



KUMUBOX

NEUROEMOCIÓN

Herramientas para la alfabetización y el desarrollo emocional en el aula



Cynthia Santacruz



LOS 3 PILARES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

Buenas tardes

¿Cuál es tu "PARA QUÉ"?

Un propósito compartido...



IMPACTO PSICOLÓGICO DE LA PANDEMIA



*Cuando hay hipoestimulación externa,
o cuando los estímulos externos son
amenazantes..*

**NECESITAMOS TENER UN
MUNDO INTERNO MUY EQUILIBRADO**

**Las experiencias de estrés y adversidad
destapan los cimientos y
las estructuras del ser....**

SACAN LO MEJOR

(nuestros recursos personales)

y LO PEOR

(destapa nuestras carencia y heridas)

**HOY MAS QUE NUNCA
SABEMOS QUE ES
URGENTE DOTAR A
NUESTROS NIÑXS DE
RECURSOS Y
ESTRATEGIAS QUE LES
PERMITAN ATRAVESAR
LA INCERTIDUMBRE Y
LA ADVERSIDAD...**



Sacando ...

LO MEJOR

La Educación debe dar espacio a
las tres dimensiones de la
experiencia.

(FÍSICA / MENTAL / EMOCIONAL)



El objetivo de un/a maestro/a **NEUROEMOCIONATE** es poner al cerebro en disposición de aprender.



El cerebro aprende lo que le conecta con la
alegría/ amor /relevancia afectiva

APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS

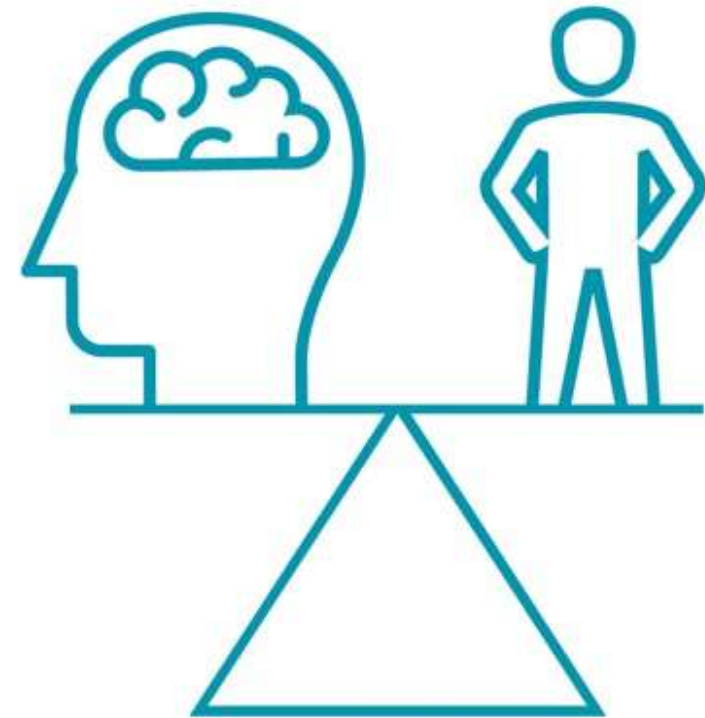


El cerebro se defiende de lo que le conecta
(desconecta) con el peligro

APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS

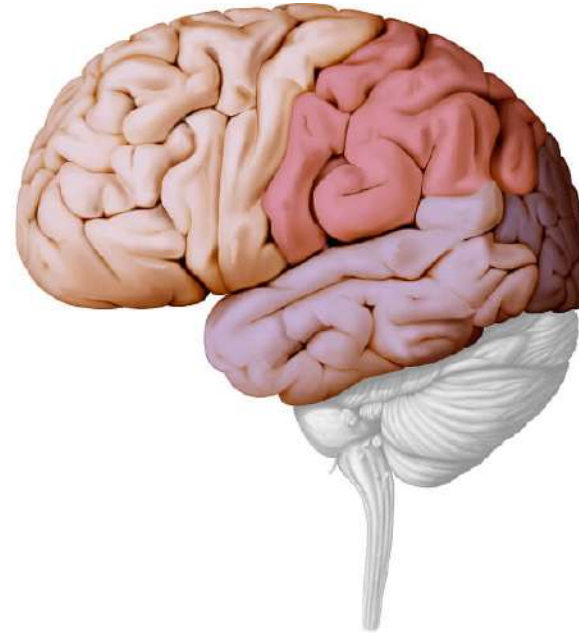
CUERPO – EMOCIÓN – MENTE

- Son los 3 estados a través de los cuales se materializa la experiencia humana
- Un buen funcionamiento e integración de todos ellos **GARANTIZA** el bienestar y el máximo potencial de cualquier individuo, niño o adulto.
- **Una actividad dirigida al desarrollo de la Inteligencia Emocional impactará y tendrá expresión en esas 3 dimensiones.**



**3 FORMAS DE
INTELIGENCIA**
un único objetivo:

*Dar continuidad y
coherencia a la experiencia
de estar vivos*



¿ Cómo aterrizamos esto en el AULA ?

