

**Lunes
25
de abril**

Primero de Primaria Educación Socioemocional

El inesperado regalo sorpresa

Aprendizaje esperado: *explica la motivación y reacciones producidas por las emociones relacionadas con la sorpresa, y las regula con ayuda, de acuerdo con el estímulo que las provocan, así como al logro de metas personales y colectivas.*

Énfasis: *explica la motivación y reacciones producidas por las emociones relacionadas con la sorpresa, y las regula con ayuda, de acuerdo con el estímulo que las provocan, así como al logro de metas personales y colectivas.*

¿Qué vamos a aprender?

Seguirás aprendiendo sobre la emoción de la “Sorpresa”.

Entenderás qué pasa cuando sientes sorpresa y las emociones relacionadas con esta emoción y como regularla.

¿Qué hacemos?

Para iniciar esta sesión te cuento que en una sesión de la maestra Isabel y Héctor encontraron una caja misteriosa. Imagina que puedes observar la caja:

¿Ya viste esa caja? ¿Un regalo? ¿Quién habrá enviado ese regalo? ¿Qué tendrá dentro? Es muy grande, y cuadrada, ¿Que podrá ser? No se ve lo que es, pero por lo pronto, la envoltura sí que está bonita, seguramente debe ser tuyo. Lo debieron mandar amigos o amigas tuyos porque te quieren mucho; o a lo mejor es de algún miembro de tu familia, en agradecimiento por tu buena labor en tu casa y en aprender; o quizás te lo mandan para felicitar por estar involucrado en estas sesiones tan bonitas de Educación Socioemocional.

No sabes de dónde salió, la verdad, pero sí te da curiosidad saber qué será, quién lo habrá enviado y por qué o para quiénes. ¡Cuántas expectativas!

No tiene ninguna tarjeta ni nada, esto te asombra.

La sorpresa luego puede generar interés o curiosidad, pero está bien, debes pensar antes de actuar.

Para descubrir el misterio de la caja Isabel y Héctor pidieron ayuda al agente Boond, Fefe-boond, para resolver el misterio:

FEFE-boond: Hola Isabel y Héctor, qué gusto volver a verte. Me dijeron que tenían un caso muy interesante que resolver.

ISABEL: Hola, Fefe-boond. Qué bueno que llegaste. Es que ahí hay una caja muy grande que...

FEFE-boond: ok, ok, no trates de distraerme con tanta plática. Recuerda que yo soy agente emocional de la Agencia Central de Inteligencia Emocional y Social (A.C.I.E.S.)

A esta misión la llamaremos el "Caso de la caja sorpresiva de regalo". Para empezar, dime: ¿Quién la dejó ahí?

(con actitud muy seria señalando con el dedo a Isabel y viéndola directamente a los ojos)

ISABEL: (le causa sorpresa la manera tan directa de la pregunta) No pues no sé, es que, cómo te explico, la caja ahí estaba, creo, bueno yo no la había visto, pero Héctor me dijo, y yo no.

FEFE-boond: ¡Aaaah! ¡Silencio! Además de asombro muestras nerviosismo, seguramente estás involucrada en todo esto. Dime: ¿Qué hiciste la noche del día de ayer?! ¿Y por qué estás tan nerviosa?

ISABEL: (desconcertada) ¿Ayer? en la noche, me fui a comer unos esquites con unos amigos, pero ¿Eso qué tiene que ver con esto?

FEFE-boond: Visiblemente eres responsable, te ves muy nerviosa.

ISABEL: ¡Cómo dices eso con tanta seguridad y tan directo! Eso me sorprende y hasta me da un poco de miedo. ¿Está todo bien?

El agente Fefe-boond se dio cuenta que debes estar tranquilo para poder investigar, quizás la expectativa no ayuda a que este en calma.

FEFE-boond: A mí también me sorprende todo esto. Nunca había aparecido una caja como esta en la sesión. Me preocupa que sea algo desagradable, peligroso.

Creo que me exalté un poco, te ofrezco una disculpa, Maestra Isabel, a mí me toca investigar qué es lo que hay dentro con calma y con inteligencia.

Estos casos me sorprenden y me fascinan, sabes que me encanta investigar, pero no debo dejarme llevar por la fascinación porque podría hacer que me quedara pasmado, paralizado o simplemente fascinado. No podría tomar decisiones correctas y resolver el caso.

