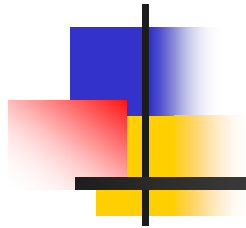
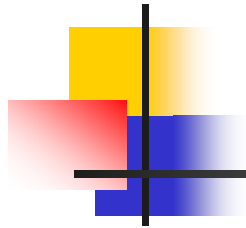


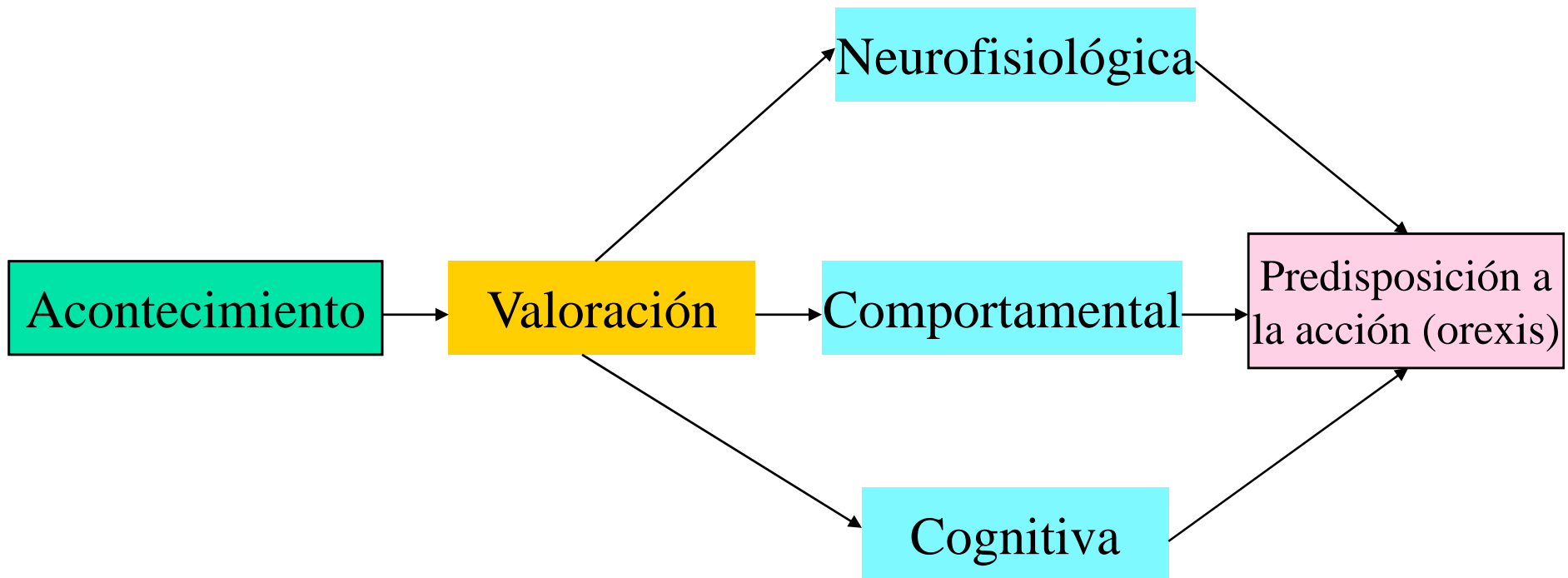
Educación emocional: La implicación del profesorado y las familias



