



¡BIENVENIDOS Y BIENVENIDAS  
A ESTE TALLER!

“RECONOCIMIENTO EMOCIONAL”



# PROGRAMA SWITCH 360



OBJETIVO: AYUDAR A LAS COMUNIDADES EDUCATIVAS A  
MEJORAR SU CONVIVENCIA Y SALUD MENTAL JUNTO A TODOS SUS INTEGRANTES

*“Una mejor convivencia la construimos entre todos”*





**FACILITADORA:**

María Ignacia Belmar  
Actriz, pedagoga teatral y  
Magíster en Educación UC

# TALLER EDUCASWITCH

## AGENDA

1. Yo soy y me gusta
2. Diagnóstico competencias socioemocionales
3. Emociones básicas (consciencia)
4. Trivia de las emociones
5. Aprendizaje e imitación (video)
6. Reflexiones grupales
7. Programa Educaswitch 360 (video)
8. Herramientas de aplicación
9. Encuesta, lo que se viene y cierre

Con el objetivo de conocernos, relajarnos y  
pasarlo bien:  
**¡Yo soy y me gusta!**



INFORME



# DIAGNÓSTICO COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES

Reporte  
Diagnóstico y  
Plan de Trabajo

ESTABLECIMIENTO: Liceo Polivalente  
Moderno Cardenal Caro

RDB: 10658

28/06/2023

Falocinab por HACIENDO ESCUELA

- Desarrollo socioemocional
- de la comunidad educativa
- basado en las cinco
- competencias propuestas por
- \*CASEL, 2020 e impulsadas
- por el Ministerio de Educación
- las cuales corresponden a:
- Autoconciencia; Autogestión;**
- Conciencia del otro;**
- Habilidades Sociales;**
- Toma de decisiones responsables.**

- ✓ 35 preguntas aproximadamente
- ✓ percepción “personal”, “entre pares” y de “comunidad” de cada miembro

En relación a las siguientes dimensiones:

- PROMOCIÓN DE LA SANA CONVIVENCIA
- VIOLENCIA
- SALUD MENTAL
- ASISTENCIA A CLASES
- RENDIMIENTO ACADÉMICO

# TASAS DE RESPUESTAS

	<b>ESTUDIANTES</b>	<b>EDUCADORES</b>	<b>APODERADOS</b>
<b>TOTAL</b>	2090	111	2912
<b>CON RESPUESTA</b>	1358	88	728
<b>TASA DE RESPUESTA</b>	65%	79%	25%

Número de personas elegibles para responder la encuesta.

Número de encuestas finalizadas.

% de encuestas finalizadas sobre el total de la población elegible.

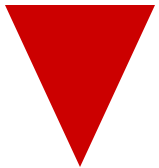


# RESULTADOS ESTUDIANTES

% de respuestas favorables **mayor** o igual al **90%**



% de respuestas favorables **menor** o igual al **65%**



## PROMOCIÓN DE LA SANA CONVIVENCIA

## VIOLENCIA PRESENCIAL

DIMENSIÓN	PREGUNTA	% R.F.	PROMEDIO
PROMOCIÓN DE LA SANA CONVIVENCIA	<b>PERSONAL:</b> Considero que tengo buena relación con mis compañeros.	81,4%	74%
	<b>ENTRE PARES:</b> Considero que los compañeros de mi curso se respetan.	50,4% ▼	
	<b>PROFESORES:</b> Los profesores fomentan el respeto y el buen trato en mi curso.	89,6%	
VIOLENCIA PRESENCIAL	<b>PERSONAL:</b> He estado pocas veces involucrado/a en situaciones de violencia o conflictos (ejemplo, burlas, descalificaciones, agresiones físicas, agresiones verbales, etc.)	68,1%	69%
	<b>ENTRE PARES:</b> En mi curso existen pocas situaciones de violencia o conflictos.	53,1% ▼	
	<b>PROFESORES:</b> Los profesores nos ayudan a resolver los conflictos de manera pacífica.	86,4%	

# VIOLENCIA DIGITAL

## VIOLENCIA DIGITAL

**PERSONAL:** Nunca he estado involucrado/a en situaciones de violencia en internet (ejemplo: ciberacoso, situaciones de connotación sexual en internet, etc.)

68,9%

**ENTRE PARES:** Mis compañeros no han estado involucrados/as en situaciones de violencia en internet.

47,0% ▼

**PROFESORES:** Los profesores nos enseñan a prevenir y enfrentar las situaciones de violencia en internet.

83,5%

66%

## SALUD MENTAL IDENTIFICACIÓN Y EXPRESIÓN DE EMOCIONES

DIMENSIÓN	PREGUNTA	% R. F.	PROMEDIO
Salud Mental: IDENTIFICACIÓN Y EXPRESIÓN DE EMOCIONES	<b>PERSONAL:</b> Puedo darme cuenta fácilmente de la emoción que estoy sintiendo (por ejemplo: tristeza, enojo, felicidad, miedo, etc.)	73,9%	67%
	<b>ENTRE PARES:</b> Mis compañeros expresan adecuadamente lo que están sintiendo. (por ejemplo: tristeza, enojo, felicidad, miedo, etc.)	57,3% ▼	
	<b>PROFESORES:</b> Los profesores nos enseñan a reconocer y expresar nuestras emociones (por ejemplo, alegría, enojo, pena, etc.)	70,3%	
Salud Mental: REGULACIÓN DE EMOCIONES	<b>PERSONAL:</b> Puedo mantener la calma cuando me enojo o me da pena.	62,2% ▼	60% ▼
	<b>ENTRE PARES:</b> Mis compañeros pueden mantener la calma cuando se enojan o les da pena.	44,4% ▼	
	<b>PROFESORES:</b> Los profesores nos ayudan a calmarnos cuando sentimos rabia o pena.	72,6%	

