	ASOCIACIÓN GENERADORA DE BIENESTAR SHOW KIDS NIT: 83012219-6		
SHOW KIDS ASOCIACION GENERADORA DE BIENESTAR SHOW KIDS	DEPARTAMENTO PEDAGÓGICO PRIMERA INFANCIA FORMATO ACTA	CODIGO	P-PI-FT-003
		FECHA	15/11/16
		VERSIÓN	24/12/16
		PÁGINA	Página 1 de 4

FECHA:	31	07	2024
TEMA:	BIENESTAR Y SATISFACCION		
SUB TEMA:	EJERCICIOS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL, CELEBRACION CUMPLE AÑOS		
LUGAR:	JARDIN CARACOLI		
SEDE:	JARDIN CARACOLI		
RESPONSABLES:	RESPONSABLE DEL SERVICIO –		
POBLACION:	TALENTO HUMANO		
HORA INICIO:	4:30 pm		5:15 pm

OBJETIVO

Generar espacios de reflexión, con el talento humano, con el fin desarrollar habilidades para generar emociones positivas y así empatizar con otras personas, superar desafíos y aminorar conflictos

METODOLOGIA

Ejercicio de inteligencia emocional dinámica del espejo emocional

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo las 4:30 pm del día de hoy 31 de julio del 2024 la responsable del servicio junto con el talento humano se dirigen al salón de pre jardín A, para dar comienzo a la actividad de bienestar y satisfacción el cual se habló sobre los ejercicios d inteligencia emocional., en donde la responsable de servicio les informa la inteligencia emocional es uno de los constructos que mayor popularidad ha ganado , pues ha mostrado ser clave en el rendimiento laboral, educativo, y deportivo; y es esencial para el bienestar de las personas, su felicidad y su desarrollo personal, fundamentalmente, se trata del conjunto de nuestras habilidades mentales orientadas a identificar y regular nuestras emociones y sentimientos, así como de reconocerlos en otras personas para empatizar mejor, para conseguir una buena inteligencia emocional, es importante trabajar en cada una de estas habilidades.

Powered by CamScanner

La autoconciencia, es fundamental para reconocer nuestras acciones y cómo influyen en nuestras acciones y pensamientos.

La autorregulación nos permite mejorar nuestras emociones de manera efectiva y evitar comportamientos impulsivos.

La motivación nos ayuda a establecer metas y trabajar para alcanzarlas, incluso en momentos de adversidad.

La empatía nos permite entender las emociones de los demás y responder adecuadamente a ellas.

Habilidades sociales nos permiten interactuar con los demás de manera efectiva y construir relaciones saludables.

Continuando se realizó la dinámica del espejo emocional, en donde cada uno del personal del talento humano tomo un espejo de bolsillo y empezó a observarse, en el cual respondieron en silencio algunas preguntas como ¿Cómo me siento? ¿Cómo me estoy comunicando? ¿Me gustaría cambiar algo de mi vida? luego de que cada uno respondió internamente a las preguntas tomaron un hoja y empezaron a escribirse una carta así mismo, expresando lo que sienten y lo que quisieran mejorar en sus aspectos de vida, por último se realizó una mesa redonda en el cual expresaron lo que esta actividad significo para cada uno en donde expresaban

En ocasiones por el trabajo la familia y todo el estrés que con lleva un día nos olvidamos de decirnos cosas bonitas de prestarnos atención a nosotros mismos, de querernos, llegando a que nuestra auto estima re caiga.

Hablar de manera positiva es una habilidad que puede mejorar significativamente nuestra vida y nuestra forma de relacionarnos con los demás

Decir cosas bonitas tanto a nosotros como a los demás nos ayuda a ver el lado favorable de cada una de las personas, nos ayuda a comprender nuestra propia historia.

Para terminar se realizó la celebración de cumpleaños de Lorena rojas el cual se realizó un compartir.

Powered by CamScanner

	ASOCIACIÓN GENERADORA DE BIENESTAR SHOW KIDS NIT: 83012219-6		
ASOCIACION GENERADORA DE BIENESTAR SHOW KIDS	DEPARTAMENTO PEDAGÓGICO PRIMERA INFANCIA FORMATO ACTA	CODIGO	P-PI-FT-003
		FECHA	15/11/16
		VERSIÓN	24/12/16
		PÁGINA	Página 1 de 4

ASISTENTES:

No	Nombres y Apellidos	Cargo	Firma
1	Jocen Angulo Diaz	Responsable Servicio	
2	Lorena Ucral	Profesional A	
3	Maryla Cauca V.	Profesional A Atencion P. Infancia	
4	Sandra Gomez	Profesional en Atencion P. Infancia	
5	Daily Manjeda Marin	Profesional A Primera inf	
6	Mieth Tatiana Abril	Profesional A, Primera Infancia	
7	Maribeth Barba S.	Aux en Atencion P. Infancia	
8	Elsa Maria Joya A.	Profesional Atencion Primera Infancia	
9	HEIDY LORENA ROJAS	AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES	LORENA ROJAS
10	Ingrid Tatiana Rojas	Manipulador de Alimentos	Tatiana Rojas
11	Diana I. Martínez F.	Manipulador de Alimentos	Diana I. Martinez F.
12	Katerin Gamboa	Auxilia. de Serv. Gener. y Ll.	
13	Claudia Perez	Auxiliar de servicios generales	
14	Adriana Florez Galvis	Profesional Atencion Primera Infancia	
15	Angie Yulieth Arizas.	manipulador de Alimentos	Angie Yulieth Arizas.
16	Valentina Gomez M	Aux atencion Primera infancia	Valentina Gomez
17	Ana Rubiano	Aux Administrativa	
18			
19			
20			
21			
22			

Powered by CamScanner