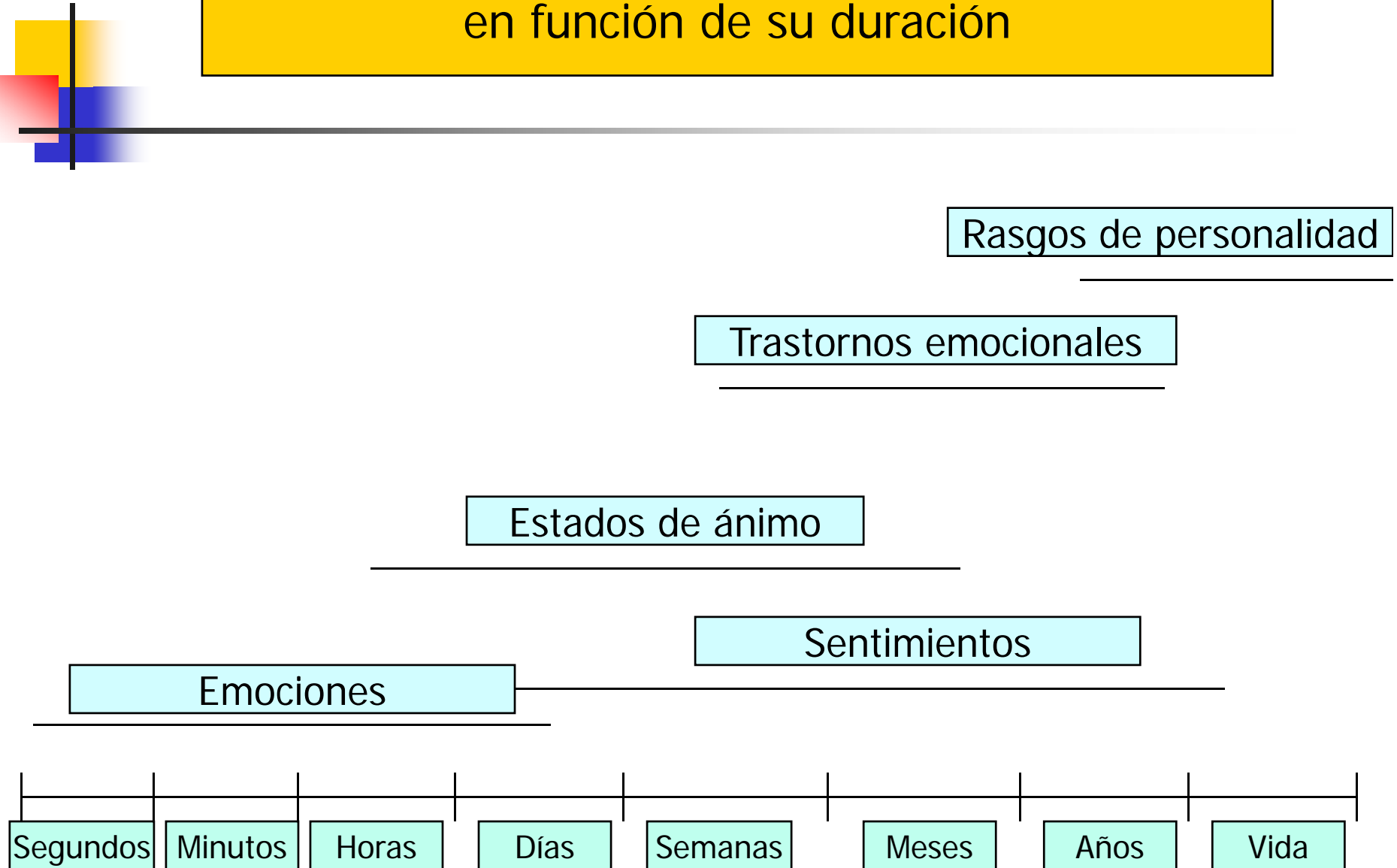
Rafael Bisquerra

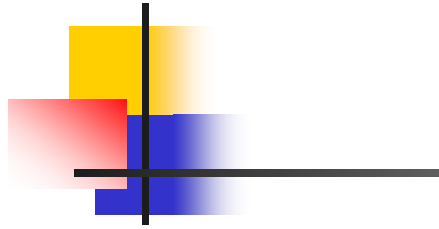


Emoción



Espectro de los fenómenos afectivos en función de su duración





libros
de
SÍNTESIS

Cuestiones sobre bienestar

Rafael Bisquerra Alzina



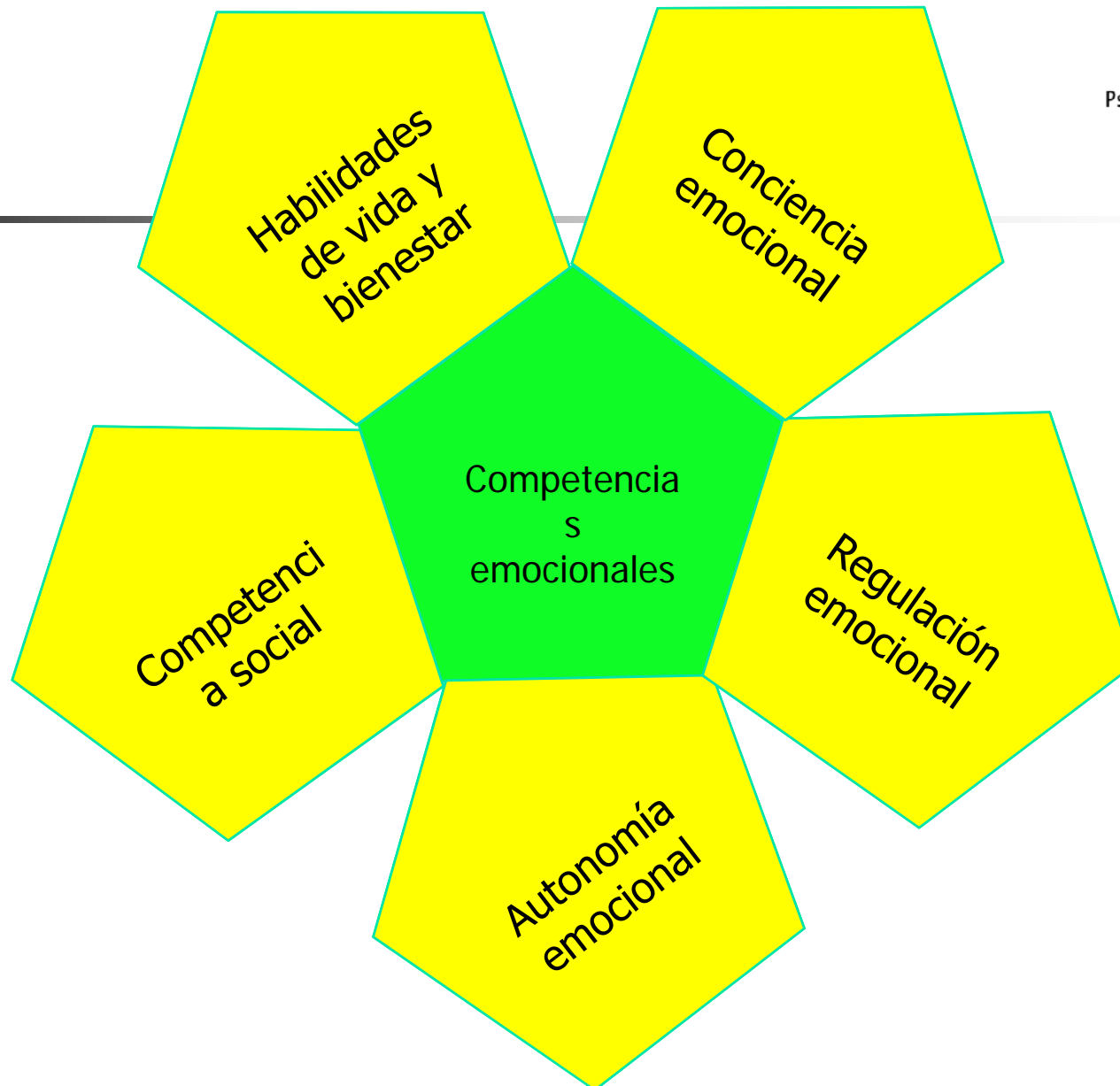
Psicología/
Educación


EDITORIAL
SÍNTESIS



GROOP

Grup de
Recerca en
Orientació
Psicopedagògica

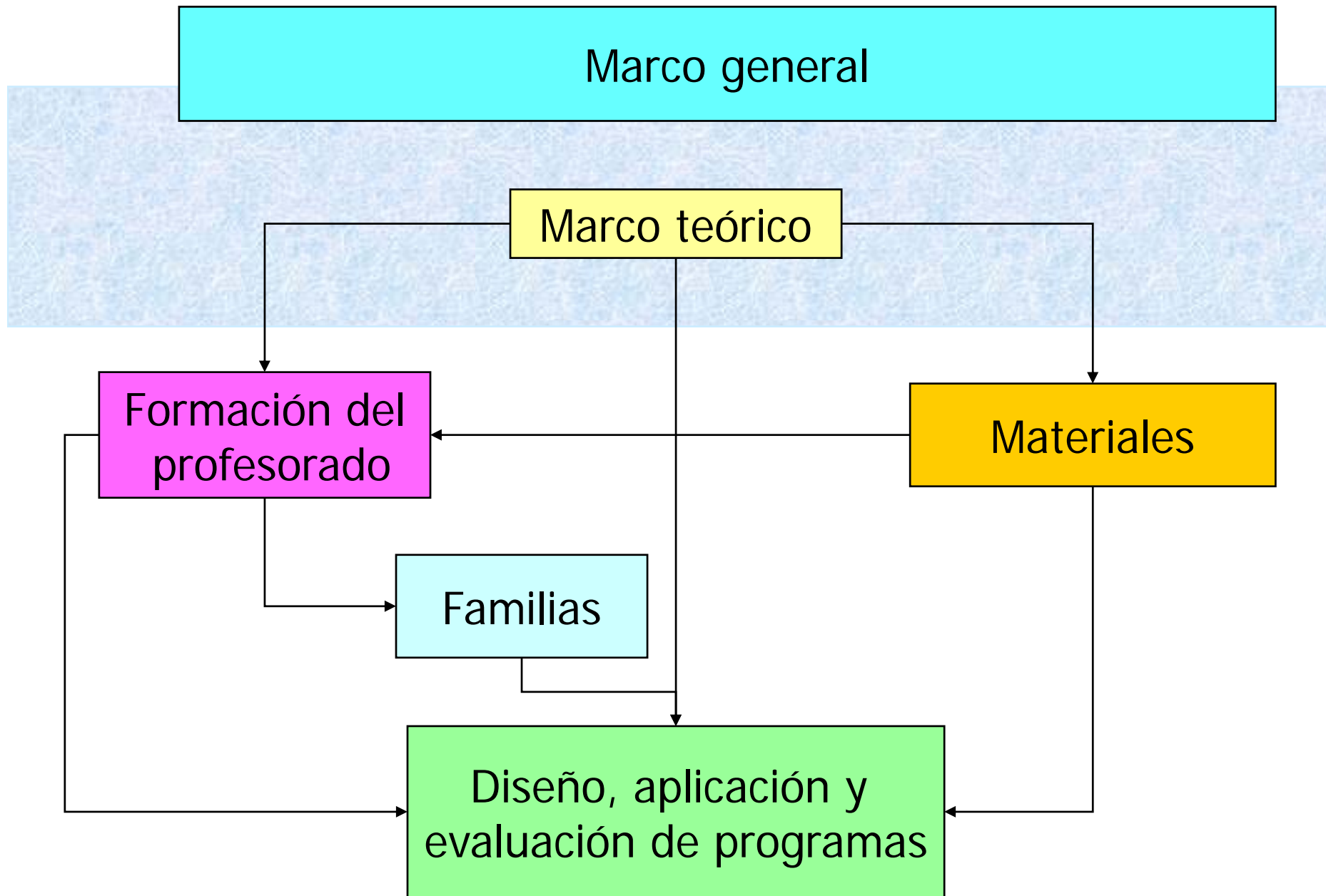


Psicopedagogía de las emociones

Rafael Bisquerra Alzina



EDITORIAL
SINTESES



Orientación, tutoría y educación emocional

Rafael Bisquerra Alzina




EDITORIAL
SÍNTESIS

EDUCACIÓN EMOCIONAL

Propuestas para educadores y familias

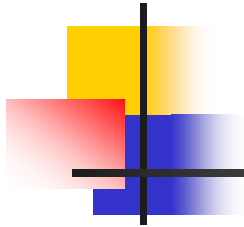
RAFAEL BISQUERRA (Coord.)

