

Di lo que sientes



Propuesta de lectura
¿Y tú qué sientes?
(De 8 a 10 años)

¿Y TÚ QUÉ SIENTES?

¿Qué queremos conseguir?

- Expresar adecuadamente las propias emociones.
- Aprender a respetar las emociones de los demás.
- Analizar las causas de algunas emociones.

¿Cómo y cuándo leemos?

En este caso, proponemos una lectura con hermanos o amigos. Por ejemplo, se puede recurrir al juego de las adivinanzas, pero desde una nueva perspectiva. Uno de los lectores debe describir una emoción que él haya experimentado; el otro lector debe adivinarla. Finalmente, ambos pueden leer juntos el texto correspondiente en el EMOCIONARIO para comprobar el contenido y decidir en equipo si, efectivamente, se trataba de esa emoción o no.

Otra posibilidad consiste en elegir una emoción al azar y luego contrastarla con las propias vivencias y poner ejemplos. Proponemos, a modo de ilustración, dos posibilidades distintas, que los niños pueden realizar de manera autónoma.

- a) Tomando una emoción como base, se pueden indicar situaciones en las que los participantes la hayan experimentado. Así, a partir del texto de la tristeza, los niños pueden escribir situaciones en que se hayan sentido tristes; o bien, a raíz de los ejemplos que se proponen en la frustración, se puede hacer una lista de cosas frustrantes. Por último, los participantes pueden comparar sus listas para ver en qué coinciden.
- b) Se puede jugar a establecer un recorrido emocional diferente al del EMOCIONARIO. Se puede partir de una emoción cualquiera y proponer recorridos distintos: ¿cómo pasa un niño de una emoción a otra? Después, se pueden comparar los recorridos y reflexionar sobre las diferencias.