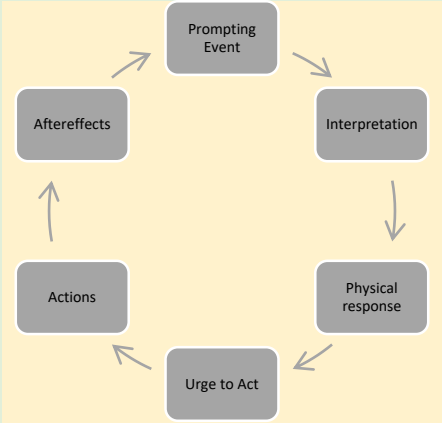


## Suplemento Familiar Semanal De Asesoramiento: Emociones

Cada semana recibirá un Suplemento Familiar para informarle de los temas que se tratan en los avisos estudiantiles esa semana. El suplemento incluirá actividades que puede hacer con su hijo en casa para reforzar los temas de prioridad de asesoramiento semanal.

Suplemento familiar de la lección de asesoramiento semanal: Emociones		
Descripción	Zonas SEL abordadas	
<p><b>Querida familia, esta semana los avisos estudiantiles se centran en los siguientes temas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Comprender la conexión entre tus emociones, pensamientos y acciones, incluyendo lo que dices y sientes.</li> <li>○ Ampliar su conocimiento del espectro de emociones</li> <li>○ Comprender el ciclo de las emociones: provocar eventos, interpretación, respuesta física, ganas de actuar, acción y efectos secundarios:</li> </ul> 	<p>✓ Autoconciencia</p>	
	<p>✓ Autogestión</p>	
	<p>n/a Relaciones</p>	
	<p>✓ Decisiones</p>	
	<p>✓ Conciencia social</p>	
	Recursos familiares disponibles	
	<p>1</p>	<p><a href="#">Rueda de Emoción y Sentimiento</a></p>
	<p>2</p>	<p>Responder al Protocolo de Emociones</p>
	Actividad familiar	
	<p><b>Esta semana queremos ayudar a los alumnos a responder a sus emociones siguiendo los siguientes pasos:</b></p> <p><b>Paso 1:</b> Entender sus emociones  <b>Paso 2:</b> Identificar la emoción  <b>Paso 3:</b> Desglose de la sensación  <b>Paso 4:</b> Nombre  <b>Paso 5:</b> Planificación de la acción colaborativa</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cada día puede pedirle a su hijo que comparta con usted su rueda de sentimiento o la sensación de la tabla de caras..</li> <li>2. Pídale que identifiquen una emoción que están sintiendo actualmente y que la nombren.</li> <li>3. Pregúnteles dónde en su cuerpo podrían estar sintiendo su emoción y qué están pensando en hacer en respuesta..</li> <li>4. Ayúdenlos a determinar lo que podría suceder si siguen sus reacciones y actúan en respuesta a sus emociones</li> </ol>	