APRENDER A SER
EDUCACIÓN EN VALORES

DESCLÉE




- **Importancia de la familia**

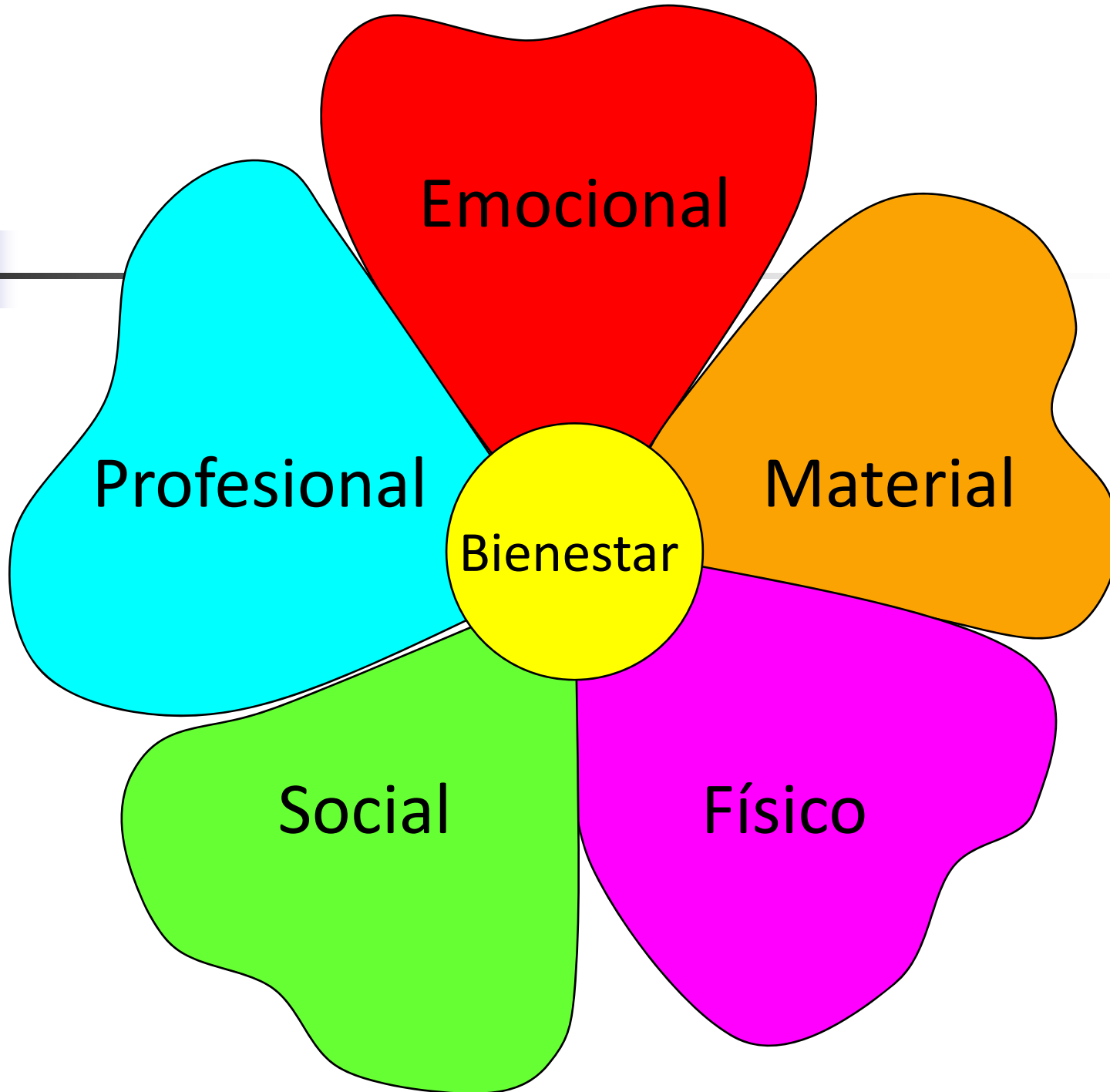
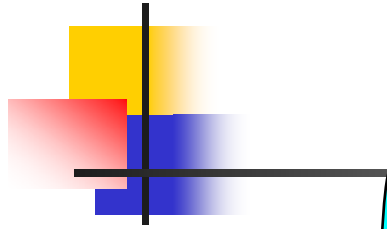


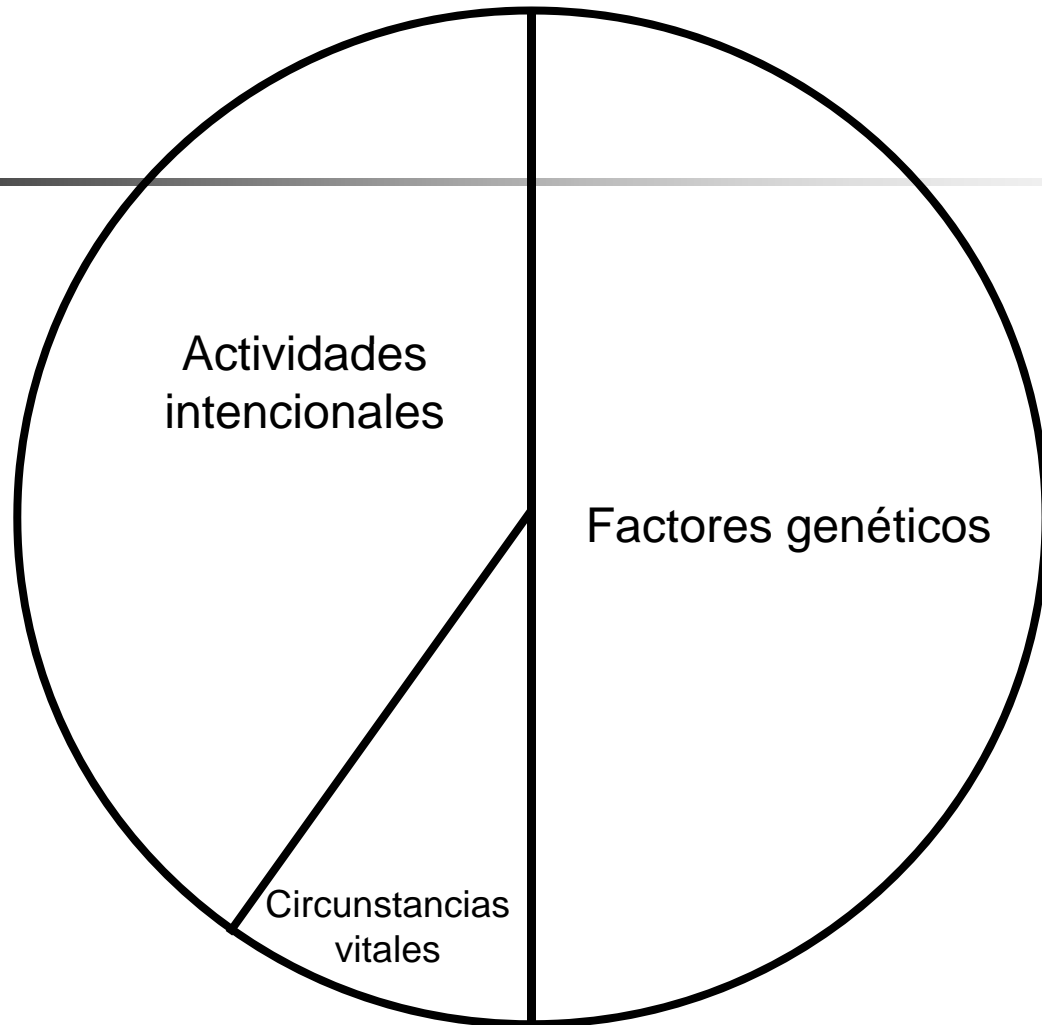
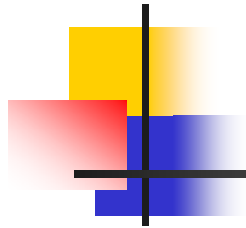
La educación emocional en la práctica

Maria Jesús Agulló
Gemma Filella Guiu
Esther García Navarro
Elia López Cassà
Rafael Bisquerra Alzina (Coord.)

