



INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA FAMILIAS CON MIEMBROS TDAH: Escuela de Padres

“Resulta tan contraproducente no saber controlar las propias emociones como no tenerlas ” (Eduardo Punset).

“Las emociones adecuadas aceleran mucho la toma de decisiones ” (Antonio Damasio).

Daniel Muñoz Marrón
octubre 2014





PRÁCTICA 1: Técnica de Expresión Emocional

**¿Qué emociones me
vienen a la cabeza al
hablar sobre el TDAH?**

**"De verdad,
no lo hago aposta"**



Índice.



1. Inteligencia Emocional.

2. Cómo actuar cuando...

3. Introducción a la relajación.

Índice.



1. Inteligencia Emocional.

2. Cómo actuar cuando...

3. Introducción a la relajación.

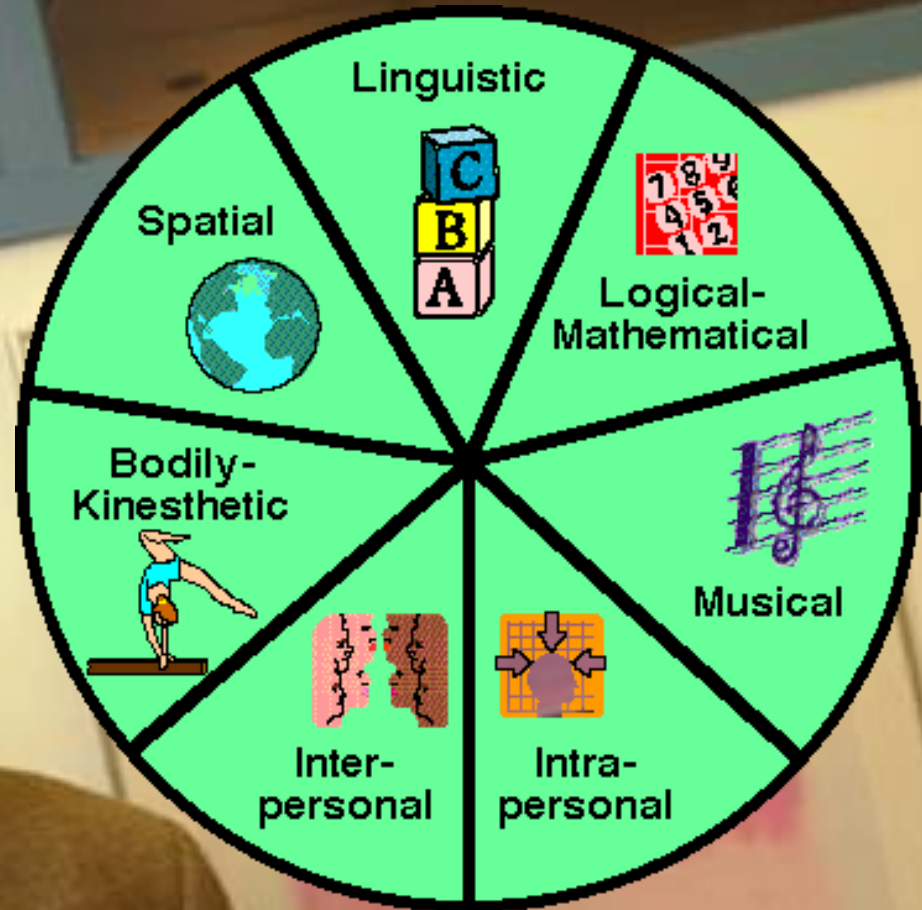
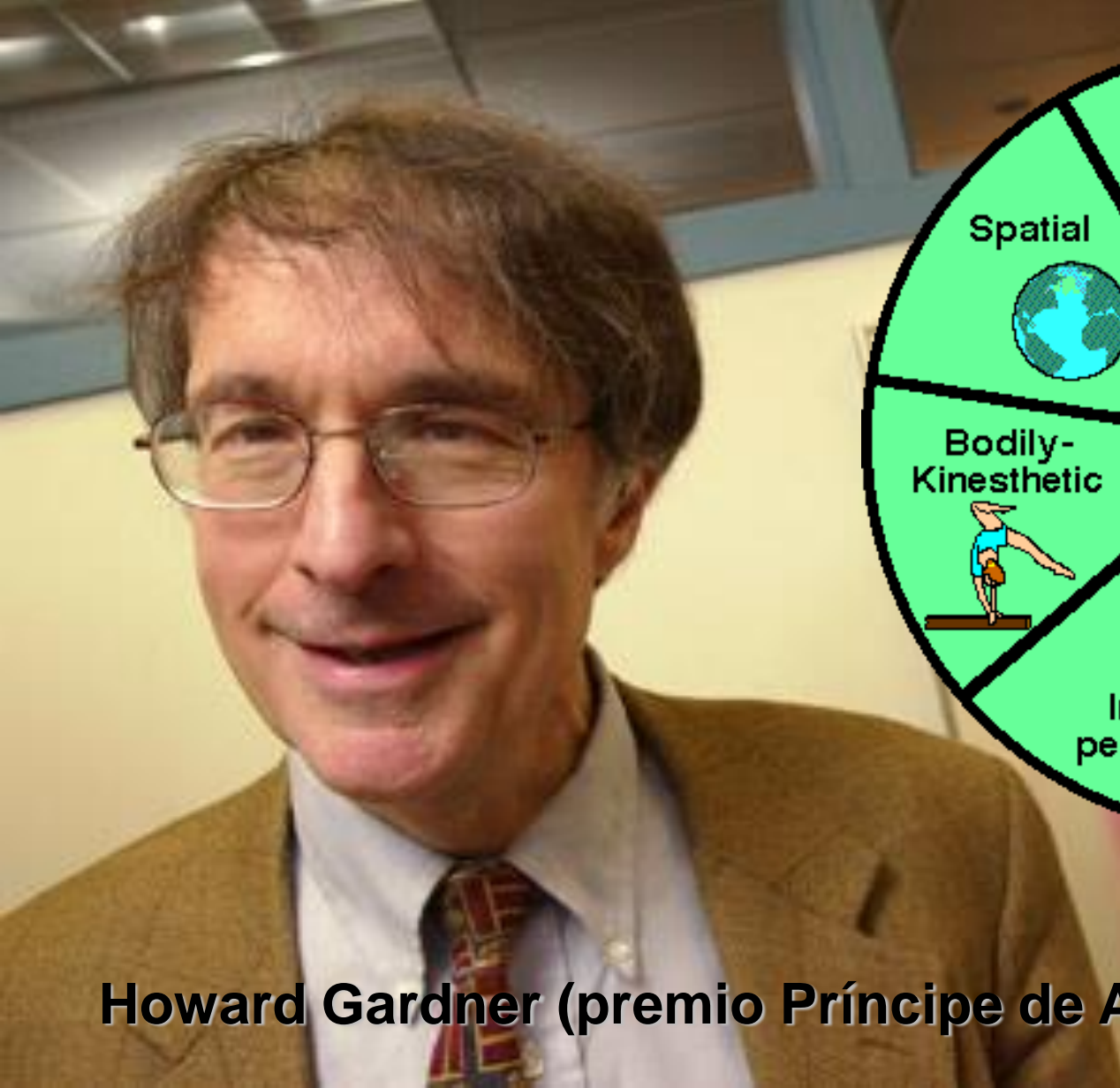
Definición y origen de la IE

- ✓ Concepto introducido en 1990 por Peter Salovey (Yale) y John Mayer (New Hampshire).

“Capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien nuestras emociones y las de los otros”.

- ✓ Daniel Goleman (psicólogo y redactor científico de *The New York Times*).
- ✓ Antecedentes en la Teoría de las Inteligencias Múltiples de Howard Gardner.

