



Asistencia
Técnica
Educativa



CAPACITACIÓN

BIENESTAR DOCENTE: ESTRATEGIAS PARA SER Y CONVIVIR EN MOMENTOS DE CAMBIO



Contenidos:

Concepto de crisis, qué son las emociones, competencias emocionales y socioemocionales, consciencia emocional, regulación y gestión emocional, autodiálogo, autoconcepto, clima emocional en el aula, hábitos de bienestar, felicidad, autoconocimiento, contención y vocabulario emocionales para el docente.

Resultados esperados:

Los participantes obtendrán las herramientas necesarias para generar el paso inicial al autoconocimiento y gestión emocional, lo que permitirá fortalecer un vínculo significativo entre docente y estudiante.

Objetivo:

Desarrollar habilidades socioemocionales del equipo docente, para gestionar adecuadamente las emociones en contextos pedagógicos de cambio, fortaleciendo vínculos, lo que conlleva el desarrollo de aprendizajes significativos.

Destinatarios:

Equipo directivo, docentes, asistentes de la educación y equipos de apoyo.

Área:

Convivencia escolar

Propuesta técnica

NUESTRO MODELO DE FORMACIÓN

1 Diagnóstico

Reunión de trabajo con el equipo directivo para levantar información y recoger requerimientos y necesidades.



2 Sesiones teórico-prácticas

3 Junta pedagógica

Reunión de cierre con el equipo directivo: revisión de evidencias, evaluaciones, informe pedagógico y recomendaciones para la implementación y seguimiento.

Programa:

N° DE HORAS	TEMA	DESCRIPCIÓN / CONTENIDO
1 hora	Diagnóstico	Reunión de trabajo con el equipo directivo y algunos representantes de los docentes para levantar información sobre resultados de mediciones, implementación de otros programas en el área, metodologías utilizadas, entre otros. Además, se recogen requerimientos y necesidades particulares.
18 horas de formación	Mirada y análisis del contexto actual a nivel educativo.	<ul style="list-style-type: none"> Reconocer estado emocional en el contexto educativo actual. Concepto de crisis y adaptabilidad. Recomendaciones a seguir en períodos de crisis.
	Vocabulario y reconocimiento emocional.	<ul style="list-style-type: none"> Ampliar el vocabulario emocional, a través del reconocimiento de las emociones. Vocabulario emocional. ¿Qué son las emociones?
	Consciencia emocional.	<ul style="list-style-type: none"> Conocer y reconocer las competencias emocionales con las que cuentan. La consciencia. Competencias emocionales.
	Regulación y gestión emocional.	<ul style="list-style-type: none"> Conocer y aplicar estrategias de regulación y gestión emocional en su vida personal y laboral. La regulación emocional. La gestión emocional. Diferenciación emocional.
	Modelo PERMA, Psicología Positiva.	<ul style="list-style-type: none"> Conocer y reconocer las herramientas de la psicología positiva. P: Emociones positivas

N° DE HORAS	TEMA	DESCRIPCIÓN / CONTENIDO
		<ul style="list-style-type: none"> • E: Compromiso • R: Relaciones • M: Significado • A: Logros
	Hábitos para la mente, alma y cuerpo.	<ul style="list-style-type: none"> • Adquirir hábitos para el bienestar de la mente, el alma y el cuerpo en momentos de crisis. • ¿Qué son los hábitos? Y los efectos de los buenos y malos hábitos en nuestra vida. • 6 pasos para adquirir o modificar hábitos. • Beneficios de lograr el equilibrio MAC y los elementos para nutrir la mente, el alma y el cuerpo.
	Elementos de la felicidad.	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer herramientas de gestión para el bienestar y felicidad. • ¿Qué es el bienestar objetivo y subjetivo? • Puntos clave de la Felicidad • Elementos de la Felicidad
	Autodiálogo y autoconcepto	<ul style="list-style-type: none"> • Practicar estrategias de autodiálogo favorecedores en la construcción del autoconcepto. • La escucha del silencio en el diálogo interno y el significado de lo que escuchamos. • Responsabilidad del lenguaje, Trampas del lenguaje y Creencias limitantes. • Comparación social. • Autoaceptación.
	Clima de aula emocional de aula.	<ul style="list-style-type: none"> • Valorar y reconocer la importancia del clima emocional de aula. • ¿Qué es el clima? • El clima emocional de aula. • Elementos que inciden en el clima de aula.
1 hora	Junta pedagógica	Reunión final junto con el equipo directivo y algunos representantes de los docentes para analizar el informe final de capacitación: apreciaciones con respecto a las jornadas, análisis de las acciones realizadas, oportunidades de mejora, revisión de evidencias y evaluación del servicio.

La capacitación se realiza en un entorno virtual seguro y con claves de acceso para cada participante a través de la plataforma Zoom alojada en SM conecta:

Conecta 3.0

ESTELA MATILDE PACHECO CHIRIBOGA
Administrativo
CUENTA

FORMACIÓN PEDAGÓGICA

LISTADO DE CLASES

Fecha	Clase	Horario	Enlaces	Documentos	Video Podcast
30 JUL	Clase 1 - Daniela Rebolledo, Estela Pacheco Clase 1	10:00 a 12:00	ENLACES	DOCUMENTOS	VIDEO PODCAST
31 JUL	Clase 2 - Daniela Rebolledo, Estela Pacheco Clase 2	10:00 a 12:00	ENLACES	DOCUMENTOS	VIDEO PODCAST
06 AGO	Clase 3 - Daniela Rebolledo, Rubén Jara, Estela Pacheco Clase 3	10:00 a 12:00	ENLACES	DOCUMENTOS	VIDEO PODCAST
07 AGO	Clase 4 - Daniela Rebolledo Hernandez, Rubén Jara Fernández, Estela Matilde Pacheco Chiriboga Clase 4	10:00 a 12:00	ENLACES	DOCUMENTOS	VIDEO PODCAST
13 AGO	Clase 5 - Daniela Rebolledo Hernandez, Rubén Jara Fernández, Estela Matilde Pacheco Chiriboga Clase 5	10:00 a 12:00	ENLACES	DOCUMENTOS	VIDEO PODCAST
14 AGO	Clase 6 - Daniela Rebolledo Hernandez, Rubén Jara Fernández, Estela Matilde Pacheco Chiriboga Clase 6	10:00 a 12:00	ENLACES	DOCUMENTOS	VIDEO PODCAST
20 AGO	Clase 7 - Daniela Rebolledo Hernandez, Rubén Jara Fernández, Estela Matilde Pacheco Chiriboga Clase 7	10:00 a 12:00	ENLACES	DOCUMENTOS	VIDEO PODCAST

material descargable

acceso a las sesiones