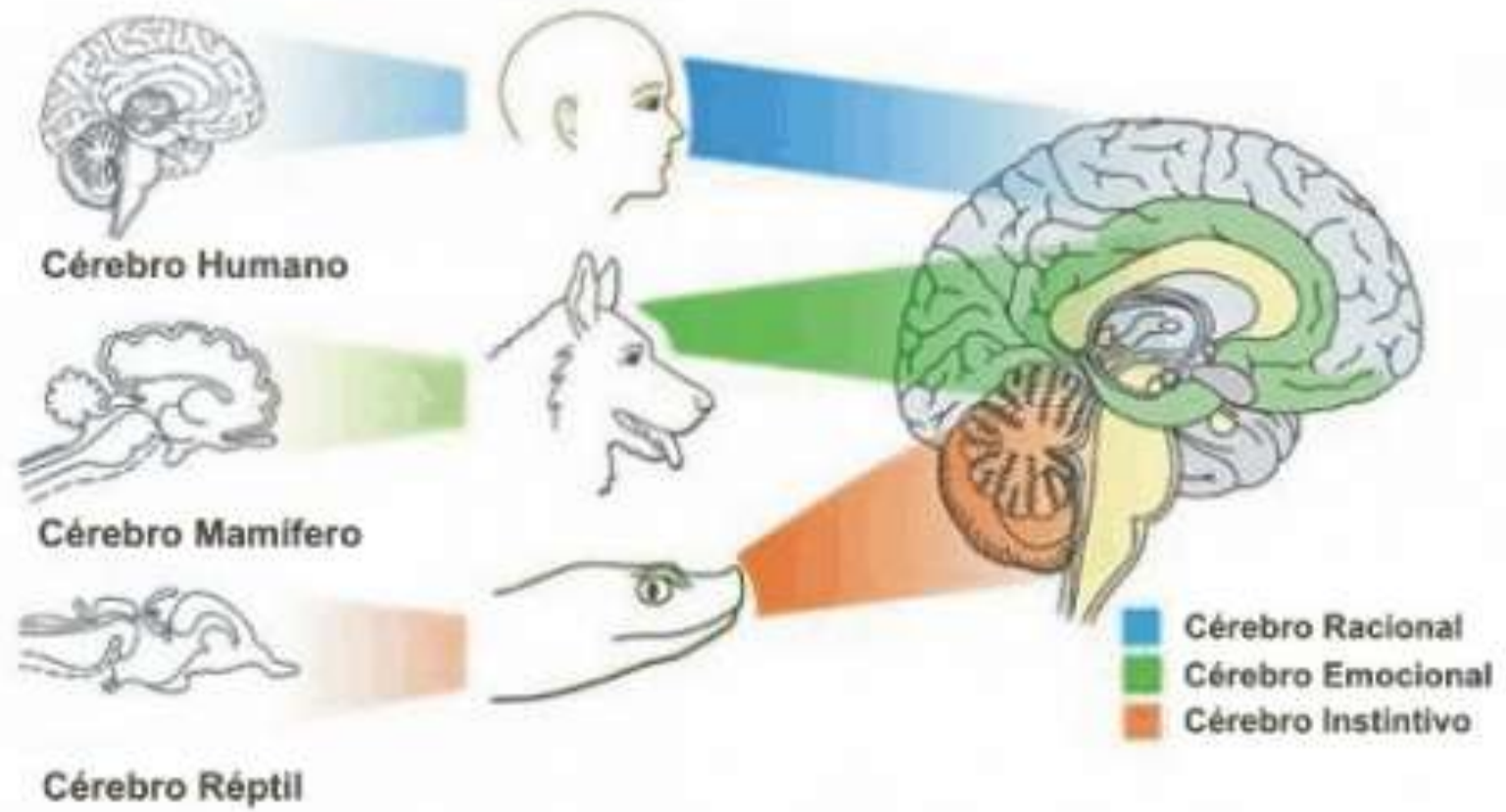


**!BENDITA
NEUROCIENCIA!**



✓ 3 PILARES SOBRE LOS QUE DISEÑAR
NUESTROS AMBITOS DE INTERVENCIÓN Y
1 ÚNICA HERRAMIENTA

ACCIONES
DISEÑADAS CON
COHERENCIA
NEUROBIOLÓGICA



LA INTELIGENCIA DE “ LAS TRIPAS”



REPTILIANO (sabiduría ancestral)

“NECESITO SENTIRME SEGURO”



Esto en nuestra especie se resuelve con:

- PERTENENCIA.
- RITMOS Y RUTINAS.
- MOVIMIENTO: HABITAR EL CUERPO

Si esto sucede...