ISABEL: ¡Qué bueno te diste cuenta de que debes estar tranquilo para poder investigar, Fefe-boond! Quizás tu expectativa no ayuda a que estar en calma.

Antes de continuar, no sabes qué es eso, ¿Verdad?

A veces, cuando te sorprendes, empiezas a tener curiosidad sobre lo que te provocó la sorpresa, en este caso, la caja, empiezas a pensar en lo que puede haber dentro de ella, esa es la expectativa.

Ya vas entendiendo, la expectativa con esa caja es que puede ser algo terrible, desagradable, algo que te genere malestar o aflicción.

Sí, la expectativa hizo perder la calma de Fefe-boond porque sintió que podía ser una amenaza para quienes están ahí.

Es verdad. Su entrenamiento de investigador hace que siempre espere lo peor, pero podría haber otras cosas dentro. Por ejemplo:

- ¡Juguetes!
- ¡Una mascota!
- Cartas y dibujos.
- ¡Un helicóptero!

Aunque se sorprende por encontrar esa caja, cada persona tiene su propia expectativa.

Entonces al sorprenderte y tener esas expectativas, su reacción ante la sorpresa fue un poco exagerada.

A cualquiera puede pasarle, pero lo importante es que se dio cuenta y logro volver a la calma. ¿Cómo hizo eso, Fefe?

FEFE-boond tienes agentes en todo el mundo que saben de emociones y siempre le ayudan Vas a leer la entrevista que le hizo la mujer alegría a Luis un niño de primer grado.

M. ALEGRÍA: ¡Hola, Luis! Me da gusto saludarte.

LUIS: ¡Hola!

M. ALEGRÍA: Me estaba acordando que la semana pasada, nos contaste que le estabas enseñando a bailar a tu abuelita y que pensabas que no estaba aprendiendo. ¿Te acuerdas?

LUIS: Sí, es que mi abuelita durante las clases se cansaba o distraía muy rápido.

M. ALEGRÍA: Pero te dio una sorpresota el día que se paró a bailar y se sabía todos los pasos. ¿No te lo esperabas verdad?

LUIS: ¡Así es! Me gustaba enseñarle mis pasos, y a ella siempre le gusta bailar conmigo, pero le costaba mucho, nunca pensé que bailarían así.

M. ALEGRÍA: ¿Y cómo se te ocurrió enseñarle a bailar a tu abuelita, Luis?

LUIS: Bueno, me encanta bailar y se me hace fácil, además, mi abuelita es importante para mí. La quiero mucho, así que pensé que era buena idea bailar para pasar tiempo juntos.

M. ALEGRÍA: ¿Qué otras cosas te gustan hacer con tu abuelita?

LUIS: Ella es muy cariñosa y sabe muchas historias maravillosas. Yo disfruto mucho cuando me cuenta esas historias porque ella disfruta contarlas. Me cuenta todas las cosas que hacía y ahí me doy cuenta de que mi papá tenía razón. Él me contaba que mi abue era muy activa siempre, a mí me encanta que ella me cuente sus historias, así que yo quería compartir algo que yo disfruto mucho con ella y a la vez hacer que se mueva.

M. ALEGRÍA: ¿Y cambió en algo lo que hacen a partir de que te sorprendió con sus pasos de baile? ¿Crees que el asombro te motivó a cumplir tus metas?

LUIS: Yo creo que no me había dado cuenta de porqué quería que mi abuelita bailara conmigo hasta que eso pasó, pero cuando me asombré por verla bailar, me sentí tan motivado por aprender la forma en que baila ella, que le pedí que me enseñara y la verdad, ella no solo me ha estado enseñando, sino que también me ha contado muchas historias de cuando ella y mi abuelo iban a bailar.

Ahora, todos los días a las 6:00 de la tarde, nos juntamos para bailar, sin importar la música ni el tipo de baile, solo bailamos y ahora pasamos tiempo juntos haciendo ejercicio.

Entonces creo que sí, que me ha servido mucho no solo a compartir y estar más cerca de mi abuelita, sino que también a que ella esté más activa y alegre.

M. ALEGRÍA: Entonces lo que hiciste motivado por el asombro, te sirvió a ti y también a tu abuelita.

LUIS: ¡Y a toda mi familia! Porque ahora todas y todos nos reunimos a bailar.

M. ALEGRÍA: Luis, te felicito, porque a pesar de que eres un niño muy pequeño has logrado hacer algo maravilloso.

LUIS: ¡Gracias! El asombro me ayudó.

