



NIVEL 2

TÍTULO

LO QUE SIENTO QUE TÚ SIENTES

AUDIOVISUAL

<http://hyperurl.co/wh6ufr>



VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR

Empatía, identificación y expresión emocional, habilidades sociales.

ÁREA CURRICULAR

Lengua Castellana y Literatura.

SINOPSIS

Un niño habla con su hermano o hermana que aún no ha nacido para explicarle algunas de las cosas que se encontrará cuando salga de la tripa de su madre y no se sorprenda.

REFERENTE TEÓRICO: La habilidad de leer las emociones de otros es uno de los pilares principales de la inteligencia emocional. Es hablar y comprender el lenguaje de las emociones, algo que en algunos alumnos se percibe como una habilidad natural desde su más tierna infancia y que, en cualquier caso, puede desarrollarse y trabajarse para que aumente a medida que crezcan. Esta habilidad nos hace más humanos, más capaces de comprender lo que nos rodea, más hábiles para relacionarnos con las personas que tenemos cerca, y con más probabilidad de saber resolver los problemas que podamos encontrar. Es, de alguna forma, una garantía de adaptación a la que deberíamos aspirar cada vez más.

RAZÓN DE SER: Las actividades planteadas ayudan al alumnado a leer las emociones y sentimientos de otras personas (con mayor peso del componente cognitivo) atendiendo a diversos factores: signos externos, la conducta, las cosas que le ocurren, sus deseos y pensamientos.

1ª Fase

Repasamos las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, ira, asco y sorpresa) a través de un emotómetro elaborado con pictogramas, entregando una ficha para cada alumno/a en la que aparece la imagen de un rostro representando una emoción determinada. Se les pide que respondan a dos preguntas: *¿Qué siente? ¿Cuándo te has sentido tú así?*

Se ponen en común las respuestas con el grupo, de manera que cada alumno/a hable de la emoción que aparece en su ficha. Resaltamos la idea de que cada emoción suele llevar asociada una expresión facial característica.

De uno en uno, se le hace preguntas centradas en una emoción y una persona de su entorno más cercano (madre/padre, hermano/a, compañero, etc.): *¿Cómo notas que tu padre está triste? ¿Qué ves tú o cómo ves tú a tu padre para saber que está triste? ¿Qué cosas le apetece hacer cuando está triste? ¿Qué cosas no le apetece hacer cuando está triste?*

Procederemos de la misma manera con el resto de emociones.

2ª Fase

Vamos a empezar viendo un vídeo en el que un niño pequeño habla con su hermano o hermana, al que no ve porque no ha nacido aún.

El niño le habla de algunas cosas que se da cuenta de que existen, aunque no las ve con sus ojos. ¿Os parece extraño? Vamos a ver el vídeo y ahora lo explicamos un poco más

Tras el visionado, se realizará un resumen en gran grupo de lo sucedido en el anuncio para asegurarnos de que todos/as lo han comprendido.

3ª Fase

Recopilamos previamente imágenes de rostros de personas. En cada una de ellas están sintiendo y pensando cosas que el alumnado debe adivinar. Escogeremos imágenes donde la expresión facial sea fácilmente distinguible y presentamos en una hoja todas las expresiones juntas.

Introduciremos la idea de que podemos identificar las emociones de los demás si nos fijamos en algunas pistas. Podemos comentar que este niño parece adivino. Todavía no ve a su hermano o hermana

porque está escondido dentro de la tripa de mamá, pero él nota que está ahí: la barriga de mamá se ha hecho más grande, se mueve, le hablan sus padres de cómo será cuando nazca. Lo mismo ocurre cuando parece adivinar cómo se sienten su hermano y sus padres. No es que sea adivino: simplemente se fija bien en algunas pistas para saber lo que sienten las personas que le rodean.

Se le entrega a cada alumno/a una hoja con el nombre de emociones y sentimientos (en caso necesario utilizaremos pictogramas) con un espacio debajo de cada una y con las imágenes de los rostros.

Vamos a hacer un juego para ver qué tal se nos da esto de adivinar las emociones y pensamientos de los demás. ¿Cómo se sienten estas personas? Para evitar respuestas demasiado generales (bien-mal), haremos referencia al emociómetro. El alumno/a debe recortar cada imagen y pegarla en la emoción o sentimiento correspondiente.

4ª Fase

Finalmente, se tratará de llevar el ejercicio anterior a sus vidas diarias con el fin de que pueda generalizarse el aprendizaje. Resaltamos la idea de que todos sentimos emociones y que estas dependen de lo que nos ocurre.

Planteamos escenas en las que la persona protagonista está sintiendo una emoción determinada. Podemos utilizar dibujos, pictogramas o fotografías.

En gran grupo se les pedirá que cuenten algo que les haya hecho sentir tristeza, alegría, sorpresa, enfado, ira, etc. Por ejemplo: Esta mañana me encontré un pajarito herido en el parque, la semana pasada me regalaron un cuento nuevo, ayer comí espaguetis"... (Toda situación es válida).

El resto de alumnado intentará adivinar cómo se han sentido en esas situaciones (levantarán la

mano cuando crean conocer la emoción y se respetará el turno).

Se puede hacer sugerencias para animarles a contar algo que les haya pasado, poniéndoles ejemplos centrados en su familia, su vida cotidiana. Podemos preguntar si les han felicitado por su trabajo alguna vez, si se han enfadado recientemente con algún familiar en casa, si han hecho algo con sus amigos que les haya hecho estar contentos, etc.

Si es necesario, se pueden realizar preguntas que ayuden a ver lo que no se ve: por ejemplo: *¿Te gustan los espaguetis? Entonces seguro que estabas muy contento/a.* En este ejercicio de búsqueda de información, clave en la práctica de la empatía, el profesorado hará de modelo, ya que puede resultar algo complicado generar preguntas de este tipo.

Al finalizar la actividad el profesor/a les felicitará por el trabajo realizado, expresando su estado de ánimo: *Me ha encantado lo que hemos hecho hoy. Siento mucha alegría. Os felicito.*

Para poder seguir mejorando los materiales agradeceríamos su opinión como experto al respecto. Complimentando este pequeño [cuestionario](#).