



IVELAN GABINETE PSICOPEDAGÓGICO

Tfno: 91 681 17 64

C/ Madrid 71 2º Getafe (Madrid)

629 29 24 12

info@ivelan.es

www.ivelan.es

630 90 17 48

CONVIENE SABER DEFENDERSE. HAY OCASIONES QUE LO REQUIEREN

Ser buen compañero y buen amigo no significa hacer siempre lo que los demás quieren. Habrá momentos en los que debemos defendernos y, tal vez, enfadarnos para hacernos respetar. Es malo ser pasivo y no hacerse respetar.

Un niño es **pasivo** si ante algo que le molesta se calla, no hace nada y espera a que pase el problema.

Un niño es **agresivo** cuando ante los hechos que no le gustan se ponen violento, grita, insulta, amenaza, pega.

Un niño es **asertivo** cuando sabe comunicarse y expresar sus sentimientos. Si se presentan situaciones que no le gustan lo expresa adecuadamente, con buenas maneras, con educación, sin insultar, sin gritar...pero con firmeza.

Esto se puede aprender, por moldeado, modelado, instrucciones, seguimiento. Todo esto se realiza en sesiones individuales de terapia conductual-cognitiva.