



# ASAMBLEA CNV- EXPRESIÓN HONESTA

III CONGRESO  
NEUROEDUCACIÓN  
ALCAÑIZ octubre 2018



# Proceso



# Muchos años trabajando la identificación de emociones

- Cursos Neuroeducación con Marta.
- Recorrido en formación (Santi, Jasa...), mucha sensibilidad por estos temas, visitas a colegios, Congresos...

Esto hizo un claustro sensible y con ganas de aprender y deconstruirse.

**IMPORTANTE**



# Identificando emociones no se resuelven conflictos

- Yo estoy muy enfada.
- Yo también estoy muy enfadado.

¿Y ahora qué?



# Un conflicto es una necesidad no resuelta



IMAGEN: Highscope.org



Tenían que entrar en juego las  
**NECESIDADES** y  
aprender a identificar cuál es  
la que no tenemos resuelta en cada conflicto.

**LAS NECESIDADES HUMANAS**  
SON LAS MISMAS PARA TODOS/AS\*

★ Teoría de M. Max-Neef

|  |   |   |  |   |
|--|---|---|--|---|
| <br>subsistencia  | <br>protección | <br>afecto   | <br>entendimiento | <br>ocio |
| <br>participación | <br>creación  | <br>libertad | <br>identidad     |   |

**LO QUE CAMBIA ES  
LA MANERA DE  
SATISFACERLAS**



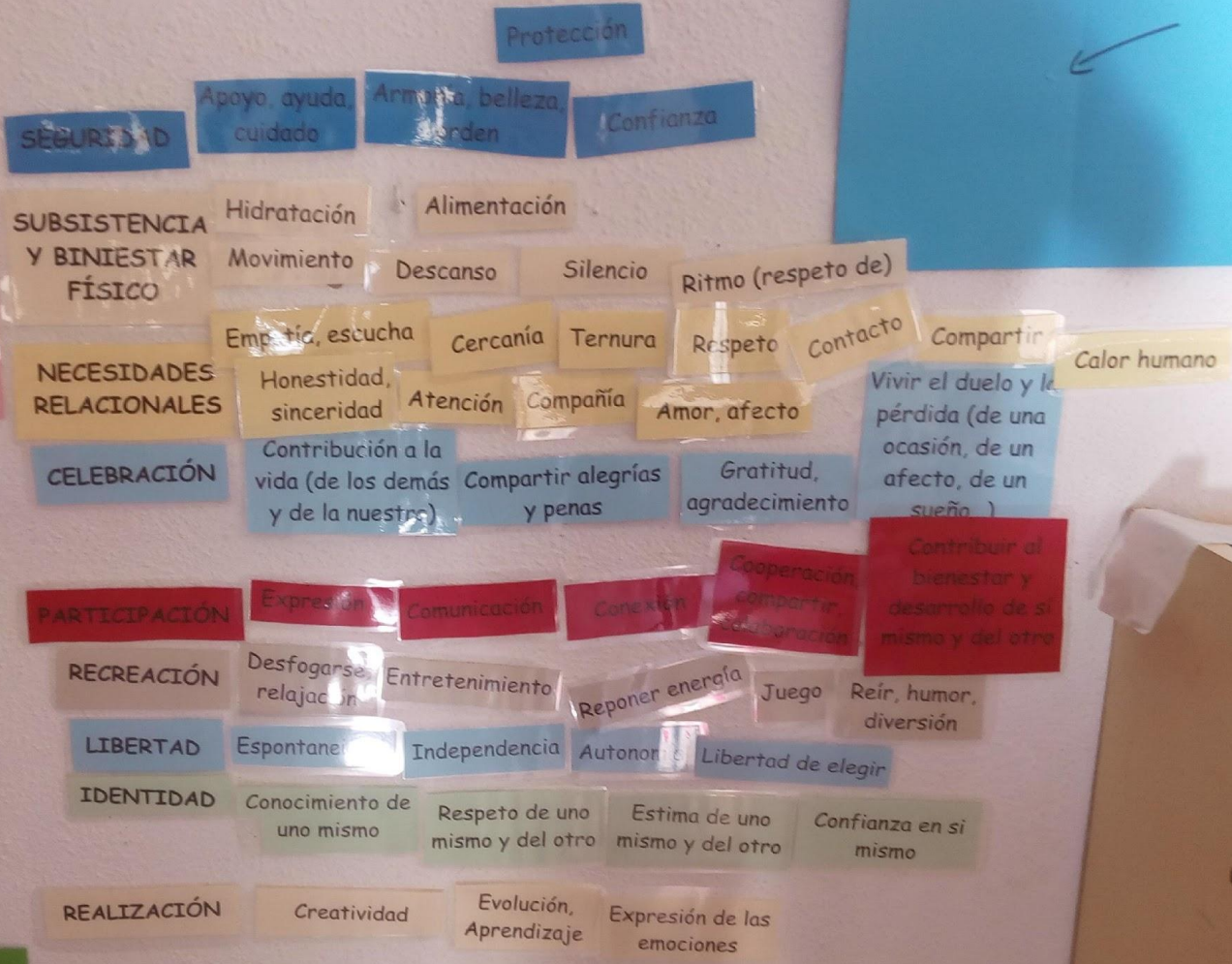
|  |   |   |  |   |
|--|---|---|--|---|
| <br>subsistencia  | <br>protección | <br>afecto   | <br>entendimiento | <br>ocio |
| <br>participación | <br>creación  | <br>libertad | <br>identidad     |   |