Inteligencia Emocional



Howard Gardner (premio Príncipe de Asturias año 2011)

Inteligencia Emocional



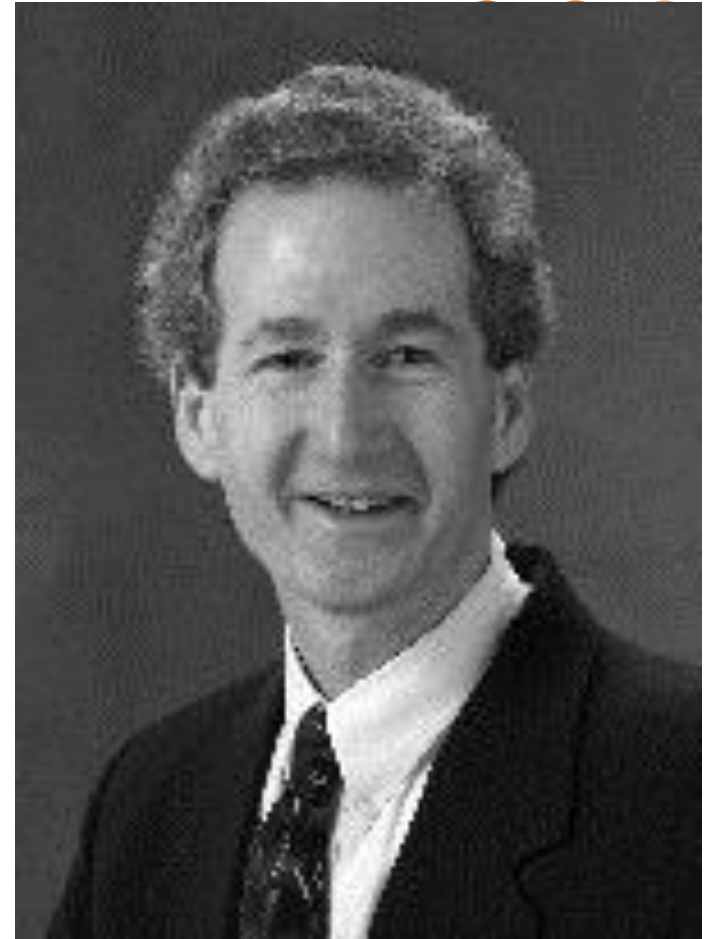
Inteligencia Emocional



Inteligencia Emocional

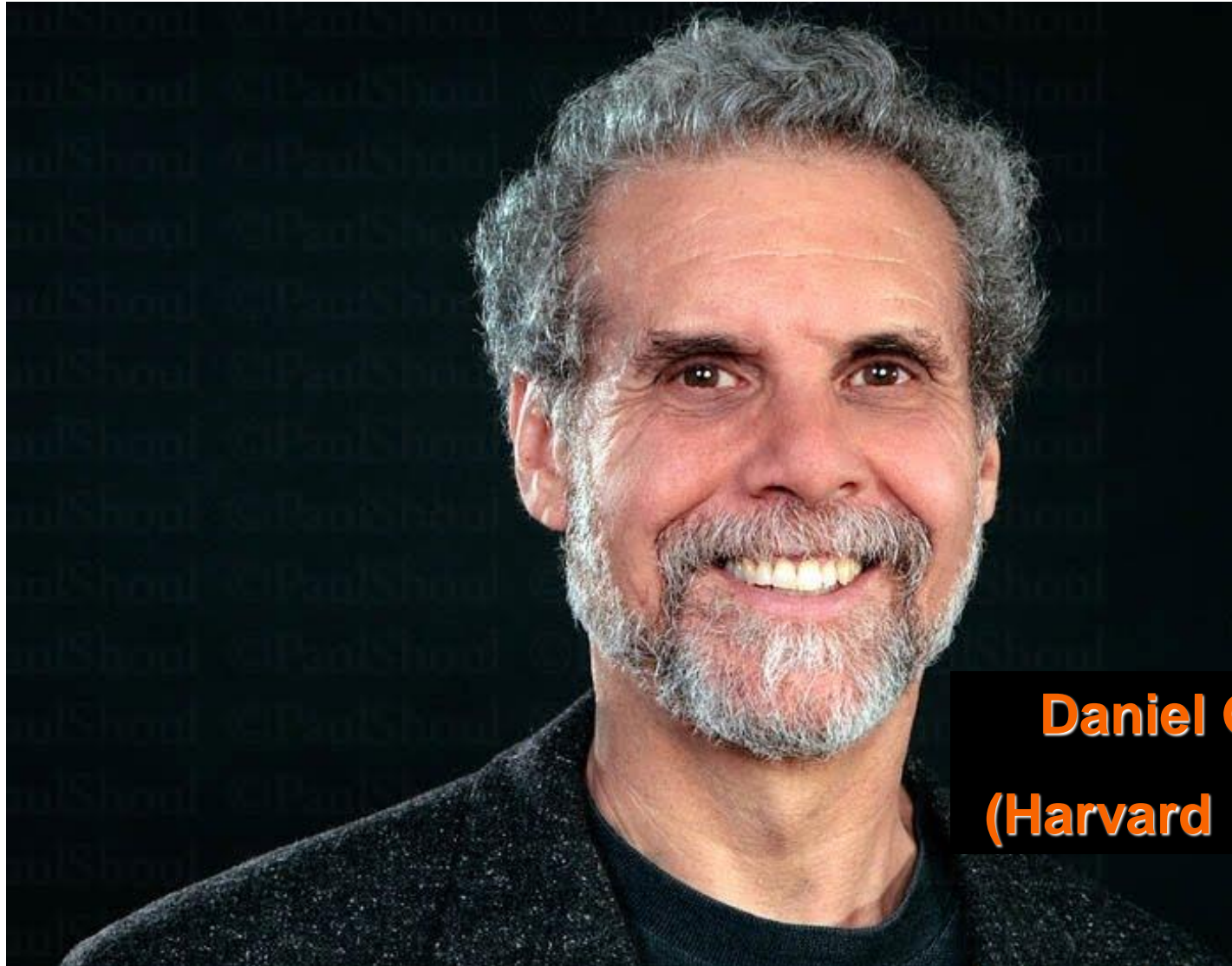


Peter Salovey
(Yale University)



