

# DYNATRACS Y EL BIENESTAR

La situación actual de la sociedad (crisis económica, crisis ecológica, crisis sanitaria, etc.) puede afectar directamente al bienestar del niño y del adulto que lo rodean.

El bienestar de los padres y de los demás adultos que rodean al niño (familia, profesores, etc.) tiene un impacto importante también en el desarrollo y el bienestar de los más jóvenes.

Nuestro estudio tiene como objetivo evaluar por cuestionario el impacto de la COVID-19 sobre el niño y el profesor.

Los participantes en nuestro estudio serán invitados a:

Responder a un cuestionario de bienestar, con la ayuda de nuestra equipo para los más pequeños.



Realizar 3 dibujos (particularidad para los niños de 3<sup>a</sup> y 6<sup>a</sup> primaria).





# ¿ CÓMO IDENTIFICA

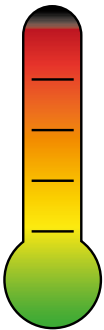
## Alegría



### Sensaciones

Sonrisa/ ganas de reír  
Ligereza y calidez en el cuerpo  
Sensación de expansión, de apertura  
Impresión de energía  
Ganas de compartir con los demás

### Vocabulario



Exaltado  
Excitado  
Feliz  
Maravillado  
Alegre  
Entusiasta  
Entretenido  
Agradecido

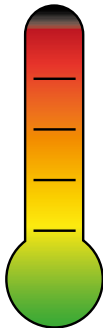
## Miedo



### Sensaciones

Estado de emergencia interno  
Corazón que late rápido  
Nerviosismo, agitación  
Vientre estrecho  
Temblor  
Dificultad para respirar  
Deseo de huir  
Manos/pies fríos

### Vocabulario



Aterrorizado  
Asustado  
Atemorizado  
Inquieto  
Preocupado

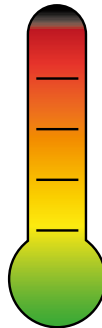
## Tristeza



### Sensaciones

Carga, cansancio  
Sensación de vacío  
Opresión la garganta  
Ganas de llorar  
Mandíbula temblorosa  
Respiración seca  
incapacidad para hablar  
Deseo de replegarse sobre sí mismo

### Vocabulario

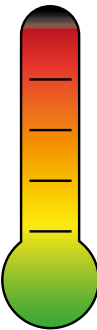


Desesperado  
Deprimido  
Abatido  
Triste  
Vacío  
Solo  
Decepcionado

### Sens

Agradecido  
Mandíbula  
Cejas fruncidas  
Puños cerrados  
Deseo de a  
Calor en el  
respiración

### Voc



# ¿POR LAS EMOCIONES?

## Ira



### Sensaciones

Ojo de diez  
Apretada  
Cebada  
Ados  
Tacar  
Cuerpo  
Bloqueada

### Vocabulario

Rabioso  
Furioso  
Exasperado  
Enojado  
Cabreado  
Molesto  
Disgustado  
Impaciente

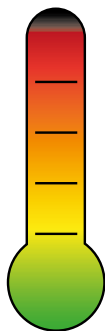
## Asco



### Sensaciones

Estómago apretado  
Bola en la garganta  
Arcadas  
La nariz se levanta, boca cerrada  
Náuseas/vómitos  
Movimiento hacia atrás

### Vocabulario



Repugnado  
Asco  
Traicionado  
Disgustado  
Aburrido

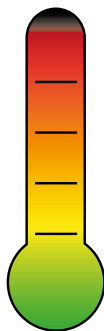
## Sorpresa



### Sensaciones

Ojos que se abren de par en par  
Boca que se abre  
Todos los sentidos en alerta  
Ampliación de los percepciones visuales auditivas  
Calor en el cuerpo

### Vocabulario



Estupefacto  
Sorprendido  
Indeciso  
Incierto  
Asombrado

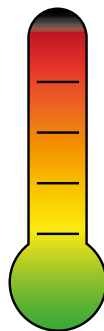
## Vergüenza



### Sensaciones

Contracción del cuerpo  
Deseo de desaparecer  
La cabeza hacia abajo, ojos abajo  
Espalda curvada  
Bola en el vientre  
Peso en el pecho

### Vocabulario



Humillado  
Culpable  
Vergonzoso  
Avergonzado  
Desanimado



# ¡GRACIAS POR TU PARTICIPACIÓN!



[www.sesa.ucl.ac.be/dynatracs](http://www.sesa.ucl.ac.be/dynatracs)



Con el apoyo de

