Informe de actividades Plan de Intervenciones Colectivas PIC	
Municipio	Fosca Cundinamarca
Lugar	Escuela Vereda California
Fecha	07 de septiembre de 2025
Tema	Gestión de las emociones desde el rol del cuidador desde diferent actividades lúdicas, participativas, que les permita reflexionar en e reconocimiento de sus emociones básicas y como gestionar las propias como también la de sus hijos.
Entorno	Educativo
Objetivo	Brindar herramientas a padres de familia o cuidadores, sobre la importancia de identificar y reconocer sus emociones; realizando gestión adecuada de sus propias y las de sus hijos, promoviendo u ambiente familiar respetuoso y saludable.
RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos):	Jenniffer Andrea Rozo Barbosa
Número Documento de identidad del responsable de la actividad	1.007.184.905
Soporte listado de asistencia A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS – formato Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091.	

Desarrollo de la Actividad

1. **Descripción de la población asistente** Se realiza sesión educativa con padres de familia de la escuela CALIFORNIA de la Institución Educativa De Desarrollo rural que se encuentran en ciclo de vida juventud y adultez, se encuentran viviendo en rural disperso, ninguno se encuentra con en población de enfoque diferencial o discapacidad para un total de 15 participantes.

2. **Metodología de la actividad realizada** Para la sesión educativa se realiza en tres momentos importantes iniciando con la presentación de la ejecutora Jenniffer Rozo Enfermera de Entorno educativo luego la actividad Dar la bienvenida al grupo y explicar los objetivos de la sesión de forma sencilla y clara. Realizar una dinámica corta de integración para romper el hielo, “El lazarillo”. El facilitador solicita a los participantes grupo de dos personas, uno es el que guía lo toma de la mano, el otro va caminar con los ojos vendados, el facilitador va preguntando lo que siente los participantes, al llevar los ojos vendados, las emociones que

están sintiendo? Luego se realiza el intercambio entre los participantes en el juego de roles. Se realiza un espacio de reflexión como se sintieron los participantes y la importancia de adquirir nuevas herramientas en la educación a nivel emocional, gestión de sus emociones a nivel personal y en la educación de sus hijos.

2.1 Actividad lúdica de inicio

Actividad 1: Que son las emociones, reconocimiento. El facilitador: Realizar una lluvia de ideas entre los padres de familia o cuidadores, ¿preguntar que son las emociones y que tipo de emoción existen sí son buenas o malas?, permitir que participen y expresen, solicita a una persona que desee pasar y escriba con marcador en el pliego de papel o tablero las lluvias de ideas sobre las emociones y tipos de emociones que todos los participantes al taller refieran.

2.2 Explicación del tema

La educación emocional en padres y cuidadores se refiere al proceso de aprender a reconocer, comprender, expresar y regular las propias emociones, así como a ayudar a los niños a desarrollar estas habilidades. Su importancia radica en que sienta las bases para el bienestar emocional, el desarrollo social y el éxito académico de los niños. ¿Qué implica la educación emocional en padres y cuidadores?

• Conciencia emocional: Reconocer las propias emociones y las de los demás, incluyendo sus causas y efectos.

• Regulación emocional: Aprender a manejar las emociones de manera saludable, evitando reacciones impulsivas y encontrando estrategias para afrontar situaciones difíciles.

• Empatía: Comprender y compartir los sentimientos de los demás, fomentando relaciones interpersonales positivas.

• Habilidades sociales: Desarrollar competencias como la comunicación efectiva, la resolución de conflictos y la colaboración. Importancia de la educación emocional:

• Bienestar emocional: Permite a los niños construir una autoestima sólida, manejar el estrés y la ansiedad, y desarrollar una actitud positiva ante la vida.

• Desarrollo social: Facilita la creación de relaciones saludables, la resolución de conflictos de manera pacífica y la adaptación a diferentes contextos sociales.

• Éxito académico: Mejora la concentración, la motivación y la capacidad de aprendizaje de los niños.

