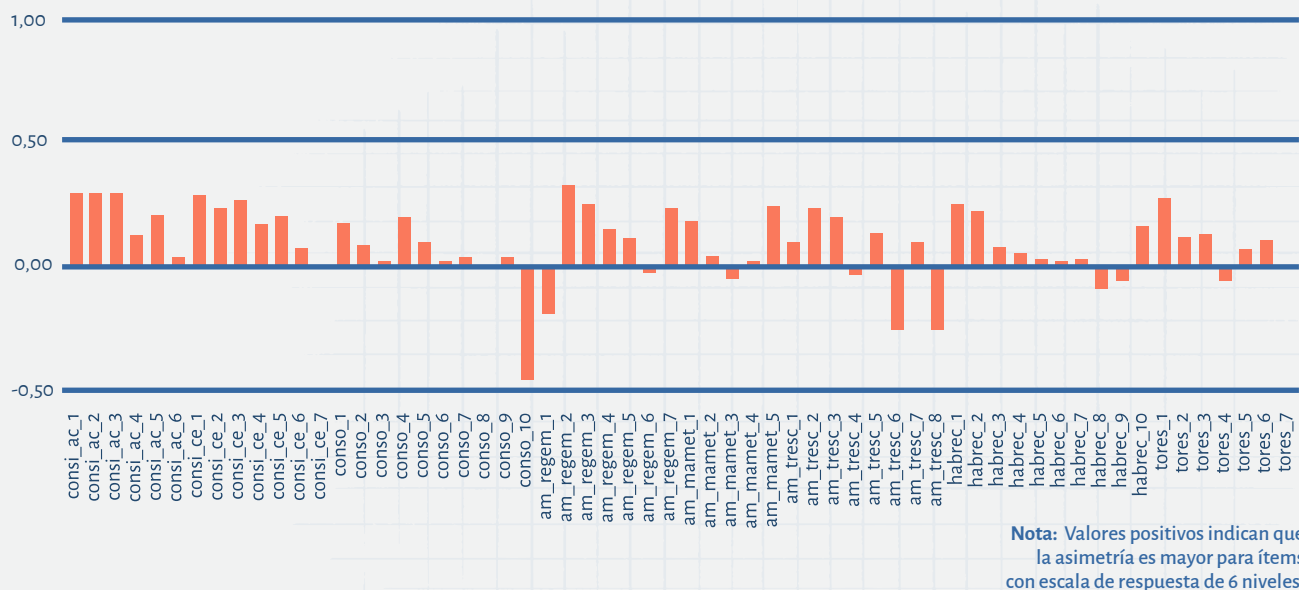


Gráfico 2:

Diferencia de diferencias entre asimetrías de distribución entre escalas de respuesta.



El análisis presentado demuestra que la versión con una escala de respuestas de 4 niveles tiene una distribución más equitativa entre respuesta en comparación a la de 6 niveles de respuesta. De hecho, la evidencia indica que la escala con 6 niveles de respuesta tiende a sesgar respuestas más positivas a los ítems del cuestionario.

| Metodología

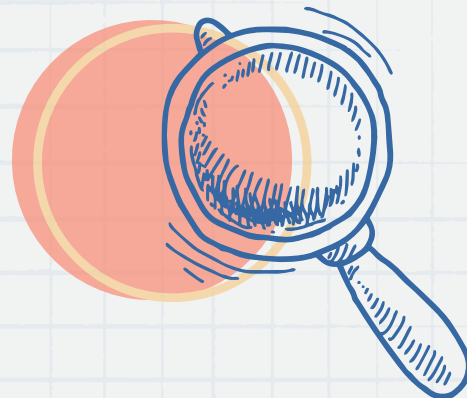
Análisis Factorial

Para evaluar la estructura factorial del constructo de habilidades socioemocionales, se realizaron dos técnicas secuenciales de análisis factorial: exploratorio y luego confirmatorio. Dado que se cuenta con una sola medición de los constructos, se generaron dos submuestras aleatorias y equivalentes en términos estadísticos. Así, cada análisis factorial se realizó con una submuestra diferente.

El análisis factorial exploratorio es una técnica que permite dar cuenta de cómo se estructuran los ítems en cuanto a factores. Cada factor, en este caso, debería corresponderse con una dimensión en particular. Este análisis sirvió no solo para dar cuenta de cómo se organizaban internamente los ítems, sino además para evaluar cuáles eran de mejor calidad. Un buen ítem, en términos factoriales, tiene una carga factorial superior a 0.4, la carga es positiva, solo carga a una sola dimensión, y tiene sentido teóricamente.

