

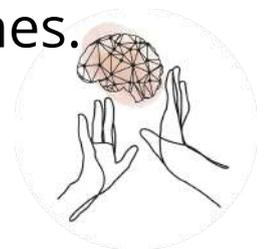
INTELIGENCIA EMOCIONAL



EMPATÍA
RESOLUCIÓN
DE
CONFLICTOS

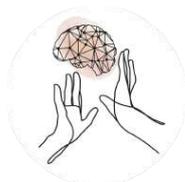
¿Qué incluye el documento?

- Registro de las sesiones.
- Hoja individual por sesión.
- Actividad Role-Playing adaptada a diferentes niveles.
- Pictogramas de las emociones.
- Láminas para dialogar.
- Plantilla de alternativas solución de conflicto (docente y alumno/a).
- Ruleta gestión emociones.



INDICE

- Registro sesiones.  **3**
- Registro sesión individual.  **4**
- Desarrollo de la actividad.  **5**
- Anexo I: alternativas resolución de conflictos.  **7**
- Anexo II: Situaciones para Role-Playing.  **9**
- Anexo III: Imágenes para dialogar (pictogramas).  **16**
- Anexo IV: Pictogramas emociones.  **25**
- Ruleta gestión emociones.  **26**



¿Qué trabajamos?

- Representación de **situaciones reales** vividas por el alumnado.
- Llevar a cabo la **puesta en práctica** de competencias emocionales.
- Trabajo de la **empatía**.
- **Resolución de conflictos** en relación a varias opciones de respuesta para no obtener conclusiones precipitadas.
- Pensamiento **reflexivo**.
- Comprobar las **consecuencias** de nuestras acciones.
- **Adaptar nuestro comportamiento** en situaciones que pueden provocar una respuesta inadecuada.



Desarrollo

- Para la realización de la actividad, primero debemos hablarles de la **importancia de expresar nuestras emociones, ideas y pensamientos** (video Youtube (<https://youtu.be/y33pS6SEhFU>: *Puedo expresar mis ideas y pensamientos*).
- Realizar debate y lluvia de ideas tras ver el vídeo.
- Trabajar alternativas ante la resolución de conflictos (anexo I).
- Cada niño/a debe escribir de manera anónima un situación que por miedo, inseguridad...no se atreve a contarle. Estas historias nos servirán de base para la planificación del Role-Playing. Los ejemplos del anexo II, son adaptados de situaciones reales.
- Puesta en escena.
- Tras terminar nos centraremos en estas dos preguntas: ¿Qué decimos hacer? y ¿Cómo nos sentimos?.
- Volvemos a repasar las alternativas trabajadas en resolución de conflictos.
- Realizar de nuevo el Role-playing con las modificaciones a nivel de respuesta conductual y/o emocional.



Adaptación de la actividad.

3

- Los anexos 4 y 5, están adaptados para la etapa de Educación Infantil, primeros cursos de Educación Primaria y Educación especial.
- Lo ideal es siempre partir de situaciones reales vividas por el alumno/a siguiendo los mismos pasos, adaptados al alumno/a.
- La temporalización se debe adaptar a cada clase. Depende del nivel de comprensión que tenga el alumno/o.
- No hay una temporalidad establecida ya que va a depender de cada clase y las necesidades que vayan surgiendo en el momento.

Ruleta de gestión emocional

4

- Este recurso será muy valioso ante situaciones problemáticas en el aula. La tomaremos de base para que que el alumno/a sea consciente y tenga un apoyo visual de las estrategias que hemos ido incluyendo de manera individual para cada alumno/a.



