

# Escuela de familias

*Lalu Gómez*



*Diada*



ESCUELA DE FAMILIAS: Ayuntamiento Camarma - Diada  
Psicología

**COMUNICACIÓN, INTELIGENCIA  
EMOCIONAL Y DESARROLLO DEL LENGUAJE**

© Lalu Gómez - info@lalogomez.com

2

## VÍDEO BEBES HABLANDO



© Lala Gómez - info@lalugomez.com

## ¿Qué necesitamos?

- Audición (no sólo en audiometría, también en discriminación de sonidos y fonemas). El oído interno se desarrolla en la semana 24.
- Órganos fonatorios y estructuras implicadas en el habla (succión, sólidos y alimentación). La boca ha de estar libre.
- Sensación de ser escuchado/a, que hay algo importante que puedo compartir.

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

- Aprendizaje vicario: ver en los adultos que las cosas se pueden resolver a través del diálogo, y que uno puede llegar a acercarse a otro punto de vista totalmente opuesto al propio.
  - Las neuronas espejo y la socialización
- Ver la utilidad y el efecto que tiene en el adulto los intentos de comunicación emitidos por el niño/a.

© Lulu Gómez - info@lalugomez.com

## Neuronas espejo

v. Ramachandran (Center for Brain and Cognition, Univ. California)



Comprensión de la empatía desde la neurociencia (Rizzolatti, 1996, Univ. Parma).

Descubrimiento casual a partir del estudio neurofisiológico de la activación de neuronas motoras en primates. Área Broca, corteza frontal.

Imitamos lo que observamos. El papel de la neuroeducación (Francisco Mora). Contenido emocional vs contenido académico (profesores mejor valorados tanto a través de vídeo como tras 6 meses de clase).

Relacionadas con comportamientos empáticos, sociales e imitativos.

“La imitación parece ser el mecanismo de aprendizaje por excelencia, no solo en la especie humana”

La congruencia entre el contenido verbal vs. No verbal

- El bebé entiende desde los primeros momentos que los sonidos que emiten captan la atención del adulto y sirven para transmitir su estado.
  - Refuerzo, castigo y premio
- Al mismo tiempo muestra una preferencia muy marcada por la voz humana, y especialmente la de su idioma materno (bebés de 12 horas).

© Lalu Gómez - info@lalugomez.com



**Los tiempos del niño/a**  
Esquema corporal, espacial y temporal

© Lalu Gómez - info@lalugomez.com

## La comunicación es mucho más que lenguaje

- Lenguaje se refiere al manejo de unos códigos lingüísticos comunes (como puede hacerlo un gps).
- Incluye la comunicación y el lenguaje instrumental (pretende conseguir cambios en el medio físico, pero no hace cualificaciones subjetivas ni declaraciones sobre el mundo interno).

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

Nos referimos al lenguaje de referencia mental (primero en la mente, luego se traduce a lo verbal).

**Es aquél que permite la comprensión y expresión de experiencias y representaciones que ocurren dentro de nuestra mente y la de los demás.**

Requiere que el niño/a desarrolle el sentido de sí mismo.

**YO**

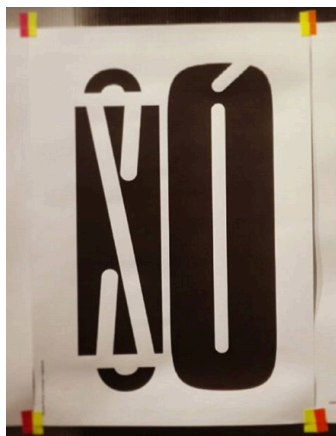
© Lala Gómez - info@lalugomez.com

## DECISIÓN y ELECCIÓN

¿realmente permitimos que elijan?

¿o sólo cuando su elección coincide con la que nosotros consideramos adecuada?

