



# EL PASO A PASO DEL BIENESTAR Y LA CONTENCIÓN EMOCIONAL PARA EL RETORNO A CLASES.

## CONTEXTO

---

El Ministerio de Educación, entregó las orientaciones para la implementación de la priorización curricular covid-19. La que postula, en cuanto al estado emocional de sus estudiantes: "Asegurar que los niños continúen su aprendizaje en un entorno acogedor, de respeto, inclusivo y solidario, reducir los miedos y la ansiedad de los estudiantes a causa de la enfermedad les ayudará a enfrentarse a los efectos secundarios que pueda tener sobre sus vidas". (Unicef, Covid 2019). Hoy nos entrega nuevos lineamientos, con el paso a paso que deben seguir las escuelas para un retorno seguro, en el que nuevamente se solicita el poder observar y trabajar en el estado emocional de los niños y niñas, pudiendo adquirir herramientas que aporten a la gestión y contención emocional en estos tiempos de cambio.

Es por lo anteriormente expuesto, que se hace relevante poder entregar a los directivos, profesores y asistentes de la educación, las herramientas necesarias para la regulación, gestión y contención emocional que necesitan aplicar en primera instancia con ellos, para posteriormente aplicarlo al aula.

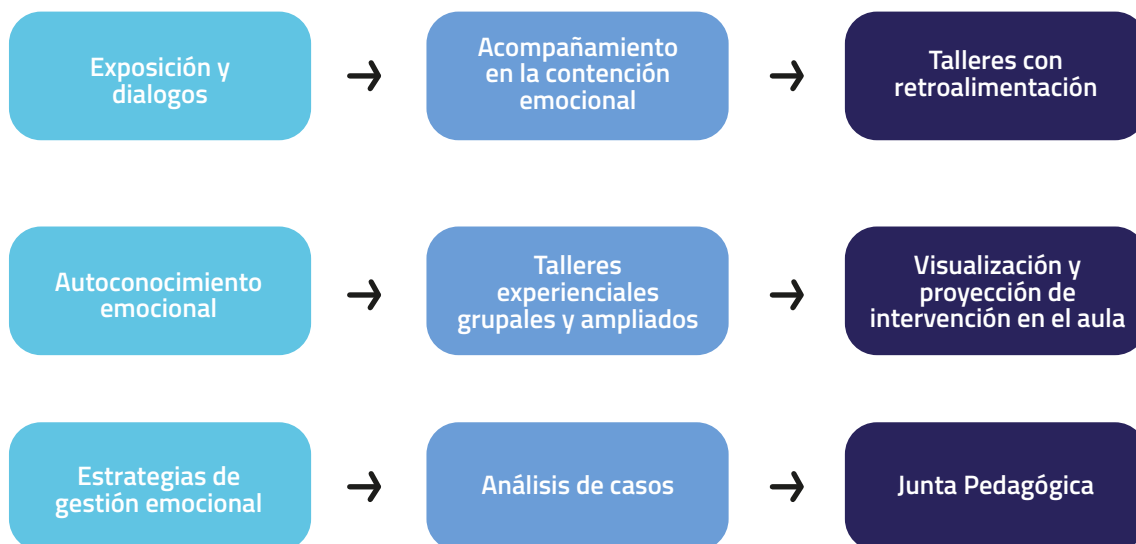
La presente propuesta busca establecer cuál sería el camino que los profesores y profesoras y especialistas debieran socializar, para así desarrollar una gestión emocional que les permita avanzar en este período de pandemia y de retorno.

## METODOLOGÍA

La metodología de trabajo utilizada para esta capacitación contempla el desarrollo de un trabajo sincrónico, a través del sistema de conferencia virtual Zoom.

Además, se desarrollará una 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. Por otro lado, se recogen requerimientos y necesidades particulares. Esta reunión tiene una duración de una hora dentro del programa.

### FORMATO METODOLÓGICO:



## PÚBLICLO OBJETIVO

Profesores, equipos directivos y asistentes de la educación.

## OBJETIVOS

A continuación, se presentan los principales objetivos que orientan la presente propuesta de capacitación.

### OBJETIVO GENERAL:

Desarrollar habilidades socioemocionales del equipo para gestionar adecuadamente las emociones y aplicar contención en contextos pedagógicos de cambio, fortaleciendo el desarrollo de aprendizajes significativos.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Reconocer estado emocional en el contexto educativo actual.
- Ampliar el vocabulario emocional.
- Conocer y reconocer las competencias emocionales con las que cuentan.
- Conocer y aplicar estrategias de regulación y gestión emocional en su vida personal y laboral.
- Desprender desde los OAT, diferentes estrategias de apoyo emocional.
- Reconocer estrategias de contención.
- Practicar estrategias de autodiálogos favorecedores en la construcción del autoconcepto.
- Valorar y reconocer la importancia del clima emocional de aula.

# CONTENIDOS

A continuación, se presentan los principales contenidos que se implementarán en esta capacitación.

## **Módulo 1. El retorno al aula. (2 horas)**

- Emociones presentes en el retorno.
- La adaptación a la nueva modalidad.

## **Módulo 2. Funcionalidad de las emociones. (2 horas)**

- Función de las emociones en la adaptación.
- Respuestas adaptativas y desadaptativas.

## **Módulo 3. La empatía con la comunidad educativa. (2 horas)**

- Qué es la empatía.
- Cómo desarrollar la empatía.
- La comunicación empática.

## **Módulo 4. Contención y gestión emocional para el retorno. (2 horas)**

- La contención emocional
- La gestión emocional
- Estrategias para la gestión emocional.

## **Módulo 5. Convivencia escolar en la vuelta al aula. (2 horas)**

- La asertividad emocional.
- Diseño de estrategias de contención desde los O.A.T.

## **Módulo 6. Elementos para el autocuidado. (2 horas)**

- El autocuidado desde el adulto.
- Estrategias para fomentar el autocuidado en el estudiante.

## **Módulo 7. Modelo A.M.A.R (2 horas)**

- ¿Qué es el modelo A.M.A.R?
- Aplicación del modelo.

## **Módulo 8. Estrategias de aplicación al aula. (2 horas)**

- Estudio de caso.
- Estrategias a implementar en el aula.

## **Módulo 9. Clima de aula emocional de aula. (2 horas)**

- Qué es el clima.
- El clima emocional de aula.
- Elementos que inciden en el clima de aula.

## **Junta Pedagógica (1 hora)**

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.

**RESUMEN DE HORAS: 20**



**EL PASO A PASO DEL  
BIENESTAR Y LA CONTENCIÓN  
EMOCIONAL PARA EL RETORNO  
A CLASES.**

[www.flich.org](http://www.flich.org)