REGISTRO SESIONES

FECHA	ACTIVIDAD	COMPETENCIA TRABAJADA
OBSERVACIONES		
Sesión__		

FECHA	ACTIVIDAD	COMPETENCIA TRABAJADA
OBSERVACIONES		
Sesión__		

FECHA	ACTIVIDAD	COMPETENCIA TRABAJADA
OBSERVACIONES		
Sesión__		

FECHA	ACTIVIDAD	COMPETENCIA TRABAJADA
OBSERVACIONES		
Sesión__		



REGISTRO INDIVIDUAL SESIÓN

FECHA	ACTIVIDAD	COMPETENCIA TRABAJADA
OBSERVACIONES		
Sesión__		



DIALOGAR

ACEPTAR

IGNORAR

**SER
RESPONSABLE
DE TUS ACTOS**

**DECIR
CÓMO
TE SIENTES**

**PEDIR
AYUDA**



DIALOGAR

ACEPTAR

IGNORAR

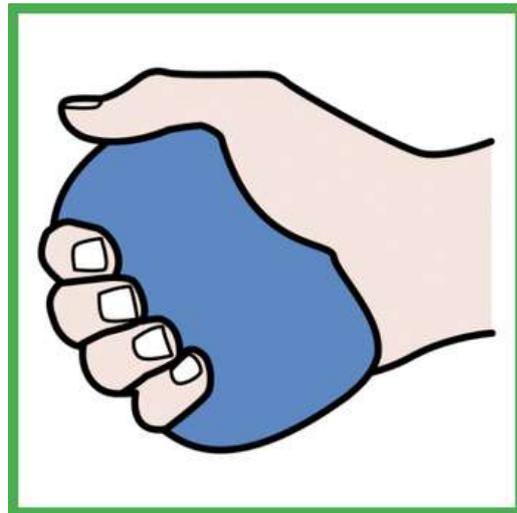
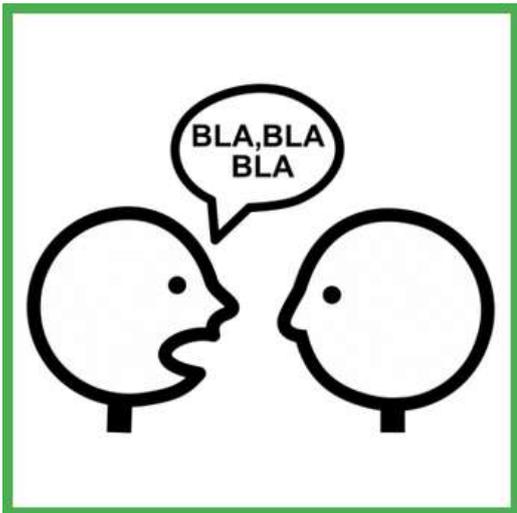
**SER
RESPONSABLE
DE TUS ACTOS**

**DECIR
CÓMO
TE SIENTES**

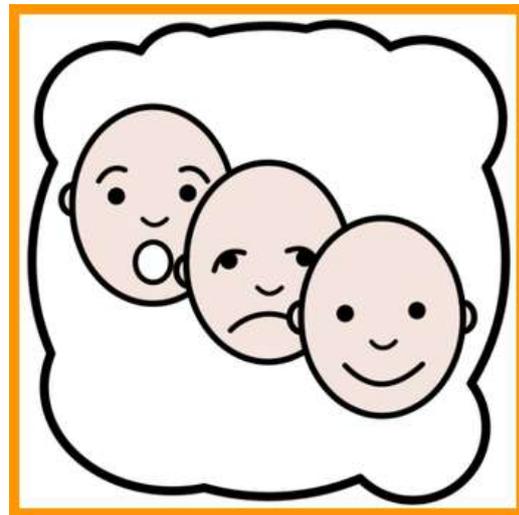
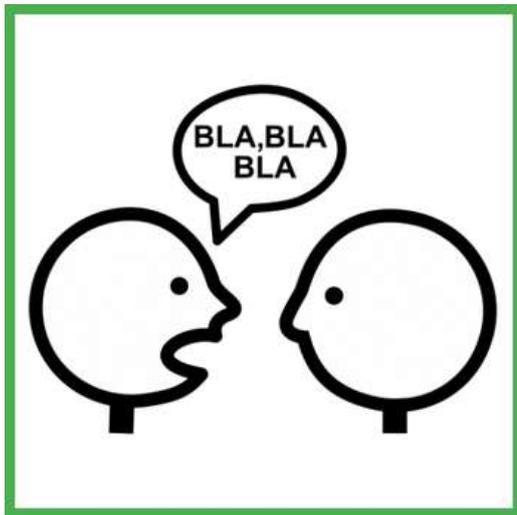
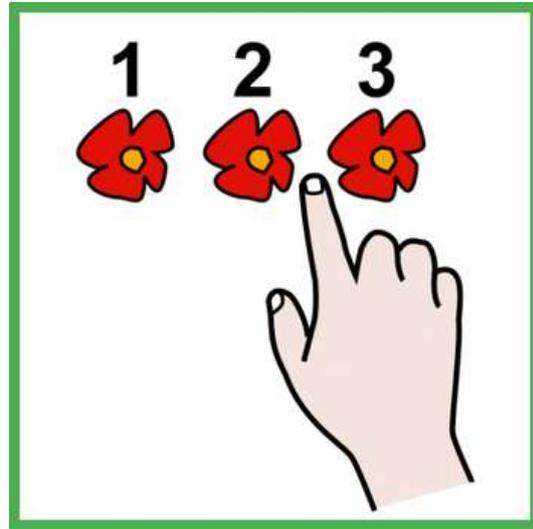
**PEDIR
AYUDA**



