ACTA N°

FECHA: Bogotá, 23 de octubre 2024

HORA: 2:00 pm a 4: 00 pm

LUGAR: JI. Cofinanciado Independencia

TEMA: Movilización Social: Gestión de Emociones

ASISTENTES:

Profesional en Nutrición
Psicóloga
Docente asignada al componente
Padres de Familia y/o cuidadores

ORDEN DEL DÍA:

Presentación / saludo inicial
Actividad 2 / entrega de escenarios
Lectura de escenarios
Participación de los padres de familia y/o cuidadores
Orientaciones

DESARROLLO:

Se da inicio a la segunda sesión de la movilización Social, referente a gestión de Emociones y vínculos afectivos, para esta actividad se brindaron diferentes escenarios plasmados en unas preguntas, con la finalidad de fortalecer la convivencia, educar en las emociones y crear estrategias que permitan la gestión adecuada de las mismas.

Iniciamos un acercamiento definiendo que es la gestión de emociones: la cual se define como la forma en que podemos ser mas conscientes de nuestras emociones, identificar lo que sentimos, aceptarlo y moderar la respuesta ante estas.

A continuación, algunas de las preguntas:

- Mientras los padres están conversando con otra persona, ya sea en casa o fuera de ella, el niño los interrumpe constantemente para pedir atención para hablar sin esperar su turno. ¿Usted qué haría?
- Su hijo está en el parque o en casa con amigos o con otros niños, su hijo no quiere seguir las reglas del juego se impacienta si pierde o intenta cambiar las reglas a su favor, lo que genera conflictos con otros niños. ¿Usted qué haría?
- Durante una actividad de juego, el niño se frustra por que algo no le sale bien o porque no puede ganar, y como respuesta, tira los juguetes al suelo o los lanza hacia los demás.

Algunas de las orientaciones que se brindaron en el encuentro se relacionan con los siguientes aspectos:

- Las emociones no son buenas ni malas, son solo emociones y cada una tiene un propósito.
- Afianzar el autoconocimiento emocional. Aprender a identificar las emociones que has sentido con mayor intensidad. Compartirlas en familia y reflexionar sobre la forma en las que se han externalizado es útil para aprender a gestionarlas.
- Los padres son los modeladores de las respuestas emocionales de sus hijos. Recordar que los niños están en una edad donde su aprendizaje es por imitación (aprendizaje vicario).
- Promover la comunicación asertiva: es importante enseñarles a los niños y niñas que podemos expresar nuestras diferencias con respeto. De ahí la importancia de saber comunicar lo que sentimos.
- Focalizar la atención en los pensamientos positivos. Validar acciones que cada uno realiza en beneficio de la convivencia familiar.

- Compartir tiempo de calidad con la finalidad de construir un vínculo afectivo, presencia plena, sin distracciones, interrupciones ni pantallas, dedicándoles toda la atención.

- Compartir con los niños /niñas mediante juegos, cuentos, actividades extracurriculares y objetos de aprendizaje. Elegir un día temático, como el “club de cine” o “día de piscina”.

- Brindar procesos de anticipación y planificar actividades a elección de la niña o niño.

- Adaptar los horarios laborales y la vida familiar.

- Preservar el tiempo de la cena en familia.

Es así como, los padres y/o acudientes, inician relatando situaciones de su cotidianidad. Una vez finalizada la actividad, se brinda un espacio para que los asistentes, opinen al respecto de la temática presentada, realicen sus preguntas y resuelvan sus inquietudes. Se les reitera el compromiso desde el área psicosocial para cualquier orientación.

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

CONVOCATORIA. Se propone una nueva reunión para el día

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Diana Katerin Daza Benavides	Psicóloga	Infancia SDIS	Diana K Daza Benavides

Anexos: fotografías

Elaboró: Diana K. Daza Benavides





Sede Principal: Carrera 7 # 32 -12 / Ciudadela San Martín
Secretaría Distrital de Integración Social
Teléfono: 3 27 97 97
Correo electrónico institucional: integracion@sdis.gov.co