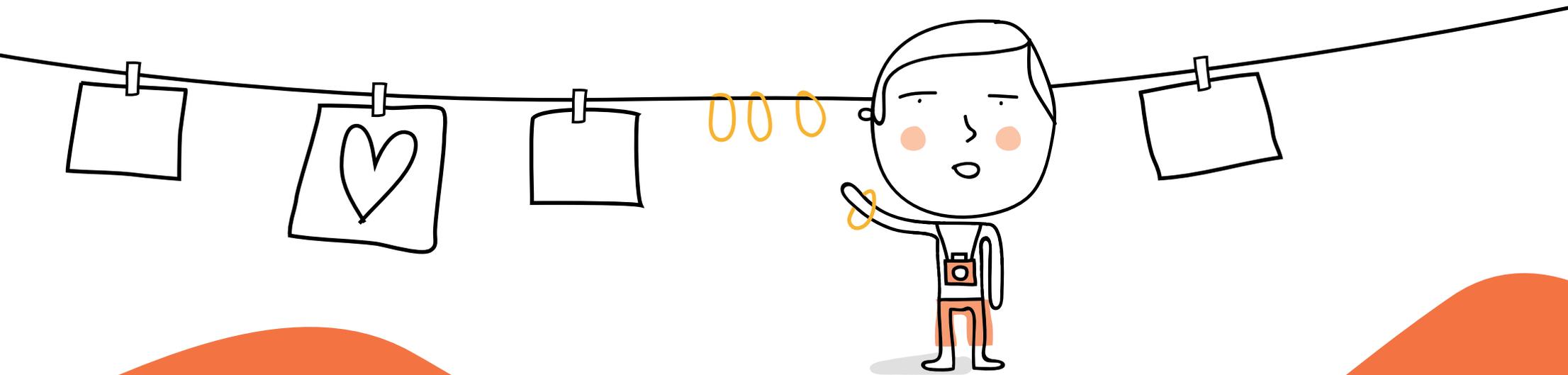


SET  
VEINTI  
UNO



# APRENDER A SER



## Aprender a Ser SET VEINTIUNO

Dentro del actual marco de enseñanza, basado en un **aprendizaje significativo y funcional a partir del trabajo por competencias**, cobra especial protagonismo la **dimensión emocional**, puesto que subyace al desarrollo de todas las variables educativas y socioculturales contenidas en dichas competencias, convirtiéndose, así, en otra pieza clave de la formación integral del estudiante, al servicio de su incorporación a la vida adulta y laboral, de sus objetivos y metas, y de su bienestar.

La **Educación Emocional** es un movimiento de innovación educativa impulsado desde el ámbito de la inteligencia emocional, a partir del reconocimiento de que el proceso de enseñanza-aprendizaje en la escuela tiene, además de los académicos, fuertes componentes emocionales y sociales: **los estudiantes no aprenden solos, sino que lo hacen en un contexto, con un profesor, en compañía de sus compañeros y apoyados por sus familias.**

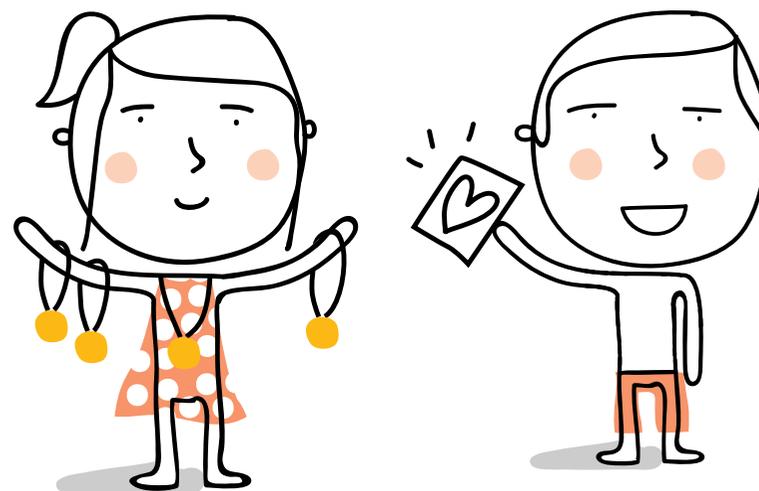
**Aprender a Ser** es un programa de Educación Emocional dirigido a los alumnos y profesores de Educación Primaria, a quienes convierte en protagonistas de un **trabajo completo sobre la experiencia emocional**, entendida esta como un conjunto de emociones, sentimientos, estados de ánimo, habilidades, actitudes y valores. El programa toma como referencia fundamental dos modelos teóricos.

En primer lugar, el modelo de Educación Emocional de **Bizquera y Pérez** (2007), que interpreta la educación emocional como aquella acción educativa cuyo objetivo es desarrollar las competencias emocionales que contribuirán a un mayor bienestar personal y social del alumno.

Este modelo incluye como competencias emocionales el conjunto de capacidades, habilidades, actitudes y conocimientos necesarios para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales: la conciencia emocional, la regulación emocional, la autonomía personal, la inteligencia interpersonal y las habilidades de vida y bienestar.

En segundo lugar, el modelo de **Petrides y Furnham** (2001), también llamado «modelo circular de la inteligencia emocional». Se trata de un modelo de rasgo que se encuadra en el ámbito del estudio de la personalidad y las diferencias individuales. Sus autores proponen cuatro factores componentes de la inteligencia emocional: el bienestar, la emocionalidad, el autocontrol y la sociabilidad.