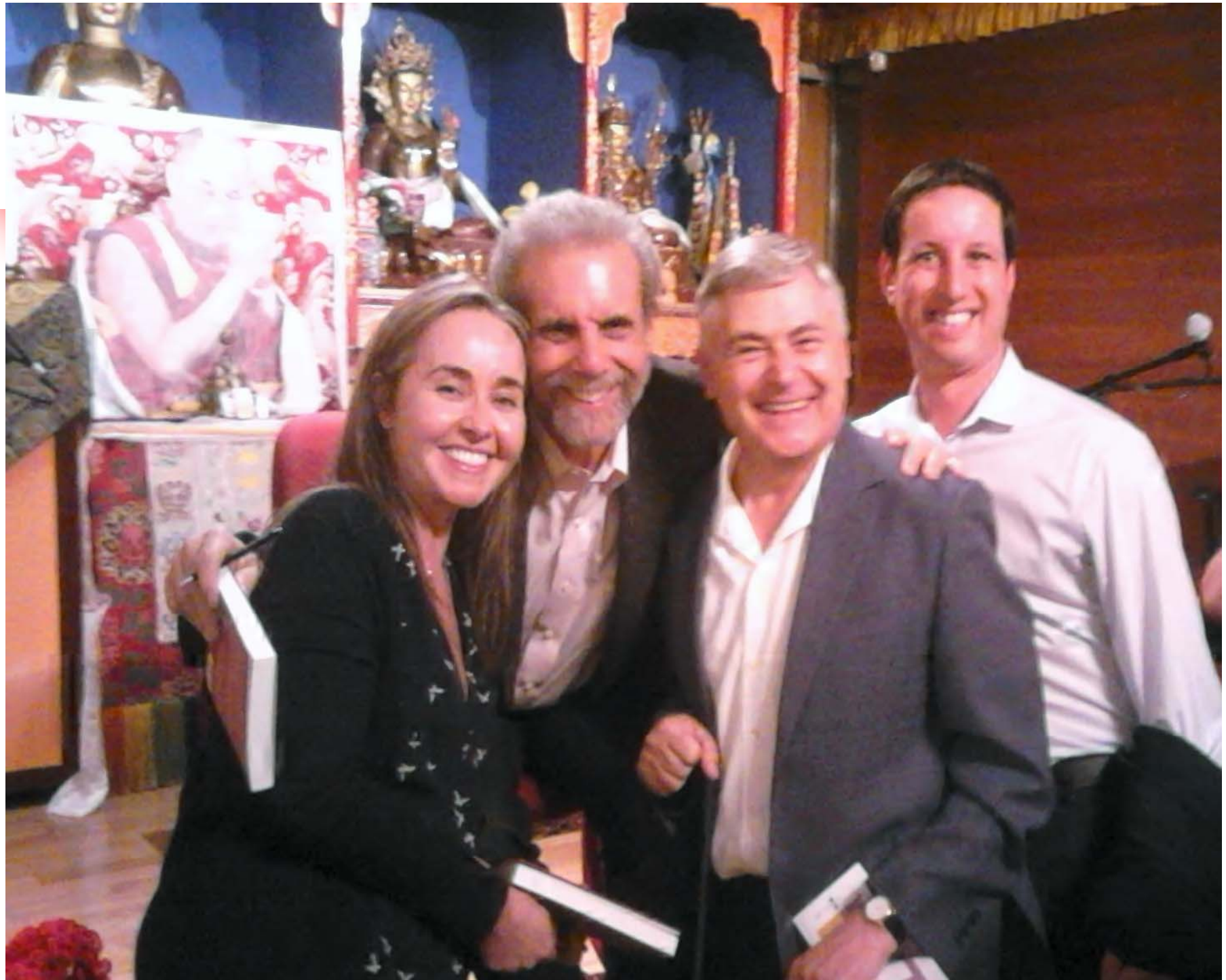
60

 CUADERNOS DE EDUCACIÓN





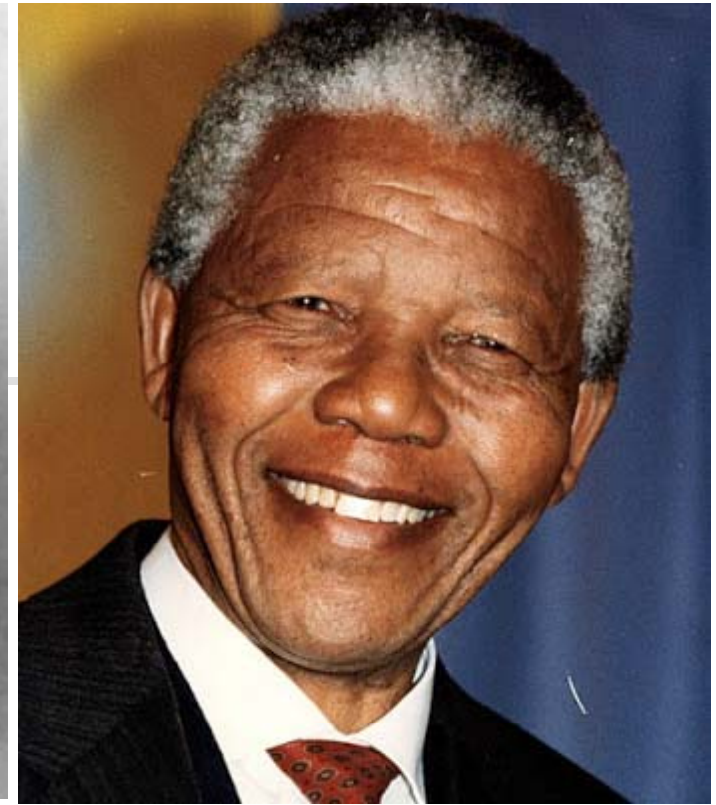
Arquitectura del bienestar



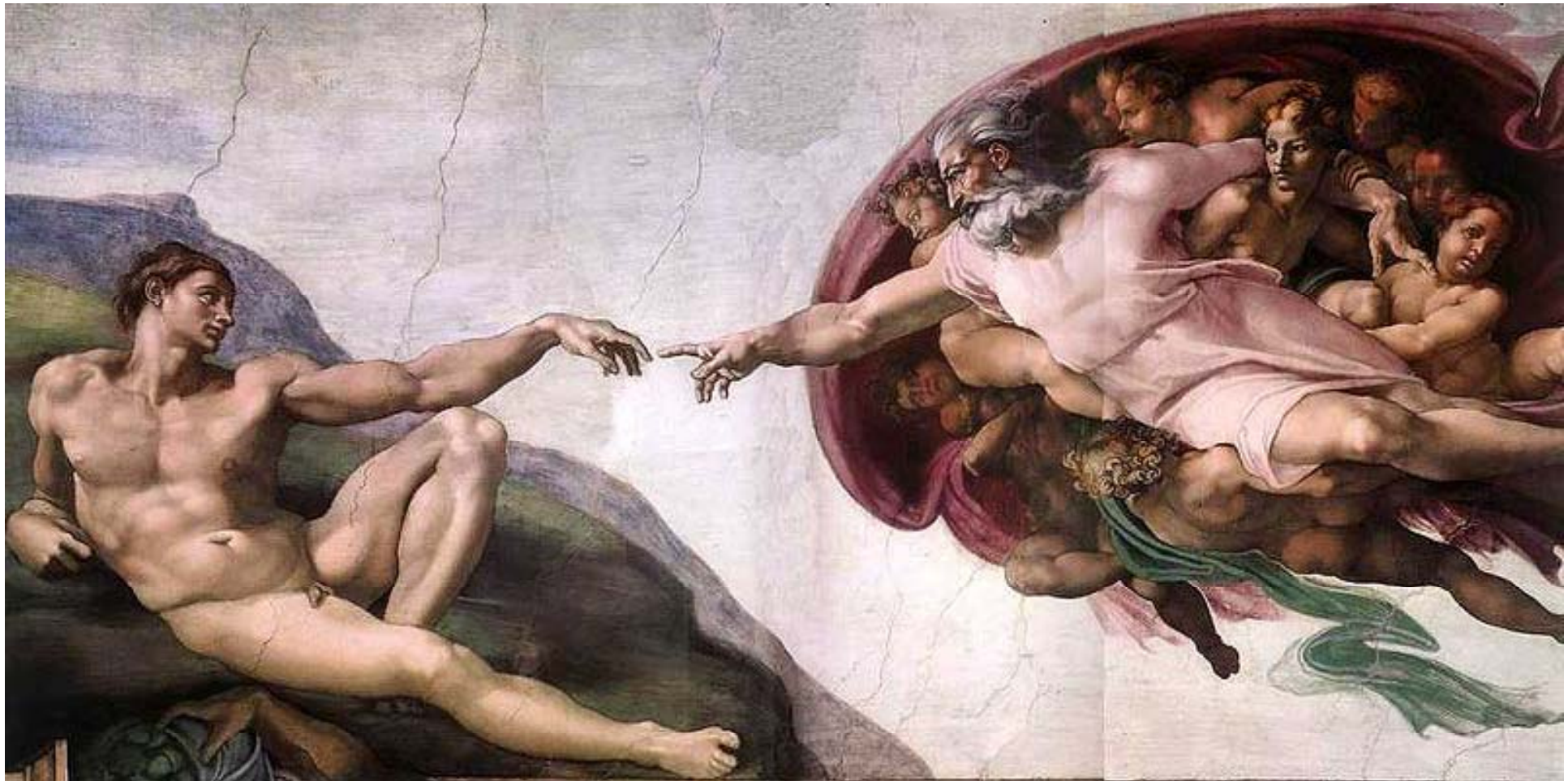
Nelson Mandela (1918-2013)