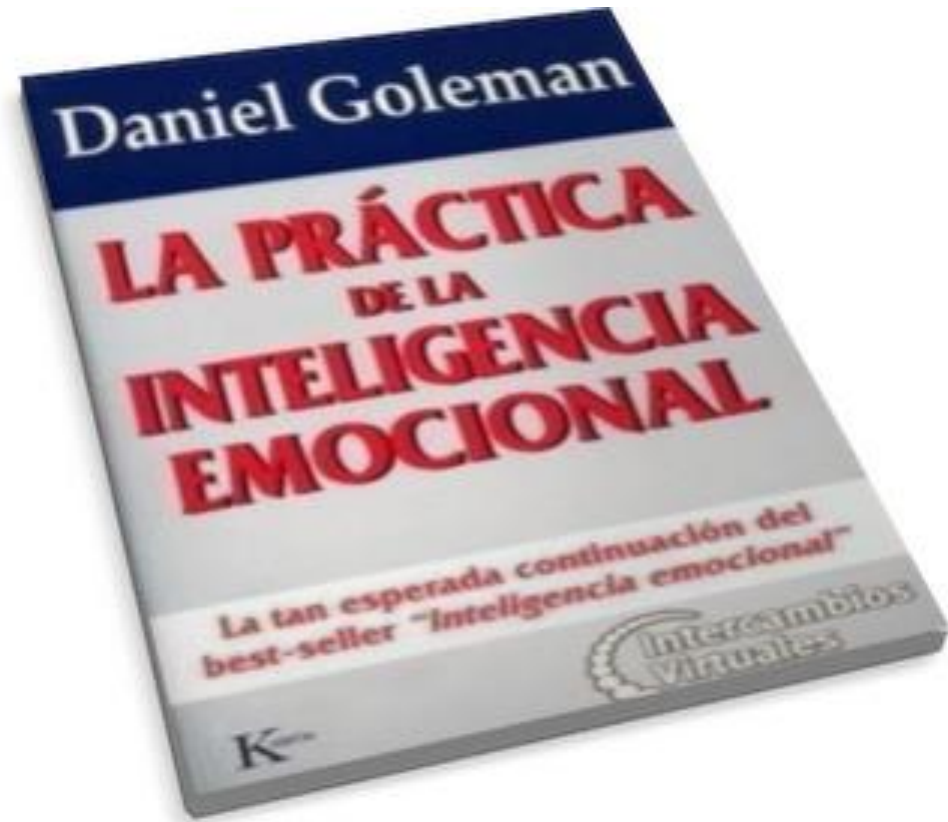
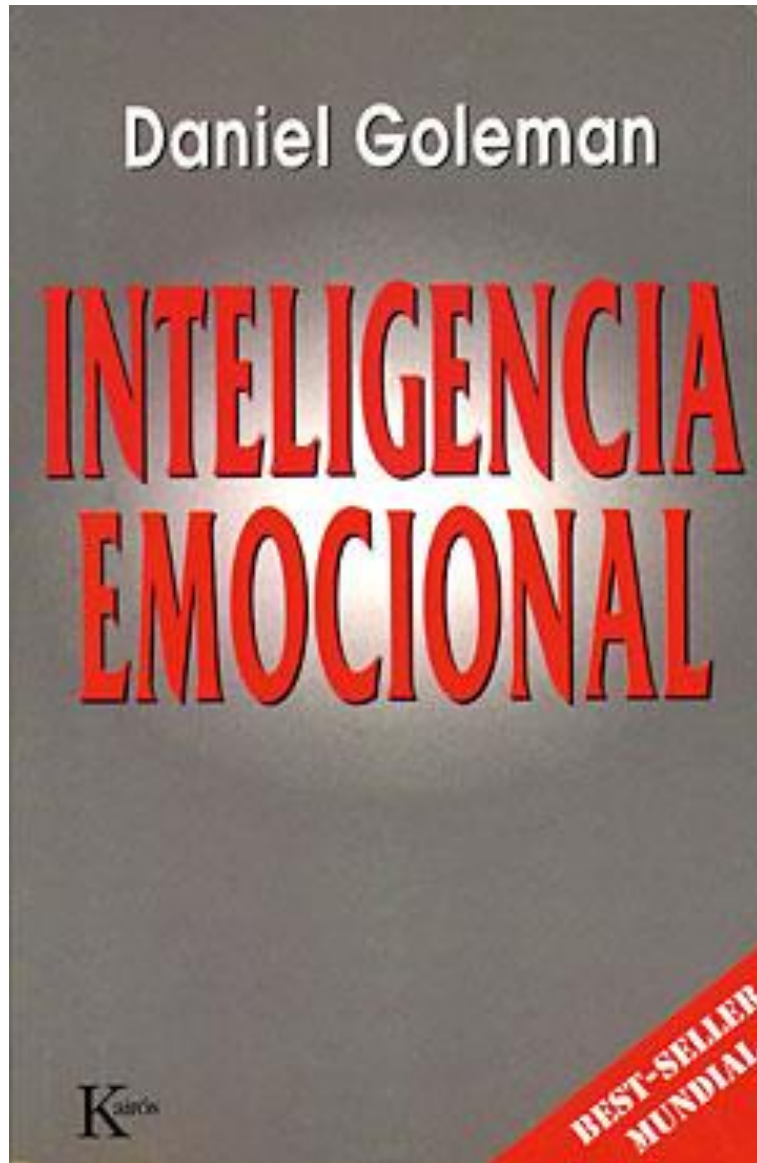
John D. Mayer
(University of New Hampshire)

Inteligencia Emocional



Daniel Goleman
(Harvard University)

Inteligencia Emocional



Definición y origen de la IE

- ✓ El control de las emociones e impulsos (autocontrol) se considera el primer paso para el uso eficiente de las funciones ejecutivas.
- ✓ Por el contrario, la impulsividad (pobre control de las emociones/impulsos) es uno de los criterios del DSM IV para el diagnóstico del TDA.

Conclusión: un buen manejo de las emociones contribuirá a una mejora sustancial en el TDAH.



En la Familia



En el niño

Definición y origen de la IE



- ✓ **Son notables las ventajas que posee adquirir un *correcto manejo de las emociones* para enfrentarnos en el día a día a la dura tarea de educar a nuestros hijos con TDAH.**

El marco de la competencia emocional: Las **5 dimensiones** de la IE



1. COMPETENCIA PERSONAL: **determinan el modo de relacionarnos con nosotros mismos.**

**1.1. Conciencia de uno mismo
(Autoconocimiento)**

1.2. Autorregulación

1.3. Motivación

2. COMPETENCIA SOCIAL: **determinan el modo en que nos relacionamos con los demás.**

2.1. Empatía

2.2. Habilidades Sociales

El marco de la competencia emocional: Las **5 dimensiones** de la IE



1. COMPETENCIA PERSONAL: **determinan el modo de relacionarnos con nosotros mismos.**

1.1. Conciencia de uno mismo (Autoconocimiento)

1.2. Autorregulación

1.3. Motivación

2. COMPETENCIA SOCIAL: **determinan el modo en que nos relacionamos con los demás.**

2.1. Empatía

2.2. Habilidades Sociales

Las 5 dimensiones de la IE

1. COMPETENCIA PERSONAL



1.1. Conciencia de uno mismo (Autoconocimiento):

- a) Conciencia emocional.
- b) Valoración adecuada de uno mismo.
- c) Confianza en uno mismo.

Las 5 dimensiones de la IE

1. COMPETENCIA PERSONAL



1.1. Conciencia de uno mismo (Autoconocimiento):

- a) **Conciencia emocional:** reconocer nuestras propias emociones y sus efectos.
- b) **Valoración adecuada de uno mismo:** conocer las propias fortalezas y debilidades.
- c) **Confianza en uno mismo:** seguridad en la valoración que hacemos sobre nosotros mismos y sobre nuestras capacidades.



PRÁCTICA 2013:

**Técnica de
Identificación y
expresión de
emociones:**

“Fotografías”

**¿Qué emociones me vienen a la cabeza al ver
esta foto? (utilizar listado)**



PRÁCTICA 2013:

**Identificando
emociones:**

“Música”

(utilizar el listado)



PRÁCTICA 2013:
Generando
autoconfianza:
“Planificación”

**Si aprendo a planificarme
bien podré enseñarlo**
***“¿He cumplido el objetivo
programado para el
lunes?”***

El marco de la competencia emocional: Las **5 dimensiones** de la IE



1. COMPETENCIA PERSONAL: **determinan el modo de relacionarnos con nosotros mismos.**

**1.1. Conciencia de uno mismo
(Autoconocimiento)**

1.2. Autorregulación

1.3. Motivación

2. COMPETENCIA SOCIAL: **determinan el modo en que nos relacionamos con los demás.**

2.1. Empatía

2.2. Habilidades Sociales

Las 5 dimensiones de la IE

1. COMPETENCIA PERSONAL



1.2. Autorregulación:

- a) Autocontrol.
- b) Confiabilidad (capacidad para generar confianza).
- c) Integridad.
- d) Adaptabilidad (capacidad de adaptación).
- e) Innovación.

Las 5 dimensiones de la IE

1. COMPETENCIA PERSONAL



1.2. Autorregulación:

- a) **Autocontrol:** capacidad de manejar adecuadamente las emociones y los impulsos conflictivos.
- b) **Confiabilidad (capacidad para generar confianza):** fidelidad al criterio de sinceridad e integridad.
- c) **Integridad:** asumir la responsabilidad de nuestra actuación personal.
- d) **Adaptabilidad (capacidad de adaptación):** flexibilidad para afrontar los cambios.
- e) **Innovación:** sentirse cómodo y abierto ante las nuevas ideas, enfoques e información.



Música Relajación

PRÁCTICA 2

**Técnica de
autocontrol:**

***“Mi imagen de
relajación”***

El marco de la competencia emocional: Las **5 dimensiones** de la IE



1. COMPETENCIA PERSONAL: **determinan el modo de relacionarnos con nosotros mismos.**

**1.1. Conciencia de uno mismo
(Autoconocimiento)**

1.2. Autorregulación

1.3. Motivación

2. COMPETENCIA SOCIAL: **determinan el modo en que nos relacionamos con los demás.**

2.1. Empatía

2.2. Habilidades Sociales

El marco de la competencia emocional: Las **5 dimensiones** de la IE



1. COMPETENCIA PERSONAL: **determinan el modo de relacionarnos con nosotros mismos.**

**1.1. Conciencia de uno mismo
(Autoconocimiento)**

1.2. Autorregulación

1.3. Motivación

2. COMPETENCIA SOCIAL: **determinan el modo en que nos relacionamos con los demás.**

2.1. Empatía

2.2. Habilidades Sociales

Las 5 dimensiones de la IE

1. COMPETENCIA PERSONAL



1.3. Motivación:

- a) Motivación de logro.
- b) Compromiso.
- c) Iniciativa.
- d) Optimismo.

