



AOCD

ASOCIACIÓN OLONTENSE
CONTRA LA DROGA

SESIÓN CEIP Aurora Moreno

SHERPA

AOCD, Asociación Olontense Contra la Droga

EMOCIÓMETRO

1. Poned vuestro nombre en la pinza



¿En qué momento estamos?



¿Qué Requiere un
programa de IE?



Definición (Goleman)

- *Capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos.*



Hemisferio
IZQUIERDO
"el analítico"

Personalidad

Hemisferio
DERECHO
"el creativo"

formada por

pensamiento
... LINEAL y
METÓDICO ...

piensa en
... IMÁGENES ...

analítica

emociones

« LÓGICA »

« INTUICIÓN »

PASADO y
FUTURO

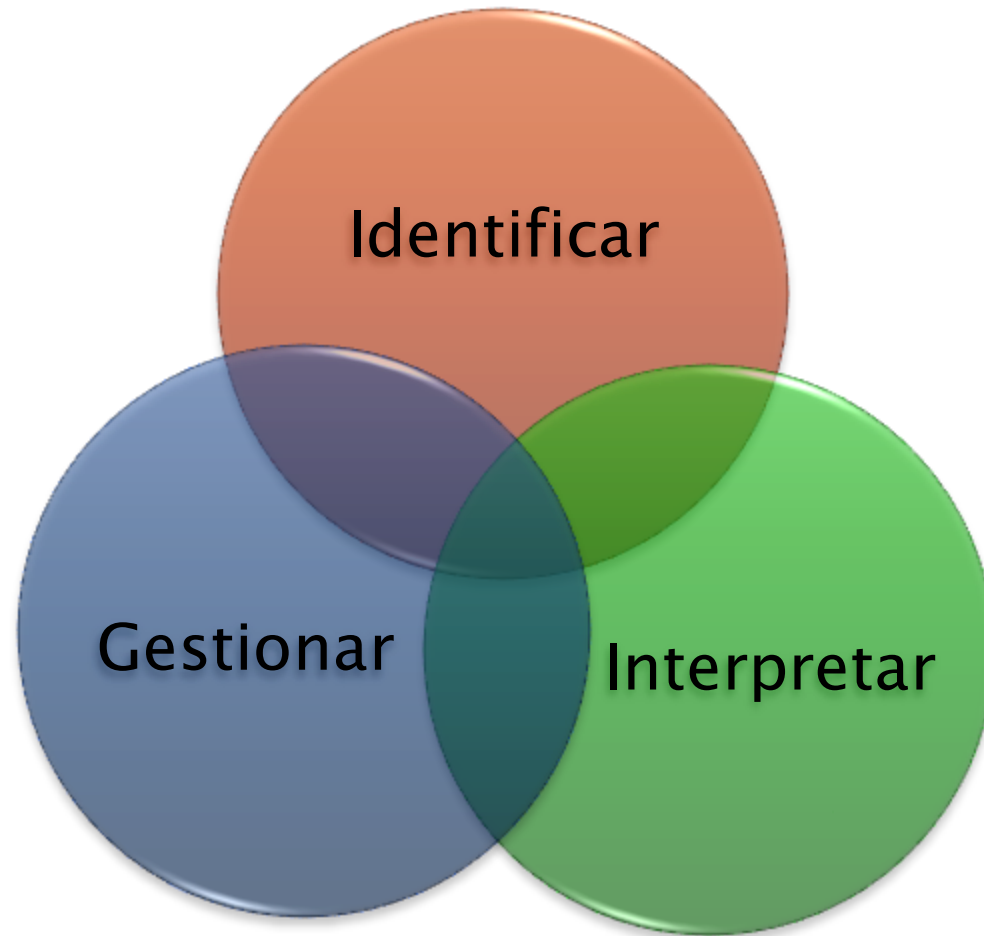
PRESENTE

« DIÁLOGO
INTERNO »