Para este análisis factorial, se utilizó Stata MP versión 16, y se calcularon las cargas factoriales por medio del estimador “principal factorial”. La matriz factorial fue luego rotada en forma oblicua. Este procedimiento, y considerando un criterio de autovalores superiores a 1, sugiere una estructura factorial de 5 dimensiones, las cuales fueron identificadas como conocimiento de emociones, auto-manejo, relaciones con otros, auto-conocimiento y trabajo en la escuela⁵.

Este primer hallazgo significa que efectivamente el instrumento está reconociendo una serie de dimensiones distintas entre sí, las cuales se condicen hasta cierto punto con lo planteado teóricamente. Adicionalmente, se contempla que las dimensiones teóricas de habilidades relacionales y conciencia social son parte de una dimensión superior que en la versión original no estaba contemplada. A esta dimensión se llamará Conciencia de Otros.



El procedimiento para seleccionar los mejores ítems en términos factoriales consistió en 2 etapas. Primero, se realizó un proceso iterativo en el que se descartaban en cada estimación los ítems que cargaban a más de un factor rotado simultáneamente. Luego de 4 iteraciones se obtuvo una estimación factorial con ítems que solo cargan a un factor. Luego, se seleccionaron los ítems que tenían más sentido teórico para cada dimensión.

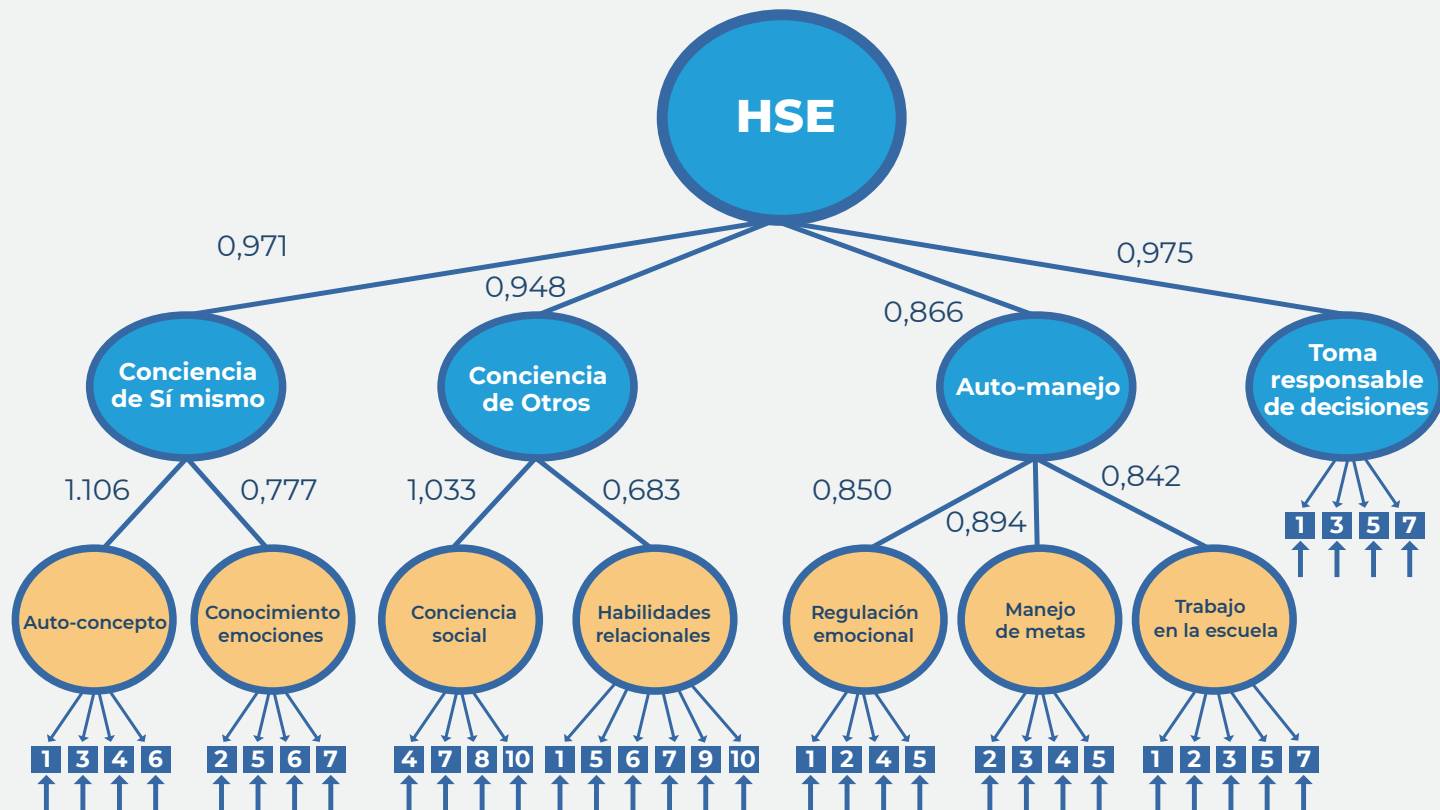
Luego de este procedimiento, se llegó a un ensamblaje de 35 ítems que fue sometido a un análisis factorial confirmatorio.