Las 5 dimensiones de la IE

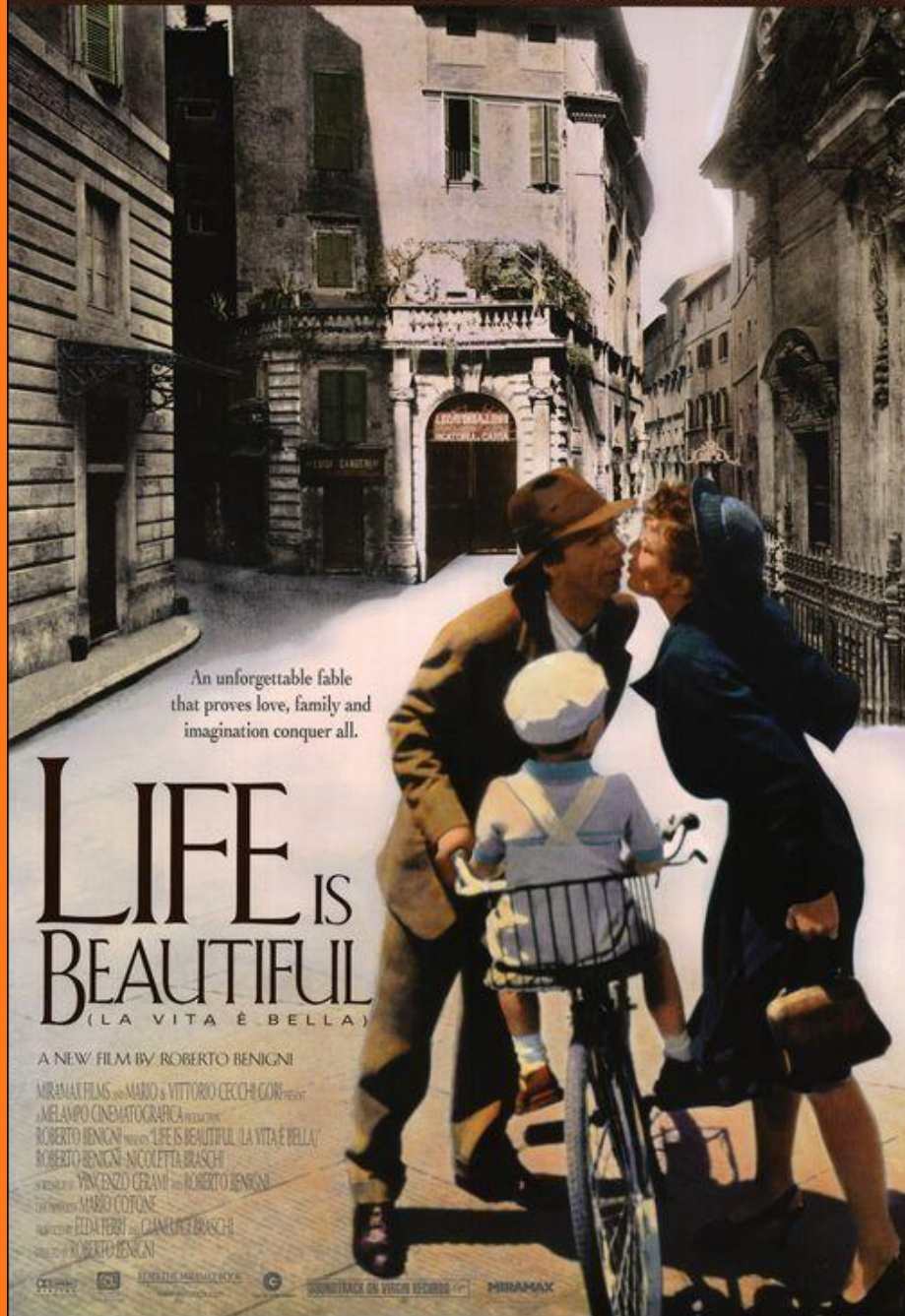
1. COMPETENCIA PERSONAL



1.3. Motivación:

- a) **Motivación de logro:** esforzarse por mejorar o satisfacer un determinado criterio de excelencia.
- b) **Compromiso:** secundar los objetivos de un grupo u organización.
- c) **Iniciativa:** prontitud para actuar cuando se presenta la ocasión.
- d) **Optimismo:** persistencia en la consecución de los objetivos a pesar de los obstáculos y los contratiempos.

WINNER - GRAND JURY PRIZE - 1998 CANNES FILM FESTIVAL



An unforgettable fable
that proves love, family and
imagination conquer all.

LIFE IS BEAUTIFUL

(LA VITA È BELLA)

A NEW FILM BY ROBERTO BENIGNI

MIRAMAX FILMS PRESENTS MARIO & VITTORIO CECCHI GONZI

JAMELAPRO CINEMATOGRAFICA PRESENTS

ROBERTO BENIGNI DIRECTOR OF LIFE IS BEAUTIFUL (LA VITA È BELLA)

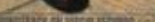
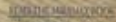
ROBERTO BENIGNI NICOLETTA BRASCHI

SCREENPLAY BY VINCENZO CERAMI & ROBERTO BENIGNI

THE MUSIC BY MARIO COFFANO

EDITED BY ELDA TEBBI & CHIARA BRASCHI

PRODUCED BY ROBERTO BENIGNI



PRÁCTICA 2013:

Optimismo:

*“La vida es
bella”*

(1h 18'30'')

LECTURA 2013: Optimismo

“Los ambientadores”

TRASTIENDA

EL TÓPICO DE LA SEMANA | PILAR CAMBRA

Los ambientadores

Pues sí: olfateen ustedes y comprobarán cómo, en todo grupo humano –y laboral, por supuesto–, hay quien va esparciendo el aroma a *ozonopino* del optimismo y quien, por el contrario, envenena el ambiente con la peste de la envidia o el rencor.

En las infinitas listas que circulan sobre las cualidades y características del liderazgo figuran, naturalmente, las habilidades del líder para contagiar, para transmitir elementos inmateriales que hacen florecer el buen trabajo cual orquídea en la jungla y, sin los cuales, ese mismo trabajo se mustia como una planta sin riego... El entusiasmo, el espíritu de superación, el prurito de mantener fresca la capacidad de iniciativa se incluyen, casi siempre, en esas listas. Y me parece de perlas porque es indiscutible que, o el líder es como un buen virus que inocular esos rasgos en las personas que trabajan con él y para él, o el líder va de ala y cuesta abajo hacia los puestos inferiores del organigrama...

Hay, sin embargo, una peculiaridad de los líderes que no veo citada casi nunca –por no decir jamás– en esos vademécum sobre liderazgo... Y ello es el innato don de crear ambiente... Vamos a ver: siendo todos los currantes –como lo somos– completa y totalmente prescindibles, sustituibles, carne de cañón y destinados al olvido así que pasemos al estado de *jubilatas*, mi experiencia –y creo que también la suya– me dice que hay personas cuyo hueco, cuya ausencia transitoria se nota mucho más que los de otras. “¿Qué le pasa a fulanito?”, “¿dónde está menganita?”, se pregunta en voz alta en la oficina sobre estas peculiares personas, las que yo llamo “ambientadores”, mientras que, otras, pueden perderse en el desierto del Gobi durante meses y meses sin que nadie se interese por su paradero...

Y es que, en estos “ambientadores”, todo es difusivo: el modo de trabajar y de comportarse, el humor, el hecho de que hablen o callen... Si tiene un buen día, el *ambientador* consigue que el trabajo parezca más grato y, el trato entre todos, más cordial. Si, por el contrario, el *ambientador* se ha levantado con jaqueca, con preocupaciones, y permanece callado y taciturno, la atmósfera se adensa y se hace más gris y opresiva...