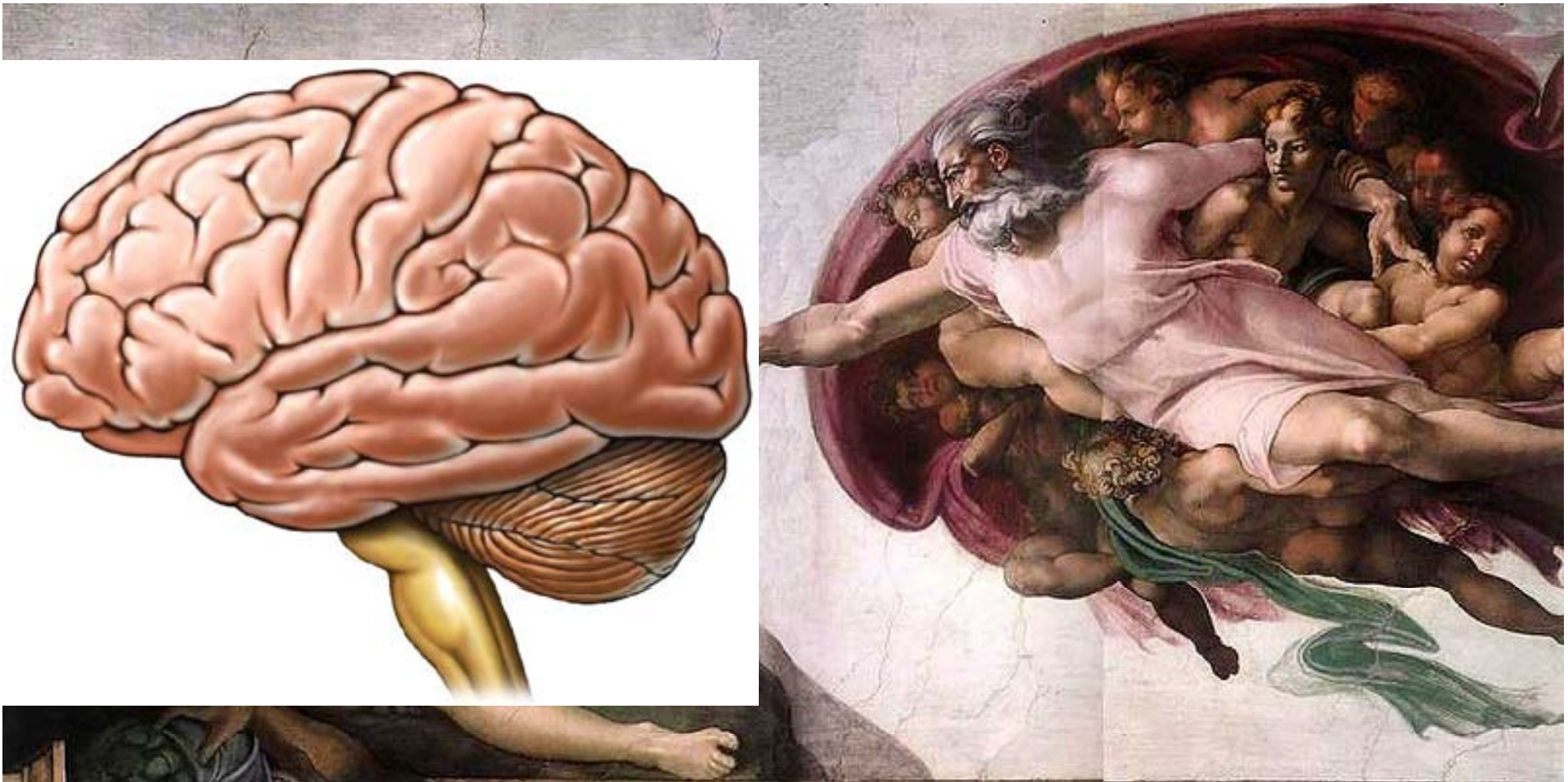
- 10 de mayo de 1994 Mandela fue elegido presidente de Sudáfrica por el parlamento (1994-1999). Hoy hace 20 años.
- Su prioridad estuvo frecuentemente en la reconciliación nacional, el progreso del país y la alfabetización de la infancia.
- Ejemplo de inteligencia emocional
- Falleció el día 5 de diciembre del año 2013.



- William Ernest Henley
- <http://www.youtube.com/watch?v=5KTneGBE4tY>

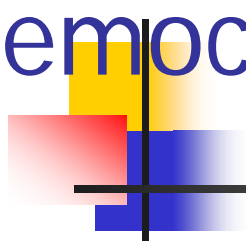


- 1508, 10 de mayo, Miguel Angel inicia la pintura de los frescos de la Capilla Sixtina (506 a).



- Conciencia emocional. Cuando el corazón piensa
- Cuando el cerebro siente

Experiencia de conciencia emocional

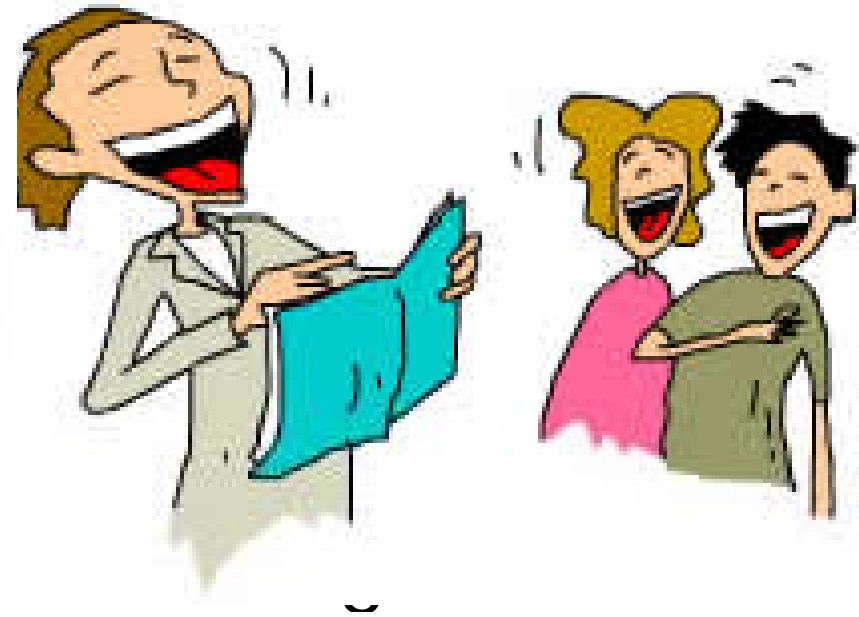


En el 75 aniversario
de la muerte de
Antonio Machado
(1875-1939)