El análisis factorial confirmatorio es una técnica que permite contrastar una estructura factorial teóricamente construida con los datos observados. De esta manera, se estima la estructura tal como está planteada en el instrumento original con cada una de sus dimensiones correspondientes.

⁵ El nombramiento de factores es un ejercicio teórico que consiste en identificar los grupos de ítems que se conforman dentro de cada factor estructural. Estos factores no necesariamente coinciden con la propuesta teórica ni se condicen con lo que se estima en un análisis factorial confirmatorio.

En el Diagrama 1 se observa la estructura estimada junto con las cargas factoriales de cada dimensión y los ítems que los conforman.

Diagrama 1



El modelo fue estimado por medio de la técnica WLSMV⁶, ideal para ítems con niveles ordinales de respuesta. El modelo muestra buenos niveles de ajuste, tal que **CFI=0,937**; **TLI=0,932**; **RMSEA=0,033** y **SRMR=0,057**.

⁶ Weighted Least Squares Mean and Variance Adjusted

Conclusiones e Instrumento Final

El presente estudio permitió exitosamente realizar una validación psicométrica del instrumento *Washoe County School District Social and Emotional Competency Assessment* para la población escolar chilena de niveles entre 5º y 8º básico.

El instrumento resultante cuenta con 35 ítems organizados en 9 dimensiones de estructura anidada. Este instrumento fue designado con el nombre **Cuestionario Emociones Primero para Medir Habilidades Socioemocionales en Estudiantes Escolares de Chile.**

La lista final de ítems se presenta en la tabla 3.

Tabla 3

Encabezado		¿Qué tan fáciles o difíciles son para ti cada una de las siguientes acciones o situaciones?
Escala de Respuestas		1 = Muy fácil 2 = Fácil 3 = Difícil 4 = Muy difícil
Dimensión	Subdimensión	Ítem
Conciencia de sí mismo	Auto-concepto	Aceptar situaciones que no puedo controlar
		Reconocer cómo mejorar en cosas que para mí son difíciles de hacer en la escuela
	Conocimiento de emociones	Saber cuándo estoy equivocado(a) en algo
		Saber cuáles son mis fortalezas
Conciencia de Otros	Conciencia social	Darme cuenta de qué le pasa a mi cuerpo cuando estoy nervioso(a)
		Encontrar formas de calmarme a mí mismo(a)
	Habilidades Relacionales	Reconocer cuándo mi estado de ánimo afecta el cómo trato a los(as) otros(as)
		Entender cómo mis sentimientos afectan mi manera de actuar
Auto-manejo	Regulación emocional	Prestar atención a los sentimientos de mis compañeros(as)
		Darme cuenta de cuándo alguien necesita ayuda
		Sentirse mal por otra persona cuando está sufriendo
	Manejo de metas	Sentirme feliz por otros(as) cuando les va bien
		Compartir lo que estoy sintiendo con otros(as)
		Llevarme bien con mis compañeros(as), aún cuando estoy en desacuerdo con ellos(as)
	Trabajo en la escuela	Llevarme bien con cualquier compañero(a) con quien tenga que trabajar
		Pedir disculpas cuando hago enojar a un compañero(a)
		Llevarme bien con mis compañeros(as)
Toma Responsable de Decisiones		Llevarme bien con mis profesores
		Mantener la calma cuando me siento estresado(a)
		Superar algo incluso cuando me siento frustrado(a)
		Puedo controlarme cuando estoy molesto(a)
		Puedo darme ánimo cuando me siento triste
		Lograr las metas que me propongo
		Ponerme metas a mí mismo(a)
		Terminar las tareas que he empezado
		Hacer cosas que me permitan alcanzar mi metas
		Hacer mis tareas del colegio incluso cuando no tengo ganas
		Hacer mis tareas incluso cuando son difíciles para mí
		Planificarme con anticipación para entregar mis trabajos a tiempo
		Estar preparado(a) para mis pruebas
		Mantenerme concentrado(a) en clases aún cuando hay distracciones
		Pensar en lo que podría pasar antes de tomar una decisión
		Pedir consejo al tomar una decisión importante
		Decirle "no" a un amigo(a) que quiere romper alguna regla
		Reconocer si algo es bueno o malo antes de decidir

En este folleto encontrará las definiciones de los principales conceptos sobre habilidades socioemocionales que están a la base del Cuestionario Emociones Primero para medir Habilidades Socioemocionales en estudiantes de Chile. Esperamos que este documento le ayude a orientarse mejor al momento de interpretar los resultados, o al querer saber más sobre este importante tema.

