

Exploren las emociones con

Disney · PIXAR INSIDE OUT 2



Estimado padre o cuidador:

En clase, su hijo ha estado aprendiendo sobre las emociones con un poco de ayuda de Riley y sus amigos de *Inside Out 2* de Disney y Pixar.

A través de un programa en la escuela desarrollado con especialistas en educación de Young Minds Inspired, su hijo ha participado en actividades centradas en la identificación y expresión de emociones, examinando formas saludables de gestionar grandes emociones y explorando cómo apoyar a los demás cuando atraviesan emociones fuertes.

Lo animamos a que pregunte a su hijo sobre lo que ha aprendido y a que comparta con usted las hojas de actividades completadas. Luego, ¡comparta usted mismo! Aquí hay algunas ideas para ayudarlos a empezar:

- **Comparta emociones.** Comparta un momento en el que haya sentido alegría. ¿Qué lo hizo sentirse así y cuándo ha vuelto a sentirse así?
- **Irradie positividad con un juego del alfabeto.** Para cada letra del alfabeto, nombre algo que le produzca alegría. Túrnense y vean si pueden pensar en palabras para cada letra.
- **Cree un plan de alegría.** Pídale a su hijo que le diga cómo puede ayudarlo a sentirse mejor cuando se enfrenta a emociones fuertes. Anímelo a hablar con usted cuando/si se siente así. Después, trabajen juntos para idear métodos que calmen la ansiedad, alivien la tristeza, reduzcan la ira, celebren la alegría, etc.
- **Cree tarjetas atentas.** Cree tarjetas que celebren la alegría y todas las emociones que sentimos y envíenlas a sus amigos.
- **Diseñe un álbum de recuerdos.** Cree un álbum de recortes que recoja acontecimientos importantes y emociones alegres de la historia de su familia.

¡Obtenga más información en ymiclassroom.com/insideout2 y eche un vistazo al avance de *Inside Out 2* para conocer a Riley y las nuevas emociones que se unen al cuartel general!

Acerca de Inside Out 2 de Disney y Pixar

Inside Out 2, de Disney y Pixar, vuelve a la mente de Riley, quien inicia su adolescencia, justo cuando el cuartel general está sufriendo una repentina demolición para hacer sitio a algo totalmente inesperado: ¡nuevas Emociones! Alegría, Tristeza, Ira, Miedo y Asco, que llevan mucho tiempo trabajando con éxito, no saben cómo sentirse cuando aparece Ansiedad. ¡Y parece que no está sola! *Inside Out 2* se estrena solo en cines el 14 de junio de 2024.