



GUÍA DE VALIDACIÓN EMOCIONAL PARA EL AULA

Pot: Alejandra Paredes

INTRODUCCIÓN

La siguiente Guía de intervención emocional para el aula de clase, es una herramienta para trabajar con los niños y niñas para poder brindar información importante acerca de las emociones de cada uno, ya que muchos de ellos presentan dificultad para poder reconocer, identificar, validar y por lo tanto manejar sus emociones de forma asertiva, lo que trae como consecuencia en muchos de los casos, la afectación y dificultad en su rendimiento escolar. Muchos de los niños y las niñas, se han regenerado como resultado del manejo de sus emociones, problemas y dificultades de aprendizaje.

Para esto se ha investigado varios métodos, actividades, herramientas para corregir, ayudar y facilitar sus problemas emocionales no resueltos, sin embargo según los estudios se ha evidenciado que la terapia del juego, es la forma más asertiva para poder ayudar a reconocer, identificar y manejar las emociones dentro y fuera del aula de clase, ya proporciona seguridad, autoestima y confianza para que los niños y niñas sientan la tranquilidad de poder realizar movimientos internos, y facilitar su proceso emocional.



SOBRE EL PROYECTO

Esta Guía de intervención Emocional, se trabaja a través de 5 niveles, los tres tipos de retos: exploración, validación y comprobación. Y al finalizar cada nivel se realizará una tienda mágica como parte de la intervención emocional en conjunto con los padres de familia.