## SALUD MENTAL REGULACIÓN DE EMOCIONES

## SALUD MENTAL REGULACIÓN DE EMOCIONES

Salud Mental: REGULACIÓN DE EMOCIONES	PERSONAL: Puedo mantener la calma cuando me enojo o me da pena.	62,2% ▼	60% ▼
	ENTRE PARES: Mis compañeros pueden mantener la calma cuando se enojan o les da pena.	44,4% ▼	
	PROFESORES: Los profesores nos ayudan a calmarnos cuando sentimos rabia o pena.	72,6%	
Salud Mental: AUTOESTIMA	PERSONAL: Tengo varias fortalezas y características positivas (ejemplos: amable, divertido/a, honesto/a, deportista, esforzado/a, generoso/a, empático/a, creativo/a, etc.)	85,1%	75%
	ENTRE PARES: Mis compañeros reconocen sus fortalezas y características positivas.	62,7% ▼	
	PROFESORES: Los profesores nos enseñan a reconocer nuestras fortalezas y características positivas.	78,1%	

## SALUD MENTAL AUTOESTIMA

## ASISTENCIA A CLASES

### ASISTENCIA A CLASES

**PERSONAL:** Me gusta ir al colegio.

62,2% ▼

**ENTRE PARES:** A mis compañeros les gusta ir al colegio.

41,9% ▼

**PROFESORES:** Me motiva asistir y participar en las clases de mis profesores.

59,5% ▼

55% ▼

## RENDIMIENTO ACADÉMICO

### RENDIMIENTO ACADÉMICO

**PERSONAL:** Me siento capaz de sacarme buenas notas.

79,9%

**ENTRE PARES:** Siento que aprendo cuando hago tareas o trabajos en grupo con mis compañeros.

74,7%

**PROFESORES:** Los profesores enseñan muy bien.

73,9%

76%

# **INVITACIÓN A REFLEXIONAR**

**COMPARTAMOS IMPRESIONES CON  
LA PERSONA QUE TENEMOS AL  
LADO EN TORNO A LAS SIGUIENTES  
PREGUNTAS**

¿Qué percepción tienen los estudiantes de sí mismos/as?

¿Qué percepción tienen los estudiantes de sus pares?

¿Qué percepción tienen los estudiantes de sus profesores/as?

¿Cómo podrían aprovecharse las fortalezas identificadas para avanzar en los desafíos socioemocionales de la comunidad?





# RUTA DE APRENDIZAJE: Estudiantes

En base a los resultados anteriores, es que proponemos a continuación la siguiente ruta de trabajo en base a las unidades del programa:

1

## UNIDAD

### *“REGULACIÓN DE EMOCIONES”*

Mindfulness para regular tus emociones.

**AGOSTO:** Reconocer el cuerpo y la  
**RESPIRACIÓN** como herramienta de  
autorregulación.

**SEPTIEMBRE:** Trabajo en equipo e identificación a través de historias personales, promoviendo el respeto y la empatía

2

UNIDAD

*"VÍNCULO"*

Promueve el sentido de pertenencia y el trabajo colaborativo en tu comunidad.

3

UNIDAD

*"PREVENCIÓN DEL BULLYING"*

Aprende sobre las consecuencias del bullying y estrategias para su prevención y detención.

**OCTUBRE:** TOMA DE CONSCIENCIA sobre el bullying y potenciamiento del testigo activo.

# NOVIEMBRE

HACER Y VIVIR COMUNIDAD incorporando a todos y todas los/as actores educativos promoviendo el cambio de cultura en torno a la convivencia escolar y desarrollo socioemocional

4

## UNIDAD

*“PROYECTO: “BAILE CONTRA EL BULLYING”*

Promueve la prevención del bullying bailando junto a tu comunidad.

Los y las invitamos a trabajar estas mismas unidades desde el hogar, de modo de desarrollar en familia las mismas habilidades que los estudiantes aprenden en la sala de clases.

Este trabajo será mensual para ustedes, comenzando con la sesión de **Regulación de Emociones** dentro del mes de agosto.

Los detalles sobre la metodología de trabajo se les entregarán al finalizar este taller.

# ¿QUÉ SABEMOS DE LAS EMOCIONES?



# ¿QUÉ ES UNA EMOCIÓN?

Una emoción es una respuesta **funcional** y **biológica** del cuerpo a los distintos estímulos que nos rodean y se observan a través de nuestro comportamiento y los cambios en nuestro cuerpo.

## LAS EMOCIONES BÁSICAS Y SU FUNCIÓN VITAL



ALEGRIA



TRISTEZA



RABIA



MIEDO

# CONCIENCIA EMOCIONAL

¿QUÉ ES?



# CONCIENCIA EMOCIONAL

Es la capacidad para **percibir con precisión los propios sentimientos y emociones; identificarlos y etiquetarlos.**

Contempla la posibilidad de experimentar emociones múltiples, siendo capaz de observarse a sí mismo.

PERCIBIR | IDENTIFICAR | ETIQUETAR

Esta conciencia, implica tomar **perspectiva** de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento. Los estados emocionales inciden en el:

**comportamiento | emoción | cognición.**

están en interacción continua, de tal forma que resulta difícil discernir que es primero.