M. ALEGRÍA: Y tus gustos y habilidades también, así como tu cariño por tu abuelita.

Oye, por último, ¿Crees que podrías aprovechar mejor la emoción que sentiste, en otra ocasión?

LUIS: Ummmm

Bueno, ahora me di cuenta de que me puede ayudar a hacer cosas y a lograr aprender y unir a mi familia, así que creo que podría estar más atento y la próxima vez que algo me asombre, me sorprenda o me fascine, yo buscaré aprovechar mejor esa energía, también puedo buscar apoyo de mi familia para tener mayores logros.

M. ALEGRÍA: ¡Sorprendente!

Luis descubrió que la sorpresa lo llevó al asombro y cuando conectó estas emociones con la inteligencia, tomó una decisión que ayudó a toda su familia a estar mejor.

A FEFE-boond le sigue preocupando el “Caso del inesperado regalo sorpresa”

FEFE-boond: ¡Ajá! conque sí! Esta prenda pertenece a Héctor; seguramente él está involucrado en todo esto. ¡Aah, ya lo tengo! Puede ser un asunto del O-E-M

ISABEL: ¿Y eso qué significa, Fefe-boond?

FEFE-boond: OEM significa, Organización de Enojones del Mundo.

ISABEL: Nunca había escuchado eso, Fefe.

FEFE-boond: Ni yo tampoco, por eso es muy sorprendente todo esto, debemos estar muy alertas por si algo extraño sucede con esa caja.

Primero, me comunicaré con Héctor. Tenemos que ver su reacción, y además ¿No te parece extraño que no esté por aquí? Se supone que debe estar en esta sesión.

ISABEL: Fue a buscarte, Fefe-boond. Tal vez tuvo algún problema o algo importante lo distrajo, ¡Qué sé yo!

FEFE-boond: Pues sí, de hecho, eso es aún más sorprendente para mí, porque él mismo me avisó de la caja y luego se desapareció.

ISABEL: Fefe- Boond, recuerda que debemos mantener la calma ante las emociones que acompañan a la sorpresa.

Deberíamos marcarle a su celular, quizás así salimos de la duda o de la preocupación. Esa es una buena manera de responder ante todo esto que ha sido muy sorprendente.

FEFE-boond: ¿Héctor?

Héctor: Sí, ¿Quién habla?

FEFE-boond: Somos Isabel y Boond, Fefe-Boond, ¿Quién más?

Héctor: ¡Ahhh! Hola, Fefe-boond ¿Sí pudiste ir a la sesión? Isabel ¿Cómo están? ¿En qué puedo ayudarles? pero que sea rápido porque estoy un poco ocupado.

ISABEL: ¿En dónde estás Héctor? Nos sorprende que no estés aquí, nunca te pierdes las sesiones de Educación Socioemocional.

FEFE-boond: Me gustaría que me respondieras algunas preguntas.

Héctor: Encantado, ¿Es para la sesión de hoy? porque quiero estar ahí, sólo que...

FEFE-boond: ¡Te sorprendí! no quiero que tengas tiempo de pensar tu respuesta, ¿Qué tiene esa caja y por qué la dejaste aquí? ¿Es algo fascinante? O ¿Por qué quieres confundirnos? ¿Qué no se supone que eres maestro de esta sesión? ¿Por qué no estás aquí? ¡Contesta!

ISABEL: ¡Calma, Fefe, calma! Creo que estás muy alterado, la sorpresa te está haciendo actuar de una manera impaciente.

Héctor: Sí, Fefe-Bod. Recuerda que las emociones nos pueden hacer actuar de maneras muy distintas y a veces no gratas o reguladas.

ISABEL: Fefe, te voy a recomendar que respondas unas preguntas para ayudarte a saber lo que te motiva a investigar y llegar a resolver este caso.

FEFE-boond: Tienes razón, es que la sorpresa de ver ahí esa caja me preocupa mucho y eso me ha hecho actuar con impaciencia.

ISABEL: Mira Fefe, responde estas preguntas.

Mi forma de reaccionar ante la sorpresa.

- *¿Me motiva a encontrar respuestas a mis dudas?*
- *¿Las decisiones que estoy tomando, consideran a las y los demás, o sólo son parte de lo que a mí me interesa conseguir?*

Si responde FEFE-boond a las preguntas le puede ayudar a saber si está o no actuando de la mejor manera.