El modelo teórico en el que se fundamenta *Aprender a Ser* es una interpretación de estos y otros paradigmas secundarios, que nos han permitido generar un **modelo propio de programa integral para el desarrollo de las competencias socioemocionales.**



## Claves del programa *Aprender a Ser*

### **Educación Emocional**

Contribuye a mejorar el autoconocimiento del alumno y sus relaciones personales, favoreciendo, así, su desarrollo integral.

Genera un lenguaje basado en las emociones que beneficia el clima en el aula y la relación entre docente y alumnos.

Facilita la conexión emocional con los alumnos para, de esa manera, potenciar su motivación por el aprendizaje.

Ayuda a desarrollar e interiorizar nuevos comportamientos, a través de una metodología basada en la experiencia y donde el alumno es el protagonista.

Genera nuevas perspectivas y amplía el foco de atención de los alumnos para que puedan tomar decisiones adecuadas a lo largo de su vida.

Potencia la confianza del alumno en sí mismo para favorecer su adaptación a los cambios.

#### **«Me comprendo»**

Trabaja las diferentes experiencias emocionales desarrollando un extenso vocabulario emocional para que los alumnos se comprendan mejor.

Entrena la identificación de emociones, pensamientos y comportamientos como medio para alcanzar una sana autoexpresión emocional.

#### **«Me controlo»**

Propone estrategias para ayudar a los alumnos a regular y gestionar sus emociones en el día a día.

Utiliza el *mindfulness* como herramienta de control de la impulsividad y la ira, y como estrategia para lograr estados de ánimo más calmados y adaptativos.

#### **«Comprendo a los demás»**

Genera un entorno de respeto y confianza beneficioso para el aprendizaje, al entrenar la identificación y la comprensión de las emociones ajenas.

Desarrolla habilidades sociales básicas para favorecer el trabajo en equipo.

#### **«Me siento bien»**

Destaca la importancia de sentirse bien con uno mismo como punto de partida para enfrentarse a cualquier reto.

Potencia el talento personal, trabajando las claves del bienestar tanto físico como mental.



## Componentes del programa

*Aprender a Ser*, basado en un modelo propio, está concebido para desarrollarse a lo largo de tres niveles de aprendizaje (6-8 años, 8-10 años, 10-12 años) y se articula en torno a cuatro ejes o bloques de contenido, cada uno de los cuales **se centra en un aspecto concreto de la competencia socioemocional**:

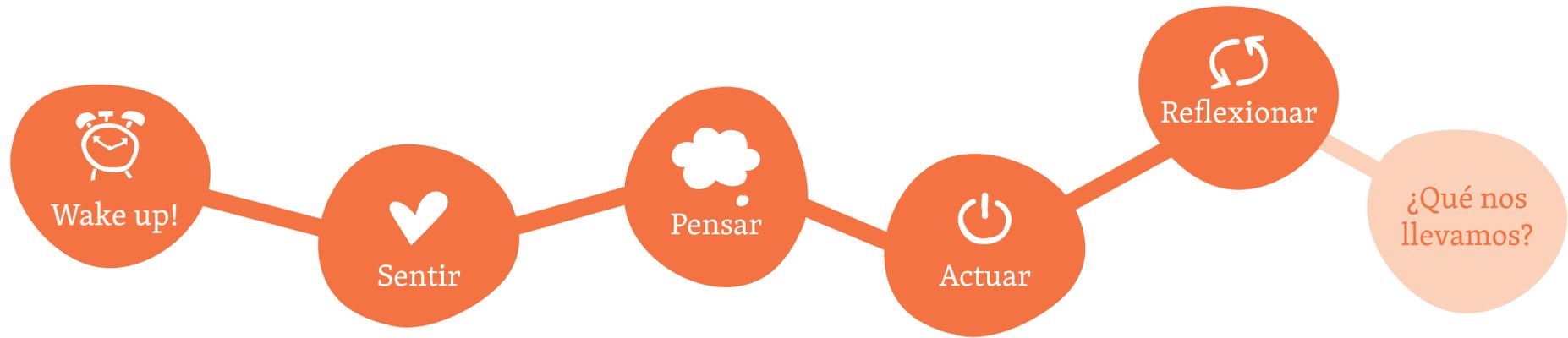
- El autoconocimiento («Me comprendo»)
- La gestión emocional («Me controlo»)
- La empatía («Comprendo a los demás»)
- El bienestar personal («Me siento bien»)



## Secuencia didáctica

Los alumnos trabajarán sobre su educación emocional de una forma experiencial, progresiva y contextualizada, abordando cada unidad como un proyecto de crecimiento personal y

aplicando recursos educativos pensados para despertar su interés y ayudarlos a descubrir y gestionar sus propias experiencias emocionales.



### Wake up!

Para estar en «otra onda», ejercicios originales y divertidos para centrar la atención de los alumnos.



### Sentir

Para aprender a reconocer e identificar las emociones, en nosotros mismos y en los demás.



### Pensar

Para comprender por qué nos sentimos como nos sentimos y descubrir que pensar de una manera u otra puede suponer una gran diferencia en nuestras vidas.



### Actuar

Para aprender practicando, ejercicios para interiorizar lo que aprendemos y aplicarlo en el día a día.



### Reflexionar

Para promover la reflexión personal y de grupo sobre todo lo aprendido, y poner en práctica las habilidades socioemocionales trabajadas.



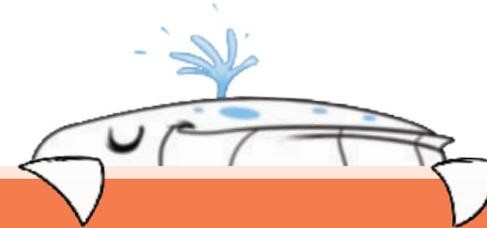
### ¿Qué nos llevamos?