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

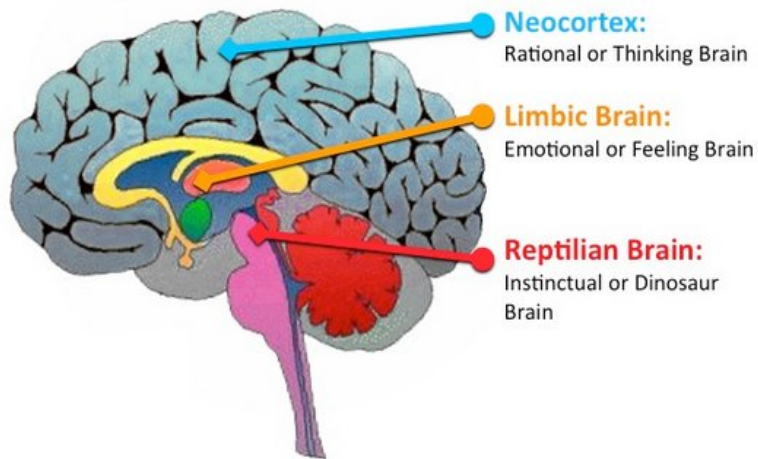


**El NO construye la identidad**

¿Qué te cuesta más ver/hacer ver?

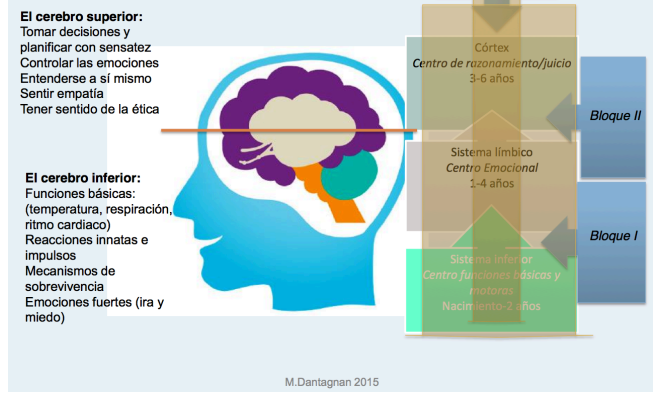
© Lala Gómez - info@lalugomez.com

# El cerebro Triuno Paul McLean



Lalu Gómez

## Trabajando neurosecuencialmente



M.Dantagnan 2015

© Lalu Gómez - info@lalugomez.com

## Los Límites y las normas

Han de ser pocos, claros, firmes

- ✓ Conocidos y propios de cada espacio.
  - ✓ Consistentes y estables.
- ✓ Desde una posición auténtica y de convicción.
- ✓ Los premios también han aplicarse de forma consistente.

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

Los límites y las rutinas permiten al niñ@ salir del CAOS y lo IMPREDECIBLE del mundo adulto.

Son capaces de autorregularse, tomar decisiones y conectar las conductas con sus consecuencias (por tanto asumir la responsabilidad de sus actos).

Un niño sin límites NO es FELIZ, no está regulado.  
Difícilmente podrá adaptarse socialmente

© Lala Gómez - info@lalugomez.com



## Qué nos puede servir

- No mientas
- Sé claro/a
- Define qué sí y qué no
- Anticipa consecuencias antes de que suceda
- Añade siempre que puedas un “la última”, es decir avisa antes de que se termine.  
*¿trato?*

© Lalu Gómez - info@lalugomez.com

## Qué nos puede servir

Mantén la calma (y emplea las redes y recursos de que dispones).

Win-win.

Cuidado con la Psicología Inversa.

No preguntes si no quieres saber la respuesta, o si hay una respuesta que no es admisible.

Habla de la secuencia (dentro de cómo tranquilizar).

© Lalu Gómez - info@lalugomez.com

## Qué nos puede servir

- No des muchas opciones. Intenta siempre dar más de una.
- Negociador externo como en los conflictos internacionales.

