FECHA:	08	05	2026
TEMA:	JORNADA LIBERADA		
SUB TEMA:	CONSOLIDANDO EL EQUIPO DE TRABAJO DESDE UNA COMUNICACIÓN ASERTIVA, RESPETUOSA		
LUGAR:	JARDIN MANANTIAL		
SEDE:	JARDIN MANANTIAL		
RESPONSABLES:	RESPONSABLE DEL SERVICIO		
POBLACION:	PROFESIONAL EN ATENCIÓN A LA PRIMERA INFANCIA		
HORA INICIO:	2:00 PM	HORA FIN:	5:00 PM

OBJETIVO

Identificar los aprendizajes, logros y dificultades que ha experimentado el equipo frente a los compromisos establecidos durante la jornada liberada de marzo, con el propósito de fortalecer la comunicación diaria, la confianza y los espacios de encuentro entre las y los profesionales.

METODOLOGIA

Se realizó la jornada liberada con el equipo de talento humano, dando inicio con la proyección de un video reflexivo que permitió generar un espacio de diálogo alrededor de diferentes preguntas, favoreciendo el intercambio de ideas y la construcción colectiva de dos compromisos para próximos encuentros.

Posteriormente, cada participante elaboró su cartografía de las emociones, compartiéndola con el grupo para reconocer experiencias y sentimientos presentes

Powered by CamScanner

en su cotidianidad laboral. Más adelante, se construyó un mural colectivo en el que se identificaron emociones y sensaciones frecuentes dentro del trabajo, así como situaciones que influyen en la comunicación entre el personal.

Además, cada integrante realizó un ejercicio de autoobservación consciente y, posteriormente, una actividad enfocada en la atención a la respiración, contribuyendo al manejo de tensiones y al bienestar emocional. Finalmente, se generó un espacio de reflexión libre sobre los aprendizajes y experiencias vividas durante la jornada, permitiendo la construcción de compromisos tanto individuales como grupales.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo las 2:00 pm del día de hoy 08 de mayo del 2026 se da inicio con el desarrollo de la agenda liberada, dirigida por la responsable del servicio, en el cual realiza un saludo caluroso, al equipo docente del jardín, así mismo empieza a socializar y ejecutar la agenda liberada.

MOMENTO DE CONECTAR: Nos reunimos como equipo docente en un espacio tranquilo, cómodo y libre de interrupciones, favoreciendo la cercanía, la escucha activa y el diálogo respetuoso entre todas. Como inicio de la jornada, realizamos una breve contextualización sobre la importancia de fortalecer la comunicación, el buen trato y el trabajo en equipo dentro del jardín infantil, reconociendo que estos aspectos contribuyen al bienestar emocional y laboral de todas las personas que hacen parte de la unidad operativa.

Powered by CamScanner

¿Qué compromisos continúan pendientes y qué necesitamos como equipo para poder cumplirlos?

Consideramos que algunos compromisos aún continúan en proceso, especialmente aquellos relacionados con la escucha activa, el manejo de las emociones y la comunicación asertiva en momentos de tensión. Como equipo, necesitamos continuar fortaleciendo los espacios de diálogo, confianza y comprensión mutua para poder cumplirlos de manera constante.

¿Qué situaciones han dificultado mantener esos compromisos en la cotidianidad?

Entre las situaciones que han dificultado mantener algunos compromisos se encuentran el cansancio, las múltiples responsabilidades diarias, el manejo de emociones en momentos de estrés y la falta de tiempo para dialogar con mayor tranquilidad frente a algunas situaciones que se presentan en la cotidianidad.

MOMENTO DE EXPLORAR Y DESCUBRIR: Nos reunimos como equipo docente en un espacio tranquilo y acogedor que favoreció la confianza, el respeto y la escucha mutua. Como inicio de la actividad, reflexionamos sobre la importancia de reconocer nuestras emociones y comprender cómo estas influyen en la manera en que nos comunicamos, trabajamos y nos relacionamos con las demás dentro del jardín infantil.

Posteriormente, cada una realizó la cartografía de las emociones, dibujando la silueta de su cuerpo e identificando, a través de colores, palabras y símbolos, aquellas emociones, tensiones y sensaciones que han estado presentes en la cotidianidad laboral. Durante el ejercicio, reconocimos que muchas emociones se

Powered by CamScanner

Posteriormente, observamos el video reflexionando acerca de los mensajes relacionados con la colaboración, la iniciativa individual, la empatía y el compromiso colectivo frente a las necesidades de los demás.

