



Comunicarse desde la afectividad es posible, imprescindible y alcanzable

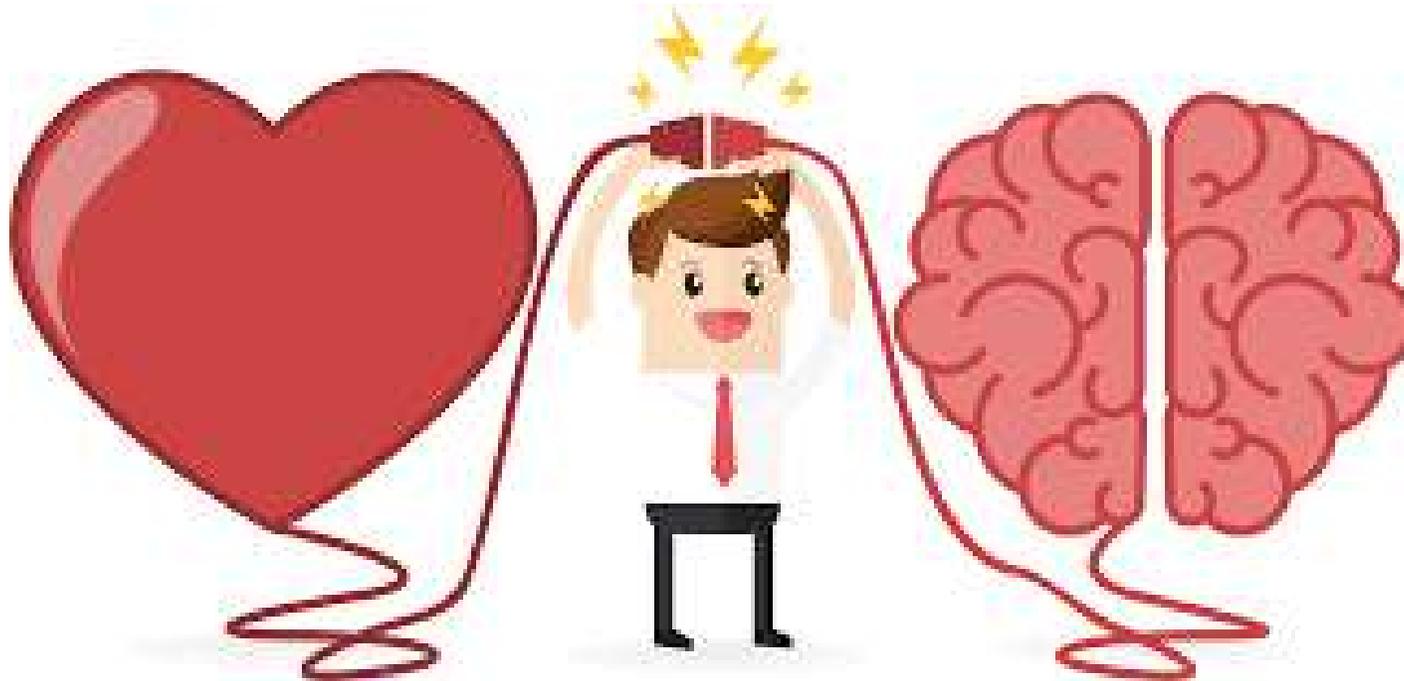
Blanca Linares - 18 de marzo de 2021

