

|  MATERIAL PARA LA FAMILIA |                            |
|--|----------------------------|
| TÍTULO   | GRUÑÓN Y EL ESPEJO MÁGICO. |
| DESARROLLO   |                            |

En clase hemos realizado esta actividad que tiene como objetivo que el alumnado entienda cómo se sienten los demás cuando hacemos un comentario no agradable

## 1. OBSERVA

Escuchan de forma activa el siguiente cuento:

### Gruñón y el espejo mágico

Érase una vez, en un colorido pueblo encantado, donde las criaturas de todas las formas y tamaños vivían en armonía, había un monstruo llamado Gruñón. Ah, sí, Gruñón era conocido por sus comentarios no muy agradables sobre los demás. Decía cosas como: "Tu dibujo es feo", "no me gusta jugar contigo porque eres aburrido", "tu ropa es fea", o "no eres bueno en nada". Sus palabras hacían que los demás se sintieran tristes y desanimados.

Pero un día, algo extraordinario sucedió: ¡Gruñón se encontró con un espejo mágico!

Este espejo, no era como cualquier otro, ¡reflejaba las emociones de las personas! Y ¿sabes qué vio Gruñón en ese espejo? ¡Tristeza y lágrimas! Se dio cuenta de que sus palabras herían a los demás y despertaban sentimientos como la pena, la soledad y la vergüenza.

Se sintió muy mal al darse cuenta de cómo lastimaba a los demás con sus comentarios desagradables. Pero Gruñón no se quedó ahí lamentándose, ¡no señor! Decidió hacer algo al respecto. ¿Y qué crees que hizo? ¡Exacto! ¡Decidió cambiar su actitud y comenzar a decir palabras amables!

Primero, Gruñón se disculpó con todas las criaturas del pueblo a las que había lastimado con sus comentarios. Les dijo lo arrepentido que estaba y les prometió ser más amable en el futuro. Al principio, algunas criaturas dudaron de sus intenciones, ¡pero Gruñón no se rindió! Continuó esforzándose por ser mejor cada día.

Decidió empezar un nuevo hábito, todos los días escribía una carta o un mensaje a alguien del pueblo, destacando lo maravilloso que era y cuánto lo valoraba. Los destinatarios de estas cartas se sintieron realmente conmovidos y felices al recibir palabras tan amables y sinceras.

Pero Gruñón sabía que el cambio real no vendría solo de sus palabras, sino de sus acciones. Así que se ofreció voluntario para ayudar en todas las tareas comunitarias que pudiera. Ayudó a reconstruir el puente que se había caído en el arroyo, colaboró en la organización del festival anual del pueblo, y hasta se convirtió en el tutor de matemáticas de los pequeños monstruos del pueblo.

Con el tiempo, las criaturas del pueblo comenzaron a ver a Gruñón de manera diferente. Ya no era solo el monstruo gruñón de antes, sino un amigo y un ejemplo a seguir. Sus

palabras amables y sus acciones generosas inspiraron a los demás a ser más amables entre ellos también. Y lo más importante, Gruñón se sentía feliz consigo mismo y con su lugar en el pueblo. La paz y la alegría llenaron las calles del pueblo, y todos se sintieron amados y valorados gracias al cambio de actitud de Gruñón.

Y así, gracias al espejo mágico y al esfuerzo continuo de Gruñón por ser una mejor versión de sí mismo, el pueblo se convirtió en un lugar aún más cálido y feliz, ¡donde todos se sentían amados y valorados!

## 2. REFLEXIONA - SIENTE

Responden a las preguntas de forma individual:

- ¿Cómo cambió Gruñón después de ver las emociones reflejadas en el espejo mágico?
- ¿Qué aprendió Gruñón sobre el efecto de sus palabras en los sentimientos de los demás?
- ¿Cómo crees que hacen sentir estos comentarios si se le dicen a una persona? ¿Bien o mal?
  - ¡Qué vestido más feo!
  - Me gusta tu dibujo.
  - Tienes una letra muy fea.
  - Nunca haces bien la tarea.
  - Qué buena/o eres en Educación Física.

