

**3° CICLO
EDUCACIÓN
PRIMARIA
(10-11 años)**

HERRAMIENTAS

La cartilla emocional
 La revisión del día
 La cadena emocional: describirla
 La cadena emocional: romperla
 El semáforo
 La carta desde el corazón
 El salvavidas
 El péndulo: rasgos de la personalidad
 La lupa
 El timón
 La motivación de mis acciones
 Mi historia personal

ACTIVIDADES PARA PREPARAR O PROFUNDIZAR EN HERRAMIENTAS

Espejo de palabras (*Prepara el estilo del Grupo de apoyo*)
 ¿Es positivo o negativo? (*Prepara La Cartilla emocional*)
 Escala de grises (*Prepara o profundiza en La Cartilla emocional*)
 Tyler (*Profundiza en La revisión del día*)
 La historia del otro (*Prepara Mi historia personal*)
 En el taller (*Prepara El salvavidas*)
 El bocadillo de Teo (*Prepara La cadena emocional*)
 ¿Cuáles son mis tendencias? (*Profundiza en El semáforo*)
 Y tú, ¿qué harías? (*Prepara El timón*)
 Viajamos (*Prepara La carta desde el corazón*)

ACTIVIDADES SOBRE OTROS TEMAS DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

Las buenas creencias (*Para revisar creencias y favorecer mentalidad incremental*)
 La amistad (*Sobre la amistad en clave identitaria*)
 Páginas amarillas (*Para potenciar la autonomía y el encuentro interpersonal*)
 Quién es quién (*Para revisar identificaciones y preparar la etapa adolescente favoreciendo preguntas por la identidad*)
 Probando, probando (*Para trabajar el error desde una mentalidad incremental: oportunidad de aprendizaje y crecimiento*)
 Mi experiencia (*Para conocer la complejidad de una experiencia emocional en distintas personas*)
 El consejero fiel (*Para preparar la toma de decisiones conociendo la propia interioridad, lo que uno quiere*)
 Sal pitando de la isla (*Para ayudar a tomar decisiones y elegir de forma razonada y creativa*)
 Qué estrés (*Sobre la resiliencia*)
 No es lo que yo pensaba (*Sobre el sufrimiento y la frustración*)