Para expresar y evaluar de manera personal todo lo aprendido en cada bloque y recopilar las evidencias más significativas.

## Contenidos

Aprender a Ser 6-8 años		
BLOQUES	CONCEPTOS	CONTENIDOS
ME COMPRENDO	Conciencia emocional	Identificación de emociones básicas
	Expresión emocional	Expresión emocional no verbal (facial, tono y volumen de voz)
ME CONTROLLO	Gestión emocional	El miedo y la tristeza Control de la impulsividad
	<i>Mindfulness</i>	<i>Mindfulness</i> (1)
COMPRENDO A LOS DEMÁS	Habilidades sociales básicas	Habilidades básicas de comunicación: escuchar y respetar Identificación de emociones ajenas
ME SIENTO BIEN	Autoconcepto	Autoestima
	Bienestar	El sentido del humor El agradecimiento





## Aprender a Ser 8-10 años

BLOQUES	CONCEPTOS	CONTENIDOS
<b>ME COMPRENDO</b>	Conciencia emocional	Identificación de emociones básicas y compuestas
	Expresión emocional	Expresión emocional verbal y no verbal (corporal)
	Comprensión emocional	Diferencia entre emoción y pensamiento La valentía: identificación, expresión y comprensión (miedo, cobardía, inseguridad...)
<b>ME CONTROLO</b>	Gestión emocional	El entusiasmo, el aburrimiento y la frustración Gestión del conflicto
	<i>Mindfulness</i>	<i>Mindfulness (2)</i>
<b>COMPRENDO A LOS DEMÁS</b>	Habilidades sociales básicas	Respetar y perdonar Identificación de emociones ajenas
	Habilidades sociales complejas	Cooperación, amistad
<b>ME SIENTO BIEN</b>	Autoconcepto	Autoeficacia («Soy capaz», «Confío en mí»)
	Bienestar	Hábitos saludables El esfuerzo y la perseverancia



## Aprender a Ser 10-12 años

BLOQUES	CONCEPTOS	CONTENIDOS
<b>ME COMPRENDO</b>	Conciencia emocional	Identificación de emociones compuestas Emociones colectivas Diferencias individuales ante una misma situación
	Expresión emocional	Expresión beneficiosa e inadecuada
	Comprensión emocional	El ciclo emocional (emoción, pensamiento y comportamiento) Comprensión emocional Autoconocimiento
<b>ME CONTROLO</b>	Gestión emocional	Comunicación y comportamiento asertivos
	<i>Mindfulness</i>	<i>Mindfulness</i> (3)
<b>COMPRENDO A LOS DEMÁS</b>	Habilidades sociales básicas	Escucha activa
	Habilidades sociales complejas	Empatía, trabajo en equipo, amabilidad, generosidad
<b>ME SIENTO BIEN</b>	Autoconcepto	Autoimagen, autocrítica El esfuerzo y la tolerancia a la frustración Resiliencia
	Bienestar	Sentido del humor, disfrute, optimismo, perseverancia, agradecimiento, amabilidad y ayuda a los demás



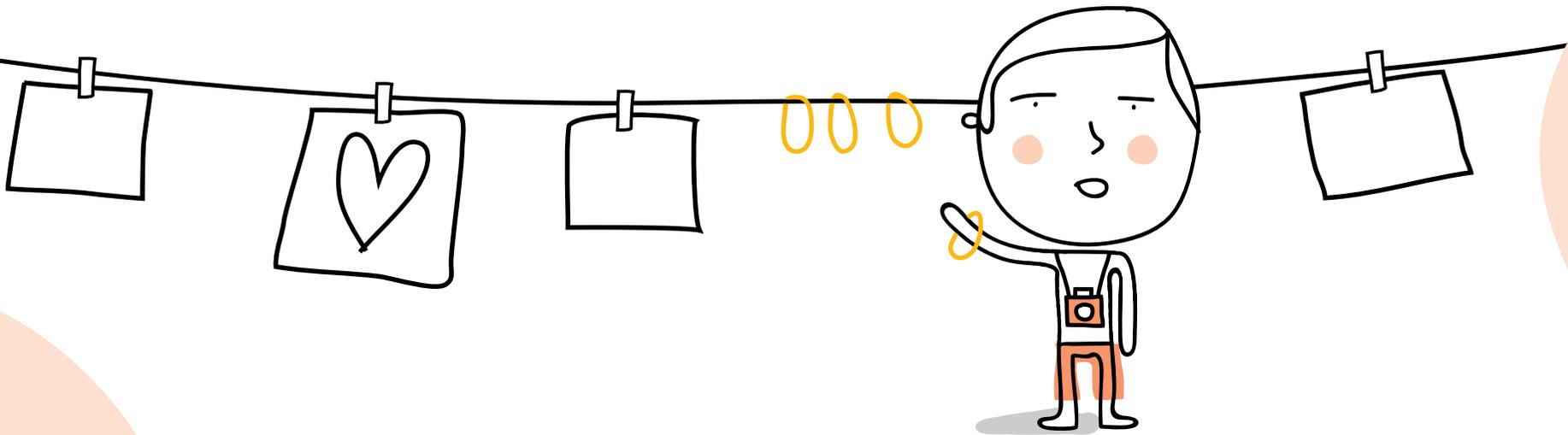
Como muestra, adjuntamos las dos unidades del bloque «**Comprendo a los demás**» del Cuaderno del alumno de *Aprender a Ser* SET VEINTIUNO (10-12 años).

