

**Lunes
14
de febrero**

Segundo de Primaria Educación Socioemocional

El lugar donde viven los monstruos

Aprendizaje esperado: *asume que el estado emocional del enojo puede ser regulado en situaciones adversas o aflictivas, con respeto y empatía por los demás.*

Énfasis: *asume que el estado emocional del enojo puede ser regulado en situaciones adversas o aflictivas, con respeto y empatía por los demás.*

¿Qué vamos a aprender?

Asumirás que el estado emocional del enojo puede ser regulado en situaciones adversas o aflictivas, con respeto y empatía por los demás.

La sesión pasada, aprendiste que el enojo es una emoción natural que siempre está presente en nosotros y en las demás personas. Todas y todos, sentimos enojo alguna vez: las mamás, los papás, los abuelitos, las maestras, los maestros.

Descubrimos que podemos aprender a regular el enojo por más difíciles que se presenten las situaciones o los conflictos entre las personas.

¿Te acuerdas de que regular el enojo nos ayuda a no causarnos malestar o causar malestar a otras personas? Por ejemplo: Si yo me enojo porque alguien rompió algo que era mío y me gustaba mucho, y en vez de hablarlo con calma me pongo a dar de gritos, en lugar de dejar claro lo que me molestó, quizás vuelva todo un problema mucho más grande por no regular mi enojo.

En la sesión de hoy aprenderás acerca de las actitudes que ayudan cuando hay enojo entre las personas, como son el respeto, la tolerancia y la empatía que nos permiten entender lo que ocurre en nosotros y en los demás, cuando hay enojo. Así sabremos qué hacer cuando nos enojamos o cuando vemos que alguien se está enojando con nosotros.

¿Qué hacemos?

Max, es un niño que viajaba siempre con su imaginación, y, vaya que le encantaba jugar, hasta que un día ¡ni te imaginas!, logró sentir el enojo de su mamá, ¿Quieres ver qué pasó entonces?

Mira el siguiente cuento.

1. Donde viven los monstruos.

Observa a partir del minuto 0:22 hasta el 3:04

<https://www.youtube.com/watch?v=Qr7X5lXlRqA&t=94s>

Con respecto al cuento, ¿Crees que Max con sus juegos logró que su mamá se enojara con él?

Yo pienso que sí, y que después no lo manejó de la mejor manera, porque bromeó cuando su mamá ya estaba molesta. ¿Tú qué piensas?

Es importante comprender que puede ser muy molesto que la gente se burle cuando estás enojado o enojada.

Conozcamos la opinión de otras niñas y otros niños, para poder entender qué es el enojo y cómo se siente.

Mira la siguiente cápsula, en ella encontrarás la opinión de Amtiel, Nicolás y Patricio.

2. Cápsula con opiniones de las niñas y niños.

<https://youtu.be/EB-Jc-eVZjE>

Como puedes ver, las opiniones de los tres son muy interesante, porque a través de ellas podemos saber que el enojo es normal y que nos pasa a todas y todos, también sabemos que es una emoción muy poderosa.

¿Quieres saber qué le ocurrió a Max cuando se fue a su recamara? Continuamos con el cuento "Donde viven los monstruos".

3. Donde viven los monstruos.

Observa a partir del minuto 3:02 hasta el 6:57

<https://www.youtube.com/watch?v=Qr7X5lXlRqA&t=94s>

¿Recuerdas que hace Max cuando se enfrenta con los monstruos? ¿Será que, así como Max todas y todos tenemos habilidades para regular nuestras emociones?

¡Qué bien que Max se dio cuenta que su mamá lo quiere mucho y comprendió que eso es más importante que las emociones de enojo y los regañones que a veces ocurren entre ellos!

Continúa mirando el video para conocer el final de este cuento.

4. Donde viven los monstruos.

Mira a partir del minuto 7:00 hasta el 8:58

<https://www.youtube.com/watch?v=Qr7X5lxIRqA&t=94s>

Las emociones como el enojo son algo necesario para vivir y se convierten en parte de nosotros cuando las expresamos; Max como muchas niñas y niños descubren que las personas con quienes conviven a diario también están en el universo de las emociones.

Si reflexionamos sobre el cuento, podemos pensar que Max sintió miedo de que mamá no lo volviera a querer, pero también logro comprender que su mamá también vive en el universo de emociones y que, aunque a veces se enoje, no lo deja de querer nunca.

El reto de hoy:

El reto de hoy es preguntar a las personas adultas dos cosas:

- 1.- ¿Qué hacen ellos cuando se enojan?
- 2.- ¿Cuál es su lugar de tranquilidad como el que tiene Max en su imaginación?

Sera muy interesante que puedas platicarle a tu maestro, lo que te contestaron.

Este ejercicio también te ayudará a aprender a escuchar cómo viven sus emociones los demás, pues de eso se trata precisamente la empatía.

Si te es posible consulta otros libros y comenta el tema de hoy con tu familia, seguro les parecerá interesante y podrán decirte algo más.

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.