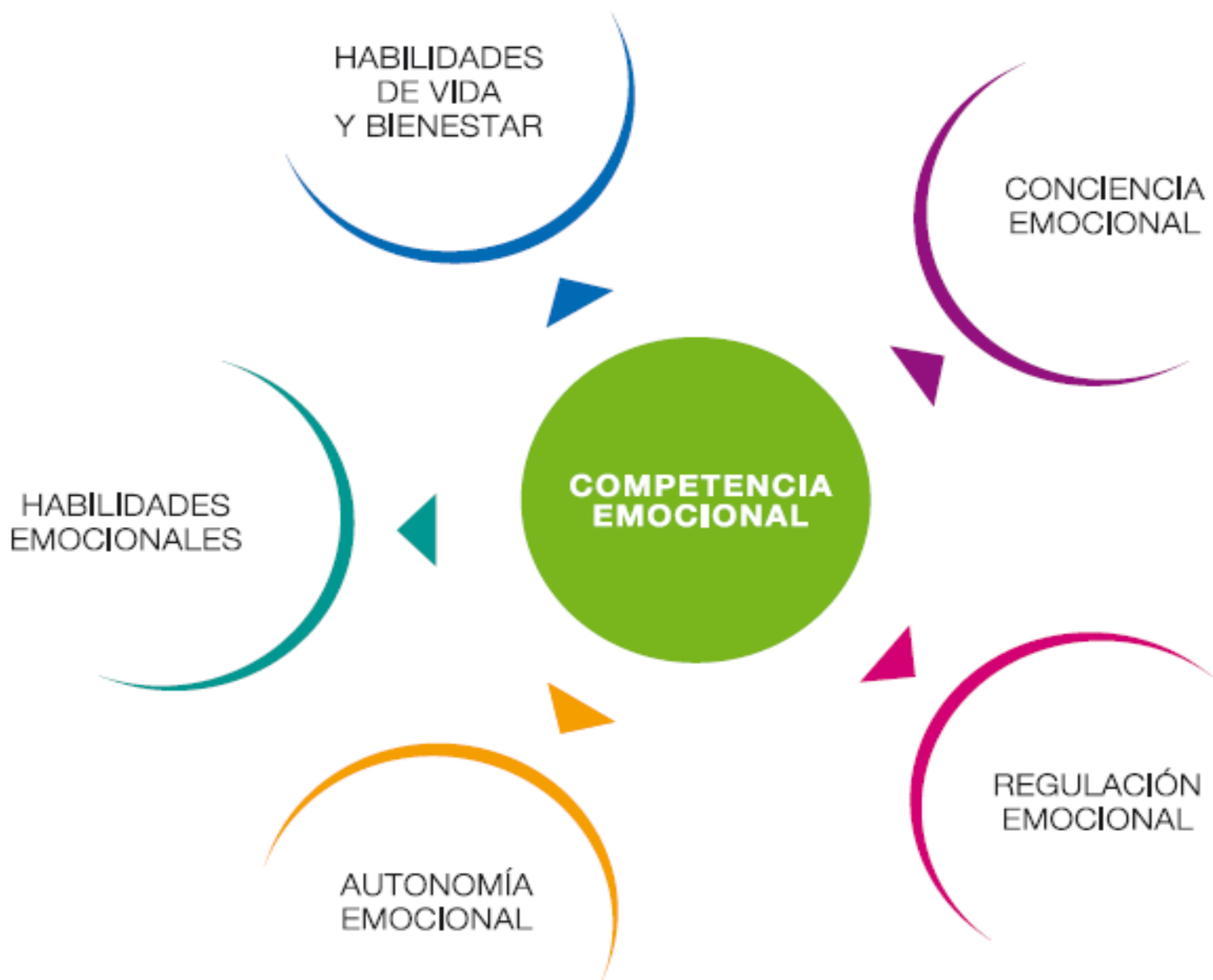
« IMAGINACIÓN »



Inteligencia Emocional en el Aula



Competencias Emocionales





HABILIDADES PARA LA VIDA

Conseguir mi bienestar
y objetivos



CONCIENCIA EMOCIONAL

Sé lo que siento



HABILIDADES SOCIALES

Lo que siento hacia los
demás
Empatía

COMPETENCIAS EMOCIONALES



AUTONOMIA EMOCIONAL

Autogenero emociones
Autoestima



REGULACION EMOCIONAL

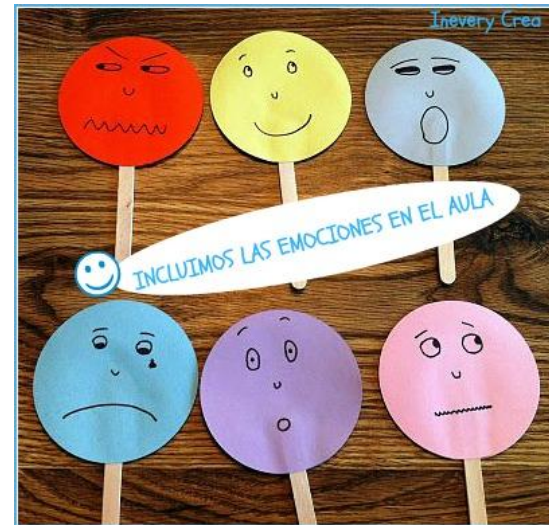
Gestiono lo que
siento

1. Conciencia Emocional (Identificación)

¿Quién soy?