Al finalizar el video, abrimos un espacio de conversación en el que, como docentes, compartimos nuestras opiniones, experiencias y percepciones frente a los compromisos construidos durante la jornada liberada del mes de marzo. Entre todas realizamos un balance sobre aquellas acciones que hemos logrado incorporar en la cotidianidad del jardín infantil, identificando avances, aprendizajes y situaciones que aún requieren fortalecerse.

Para orientar el diálogo, retomamos algunas preguntas reflexivas:

¿Cómo hemos hecho visibles los compromisos construidos durante la jornada de marzo?
Como equipo hemos hecho visibles los compromisos construidos durante la jornada de marzo por medio de una comunicación más respetuosa, el apoyo entre compañeras y la disposición para escuchar y colaborar en las diferentes actividades del jardín infantil.

¿Qué acciones han fortalecido una comunicación más cercana, respetuosa y colaborativa entre nosotras?
Algunas acciones que han fortalecido la comunicación han sido el diálogo oportuno, el respeto por las opiniones de las demás, el trabajo colaborativo y la búsqueda de acuerdos para resolver situaciones cotidianas de manera más tranquila y empática.

Powered by CamScanner

reflejan no solo en las palabras, sino también en los gestos, silencios, actitudes y reacciones corporales que surgen en diferentes situaciones del día a día.

A medida que desarrollábamos la actividad, reflexionamos sobre diferentes preguntas que permitieron profundizar en el reconocimiento emocional y personal:

- Durante este tiempo, emociones como el cansancio, la alegría, la preocupación, la empatía y el estrés han estado presentes en nuestra cotidianidad laboral.
- Identificamos que muchas de estas emociones se reflejan principalmente en el cuerpo a través de tensiones, agotamiento físico, dolor de cabeza, respiración acelerada o sensación de tranquilidad y bienestar en determinados momentos.
- Reconocimos que las emociones influyen directamente en nuestra manera de comunicarnos, escuchar y reaccionar frente a las demás personas, ya que en ocasiones el estrés o el cansancio pueden generar respuestas impulsivas o dificultades en la comunicación.
- También identificamos que emociones como la empatía, la tranquilidad, el respeto y la disposición al diálogo favorecen una comunicación más cercana y colaborativa dentro del equipo, mientras que el enojo, la frustración y el agotamiento pueden dificultarla.
- Finalmente, comprendimos la importancia de cuidar nuestras emociones, practicar la escucha activa y fortalecer el respeto y la paciencia para comunicarnos de una manera más consciente y asertiva con las demás compañeras.

Al finalizar el trabajo individual, algunas docentes compartimos de manera voluntaria nuestras reflexiones y experiencias, generando un espacio de empatía,

Powered by CamScanner

reconocimiento y escucha respetuosa entre todas. Como cierre, reflexionamos sobre la importancia de reconocer nuestras emociones no para quedarnos en ellas, sino para comprender cómo influyen en nuestras relaciones y fortalecer así una convivencia más armónica y consciente dentro del equipo docente.

MOMENTO DE CREAR Y TRANSFORMAR: Como equipo docente, construimos un mural colectivo a partir de las reflexiones y producciones realizadas en la cartografía de las emociones, permitiendo visibilizar aquellas emociones, tensiones, necesidades y experiencias que se presentan de manera compartida en nuestra cotidianidad laboral. A través de palabras, dibujos y frases, reconocimos que muchas situaciones son vividas de forma similar por varias compañeras y que es importante expresarlas para comprendernos y acompañarnos mejor como equipo.

Posteriormente, observamos el mural de manera conjunta e identificamos algunas emociones y sensaciones que aparecen con mayor frecuencia dentro de la dinámica laboral, como el cansancio, el estrés, la preocupación, la alegría, la empatía y el compromiso con el trabajo realizado en el jardín infantil. También reconocimos que situaciones como la sobrecarga de actividades, los malos entendidos, la falta de comunicación o el manejo inadecuado de las emociones pueden afectar la convivencia y la interacción entre compañeras.

Asimismo, logramos identificar diferentes recursos y prácticas que ayudan a gestionar mejor las emociones, como el diálogo respetuoso, la escucha activa, el apoyo entre compañeras, la empatía, los espacios de conversación y las pausas para respirar y reflexionar antes de reaccionar frente a determinadas situaciones.

Durante este momento también reflexionamos sobre la importancia de la autoobservación consciente, reconociendo cómo nuestras emociones influyen en la manera en que nos comunicamos con las demás personas. Frente a esto,

Powered by CamScanner

formas de comunicarnos influyen en la convivencia y el trabajo cotidiano dentro del jardín infantil.

