

EVA: ESCUCHO, VALIDO Y ANIMO



Rol 1: Tienes un problema en tu curso. Aunque te gusta mucho ir al colegio porque puedes encontrarte con tus amigos y divertirte en los recreos, en clase no la estás pasando bien. Un compañero que se sienta en la silla de atrás te dice cosas horribles todo el tiempo. Inventa apodosos desagradables para hacerte sentir mal y critica todo lo que haces. El otro día, cuando el profesor te estaba haciendo una pregunta, comenzó a molestarte. Te decía cosas como “¡buu, no sabes, no sabes!” o “ya, di que no sabes, que eres bruto”. Tú le dijiste que se callara, pero él no te hizo caso. Con tanta distracción, no pudiste contestar bien y tu profesor quedó muy desilusionado. Estás sintiendo mucha rabia y, además, te da pena no haber podido contestarle al profesor.

Te sientes muy mal.



Rol 2: Cada día te dan menos ganas de ir al colegio. Al principio te gustaba, pero luego dos compañeros comenzaron a molestarte. Primero, te quitaban tu lonchera y te amenazaban con pegarte si no se la dabas. Luego, comenzaron a pedirte plata. Si no les dabas, te pellizcaban, te empujaban o te jalaban el pelo. Ahora cada vez que llegas al salón, cogen tu maleta y comienzan a jugar con ella y a tirar tus cosas al piso. Tú no le has querido decir a nadie porque ellos te han amenazado con que si lo haces te van a dar una paliza terrible. Como son más grandes que tú, te da miedo que te hagan daño. Sientes mucho miedo y tristeza. Ya no aguantas más la situación. Estás sintiéndote muy mal.





REFERENCIAS BIBLIOGRAFICA

<https://movil.colombiaaprende.edu.co/sites/default/files/aprenderencasa/educacion-socioemocional/emociones-para-la-vida-4-estudiante.pdf>