Esa capacidad de dar tono y color a un espacio amplio de trabajo es, en mi opinión, algo que no puede enseñarse ni aprenderse: se nace con ella, como se viene a la vida rubio o moreno, alto o bajo, peludo o lampiño... Hay, por tanto, quien es cerrado como una ostra y quien, por don del cielo, es abierto como un horizonte... ¡Hombre! no está mal –al contrario: es bien aconsejable– que el introvertido, el tímido, el sieso traten de adquirir eso que se han dado en llamar *habilidades sociales*, rasgos de carácter que hagan más amena la convivencia con ellos... Pero, por favor, ¡sin tratar de forzar la máquina!... Porque pocas cosas hay más penosas y ridículas que el “*gracioso a la fuerza*”, el

simpático por obligación o el *ambientador por oficio*... El resultado de tratar de falsear la propia personalidad es un espectáculo tan triste como el de un *guiri* intentando bailar sevillanas...

Como es lógico, los *ambientadores* más valiosos, aquellos con los que da gusto trabajar, son, precisamente, los que no van de *ambientadores*. En la mayoría de los casos, ni siquiera saben que lo son y, cuando se les sugiere que poseen ese don, se resisten a admitirlo: “Yo soy como todos, como



tú... El buen o mal humor de cada uno de nosotros es el que acaba creando el buen o mal rollo que disfrutamos o sufrimos”...

Pero no es verdad: cuando el *ambientador* nato está ausente, parece como si a todos nos costase más, nos resultase más penoso tirar del carro del trabajo común... Y, en cambio, la presencia del *ambientador* consigue hacer más fácil lo difícil y más posible lo imposible. Cosas que pasan, oigan...

El marco de la competencia emocional: Las **5 dimensiones** de la IE



1. COMPETENCIA PERSONAL: **determinan el modo de relacionarnos con nosotros mismos.**

**1.1. Conciencia de uno mismo
(Autoconocimiento)**

1.2. Autorregulación

1.3. Motivación



2. COMPETENCIA SOCIAL: **determinan el modo en que nos relacionamos con los demás.**

2.1. Empatía

2.2. Habilidades Sociales

El marco de la competencia emocional: Las **5 dimensiones** de la IE



1. COMPETENCIA PERSONAL: **determinan el modo de relacionarnos con nosotros mismos.**

**1.1. Conciencia de uno mismo
(Autoconocimiento)**

1.2. Autorregulación

1.3. Motivación



2. COMPETENCIA SOCIAL: **determinan el modo en que nos relacionamos con los demás.**

2.1. Empatía

2.2. Habilidades Sociales

Las 5 dimensiones de la IE

2. COMPETENCIA SOCIAL



2.1. Empatía:

- a) Comprensión de las personas.
- b) Ayudar a los demás a crecer humanamente.
- c) Orientación al servicio.
- d) Aprovechamiento de la diversidad.
- e) Conciencia política.

Las 5 dimensiones de la IE

2. COMPETENCIA SOCIAL



2.1. Empatía:

- a) **Comprensión de las personas:** capacidad para captar los sentimientos y puntos de vista de otras personas e interesarnos activamente por las cosas que les preocupan.
- b) **Ayudar a los demás a crecer humanamente.**
- c) **Orientación al servicio:** anticiparse, reconocer y satisfacer las necesidades de los “clientes”.
- d) **Aprovechamiento de la diversidad:** aprovechar las oportunidades que nos brindan diferentes tipos de personas.
- e) **Conciencia política:** capacidad para captar las corrientes emocionales y las relaciones de poder subyacentes en un grupo.

Las 5 dimensiones de la IE

2. COMPETENCIA SOCIAL



2.1. Empatía:

- a) **Comprensión de las personas:** capacidad para captar los sentimientos y puntos de vista de otras personas e interesarnos activamente por las cosas que les preocupan.
- b) **Ayudar a los demás a crecer humanamente.**
- c) **Orientación al servicio:** anticiparse, reconocer y satisfacer las necesidades de los “clientes”.
- d) **Aprovechamiento de la diversidad:** aprovechar las oportunidades que nos brindan diferentes tipos de personas.
- e) **Conciencia política:** capacidad para captar las corrientes emocionales y las relaciones de poder subyacentes en un grupo.



Tengo
TDA-H
¿Sabes lo que siento?

PRÁCTICA 3
Trabajando la Empatía
“Cómo me ven los adultos”
“Cómo me ven mis iguales”
(trabajo en equipo)



Tengo

TDA-H

¿Sabes lo que siento?

Soy un niño con TDAH y...

...mi padre...

...mi madre...

...mi maestro...

...mis hermanos...

...mi mejor amigo...

...mis compañeros de clase...

...creen que soy...

El marco de la competencia emocional: Las **5 dimensiones** de la IE



1. COMPETENCIA PERSONAL: **determinan el modo de relacionarnos con nosotros mismos.**

**1.1. Conciencia de uno mismo
(Autoconocimiento)**

1.2. Autorregulación

1.3. Motivación

2. COMPETENCIA SOCIAL: **determinan el modo en que nos relacionamos con los demás.**

2.1. Empatía

2.2. Habilidades Sociales

El marco de la competencia emocional: Las **5 dimensiones** de la IE



1. COMPETENCIA PERSONAL: **determinan el modo de relacionarnos con nosotros mismos.**

**1.1. Conciencia de uno mismo
(Autoconocimiento)**

1.2. Autorregulación

1.3. Motivación

2. COMPETENCIA SOCIAL: **determinan el modo en que nos relacionamos con los demás.**

2.1. Empatía

2.2. Habilidades Sociales

Las 5 dimensiones de la IE

2. COMPETENCIA SOCIAL



2.2. Habilidades Sociales:

- a) Influencia.
- b) Comunicación.
- c) Liderazgo.
- d) Catalización del cambio.
- e) Colaboración y cooperación.
- f) Habilidades de equipo.

Las 5 dimensiones de la IE

2. COMPETENCIA SOCIAL



2.2. Habilidades Sociales:

- a) **Influencia:** utilizar tácticas de persuasión eficaces.
- b) **Comunicación:** emitir mensajes claros y convincentes.
- c) **Liderazgo:** Inspirar y dirigir a grupos y personas.
- d) **Catalización del cambio:** iniciar o dirigir los cambios.
- e) **Colaboración y cooperación:** ser capaces de trabajar con los demás en la consecución de una meta común.
- f) **Habilidades de equipo:** ser capaces de crear la sinergia grupal en la consecución de metas colectivas.

Las 5 dimensiones de la IE

2. COMPETENCIA SOCIAL



2.2. Habilidades Sociales:

- a) **Influencia:** utilizar tácticas de persuasión eficaces.
- b) **Comunicación:** emitir mensajes claros y convincentes.
- c) **Liderazgo:** Inspirar y dirigir a grupos y personas.
- d) **Catalización del cambio:** iniciar o dirigir los cambios.
- e) **Colaboración y cooperación:** ser capaces de trabajar con los demás en la consecución de una meta común.
- f) **Habilidades de equipo:** ser capaces de crear la sinergia grupal en la consecución de metas colectivas.