PERCIBIR |

IDENTIFICAR |

TOMAR PERSPECTIVA |

ETIQUETAR |

**ACCIONAR - ACTUAR**

# NO EXISTEN EMOCIONES

## “MALAS” O “BUENAS”



**¿CÓMO IDENTIFICAMOS/DAMOS**  
**CABIDA A NUESTROS**  
**ESTADOS EMOCIONALES?**

1

EL CUERPO ES EL SOPORTE DE LA  
EMOCIÓN.

2

A MAYOR CONCIENCIA CORPORAL,  
MAYOR CONCIENCIA EMOCIONAL


**HAGAMOS  
EL  
SIGUIENTE  
EJERCICIO**

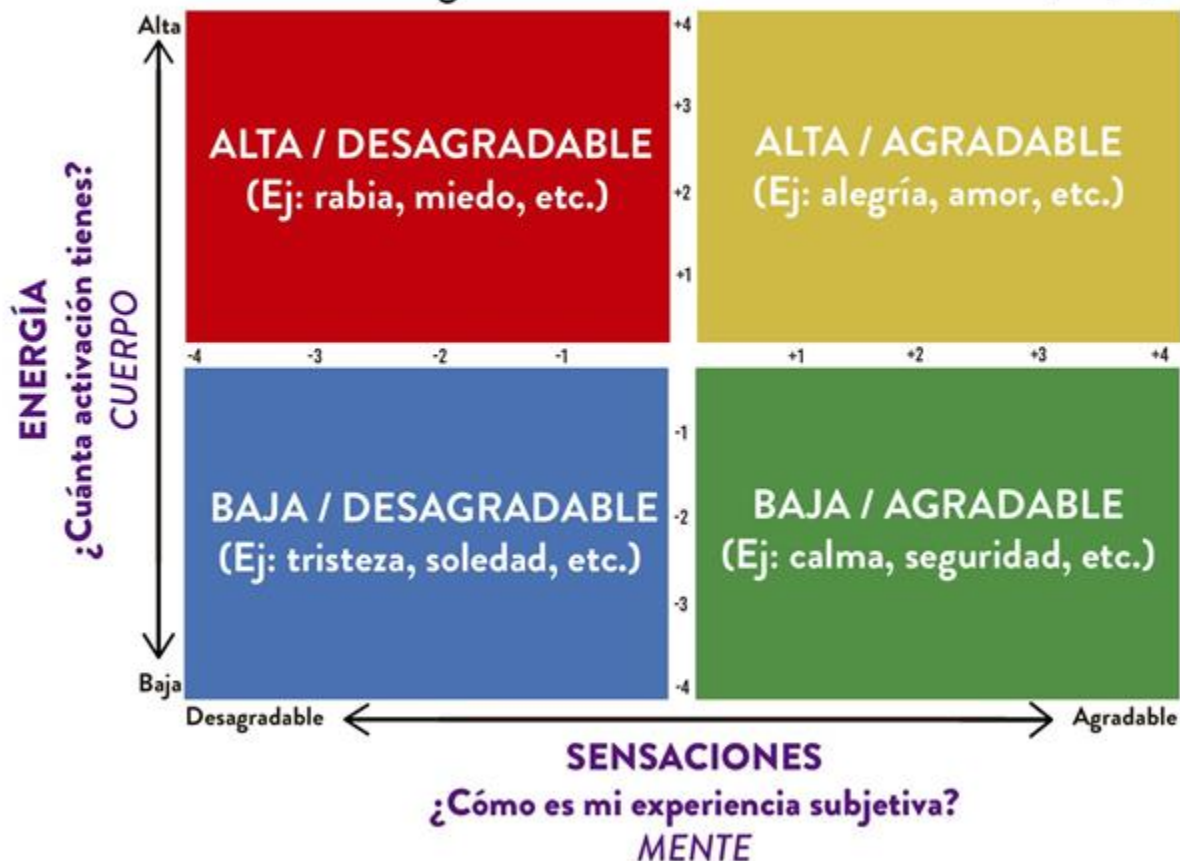
# **ESCÁNER CORPORAL**



# MEDIDOR EMOCIONAL

¿Cómo te sientes?

De RULER  
Adaptado por 







# ALTA DESAGRADABLE

<b>EN SHOCK</b>	<b>HARTO</b>	<b>ASUSTADO</b>	<b>FURIOSO</b>
<b>FUERA DE LUGAR</b>	<b>FRUSTRADO</b>	<b>NERVIOSO</b>	<b>MOLESTO</b>
<b>AGOBIADO</b>	<b>ANGUSTIADO</b>	<b>PREOCUPADO</b>	<b>ENOJADO</b>
<b>TENSO</b>	<b>ANSIOSO</b>	<b>APRENSIVO</b>	<b>IRRITADO</b>

# ALTA AGRADABLE

<b>EXTASIADO</b>	<b>FELIZ</b>	<b>MOTIVADO</b>	<b>ASOMBRADO</b>
<b>GOZOSO</b>	<b>ALEGRE</b>	<b>INSPIRADO</b>	<b>ILUSIONADO</b>
<b>ENAMORADO</b>	<b>DIVERTIDO</b>	<b>OPTIMISTA</b>	<b>SORPRENDIDO</b>
<b>CARIÑOSO</b>	<b>ORGULLOSO</b>	<b>ENTUSIASTA</b>	<b>ESPERANZADO</b>