▶ ¿Qué siento?

▶ ¿Cómo soy?



2. Gestión Emocional

Manejo de Emociones

▶ Silencios, bloqueos..

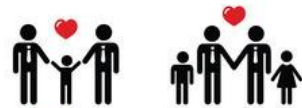


▶ Enfados



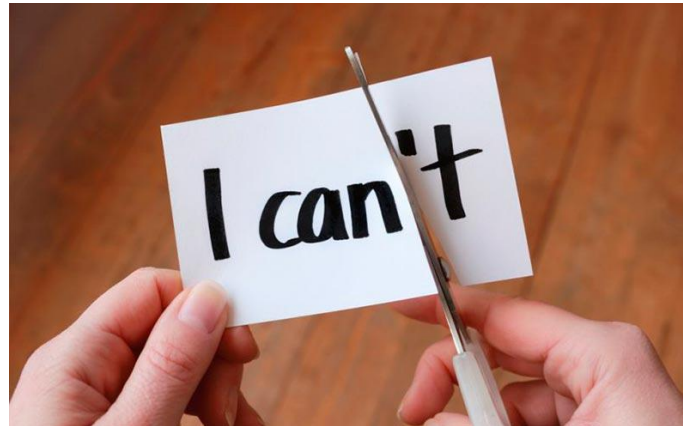
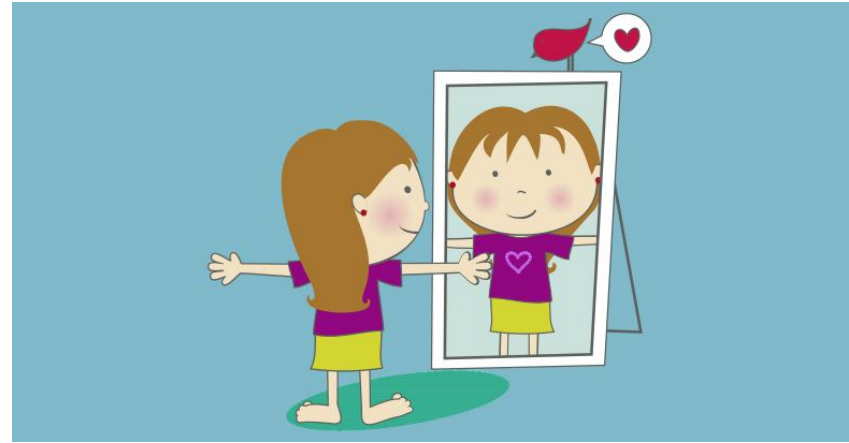
▶ Respeto

▶ Familia



3. Me gusta como soy (Autoestima)

- ▶ Inseguridad (confianza)
- ▶ Autosuficiencia (Opinión)
- ▶ Capacidades



4. Soy Buen/a amig@ (HHSS)

- ▶ Comunicación
- ▶ Integración
- ▶ Compañerismo/Empatía



5. Mis Objetivos

- ▶ Metas
- ▶ Convertir mis sueños en realidad
- ▶ Hábitos saludables
- ▶ Cooperación





HABILIDADSOCIAL.COM

	LO QUE SIENTES	LO QUE HACES
EN TI	AUTO CONCIENCIA	AUTO CONTROL
EN LOS DEMÁS	EMPATÍA	HABILIDADES SOCIALES



Motivación



CÓMO MOTIVAR A TUS ALUMNOS



- 1 DEFINIR UN OBJETIVO 
- 2 PROVOCAR EL DESEO 
- 3 MANTENER LA PASIÓN 
- 4 VISUALIZAR EL CAMBIO 
- 5 FOMENTAR LA EXCELENCIA 
- 6 PREMIAR EL LOGRO Y EL ERROR 
- 7 SUPERAR LOS MIEDOS 
- 8 COMPENSAR CONCENTRACIÓN Y DESCANSO 
- 9 HUIR DEL DOLOR 
- 10 SER RESILIENTE 
- 11 SER DISCIPLINADO 

San Valentín



Reparto de caricias





TIRITAS EMOCIONALES



EDUACTÍVATE

EDUCACTIVATE

BOTIQUÍN EMOCIONAL



Nuestro botiquín está compuesto por; tiritas emocionales, pañuelos recogelágrimas, gasas abrazadoras, pompas autocontrol, pelota antiestrés, caramelos carangustias, spray antimonstruos y pluma acariciadora.

"Uno recuerda con aprecio a los
maestros brillantes,
Pero con gratitud a los que tocaron
nuestros sentimientos."

CARL JUNG