



Esperamos que la información que te presentamos sea un recurso valioso en tu práctica docente, **ayudándote a actuar de manera informada y sensible frente a los retos que puedan enfrentar las adolescencias.**

Recuerda que tu labor no sólo transforma vidas individuales, sino que **contribuye al fortalecimiento de comunidades más seguras, empáticas y resilientes.**



Las actividades que conforman a la Estrategia Escolar “Vida Plena Corazón Contento” **tienen por objetivo hablar de temas relacionados con el bienestar emocional y social de las adolescencias**, se encuentra organizada en seis ejes principales:

- Depresión
- Ansiedad
- Violencia entre pares
- Violencia sexual
- Prevención del suicidio
- Prevención del consumo de sustancias psicoactivas



¡SÉ PARTE ACTIVA DE ESTE CAMBIO!

¿Cómo puedo favorecer el desarrollo de una comunidad escolar que priorice la salud emocional, a partir de mi ejercicio docente?



ESCUCHA con interés y empatía las ideas, emociones y necesidades de las personas estudiantes.



RECONOCE Y VALORA

la diversidad de pensamientos, sentimientos y formas de ser de las adolescencias, sin emitir juicios.



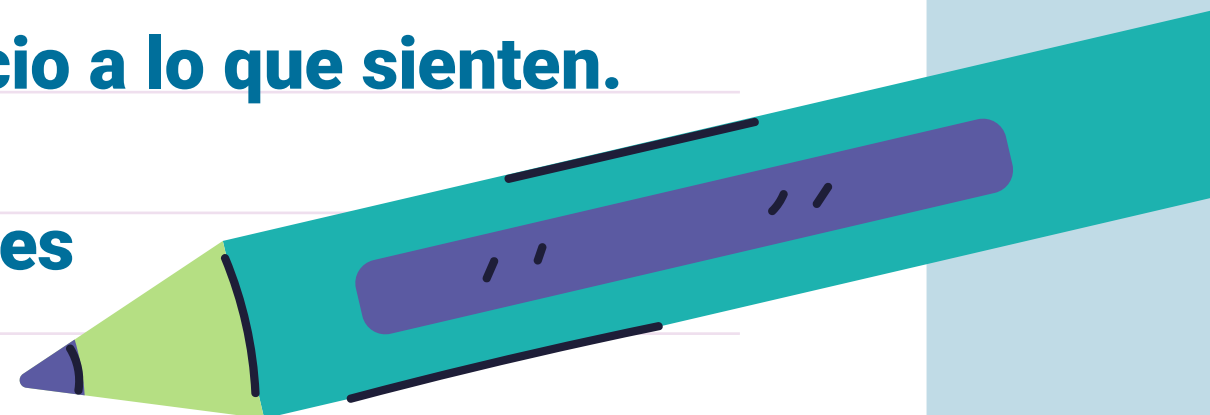
GENERA un ambiente seguro y confiable donde las adolescencias se sientan cuidadas, reconocidas y respetadas.



ORIENTA de manera constructiva las emociones y conductas de las adolescencias para construir comunidades que contribuyan al bienestar integral de cada persona y favorezca un clima escolar positivo.

¿Qué puedo hacer como docente para apoyar la salud emocional de las adolescencias en los entornos escolares?

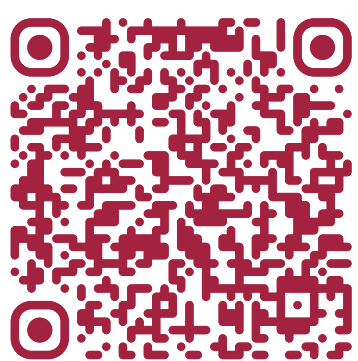
- ☐ Escuchar con atención y dar espacio a lo que sienten.
- ☐ Reconocer sus avances y cualidades en lo académico y personal.
- ☐ Fomentar el diálogo abierto y con confianza.
- ☐ Marcar límites claros que promuevan el respeto mutuo.
- ☐ Impulsar dinámicas que ayuden a liberar tensiones.
- ☐ Orientar hacia el acompañamiento profesional cuando se requiera.
- ☐ Ofrecer un ambiente seguro y emocionalmente estable.
- ☐ Ser una referencia de comprensión, calma y respeto.



FUENTES:

UNICEF. (2021). Los docentes son clave para proteger la salud mental de los estudiantes.
Ministerio de Educación de Chile. (2022). Desafíos y buenas prácticas para el aprendizaje socioemocional.

#ESCUELASQUECUIDAN



Conoce más acerca de la Estrategia Escolar

f IAPA CDMX Oficial **X** @iapa_cdmx **o** @iapacdmx **d** @iapa.cdmx

Ponte en contacto a través de nuestras redes sociales