



### NIVEL 3

#### 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, para que 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 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:** Se profundiza en los aspectos trabajados en el nivel 2: Leer emociones y sentimientos de otros atendiendo a diversos factores (signos externos, la conducta, las cosas que le ocurren, sus deseos y pensamientos). Se parte de la expresión emocional de las propias vivencias mediante un juego, luego se representan escenas con carga emocional y finalmente se trabaja la empatía con el resto de compañeros/as.

#### 1ª Fase

Repasamos cada una de las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, ira, asco y sorpresa) y su expresión facial característica apoyándonos en un

emociómetro si no lo hemos creado previamente, podemos utilizar pictogramas.

Proponemos el juego *Loto de emociones*. Se prepara un cartón para cada alumno/a con cartulina, escribiendo diez emociones y sentimientos en cada uno de ellos. En una caja se meten papeles con el nombre de una emoción o sentimiento; se reparten fichas y se va sacando papeles uno a uno. Para poder colocar una ficha la persona debe contar una situación en la que haya sentido esa emoción o sentimiento. Quien termine el cartón en primer lugar recibirá un refuerzo.

Posteriormente se expone la idea de que cada emoción suele llevar asociada una expresión facial característica. Para ayudarles a identificar cuáles son los signos más comunes, se les hace preguntas centradas en una emoción o sentimiento acerca de una persona de su entorno más cercano (madre/padre, hermano/a, compañero, etc.). *¿Cómo notas que tu madre está alegre? ¿Cómo está su cara? ¿Qué cosas le apetece hacer a tu madre cuando está alegre? ¿Qué cosas no le apetece hacer?*

Procederemos de la misma manera con el resto de emociones. Podemos apoyar visualmente esta actividad con el emocionario. Para finalizar, explicamos que las emociones no son buenas ni malas, lo importante está en las cosas que hacemos.

#### 2ª Fase

*Vamos a ver 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. Resaltamos algunos puntos importantes como las preo-

cupaciones y la crisis. Posteriormente se realiza un segundo visionado, parando la imagen para facilitar la identificación de las emociones de los personajes. Ahora vamos a adivinar cómo se sienten. Preguntaremos de manera individual: *¿Cómo crees que se siente? ¿En qué lo has notado? ¿Estáis de acuerdo?*

### 3ª Fase

Previamente recopilamos imágenes de personas en situaciones cotidianas (comprando en el supermercado, hablando en el parque, viendo una película en el cine...). En cada una de ellas están sintiendo y pensando cosas que el alumnado debe adivinar. Escogeremos imágenes donde la expresión facial sea fácilmente distinguible. Es preferible que aparezcan pocas personas y las acciones sean aisladas, para conseguir centrar la atención.

*Podemos saber 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 siente 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. Vamos a hacer un juego para ver qué tal se nos da esto de adivinar las emociones y pensamientos de los demás.*

*¿Qué está ocurriendo? ¿Qué está pensando? ¿Cómo se sienten estas personas?*

Para evitar respuestas demasiado generales (bien-mal), haremos referencia a los pictogramas.

Les propondremos hacer un role-playing en el que interpreten la posible conversación en las escenas propuestas (Inventaros qué podéis decir en esa si-

tuación). El resto debe adivinar sus sentimientos y pensamientos.

### 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. 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 castigó mi madre, la semana pasada fui al partido y gané mi equipo*, etc. (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 respetando el turno). En caso necesario, haremos sugerencias para animar a contar algo, poniendo ejemplos centrados en su familia, su vida cotidiana. Podemos preguntar si se han enfadado recientemente con algún compañero, si han hecho algo con sus padres que les haya hecho estar contentos, etc.

Para facilitar esta actividad, realizaremos preguntas que ayuden a ver lo que no se ve. Por ejemplo: *¿Te gusta viajar con tus padres? 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](#).