© Lalu Gómez - info@lalugomez.com

Los límites estimulan

LA ACTIVIDAD REFLEXIVA DEL  
CEREBRO

*¿y por qué?*

es decir la ACTIVIDAD INTEGRADA

© Lalu Gómez - info@lalugomez.com

## Funciones ejecutivas

Actividades mentales complejas necesarias para planificar, organizar, guiar, revisar, regular y evaluar el comportamiento necesario para alcanzar metas.

- Memoria de trabajo
- Voz privada de la mente
- Autoregulación de las emociones y la motivación
- Habilidad para solucionar problemas

\*Fundación CADAH

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

Ese lenguaje es el que permite dotar de sentido a la experiencia humana.

Es el recurso que utilizamos cuando hablamos a los bebés y niños/as para explicarles aquello que está pasando o algo que les asusta.

*“el materné (o idioma infantil)”*

tono cantarín, voz más aguda, frases cortas – que favorece reconocer las palabras esenciales en significado y marcar el inicio y el final.

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

**FUNCIONES COMUNICATIVAS** (busca de manera intencionada transmitir a otros y comunicarse con otros).

**LENGUAJE EXPRESIVO** (emite sonidos, palabras sueltas, y oraciones).

**LENGUAJE RECEPTIVO** (comprende y actúa en función de eso).

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

## Las emociones

- Los bebés humanos empiezan a interesarse por los matices expresivos del rostro adultos desde los 2-3 meses, comparten e intercambian expresiones emocionales.
- Muestran preferencia por aquellos objetos los a que los adultos han prestado más atención o han valorado más positivamente (desde 1 año)

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

## Desarrollo del lenguaje referencial

- Identificar y nombrar emociones básicas y complejas (alegría, pena, miedo, enfado).
- Reconocer las causas en función del contexto.
- Comprender y expresar verbos mentales: creer, saber, conocer, reconocer, recordar...
- Identificar estados mentales contrastados a partir de una misma situación.
- Establecer las relaciones entre estados mentales y conductas

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

- Aprender a predecir la conducta de los demás
- Comprender y elaborar preguntas ¿Cómo, quién, qué?
- Designar algo o a alguien a través del lenguaje

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

## Lo que sabemos que funciona

1. Sustituir todo juicio por una OBSERVACIÓN OBJETIVA
2. Evitar todo juicio respecto del otro para centrarte en lo que sientes

Hasta aquí no has dicho nada de lo que piensas acerca del otro (y en esta circunstancia de enfado y tensión no serviría de nada)

© Lalu Gómez - info@lalugomez.com

## COMUNICACIÓN EFICAZ

El plano de los 6 puntos  
D. Servan-Schreiber

### 1. ORIGEN

asegurarse de que te diriges a la persona que es el “origen” del problema y que cuenta con los medios para resolverlo.

© Lalu Gómez - info@lalugomez.com

## 2. LUGAR Y MOMENTO

Buscar un lugar protegido y privado y un momento propicio. Tampoco hay que iniciar esta conversación de inmediato, en caliente, y tampoco en condiciones de mucho estrés

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

## 3. APROXIMACIÓN AMISTOSA

hay que asegurarse que nos van a escuchar, una actitud agresiva o un tono de voz intimidatorio no ayuda. Intentaremos abrirle los oídos en lugar de cerrárselos

\*Somos más receptivos a nuestro nombre que a ninguna otra palabra. Es una buena manera de empezar, puede ir seguida de un comentario amable (con la condición de que sea cierto)

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

#### 4. COMPORTAMIENTO OBJETIVO

para referirnos al comportamiento que motiva nuestra queja, realizar una descripción de lo sucedido sin realizar juicios ni reproches

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

#### 5. EMOCIÓN

la descripción de los hechos debe ir inmediatamente seguida de la emoción que se ha sentido (no refiriéndose al enfado que produce, si no a la emoción real que ha producido -el enfado vino después-)

*Me he sentido herida*  
*Me resultó humillante*

© Lala Gómez - info@lalugomez.com



## 6. ESPERANZA FRUSTRADA

Qué necesidad se siente que no ha sido cubierta

Necesito saber qué ocurre  
Es importante para mi sentirme escuchado

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

## Las emociones

- Hay que educarlas, y tenerlas en cuenta.
- TODAS son válidas e importantes.
- Tenemos un amplio repertorio de emociones desde las más básicas, a las emociones más elaboradas, que aparecen en etapas posteriores.