El trabajo propuesto en estas unidades se centra en observar la influencia que ejercemos en nuestro entorno y, a la inversa, la manera en que los demás influyen en nuestros pensamientos, emociones y comportamientos. A lo largo de este bloque, los alumnos entrenan la empatía, el trabajo en equipo y la resolución de conflictos, al tiempo que desarrollan otras dos habilidades sociales básicas para crear un mundo mejor: la amabilidad y la generosidad.

Por ello, hemos elegido estas dos unidades de muestra y animamos al docente a ponerlas en práctica con sus alumnos, aun cuando no tenga el cuaderno completo. **Los beneficios del trabajo serán inmediatos y válidos para cualquier ámbito, escolar y personal.**

SET  
VEINTI  
UNO

# APRENDER A SER



# Comprendo a los demás

## ¿Sabías que...?

Los gansos vuelan formando una V para facilitar el vuelo de toda la bandada. Cuando un ganso se sale de la formación, siente la resistencia del viento y vuelve enseguida a la fila para beneficiarse del esfuerzo del compañero que va delante. Cuando el líder de los gansos se cansa, pasa detrás y otro ganso ocupa su lugar. Lo importante no es quien vaya delante, sino el objetivo del grupo.

¿Comprendes a los demás? ¿Intentas ponerte en el lugar de tus familiares, amigos, vecinos, profesores... cuando hay algún problema? ¿Intentas entender lo que piensan o sienten? Comprender a los demás requiere aprender una serie de habilidades muy útiles para conocernos a nosotros mismos, resolver conflictos con los demás, competir, jugar, compartir... Y, sobre todo, aprender más y mejor. **En este bloque aprenderemos a desarrollar la empatía y el trabajo en equipo.**

## ¿NOS CONECTAMOS?

Wake up!



Siempre que conocemos a alguien, descubrimos que hay cosas que tenemos en común y otras que nos diferencian.



Al fijarnos en lo que tenemos en común, y no en lo que nos diferencia, unimos posturas y nos acercamos más a las personas. Es una buena manera de empezar a desarrollar la empatía.

- 1 Reflexiona y di tres cosas que tengas en común con tu profesor.
- 2 En grupos de cuatro, hacemos una lista de cosas que tengamos en común. ¡Tenemos dos minutos!



- 3 ¿Cuántas cosas tienes en común con tus compañeros?

