

EL ENTIERRO DEL "NO PUEDO"

● OBJETIVO

Tomar conciencia de los pensamientos negativos que tenemos y las frases negativas que empleamos.

● DINÁMICA

Sentados en círculo, el profesor comenta con los niños algunas frases que todos decimos a veces, o pensamos, que nos hacen daño porque no nos dejan hacer cosas y además nos hacen sentir mal. Ejemplo: "No me va a salir", "Seguro que me sale mal", "No puedo".

Cada niño comentará alguna frase que suele decirse a sí mismo o que le dicen otros.

El profesor las irá escribiendo, si los niños no saben hacerlo, en un papel grande.

Luego, en un lugar del patio o en una salida al campo, se cava un hoyo y se entierra el papel con todas las frases. También se puede quemar, si se hace coincidir con los carnavales o con la hoguera de San Juan.

● MATERIAL

Papel o cartulina, rotulador o pinturas.

Los pensamientos y deseos dirigen nuestras acciones; de acuerdo con lo que pensamos, así sentimos, decimos y hacemos.

El hecho de superar las dificultades aumenta la sensación de bienestar con uno mismo.

