



## Guía Refuerzo Orientación

Nombre Estudiante: \_\_\_\_\_

Curso y letra: 5° \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Objetivo o Habilidad a desarrollar mediante la actividad propuesta: Aumentar y Fortalecer Autoestima



El monstruo de colores no sabe qué le pasa. Se ha hecho un lío con las emociones y ahora toca deshacer el embrollo.

¿Será capaz de poner en orden la alegría, la tristeza, la rabia, el miedo y la calma?



Este es el monstruo de colores.

Hoy se ha levantado raro,  
confuso, aturdido...

No sabe muy bien qué le pasa.



Cuando estás alegre, ríes, saltas, bailas, juegas...  
y quieres compartir tu alegría con los demás.



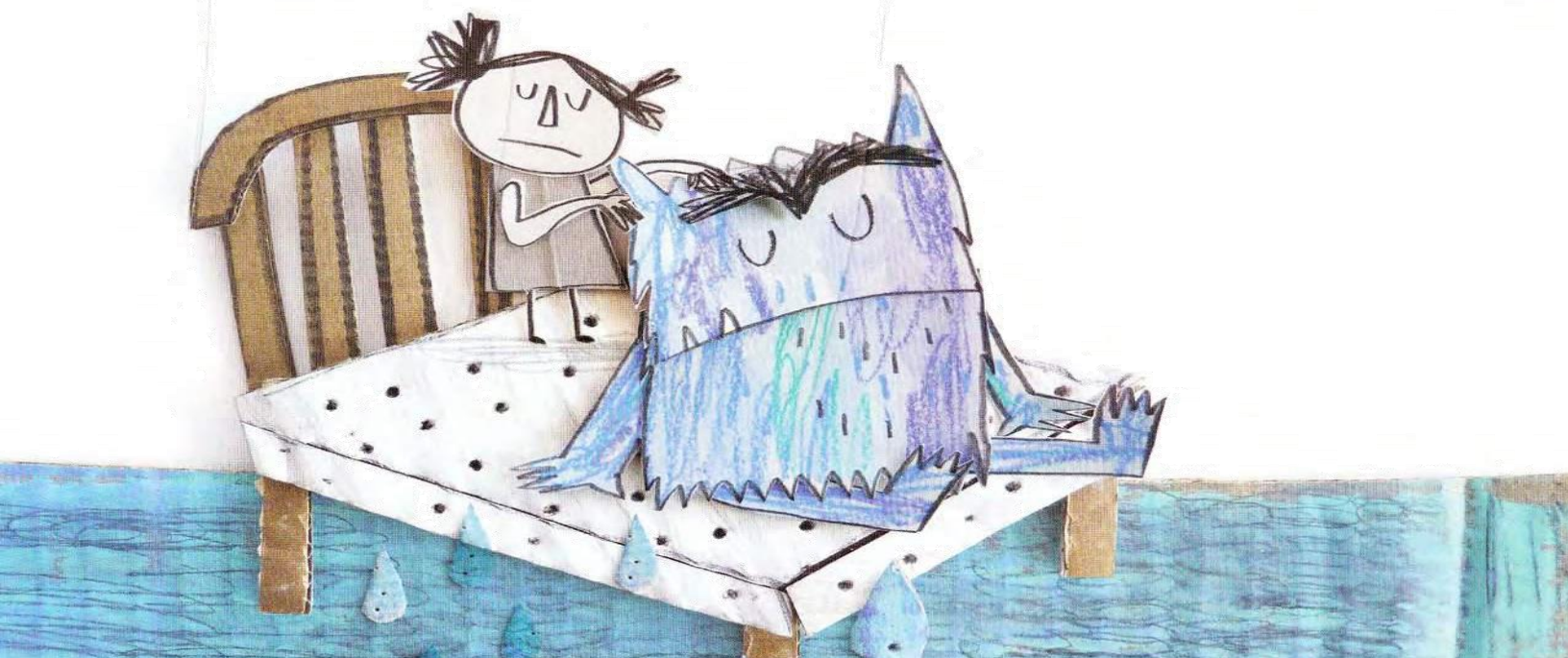
La alegría es contagiosa.  
Brilla como el sol,  
parpadea como las estrellas.



Cuando estás triste, te escondes  
y quieres estar solo...  
y no te apetece hacer nada.

La tristeza siempre está echando de menos algo.  
Es suave como el mar,  
dulce como los días de lluvia.

...a vez  
...escuria  
...rea, paladi  
...mera rampa por  
...el poderío hispá  
...menos claustros  
...la voz de los frai  
...al C



Estas son tus emociones,  
cada una tiene un color diferente...

TRISTEZA



MEADADO



CALMA



MIEDO



ALEGRE



Pero... ¿y ahora  
se puede saber qué te pasa?

**DIBUJA TU PROPIO MONSTRUO Y  
PINTALO SEGÚN COMO TE SIENTES**

