

# HABILIDADES PARA LA VIDA

---

Dr. Diego Salazar Rojas, PhD

# Aprendizajes necesarios para la Vida (UNESCO, 1996 y 2002)

Aprender a:

- ☐ Conocer
- ☐ Ser
- ☐ Vivir juntos
- ☐ Hacer
- ☐ Emprender

**Habilidades y Competencias:**

- Académicas
- Vocacionales
- Prácticas
- **Psicosociales**

**Proyecto de Vida**

# O.M.S, 1993

---

- ☐ Conocimiento de sí mismo(a)
- ☐ Comunicación efectiva (asertiva)
- ☐ Toma de decisiones
- ☐ Pensamiento creativo
- ☐ Manejo de emociones y sentimientos

- ☐ Empatía
  - ☐ Relaciones interpersonales
  - ☐ Solución de problemas y conflictos
  - ☐ Pensamiento crítico
  - ☐ Manejo de tensiones o estrés
-

**Una misma habilidad puede tener utilidad en diversas situaciones psicosociales:**

**Pensamiento  
Crítico**



- **Convivencia**
- **Manejo de la presión de pares**
- **Resistencia a la influencia de los medios**
- **Afrontar la manipulación**
- **Otras...**

**Se requieren una o varias habilidades para enfrentar con éxito una situación psicosocial:**

**¿Cómo resistir mejor la presión de los(as) amigos(as) para consumir alcohol/drogas o para involucrarse en comportamientos dañinos?**

**Pensamiento crítico  
Toma de decisiones  
Comunicación asertiva  
Conocimiento de sí misma(o)  
Manejo de emociones y  
Sentimientos**

---

# Modelo educativo de Habilidades para la Vida



**2007**

---

# Los temas