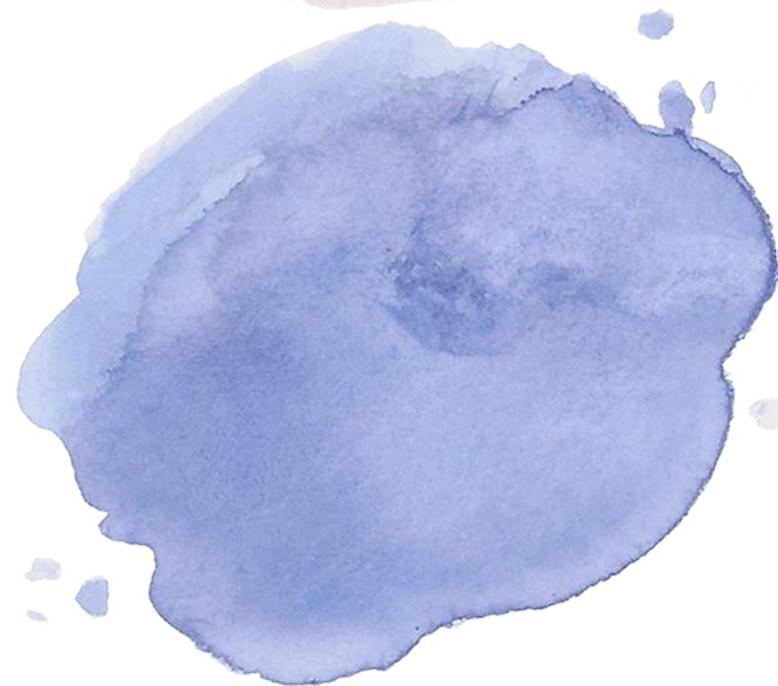
ANEXO I: ALTERNATIVAS SOLUCIÓN DEL CONFLICTO



ANEXO I: ALTERNATIVAS SOLUCIÓN DEL CONFLICTO



ANEXO I: ALTERNATIVAS SOLUCIÓN DEL CONFLICTO



ANEXO 2: ROLE-PLAYING

1

Estás en el recreo jugando con tus amigas/as.

De repente llega un niño/a y te pega un empujón y te tira la suelo.

Tienes que responder al niño/a, ¿Qué decides hacer? ¿Qué has sentido?

2

Estás en casa y le dices a tu hermano que te deje la Tablet, él no quiere y se encierra en la cocina. Vas a abrir la puerta y te pilla la mano y no puedes entrar. Te duele mucho la mano.

Tienes que responder a tu hermano/a, ¿Qué decides hacer? ¿Qué has sentido?



ANEXO 2: ROLE-PLAYING

3

Estás en el parque comiéndote un bocadillo con un amigo y riéndote. Llega un niño y te quita el bocadillo, te empuja y tira al suelo.

Tienes que responder a al niño, ¿Qué decides hacer? ¿Qué has sentido?

4

Estás en el patio y te pegan, intentas defenderte pero te agobias y no puedes. Te quedas paralizado. Se lo dices al maestro pero no le dicen nada al niño que te pegó.

¿Cómo te sientes?, ¿Qué decides hacer?



ANEXO 2: ROLE-PLAYING

5

Estás en casa con tu hermano jugando y viene tu madre y te dice que se ha muerto tu gato. Tu hermano comienza a llorar.

¿Cómo te sientes?, ¿Qué decides hacer?

6

Dos niños del colegio comienzan a insultar a tu hermano y se ríen de él. Lo imitan y se burlan.

¿Cómo te sientes?, ¿Qué decides hacer?