¿Qué son las Habilidades Socioemocionales?

Las habilidades socioemocionales son conductas aprendidas que realizamos cuando interactuamos con otras personas y que sirven para expresar nuestros sentimientos, actitudes y opiniones de manera clara y asertiva. Desarrollar estas habilidades nos permite interactuar de mejor manera en sociedad y nos ayuda a alcanzar nuestros objetivos en nuestro contexto social. Se entienden dentro de estas habilidades algunas destrezas, para favorecer procesos de autoconocimiento y autorregulación de las emociones, así como las capacidades de reconocer este espacio emocional en otros y otras.

¿Qué es el Aprendizaje Socioemocional?

Ya que las habilidades socioemocionales son conductas aprendidas, la educación juega un papel especialmente relevante en su aprendizaje. El aprendizaje socioemocional es “el proceso a través del cual estudiantes y adultos adquieren y aplican efectivamente el conocimiento, las actitudes y habilidades necesarias para entender y manejar emociones, fijar y alcanzar metas positivas, sentir y mostrar empatía por otros, establecer y mantener relaciones positivas y tomar decisiones responsables” (CASEL, 2020).

¿Cuáles son las Competencias y Habilidades Socioemocionales?

Hay 5 competencias que componen las habilidades socioemocionales y que caracterizan al modelo CASEL. Estas competencias van en orden, y desarrollar las últimas es difícil si no se desarrollan previamente las anteriores. A la vez, su aprendizaje no es lineal, sino que muchas veces se pueden dar simultáneamente.:

Competencia Socioemocional	Descripción	Habilidades asociadas
Conciencia de sí mismo(a) (self-awareness)	Reconocer con precisión nuestras propias emociones, pensamientos, capacidades y limitaciones, y cómo influyen en nuestra conducta.	<ul style="list-style-type: none"> • Identificación de emociones • Auto-percepción precisa • Reconocimiento de fortalezas • Confianza en sí mismo • Auto-eficacia
Auto-manejo (self-management)	Regular de manera efectiva nuestras emociones, pensamientos y acciones en las diversas circunstancias en que nos desenvolvemos en el día a día.	<ul style="list-style-type: none"> • Gestión de impulsos • Manejo del estrés • Autorregulación • Automotivación • Fijación de objetivos • Habilidades organizativas
Conciencia social (social-awareness)	Empatizar con otras personas y reconocer en ellas la misma gama de emociones que se es capaz de reconocer en uno mismo, tomando sus perspectivas e imaginando qué están sintiendo o por qué se comportan de las maneras en que se comportan.	<ul style="list-style-type: none"> • Toma de perspectiva • Empatía • Apreciación de diversidad • Respeto por los demás
Habilidades relacionales (Relationship skills)	Iniciar y mantener relaciones sanas y constructivas con otros, comunicándonos con claridad, estableciendo relaciones de colaboración y cooperación, resistiendo presiones sociales indebidas y siendo capaces de dar y buscar ayuda cuando es necesario.	<ul style="list-style-type: none"> • Comunicación • Involucramiento social • Construcción de relaciones • Trabajo en equipo
Toma responsable de decisiones (responsible decision making)	Ser consciente de las consecuencias que pueden tener nuestras acciones, tanto para nosotros mismos como para los demás, teniendo en cuenta el bienestar de todas las personas.	<ul style="list-style-type: none"> • Identificación de problemas • Análisis de situaciones • Resolución de problemas • Evaluación • Reflexión • Responsabilidad ética

Llevémoslo a la práctica

Imagine que en el aula ocurre una pelea entre estudiantes. Se puede promover que los estudiantes reflexionen:



¿Por qué ocurrió el conflicto?

Habilidad relacional

¿Qué estaban sintiendo los protagonistas de este conflicto?

Conciencia social

¿He sentido alguna vez yo mismo(a) esas emociones?

Conciencia de sí mismo

¿Cómo he reaccionado yo ante esas emociones?

Auto-manejo

¿Cómo deberían haber reaccionado los protagonistas del conflicto?

¿Cómo habría reaccionado yo para evitar un desenlace violento?

Toma de decisiones responsable