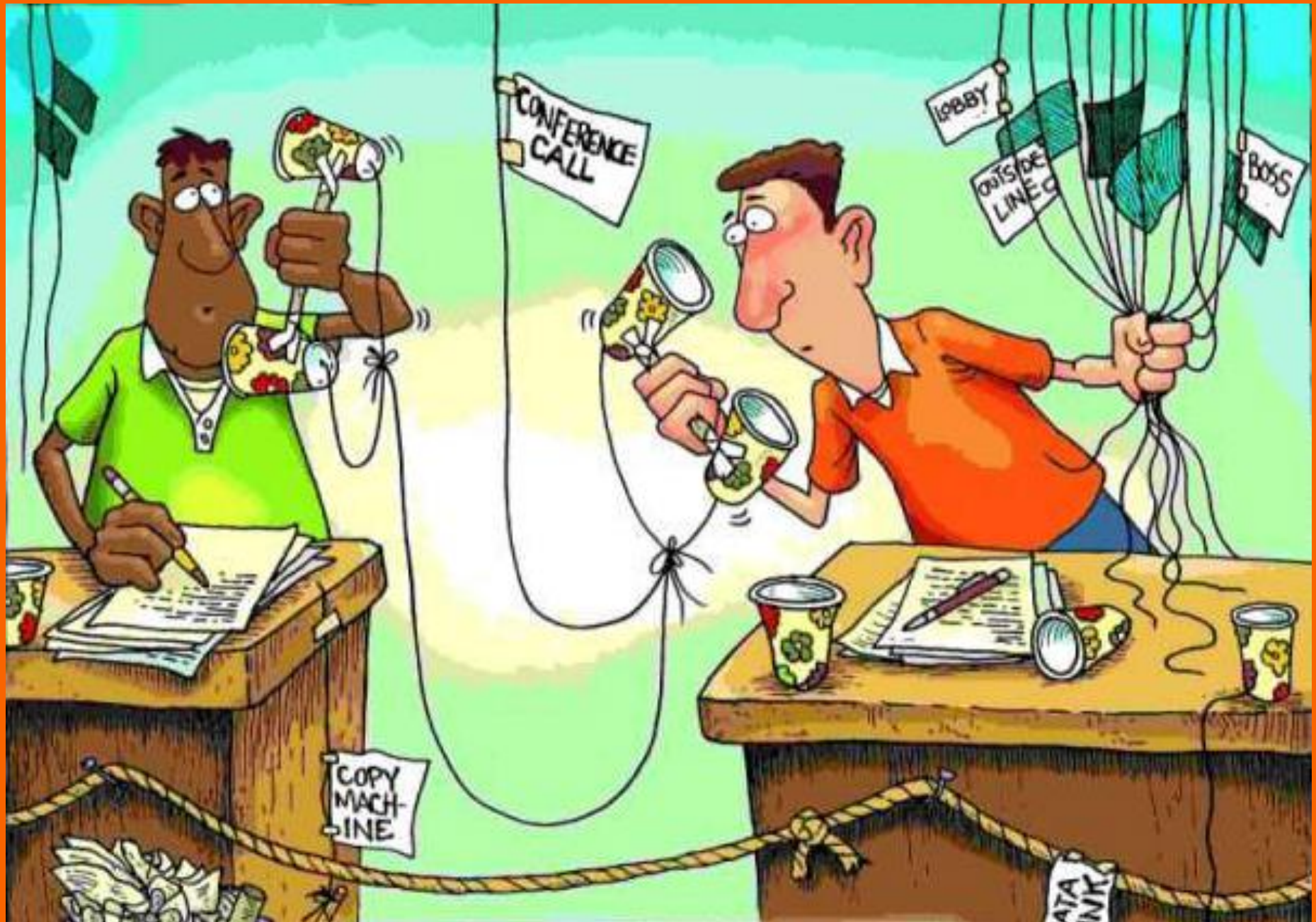


COMUNICACIÓN

Mensajes apropiados

+

Asertividad



CONFERENCE CALL

LOBBY

OUTSIDE LINE

BOSS

COPY MACHINE

DATA LINK

CONDUCTA ASERTIVA

ASERTIVIDAD:



- Def. (R.E. Albert y M.L. Emmons): *“conducta que permite a una persona actuar en base a sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales, sin negar los derechos de los otros”*.
- *“Forma de expresión consciente, congruente, clara, directa y equilibrada, cuya finalidad es comunicar nuestras ideas y sentimientos o defender nuestros legítimos derechos sin la intención de herir o perjudicar, actuando desde un estado interior de autoconfianza, en lugar de la emocionalidad limitante típica de la ansiedad, la culpa o la rabia.”*
- **Ventajas:** radica en defender los propios derechos de una manera tal que aunque no consigamos el objetivo principal, nos quedemos con la idea o sensación de haber actuado en propio beneficio sin perjudicar al contrario.

TÉCNICAS DE COMUNICACIÓN ASERTIVA



Asertividad/Conducta Asertiva:

Hacer o decir lo que se cree que es justo para mí sin faltar al derecho del otro.

Conducta Pasiva (sumiso)

Evita hablar. Se pliega a lo que dicen los demás. No defiende sus puntos de vista.

Conducta Asertiva

Habla con efectividad y propiedad. Expone sus ideas en forma lógica y sin contradicciones. Juega al yo gano - tú ganas.

Conducta Agresiva

Ofende. Se impone por la fuerza. Juega al yo gano - tú pierdes. No escucha sugerencias

¿Por qué es importante la asertividad?



En cualquier relación personal es necesaria la comunicación y esta debe basarse en conductas asertivas:

- ✓ Hacer y rechazar peticiones.
- ✓ Expresar agrado y afecto.
- ✓ Defender los propios derechos.
- ✓ Expresar opiniones personales, acuerdo, desacuerdo.

**FUNDAMENTALES EN LA
RELACIÓN CON
NUESTROS HIJOS TDAH:**

DERECHOS ASERTIVOS

28 derechos asertivos

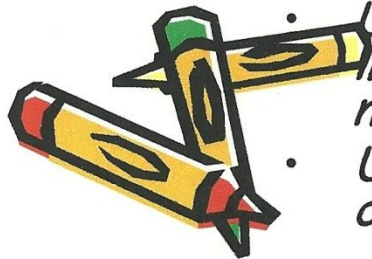
- *Algunas veces, Ud. tiene derecho a ser el primero.*
- *Ud. tiene derecho a cometer errores.*
- *Ud. tiene derecho a tener sus propias opiniones y creencias.*
- *Ud. tiene derecho a cambiar de idea, opinión, o actuación.*
- *Ud. tiene derecho a expresar una crítica y a protestar por un trato injusto.*
- *Ud. tiene derecho a pedir una aclaración.*
- *Ud. tiene derecho a intentar cambiar lo que no le satisface.*
- *Ud. tiene derecho a pedir ayuda o apoyo emocional.*
- *Ud. tiene derecho a sentir y expresar el dolor.*
- *Ud. tiene derecho a ignorar los consejos de los demás.*
- *Ud. tiene derecho a recibir el reconocimiento por un trabajo bien hecho.*
- *Ud. tiene derecho a negarse a una petición, a decir "no".*
- *Ud. tiene derecho a estar sólo, aún cuando los demás deseen su compañía.*
- *Ud. tiene derecho a no justificarse ante los demás.*
- *Ud. tiene derecho a no responsabilizarse de los problemas de los demás.*



DERECHOS ASERTIVOS



- *Ud. tiene derecho a no anticiparse a los deseos y necesidades de los demás y a no tener que intuirlos.*
- *Ud. tiene derecho a no estar pendiente de la buena voluntad de los demás, o de la ausencia de mala idea en las acciones de los demás.*
- *Ud. tiene derecho a responder, o no hacerlo.*
- *Ud. tiene derecho a ser tratado con dignidad.*
- *Ud. tiene derecho a tener sus propias necesidades y que sean tan importantes como las de los demás.*
- *Ud. tiene derecho a experimentar y expresar sus propios sentimientos, así como a ser su único juez.*
- *Ud. tiene derecho a detenerse y pensar antes de actuar.*
- *Ud. tiene derecho a pedir lo que quiere.*
- *Ud. tiene derecho a hacer menos de lo que es capaz de hacer.*
- *Ud. tiene derecho a decidir qué hacer con su cuerpo, tiempo, y propiedad.*
- *Ud. tiene derecho a rechazar peticiones sin sentirse culpable o egoísta.*
- *Ud. tiene derecho a hablar sobre el problema con la persona involucrada y aclararlo, en casos en que los derechos de cada uno no están del todo claros.*
- *Ud. tiene derecho a hacer cualquier cosa, mientras no vulnere los derechos de otra persona.*



Índice.



1. Inteligencia Emocional.

2. Cómo actuar cuando...

3. Introducción a la relajación.

Índice.



1. Inteligencia Emocional.

2. Cómo actuar cuando...

3. Introducción a la relajación.

Trastornos Asociados:

99%: presenta trastornos del comportamiento.