# Sentir



1 Busca en la Caja de las emociones. 

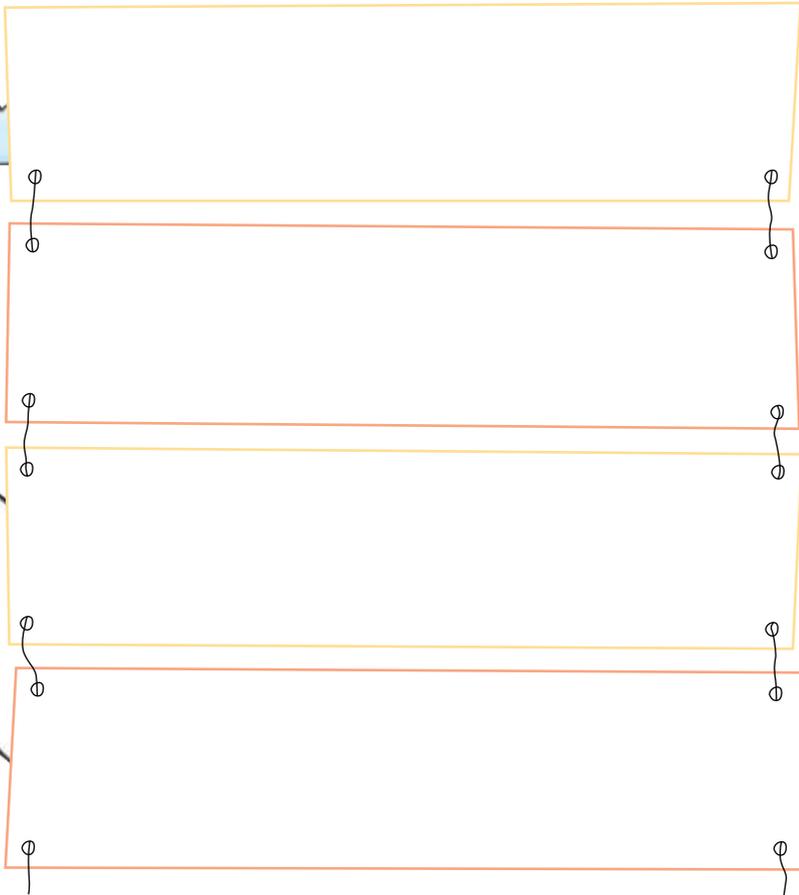
Felicidad

Culpa

Entusiasmo

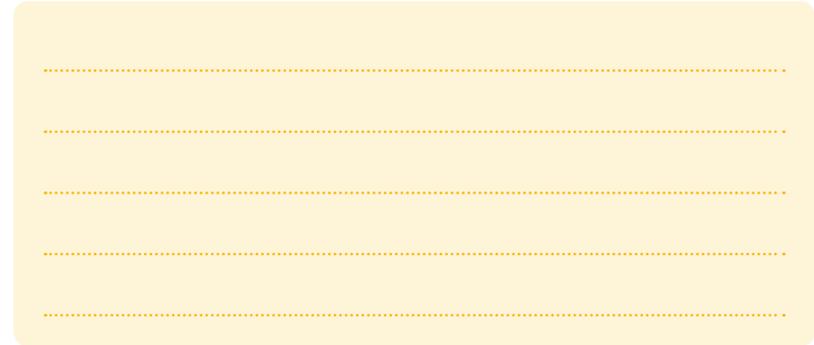
Asco

2 Piensa en situaciones donde experimentarías cada una de esas emociones. Elige una por emoción y descríbela.



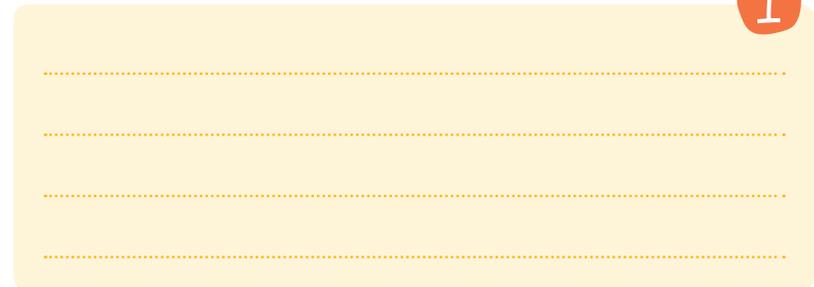
A vertical stack of four rectangular boxes for writing. The top box is yellow, and the others are orange. On the left side, there is a cartoon illustration of a white bird with a yellow beak and a blue cloud above it. The boxes are connected by small circles on the left and right sides.

3 De esas situaciones, ¿en cuáles intervienen otras personas, además de ti?



A yellow rectangular box with horizontal dashed lines for writing.

4 ¿A qué conclusión podrían llevarte las dos actividades anteriores?



A yellow rectangular box with horizontal dashed lines for writing. In the top right corner, there is a red circle containing a white upward-pointing arrow.

Nuestra forma de sentir es única. A veces, lo que sentimos es fruto de una situación íntima y no interviene nadie más. Pero, a menudo, nuestras emociones surgen de las relaciones que mantenemos con otras personas.

5 Busca en la Caja de las emociones. 



6 Completa las frases siguientes con nombres de personas que conozcas y con situaciones reales.

(Un/a amigo/a) ..... siente **vergüenza** cuando .....

(Un/a profesor/ra) ..... se **sorprende** cuando .....

(Algún familiar) ..... siente **admiración** por ..... porque .....

(Otro familiar) ..... siente mucho **cariño** por ..... porque .....

Reconocer las emociones de los demás es la base para ser una persona empática.



- 1 Vamos a entrenar la empatía y el trabajo en equipo a partir de un debate. Empecemos preparando el tema y los argumentos.

bola

La influencia de las redes sociales en las relaciones sociales:

## Ventajas e Inconvenientes



Cuando las personas están conectadas a una red social, ¿DE QUÉ ESTÁN «DESCONECTADAS»?

- a) Individualmente, reflexiona unos minutos sobre el tema y anota algunas ideas.

RR. SS. Y RELACIONES SOCIALES: VENTAJAS

RR. SS. Y RELACIONES SOCIALES: INCONVENIENTES

- b) Ponte con los compañeros con los que trabajaste en la página 43 y comparte con ellos tus ideas. De entre todas, hay que elegir cuatro ventajas y cuatro inconvenientes.

### RR. SS. Y RELACIONES SOCIALES: VENTAJAS

### RR. SS. Y RELACIONES SOCIALES: INCONVENIENTES

- c) El grupo elige y prepara varios argumentos para defender las dos posturas: ventajas e inconvenientes.
- d) Cada grupo nombra a dos portavoces que saldrán a exponer la influencia de las RR. SS. en las relaciones sociales.

Portavoz 1 (a favor): .....

Portavoz 2 (en contra): .....

- e) Por último, los miembros del grupo ayudarán a los portavoces a ensayar su exposición. Los argumentos se ordenarán según este guion.





La comunicación verbal = lo que decimos  
(el contenido, el mensaje)



La comunicación no verbal = cómo lo decimos  
(los gestos, las expresiones, el tono de voz, la postura...)

- 1 Cada portavoz tendrá dos minutos para exponer sus ideas y cuidará tanto la comunicación verbal como la no verbal.
- 2 Después de las exposiciones, responde a las siguientes preguntas.
  - a) ¿Qué portavoz crees que ha transmitido mejor su mensaje?
  - b) Para ser un buen orador, ¿qué te parece más

.....

.....

.....

.....

.....

importante, la comunicación verbal o la no verbal?

.....

.....

.....

.....

.....

- 3** Individualmente, anota lo que crees que han hecho bien los portavoces de tu grupo y aquello que podrían mejorar.\*

FEEDBACK POSITIVO	
Portavoz 1	Portavoz 2

FEEDBACK DE MEJORA	
Portavoz 1	Portavoz 2

\* Si has sido uno de los portavoces, intenta autoevaluarte.

- 4** Ahora, reflexiona sobre los siguientes aspectos.
- a) ¿Cómo te sientes tú cuando alguien te dice en qué puedes mejorar?
  - b) ¿Cómo prefieres que te lo digan?
  - c) ¿Cómo crees que se sentirán los portavoces del grupo cuando les des tu *feedback*?
- 5** Teniendo lo anterior en cuenta, comparte tu *feedback* con los portavoces de tu grupo.
- 6** Por último, hayas sido portavoz u oyente, describe brevemente cómo te has sentido durante el debate.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



- 1 Piensa en un conflicto que hayas tenido hace poco con algún compañero.
- 2 Ahora, lee y relaciona los siguientes comportamientos. ¿Cuáles serían útiles para resolver el conflicto y cuáles lo empeorarían?



