Publicado en Monterrey, NL el 26/02/2024

# [Construyendo ambientes positivos para el bienestar integral: Tecmilenio](http://www.notasdeprensa.es)

## Desde la propuesta de Factor Wellbeing Educativo del Instituto de Ciencias del Bienestar Integral de Tecmilenio, el clima escolar debe evaluar aspectos sociales que influyan en el bienestar del estudiante

 El pasado sábado 24 de febrero se llevó a cabo en Tecmilenio Las Torres el evento Wellbeing 360: Ambientes positivos en casa y escuela; organizado por Prepa Tecmilenio y el Instituto de Ciencias del Bienestar Integral.  La agenda reunió a expertos como Ruth Castillo, doctora en Psicología y experta en educación socio-emocional y Psicología Educativa; Abismael Reséndiz, director nacional de Preparatoria y Profesional Tecmilenio; Rosalinda Ballesteros, directora del Instituto de Ciencias del Bienestar Integral de Tecmilenio, y Epifanio Sánchez, consejero de Empleabilidad de Universidad Tecmilenio.  El evento se centró en la salud emocional en la adolescencia. Con la participación de madres, padres y docentes, se impartieron conferencias y talleres con el objetivo de brindar herramientas para manejar y mejorar la habilidad de gestionar las emociones, procesos y cualidades positivas de las y los adolescentes, además de formar una red de apoyo entre todos los integrantes. La doctora Ruth Castillo dirigió la conferencia "C.R.E.A. un vínculo seguro en familia" y el taller "Equilibrio Emocional en la Familia" enfocado a madres y padres, buscando desarrollar y fortalecer las habilidades que ayudan a conectar con las emociones de las y los jóvenes.  "La salud mental se fortalece con la inteligencia emocional. Se debe aprender a reconocer señales y pensamientos, así como abrir la puerta a la comprensión mediante conversaciones honestas. Las mejores ideas surgen en las conversaciones más cotidianas", mencionó la doctora. Abismael Reséndiz impartió un taller llamado "Emociones para docentes". Este curso brindó recomendaciones sobre cómo trabajar con las emociones de las y los jóvenes. Esto se realizó a través de actividades que les permitiera a las y los docentes entender y focalizar las emociones básicas, hacia el aprendizaje. "Las emociones no son algo negativo, al contrario, son un indicador de cómo se está sintiendo una persona y, con base en eso, se puede tomar una decisión", señaló Reséndiz. En cuanto a las nuevas tecnologías y su impacto en la salud emocional, Epifanio Sánchez abordó la Inteligencia Emocional para la Inteligencia Artificial, mientras que Juan Reyes sobre el uso de ChatGPT como herramienta en el aula. Finalmente, Rosalinda Ballesteros lideró la conferencia "Modelo para medir el clima y bienestar en las escuelas", destacando que los ambientes positivos son esenciales para promover el bienestar integral, el desarrollo personal y relaciones saludables en diversos contextos de la vida. Ballesteros mencionó que para fomentar un desarrollo emocional sano, es importante ayudar a las y los estudiantes a reconocer y diferenciar sus emociones. "La adolescencia es una oportunidad, porque lo que pongamos en los hábitos, en la mente y en el corazón de las y los adolescentes, los ayudará a llevar una vida plena", concluyó Ballesteros. El evento "Wellbeing 360: Ambientes positivos en casa y escuela" se puede revivir en la plataforma wellbeing360.tv, además de otros contenidos para cultivar el bienestar integral en el hogar y en la escuela.

**Datos de contacto:**

Anakaren Cepeda

Tecmilenio

8112375185

Nota de prensa publicada en: [https://www.mexicopress.com.mx/construyendo-ambientes-positivos-para-el](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorías: Nacional Educación Eventos Psicología Bienestar



[**http://www.mexicopress.com.mx**](http://www.notasdeprensa.es)