WWW.ECOLOGISTASENACCION.ORG

ecologistas en acción 

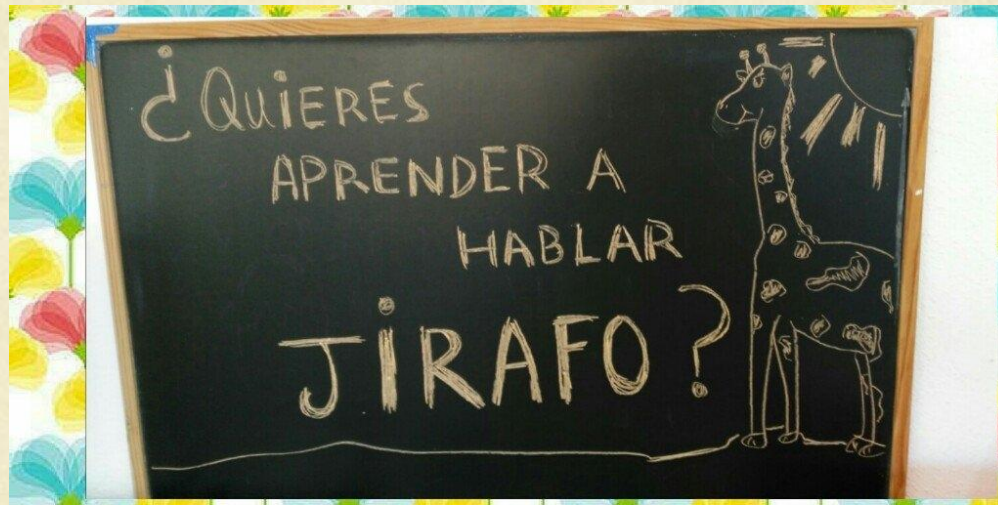


EXPRESION DE LAS NECESIDADES.





¿Y cómo se expresan las emociones y las necesidades?





- # Las llaves mágicas:
- La boca
  - Las orejas
  - Los ojos
  - El corazón



# ¿Qué se necesita para poder ponerlo en marcha?

- No juicio
- Responsabilidad, aceptar que no hacemos cosas bien y que hacemos daño (tod@s).
- Dejarnos ver a los alumn@s cómo seres humanos (vulnerables).
- MUCHA CONFIANZA (un@ no puede exponerse verdaderamente si no confía en el otr@).