- 3 ¿Cómo actuarías ahora? ¿Cambiarías en algo tu comportamiento hacia ese compañero?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- 4 ¿Qué es lo que más te ha gustado del trabajo en grupo en esta unidad? ¿Y lo que menos?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

La empatía es la clave para conectar con los demás. Basta con preguntarnos qué puede estar sintiendo o pensando la otra persona, y ya nos habremos acercado mucho a su postura.

# ¿TE ATREVES A CAMBIAR EL MUNDO?

Wake up!



Cuando somos amables y generosos, nos sentimos bien y generamos estados positivos en nuestro entorno.



- 1** Vamos a empezar esta unidad... ¡jugando a la pelota!

Nos colocamos en círculo.

Lanzamos la pelota a un compañero, diciendo al mismo tiempo una cualidad positiva suya.

Luego, quien ha recibido la pelota la lanza a otro compañero, y así con el resto del grupo.

¡Solo tenemos dos segundos para lanzar la pelota y no vale lanzársela dos veces a la misma persona!

- 2** ¿Qué cualidad tuya se ha mencionado?

- 3** Dibuja un emoticono para expresar cómo te sentiste al escucharla.



- 1 Observa las imágenes y anota la emoción que te transmite cada una.
- 2 En grupo, pensamos en situaciones que puedan generar emociones diferentes, como miedo y alegría, según el ejemplo.

**Situación:** Ir a un campamento de verano por primera vez.

**Miedo:** ¿Y si no consigo hacer amigos?

**Alegría:** Será genial dormir en colchonetas y tirarnos en tirolina.

**Situación:** .....

**Miedo:** .....

**Alegría:**.....

**Situación:** .....

**Miedo:** .....

**Alegría:**.....

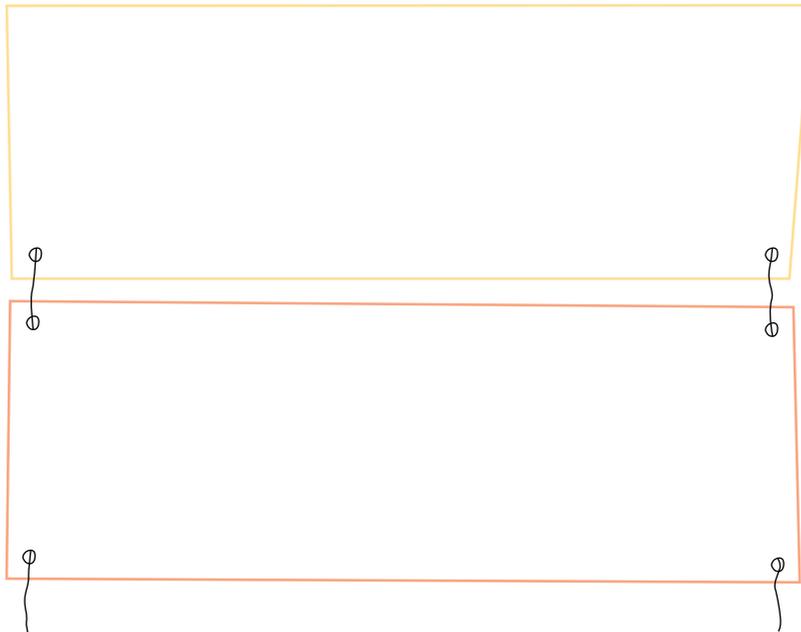
Una misma situación puede generar emociones distintas en diferentes personas. La empatía nos ayuda a comprender esas emociones.

**3** Busca en la Caja de las emociones. 

Frustración

Incomprensión

**4** ¿Qué situaciones, reales o inventadas, te harían sentir frustrado e incomprendido? Elige una para cada emoción y descríbela.

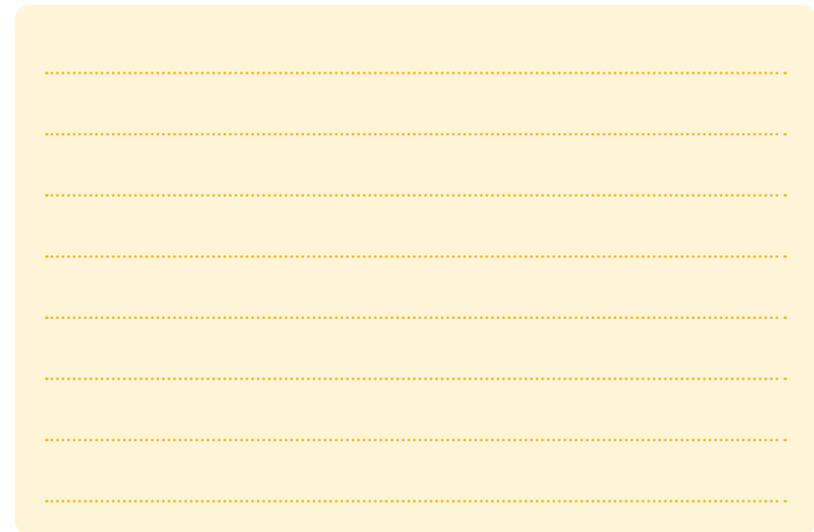


**5** Vamos a utilizar tus respuestas para practicar la empatía.

- a) En parejas, nos contamos las dos situaciones.
- b) Cuando nos toque escuchar, intentaremos comprender al otro, haciéndoselo saber mediante la comunicación verbal y no verbal.

