

OBJETIVOS DE LA SESIÓN

- Percibir, identificar y expresar emociones y sentimientos.
- Percibir e identificar emociones en los otros.
- Fortalecer las redes y vínculos protectores al interior del curso.

04
YO TE AYUDO,
TÚ ME AYUDAS



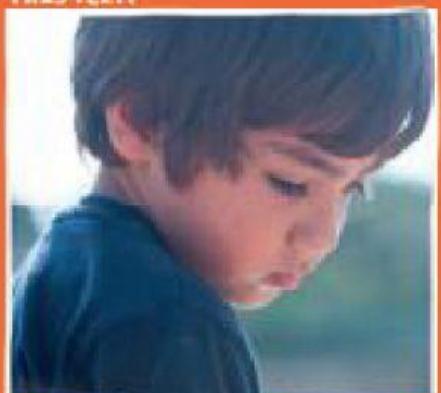
ACTIVIDAD: ¿QUÉ NECESITO CUANDO SIENTO...?

Escribe lo que te gustaría que hicieran las personas cuando sientes....

MIEDO



TRISTEZA



PARA QUE APRENDAMOS A CRECER

Si todos y todas nos ayudamos con nuestras emociones podemos hacer que este curso sea más unido y alegre.

¡NO TE OLVIDES!



PARA LA CASA

Conversa con tu padre, madre o apoderado acerca de cómo te gustaría que te ayudaran como familia cuando sientes pena o rabia. Luego, escribe o dibuja las ideas conversadas.