ANEXO 2: ROLE-PLAYING

7

Estás en el patio jugando con tus amigos y ves como un niño, comienza a insultar a otro compañero y a reírse de él.

¿Cómo te sientes?, ¿Qué decides hacer?

8

Te vas un fin de semana a una casa de campo con tus tíos y primos. Juegan todos juntos y se ríen pero a ti no te dicen de jugar como a tus primos y te dejan de lado.

¿Cómo te sientes?, ¿Qué decides hacer?



ANEXO 2: ROLE-PLAYING



Quieres jugar con tu hermana pero te dice que tienes deberes, cuando entras en tu habitación ves que es mentira, que está jugando con su móvil.

¿Cómo te sientes?, ¿Qué decides hacer?



Te gusta un niño de clase de al lado. Le escribes una carta para decírselo y te contesta que ya tiene novia.

¿Cómo te sientes?, ¿Qué decides hacer?



ANEXO 2: ROLE-PLAYING

11

Tu hermano te regala un pájaro. Por la noche antes de dormir se te olvida cerrar la jaula y cuando te despiertas, el pájaro no está.

¿Cómo te sientes?, ¿Qué decides hacer?

12

Tienes un perro con el que duermes todas las noches pero tiene 15 años y una noche te despides de él y por la mañana ha fallecido.

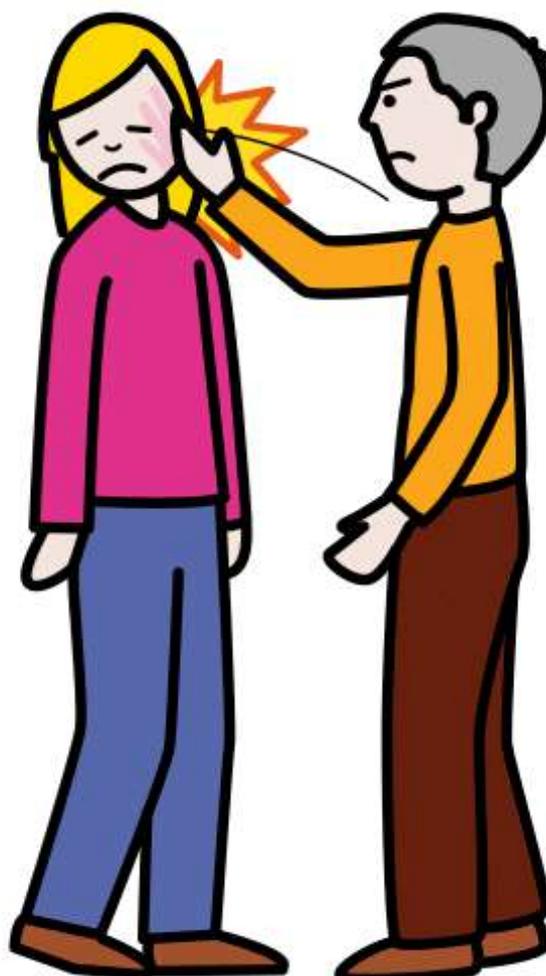
¿Cómo te sientes?, ¿Qué decides hacer?