**6** Ahora, evaluemos la conversación.

- a) ¿Me he sentido escuchado?
- b) ¿Me he sentido comprendido?
- c) ¿Qué ha hecho mi compañero para que yo me sienta comprendido? Cuéntaselo y dale un *feedback* positivo.
- d) Para terminar, anota aquí el *feedback* que has recibido tú.



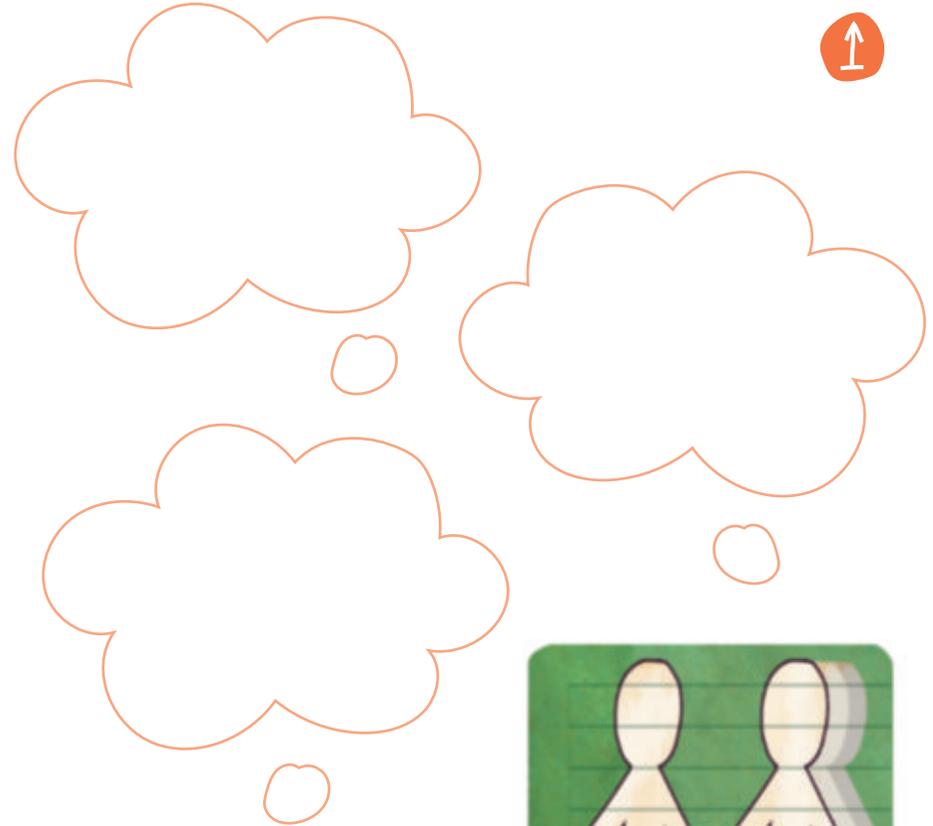
Ser empáticos nos ayuda a mejorar las relaciones con los demás y a que sean más duraderas.



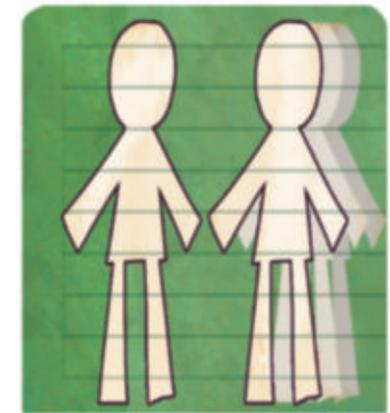
- 1 ¿Recuerdas algún momento de la semana pasada en que fueras amable con alguien? Describe la situación.

- 2 ¿Y otro en que fueras generoso? Describe la situación.

- 3 En grupo, reflexionamos sobre cómo influyen la amabilidad y la generosidad en el trabajo en equipo. Anotamos tres conclusiones.



- 4 Cuando somos amables y generosos con los demás, ¿quién crees que se beneficia más, tú o ellos? Colorea las figuras del gráfico.



YO

ELLOS

- 5** Teniendo en cuenta tu respuesta a la actividad 4, lee el siguiente texto.

### LA TEORÍA DEL CUCHARÓN Y EL CUBO

Cada uno de nosotros posee su propio cubo. El cubo se llena o vacía permanentemente, en función de lo que otros nos dicen o nos hacen. Cuando nuestro cubo está lleno, nos sentimos bien; cuando está vacío, fatal.

Cada uno de nosotros dispone también de un cucharón. Cuando utilizamos nuestro cucharón para llenar los cubos de los demás (siempre que hacemos o decimos algo que aumente sus emociones positivas), también estamos llenando nuestro propio cubo. Pero cuando utilizamos nuestro cucharón para vaciar los cubos de los demás (siempre que hacemos o decimos algo que disminuya sus emociones positivas), nos vaciamos nosotros mismos.

Igual que las copas llenas a rebosar, un cubo lleno nos proporciona una perspectiva positiva y energías renovadas. Cada gota del cubo nos fortalece y refuerza nuestro optimismo.

Sin embargo, un cubo vacío enturbia nuestra mirada, reduce nuestra energía y debilita nuestra voluntad. Por eso, cuando alguien se dedica a vaciar nuestro cubo nos duele.

De esta manera, cada día nos encontramos ante una disyuntiva: podemos llenar los cubos de los demás o podemos vaciarlos. Se trata de una elección fundamental, capaz de afectar profundamente nuestras relaciones, nuestra capacidad de trabajo, nuestra salud y nuestra felicidad.