# BAJA DESAGRADABLE

<b>VULNERABLE</b>	<b>DECEPCIONADO</b>	<b>DEPRESIVO</b>	<b>AVERGONZADO</b>
<b>DESAMPARADO</b>	<b>AFLIGIDO</b>	<b>PESIMISTA</b>	<b>APÁTICO</b>
<b>EXCLUIDO</b>	<b>DESANIMADO</b>	<b>TRISTE</b>	<b>CONFUNDIDO</b>
<b>SOLITARIO</b>	<b>DISTRAIDO</b>	<b>VACÍO</b>	<b>CANSADO</b>

# ALTA AGRADABLE

<b>TIERNO</b>	<b>VALIENTE</b>	<b>CALMADO</b>	<b>BENDECIDO</b>
<b>EMPÁTICO</b>	<b>SEGURO</b>	<b>RELAJADO</b>	<b>AGRADECIDO</b>
<b>VALORADO</b>	<b>SATISFECHO</b>	<b>CONCENTRADO</b>	<b>REFLEXIVO</b>
<b>CÓMODO</b>	<b>ESTABLE</b>	<b>DESCANSADO</b>	<b>PACÍFICO</b>

# REVISEMOS EN DETALLE LA EXPRESIÓN EMOCIONAL DE ALGUNAS

## LAS EMOCIONES BÁSICAS Y SU FUNCIÓN VITAL



**ALEGRIA**



**TRISTEZA**



**RABIA**



**MIEDO**





# RABIA

## EXPRESIÓN CORPORAL:

Entrecejo fruncido.

Puños apretados.

El cuerpo se inclina hacia adelante, preparado para la defensa.

Labios tensos y dientes apretados.

Ojos apretados focalizados en un objetivo fijo: una meta o un agresor.

Respiración energética, corta y rápida.

FUNCIÓN VITAL: está asociada a la **defensa** y/o derribar **obstáculos** que se interponen en nuestras metas.





# MIEDO

## EXPRESIÓN CORPORAL:

Cuerpo activo para huir, esconderse o cualquier acción que ayude a sobrevivir.

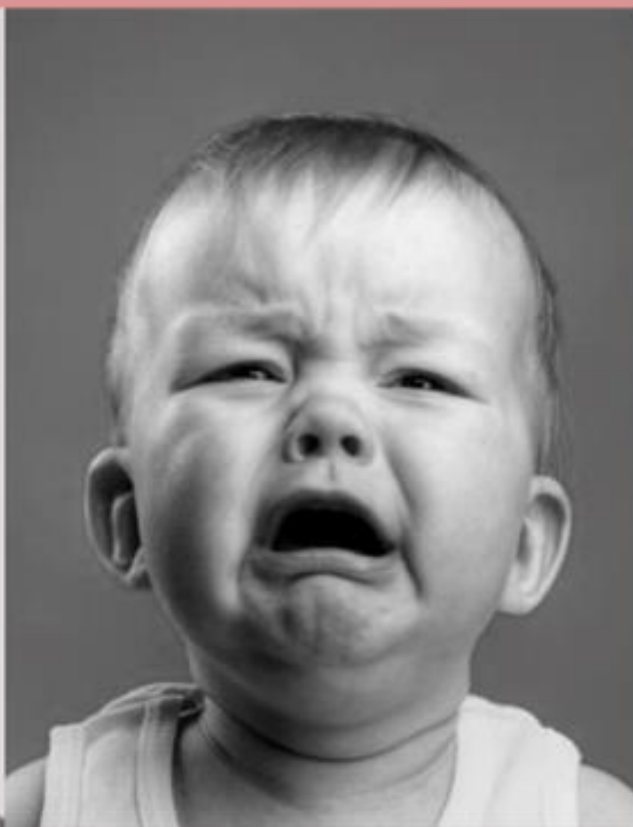
Se abren completamente los ojos con la finalidad de ver la mayor cantidad de información del medio ambiente.

Se abre la boca para que entre la mayor cantidad de aire posible.

Se abren completamente las manos para protegerse de la amenaza.

Respiración irregular con inhalaciones y exhalaciones cortas y bruscas.

FUNCIÓN VITAL: Nos invita a **protegernos** para sobrevivir.



# TRISTEZA

## EXPRESIÓN CORPORAL:

Cejas levemente elevadas, generando pequeñas arrugas al centro de la frente.

Mirada desenfocada, pérdida en el espacio. También puede ir hacia el suelo.

Los labios caen hacia abajo.

Mandíbula relajada.

El cuerpo cae, relajado, lánguido.

Respiración irregular: inhalación entrecortada y exhalación de golpe.

FUNCIÓN VITAL: Introspección para **crecer, aprender y/o digerir** cambios en el ambiente (duelos o pérdidas).



# ALEGRÍA

## EXPRESIÓN CORPORAL:

Ojos semicerrados o “achinados”.

En los labios aparece la sonrisa o se exhiben los dientes en señal de disfrute.

El cuerpo está relajado con la cabeza ligeramente hacia atrás.

Respiración enérgica con inhalación brusca por nariz y exhalación breve a través de la boca.