- http://www.youtube.com/watch?v=71_hfkdYsiU

Conciencia y contagio emocional

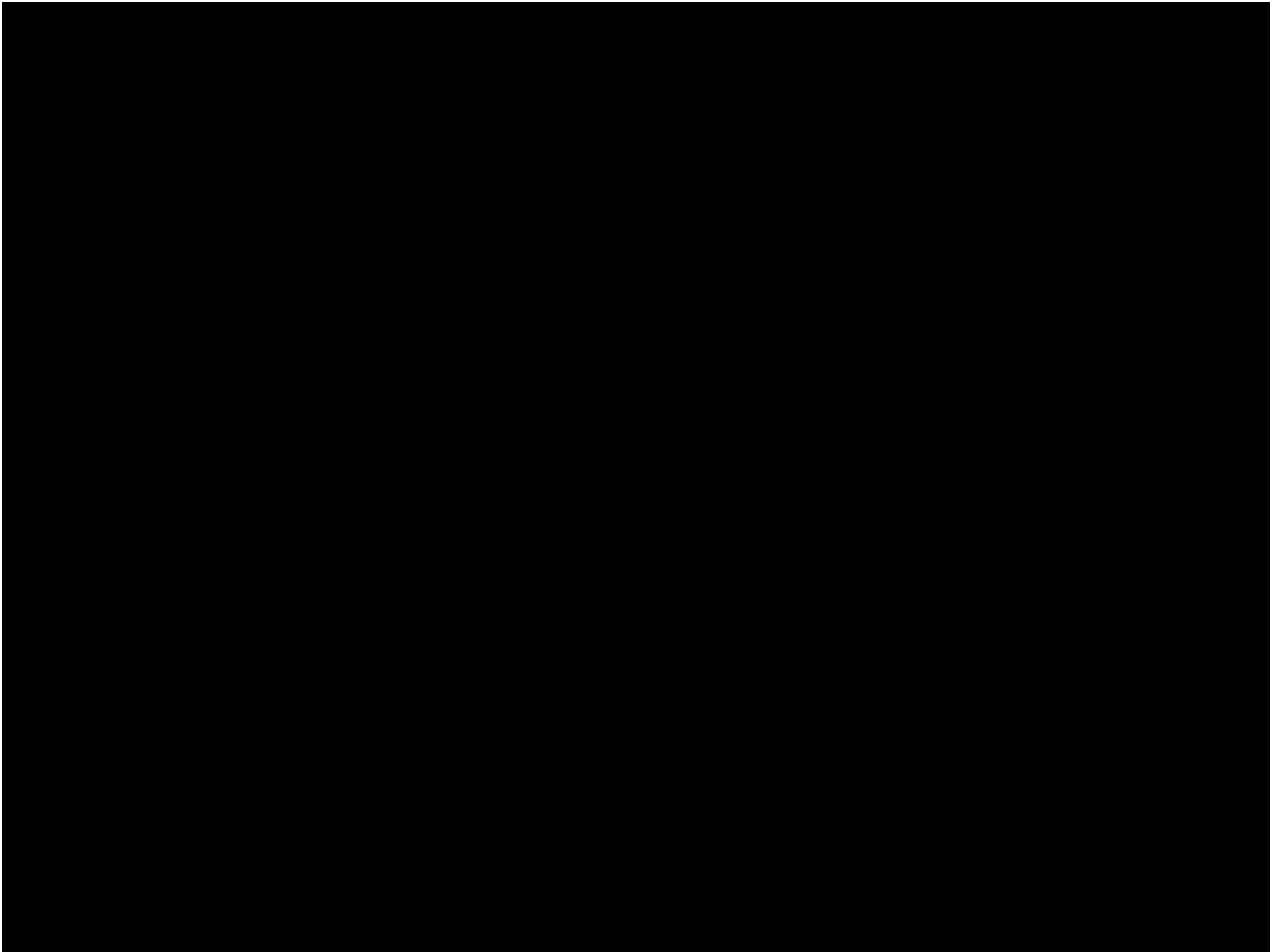


- <http://www.youtube.com/watch?v=2CPq0GzA-6s>

Contagio emocional



- 3'12: <http://www.youtube.com/watch?v=zbD6NV291gE>



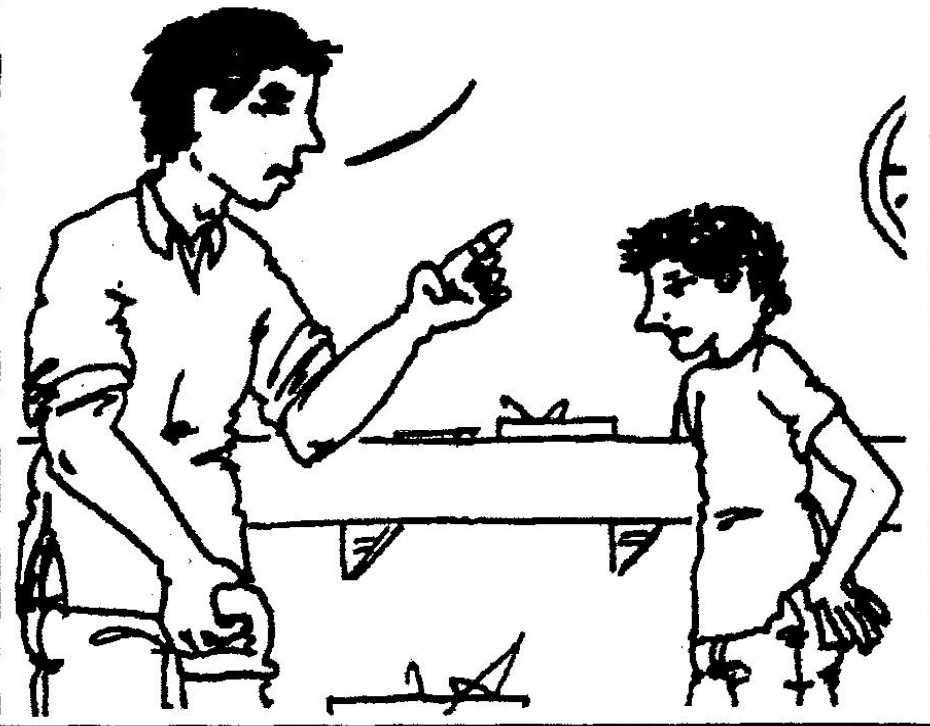
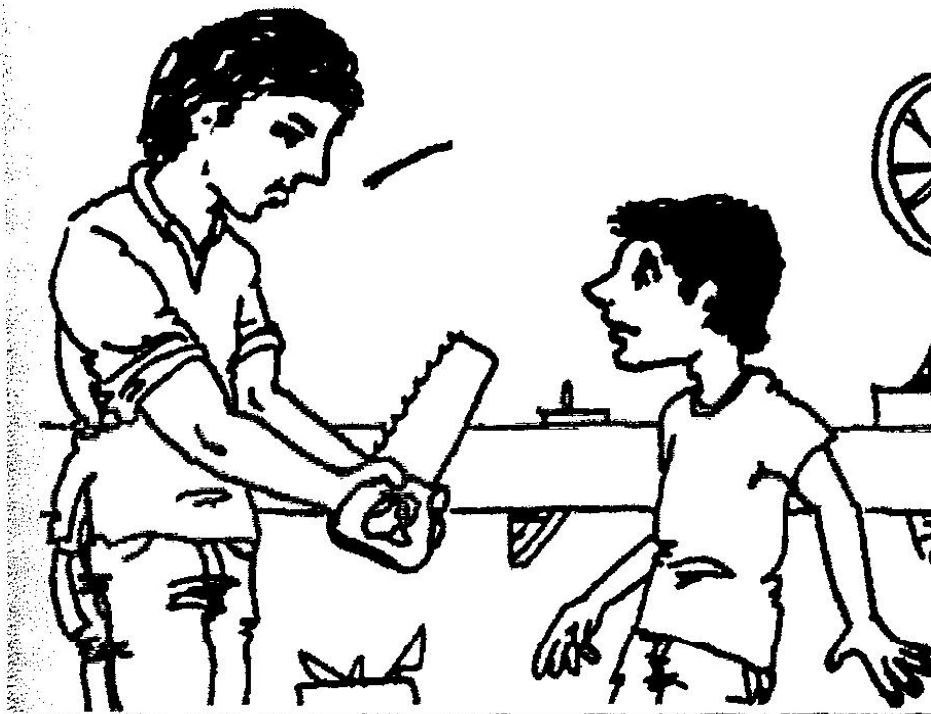
ALTERNATIVAS AL CASTIGO

