

Recapitulemos lo que vimos esta semana:

Día 1 LUNES

En este día conocimos a "Los Mitocondrias" y cómo cada uno de ellos abordó la presencialidad escolar.

Aprendimos a **darnos cuenta** de las situaciones corporales y emocionales que nos afectan, pudiendo distinguir entre el **estrés positivo y negativo**, y con ello, generar una **estrategia para abordarlo**.



En esta jornada entendimos los problemas e incertidumbres que estaba teniendo el **equipo docente**, lo que generó la puesta en marcha de sus habilidades emocionales y de gestión.

Conocimos también, a contar con **tips afectivos y rápidos que nos ayuden en situaciones de exigencia y complejidad afectiva**, siendo esta estrategia como un "as bajo la manga".

Día 2 MARTES

Día 3 MIÉRCOLES

"Los Mitocondrias" no tuvieron una mitad de semana fácil, pues llegó una nueva avalancha de problemas y malos entendidos, no sabiendo cómo abordar tantas exigencias.

Bajo este escenario, conocimos una nueva **estrategia para gestionar, resolver y solucionar problemas y desafíos emergentes**.



El día jueves, a pesar de seguir sumando problemas de comunicación y dificultades, el **grupo de docentes** decidió abordar cómo equipo lo que estaban viviendo.

Junto con el equipo, pusimos en práctica el **tip de resolución de problemas**, desglosando cómo se puede **abordar y utilizar en un caso práctico**.

Día 4 JUEVES

Día 5 VIERNES

En el último de la semana, "Los Mitocondrias" lograron sortear satisfactoriamente todas las dificultades, **fortaleciendo tanto sus habilidades personales como el trabajo en equipo**.



¡No olvides lo aprendido esta semana!
Te invitamos a guardar todos estos tips y herramientas y, ponerlos en práctica cuando los necesites.