Les pedimos que escriban un compromiso individual. Debe ser corto, claro y fácil de realizar, pues **tienen que cumplirlo**.

## 3. COMPARTE

En grupos de 4 o 5 personas comparten con el grupo sus respuestas individuales. Proponen varias frases dedicadas a personas del grupo que les harían "sentir bien" y "sentir mal".

## 4. ACTÚA

Exponen las respuestas de la actividad individual y de pequeño grupo.

Se termina la sesión con el **compromiso individual** (debe ser corto, claro y fácil de realizar, pues **tienen que cumplirlo**) que han escrito en el apartado 2 y un **compromiso de la clase** que puede ser un lema, una reflexión, una frase o un mural y que debe ser respetado por toda la clase.

## SUGERENCIAS PARA LA FAMILIA

Algunas sugerencias para fomentar el lenguaje positivo y la empatía en tu hijo/a.

- **Modela el comportamiento deseado.** Los niños/as aprenden mucho observando a sus referentes. Trata de comunicarte de manera positiva y empática con los demás, incluido tu hijo/a.
- **Reconoce y refuerza los comentarios positivos.** Cuando haga comentarios amables o alentadores, asegúrate de reconocerlos y elogiarlos. Esto refuerza el comportamiento positivo y fomenta un ambiente de apoyo.
- **Enseña vocabulario emocional.** Ayúdale/la a identificar y expresar sus propias emociones, así como las emociones de los demás. Usa libros, juegos y conversaciones para introducir y practicar palabras que describan diferentes sentimientos.
- **Practica el arte de la pregunta.** En lugar de hacer afirmaciones, haz preguntas que fomenten la reflexión y la empatía. Por ejemplo, en lugar de decir "Eso no fue agradable", podrías preguntar "¿cómo crees que se sintió tu amigo/a cuando dijiste eso?".
- **Fomenta el diálogo abierto.** Crea un ambiente en el que se sienta seguro/a para hablar sobre sus sentimientos y preocupaciones. Escucha activamente sin juzgar y valida sus emociones.
- **Juegos de roles.** Practica situaciones sociales mediante juegos de roles donde tú y tu hijo/a representen diferentes escenarios de interacción. Esto les ayudará a entender cómo sus palabras y acciones pueden impactar en los demás.
- **Fomenta disculpas genuinas.** Enseña a tu hijo/a la importancia de disculparse cuando lastima los sentimientos de alguien. Anímalos a ofrecer disculpas sinceras y a intentar corregir su comportamiento en el futuro.
- **Utiliza “afortunadamente”.** Un miembro de la familia elige un contratiempo que le ha pasado, algo que recientemente le ha molestado, enfadado o contrariado. Describe lo ocurrido y al finalizar comenta “y por tanto...” y describe las consecuencias de ese contratiempo. Un ejemplo: esta mañana me he olvidado el trabajo en casa...y por

tanto... me he quedado sin recreo. Después introducimos la palabra AFORTUNADAMENTE y le pedimos que complete la frase para terminar con una consecuencia diferente y en positivo.

- Para favorecer el desarrollo del **lenguaje positivo** en casa podéis utilizar el libro "La ciencia del lenguaje positivo: cómo nos cambian las palabras que elegimos" de Luis Castellanos editorial Paidós.

Recuerda que el desarrollo del lenguaje positivo y la empatía lleva tiempo y práctica. Sé paciente y sigue proporcionando ejemplos y oportunidades para que tu hijo/a aprenda y crezca en estas áreas.

**COMPROMISOS:** El diseño de las **actividades TEI (DEA. Diseño Emocional para el Aprendizaje)** va desde la **reflexión al compromiso**, por lo tanto, al final de cada actividad hay un compromiso individual y de clase, en ocasiones también de centro educativo sobre valores, emociones y convivencia, es aconsejable comentar, dialogar con vuestro hijo/a sobre los suyos.