Expresa tus sentimientos con rotundidad

Manifiesta tus expectativas

Me he enfadado mucho cuando he encontrado la sierra nueva tirada por el jardín, mojada y oxidada por la lluvia.

Cuando alguien te presta sus herramientas se espera que las devuelvas rápido... y en buenas condiciones.



ALTERNATIVAS AL CASTIGO

Enseña cómo rectificar



A menudo estos planteamientos son suficientes para incitar a actuar de forma más responsable.

ALTERNATIVAS AL CASTIGO

Supongamos que el niño se olvida de devolver lo que ha pedido prestado:

Hay que darle opciones



Si el problema continúa?

Hay que tomar medidas



Sí. Durante una temporada necesito saber que las herramientas están en su lugar.

DESCRIBE

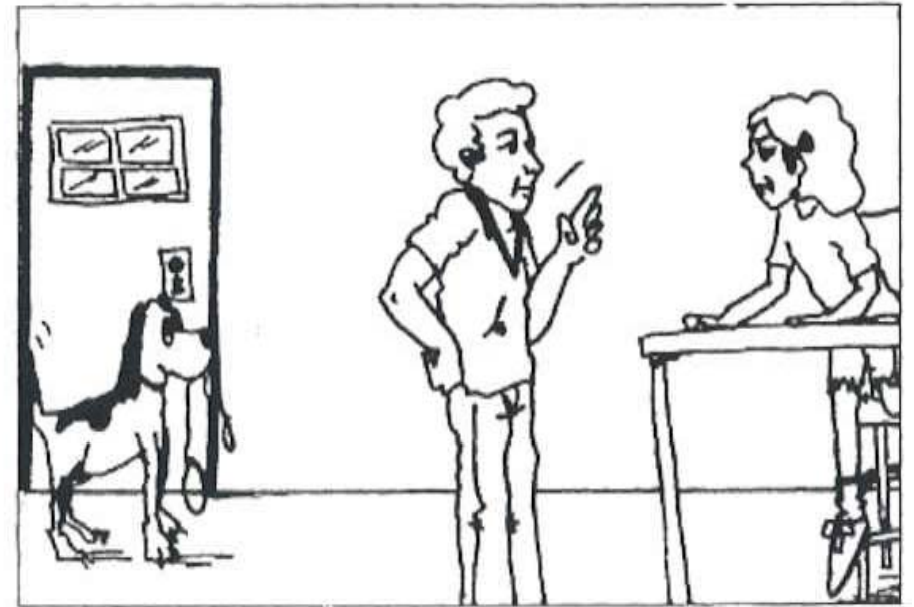
En lugar de



Es difícil actuar correctamente cuando sacan a relucir nuestros defectos.

Describe

Veo a Sultan paseando al lado de la puerta.



Es más fácil concentrarnos en el problema cuando se limitan a describirlo.

DA INFORMACIÓN

En lugar de

Da información



Quando se da una información precisa, suelen saber cómo han de actuar.

NO HAGAS DEMASIADAS PREGUNTAS

En lugar de

¿Qué te han dicho del trabajo de Sociales? ¿Ya tienes las notas de Mates? ¿Con quien vas a salir?



Hola tesoro, ya tenía ganas de verte.



Los jóvenes explicaran lo que quieran y cuando quieran.

EXPRESATE BREVEMENTE

En lugar de

Expresate brevemente

Mira como te luce el pelo: Otra vez de vas sin la carpeta de dibujo. Un día te vas a dejar al cabeza. Aunque para lo que te sirve...



María, la carpeta de dibujo.



ELOGIO DESCRIPTIVO

En lugar de

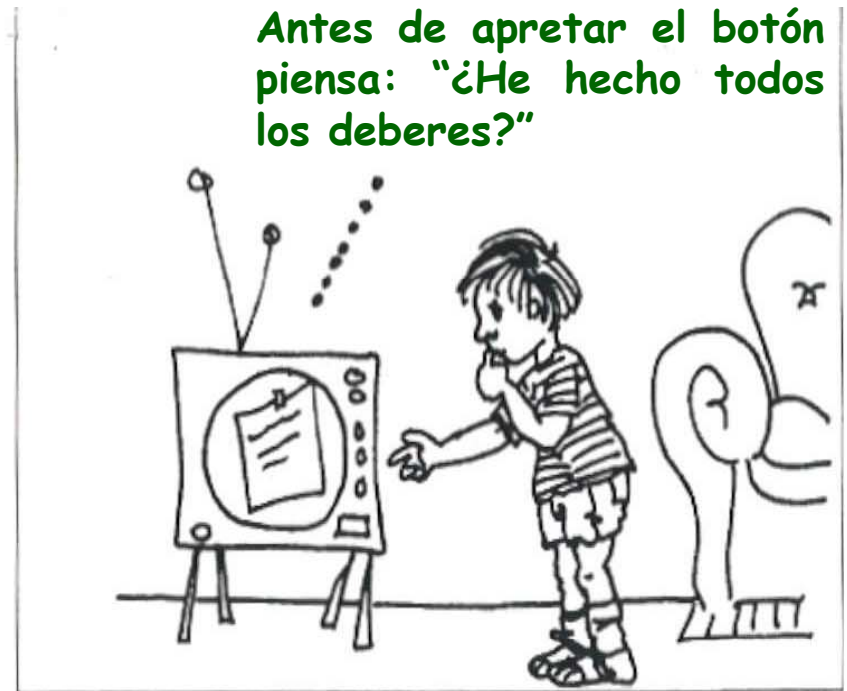
Describe



Qué colores azules y rojos tan bonitos tiene la bufanda que me has regalado. Además es muy suave al tacto y seguro que abriga mucho.

ESCRIBE UNA NOTA

A veces nada será tan contundente como la sorpresa de encontrar una frase escrita.



COMENTA TUS SENTIMIENTOS

En lugar de

Comenta tus propios sentimientos



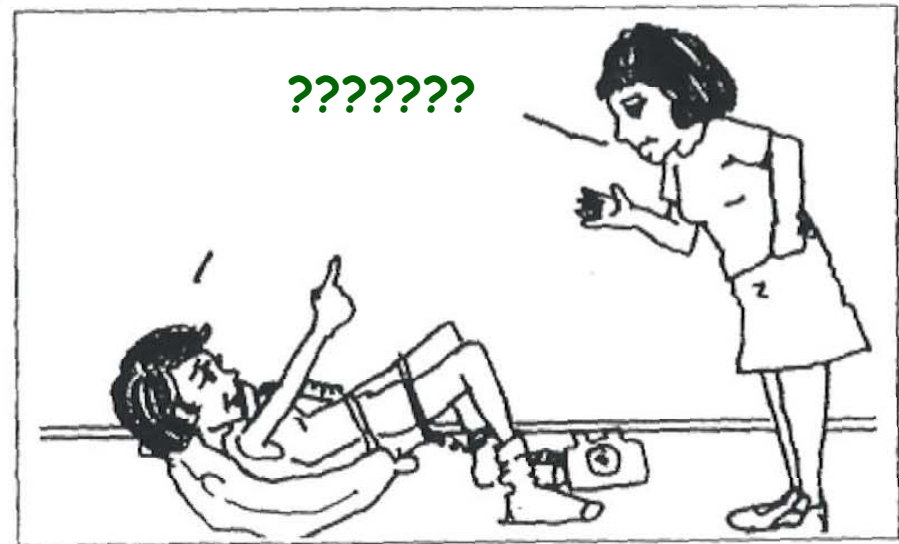
Me molesta que la puerta se quede abierta. No me gusta que entren moscas en la cocina.

