

# Emoción

## Definición

Conjuntos de reacciones orgánicas que experimenta un individuo cuando responde a ciertos estímulos externos.

## ¿Para qué sirven?

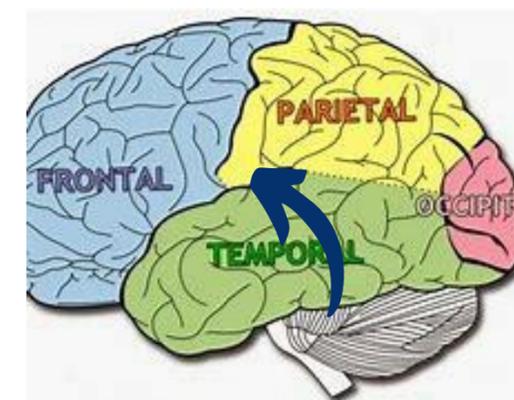
- Aprender cosas nuevas.
- Relacionarnos con nuestro entorno
- Nos impulsan hacia la acción.



# Cerebro Límbico

## ¿Qué es?

Es un sistema cerebral, formado por diferentes estructuras del encéfalo. También llamado cerebro emocional.



## ¿Para qué sirve?

Participan en funciones como:

- la memoria
- el aprendizaje
- la regulación de las emociones
- funciones metabólicas





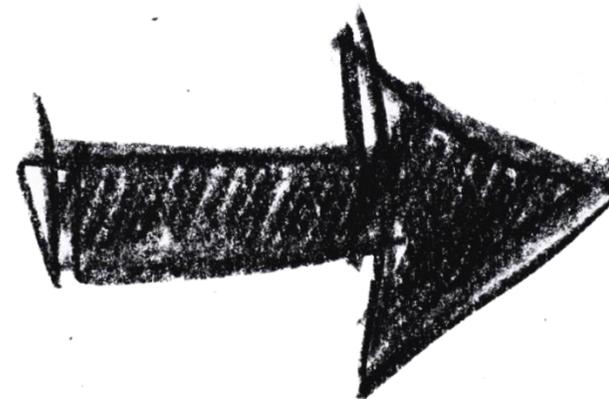
¿Qué necesita  
los niños/as  
para conectar  
con el  
padre/madre?

- Sentimiento de pertenencia
- Límites y normas
- Respeto
- Lenguaje positivo y claro
- Escucha activa
- Sentido del humor
- Cercanía
- Seguridad en el espacio

# Ten en cuenta que...



**CUANTA MAYOR CONEXIÓN**



**MEJOR  
CORRECCIÓN**

# Estilo de comunicación



## Asertiva

**Es comunicarse de manera respetuosa, positiva, oportuna y fluida. Cuando se es asertivo, se expresa una opinión y sentimiento, pero siempre considerando los derechos propios y de los otros, evitando cualquier tipo de descalificación o enfrentamiento con el interlocutor.**

# Lenguaje no verbal



- **Expresión física relajada.**
- **Hablar a los ojos.**
- **Utilizar señas.**
- **Respiración.**
- **Cercano y que inspire confianza.**