BUENA REGULACIÓN HOMEOSTÁTICA

Ritmos establecidos: respiración, vigilia sueño, alimentación

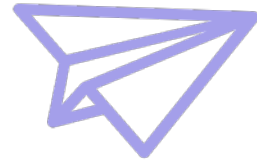
CONSTRUCCIÓN DE LA SEGURIDAD DESDE LA CORPORALIDAD.

Mapas sensoriales bien trazados (corteza somato sensorial)

MADUREZ PSICOMOTRIZ

(equilibrio/ lateralidad/ dominancia hemisférica)

ATERRIZALO EN EL AULA



- **SEGURIDAD** (contención, límites, normas, espacios)
- **MOTRICIDAD** (el cuerpo como primer hogar)
- **PERCEPCIONES** (NOTARNOS)

OBJETIVO

Adquirir una buena **Neurocepción**

"Estar dentro de mi es agradable."

"Me puedo fiar de mis percepciones"

LA INTELIGENCIA DEL CORAZÓN

INTELIGENCIA EMOCIONAL



Cerebro mamífero/límbico

"NECESITO AFECTO Y COMPRENSIÓN"



Esto en nuestra especie se resuelve con:

- CONEXIÓN
- SINTONÍA
- INCONDICIONALIDAD

EMOCIÓN

ENERGIA DE ADAPTACIÓN

Para poder aprender significativamente hemos debido aprender a transitar . . .

AMOR:

capacidad para vincularnos con algo o alguien. CONEXIÓN

CURIOSIDAD/ASOMBRO:

Motor de la exploración, base de la autonomía

ALEGRÍA:

El encendido del sistema emocional

RABIA:

Defensor activo. PROTECTOR. La más molesta en la escuela

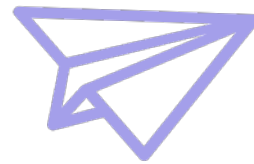
MIEDO

Defensor Pasivo de gran valor filogenético

TRISTEZA

El motor de la elaboración de las pérdidas (duelos) .Base de la empatía y la tolerancia a la frustración

ATERRÍZALO EN EL AULA



INTELIGENCIA EMOCIONAL

INTRAPERSONAL

¿ Qué pasa dentro de mí?
¿ Qué hago con lo que pasa
dentro de mí?

PROGRAMAS DE ALFABETIZACIÓN
Y REGULACIÓN EMOCIONAL



INTERPERSONAL

¿ Qué me pasa con los otros?
¿ Cómo gestiono mis relaciones
con los otros?

PROGRAMAS DE MEDIACIÓN,
COMUNICACIÓN Y RESOLUCIÓN
DEL CONFLICTO

Si no sabemos organizar
nuestra experiencia interna
NO lograremos gestionar
nuestra conducta

La clave es la **REGULACIÓN**

HETEROREGULACIÓN

SUBLIMACIÓN
(cambio de
estado)

**ACTIVACIÓN
PARASIMPÁTICO**

OBJETIVO

Desarrollar un buen sistema de implicación social

SENTIRME SENTIDO

“Yo soy más que lo que siento.”

“Puedo confiar en mi y en los otros”

LA INTELIGENCIA HUMANA



RACIONAL (neocortical)
"necesito tener sentido"

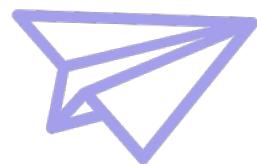


FUNCIONES EJECUTIVAS SUPERIORES
(motivación , proyección, planificación)

PARA QUÉ

HAGO, DIGO, PREPARO, COJO, DEJO...

ATERRÍZALO EN EL AULA



- **ALFABETIZACIÓN.**
- **CREACIÓN DE LA NARRATIVA INTEGRADA**
(déjame que te cuente).