ANEXO 3: IMÁGENES PARA DIALOGAR



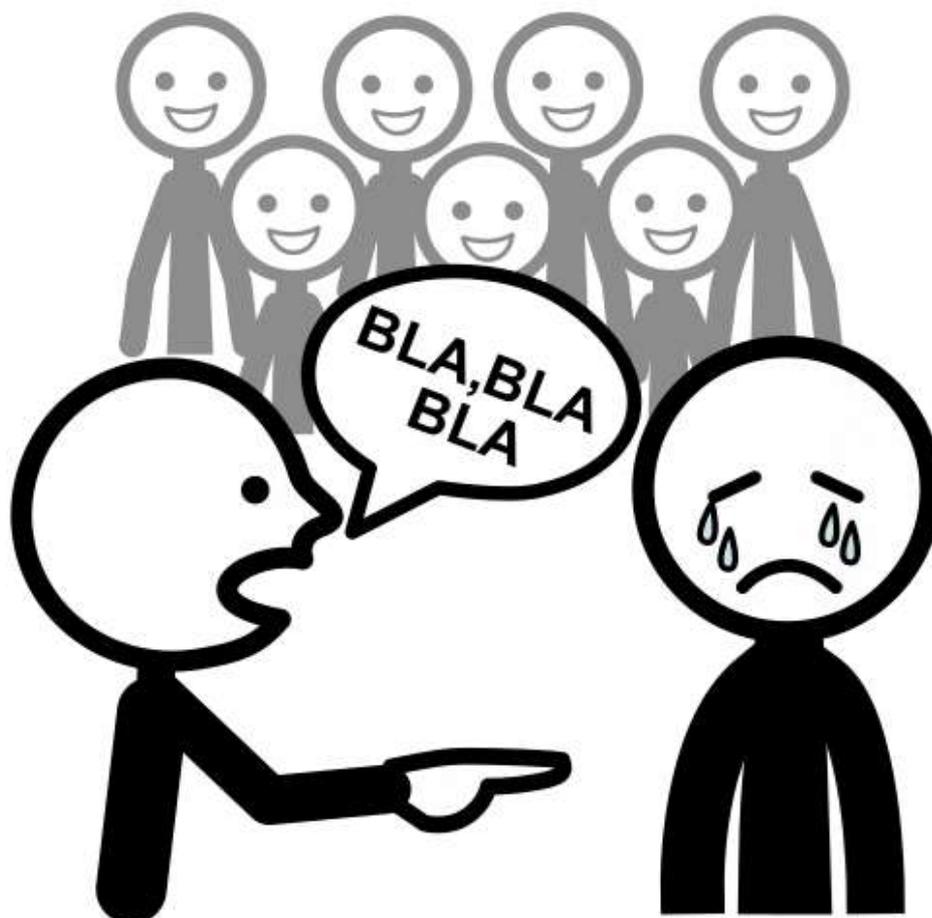
ANEXO 3: IMÁGENES PARA DIALOGAR



ANEXO 3: IMÁGENES PARA DIALOGAR



