ACTA DE REUNIÓN

Fecha y Hora de la Reunión	11 de junio del 2026	Hora de Inicio:	Hora de Finalización:
		12:20 pm	1:20 pm
Lugar de la Reunión	Colegio Instituto técnico industrial Piloto Curso 803 J.T	Tipo Reunión	Virtual ☐
			Presencial ☐ X

OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN

Fortalecer la capacidad de autopercepción y regulación emocional de los participantes, permitiéndoles identificar sus propios detonantes y patrones de reacción ante el conflicto, con el fin de fomentar respuestas conscientes que preserven la integridad propia y el bienestar de la comunidad educativa

TEMA(S) TRATADO(S) (ORDEN DEL DÍA)

1. Bienvenida al espacio
2. Descripción de la actividad
3. Desarrollo de la metodología
4. Cierre reflexivo
5. Entrega de refrigerio
6. Cierre del espacio y agradecimientos

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

SESIÓN 3

Momento 1 (15 min)

La sesión inició con la bienvenida a las y los participantes, generando un espacio de escucha y confianza donde cada estudiante tuvo la oportunidad de expresar cómo se sentía y con qué disposición llegaba al encuentro. A través de preguntas orientadoras relacionadas con las emociones y el estado de ánimo, el equipo facilitador promueve la identificación y verbalización de sentimientos, fortaleciendo la participación y el reconocimiento emocional dentro del grupo. Este primer espacio permitió visibilizar diferentes estados emocionales presentes en los participantes y crear un ambiente seguro para compartir experiencias personales desde el respeto y la empatía.

Posteriormente, se desarrolló la actividad rompehielos denominada “El contagio de la carcajada”, en la cual las y los participantes interactuaron en parejas mediante la risa guiada

Carrera 4 No. 2-37 Gachalá, Cundinamarca
316 674 4013
gerencia@econprovyj.com

y exagerada, favoreciendo la liberación de tensiones y el fortalecimiento de la conexión grupal. A medida que la actividad avanzaba, se promovió la reflexión sobre las emociones y sensaciones corporales generadas durante el ejercicio, permitiendo reconocer cómo las emociones pueden influir en el cuerpo y en las relaciones con los demás. Finalmente, el equipo facilitador orientó una breve respiración consciente que ayudó a centrar al grupo y preparar a los participantes para el desarrollo de la sesión.

ANÁLISIS DEL MOMENTO:

El grupo se encuentra con buena disposición para el desarrollo de la sesión 3, se hace un preámbulo de las emociones, orientada por un “tingo tingo tango”, donde se creó un espacio seguro de confianza, expresaron cómo se sentían y la disposición con la que estaban para participar en la actividad.

Se logra consolidar los estados de ánimo, manifiestan:

Esperar la sesión con entusiasmo.
Descansar de la clase que iban a tener.
Estas sesiones los oxigenan de la rutina escolar.
con motivación esperan el buen refrigerio brindado.
Es un grupo con mucha energía en la mayoría de integrantes y activos

Al realizar el ejercicio de rompehielos, contagio de carcajadas “por medio de risas fingidas y exageradas por parejas, se logra liberar tensiones y suavizar las barreras de participación activa, promoviendo una mayor conexión grupal ya que por el número grande de estudiantes, se distraen fácilmente.

Por otro lado, se observa durante este momento inicial, la dinámica de intervenciones sin el uso de la palabra, observando avance en este punto a trabajar continuamente.
Se recogieron expresiones como:

Estoy poniendo atención.
Me gustan estos talleres, porque nos escuchan.
Estoy feliz de ver a Pilotico
Las manualidades liberan estrés
Pintar nos relaja
Estos talleres nos han ayudado a no hablar tanto en clase
Estos talleres nos permitieron darnos cuenta que las groserías son costumbres que se comen malos hábitos que nos enmarcan con una mala imagen ante los adultos y que muestran ante los compañeros rudeza,

Carrera 4 No. 2-37 Gachalá, Cundinamarca
316 674 4013
gerencia@econprovyj.com

Se evidencia con el desarrollo del momento, claridad al compartir las emociones al grupo, acompañados de sonrisas, Necesidad de continuar reforzando en la escucha activa y el respeto por la palabra. De igual manera al avanzar la actividad se va promoviendo el uso del tótem y se van apropiando del círculo, escuchando un poco más con confianza, refiriendo:

Conocieron más sobre sus compañeros y sentires, emociones
Se modero la burla a los demás
Les permitió romper barreras de timidez.
Les gustó el tótem de la palabra y los motivaba a participar.
Comparten emociones en común, en el grupo.

