

¿Cómo siento cuando siento?



¿Sabías que?...

Frente a situaciones que vivimos todos los días nos surgen diferentes emociones. Suele pasar que si varias personas experimentan una misma situación, probablemente ésta le despierte emociones o formas de sentir diferentes a cada uno.

¿Qué significa?...

Que tod@s somos diversos y distintos, esto quiere decir que interpretamos y sentimos de manera diferente lo que nos pasa, así como también lo manifestamos y expresamos de forma única, según cómo cada uno es.

Los niñ@s reciben expresiones, gestos, palabras de los adultos que los acompañan en su crianza, es por eso que es tan importante transmitir desde la empatía, la mirada amorosa y palabras que construyan un desarrollo emocional y vincular saludable.



Una Aventura Emocionada



Nos preparamos para jugar con el cortometraje “Una aventura emocionada”... Te proponemos disponer del espacio de la forma que más te guste, por ejemplo colocando almohadones, mantas, y todo aquello que te parezca importante para esta experiencia.

Podés invitar a un familiar con el que convivas para compartir el juego.



AHORA... ¡A DISFRUTAR DE ESTE JUEGO!



¿Qué necesitamos?...

- **Una pantalla para mirar el corto "Una aventura emocionada".**
- **Una sábana o tela mediana o grande.**
- **Tijera (de uso infantil) para recortar las tarjetas.**
- **Tarjetones con emoticones.**



- **En el espacio elegido armá como si fuese una cabina de fotografía, cubriéndote con la tela junto con la pantalla, evitando que otras personas miren el video.**
- **Elegí a un integrante de tu familia para que supervise el juego y vaya anotando las respuestas de cada jugad@or.**



"Una aventura emocionada". Canal: Supersaludable Yo Soy.
<https://www.youtube.com/watch?v=hQMOD8EZwVQ>

- **En el momento que aparezcan los números de la cuenta regresiva, elegí una tarjeta adivinando la emoción o sentimientos que te parezca que están sintiendo los personajes del cortometraje...**

Quien más emociones o sentimientos adivine ¡Gana!



Las experiencias que compartimos con otros pueden ser oportunidades para aprender de quienes nos acompañan y de nosotros mismos, hablando (poniendo en palabras) de lo que sentimos, podremos mejorar vínculos con otros y nuestro mundo emocional.





Alegría



Felicidad



Vergüenza



Sorpresa



Duda



Amor



Miedo



Enojo



Asco



Ternura



Tristeza



Diversión