DONALD CLIFTON Y TOM RATH  
*¿Está lleno su cubo?*  
Empresa Activa, 2005

- 6** Ahora, contesta a estas preguntas y comparte tus respuestas con un compañero.

¿Cómo está de lleno tu cubo?

¿Qué sueles hacer tú: llenar o vaciar el cubo de los demás?

¿Hay alguien a quien le hayas llenado el cubo últimamente?

¿Y alguien a quien se lo hayas vaciado?

¿Qué personas suelen llenar tu cubo?

¿Quiénes te lo suelen vaciar?

- 7** Por último, escoge a tres personas cuyo cubo te comprometas a llenar durante las dos próximas semanas.





**1** Vamos a entrenar el trabajo en equipo con el artefacto **Haciendo el ganso**. 

Nos organizamos en cinco equipos.

Cada equipo aportará cuatro piezas del puzle.

Para conseguir esas piezas, habrá que superar varios retos: una pieza por reto superado.

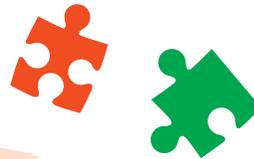
**2** Una vez completado el puzle, reflexiona individualmente sobre el trabajo realizado y comenta dos conclusiones importantes para ti.

**3** Luego, reflexiona con tus compañeros de equipo sobre las siguientes cuestiones.

- a) ¿Qué tal hemos trabajado juntos? ¿Ha habido buen ambiente?
- b) ¿Qué es lo mejor que hemos hecho como equipo?
- c) ¿Qué tenemos que mejorar?



De nada sirve que un equipo supere todos los retos, si los demás no lo consiguen, pues entonces será imposible tener todas las piezas del puzle.



**RETO 1:** Resolver una operación matemática

**RETO 2:** Resolver una adivinanza

**RETO 3:** Encontrar el significado de una palabra

**RETO 4:** Citar tres características del trabajo en equipo

**4** Lee la siguiente información sobre los roles de equipo.

El ROL DE EQUIPO es el papel que desempeñamos en un equipo. Para que un equipo funcione bien, es necesario que las cualidades de sus miembros se complementen. Hay tres tipos de roles básicos.



**ROL SOCIAL**

Orientado a las personas: intenta que todo el mundo participe, reparte el trabajo, se interesa por los demás...



**ROL MENTAL**

Orientado al pensamiento: se le ocurren nuevas ideas, analiza las situaciones...



**ROL DE ACCIÓN**

Orientado al objetivo: impulsa el trabajo, realiza la tarea, la finaliza...

- a) Anota los nombres de tus compañeros de grupo junto al rol que creas que representa cada uno.
- b) Comparte tu respuesta con el resto del equipo, comentando las coincidencias y diferencias.
- c) Por último, reflexiona: ¿te parece que tienes un rol preferido cuando trabajas en grupo? ¿Cuál y por qué?

Area with horizontal dashed lines for writing answers.

Nadie es perfecto, pero un equipo puede serlo.



Terminamos el bloque «Comprendo a los demás» con una actividad que nos ayudará a recordar todo lo que hemos aprendido. En este caso, un pacto.

## 1 Para establecer ese pacto, primero lee y contesta a las siguientes preguntas individualmente.

¿Cuál podría ser el contenido del pacto?

**Ejemplo:** ser amables los unos con los otros.

---

---

¿Qué nombre podría tener el pacto?

**Ejemplo:** «Amables para Siempre».

---

---

¿Cómo podría representarse el pacto para tenerlo presente en la clase?

**Ejemplo:** escribiendo su nombre en un mural ilustrado.

---

---

¿Qué palabra clave podría utilizarse para recordar el pacto siempre que sea necesario?

**Ejemplo:** «¡ApS! ¡ApS!».

---

## 2 Comparte tus ideas con el resto de la clase para consensuar el pacto y cómo representarlo. Anota aquí las decisiones tomadas.

Contenido: .....

Nombre: .....

Representación: .....

.....

.....

.....

Palabra clave: .....



Resume a tu manera (con un texto, un dibujo, una foto, un *collage*...) lo que te haya parecido más interesante de estas dos unidades; puede ser algo que hayas aprendido o experimentado, una anécdota del trabajo en grupo, algo que quieras recordar... Después, valora cómo te has sentido a lo largo de estas páginas. Por fin, selecciona las evidencias que más te gusten para subirlas a la web SET VEINTIUNO.



Alegre



Triste



Confuso/a



Enfadado/a



Sorprendido/a



No olvides tu artefacto ¡Te lo has ganado! por todo el trabajo realizado para comprender mejor a los demás.





Notas



Notas



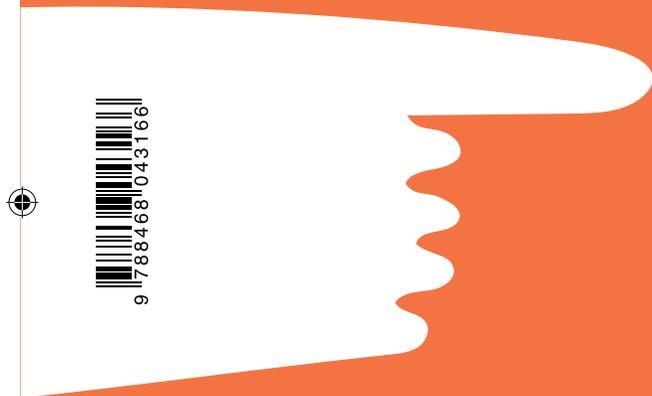
Notas



Notas



Notas



# SET VEINTI UNO

[setveintiuno.com](http://setveintiuno.com)