En conclusión, este momento permitió la integración del grupo, sin embargo, se requiere continuar fortaleciendo la escucha activa, el respeto y la confianza.
resaltando que como individuo podemos influir en el grupo con nuestras emociones negativamente o positivamente.

Momento 2 (30 min)

En el segundo momento de la sesión, el equipo facilitador realizó una explicación sobre la importancia de la gestión emocional dentro de la convivencia escolar, destacando que las emociones forman parte de la vida cotidiana y que aprender a identificarlas y regularlas permite prevenir conflictos y fortalecer las relaciones interpersonales. Asimismo, se abordaron conceptos relacionados con la autoconciencia, la autorregulación y la empatía, explicando cómo estas habilidades contribuyen a responder de manera consciente frente a situaciones de tensión o desacuerdo. Durante este espacio se habló del "animómetro" como herramienta para reconocer diferentes emociones según su intensidad y nivel de energía.

Posteriormente, se desarrolló la actividad central denominada "El ojo de dios", en la cual las y los participantes elaboraron un objeto simbólico relacionado con la observación consciente, la calma y la gestión emocional. Mientras realizaban el ejercicio manual, el equipo facilitador promueve reflexiones relacionadas con las emociones, las situaciones que generan malestar y las formas adecuadas de afrontar los conflictos. Esta actividad permitió fortalecer la concentración, la creatividad y la introspección, favoreciendo la apropiación simbólica de herramientas de autorregulación emocional. Finalmente, algunos participantes compartieron sus experiencias y sentires frente al proceso de elaboración de sus creaciones y la relación de estas con las emociones trabajadas durante la sesión.

ANÁLISIS DEL MOMENTO:

Carrera 4 No. 2-37 Gachalá, Cundinamarca
316 674 4013
gerencia@econprovyj.com

El grupo es receptivo al segundo momento, con el desarrollo de la temática de la gestión emocional, su importancia en la convivencia escolar y el diario vivir, al afrontar los inconvenientes en la vida, los estudiantes identifican:

El enojo como la emoción que generan problemas.
No calmarse al estar molestos, dicen groserías.

La rabia hace gritar, ofender, tratar mal a la familia y poner apodos.
No hacer lo que ellos quieran, les da rabia y no quieren tener amigos, cogen rencor.
Con rabia se rompe cosas, se dicen cosas feas sobre el físico y discapacidades.

Se promueve un espacio de autorreflexión frente a la empatía, autoconciencia y solidaridad por el otro, y autorregulación emocional, con ejercicios de respiración, para obtener un estado de calma y serenidad, para reaccionar de mejor manera frente al conflicto. De igual manera con el anemómetro, los estudiantes entienden la intensidad de las emociones y los diferentes niveles que hay que regular.
.
Al realizar el ejercicio del ojo de Dios, como objeto simbólico que inicia llenando nuestra mochila de herramientas para restaurar y prevenir conflictos, como representación de la calma al construirlo, se logra establecer las siguientes reflexiones emocionales de los integrantes:

Al no hacerlo bien y rápido, les da rabia, renunciando a la construcción del objeto.
Se enojan por no quedarles bonitos, por no hacerlo como otros.
Les da pereza hacerlo.
Se retan hasta que logren hacerlo, por generar competencia entre compañeros.
Por estar en la indisciplina no saben cómo hacerlo

Al recolectar esta información, se crea un espacio de reflexión, sobre la autorregulación de las emociones, en este caso la impotencia, frustración y rabia, al hacer el objeto. De igual manera, la perseverancia y confianza en sí mismos.
Se promueve la colaboración, solidaridad y trabajo en equipo para sacar ciertos ojos de Dios.
Se comprende que no todos tienen las mismas habilidades.
La pereza limita hacer cosas y confiar que si se puede.

Se evidencia con el desarrollo del momento, concentración, creatividad y perseverancia, logrando en su mayoría terminar con el ojo de Dios, incluyendo los estudiantes con discapacidad.
Se sugiere continuar reforzando en la escucha activa y el respeto por la palabra. De igual manera al avanzar la actividad se va promoviendo el uso del tótem y se van apropiando del

Carrera 4 No. 2-37 Gachalá, Cundinamarca
316 674 4013
gerencia@econprovyj.com

círculo, escuchando un poco más con confianza, reconociendo al otro con mayor seguridad de compartir como grupo, sin evidenciar conflictos entre ellos.

