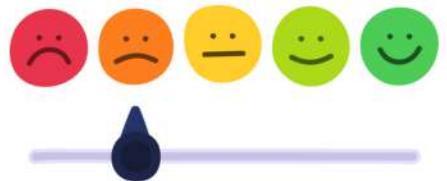


¿CÓMO ME SIENTO?



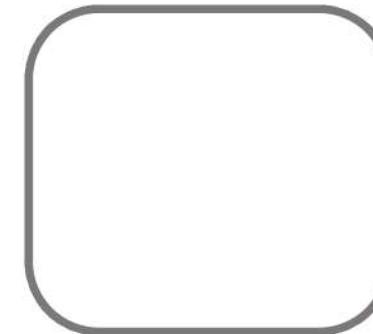
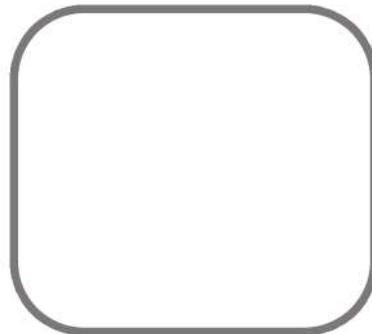
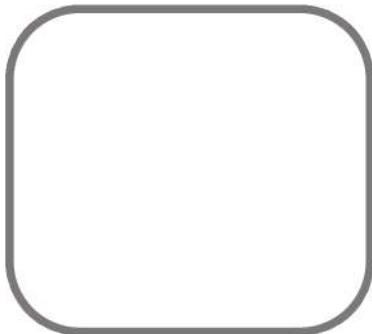
FOTO



- ESTE MATERIAL ES SOBRE CÓMO TRABAJAR LA AUTORREGULACIÓN DE LA CONDUCTA LOGRANDO EL BIENESTAR EMOCIONAL DEL ALUMNADO.
- TENÉIS LAS PLANTILLAS GENERALES PARA COMENZAR PERO LO IDEAL SERÍA IR ADAPTÁNDOLA A LAS NECESIDADES DE CADA ALUMNO/A.
- ES UN NIVEL INICIAL QUE POCO A POCO PODÉIS IR COMPLETANDO.
- ES MUY IMPORTANTE HACERLO DE MANERA CONSTANTE PARA QUE EL ALUMNO/A VAYA INTERIORIZANDO CÓMO SE SIENTE, POR QUÉ, QUÉ NECESITA Y CÓMO SE ENCUENTRA DESPUÉS DE REALIZAR LA CONDUCTA ADAPTATIVA QUE LE OFRECEMOS.



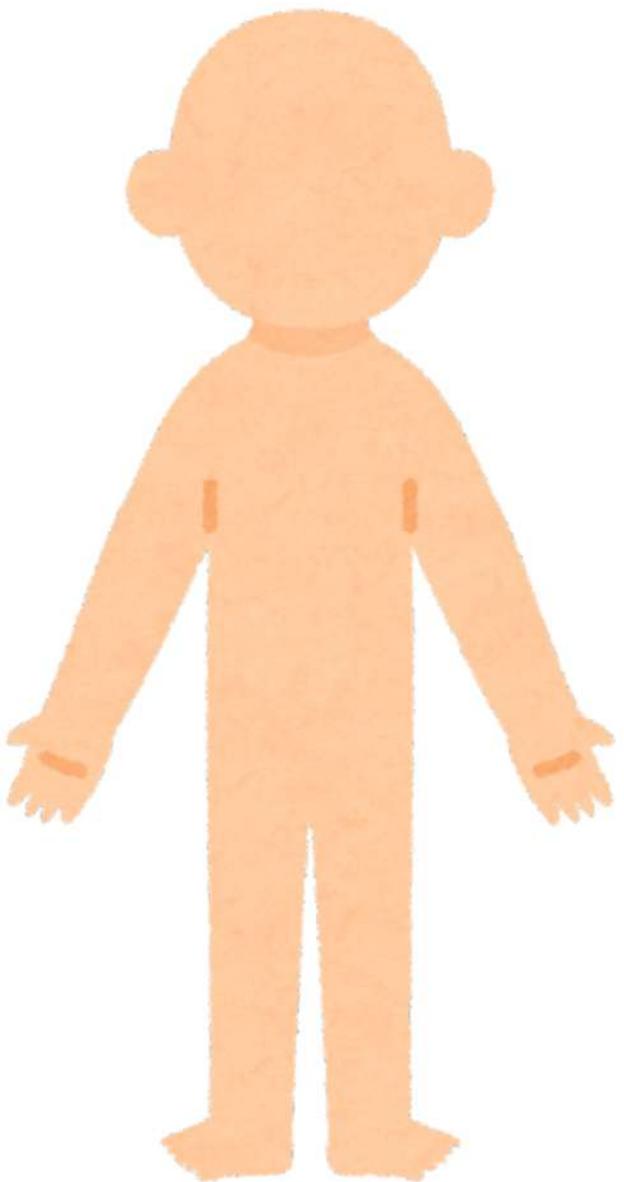
HOY ME SIENTO...