OBJETIVO

Desarrollar una identidad firme basada en la
MENTALIZACIÓN

(vernó desde fuera, vera otros por dentro)

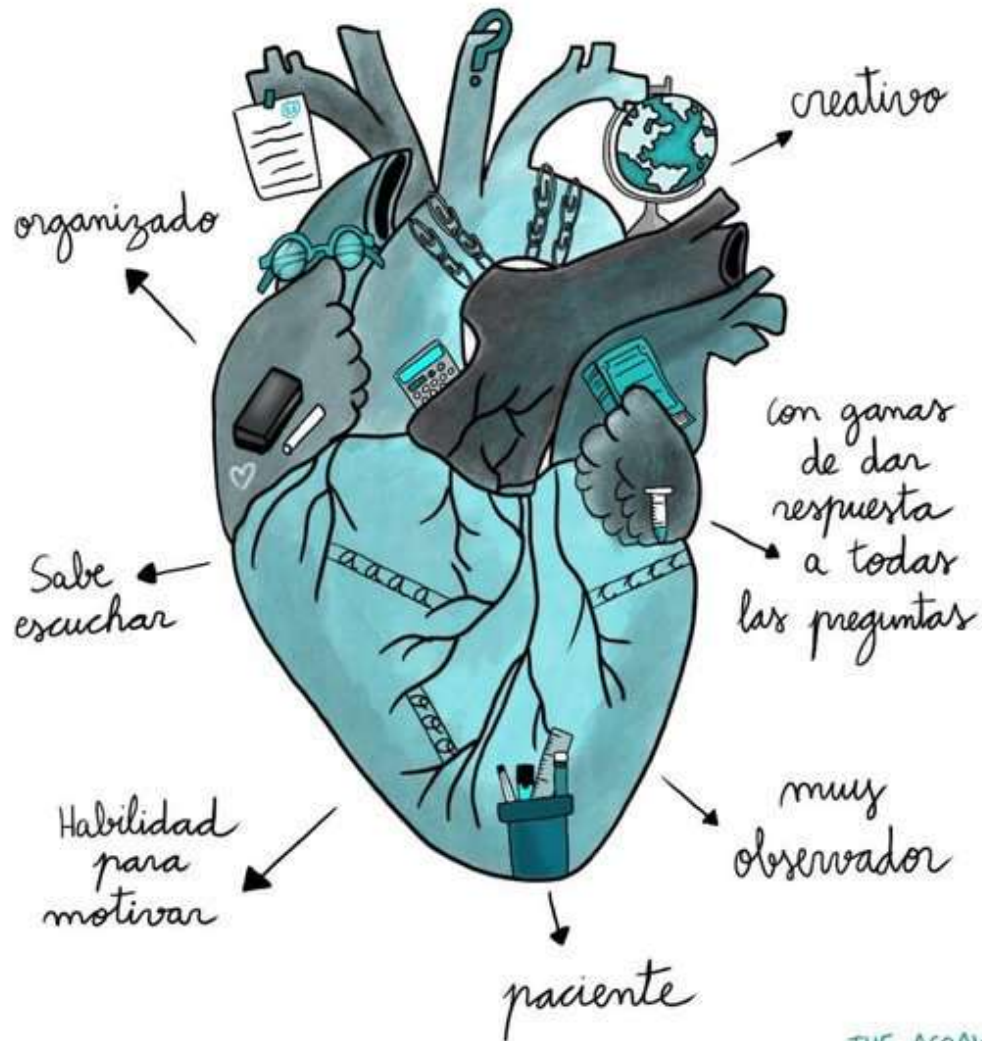
“Me entiendo, me contengo y dirijo mis
actos con una causalidad”

Mi vida tiene sentido

LA MEJOR Y MÁS
PRECISA HERRAMIENTA
DE ALFABETIZACIÓN

TÚ

corazón de maestra/o



THE ACOAK

EJERCICIO

La mejor herramienta de alfabetización emocional debe ser....



LA VOCACIÓN

(entendida como la pasión por lo que haces)

Neuronas espejo, empatía orgánica.

LA HUMILDAD Y EL DESEO DE APRENDER

(entendido como flexibilidad para adaptarte a la realidad desde el no juicio y la curiosidad)

SINTONÍA LÍMBICA

LA MADUREZ EMOCIONAL

**CUANDO EL NIÑO ES GUIADO
POR UN ADULTO COHERENTE,
CLARO Y EMOCIONALMENTE
COMPETENTE, LA SEGURIDAD
Y LA CONFIANZA ESTARÁN
INEVITABLEMENTE EN LA
BASE DE SU IDENTIDAD.**

Cynthia Santacruz