- ✓ **Trastorno de Conducta:** Trastorno Negativista Desafiante (TND)(oposicionista): lo presentan el 50% de los TDA: rabietas, discute con adultos, desafía órdenes y reglas, molesta a otros, irritabilidad, palabras hirientes y tacos, busca vengarse, se enfada fácilmente, etc. Si existen actos delictivos se convierte en TRASTORNO DISOCIAL.
- ✓ **15% presenta problemas de Aprendizaje:** torpeza motora, lectura, cálculo, escritura o lenguaje. Suelen ser los primeros en detectarse (ámbito escolar).
- ✓ **25% presenta trastornos de Ansiedad:** ansiedad de separación. En adolescentes: crisis de ansiedad. Pueden derivar en quejas somáticas inexplicables, problemas de sueño,...
- ✓ **Labilidad Emocional:** oscilaciones tristeza-euforia, escasa tolerancia a la frustración,...

Consecuencias del Comportamiento



- Retraso en los estudios.
- Discusiones familiares.
- Pérdida de amistades.
- Bajada de autoestima (más fracasos que éxitos).

La IE y su relación con el TDAH



Recomendaciones... cómo actuar frente a ciertos comportamientos de los niños.

Nunca debemos olvidar que nosotros (PADRES y MADRES) somos las figuras de referencia más potentes para nuestros hijos.

El marco de la competencia emocional: Las **5 dimensiones** de la IE



1. COMPETENCIA PERSONAL: **determinan el modo de relacionarnos con nosotros mismos.**

**1.1. Conciencia de uno mismo
(Autoconocimiento)**

1.2. Autorregulación

1.3. Motivación

2. COMPETENCIA SOCIAL: **determinan el modo en que nos relacionamos con los demás.**

2.1. Empatía

2.2. Habilidades Sociales

Las 5 dimensiones de la IE

2. COMPETENCIA SOCIAL



2.2. Habilidades Sociales:

- a) Influencia.
- b) Comunicación.
- c) Liderazgo.
- d) Catalización del cambio.
- e) Colaboración y cooperación.
- f) Habilidades de equipo.

Las 5 dimensiones de la IE

2. COMPETENCIA SOCIAL



2.2. Habilidades Sociales:

- a) **Influencia:** utilizar tácticas de persuasión eficaces.
- b) **Comunicación:** emitir mensajes claros y convincentes.
- c) **Liderazgo:** Inspirar y dirigir a grupos y personas.
- d) **Catalización del cambio:** iniciar o dirigir los cambios.
- e) **Colaboración y cooperación:** ser capaces de trabajar con los demás en la consecución de una meta común.
- f) **Habilidades de equipo:** ser capaces de crear la sinergia grupal en la consecución de metas colectivas.

JACK NICHOLSON
**ONE FLEW OVER
THE CUCKOO'S NEST**



Fantasy Films presents

A MILOS FORMAN FILM JACK NICHOLSON in "ONE FLEW OVER THE CUCKOOS NEST"

Starring LOUISE FLETCHER and WILLIAM REDFIELD · Screenplay LAWRENCE HAUBEN and BO GOLDMAN

Based on the novel by KEN KESEY · Director of Photography HASKELL WEXLER · Music - LACK NITZSCHE

**Influencia-
Catalización del
cambio:**

***“Alguien voló
sobre el nido del
cuco”***

¿Cómo influir?



BASES PSICOLÓGICAS DEL APRENDIZAJE:

- 1.1. Condicionamiento Clásico.**
- 1.2. Condicionamiento Operante/Instrumental.**
- 1.3. Aprendizaje Vicario.**
- 1.4. Problemas en mi vida diaria (anotarlos).**

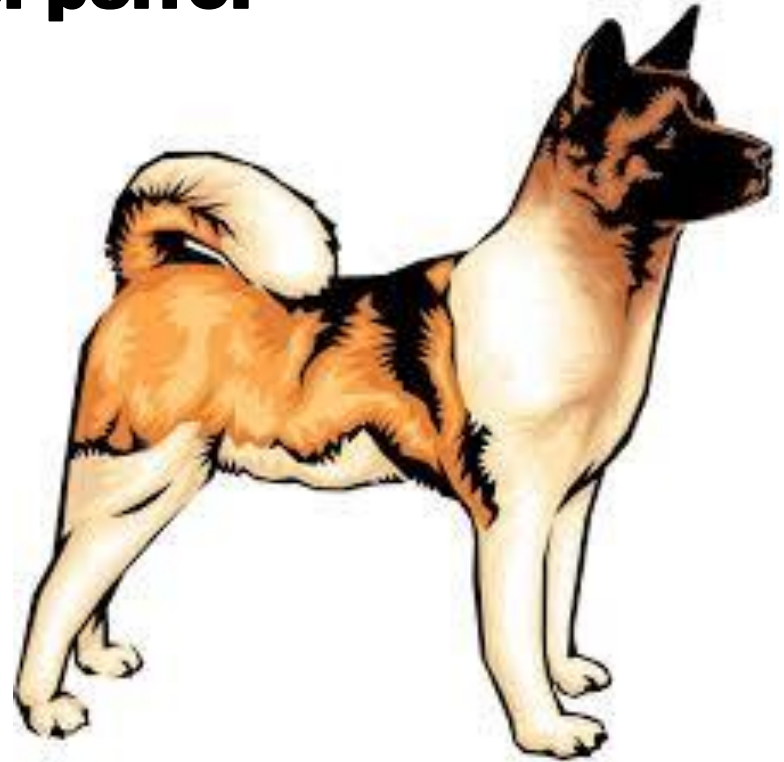
MANEJO DE CONDUCTAS HIJOS/NIETOS:

- 1.5. Pautas de actuación y recomendaciones.**

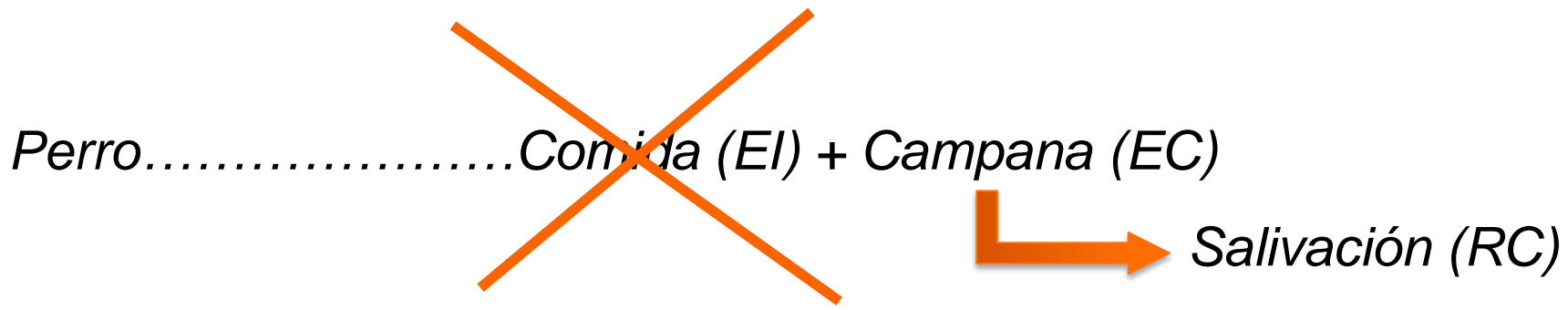
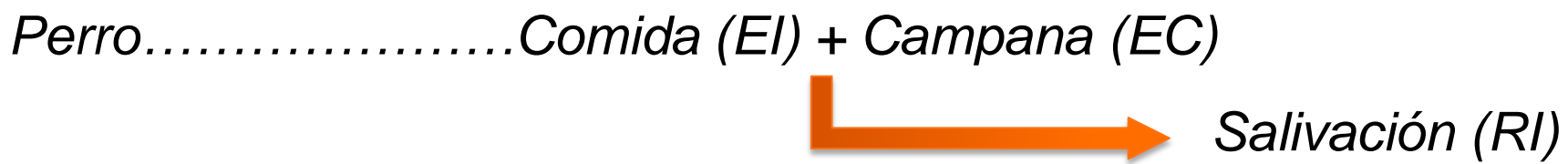
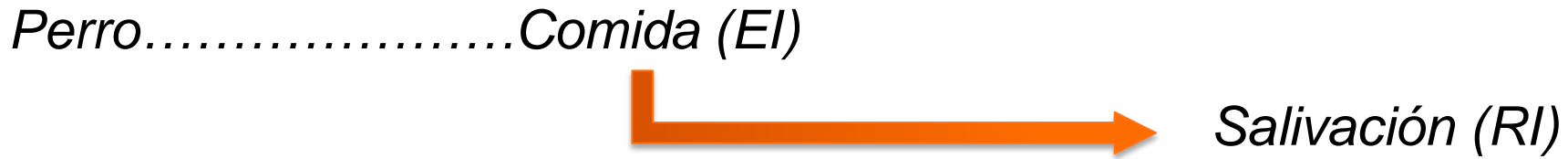
Condicionamiento Clásico