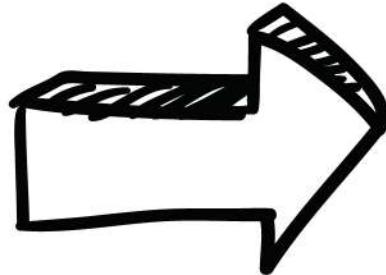
EMPIEZO A SENTIR ...



¿DÓNDE LO SIENTO?



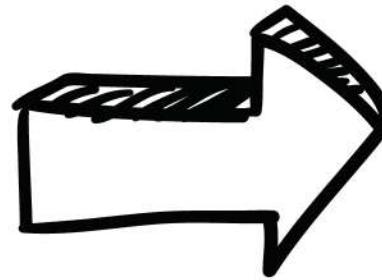
ESTOY



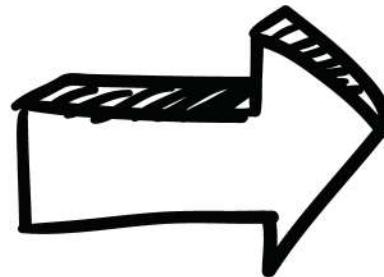
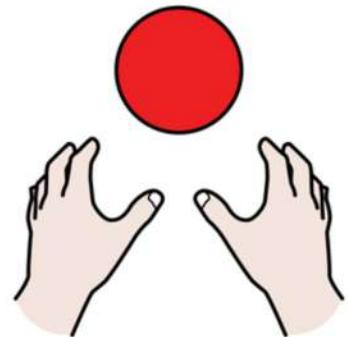
PORQUE...



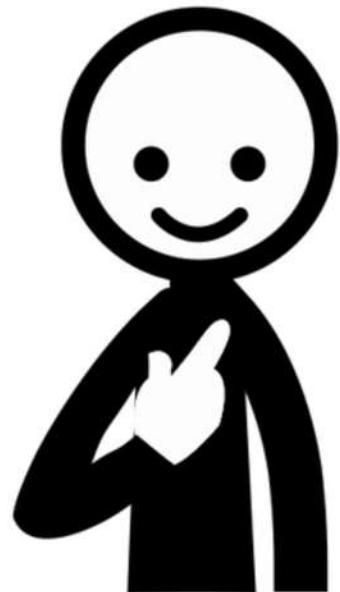
ESTOY



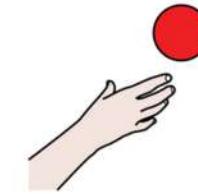
PUEDO



AHORA ME ENCUENTRO



YA PUEDO



ME ENCUENTRO...



