

# Educar emociones en familia



Psic. Irene Rodríguez Rivera



# Objetivo

- Propiciar en los y las participantes un espacio de reflexión acerca de la necesidad de educarnos emocionalmente mediante el desarrollo de las competencias emocionales para fortalecer las relaciones afectivas y nutricias en familia.
- **Propósito:** Decremento conductas de riesgo en nuestra familia y entorno

# PROGRAMA

1

Septiembre

Significado de educar emocionalmente en familia

2

Noviembre

Alfabetización emocional

3

Febrero

¿Cómo fuimos educados emocionalmente?

4

Abril

Disciplina afectiva y efectiva

5

Mayo

Aprendo a comunicarme afectivamente con mi hijo (a)

6

Junio

¿Mi hijo es feliz?





# Actividades en casa

- Serán variadas, pero el propósito común es **aprender** a brindar **CONTENCIÓN** a nuestros hijos (as) de forma **afectiva**, basada en el **respeto** mutuo.



# Qué significa educar emocionalmente en el entorno familiar

Solo así se lograra el acompañamiento emocional: **AMOR**

**Padres y madres:  
Educadores emocionales**

**Problemas de los hijos (as) provocados por los padres/madres**

**Mantenidos por las actitudes de los adultos**



**Enseñar a nuestro hijo (a) a metabolizar las emociones, a través del acompañamiento respetuoso presente.**

**No cubrir con nuestra sombra a nuestros hijos (as)**

**Apropiación de nuestra emociones y sentimientos, para sentirnos bien con nosotros**

# Qué nos impide estar presente con nuestro hijos (os)

Compulsión a no respetar ritmos por desconocimiento del desarrollo

Desconocimiento del desarrollo integral de nuestros hijos (as)

Proyección de los miedos personales

Ambivalencia emocional

Limitaciones del propio carácter

Falta de firmeza amorosa, permitir crecer sin límites

Rigidez perfeccionista

Baja tolerancia a la frustración, no reconocer errores



Representante	Fase
Winicott	Iniciativa -Culpa
Freud	Fase genital
Piaget	Etapa preoperacional
Kohlberg	Recompensa-castigo
Reich	Identificación



# ¿Cómo es mi hija (o) de 3 a 6 años?

✓ No puede ponerse en el lugar del otro  
Egocentrismo

✓ La madre es refugio de consuelo

✓ Necesita que la (o) contengan, se desborda

✓ Dominio del lenguaje, amplia sus relaciones con el mundo

✓ Aún no controla sus emociones, su autocontrol es rudimentario

✓ Vulnerable al estrés, necesidad de sentirse protegida (o) y escuchado, aparecen síntomas de ansiedad

✓ No deferencia entre una acto intencional y ocasional, lógica incorrecta

✓ Utiliza imaginación y fantasía sin límites

✓ Todo para él o ella es juego

✓ Oposicionista  
trabajo aceptar la autoridad

✓ Rígido (a) no cree en la reversibilidad de las cosas

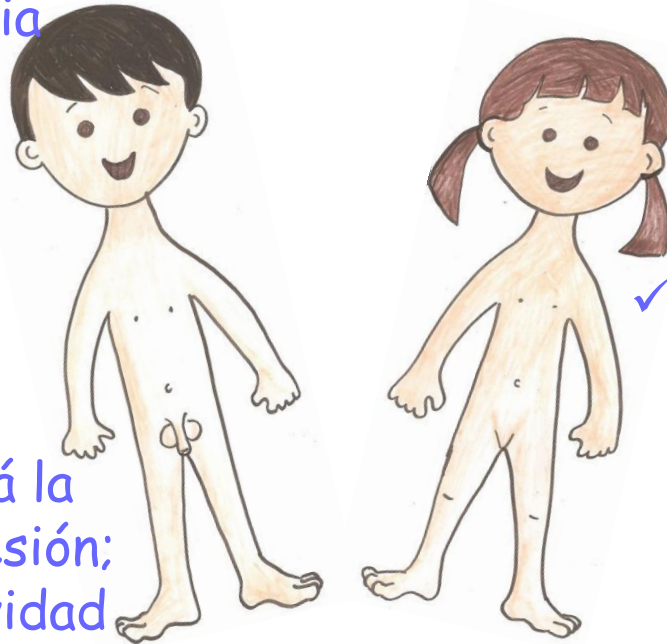




# ✓ Curiosidad intensa: Quieren saber cuales son las diferencias anatómicas entre niños y niñas

✓ El "como" padres manejan esta etapa es lo que marcará la diferencia

✓ Placer al tocarse los genitales



✓ El espejo de los padres será importante para la identificación de género

✓ Generar culpa, inhibirá la iniciativa y la autoexpresión; restringiendo la asertividad natural y la construcción de la autonomía infantil

✓ Un niño (a) que se siente amado no necesita competir para obtener amor



## Papel de los padres

✓ La madre y el padre son las referencias de autoridad

✓ Dosis óptima, para generar autorregulación

✓ Permiso para que el niño (a) descubra su cuerpo

✓ Cuando culpan o reprimen, se desarrolla el miedo y la "voz" interna

✓ La forma como los padres se miran, influye en el desarrollo de la fase genital infantil:

- Si se descalifican mutuamente, le resultará difícil al niño reconocer la importancia de lo femenino/masculino.
- Si la madre da muestras de baja autoestima, ante su esposo lo femenino no será reconocido como valioso o viceversa.

✓ No erotizar:  
"Eres mi novia"  
"Eres el hombre de la casa"  
"Mira como mamá me quiere más a mi que a ti"  
"Eres el hombrecito de la casa, vamos a estar juntos toda la vida"

Límites que el/la niño (a) debe respetar para aprender a autoregularse.



✓ Relación con el otro (a) Ayuda a su desarrollo moral y ético

✓ Necesitan ser traspasados. Promueven la maduración, desarrollo de sus capacidades y virtudes

✓ Límite interno Necesarios para desarrollar su intimidad.



# Actividad en casa

- 1.- Construir un perfil de cómo imaginé que sería mi hija (o), cuando me supe que estaba embarazada(o).
- 2.- Reflexionar acerca de: si ese perfil se acerca a mi hija (o) real
- 3.- Mirar con respeto a nuestro hijo (a), darnos cuenta si lo que le pedimos en cuestión de desarrollo es en realidad lo que puede dar de acuerdo a lo visto hoy.
  - a) Cuáles creo que sean las emociones que mi hija (o) tiene al respecto.
  - b) Considera cuáles necesidades afectivas, podría tener tu hija (o)
- 4.- Reflexionar de forma respetuosa, acerca de las emociones y actitudes que tomo frente a los NO logros de mi hija (o). (me decepciono, me culpabilizo, me desespero, grito, me muestro rígida (o), trato de ocultarlo...)
- 5.- Hacer contacto con las emociones que ésto me provoca.
  - a) Empieza a identificar tus necesidades emocionales.

Entregar al Departamento de Psicopedagogía del 20 al 29 de octubre del 2015, un reporte de las conclusiones a las que llegó al realizar esta actividad.

Puede hacerla llegar directamente al Departamento de psicopedagogía de manera impresa o a través del correo electrónico [escuelaparapadres@preescolariae.edu.mx](mailto:escuelaparapadres@preescolariae.edu.mx)

Les recordamos que la entrega oportuna cuenta para el porcentaje que necesita para la adquisición de su reconocimiento.