COMUNICARSE DESDE LA AFECTIVIDAD ES
POSIBLE, IMPRESCINIBLE Y ALCANZABLE



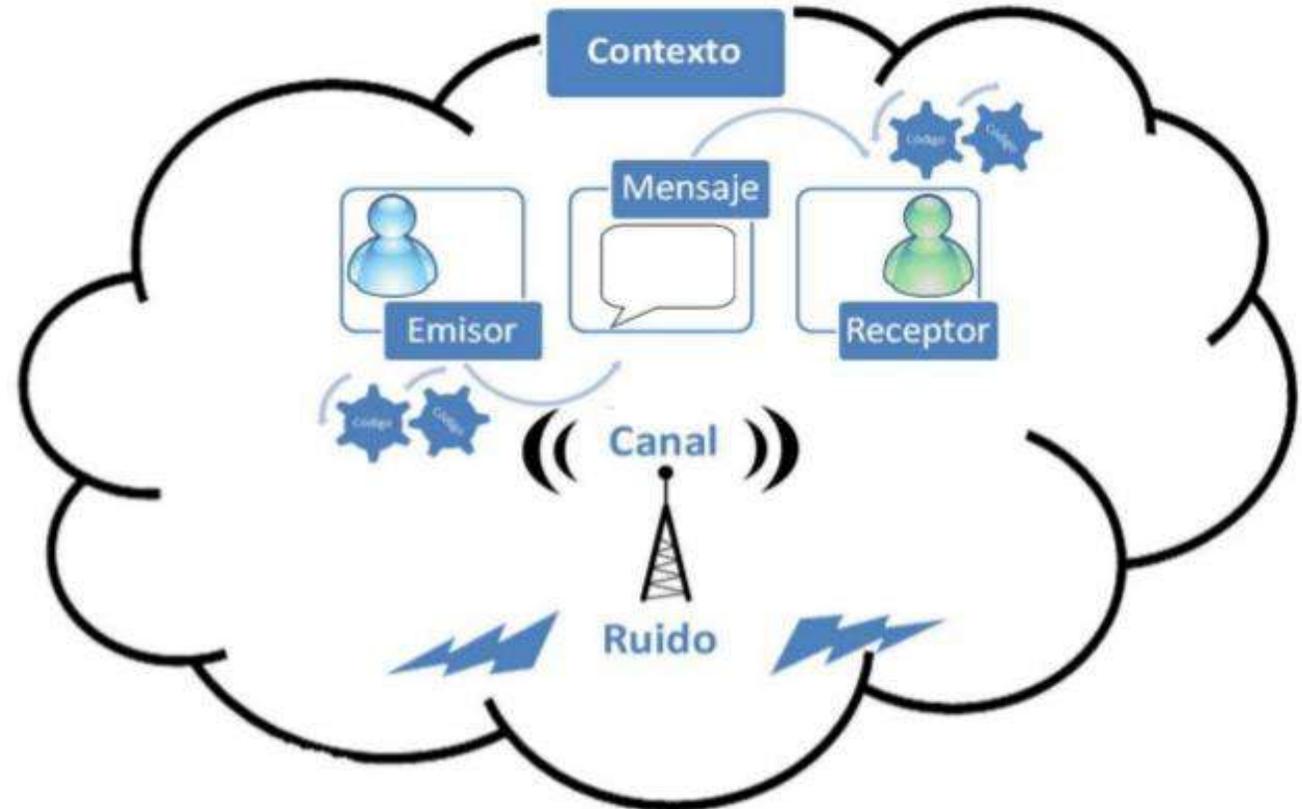
“COMUNICARE”