FUNCIÓN VITAL: Nos invita a **relacionarnos** con otras personas para generar **comunidad**. [COMÚN-idad]

**¿POR QUÉ CREEN QUE  
REALIZAMOS ESTE EJERCICIO?**

# TRIVIA DE LAS EMOCIONES





**¿CUÁL ES LA FUNCIÓN VITAL DE LA RABIA?**

**A- DARNOS UN ESPACIO PARA DIGERIR CAMBIOS**

**B- DEFENDERNOS, PROTEGERNOS, PONER LÍMITES**

# ¿CUÁL ES LA FUNCIÓN VITAL DE LA RABIA?

A- DARNOS UN ESPACIO PARA DIGERIR CAMBIOS

B- DEFENDERNOS, PROTEGERNOS, PONER LÍMITES

**¿CUÁL DE LAS SIGUIENTES DEFINICIONES  
CORRESPONDE A LA EXPRESIÓN CORPORAL DEL MIEDO?**

**A- OJOS COMPLETAMENTE ABIERTOS PARA REGISTRAR LA MAYOR CANTIDAD DE INFORMACIÓN POSIBLE. LAS CEJAS SE ELEVAN PRODUCIENDO ARRUGAS EN LA FRENTE.**

**B- OJOS SEMICERRADOS (“ACHINADOS”), CUERPO RELAJADO CON LA CABEZA INCLINADA LIGERAMENTE HACIA ATRÁS.**

# ¿CUÁL DE LAS SIGUIENTES DEFINICIONES CORRESPONDE A LA EXPRESIÓN CORPORAL DEL MIEDO?

A- OJOS COMPLETAMENTE ABIERTOS PARA REGISTRAR LA MAYOR CANTIDAD DE INFORMACIÓN POSIBLE. LAS CEJAS SE ELEVAN PRODUCIENDO ARRUGAS EN LA FRENTE.

B- OJOS SEMICERRADOS (“ACHINADOS”), CUERPO RELAJADO CON LA CABEZA INCLINADA LIGERAMENTE HACIA ATRÁS.

# ¿CUÁL ES LA FUNCIÓN VITAL DE LA TRISTEZA?

**A-** INTROSPECCIÓN PARA APRENDER Y DIGERIR CAMBIOS. NOS MOTIVA A PEDIR AYUDA Y RECURRIR A NUESTROS PROPIOS RECURSOS.

**B-** CONTACTARNOS CON OTRAS PERSONAS PARA GENERAR COMUNIDAD.

# ¿CUÁL ES LA FUNCIÓN VITAL DE LA TRISTEZA?

**A-** INTROSPECCIÓN PARA APRENDER Y DIGERIR CAMBIOS. NOS MOTIVA A PEDIR AYUDA Y RECURRIR A NUESTROS PROPIOS RECURSOS.

**B-** CONTACTARNOS CON OTRAS PERSONAS PARA GENERAR COMUNIDAD.

# ¿QUÉ EMOCIONES DERIVAN DE LA ALEGRÍA?

**A-** ENTUSIASMO, DIVERSIÓN, MOTIVACIÓN, GRATIFICACIÓN.

**B-** INQUIETUD, ANSIEDAD Y AGOBIO

# ¿QUÉ EMOCIONES DERIVAN DE LA ALEGRÍA?

**A- ENTUSIASMO, DIVERSIÓN, MOTIVACIÓN, GRATIFICACIÓN.**

**B- INQUIETUD, ANSIEDAD Y AGOBIO**



# ¿QUÉ ES UNA EMOCIÓN?

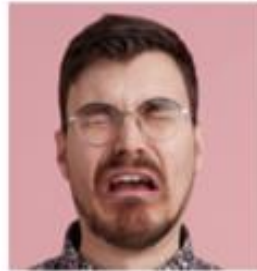
Una emoción es una respuesta a los distintos estímulos que nos rodean y se observan a través de nuestro comportamiento y los cambios en nuestro cuerpo.

## LAS EMOCIONES BÁSICAS Y SU FUNCIÓN VITAL



**ALEGRIA**

“RELACIONARNOS  
CON OTRAS PERSONAS  
PARA GENERAR  
COMUNIDAD”



**TRISTEZA**

“INTROSPECCIÓN  
PARA CRECER,  
APRENDER Y/O  
DIGERIR CAMBIOS  
EN EL AMBIENTE”



**RABIA**

“DEFENDERNOS  
Y/O DERRIBAR  
OBSTÁCULOS  
QUE SE INTERPONEN  
EN NUESTRAS METAS”



**MIEDO**

“PROTEGERNOS  
PARA  
SOBREVIVIR”

**¿QUÉ PODRÍAMOS HACER PARA EDUCAR EN TORNO A  
LAS EMOCIONES Y LA SANA CONVIVENCIA?**

# Veamos el siguiente video en torno al aprendizaje y la imitación



# REFLEXIONEMOS Y COMPARTAMOS

1

¿QUÉ EMOCIÓN SURGIÓ EN USTEDES  
AL VER ESTE VIDEO?



# REFLEXIONEMOS Y COMPARTAMOS

## 2

**¿CONSIDERAN QUE SUS NIÑOS/AS IMITAN MÁS SUS  
COMPORTAMIENTOS Y ACCIONES QUE SUS DISCURSOS?**



# TRABAJO EN GRUPOS:

Reflexione en torno a estas preguntas con 2-3 personas que estén cerca suyo.

1. ¿QUÉ ADULTO QUIERO SER PARA MI HIJO/A?

2. ¿CÓMO QUIERO QUE ME RECUERDE?