TRISTE



CONTENTO/A



ENFADADO/A



NERVIOSO/A



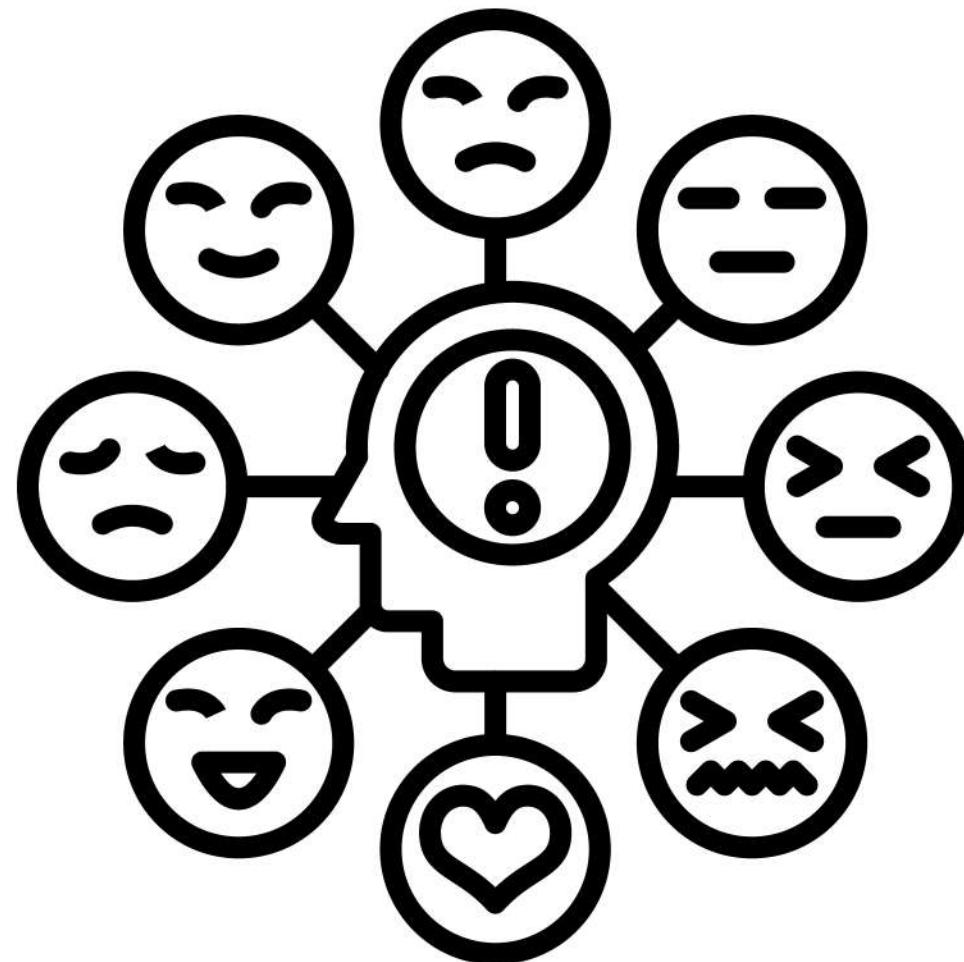
RELAJADO/A



CANSADO/A



¿QUÉ SIENTO?