Los hijos tienen derecho a conocer los sentimientos de sus padres.

DESCRIBE

En lugar de

Describe



Quando los padres describen el problema, dan a sus hijos la oportunidad de entender por sí mismos lo que deben hacer.

DA INFORMACIÓN

En lugar de



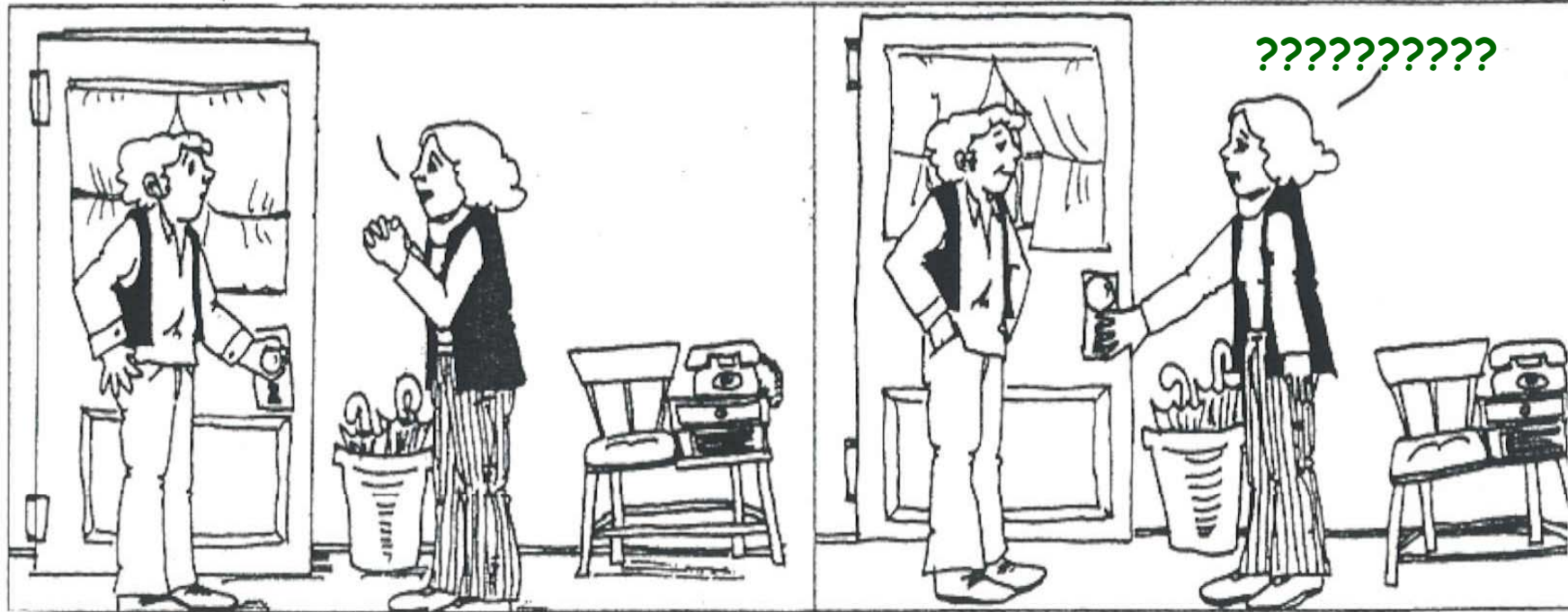
Da información



La información es mucho más fácil de aceptar que una acusación.

NO HAGAS DEMASIADAS PREGUNTAS

En lugar de



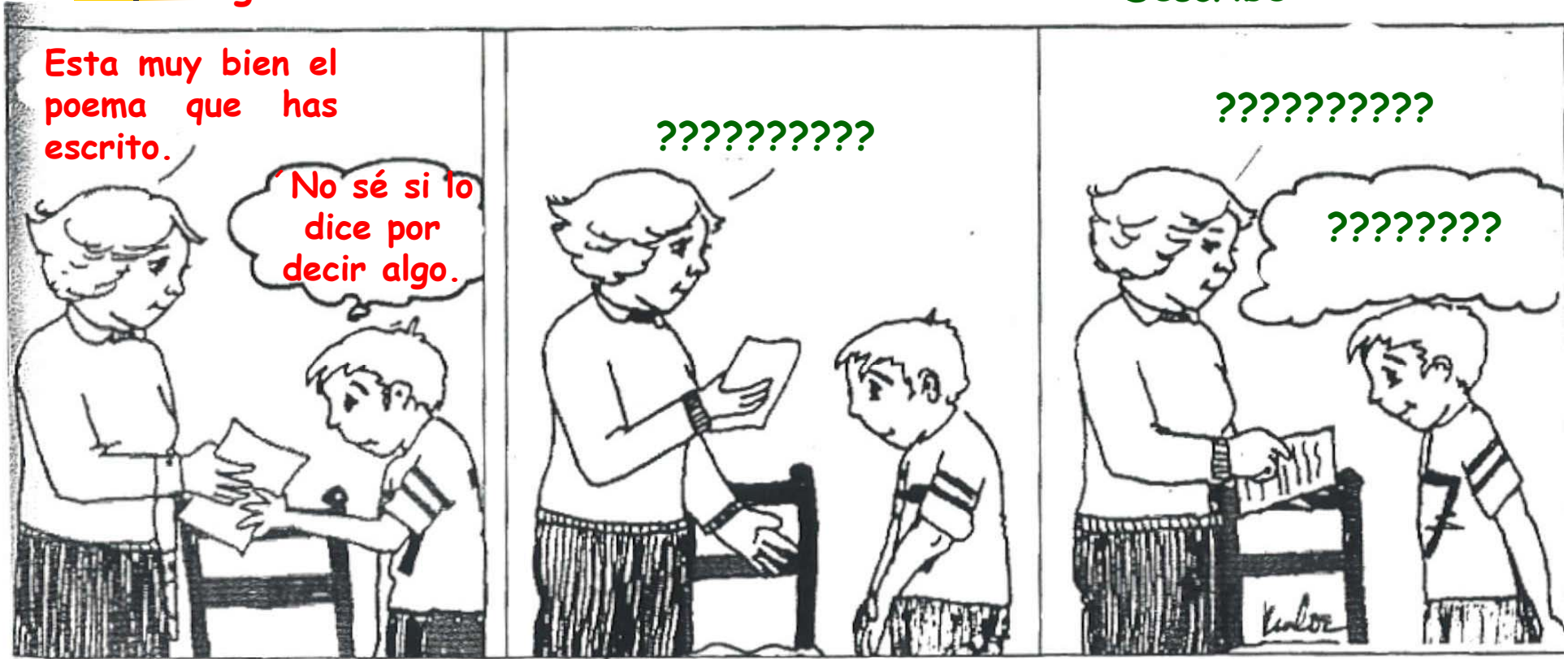
¿Cómo ha ido la fiesta? ¿Quién había?
¿Cómo hiba vestida la gente? ¿Qué habéis
hecho? ¿Qué habéis comido? ¿Habéis
bailado? ¿Con quién?

Un exceso de preguntas puede ser una invasión en la vida privada.

ELOGIO DESCRIPTIVO

En lugar de

Describe



COMENTA TUS SENTIMIENTOS

En lugar de



Comenta els teus propis sentiments



Notarás que cuando son más efectivos los mensajes de los padres es cuando se refieren a los sentimientos. En este caso, utiliza siempre la primera persona

Competencias emocionales