INVITACIÓN

Veamos el siguiente video



# BENEFICIOS



**HERRAMIENTAS PARA LA  
CRIANZA**



**FÁCIL  
IMPLEMENTACIÓN**



**SALVA VIDAS  
1 CLICK**




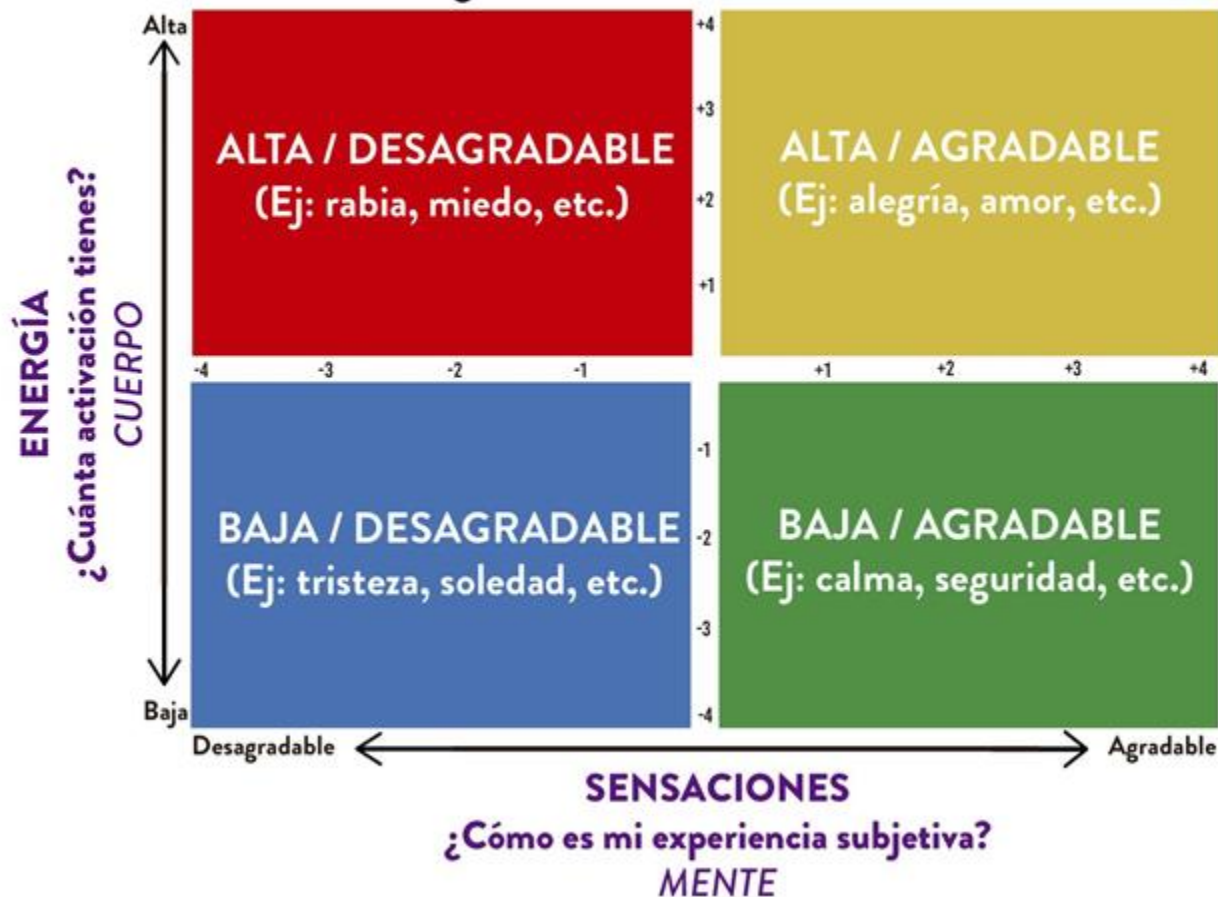
**HERRAMIENTAS**

# MEDIDOR EMOCIONAL

¿Cómo te sientes?