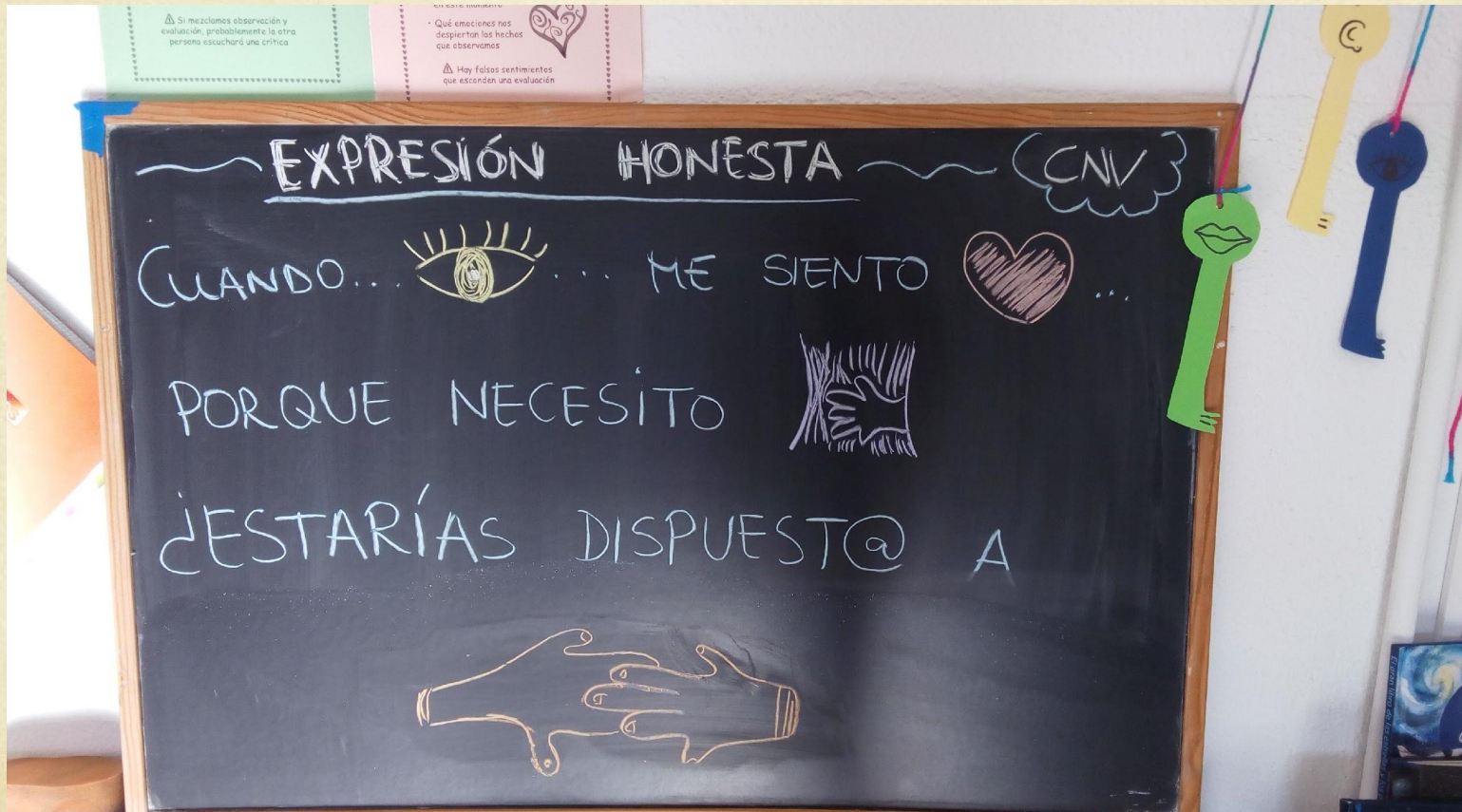


# ¿Cómo hemos introducido la CNV en clase?

## PREVIO

- Trabajando la CONFIANZA y siendo CONFIABLES.
- Identificar las EMOCIONES propias y las de OTR@S.
- Conociendo nuestras REACCIONES a las EMOCIONES.

