



TUTORÍA SOBRE LA TRISTEZA

Dios nos acompaña en los momentos difíciles

DESTINATARIOS

1r Ciclo de Primaria (1º y 2º)

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Trabajar y profundizar sobre el **sentimiento de tristeza**.
- Revisar algún momento **de mi historia personal** y ser capaz de madurar sobre él.
- Descubrir que **Dios nos acompaña siempre**, especialmente en los momentos difíciles de nuestra vida. Que en él siempre tenemos un apoyo para afrontarlos con esperanza.

DURACIÓN



Una sesión de 50 minutos aproximadamente (adaptables según la realidad de cada centro).

SUGERENCIAS PARA EL PROFESORADO



Os proponemos las **siguientes sugerencias** para un mejor desarrollo de la tutoría:

- 1.- Es muy importante la **preparación previa** de la tutoría.
Tener las hojas preparadas y el material necesario para trabajarlas.
- 2.- No perder de vista en ningún momento que **el centro de la tutoría es la idea de que Dios nos acompaña siempre y especialmente en los momentos difíciles**.



3.- Cuidar bien el rato de reflexión personal. El momento para dibujar debe ser en un clima de silencio, recogimiento y bien ambientado para que el alumnado saque buen provecho de la dinámica. A la hora de compartirlo, es importante que para el momento de profundizar, el profesor sea de confianza para el alumnado y conozca su contexto personal.

4.- No olvidar que **LA TRISTEZA** es el foco de la tutoría. En la parte pastoral es el descubrir que detrás del dolor siempre hay nuevas oportunidades o llamadas.

5.- **Cuidar el tiempo de compartir.** Si algún alumno/a se anima a compartir hay que cuidar ese momento para que haya respeto y escucha.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1.- MOTIVACIÓN INICIAL

Hoy vamos a hablar de un sentimiento que de entrada no nos gusta mucho pero que hemos de aprender que es muy importante para nuestra vida... ¿Sabéis cuál puede ser?



Dejamos intervenir al alumnado hasta dar con el sentimiento que es **LA TRISTEZA...**

(Es necesario tener presente que el profesor que lleve a cabo esta dinámica sea de confianza para el grupo de alumnos de manera que conozca el contexto de cada uno de ellos a la hora de tratar un tema tan personal)

A continuación proyectamos el siguiente cuento que nos cuenta la historia de Simón "Lágrimas bajo la cama". Que nos ayudará a comprender la importancia de las lágrimas para expresar cuando estamos tristes y para ayudarnos a detectar esa tristeza en los demás.

 CUENTOS INFANTILES - LÁGRIMAS BAJO LA CAMA



Realizamos una pequeña asamblea sobre el cuento que hemos escuchado con las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se siente Simón en todas estas situaciones?
- ¿Creéis que en ocasiones es necesario llorar?
- ¿Los papás y las mamás pueden llorar también?
- Cuando veo a alguien llorar ¿qué creo que le pasa?
- ¿Alguna vez has llorado de risa?

2.- REVISIÓN DE MI HISTORIA



En este momento les invitamos a **pensar en algún momento de tristeza** que hayan vivido. Algo que les haya pasado (como en el cuento que hemos visto de Simón) y que les traiga a la memoria un recuerdo triste que han vivido ellos mismos.

A continuación, les **facilitamos una hoja** (Anexo 1) donde van a poder dibujar ese momento.

Les dejamos un tiempo largo para poder hacer ese dibujo y que puedan plasmar con detalle ese momento de tristeza.



3.- TIEMPO PARA COMPARTIR

Al haber reflexionado sobre algo muy personal es comprensible que sea **difícil compartirlo**.

Pero se puede pedir si hay algún compañero/a que libremente quiera contar su experiencia a toda la clase. Seguro que los comentarios de los compañeros y el maestro pueden ayudar a animarle.

De ser así hay que cuidar especialmente ese momento para que haya **respeto y escucha**.



4.- DIOS NOS ACOMPAÑA SIEMPRE

Acabamos la tutoría recordando que Jesús siempre nos acompaña. Que cuando nos sintamos tristes también podemos contar con Él y contarle lo que nos pasa. Jesús siempre está a nuestro lado en los momentos más alegres pero también en los más tristes. Siempre acompañados.



Podemos terminar compartiendo juntos la siguiente oración:

“Jesús tú conoces los momentos en los que estoy triste y sé que siempre estas a mi lado y me ayudas.


Te pido que sea capaz de vivir con alegría y que sepa aceptar los momentos de tristeza.

*Que donde haya tristeza yo quiero regalar sonrisas y alegría,
que donde haya peleas yo quiero compartir abrazos y besos
y que cuándo alguien esté triste lo sepa consolar y ayudar.*

Porque cuándo damos amor también lo recibimos.

Amen.”

MATERIALES NECESARIOS

- Hoja para dibujar (Anexo 1)  Tutoría tristeza.pdf
- Rotuladores o lápices de colores.

Líneas de Fuerza

para un colegio evangelizador

.....
2024 - 2025



VEN, SÍGUEME

CON JESÚS HACIA LAS FRONTERAS DEL MUNDO

ANEXO

