

BLUE MONDAY I

I. TRABAJO CON EL TEXTO

HOY ES 'BLUE MONDAY', EL DÍA MÁS TRISTE DEL AÑO

Madrid, 15 de enero de 2018

En el año 2005 la compañía de viajes Sky Travel lanzó una campaña publicitaria. Uno de los conceptos utilizados fue el del Lunes Triste. La idea ha calado tanto en la sociedad internacional que, aunque la propia compañía ya no existe, desde hace más de 10 años cada tercer lunes de enero seguimos "celebrando" Blue Monday.

Fue Cliff Arnall, un profesor adjunto a la Universidad de Cardiff (Reino Unido), quien inventó una fórmula matemática para calcular cuál de todos los días del año es el más deprimente. El investigador consideró y utilizó en su ecuación los siguientes factores: el tiempo atmosférico, la relación entre nuestras deudas y el salario mensual que ganamos, el tiempo transcurrido desde la Navidad, la frustración que

sentimos al no ser capaces de cumplir nuestros propósitos del Año Nuevo, el bajo nivel de motivación y (la falta de) ganas de actuar que sentimos.

Una vez hecho el cálculo, el resultado fue el siguiente: el tercer lunes del mes de enero es el día más triste y deprimente del año. Este día nos sentimos más decaídos y bajos de energía, desanimados por no lograr cumplir nuestros planes del Año Nuevo, tristes porque la Navidad

ya ha pasado y sin ganas de ir todos los días al trabajo. Nos agobian los gastos típicos del comienzo del año. Además, es pleno invierno, hace frío y el día es muy corto. Lo vemos todo en negro y nos faltan razones para sonreír. Nos vemos tan deprimidos que nos cuesta hacer planes, tener aspiraciones y marcar objetivos por cumplir. En definitiva, Blue Monday.

1. Basándote en el texto, responde a las siguientes preguntas:

- ¿Quién creó el concepto del Lunes Triste?
- ¿Qué es Blue Monday? ¿Cómo lo definirías en una sola frase?
- ¿Cuándo cae el Lunes Triste? ¿Por qué es precisamente este lunes?
- ¿Qué factores se tienen en cuenta para calcular la fecha?
- ¿Por qué son precisamente estos factores?

2. Basándote en el texto, y con la ayuda de tu profesor, rellena el siguiente cuadro:

ESTADO ANÍMICO	
+	-

II. CONVERSACIÓN EN PAREJAS

Formula 5-6 preguntas sobre Blue Monday y bajones anímicos que le puedes hacer a tu compañero. Fíjate en los ejemplos, que también puedes utilizar.

¿Qué te parece la idea del Lunes Triste? ¿Crees que es verdad?

¿Cuándo te sientes triste? ¿Por qué?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

A continuación vais a hablar en parejas. Apunta las respuestas de tu compañero porque te van a servir en la próxima parte de la clase.

III. COMPARTIMOS - TRABAJO EN GRUPO GRANDE

Vamos a buscar nuestros

Top 10 situaciones deprimentes

Primero vamos a poner en común las razones, las circunstancias y los acontecimientos que os hacen sentir tristes y deprimidos. Vuestro profesor los va a apuntar en la pizarra. Después haremos una votación.

BLUE MONDAY II

I. UN POCO DE GRAMÁTICA

Vamos a recordar cómo se dan consejos en español.

DAR CONSEJOS

- puedes
- Si te sientes triste, → debes/deberías ir al cine para ver una comedia.
→ tienes que
- Si te sientes triste, **vete al cine para ver una comedia.**
- puedes
- Para no sentirte triste, → debes/deberías ir al cine para ver una comedia.
→ tienes que
- Para no sentirte triste, **vete al cine para ver una comedia.**
- ¿Estás triste? ¿Por qué no vas al cine para ver una comedia?
- Para no sentir tristeza, hay que ir al cine para ver una comedia.

E introducir una forma gramatical nueva:

IMPERATIVO AFIRMATIVO TÚ Y VOSOTROS

TÚ

La forma para **tú** se obtiene eliminando la **-s** final de la forma correspondiente del Presente:

piensas → piensa vuelves → vuelve vives → vive

Pero también hay verbos irregulares:

poner → pon	salir → sal
venir → ven	tener → ten
ser → sé	hacer → haz
decir → di	ir → ve

*Recuerda que, con el Imperativo afirmativo, los **pronombres** van después del verbo y **forman una sola palabra**. Tienes que recordar **poner la tilde** en el lugar adecuado.*

Siéntate y haz el ejercicio.

Es una gran oportunidad. Piénsatelo.

VOSOTROS

La forma para **vosotros** se obtiene sustituyendo la **-r** final del Infinitivo por una **-d**:

pensar → pensad volver → volved vivir → vivid

*En los verbos reflexivos, cuando combinamos la forma de vosotros con el pronombre **os**, **desaparece la -d final**.*

Chicos, sentaos y concentraos ya.

Practicemos un poco. Termina las frases con las formas correspondientes del Imperativo:

1. Para estar en forma,
2. Si quieres conocer bien un idioma,
3. Si te gusta leer,
4. Si no tienes planes para este verano,
5. Para conocer gente nueva,
6. Para encontrar un buen trabajo,
7. Si queréis comer bien en ... *(el nombre de tu pueblo/ciudad)*,
8. Si os apetece ver algo interesante este fin de semana,
9. Si buscáis un buen lugar para vivir,
10. Para sacar buenas notas,

II. TAREA COMUNICATIVA FINAL

En grupos de 3 vais a preparar **murales** sobre el siguiente tema:

Cómo combatir el Lunes

Triste



Cada grupo trabajará **otro tema**. Vuestra propuesta debe incluir **al menos 6 consejos diferentes**. Podéis utilizar todas las estructuras gramaticales que queráis. También podéis elegir si os vais a dirigir a una persona (tú) o a toda la clase (vosotros).

A continuación os toca **exponer vuestro programa** de lucha contra la tristeza. Pero no basta con hablar o simplemente leer vuestros consejos. **También tenéis que mostrarlos con gestos o escenas pequeñas.** ¡Suerte!