DINÁMICAS Y ACTIVIDADES DEL PROGRAMA DE IMPLANTACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

NOMBRE: ¿Cuándo me sentí….?

DURACIÓN: 45 minutos

DISTINCIÓN: Empatía

OBJETIVOS:

* Promover la escucha atenta de compañeros/as.
* Vivenciar situaciones emocionales de otros/as compañeros.
* Proponer actuaciones para apoyar a los demás en estas situaciones.
* Desarrollar la empatía y la visión de equipo a partir de dichas propuestas.

DESARROLLO:

 Entregamos la ficha adjunta que debe ser cumplimentada por cada uno de los niños y niñas en un tiempo de 10 minutos.

 Se colocarán por parejas (en caso de número impar el maestro/a puede participar). Cada miembro de la pareja preguntará al otro: ¿Cuándo te sentiste…? Intentará memorizar la respuesta en todos los apartados posibles. (5 min.)

 Después se reunirán por grupos de dos parejas. Cada miembro del grupo deberá comunicar a los demás las respuestas que su compañero de pareja le dio en la fase anterior. A su vez cada integrante del grupo deberá intentar memorizar las respuestas de cada miembro del grupo. (5 min.)

 En una última fase participan todos los grupos. Un portavoz de cada grupo preguntará a otro niño/a de otro grupo ¿Cómo se sintió tu compañero/a (debe ser de su grupo)….. en la situación …..? (10 min.)

 Finalmente una actividad en el grupo clase servirá para reflexionar sobre las siguientes cuestiones: (15 min)

* ¿Realmente hemos escuchado con atención lo que los compañeros/as han contado?
* ¿Hemos podido imaginar la situación que han vivido en cada caso? ¿Podemos sentir lo mismo que ellos/as?
* Hacemos propuestas concretas para apoyar aquellas situaciones emocionalmente negativas de alumnos/as (triste, enfadado, despreciado, incomprendido, ….)
* Recogemos las propuestas en un documento que firmamos todo el alumnado y el maestro.

¿Cuándo me sentí…?

|  |  |
| --- | --- |
| Muy alegre | Muy triste |
| Realmente enfadad@ | Despreciad@ por… |
| Sol@ | Acompañad@ |
| Incomprendid@ | Asustad@ |