



¿Qué es la educación socio-emocional?

La educación socio-emocional es un proceso de formación y adquisición de conocimiento de las habilidades para reconocer, comprender, expresar y regular emociones, en el contexto educativo. El objetivo de la educación socio-emocional es optimizar y promover el manejo de las emociones, el auto-conocimiento, la empatía, la toma de decisiones responsable o las relaciones sociales. Se necesita de la implicación de toda la comunidad educativa y de un trabajo riguroso y

estructurado atendiendo a la edad y características del alumnado. Para ello, es necesaria la integración de la educación socio-emocional en el currículum educativo, de manera transversal, así como, un tiempo y espacio específicos para la implementación de programas y actividades específicas y contrastadas con la que trabajar estas habilidades en los centros educativos de manera continuada y, sobre todo, sostenible.