De RULER

Adaptado por 

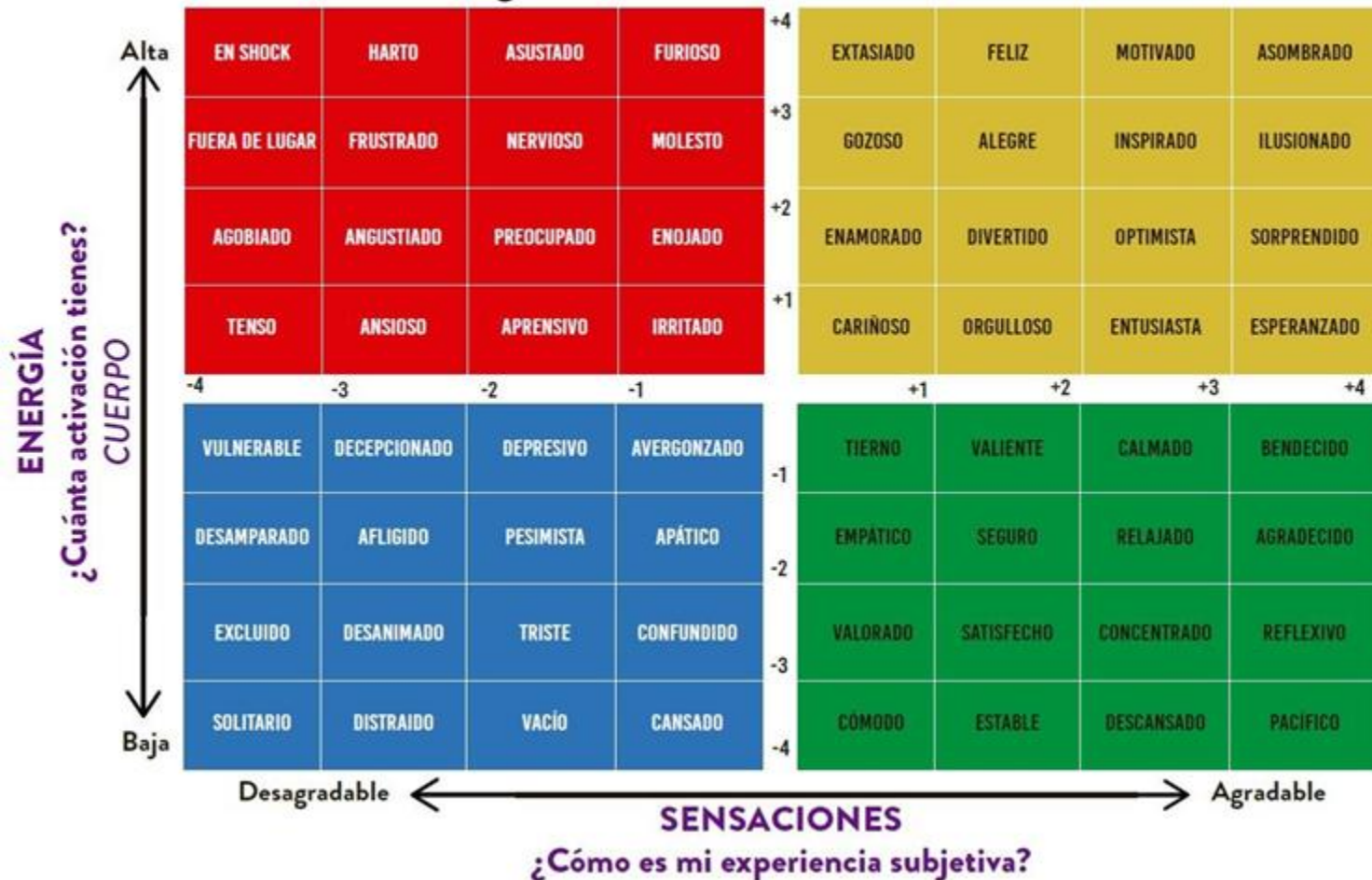


# MEDIDOR EMOCIONAL

¿Cómo te sientes?

