



Escuela Normal de Educación Preescolar CICLO ESCOLAR 2023-2024

TUTORIA GRUPAL

5° semestre "A"

Unidad II

Alfabetización socioemocional

Karla Griselda García Pimentel

Melissa Monserrath Jasso Vásquez



Autoconocimiento: Conjunto de saberes que sobre sí misma adquiere una persona a lo largo de su vida, como consecuencia de sus experiencias vividas y de la reflexión introspectiva, o sea, la evaluación interna. Trata sobre quiénes somos y cómo somos realmente, es clave en el desarrollo de una emocionalidad saludable, ya que tiene un impacto evidente en otros aspectos mentales como la autoestima, la resolución de conflictos y la autoaceptación.





Autorregulación: Habilidad o capacidad de controlar nuestras emociones y comportamiento de acuerdo con las demandas de la situación.



Empatía: Capacidad que tiene una persona de comprender las emociones y los sentimientos de los demás, basada en el reconocimiento del otro como similar.



Habilidades sociales: Conjunto de conductas que nos permiten interactuar y relacionarnos con los demás de manera efectiva y satisfactoria.