ANEXO 3: IMÁGENES PARA DIALOGAR



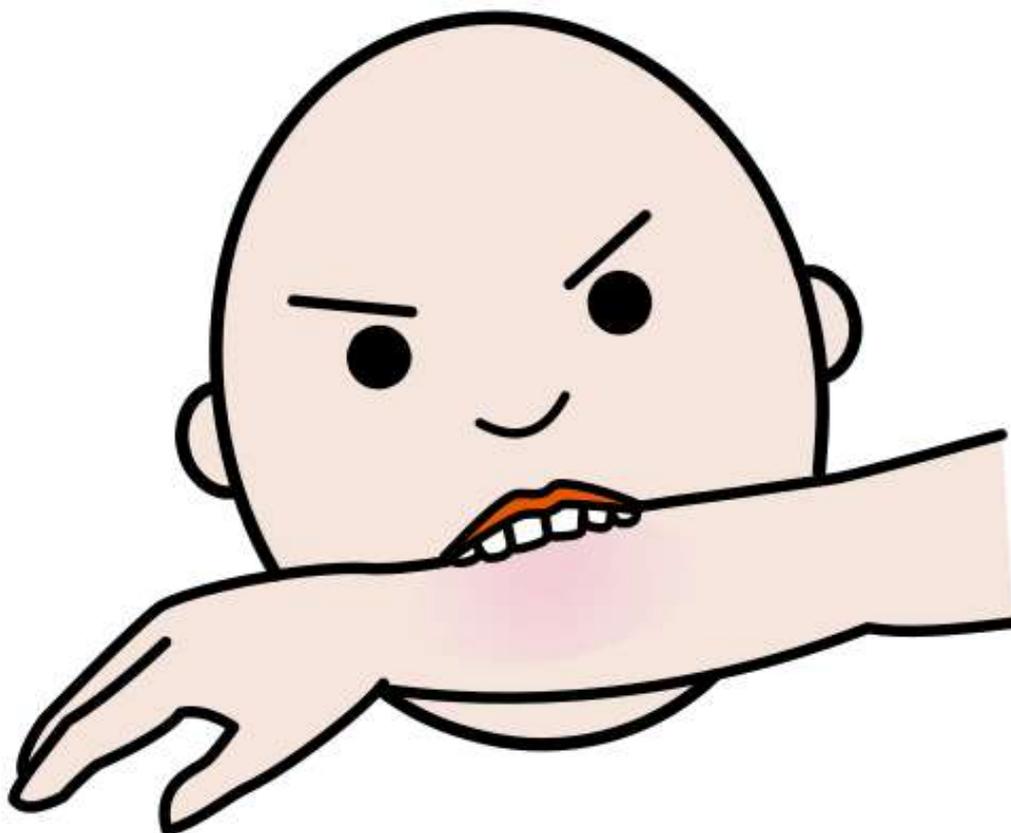
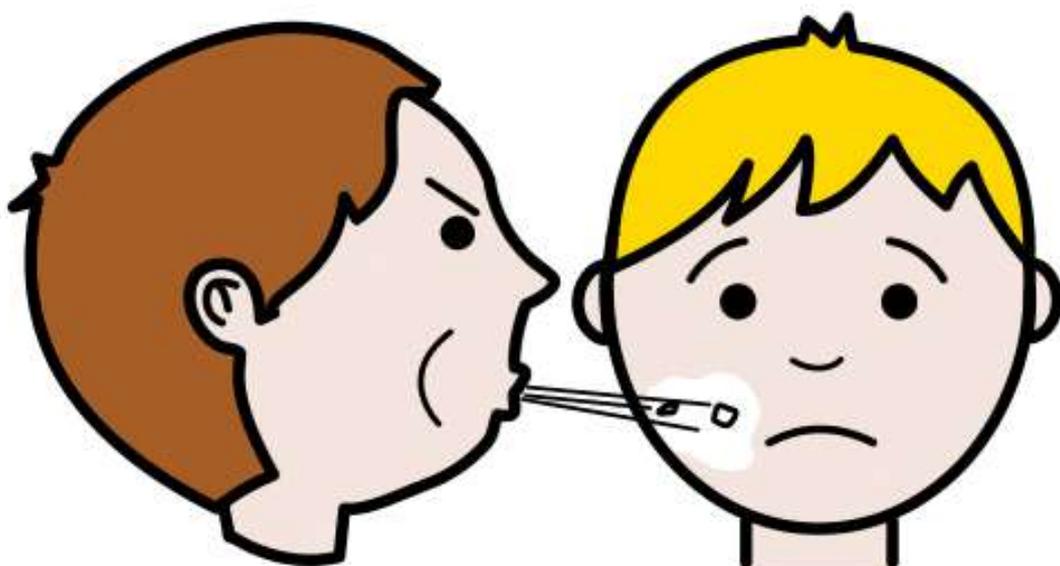
ANEXO 3: IMÁGENES PARA DIALOGAR