Les gustó el tótem de la palabra y los motivaba a participar.

Se hace una retroalimentación frente a las emociones de cómo gestionarlas, y ellos refieren que regulan el enojo como principal emoción identificada de causa de conflictos por medio:

Llorar la calma al estar bravos
Jugar videojuegos
Escuchar música
Jugar futbol
Ignoran las personas o se alejan
Mirar redes
Participar en comunidades virtuales
Hacer curtir

Construyendo desde el grupo como prevenir y restaurar conflictos, siempre direccionado a la convivencia sana, basada en el dialogo pacifico. Además, se realiza el ojo de Dios, como símbolo de calma, identificando las causas de molestia al interior del grupo y las posibles soluciones.
Al inicio se dificulto mucho, les costó al grupo seguir instrucciones, concentrarse en la elaboración y tener paciencia para aprender, de igual manera fue gratificante porque lograron hacerlo todos, manifestando agrado por la actividad.

Momento 3 (15 min)

Para finalizar la sesión, el equipo facilitador entregó a las y los participantes una hoja y un lápiz, invitándolos a representar mediante un garabato una situación que les generara emociones como rabia, tristeza, frustración o tensión. Este ejercicio permitió exteriorizar simbólicamente emociones y experiencias difíciles, facilitando procesos de identificación y reconocimiento emocional. Posteriormente, mediante ejercicios de respiración y reflexión guiada, se invitó a los participantes a difuminar el dibujo realizado como representación simbólica de la autorregulación y la capacidad de transformar las emociones sin reaccionar impulsivamente.

A través de esta actividad, las y los participantes reflexionaron sobre la diferencia entre reaccionar de manera impulsiva y responder de forma consciente frente a los conflictos. Asimismo, el equipo facilitador resaltó la importancia de gestionar las emociones como una herramienta para fortalecer la convivencia y prevenir situaciones de violencia dentro del entorno escolar. Finalmente, las hojas fueron ubicadas alrededor del tapete restaurativo como un acto simbólico de reconocimiento y transformación emocional, cerrando la sesión

Carrera 4 No. 2-37 Gachalá, Cundinamarca
316 674 4013
gerencia@econprovyj.com

con una reflexión colectiva sobre la importancia de cuidar la salud emocional propia y la de los demás dentro de la comunidad educativa.

ANÁLISIS DEL MOMENTO:

Se realiza la actividad de pintar un garabato en una hoja para expresar las emociones difíciles, lo cual los estudiantes se motivan hacerlo, al direccionar que deben difuminar el garabato con los dedos, realizado con lápiz, entienden que se puede reaccionar un impulso sino de manera consciente, destacando la importancia de poder gestionar las emociones para evitar violencias y así cuidar la salud emocional y mental.
Con el ejercicio de la respiración se fortalece la regulación para tener calma para afrontar los conflictos

Se logra consolidar las emociones difíciles con garabatos sin figura, ni colores. manifestados en algunos de ellos:

La pereza al hacer oficio y tareas
Rabia porque le quita el celular
rabia a unas clases que no les gusta tener
rabia al padrastro
enojo al madrugar

Por ser un grupo grande e indisciplinado y el poco tiempo de la sesión no es posible tomar algunos registros fotográficos de algunas actividades.

Se evidencia con el desarrollo del momento, claridad al compartir las emociones al grupo, necesidad de continuar reforzando en la escucha activa y el respeto por la palabra. De igual manera al avanzar la actividad se va promoviendo el uso del tótem y se van apropiando del círculo, escuchando un poco más con confianza, reconociendo:

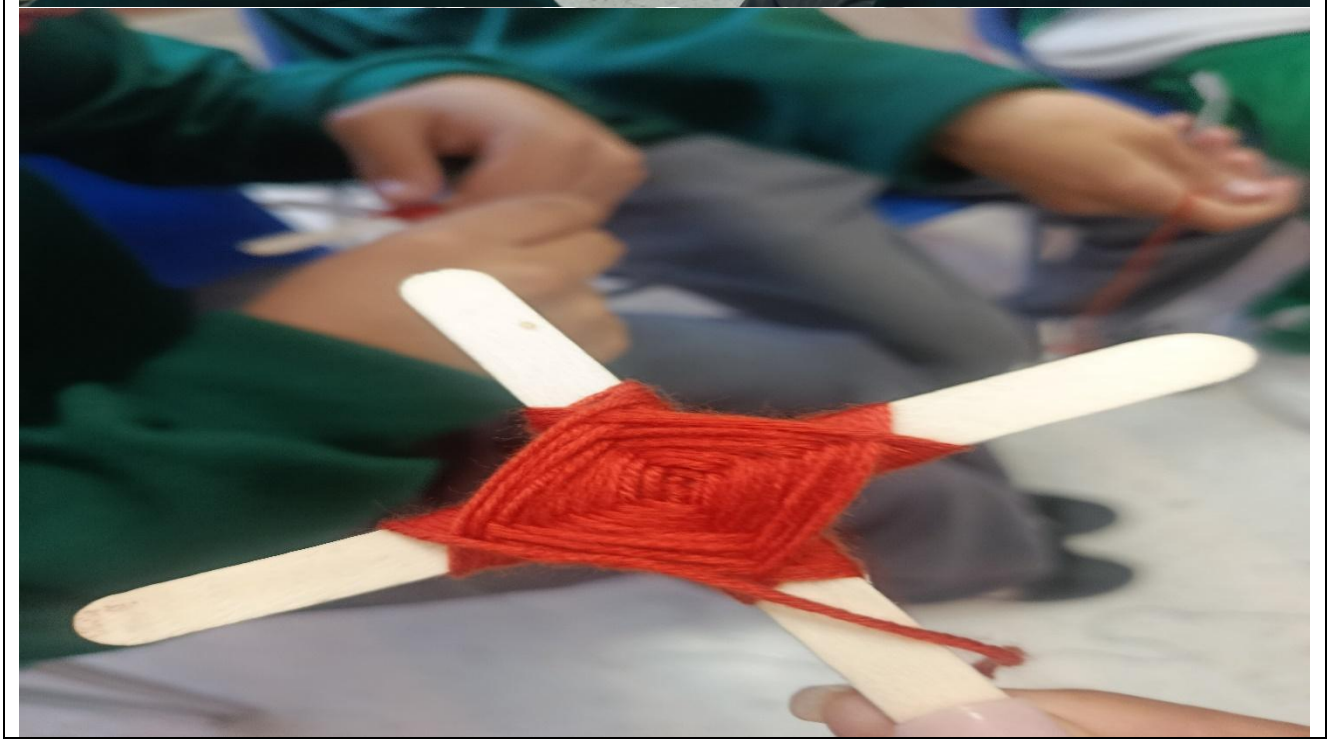
Conocieron más sobre sus compañeros y sentires, emociones
Les permitió romper barreras de timidez.
Les gustó el tótem de la palabra y los motivaba a participar.
Comparten emociones en común, en el grupo.

Los estudiantes fueron muy participativos, al plasmar sus emociones en el papel y compartirlas con los demás compañeros, destacando la manera correcta de reaccionar pacíficamente y aceptando la carencia de gestión emocional, frente a un conflicto, con la técnica del STOP.

Carrera 4 No. 2-37 Gachalá, Cundinamarca
316 674 4013
gerencia@econprovyj.com

REGISTRO FOTOGRAFICO:



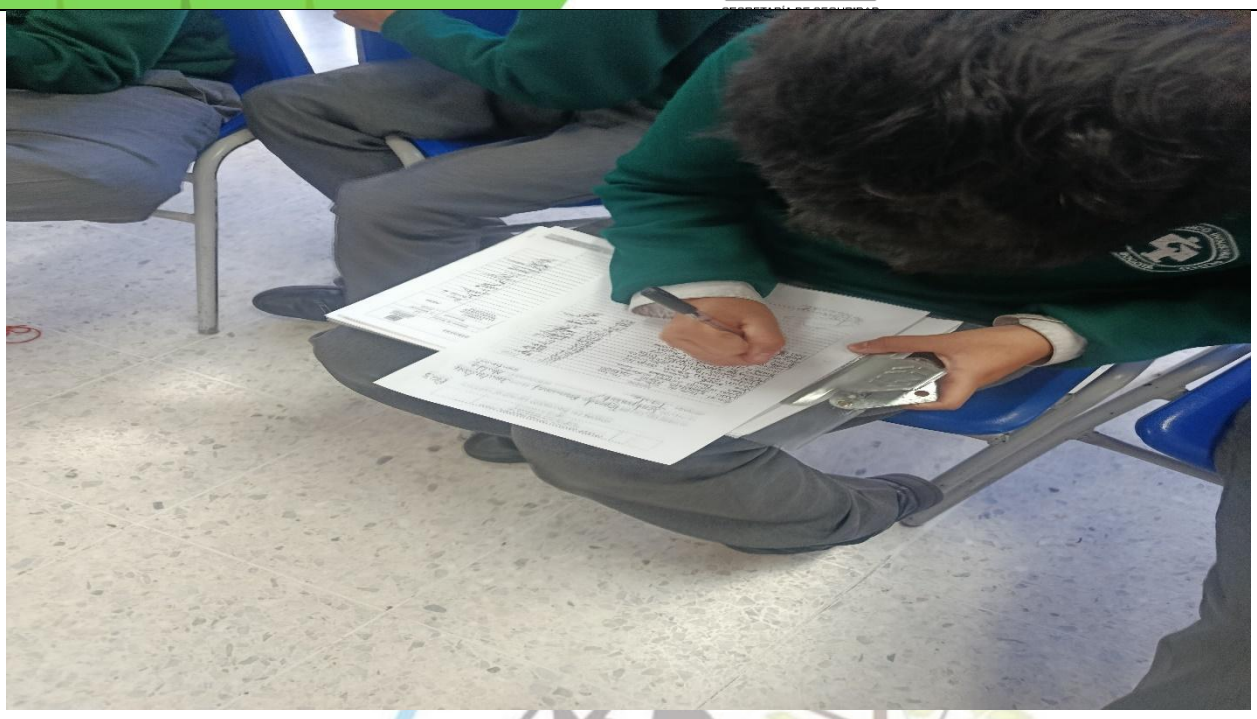


Carrera 4 No. 2-37 Gachalá, Cundinamarca
316 674 4013
gerencia@econprovyj.com





Carrera 4 No. 2-37 Gachalá, Cundinamarca
316 674 4013
gerencia@econprovyj.com





Carrera 4 No. 2-37 Gachalá, Cundinamarca
316 674 4013
gerencia@econprovyj.com





CONCLUSIONES

El ambiente del grupo mejoro en esta sesión, con buena disposición al desarrollo , mostrando participación activa, motivación en la temática y construcción en su diario vivir al

Carrera 4 No. 2-37 Gachalá, Cundinamarca
316 674 4013
gerencia@econprovyj.com

interior del grupo, logrando el reconocimiento de los integrantes, la expresión emocional de cada uno de ellos y como las gestionan, para una convivencia sana.

Se fortalecen los temas desarrollados en las sesiones anteriores, evidenciando mayor respeto a la palabra, a la opinión y a las diferencias, recordando los compromisos realizados.

Se logra realizar el ojo de Dios como autorregulador emocional, que fortaleció la paciencia, el respeto por el sentir del otro, con ello la solidaridad y la colaboración entre ellos. Destacando al monitor, quien fue el primero en realzarlo y servir como apoyo para los demás, esta actividad los tuvo obedientes, atentos y disciplinados.

Por otra parte, hubo dos estudiantes que se negaron hacer el ojo de Dios, por ser cristianos. Se logra consolidar la expresión emocional con respeto, como parte de restaurar por medio del diálogo las relaciones sociales.

El espacio facilitó el desarrollo de la sesión y se destacó la importancia del continuo fortalecimiento de habilidades socioemocionales, como herramienta fundamental en la convivencia escolar.
Se promovió un espacio de reflexión y autoconocimiento como posibles multiplicadores de corresponsabilidad emocional, como base de la restauración de incomodidades y malestares con los compañeros.
Por otra parte, se fortalecieron las herramientas de gestión emocional en el grupo, como parte fundamental en las relaciones del diario vivir. Con la realización del ojo de Dios, se motivaron a la calma y tolerancia, respetando a los demás.

Por otra parte, al momento de hacer los listados, algunos estudiantes no conocían su tipo ni número de identificación, por esta razón algunos espacios quedaron en blanco y otros fueron diligenciados por la profesional, de acuerdo a los listados proporcionados por el docente a cargo.

COMPROMISOS			
COMPROMISO	RESPONSABLE	FECHA DE ENTREGA	RESPONSABLE SEGUIMIENTO
Realizar la sesión 4 de acuerdo a metodología	Mery Jane Segura Martinez	Permanente	Carolina Pinzon

Carrera 4 No. 2-37 Gachalá, Cundinamarca
316 674 4013
gerencia@econprovyj.com

PARTICIPANTES DE LA REUNIÓN				
N°	Nombre	Dependencia / Entidad	E-mail	Firma

Carrera 4 No. 2-37 Gachalá, Cundinamarca
316 674 4013
gerencia@econprovyj.com