

TRABAJO FINAL. PARTE 5

Has llegado al final de la sesión 5, que te recuerdo lleva por título “El universo emocional”.

Esta ha sido una sesión muy interesante de autoconocimiento y alfabetización emocional que te va a ayudar a ti en primer lugar y a tus alumnos también.

Nuevamente se trata de poner esas ideas en un proyecto que sé que te está gustando desarrollar y estás disfrutando con el logro de hacerlo.

Te recuerdo que se trata de **crear una materia nueva** para tu centro escolar. La materia de **Gestión Emocional Saludable**.

Ya has desarrollado cuatro partes, que seguro que son muy interesantes y desafiantes para ayudar a tus alumnos a desarrollarse como personas a partir de una gestión saludable de sus emociones y de su vida en general.

Te invito ahora a dar dos nuevos pasos creativos:

1. Puedes completar el marco teórico que hiciste en la primera sesión con algunas ideas nuevas que el estudio del tema El universo emocional te ha aportado.
2. Elabora una dinámica con las diferentes clasificaciones de las emociones, para que tus alumnos puedan aprender a diferenciarlas, en función de su intensidad, de la familia a la que pertenecen, de si son agradables o desagradables de sentir. Lo mejor es que sea una dinámica tipo juego, para que así ellos puedan aprender mejor a distinguirlas y sobre todo a reconocerlas en su vida.

Tú eres el creador de esta materia y por lo mismo también de esta de esta quinta parte. ¡Hazlo a tu manera! Utiliza los dos hemisferios el creativo y el lógico de manera conjunta. **¡Disfruta con tu creatividad!**