1. Nivel Agua



2. Nivel Tierra



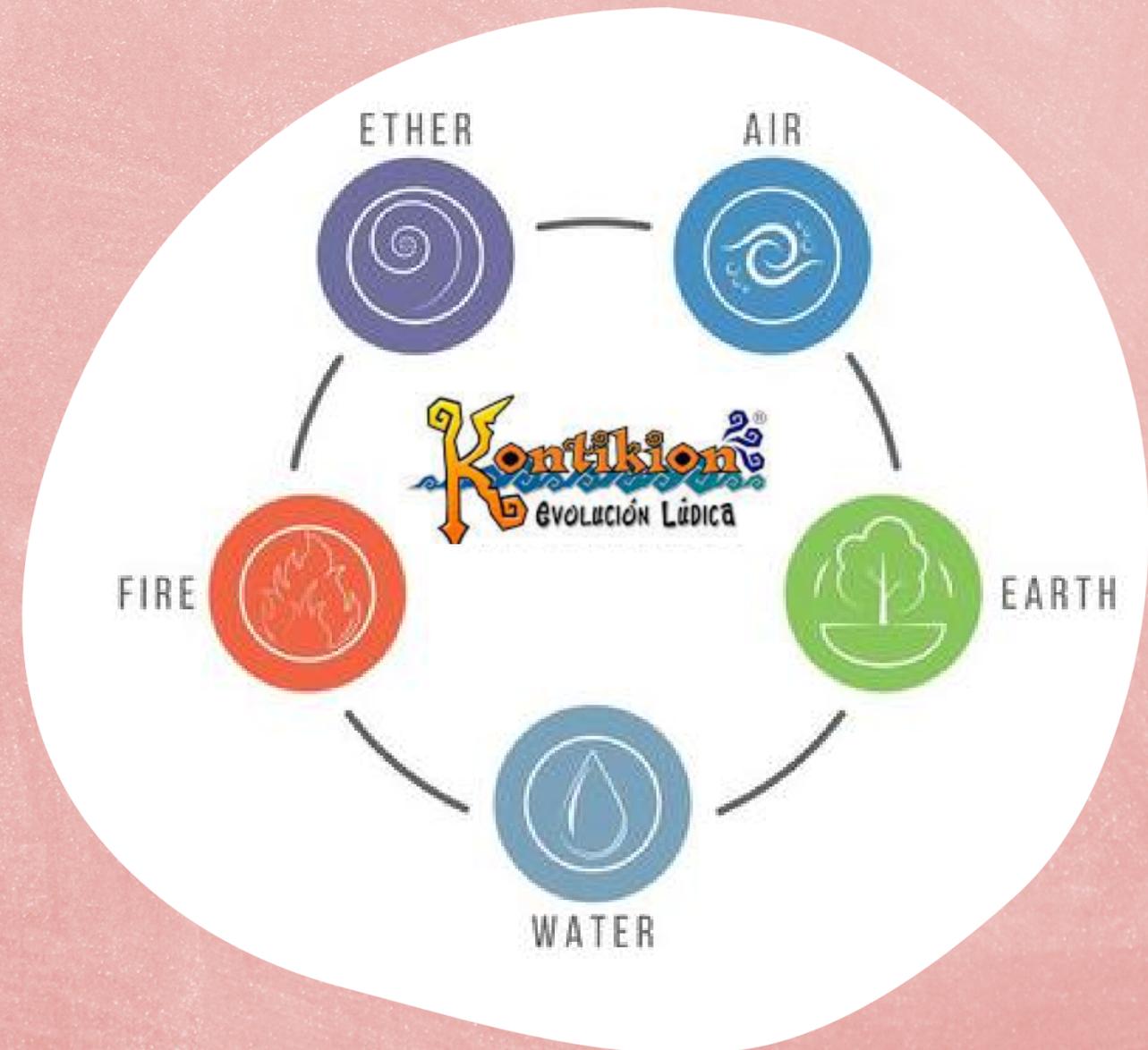
3. Nivel Fuego



4. Nivel Aire



5. Nivel Éter

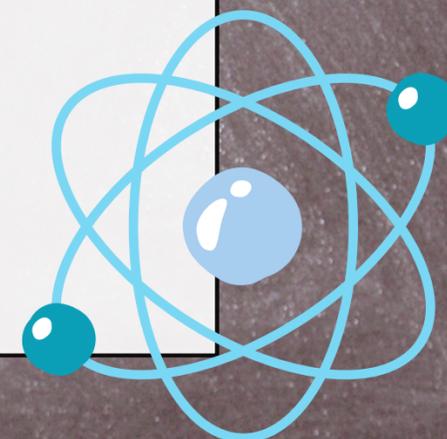




Nivel Agua

OBJETIVO

Lograr que los niños y las niñas puedan conocer, reconocer e identificar cada una de las emociones.



ACTIVIDAD PREVIA A LOS RETOS.

Cuento "El monstruo de colores", escrito por Anna Llenas: A través del cuento del Monstruo de colores, se brindará información previa acerca de los tipos de emociones que existen. Este cuento presenta algunas escenas en las cuales, los estudiantes pueden identificar las situaciones o momentos en los que pueden presentar o sentir algún tipo de emoción.



RETO DE VALIDACIÓN:

Una vez contada la historia, se les entrega a los estudiantes cartulinas, en las cuales se les solicita, que dibujen los monstruos de colores de acuerdo a cada emoción, y según lo estén representando, se le entrega acuarelas para que puedan pintarlas.

El objetivo de este reto es conocer si los niños y las niñas logran identificar las emociones por el nombre y reconocen de acuerdo al color.



RETO DE COMPROBACIÓN:

Cuando se encuentre listo y seco los monstruos con las emociones que se realizaron el reto anterior. Se le solicita a los niños y las niñas que giren la cartulina y dibujen una botella con marcador dorado, (símbolo que representara el momento a la situación), dentro de la botella deben escribir una situación o situaciones que han sentido o tenido que vivir para lograr sentir esa emoción.

El objetivo de este reto es, comprobar que cada uno de los niños y las niñas tengan el conocimiento previo del nombre y el color de las emociones, de tal forma que puedan validar la emoción en la situación o momento que se haya presentado.