Hacer al otro partícipe de lo que uno tiene



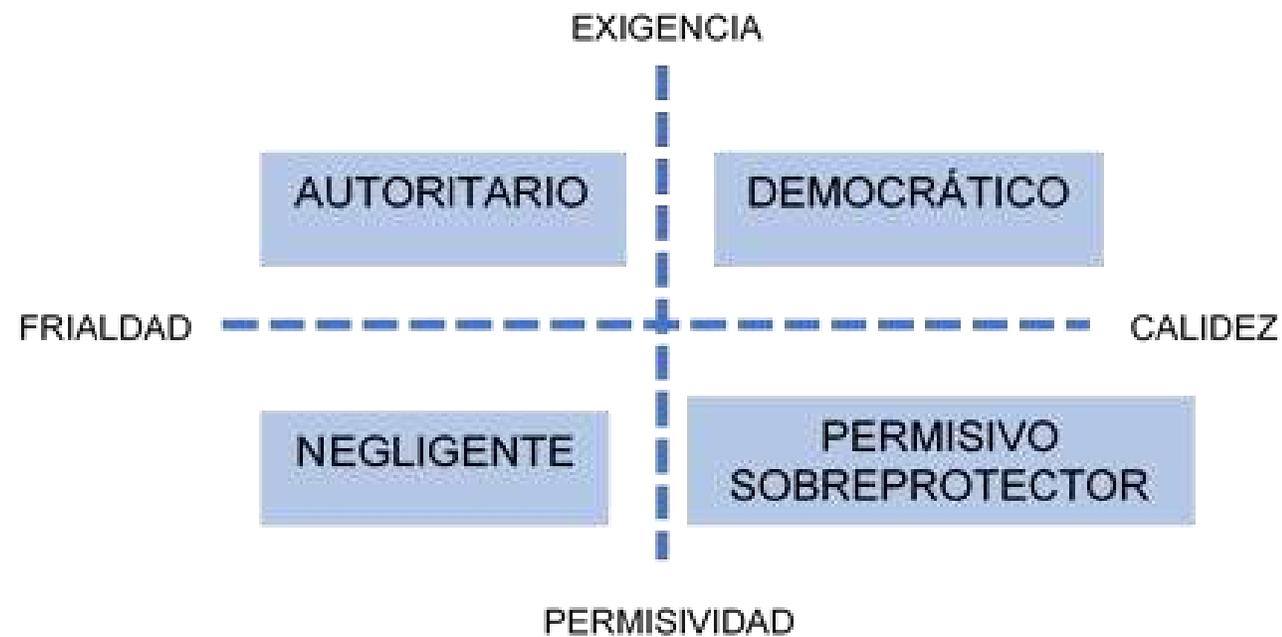
ELEMENTOS DE LA COMUNICACIÓN

- Emisor
- Receptor
- Mensaje
- Código
- Canal
- Ruido



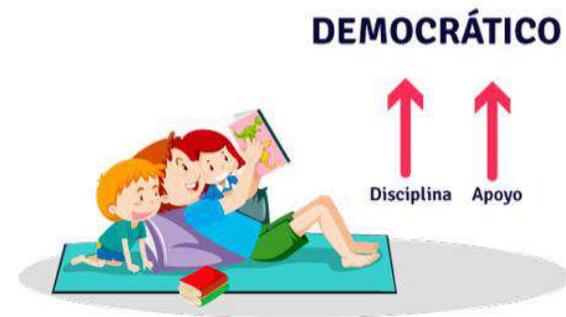


ESTILOS EDUCATIVOS



ESTILOS EDUCATIVOS

- Autoritario
- Permisivo o pasivo
- Negligente o indiferente
- Democrático, asertivo o autoritativo



*Blanca Linares
Psicóloga*

ESTILO AUTORITARIO

PADRES

- Comunicación escasa
- Férreo control sobre hijos e hijas
- Poco afecto
- Mucha presión

HIJOS

- Obedientes
- Dependientes
- Sumisos
- Poco espontáneos
- Tendencia a la culpabilidad y depresión



ESTILO PERMISIVO

PADRES

- Escaso control y autoridad
- Buena comunicación
- Mucho afecto

HIJOS

- Entusiastas y vivaces
- Baja autoestima
- Tendencia a la trasgresión de normas
- Falta de autocontrol



ESTILO NEGLIGENTE O INDIFERENTE

PADRES

- Fríos y distantes
- Castigo como recurso educativo
- Escasa sensibilidad a las necesidades del hijo o hija

HIJOS

- Baja autoestima
- Poca empatía
- Dificultad para asumir normas
- Alta vulnerabilidad a los conflictos



*Blanca Linares
Psicóloga*

ESTILO DEMOCRÁTICO, ASERTIVO O AUTORITATIVO

PADRES

- Control + flexibilidad
- Afectuosos
- Responsabilizan en función de capacidades
- Con límites y normas
- Diálogo y razonamiento

HIJOS

- Buena autoestima
- Persistentes en la tarea
- Independientes
- Cariñosos



*Blanca Linares
Psicóloga*

RESUMEN ESTILOS EDUCATIVOS

PERMISIVO

Disciplina ↓
Apoyo ↑



AUTORITARIO

Apoyo ↓
Disciplina ↑



DEMOCRÁTICO

Disciplina ↑
Apoyo ↑



NEGLIGENTE

Disciplina ↓
Apoyo ↓



NORMAS Y LÍMITES

CARACTERÍSTICAS

- Pocas
- Claras
- Adaptadas a la persona
- Consensuadas

TIPOS

- Fundamentales
- Importantes
- Accesorias



*Blanca Linares
Psicóloga*

DISCIPLINA POSITIVA

- Palabras cariñosas y educadas
- Buscar soluciones junt@s
- Cuidar el tono de voz
- Gestos amables y coherentes



¿¿¿De dónde sacamos la idea absurda que para que los niños se porten bien primero debemos hacerlos sentir mal????