ANEXO 3: IMÁGENES PARA DIALOGAR



ANEXO 3: IMÁGENES PARA DIALOGAR



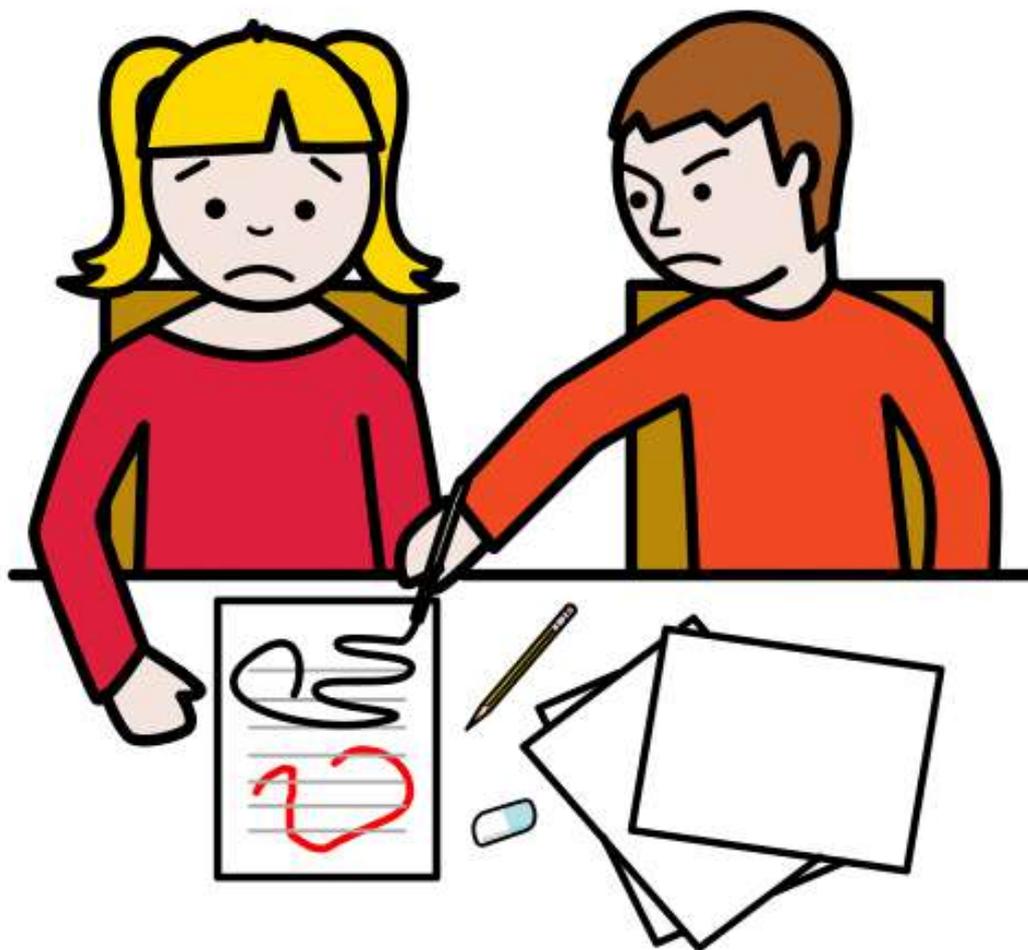
ANEXO 3: IMÁGENES PARA DIALOGAR



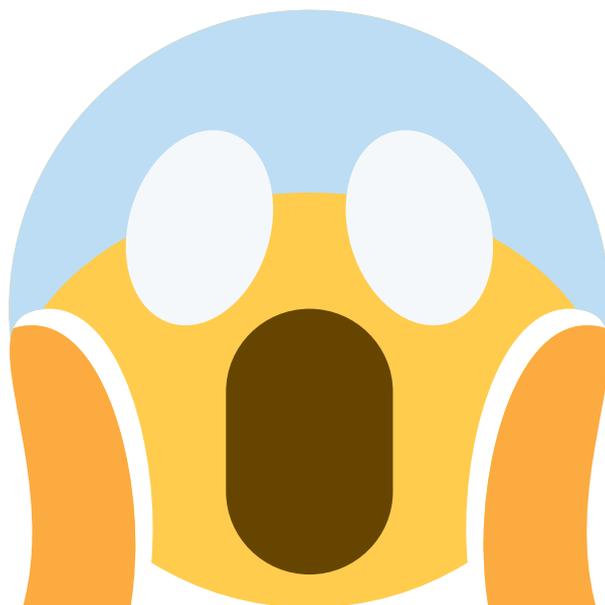
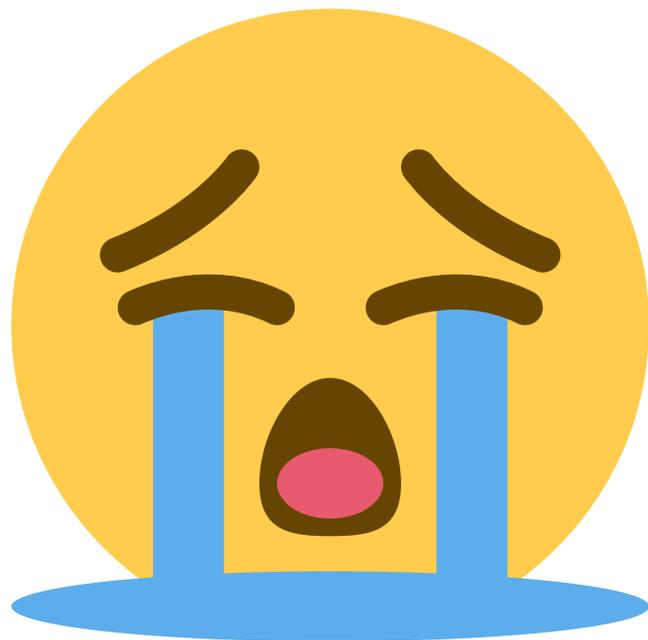
ANEXO 3: IMÁGENES PARA DIALOGAR



