

PANEL DE IDENTIFICACIÓN DE SENSACIONES- PARA EL NIÑO

Estas sensaciones o reacciones se pueden tener en situaciones diferentes. Cuando sepamos que están relacionadas con la ansiedad, se lo diremos al niño señalando lo que estamos observando o nos está diciendo. Si es posible, relacionarlo también con la situación que provoca la ansiedad. Por ejemplo, "notas el corazón más rápido porque estás nervioso. Estás nervioso porque tienes un examen". Si tenemos fotos del niño expresando estas sensaciones y con las situaciones asociadas le resultará más fácil.