ENFADO



NERVIOS



NERVIOS

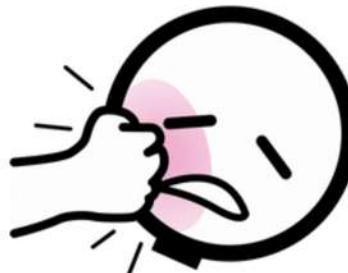




GANAS SALIR CORRIENDO

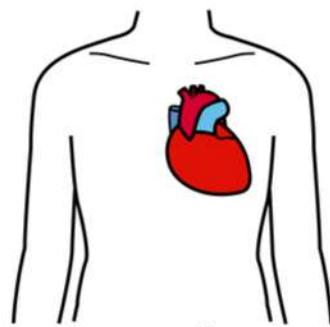


LLORAR



GANAS DE PEGAR





EL CORAZÓN ME LATE MUY RÁPIDO



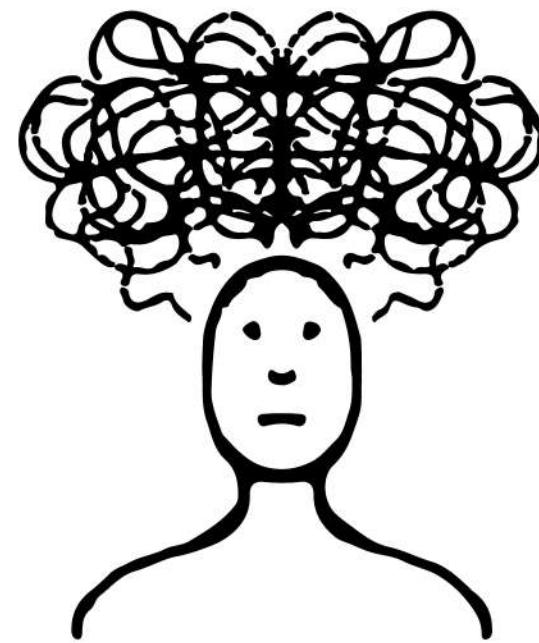
ME DUELE LA BARRIGA

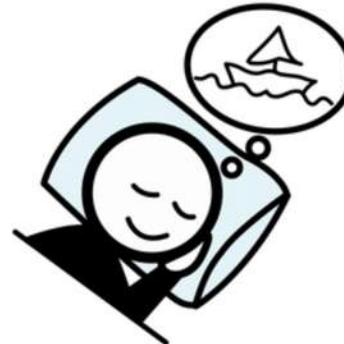


ME DUELE LA BARRIGA



MOTIVO POR EL QUE ESTÁ DESREGULADO/A...