De RULER

Adaptado por 



# ACUERDO EMOCIONAL

EN ESTA FAMILIA  
QUEREMOS  
SENTIRNOS

EMOCIÓN 1:  
TRANQUILIDAD

EMOCIÓN 2:  
ALEGRÍA

EMOCIÓN 3:  
AGRADECIDOS

## ACCIONES PARA CUMPLIR EL ACUERDO

FECHA. DESDE: \_\_\_\_\_ HASTA: \_\_\_\_\_

**1** COOPERAR EN LA CASA 1 VEZ A LA SEMANA PARA FACILITAR LAS TAREAS

**2** CADA 15 DÍAS O UNA VEZ A LA SEMANA HACER UNA ACTIVIDAD FUERA DE LA CASA.

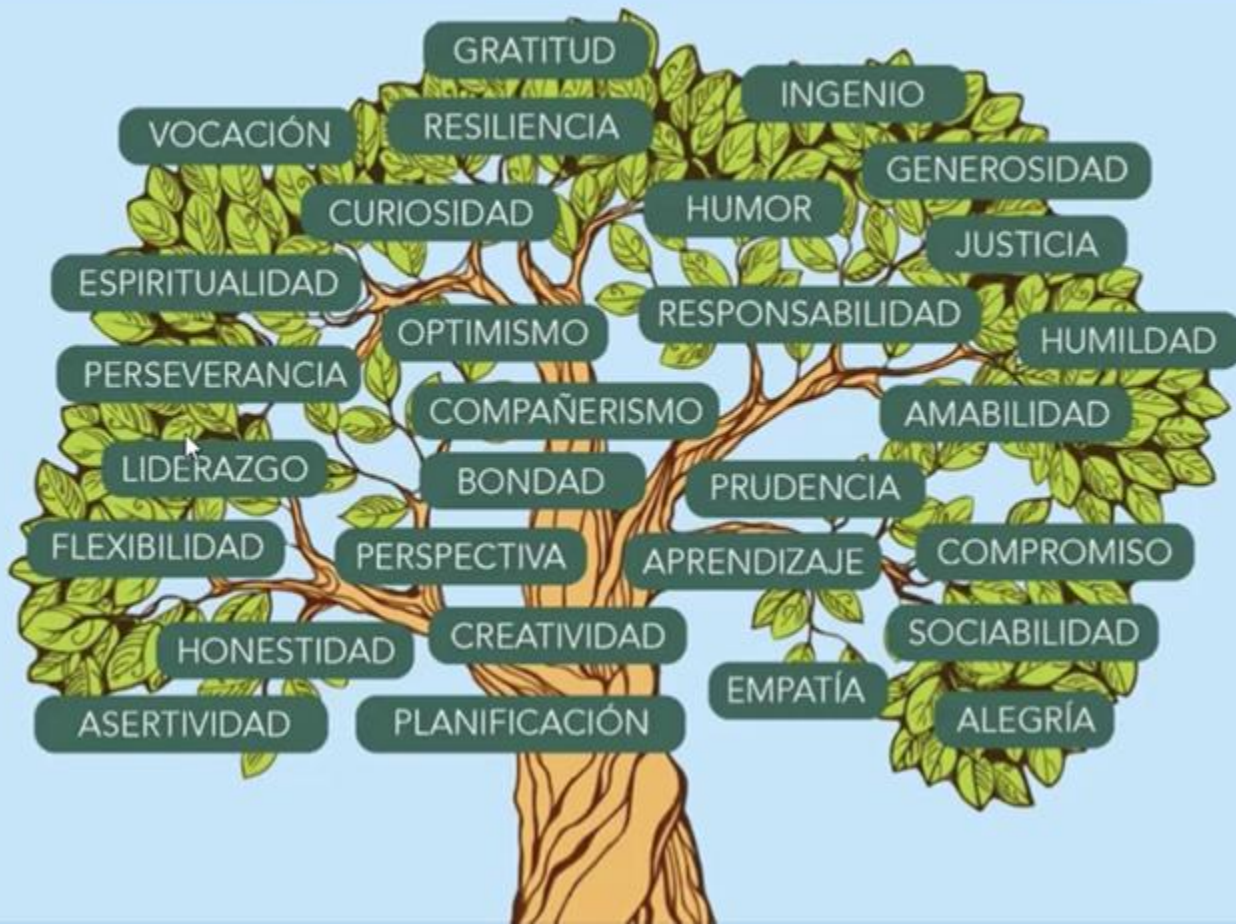
**3** 1 DÍA A LA SEMANA PARA COMPARTIR EN FAMILIA

**4** LOS FINES DE SEMANA ESCUCHAR MÚSICA EN FAMILIA, VER PELÍCULAS, HACER DEPORTES O SALIR A CAMINAR.

**5** 1 ALMUERZO O INSTANCIA FUERA DEL HOGAR 1 VEZ AL MES

**6**

# EL ÁRBOL DE LAS FORTALEZAS





## ACOMPANAMIENTO PARA LA IDENTIFICACIÓN Y REGULACIÓN EMOCIONAL



ESTAR EN CALMA



1

PONER EN PALABRAS  
LO QUE EL OTRO NO  
PUEDE NOMBRAR:  
"Parece que te  
enojaste porque..."



3

DAR OPCIONES PARA  
REGULAR LA  
EMOCIÓN:  
"Entiendo que tengas  
rabia, pero gritarle a los  
demás no lo soluciona.  
Tal vez podrías..."



5

ENTENDER QUE SOLO  
DISPONEMOS PARA  
EL OTRO, NO TENEMOS  
LA RESPUESTA:  
"Si yo me mantengo  
regulado, el otro se regula"



7

CONECTE CON LA  
EMOCIÓN DEL OTRO

Ayuda a identificar:  
"¿será que te  
enojaste?,  
¿estás triste?"



2

VALIDE LO  
QUE SIENTE  
"Entiendo que eso  
te haga enojar..."



4

DAR UN ESPACIO  
PARA REMEDIAR

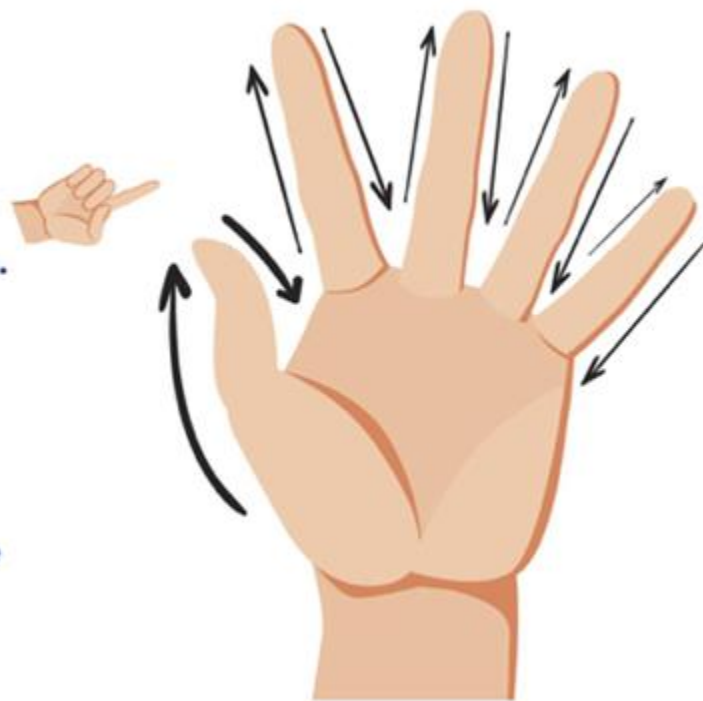
"¿Te parece que  
conversemos sobre  
lo que pasó? Quizás  
podrías explicarte y  
disculparte con tus  
compañeros..."



6

## RESPIRACIÓN DE LA MANO

- 1 Extiende tu mano al frente, abriendo por completo los dedos.
- 2 Con el dedo índice de tu otra mano recorre los bordes de la mano extendida.
- 3 Al inhalar deslizas el dedo por el borde externo de tu mano hacia arriba.
- 4 Al exhalar acaricias con tu dedo el borde interno de tu mano hacia abajo.
- 5 La respiración es abdominal, siempre inhalando y exhalando por nariz.



**ANTES DE FINALIZAR...**  
**TU OPINIÓN ES MUY IMPORTANTE PARA**  
**NOSOTROS** 

**Favor escanear  
y responder la encuesta**





**¿CÓMO LO TRABAJAREMOS?**

# RUTA DE TRABAJO APODERADOS

**AGOSTO**  
REGULACIÓN DE  
EMOCIONES

SESIÓN  
"RESPIRA Y CALMA"

1

**SEPTIEMBRE**  
VÍNCULO

SESIÓN  
"HISTORIAS QUE ACERCAN"

2

**OCTUBRE**  
PREVENCIÓN DEL  
BULLYING

SESIÓN  
"MALTRATO Y BULLYING"

3

**NOVIEMBRE**  
PROYECTO:  
"BAILE CONTRA EL  
BULLYING"

SESIÓN  
"DESAFÍO FAMILIAR:  
ESTRATEGIAS BULLYING"

5

¡GRACIAS POR SU  
PARTICIPACIÓN!



¿Saquémonos una selfie?