ANEXO 3: IMÁGENES PARA DIALOGAR



ANEXO 4 : EMOCIONES



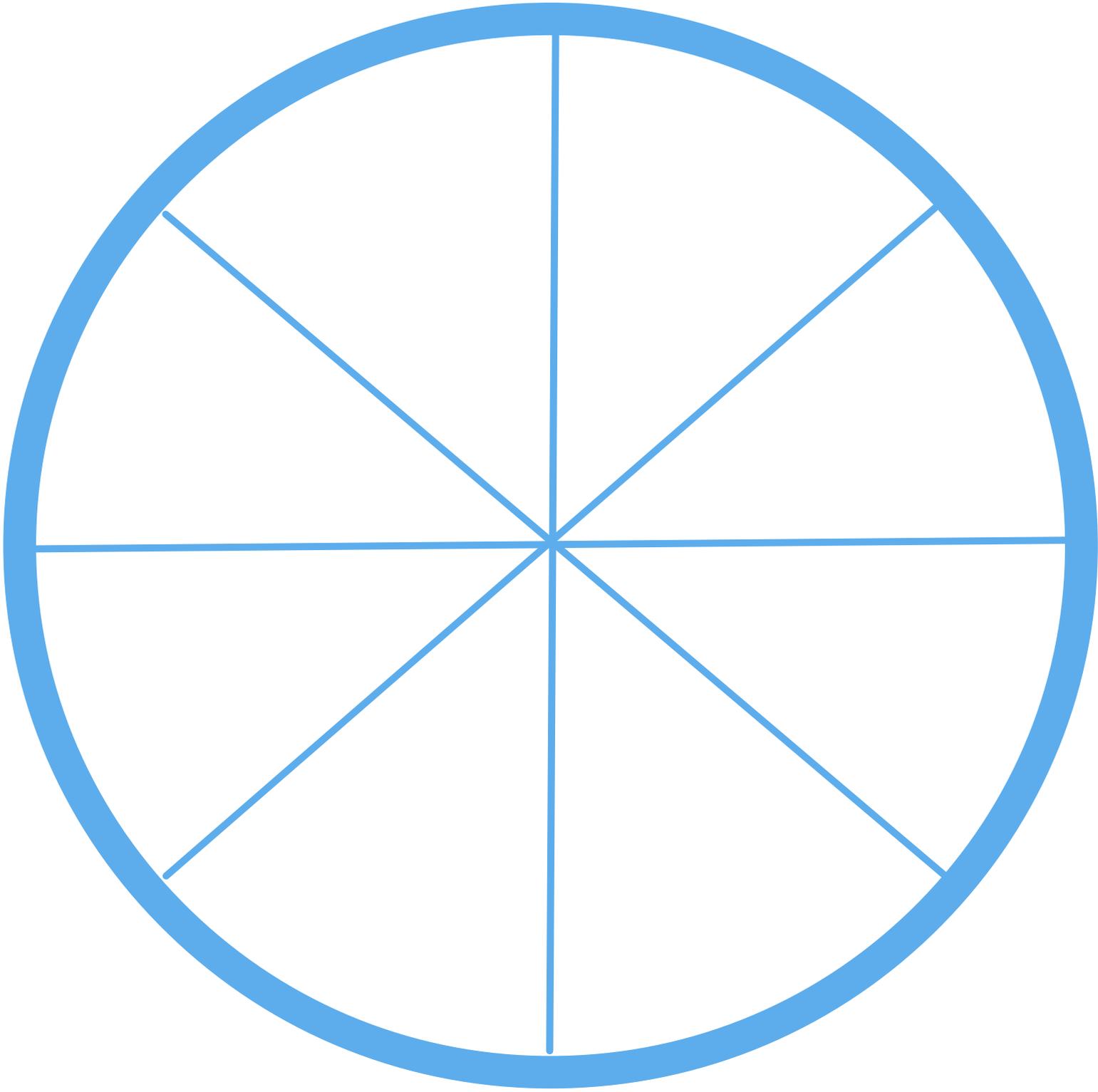
ANEXO 5: RULETA GESTIÓN EMOCIONES



ANEXO 5: RULETA GESTIÓN EMOCIONES



ANEXO 5: RULETA GESTIÓN EMOCIONES



ANEXO 5: RULETA GESTIÓN EMOCIONES