A veces es lo que se requiere: la ayuda de alguien más para tener claridad de las cosas.

Continúa con la investigación de la caja misteriosa.

FEFE-boond: Ahora que estoy más centrado, déjame ver, en realidad esta actitud no creo que me ayude a resolver este caso, además de que mi reacción tan exagerada es incómoda para las demás personas presentes. Héctor, explícame ¿Por qué no estás aquí?

Héctor: Con gusto. Fefe. Después de encontrarte y avisarte para que vinieras a ayudarnos, me llevé una gran sorpresa, ¡Me avisaron que ya tenían un lugar asignado para mi bicicleta! Sólo que tuve que esperar hasta que se desocupara, y aún sigo esperando.

ISABEL: ¿Qué hace esta caja aquí?

FEFE-boond: ¡Así es, la caja! ¿Tú la trajiste? ¿Sabes que tiene dentro?

CONDUCTOR: jajajajajaja, ¿Eso es lo que los tiene interesados en descubrir qué hay en su interior?

En realidad, sí la llevé yo, es una sorpresa para ustedes, pero pues me fui a buscar a Fefe para darles la sorpresa y luego pues ya saben lo que ocurrió.

ISABEL: Claro, y ¿La podemos abrir?

Héctor: Pues yo mismo quería darles la sorpresa, pero ya que no puedo ir aún, sí, ábranla ustedes.

FEFE-boond: ok, ok, vamos a abrirla Isabel, ¡Qué emoción tan intensa se siente ante esta sorpresa tan bonita! Nunca he recibido un regalo tan grande.

(Isabel abre el regalo, Fefe-boond, permanece a la expectativa)

ISABEL: A ver, sí, vamos a abrirla con mucho cuidado, ¡Tiene una carta, Fefe! ¡Y muchos globos de colores!

FEFE-boond: ¡Mira, Isabel! ¡Los globos representan a los niños y niñas de nuestro país! Dice: niños y niñas de 1º y 2º del estado de Michoacán, niños y niñas de 1º y 2º del estado de Quintana Roo, niños y niñas del estado de México y así están todos los estados de la República.

ISABEL: Claro, ese sí que es un buen regalo, podremos trabajar juntos con estos niños en la sesión, como ya lo habíamos planeado la sesión anterior, no habíamos reflexionado que eran tantos niñas y niñas de todos los estados, que emoción.

FEFE-boond: A ver, lee la carta, ¿Qué dice? Ya hazlo por favor, que emocionante.

ISABEL: Es una carta oficial Fefe-boond.

FEFE-boond: Y eso qué significa.

ISABEL: Que esta carta nos la mandan nuestras autoridades educativas.

FEFE-boond: No lo puedo creer, que sorpresa ¡bueno ya, ya! ¡Léela por favor!

“Queridos profesores Isabel y Héctor: Queremos informarles que han sido asignados para continuar las sesiones de Educación Socioemocional con las niñas y niños de primero y de segundos grados. Creemos que las niñas estarán muy felices de tenerlos juntos en su programa, esperamos que estén motivados con esta noticia y sigan trabajando cómo hasta ahora”.

Caso resuelto, el regalo inesperado fue una gran sorpresa, por un momento, la curiosidad, hasta llevó a Fefe-boond a ser impulsivo, ¿o no?

Pero qué bueno que puede contar con otros para recibir ayuda. Lo ayudaron mucho en decidir correctamente como regular sus emociones ante la sorpresa y a tomar la mejor decisión en razón de sus metas.

Este recurso también puedes utilizarlo para explicar tus reacciones ante la emoción.

A Isabel y Héctor les encantó la caja sorpresa. Los puso muy contentos saber que de ahora en adelante trabajaran juntos con más niños y niñas como tú.

El reto de hoy:

Platica con tus maestras y maestros las emociones que sienten cuando llega una sorpresa inesperada.

Pueden comentar a partir de las siguientes preguntas:

Mi forma de reaccionar ante la sorpresa.

- ¿Me motiva a encontrar respuestas a mis preguntas?
- ¿Las decisiones que estoy tomando, consideran a las y los demás, o sólo son parte de lo que a mí me interesa conseguir?

Estas respuestas pueden ayudarte a saber si estás actuando de la mejor manera.

Si te es posible, consulta otros libros y comenta el tema de hoy con tu familia.

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.