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

## Las 4 emociones básicas

Alegría

Compartidas con los mamíferos superiores.

Miedo

Enfado/rabia/ira

Tristeza

Solemos añadir "LA CALMA" para usarla como lugar donde volver, espacio de vuelta al control, a la normalidad

© Lalu Gómez - info@lalugomez.com

## ¿Cómo designarlas?

SER para estados positivos.

ESTAR para estados emocionales NEGATIVOS y transitorios.

Haciendo una transcripción clara entre un suceso y el estado emocional.

El estado emocional consecuente es responsabilidad de esa persona. No es responsabilidad de quien ha generado ese suceso.

© Lalu Gómez - info@lalugomez.com

## La emoción infantil: La regla de las 4 E

1. ENTENDER (legitimar)
2. EDUCAR (ayudando a gestionar, limitando)
3. ELEGIR (ofrecer alternativas)
4. ENMENDAR (responsabilizarse y reparar en caso necesario)

Cynthia Santacruz  
Psicóloga

© Lulu Gómez - info@lulugomez.com

## El bote de la CALMA



© Lulu Gómez - info@lulugomez.com

*Lo que existe,  
no puede no  
existir*

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

**“tengo algo valioso que aportar”**

**PARA TRABAJAR LA PERTENENCIA**

- Construir el self:
  - Te devuelvo algo positivo que veo en ti.
  - Eres alguien especial para mí.
  - Me alegro de las cosas buenas que te pasan y quiero que las sigas compartiendo.

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

- Ese sentimiento de valía y de aceptación incondicional se tiene que dar ~~también~~ ESPECIALMENTE en las capacidades que el niño/adulto no posee o en aquello que no se le da bien.

*Me encanta como eres.*

*Me encanta como eres, pero....*

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

## CUERPO - MENTE - EMOCIÓN

En situaciones de atasco, tratar de contemplar las 3 esferas.

Muchas veces intentamos gestionar sólo desde la mental

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

## Los cuentos y las historias

Qué está permitido y qué no (los monstruos, los personales malvados, el lobo).

Valores y contravalores (la maldad, la avaricia, la tristeza, el dolor, la desesperación...).

Mensajes estereotipados y rígidos (cómo enfocar las historias).

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

- Las situaciones traumáticas o susceptibles de crear conflicto (nivel individual y grupal)
  - Construir la historia de lo que ocurrió (y no se pudo elaborar).
  - La repetición (¿por qué juega siempre a lo mismo?).

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

Competencia emocional del propio adult@

Niñ@s emocionalmente competentes

Gestión de las emociones en el hogar



© Lala Gómez - info@lalugomez.com

## Estrategias de andamiaje

El relato verbal y la repetición de aquello  
que ha impactado al niño/a  
(por inesperado, agradable, intenso, divertido...)

© Lala Gómez - info@lalugomez.com

## Un momento de intimidad y conexión

- Antes de ir a dormir.
- 3 cosas.
- La historia de tu vida
- La historia de mi vida
- Nuestros orígenes (la historia que compartimos)

© Lala Gómez - info@lalugomez.com



© Lala Gómez - info@lalugomez.com





[www.diadapsicologia.es](http://www.diadapsicologia.es)

91 1342304

[Info@diadapsicologia.es](mailto:Info@diadapsicologia.es)


 @GrupoDiada



**Lalu Gómez**

Psicóloga nº col: M 22.290

[info@lalugomez.com](mailto:info@lalugomez.com)

 @LaluGomezPsicologa

 Lalu Gómez Psicofamilias

 @psicofamilias

 @psicofamilias