Posteriormente, cada una tuvo la oportunidad de expresar libremente aquello que se llevaba de la jornada, reconociendo aspectos personales y colectivos que fortalecen o dificultan la comunicación entre compañeras. A través del diálogo y la escucha respetuosa, compartimos sentimientos, reflexiones y aprendizajes relacionados con el manejo emocional, el trabajo en equipo y la importancia del buen trato dentro de la unidad operativa.

Durante este espacio reflexionamos sobre diferentes preguntas orientadoras:

- Esta jornada nos permitió reconocer la importancia de escuchar con mayor atención, comunicarnos de manera más respetuosa y comprender cómo nuestras emociones influyen en las relaciones con las demás compañeras.
- Identificamos la necesidad de fortalecer aspectos como la paciencia, la empatía, la escucha activa y el manejo adecuado de las emociones para contribuir a un ambiente laboral más tranquilo y armonioso.
- Como equipo, reconocimos que uno de los principales retos continúa siendo el manejo del estrés, las tensiones cotidianas y la comunicación en momentos difíciles o de desacuerdo.
- También comprendimos la importancia de construir acuerdos sencillos que permitan fortalecer la convivencia, el respeto y el trabajo colaborativo dentro del jardín infantil.

Como resultado de este espacio, construimos compromisos individuales y colectivos orientados al fortalecimiento de la comunicación y el buen trato:

Compromisos individuales:

Powered by CamScanner

compartimos algunas experiencias relacionadas con situaciones recientes en las que el cansancio, la frustración o el estrés generaron reacciones impulsivas o dificultades en la comunicación, comprendiendo la importancia de identificar las señales corporales y emocionales antes de actuar.

Posteriormente, realizamos un ejercicio de respiración consciente, favoreciendo un momento de calma, relajación y conexión personal. Esta actividad permitió disminuir tensiones y reconocer la respiración como una herramienta útil para responder de manera más tranquila y consciente frente a situaciones difíciles.

Como cierre de la actividad, construimos colectivamente algunas acciones concretas para fortalecer la comunicación y el bienestar dentro del equipo docente, entre ellas:

- Escuchar con mayor atención y respeto las opiniones de las demás compañeras.
- Dialogar de manera tranquila antes de reaccionar impulsivamente frente a una situación.
- Fortalecer la empatía y el apoyo mutuo dentro de la jornada laboral.
- Reconocer y expresar las emociones de manera asertiva y respetuosa.
- Buscar espacios de diálogo y reflexión que permitan mejorar la convivencia y el trabajo en equipo.

MOMENTO DE REFLEXIONAR Y PROYECTAR: Como cierre de la jornada, nos reunimos en un espacio tranquilo y de confianza que permitió reconocer la importancia del encuentro, la escucha y el compartir de experiencias dentro del equipo docente. Este momento favoreció la reflexión sobre los aprendizajes construidos durante la actividad y sobre la manera en que nuestras emociones y

Powered by CamScanner

- Escuchar con mayor atención antes de reaccionar frente a una situación.
- Expresar las emociones de manera más tranquila y respetuosa.
- Fortalecer la empatía y el respeto hacia las compañeras.
- Buscar estrategias personales para manejar el estrés y las tensiones cotidianas.

Compromisos colectivos:

- Mantener espacios de diálogo respetuoso y escucha activa entre el equipo docente.
- Fortalecer el apoyo mutuo y el trabajo colaborativo en las actividades diarias.
- Promover ambientes basados en el respeto, la empatía y el buen trato.
- Realizar pequeños espacios de pausa, respiración o reflexión que favorezcan el bienestar emocional del equipo.



Powered by CamScanner

	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

NOMBRES Y APELLIDOS	CARGO	FIRMA
Lucero Angulo	RESPONSABLE DEL SERVICIO	
Ana Robayno	AUXILIAR ADMINISTRATIVO	
Vanessa Barnes Castillo	P. ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA	
Cindy Mayelly Gonzalez	P. ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA	
Adriana Beltran	P. ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA	
Alejandra Bravo	P. ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA	
Karen Perea	P. ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA	Karen P
Natalia Gonzalez	P. ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA	
Dayana Larrotta	P. ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA	Dayana L.
Monica Lozano Castillo	A. ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA	
Yeidy Jhoana Barrera	A. ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA	Yeidy B
Estefany Blanco Herrera	PERSONAL ASEO E HIGIENE	Estefany
Ruth Hernandez	PERSONAL ASEO E HIGIENE	RHdz
Shirley Vanessa Nieto	PERSONAL ASEO E HIGIENE	
Ingrid Tatiana Rojas	PERSONAL DE ALIMENTOS	Tatiana R
Wilson Jhoana Palacios	PERSONAL DE ALIMENTOS	Wilson P. P.
Sandra Jhohana P.	PERSONAL DE ALIMENTOS	Sandra P.

Powered by CamScanner