

### **HERRAMIENTA 7. ME GUSTA NO ME GUSTA<sup>1</sup>**

Los niños y niñas que tienen una buena autoestima se sienten bien con ellos/as mismos/as y con su entorno. Se sienten libres para expresar al resto lo que les gusta y lo que no, aunque estos gustos no coincidan con los de su entorno. Es importante conocer cuáles son las acciones que nos gustan y que no nos gustan, y lo que supone llevarlas a cabo para nuestras emociones.

Es importante respetar las opiniones y los gustos de los alumnos y alumnas. Para que los alumnos y alumnas sientan confianza, deberemos crear un clima emocional positivo en clase. El ejercicio puede llevarse a cabo también con los alumnos y alumnas más pequeños/as; en ese caso, el profesor o profesora expresará diferentes acciones y los niños y niñas levantarán una mano u otra.

Les daremos dos emoticonos uno con la cara alegre y otro con la cara triste. Cada cara expresará una emoción. *Lo que me gusta* es expresado con una cara alegre, y *Lo que no me gusta*, con una cara triste. Entre todos y todas, comentaremos lo que nos gusta y lo que no levantando las manos.

Por ejemplo:

- *Me gusta cuando aprendo canciones y bailes.*
  - *No me gusta que la profesora se enfade.*
  - *Me gusta cuando mi ama me da un abrazo.*
  - *No me gusta cuando una persona que no conozco que coge de la mano.*
  - ...
- 
- Podemos completar esta actividad con el vídeo "Decir sí, decir no"<sup>2</sup> y se puede ver en esta dirección: [https://www.youtube.com/watch?v=ibyO7C\\_TIMI](https://www.youtube.com/watch?v=ibyO7C_TIMI)

---

<sup>1</sup> Agirrezabala, R. Inteligencia Emocional. Educación Infantil. 2º ciclo. 5 años, Gipuzkoako Foru Aldundia, Gráficas Zubi, Apeitia, 2008.

<sup>2</sup> Czarny, M. Urbas, A. *Decir Si, decir No*, Chicosnet Ediciones, Buenos Aires, 2011