RETO DE EXPLORACIÓN:

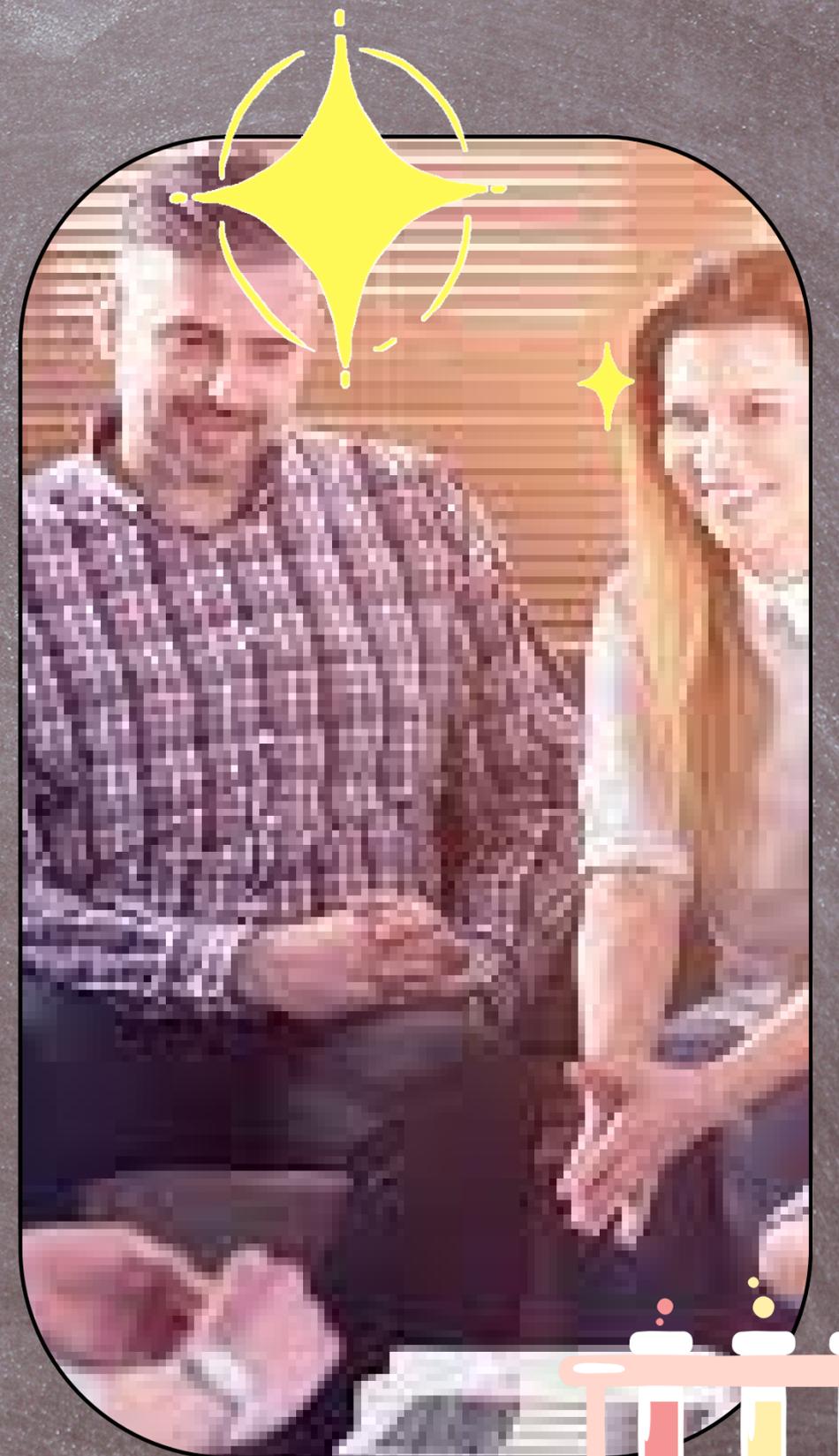
Al finalizar los dos retos previos, se unirán todas las cartulinas formando un libro, y se les pedirá que cuenten su historia a uno de sus amigos o amigas, de tal forma que indiquen qué emoción está representando el monstruo y en qué momento o circunstancia la han sentido.