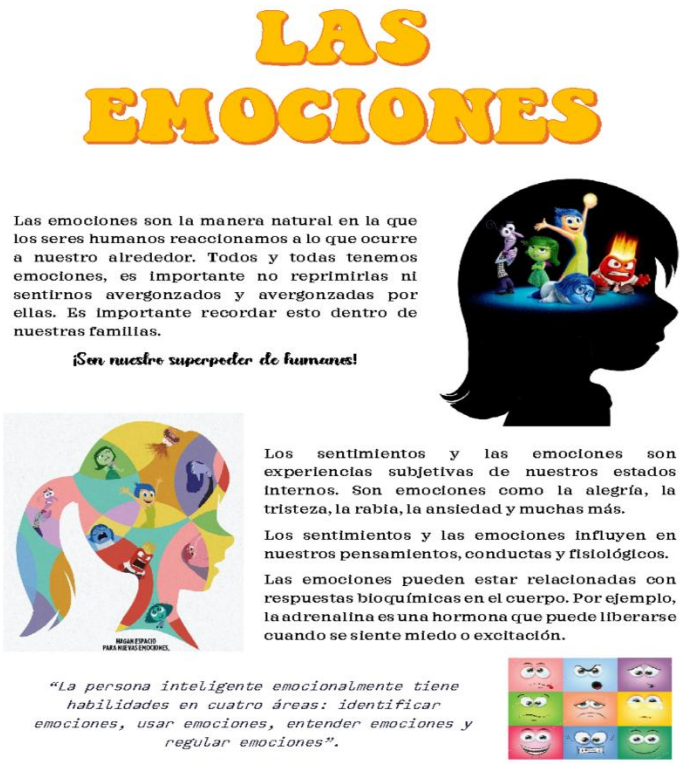
• Prevención de problemas: Reduce el riesgo de conductas problemáticas como el consumo de drogas, la violencia y el acoso escolar.

• Clima familiar positivo: Contribuye a una mejor comunicación, relaciones más cercanas y un ambiente familiar más armonioso. Rol de los padres y cuidadores:

• Modelado: Los padres y cuidadores son modelos para seguir para los niños, por lo que es fundamental que demuestren una adecuada gestión emocional.
• Enseñanza directa: Pueden enseñar a los niños estrategias para identificar, comprender y regular sus emociones a través de juegos, cuentos y conversaciones.
• Creación de un ambiente seguro: Es importante crear un espacio donde los niños se sientan cómodos para expresar sus emociones sin temor a ser juzgados.
• Apoyo y orientación: Los padres y cuidadores deben estar disponibles para escuchar, validar los sentimientos de los niños y ofrecerles apoyo emocional. En resumen, la educación emocional en padres y cuidadores es un factor clave para el desarrollo integral de los niños, promoviendo su bienestar emocional, social y académico.

En este sentido la inteligencia emocional nos ofrece herramientas en la gestión de emociones en su rol como cuidador, su principal autor y divulgador de la inteligencia emocional es Daniel Goleman. Si bien los psicólogos Peter Salovey y John Mayer fueron los primeros en definir y conceptualizar la inteligencia emocional, Goleman fue quien popularizó el concepto y lo desarrolló extensamente en su obra, especialmente en su libro "Inteligencia Emocional". Goleman considera que la inteligencia emocional es la capacidad de reconocer los sentimientos propios y ajenos, así como de manejar adecuadamente las relaciones interpersonales. En el contexto de padres y cuidadores, la inteligencia emocional es fundamental para:
• Comprender y gestionar las propias emociones: Los padres y cuidadores deben ser capaces de reconocer y manejar sus propias emociones para poder brindar un apoyo adecuado a los niños.
• Enseñar a los niños sobre las emociones: Los padres son los primeros modelos para seguir para sus hijos en cuanto a la gestión emocional.
• Fomentar un ambiente emocional positivo: Un entorno familiar donde se fomenta la comunicación abierta sobre las emociones y se promueve la empatía ayuda a los niños a desarrollar una inteligencia emocional saludable,
• Ayudar a los niños a identificar y manejar sus emociones: Los padres pueden ayudar a sus hijos a poner nombre a sus sentimientos, comprender por qué se sienten de cierta manera y desarrollar estrategias para manejar sus emociones de manera efectiva. En resumen, si bien la inteligencia emocional tiene sus raíces en la investigación de Salovey y Mayer, Daniel Goleman es la figura más reconocida por su trabajo en la popularización y aplicación del concepto en diversos ámbitos, incluyendo la crianza y el cuidado de los niños.

2.3 Descripción del material didáctico utilizado: se realiza la presentación por medio de diapositivas con el fin de brindar una facilidad a los integrantes en la comprensión de la información.



2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.
Los participantes no refieren ninguna pregunta frente a el tema.

3. Conclusiones y recomendaciones

La gestión de las emociones en el cuidado de los niños es fundamental para su desarrollo integral, ya que les permite reconocer, expresar y regular lo que sienten de manera saludable. Cuando los cuidadores acompañan con empatía y orientación, los niños aprenden a manejar la frustración, la tristeza, la alegría o el enojo sin que estas emociones afecten negativamente sus relaciones o su bienestar. Promover la inteligencia emocional desde la infancia fortalece la autoestima, la comunicación y la capacidad de resolver conflictos, contribuyendo a formar niños más seguros, resilientes y con habilidades para construir vínculos sanos a lo largo de su vida.

4. Registro fotográfico

Gobernación de Cundinamarca	**PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD** **GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA**	**Código: M-PDS-GSP-FR-029**
		Versión: 02
	Información de Actividades PIC	**Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025.**

Gobernación de Cundinamarca	**PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD** **GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA**	**Código: M-PDS-GSP-FR-029**
		Versión: 02
	Información de Actividades PIC	**Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025.**