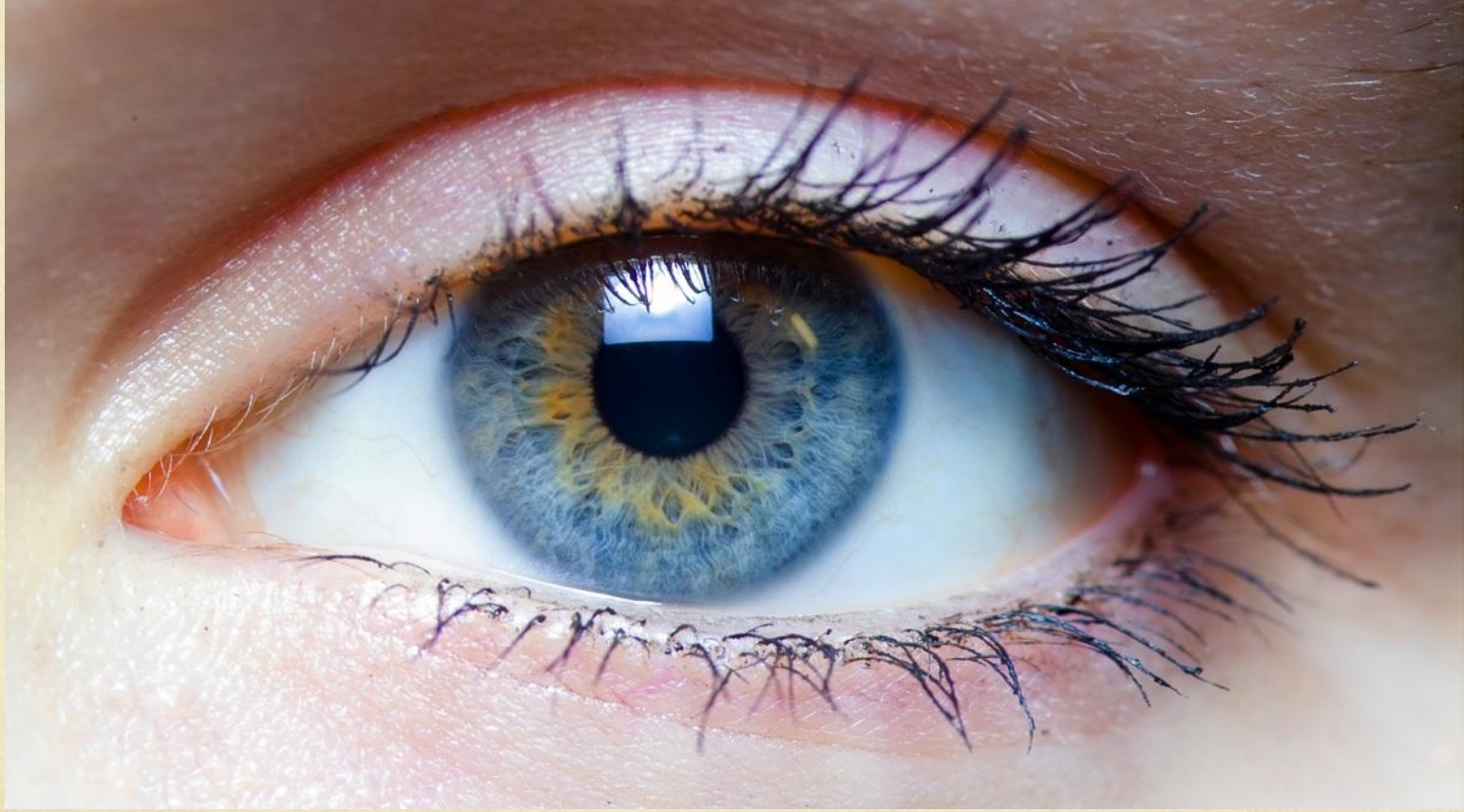
# Pasos prácticos para llevarlo a cabo:





# PASOS

## 1. OBSERVACIÓN



## 2. EMOCIONES





# 3. NECESIDADES



# 4. PETICIÓN





Puede que hagamos esto, y  
el otro no acepte nuestra  
petición ...

- ASERTIVIDAD:
  - Saber y poder decir NO.
  - Recibir el NO.
  - El NO no va unido a  
RECHAZO de la persona.

**NO**

# Unir la Expresión Honesta con la Asamblea

- Asamblea: los viernes nos reunimos en la hora de tutoría.
- Durante la semana hay un cuaderno en las aulas separado por temas (algunos de ellos se fueron añadiendo según las necesidades):
  - Agradecimientos
  - Hemos hecho...
  - Felicitaciones
  - Pedimos perdón
  - Críticas
  - Propuestas





# Hay un delegad@ por aula

ASAMBLEA

Encargados

- \* Controlador - CNV
- \* Gestorador de palabras, tiempo, tono, interrupciones, tema (recordar)
- \* Acompañante de problemas (mediador)
- \* Secretari@: toma nota de ideas, problemas...  
evalúa el cumplimiento de acuerdos

viernes 6 octubre  
6-10-2017

| x  | 0 | 1  | 2  | 3  | 4  |
|----|---|----|----|----|----|
| 0  | 0 | 0  | 0  | 0  | 0  |
| 1  | 0 | 1  | 2  | 3  | 4  |
| 2  | 0 | 2  | 4  | 6  | 8  |
| 3  | 0 | 3  | 6  | 9  | 12 |
| 4  | 0 | 4  | 8  | 12 | 16 |
| 5  | 0 | 5  | 10 | 15 | 20 |
| 6  | 0 | 6  | 12 | 18 | 24 |
| 7  | 0 | 7  | 14 | 21 | 28 |
| 8  | 0 | 8  | 16 | 24 | 32 |
| 9  | 0 | 9  | 18 | 27 | 36 |
| 10 | 0 | 10 | 20 | 30 | 40 |



En la  
**ASAMBLEA,**  
cuando se critica  
o se tratan  
conflictos, **SOLO**  
se puede hacer  
desde la  
**EXPRESIÓN**  
**HONESTA.**

¡GRACIAS!

- Observo
- Siento
- Necesito
- Pregunto

