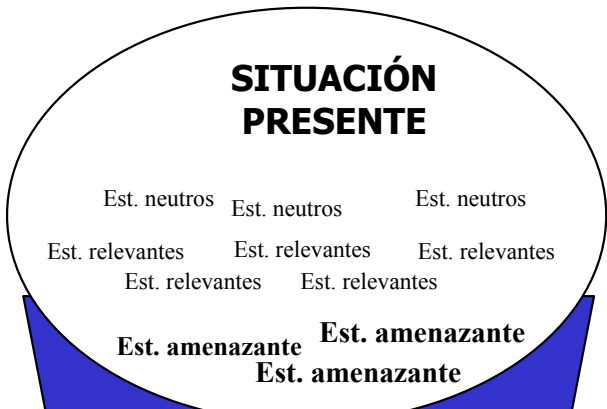


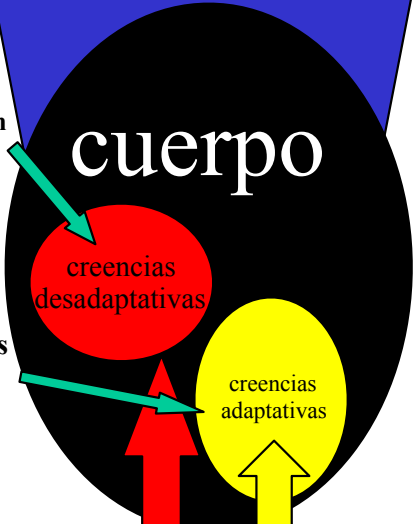
¿CÓMO FUNCIONA NUESTRO CUERPO?



ATENCIÓN
 a la situación de un presente condicionado y filtrando los estímulos a vigilar por las creencias del cuerpo. Primero vigilará lo amenazante el cuerpo prima la supervivencia

VALORES
 Qué puedo hacer para aprox. a la idea persona que quiero ser?
 yo com a pareja, padre, madre, hijo, amigo, trabajador, estudiante,deportista....

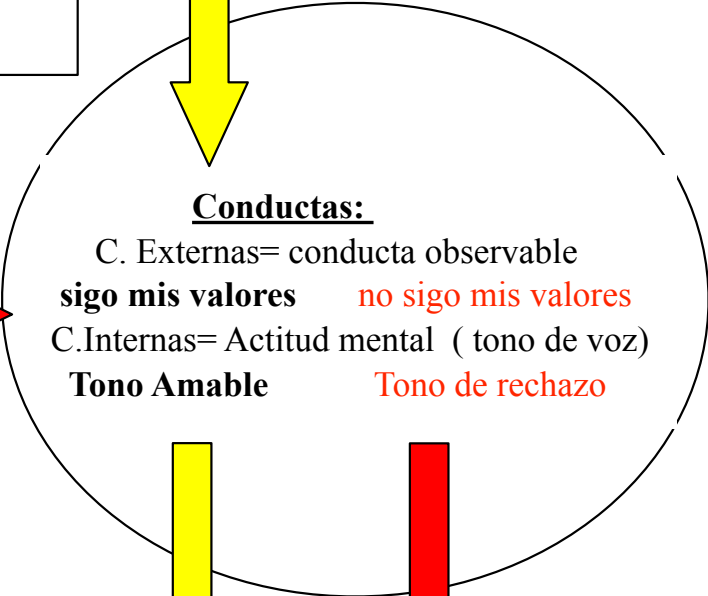
experiencias aprendidas en infancia



experiencias aprendidas

EMOCIONES
 Mi cuerpo me avisa de los estímulos que prioriza de la situación presente mediante:
 -Reacciones fisiológicas
 -Pensamientos

yo conciencia



EDUCA A SU CUERPO A QUE LAS EMOCIONES NO SON EST. AMENAZANTES Y POR TANTO NO NECESITO VIGILARLOS Y POR TANTO PUEDE ATENDER A LOS EST. RELEVANTES.

EDUCA A SU CUERPO A QUE LOS ESTIMULOS AMENAZANTES SON MIS EMOCIONES Y POR TANTO DEBE VIGILARLOS