

Rúbrica de Autoevaluación y Coevaluación en Educación Socioemocional para Psicología

Autoevaluación y Coevaluación | Ciencias Sociales y Humanas | Psicología | 3 niveles

Descripción

Esta rúbrica está diseñada para que estudiantes universitarios evalúen su propio desempeño o el de sus compañeros en actividades relacionadas con la educación socioemocional, enfocándose en autoconocimiento, autoimagen, conciencia emocional, participación y reflexión.

Rúbrica

Rúbrica de Autoevaluación y Coevaluación en Educación Socioemocional para Psicología

Esta rúbrica está diseñada para que estudiantes universitarios evalúen su propio desempeño o el de sus compañeros en actividades relacionadas con la educación socioemocional, enfocándose en autoconocimiento, autoimagen, conciencia emocional, participación y reflexión.

Criterios de Evaluación	Desempeño Excelente	Desempeño Pobre	Comentarios
Autoconocimiento: Identifica y describe con claridad sus propias emociones y comportamientos.	Reconoce y explica con profundidad sus emociones, mostrando un alto nivel de introspección.	No logra identificar sus emociones o las describe de forma superficial o errónea.	
Autoimagen: Muestra una percepción positiva y realista de sí mismo, reconociendo fortalezas y áreas de mejora.	Demuestra autoimagen equilibrada, valorando sus capacidades y aceptando sus limitaciones.	Presenta una autoimagen distorsionada, ya sea excesivamente negativa o irrealista.	
Conciencia emocional: Reconoce las emociones propias y ajenas en diferentes situaciones.	Identifica eficazmente emociones propias y de otros, considerando el contexto emocional.	Ignora o malinterpreta las emociones propias o de los demás en la mayoría de las situaciones.	
Participación activa: Se involucra de manera responsable y comprometida en actividades grupales.	Participa de forma constante y constructiva, aportando ideas y apoyando a sus compañeros.	Participa de manera mínima o disruptiva, sin contribuir al desarrollo del grupo.	

Criterios de Evaluación	Desempeño Excelente	Desempeño Pobre	Comentarios
Reflexión crítica: Analiza sus experiencias emocionales y sociales, identificando aprendizajes.	Realiza reflexiones profundas y fundamentadas que evidencian comprensión y crecimiento personal.	Ofrece reflexiones superficiales o sin relación clara con las experiencias vividas.	
Comunicación emocional: Expresa sus emociones de forma clara y respetuosa.	Comunica sus sentimientos de manera adecuada, facilitando la empatía y el diálogo.	Tiene dificultades para expresar emociones o lo hace de forma inapropiada, generando conflictos.	
Empatía: Demuestra comprensión y respeto hacia las emociones y perspectivas de los demás.	Escucha activamente y responde con sensibilidad a las experiencias emocionales de otros.	Muestra poca o ninguna consideración por los sentimientos y puntos de vista ajenos.	
Manejo de emociones: Aplica estrategias para regular sus emociones en contextos académicos y sociales.	Utiliza de forma efectiva técnicas para controlar y expresar emociones adecuadamente.	No utiliza estrategias o muestra incapacidad para manejar emociones en situaciones relevantes.	