



# ESTUDIANTES

CONTENCIÓN Y DESARROLLO EMOCIONAL



## SIGNOS DE UN BUEN APRENDIZAJE SOCIOEMOCIONAL EN LA INFANCIA/ADOLESCENCIA



- Interacciones positivas con los profesores
- Representaciones positivas de sí mismo derivadas de buenas relaciones de apego
- Conocimientos de las emociones
- Habilidad para regular las emociones

## RECOMENDACIONES DE ESTRATEGIAS POR CURSOS:

### 1°-4° BÁSICO:

- **Enriquecimiento del grupo de amigos: Sentido de pertenencia**
- **Reconocimiento de emociones**  
¿Esto que siento lo sentirán otras personas?

### 5°-8° BÁSICO:

- **Mindfulness**
- **Reconocimiento de factores estresantes y manejo de estos.**

### 1°-4 MEDIO:

- **Comunicación efectiva con el grupo familiar.**
- **Uso responsable de internet y medios tecnológicos.**

## INSTANCIAS DE AYUDA:



-**Acércate a un profesor y explica con confianza lo que te aqueja: NINGUN PROBLEMA ES POCO IMPORTANTE..**  
-**PIE: Equipo de Programa de Convivencia Escolar**



**Acércate a un integrante de tu grupo familiar que sea confiable para ti y considera el apoyo que te ofrezcan en casa. LA CONFIANZA ES LO PRIMERO.**



**Fortalece tus amistades en torno al respeto, responsabilidad y confianza: ESCUCHARSE MUTUAMENTE RESULTA SER LA BASE DE UN BUEN APOYO.**

### REFERENCIAS:

