

"Emociones... las vivimos todos los días. La diferencia está en aprender a comprenderlas, expresarlas y convertirlas en nuestra mayor fortaleza."



BIENVENIDOS

Queridas familias y queridos estudiantes:

Dando continuidad al proceso formativo que nuestra institución ha venido consolidando, desde la Cátedra Socioemocional seguirá promoviendo el desarrollo de competencias esenciales para la vida, fortaleciendo:

El autoconocimiento.

La autorregulación emocional.

Las relaciones interpersonales saludables.

La resolución pacífica de conflictos.

El bienestar integral.

El respeto.

La empatía.

Reconocimiento de sus emociones .

¡PORQUE EL ÉXITO COMIENZA CON EL BIENESTAR EMOCIONAL!



¡BIENVENIDOS!

Iniciemos este viaje con:



Mente abierta



Corazón dispuesto



Trabajo en equipo

Donde aprenderemos que:



Sentir está bien.



Acompañarnos nos hace mejores.



Comprendernos nos fortalece.

**“PORQUE CADA EMOCIÓN COMPRENDIDA ES UNA OPORTUNIDAD PARA
CRECER”**

¿Por qué nace la Cátedra Emocional?

**Porque aprender no solo significa adquirir conocimientos.
También implica aprender a:**

Conocer quién soy.

Comprender lo que siento.

Reconocer y saber gestionar mis emociones.

Saber Convivir.

Tomar buenas decisiones.

Saber resolver conflictos.

Construir relaciones sanas.

Fortalecer mi proyecto de vida.

**No es solamente un área,
es un espacio para aprender y reflexionar.**

¿Qué es la Educación Emocional?

Es un proceso educativo:

- ✓ **Intencional**
- ✓ **Permanente**
- ✓ **Transversal**

que ayuda a desarrollar habilidades para comprender, expresar y regular las emociones.

Marco Legal

Ley 2503 de 2025

Esta Ley crea la Cátedra de Educación Emocional para todas las instituciones educativas de Colombia.

Su propósito es desarrollar competencias emocionales que favorezcan el bienestar personal y social de niños, niñas y adolescentes.

¿Cómo será evaluada?

A partir del próximo año lectivo, la valoración obtenida por el estudiante se reflejará en el boletín correspondiente a cada período académico. Asimismo, la evaluación y la promoción se registrarán por los criterios establecidos en el Sistema Institucional de Evaluación de los Estudiantes (SIEE), de conformidad con la normatividad vigente y las disposiciones institucionales.

La Cátedra Emocional también evalúa:

Conocimiento.

Participación.

Compromiso.

Entrega de actividades.

Reflexiones personales.

Trabajo colaborativo.

Respeto.

Actitud.

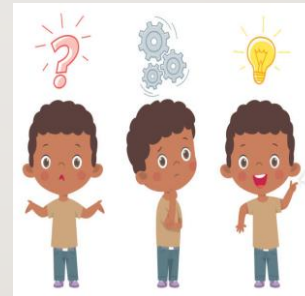
**Cognitivo – Procedimental -
Actitudinal**

Queremos estudiantes que sean capaces de:

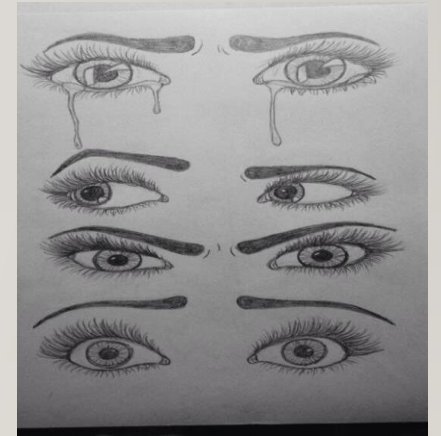
Reconocer sus emociones y saber como gestionarlas.



Pensar antes de actuar.



Expresar sus sentimientos de manera adecuada.



Respetar las diferencias.



Tomar decisiones responsables.

Nuestro compromiso como institución

En nuestra institución continuaremos:

- ✓ **Escuchando.**
- ✓ **Acompañando.**
- ✓ **Orientando.**
- ✓ **Previniendo.**
- ✓ **Formando en valores.**
- ✓ **Creando espacios seguros para cada estudiante.**



Porque cada emoción merece ser escuchada.

Compromiso de los estudiantes

Reconocer y expresar sus emociones con respeto.

Escuchar y valorar las ideas de los demás.

Actuar con empatía y solidaridad.

Resolver los conflictos mediante el diálogo.

Asumir con responsabilidad sus compromisos académicos.

Cuidar de sí mismo y contribuir al bienestar de los demás.

Construir una convivencia basada en el respeto, la inclusión y la paz.

"Cada pequeño compromiso fortalece nuestras emociones, transforma nuestras acciones y hace de nuestra institución un mejor lugar para aprender y convivir."



El compromiso de las familias

Las familias son el primer escenario emocional, deben continuar apoyando y fortaleciendo con sus hijos:

- ❖ El reconocimiento y la expresión adecuada de las emociones.**
- ❖ La comunicación respetuosa y la escucha activa.**
- ❖ La empatía y el respeto por los demás.**
- ❖ La autoestima y la confianza en sí mismos.**
- ❖ La resolución pacífica de los conflictos.**
- ❖ La tolerancia a la frustración y la resiliencia.**
- ❖ La responsabilidad y la toma de decisiones conscientes.**
- ❖ La gratitud, la solidaridad y los valores familiares.**
- ❖ La autorregulación emocional frente a las dificultades.**
- ❖ Hábitos de convivencia basados en el amor, el respeto y el buen ejemplo.**



Beneficios

Disminución de conflictos.

Mayor autoestima.

Mejor convivencia.

Mejor rendimiento académico.

Mayor bienestar.

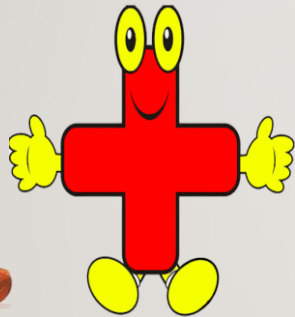


CÁTEDRA SOCIO –EMOCIONAL

Un espacio de aprendizaje y compromiso colectivo.



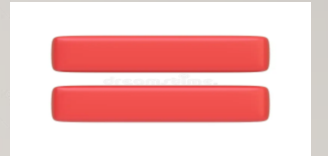
Familia



Colegio



Estudiante



¡Una alianza que fortalece las emociones, inspira el aprendizaje y construye un mejor futuro.!

**“Cuando una comunidad aprende a cuidar las emociones,
construye un mejor futuro para todos”**



**Gracias por hacer parte de este gran viaje.
Anímate a vivir y controlar tus emociones, por eso debes
aprender sobre ellas.**