

FUNDACIÓN
PARA EL APRENDIZAJE



EMOCIONAL

Propuesta Charlas FAE





CHARLAS PARA DOCENTES

1. Entrando en contacto con mis emociones, estrategias de relajación.

- **Objetivo:** Adquirir conocimiento de la gestión de emociones para entender mejor las relaciones interpersonales y el autocuidado en el aula escolar.
- **Tiempo:** 90 minutos.
- **Modalidad:** presencial.



Descripción: Mediante distintas actividades lúdicas se busca que docentes puedan tomar conciencia de su propio cuerpo para poder regular sus emociones y pensamientos y así ejercer el ejercicio profesional de forma regulada.

2. Estrategias socioemocionales para los docentes en las escuelas.

- **Objetivo:** Desarrollar estrategias y competencias que fomenten la expresión, reconocimiento y bienestar de los docentes y estudiantes.
- **Tiempo:** 90 minutos.
- **Modalidad:** presencial.

Descripción: En este taller los docentes tendrán la oportunidad de expresar emociones, evaluación de las situaciones y la regulación de la respuesta emocional para propiciar el bienestar del mundo interno de los docentes y estudiantes.



3. Diversidad sexual y educación sexual en Chile, identidad e inclusión.

- **Objetivo:** Analizar y comprender los conceptos centrales de diversidad para propiciar empatía y el respeto frente a relaciones interpersonales en distintas situaciones del contexto escolar mediante el juego.
- **Tiempo:** 90 minutos.
- **Modalidad:** presencial.

Descripción: Este taller permite comprender los conceptos de inclusión y diversidad, pudiendo entregar conocimientos teóricos de una manera lúdica con los conceptos de orientación, sexualidad, afectividad y género, reflexionando en relación a la metodología de casos.



4. Primeros auxilios psicológicos

- **Objetivo:** Entregar herramientas para propiciar el bienestar de los alumnos en el aula de clases.
- **Tiempo:** 60 minutos
- **Modalidad:** online y/o presencial.



Descripción: Este curso busca entregar herramientas útiles, prácticas y actualizadas relativas a comprender las posibles consecuencias psicológicas tras las situaciones de crisis con sintomatología ansiosa y depresiva, para aprender herramientas concretas de cómo intervenir en los niños, niñas y adolescentes en una situación de emergencia.

TALLERES PARA PADRES, MADRES Y TUTORES



1. Resolución de conflictos con mi hijo/a adolescente.

- **Objetivo:** entregar herramientas a padres, madres y tutores para establecer una conversación asertiva, pudiendo establecer límites equilibrados con sus hijos/as adolescentes.
- **Tiempo:** 90 minutos.
- **Modalidad:** presencial.



Descripción: en este taller con metodología de casos se aprenderán a comprender los elementos esenciales de la adolescencia y cómo negociar conflictos, pudiendo establecer límites claros en base al amor, respeto y comunicación.

2. Paternidad efectiva en base a las emociones.

- **Objetivo:** Conocer los elementos centrales de la paternidad efectiva para el bienestar socioemocional de los hijos/as.
- **Tiempo:** 90 minutos.
- **Modalidad:** presencial y/o online.

Descripción: En este taller se entregan elementos esenciales que se involucran en la paternidad efectiva y nutritiva que permitan fortalecer vínculos dentro de la familia para el desarrollo de habilidades adaptativas con el fin de una buena calidad de vida de niños, niñas y adolescentes y sus cuidadores principales.



PADRES, MADRES Y TUTORES + ESTUDIANTES



Padres, madres y tutores + estudiantes

1. Encuentro en familias

- **Objetivo:** Generar un espacio de encuentro que potencie el vínculo de confianza entre padres, madres e hijos/as.
- Promover la función reflexiva en los alumnos de manera de tomar conciencia en su toma de decisiones, pudiendo observar riesgos y consecuencias en sus elecciones.
- **Tiempo:** 120 minutos.
- **Para quién:** alumnos y apoderados de 5º a IV medio.
- **Máximo:** 160 estudiantes y 160 tutores
- **Modalidad:** presencial.

Descripción: en esta intervención lúdica se reúnen padres, madres y tutores con estudiantes en base a una serie de preguntas experienciales que abordan distintos temas tales como; adolescencia, afectividad, amistad, sexualidad y toma de decisiones para poder generar una conexión emocional que permita asegurar la escucha entre los integrantes de la familia.



ESTUDIANTES

1. Prevención de estrés y ansiedad, técnicas de regulación emocional.

- **Objetivo:** propiciar y entregar estrategias para la regulación emocional para así poder lidiar con el estrés académico dentro del contexto escolar.
- **Tiempo:** 60 minutos.
- **Modalidad:** online.
- **Número de estudiantes:** 60
- **Curso:** de 7º a IV medio:



Descripción: En este taller se entregarán estrategias mediante actividades colaborativas dónde exista una conciencia del nivel de estrés que presentan los estudiantes, comprender el motivo y que se lleven estrategias para así priorizar su bienestar emocional.

2. Conectando con mis emociones en base al juego.

- **Objetivo:** Comprender el reconocimiento de las emociones para el autoconocimiento de los procesos internos y así tomar conciencia de la forma de relacionarse.
- **Tiempo:** 45 minutos.
- **Modalidad:** presencial.
- **Número de estudiantes:** 60.
- **Curso:** de 3º básico a IV medio.



Descripción: Este taller en base a un aprendizaje lúdico es una oportunidad donde el juego invita a desarrollar, aumentando el vocabulario emocional, comprender el origen de las emociones, la distinción de cada una de ellas y el autoconocimiento por medio de situaciones hipotéticas y sus posibles respuestas emocionales.

3. Valoración de la autoestima.

- **Objetivo:** Fomentar la seguridad en si mismo/a en base al amor propio, la auto empatía y la autovaloración.
- **Tiempo:** 60 minutos.
- **Modalidad:** presencial.
- **Número de estudiantes:** 30
- **Curso:** 5º a IV medio.



Descripción: Este taller consiste en una dinámica lúdica que permite reflexionar en torno a la valoración cognitiva y afectiva, que permite movilizarse y buscar estrategias de amor propio y así generar vínculos profundos. Ganando autonomía y confianza para construir vínculos saludables.

4. Comprendiendo la diversidad sexual en base a la empatía.

- **Objetivo:** Introducir los conceptos de diversidad en la educación a los alumnos para fomentar la tolerancia e inclusión.
- **Tiempo:** 60 minutos.
- **Modalidad:** presencial.
- **Número de estudiantes:** 60.
- **Curso:** 7º a IV medio.



Descripción: este taller permite introducir los conceptos de diversidad y establecer casos para que puedan reflexionar en base al actuar, potenciando la política de la tolerancia, no discriminación y respeto por sobre todas nuestras acciones.

4. Mis relaciones nutritivas.

- **Objetivo:** Analizar los vínculos en base al respeto y comunicación para así poder prevenir situaciones de violencia.
- **Tiempo:** 60 minutos.
- **Modalidad:** presencial.
- **Número de estudiantes:** 60
- **Curso:** 7° a IV medio.



Descripción: en este taller mediante una ronda de preguntas se trabajan distintas preguntas en torno a la violencia para reflexionar en torno a las actitudes y conductas que fomentan el ciclo de la violencia en el pololeo, resulta trascendental concientizar acerca de los comportamientos que evidencian conductas violentas, de manera explícita o implícita y así poder construir cuáles son las bases de una relación saludable y nutritiva.

¡GRACIAS!