



**Nombre de alumno: Ángel Antonio
Contreras Sima**

Nombre del profesor:

Nombre del trabajo:

Materia:

Grado: 2°

Grupo: "A"

Comitán de Domínguez Chiapas a de 2024

TRANSFORMACIÓN PSICOEMOCIONAL



FACTORES

CONSECUENCIAS

ESTRATEGIAS

EXPERIENCIAS:
Las experiencias tanto positivas como negativas pueden influir en la forma en que las personas procesan sus emociones

APRENDIZAJES:
El aprendizaje y la educación pueden ayudar a las personas a desarrollar habilidades emocionales y sociales.

RELACIONES:
Las relaciones interpersonales pueden influir en la forma en que las personas experimentan sus emociones

BIENESTAR:
La transformación psicoemocional puede influir en el bienestar y la felicidad de las personas.

RELACIONES:
La capacidad para manejar y expresar emociones de manera efectiva puede influir en la calidad de las relaciones.

RESILIENCIA:
Puede ayudar a las personas a desarrollar la resiliencia y la capacidad para enfrentar desafíos.

MINDFULNESS:
La práctica del mindfulness puede ayudar a desarrollar la conciencia emocional y la regulación emocional

EDUCACIÓN:
La educación emocional y social puede ayudar a las personas a desarrollar habilidades emocionales.

CULTURA:
La cultura y los valores sociales pueden influir en la forma en que las personas expresan sus emociones

APOYO SOCIAL:
El apoyo social y las relaciones positivas pueden influir en la transformación psicoemocional