TENGO SUEÑO



TENGO HAMBRE

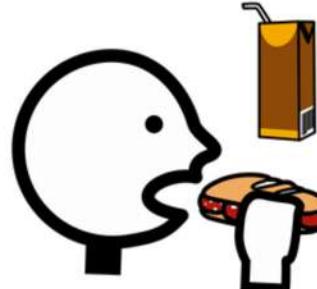


ME DUELE





NO QUIERO TRABAJAR



NO ME GUSTA MI ALMUERZO

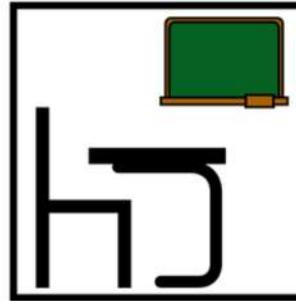


NO QUERÍA VENIR AL COLEGIO





ME HE ENFADADO CON _____



HAY MUCHO RUIDO EN CLASE

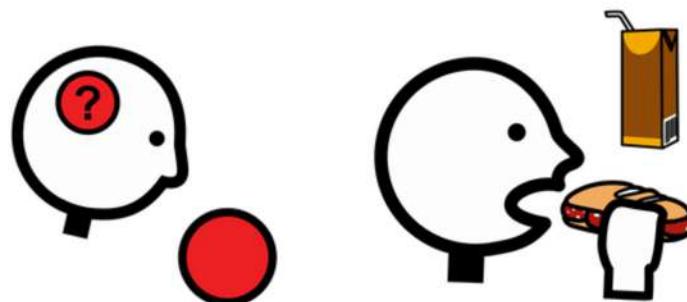


TENGO CALOR

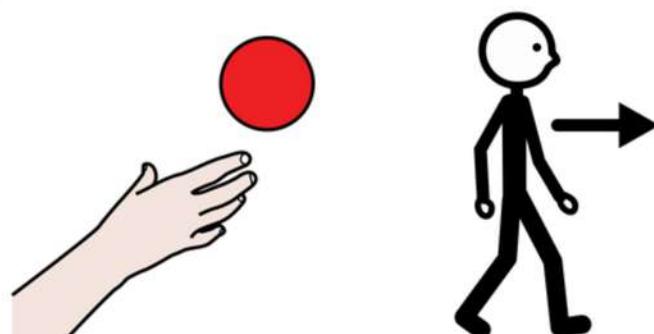




TENGO FRÍO



SE ME HA OLVIDADO EL ALMUERZO



QUIERO IRME CON....



¿QUÉ PUEDO HACER? CONDUCTA ALTERNATIVA

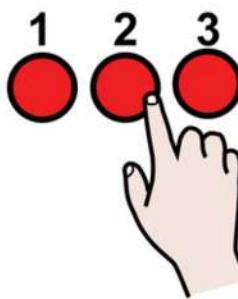




RESPIRAR



DAR UN PASEO

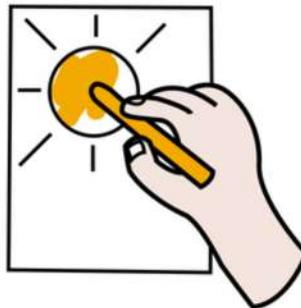


CONTAR HASTA 10





IR AL RINCÓN DE LA CALMA



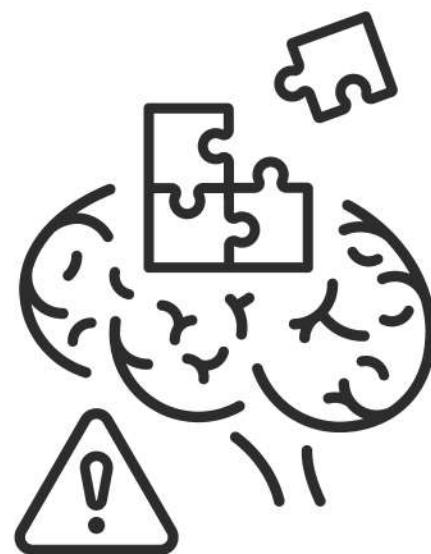
COLOREAR



JUGAR JUGUETE FAVORITO

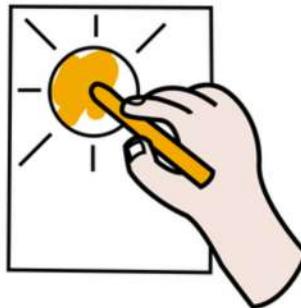


REVALUACIÓN DE LA SITUACIÓN ESTRESANTE: ¿CÓMO ME SIENTO AHORA?

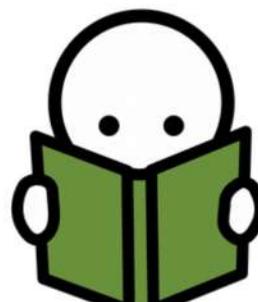




TRABAJAR

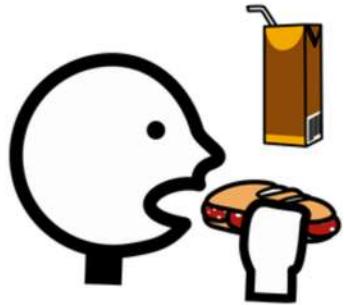


COLOREAR



LEER

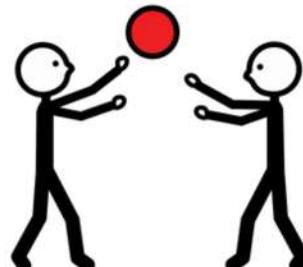




COMERME EL ALMUERZO



SALIR AL PATIO



JUGAR



PARA IR SEÑALANDO