1. Pavlov:

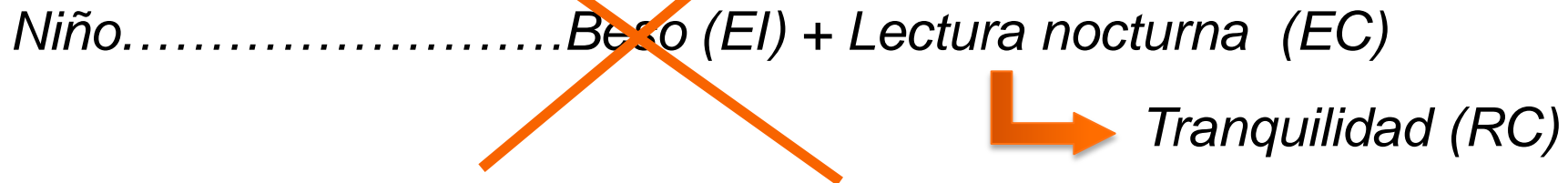
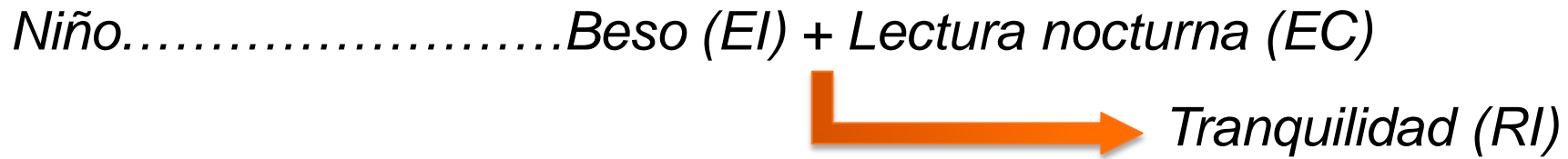
1.1. Experimento del perro.



Condicionamiento Clásico



Condicionamiento Clásico



Condicionamiento Operante / Instrumental



1. Thorndike y Skinner:

1.1. Palomas y ratas.



Condicionamiento Operante / Instrumental



*Mi hijo hace algo **bien**.....Premio*

a) Le doy algo bueno (beso, consola, fútbol...)

b) Le quito algo malo (no ir a casa de tíos, no poner la mesa...).

La conducta tiende a aumentar (a repetirse en el futuro)

*Mi hijo hace algo **mal**.....Castigo*

a) Le quito algo bueno (beso, consola, fútbol,...)

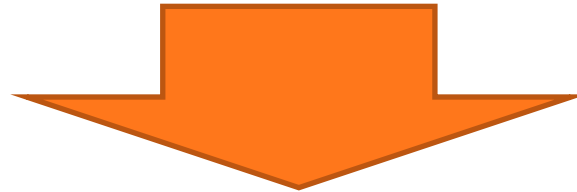
b) Le doy algo malo (tiempo fuera).

La conducta tiende a disminuir (a desaparecer en el futuro)

Aprendizaje Vicario

Bandura: aprendizaje por imitación de modelos:

- Hábitos: *fumar, ayudar en casa, responsabilidades,...*
- Comportamientos sociales: *¿actuamos nosotros de modo distinto al que les pedimos a nuestros hijos?*



Nunca debemos olvidar que nosotros (PADRES y MADRES) somos las figuras de referencia más potentes para nuestros hijos.

Algunas Técnicas Concretas

1. *Economía de fichas.*
2. *Tiempo fuera.*
3. *Uso de autorregistros.*



Algunas Técnicas Concretas

1. *Economía de fichas.*

- *Listado de refuerzos eficaces*
- *Definición de conductas que merecen premio-castigo.*



Algunas Técnicas Concretas

1. *Economía de fichas.*
2. *Tiempo fuera.*



Algunas Técnicas Concretas



1. *Economía de fichas.*
2. *Tiempo fuera.*
3. *Uso de autoregistros.*
 - ✓ Debe estar a la vista de quien realiza la tarea en un sitio visible por el que pase habitualmente:
 - ✓ Le recuerda realizarla.
 - ✓ Sirve como reforzador del cumplimiento de la misma.
 - ✓ Debe rellenarlo el propio niño.



LUNES	☀	▲
MARTES	▲	▲
MIERCOLES	▲	☀
JUEVES	▲	▲
VIERNES	▲	☀
SÁBADO	▲	▲
DOMINGO	▲	▲
LUNES	☀	C
MARTES	☀	C
MIERCOLES	☀	C
JUEVES	☀	C
VIERNES	☀	C
SÁBADO	☀	C
DOMINGO	☀	C
	☀	☀



LUNES	X	▲
MARTES	▲	▲
MIERCOLES	▲	X
JUEVES	▲	▲
VIERNES	▲	X
SÁBADO	▲	▲
DOMINGO	▲	▲
LUNES	☀	C
MARTES	☀	C
MIERCOLES	☀	C
JUEVES	☀	C
VIERNES	☀	C
SÁBADO	☀	C
DOMINGO	☀	C
	▲	▲

MARIA

D

L

M

X

J

V

S

Lavarse los dientes



Quitar la mesa



Fregar



Poner la mesa



Leer en inglés (30)



Leer en español (3)



IVÁN

Lavarse los dientes



Quitar la mesa



Fregar



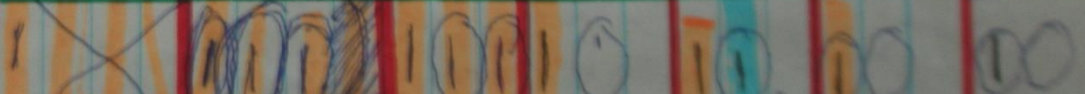
Poner la mesa



Leer en inglés



Leer en español (3)



MARIA

Leer en inglés (20)

Leer en español (3)

Lavarase los dientes

Poner/quitar mesa

D

L

M

X

J

V

S


Leer en inglés (3)

Leer en español (3)

Lavarase los dientes

Poner/quitar mesa

IVÁN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
					Ayudar con el DESAYUNO	
					Poner la mesa a la hora de COMER	
					Poner la mesa a la hora de CENAR	



Horario semanal

Cuadro organización del tiempo

Índice.



1. Inteligencia Emocional.

2. Cómo actuar cuando...

3. Introducción a la relajación.

Índice.



1. Inteligencia Emocional.

2. Cómo actuar cuando...

3. Introducción a la relajación.



Música Relajación

PRÁCTICA 4

TALLER DE RELAJACIÓN

*(Relajación Muscular Progresiva
de Jacobson)*

(Utilizar imagen creada)

El marco de la competencia emocional: Las **5 dimensiones** de la IE



1. COMPETENCIA PERSONAL: **determinan el modo de relacionarnos con nosotros mismos.**

**1.1. Conciencia de uno mismo
(Autoconocimiento)**

1.2. Autorregulación

1.3. Motivación

2. COMPETENCIA SOCIAL: **determinan el modo en que nos relacionamos con los demás.**

2.1. Empatía

2.2. Habilidades Sociales

Inteligencia Emocional



***“Capacidad de reconocer
nuestros propios sentimientos y
los ajenos, de motivarnos y de
manejar bien nuestras
emociones y las de los otros”.***

P. Salovey y J. Mayer (1990)



Recomendaciones a los padres

Daniel Muñoz Marrón
octubre 2014



¡MUCHAS GRACIAS!



**YO ♥ A ALGUIEN
CON TDAH**

Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad

¿DUDAS?

“La emoción es más potente que la razón” (Joseph LeDoux).

Daniel Muñoz Marrón

octubre 2014