Jane Nelsen

NEGOCIACIÓN

- Preparar la reunión previamente
- Elegir el momento adecuado
- Definir el conflicto
- Escucha activa
- Asertividad
- Valorar todas las alternativas
- Escoger solución que aporte **beneficio mutuo**
- Concretar
- **Expresiones de afecto**



ESCUCHA ACTIVA Y AFECTIVA

- Mantener contacto visual
- Sonreír
- Postura corporal receptiva
- **Mantener la atención**
- Palabras de refuerzo
- Parafrasear
- Hacer resúmenes



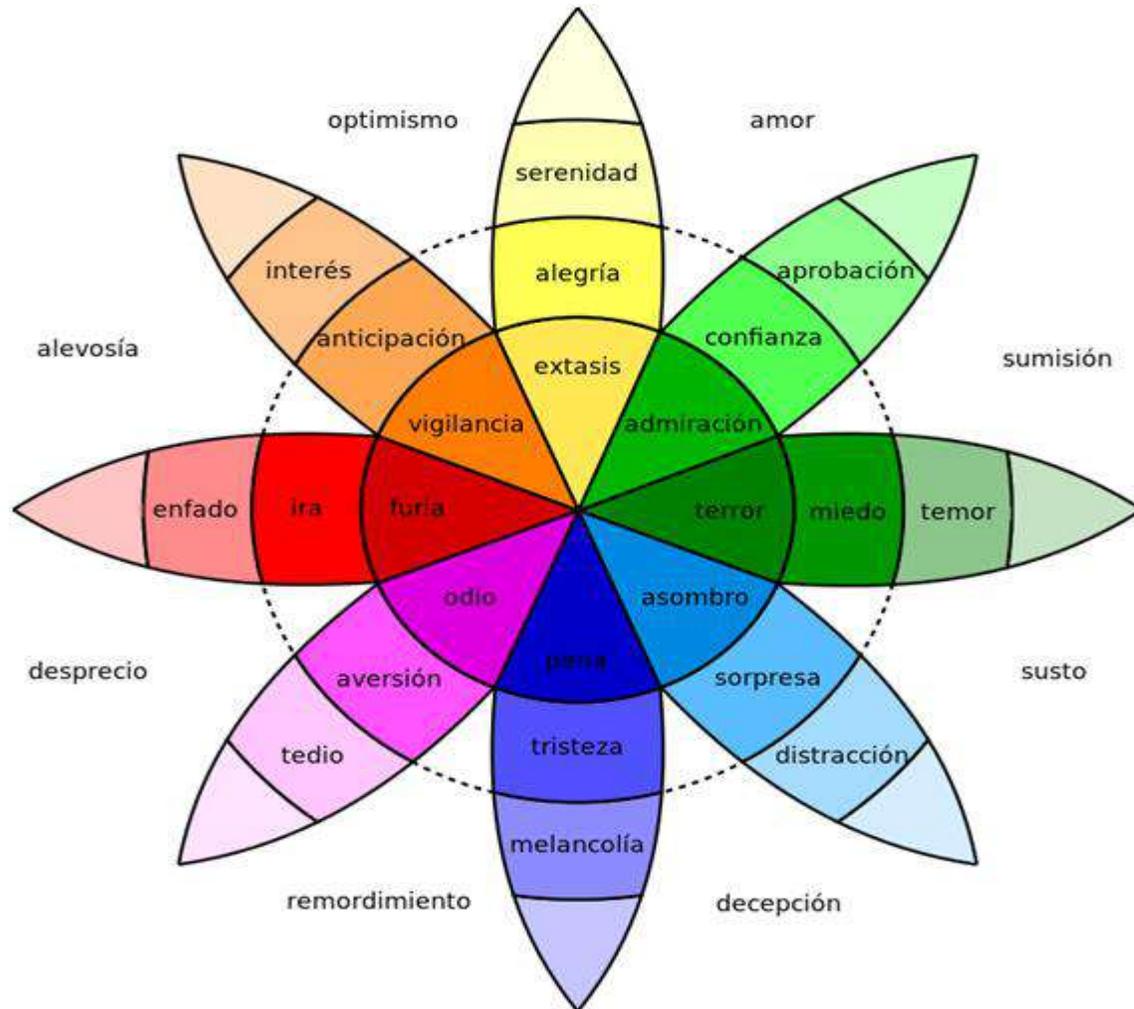
EMOCIONES

ESQUEMA:

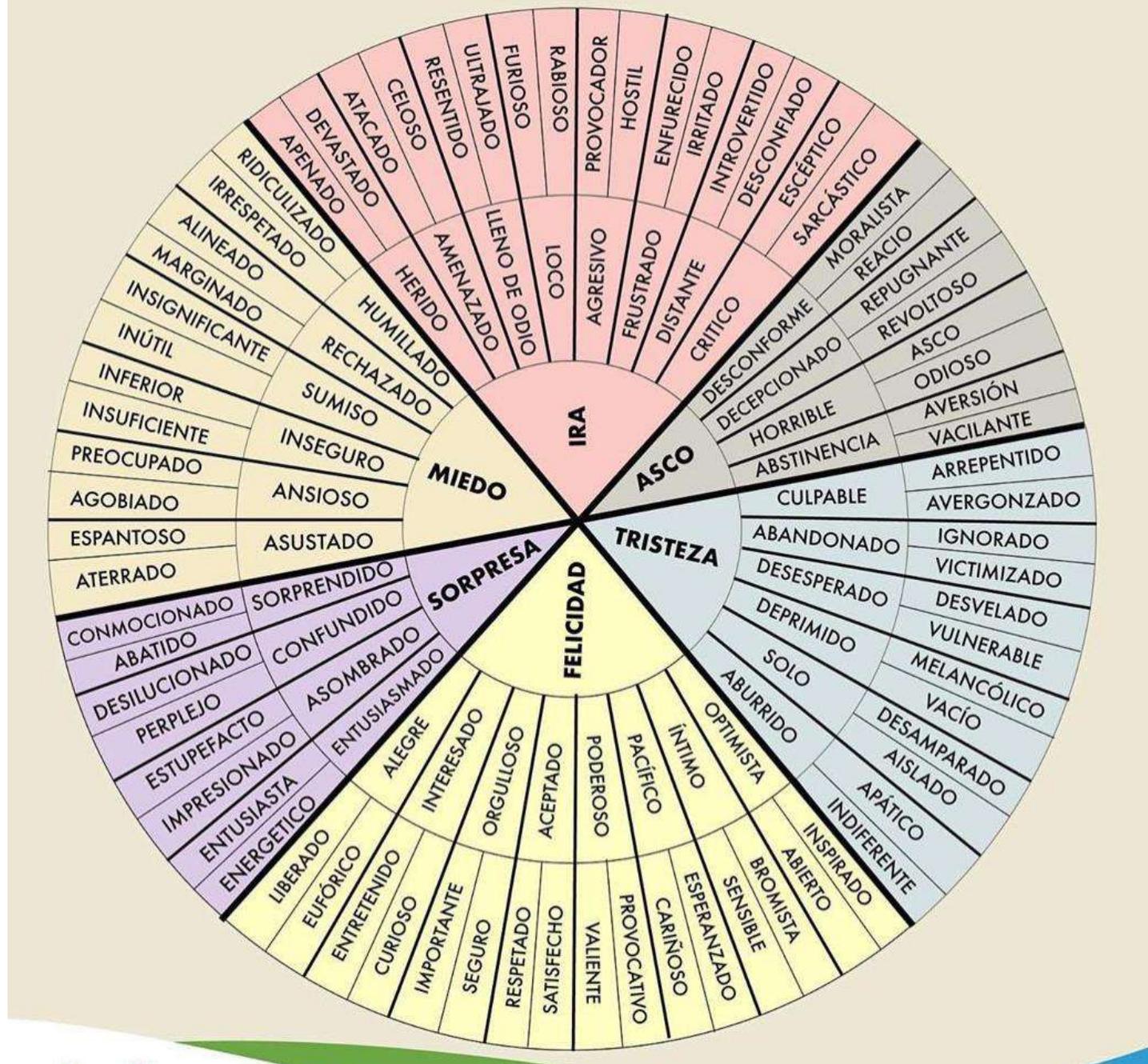


*Blanca Linares
Psicóloga*

CÍRCULO DE EMOCIONES DE ROBERT PLUTCHIK



Blanca Linares
Psicóloga



EL SEMÁFORO EMOCIONAL





Comunicarse desde la afectividad es posible, imprescindible y alcanzable.

Blanca Linares – Psicóloga y terapeuta familiar

**GRACIAS POR
ASISTIR**

fad



**Comunidad
de Madrid**