# Lenguaje verbal



Utiliza el NO con  
sentido



*Formula en positivo*

NERVIOSO/A

DESPISTADA/O

DESOBEDIENTE

TÍMIDA/O

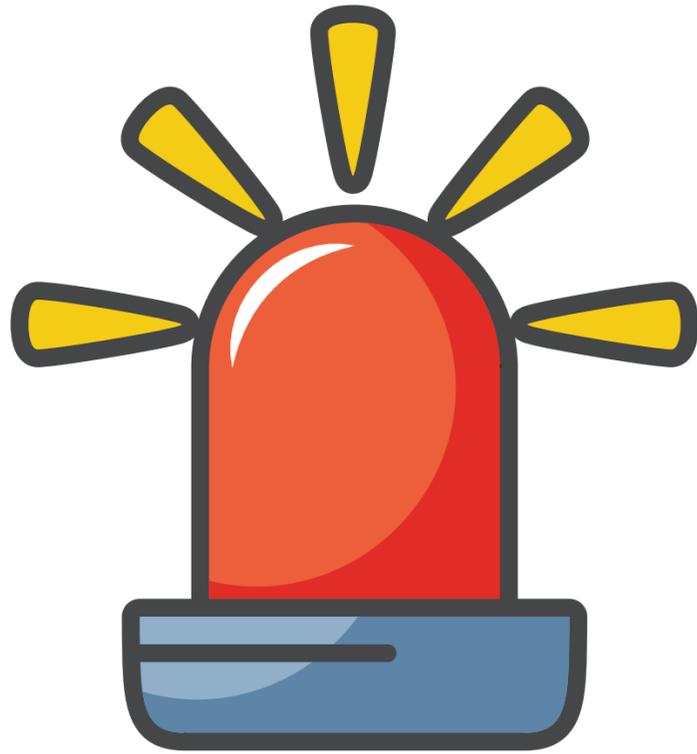
VAGA/O

RARO/A

CONTESTON/A

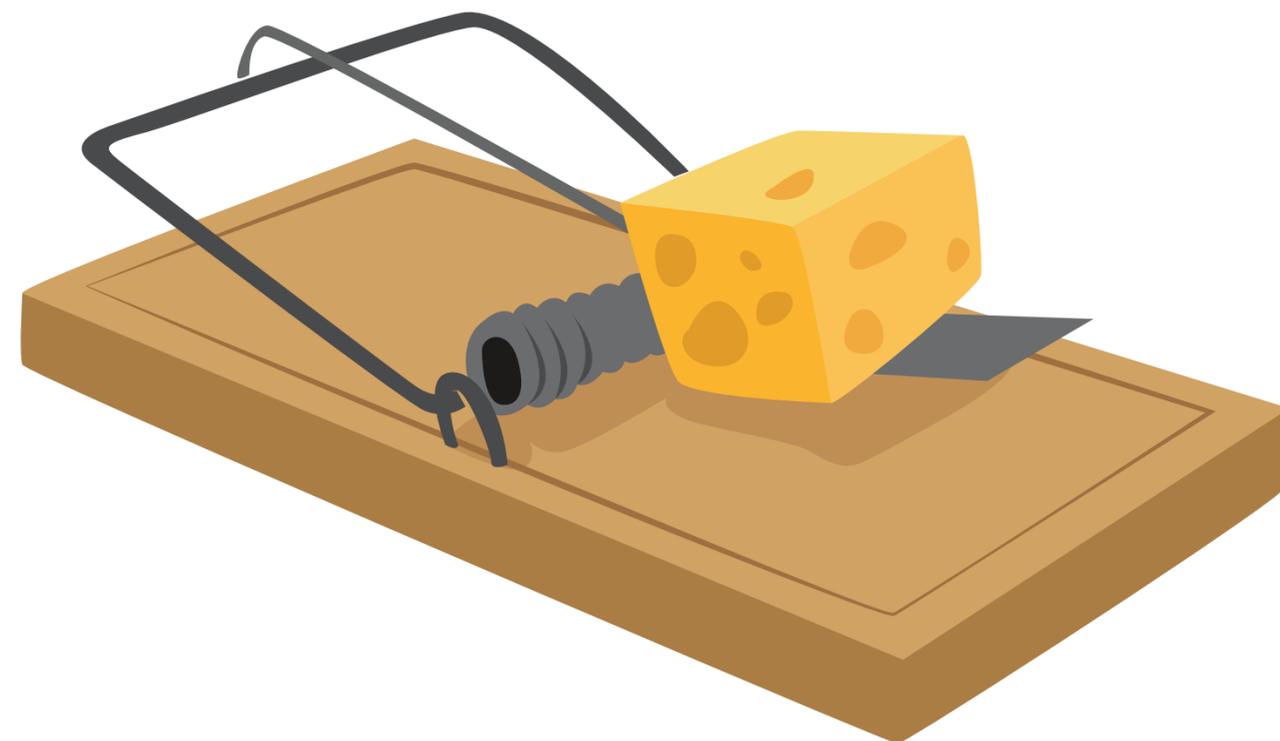
BUENA/O



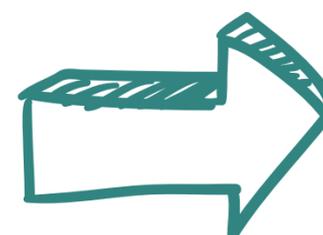


Hacen que se creen una autoimagen en referencia a cómo se comportan, no a lo que son.

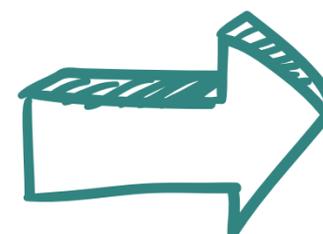
**LIMITAN**



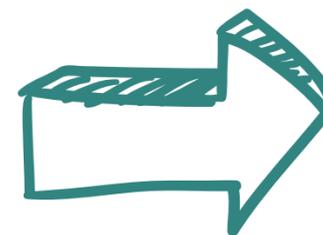
## Palabras trampa



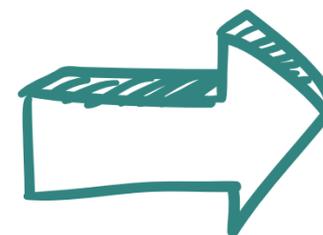
*nunca*



*siempre*



*nadie*



*otra vez*



**Aún no**



*Se le da la posibilidad de  
hacer el acambio al SÍ*



## Pero Vs Y



- "Te ha salido bien el examen **PERO** hay que mejorar la actitud en clase"



- "Te ha salido bien el examen **Y** hay que mejorar la actitud en clase"



# Deber/Tener Vs Querer/Poder



*- "Tienes que aprobar este examen"*



*- "Puedes aprobar este examen"*



# Lo que pienso Vs lo que siento



*- "Eres un impuntual"*



*- "No me gusta que llegues tarde, podrias llegar pronto la próxima vez"*



# PONER EN PRÁCTICA EN AULA...

## Decir vs preguntar

Esta es una herramienta de disciplina positiva (DP) que consiste en formular las peticiones como preguntas en lugar de imponerlas.

Por ejemplo: en lugar de decirle "haz los deberes" podemos preguntarle ¿qué plan tienes para hacer los deberes hoy?

### Beneficios

- Hacer pensar al menor.
- Entrenar responsabilidad.
- Mejorar la comunicación.
- Desarrollar la función ejecutiva de planificación y organización.