

# Falemos DAS TEMIDAS

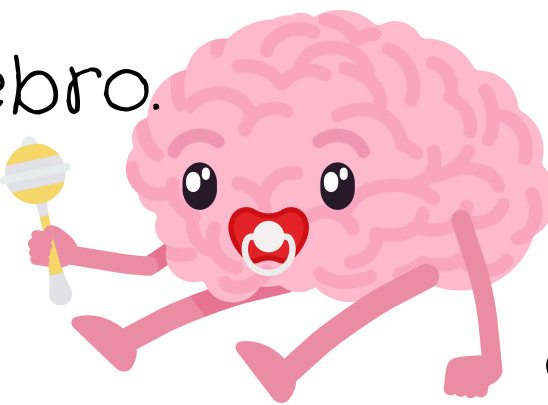
rabechas



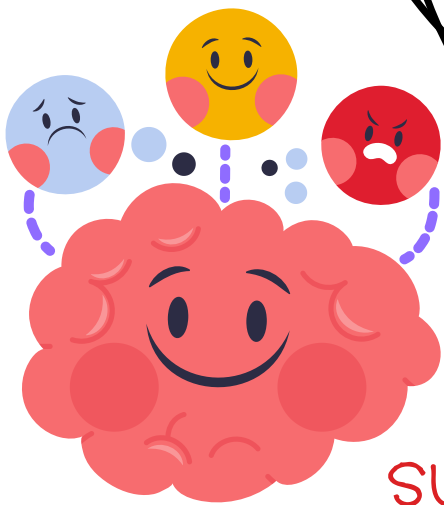
Queridos mamá e papá:

Escribovos esta carta porque vos quero moito e gustaríame que nos entendésemos mellor:

Este de aquí é o meu cerebro.

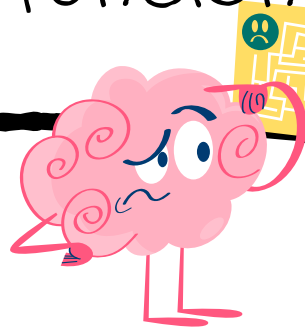


Como vedes todavía é moi **inmaduro** pero non vos preocupedes que vai a ir evolucionando a medida que eu o faga.



O meu cerebro vai "crecendo" de dentro para fora e de atrás para diante. Isto quere decir que as **funcións superiores** que están aquí serán as últimas en desenvolverse

¿e que son as funcións superiores?



¿COOMO?

Son as encargadas de **planificar** e **regular** o comportamento

Tranquiiiiilos paaapiiis

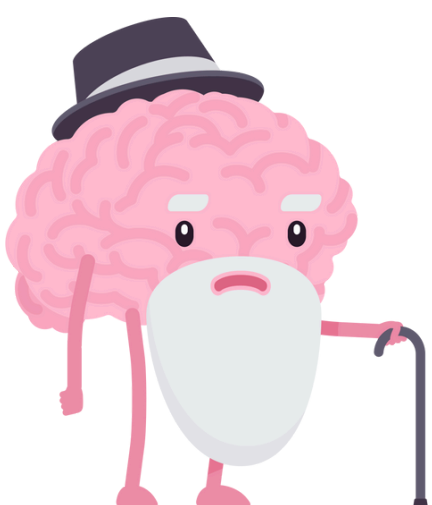


Cada día vou a descubrir e adestrar as miñas habilidades e en canto vos dedes conta vades a creer que xa me podo graduar en intelixencia emocional



Mais iso non vai a acontecer porque non vou a parar de aprender e aprender **NUNCA**

Asique, por favor, a próxima vez que teña unha rabecha e me desborde emocionalmente recorda esto e



1. Respiiiiiiiiiiraaa
2. Non me grites. O meu cerebro asústase e deixa de escoitar
3. Axúdame a relaxarme
4. Fálame a miña altitude baixiño e bonito
5. Cando esté tranquilo/a falemos do que aconteceu, de cómo me sentín e qué podría facer a proxima vez

