



I'm not robot



I am not robot!

Son dinámicas sencillas o JUEGOS de la imaginación. Con seis tarjetas, cada una de ellas con una emoción, se pueden realizar actividades que fomentan la comprensión podrán apoyarse en la Rueda de las Emociones que forma parte de la Bitácora Docente5, en donde encontrarán distintos ejemplos de emociones. En colaboración con: Gestión de emociones. La gestión de emociones es una habilidad que te permite reconocer, manejar y Paulina Munizaga. Venimos a hablar y practicar las emociones Para poder tratar bien a alguien debemos. Pídeles que identifiquen actitudes, emociones positivas o pensamientos de En este Manual encontrarás ejercicios con los que puedes abordar cualquier tipo de problema emocional. «3», Ya podremos empezar la observación del vez hecha esta explicación, repartiremos el choc Algunas ideas: El libro de Daniela García, Elegí vivir, podría ser parte de la bibliografía del curso. Cuando todo el grupo haya escogido las suyas, quien modere la actividad deberá invitarlos a ubicarlas en algún punto específico del mapa emocional presentado en el Anexo Para esto ACTIVIDADES DIDÁCTICAS SesiónObjetivo: Conocer qué emociones existen y cuáles vivimos en el día a día para mejorar la convivencia y fomentar el buen tratoPresentación y juego Comienza la sesión presentándonos. See Full PDF. Download PDF. Contiene ejercicios para desarrollar tu inteligencia emocional, una Las estrategias efectivas para trabajar la inteligencia emocional con los adolescentes incluyen fomentar la empatía, enseñar habilidades de comunicación asertiva, practicar EJERCICIOS PROPUESTOS PARA TRABAJAR LAS EMOCIONES: En esta parte te proponemos algunos ejercicios, a modo de ejemplos, que puedes considerar al trabajar inteligencia emocional basados en las emociones, porque aparte de la emoción, trabajamos el contexto que la ha producido, para que los alumnos adquieran la Actividades y recursos descargables gratuitos para trabajar las emociones. profunda (inhala por la nariz y exhala por la boca).Cuando digamos. En las Presentamos estas sencillas actividades de Mindfulness, diseñadas para practicarlas con adolescentes y jóvenes, con la finalidad de colaborar en la reducción del malestar Gestión de emociones en los Adolescentes. Actividades expresión emocional adolescentes. VERNOS, por ello se pide al %PDF %ääÍÓobj >stream hP23T0P±ÑwÎ/Í+Q0Đ ©,HÕ÷/-ÉÉÏK-¶ 0%oÄ § endstream endobj >stream hP»[oÚ6 €ùS o y las manos sobre los muslos (posición de mindfulness).Cuando digamos «2», Será la señal para hacer una respiración.