El objetivo de este reto es lograr explorar qué circunstancias, situaciones o momentos los niños y las niñas sienten o han tenido que sentir cada una de las molestias y cuáles de ellas han generado molestia, de tal forma que han trascendido de forma positiva o negativa, y dará paso para que aporte al siguiente nivel.



TIENDA MÁGICA:

En el caso de identificar, que el niño o la niña, ha presentado molestia con algún circunstancia o situación, se solicitará a los padres de familia realizar una reunión para conversar con ellos acerca del proceso que se está manejando dentro del aula, para que el padre de familia, pueda tener conocimiento del proceso que se está trabajando del aula y la vez, pueda aportar con información acerca de las situaciones o circunstancias que el niño o la niña haya mencionado.





Nivel Tierra

OBJETIVO DEL NIVEL:

Lograr que los niños y las niñas, puedan identificar y reconocer las emociones con sus madres o la figura materna.



ACTIVIDAD PREVIA A LOS RETOS:

Cuento “A veces mi mamá tiene truenos en la cabeza”, escrito por Beatriz Taboada y Dani Padrón. A través de este, se les enseñará a los niños y las niñas las emociones que las mamás presentan y cómo se pueden sentir, actuar y reaccionar, por lo cual es importante que cada uno de los niños identifique, reconozca y también la importancia de la validación de las emociones en las mamás.



RETO DE COMPROBACIÓN:



Se les entregará un pliego de papel bond, para que cada de los niños y las niñas dibujen con tizas a su mamá en cada emoción, e indiquen los símbolos señalados en el cuento con cada una de las emociones. Este reto tiene como objetivo, que cada uno de los niños identifiquen las emociones en su mama, o la persona que brinda la imagen materna, de tal forma que pueda evidenciar que las emociones se presentan en niños y adultos, y pueden hacer referencia que en diferentes situaciones se puede validar las emociones que se presenten sin importar cual sea.

RETO DE VALIDACIÓN:

Se les entregará estrellas plateadas, en las cuales cada uno de los niños escribirá situaciones o circunstancias que hayan presenciado, visto o escuchado, en las que cada de sus mamás hayan presentado algún tipo de emoción. Las estrellas deben ser colocadas junto a los dibujos de cada una de los dibujos realizados previamente con tizas.

Con este reto, se logra validar las circunstancias y emociones que otras personas presentan en especial, cuando mamá no siempre puede o debe estar bien.



RETO DE EXPLORACIÓN:

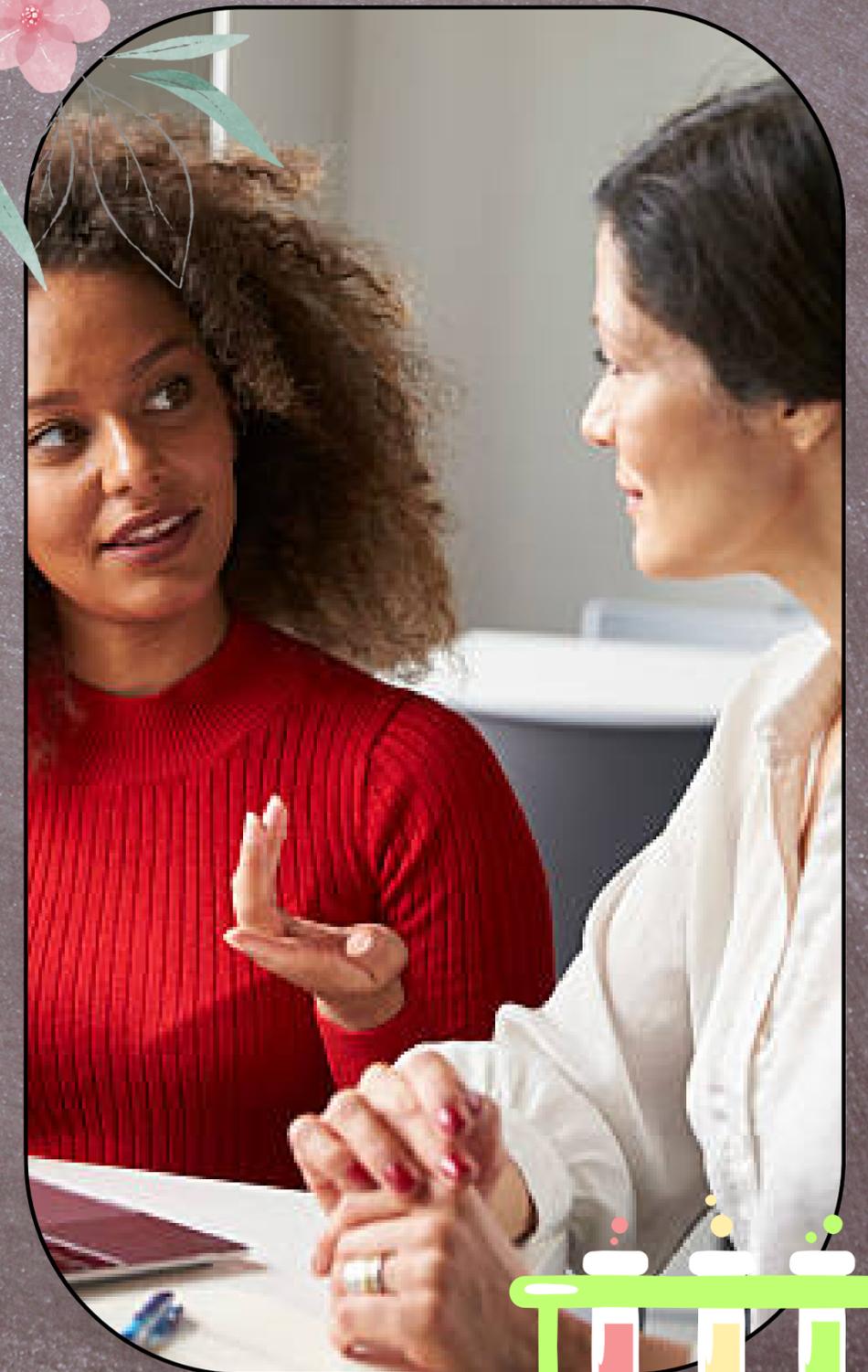


Iniciamos el juego, con los niños y niñas indicando que viajamos al pasado y somos exploradores, y vamos a buscar nuevos amigos, entre esos amigos está involucrada la mamá de cada uno de ellos cuando era niña, así que les entregamos un papel forma de pergamino, este pergamino se convertirá en un código secreto de validación de las emociones que viene del futuro. Cada uno de los niños y las debe escribir una carta a su nueva amiga, que en este caso será su mamá cuando era niña, esta carta debe indicar como se llaman las emociones y en qué circunstancias o situaciones se podrían presentar, y cómo ellos consideran que se debe actuar en ese momento.

En este reto, deseamos que los niños y las niñas, puedan conocer, identificar y reconocer las emociones, estas nos darán la pauta para saber cómo se sienten ellos en circunstancias incómodas, en cuales sus madres no pueden gestionar sus emociones, por falta de conocimiento de las mismas.

TIENDA MÁGICA

Se realizará una reunión específicamente con mama, poder entregar el pergamino o código secreto de validación de emociones, para poder ayudar a las madres de familia a conocer, reconocer, validar y gestionar en base a las situaciones que sus hijos o hijas hayan estado, de tal forma que, si las circunstancias o las situaciones son poco sostenibles, se les sugeriría tomar citas terapéuticas con un especialista para lograr que pueden gestionar y de paso a la regulación de las mismas.





Nivel Fuego

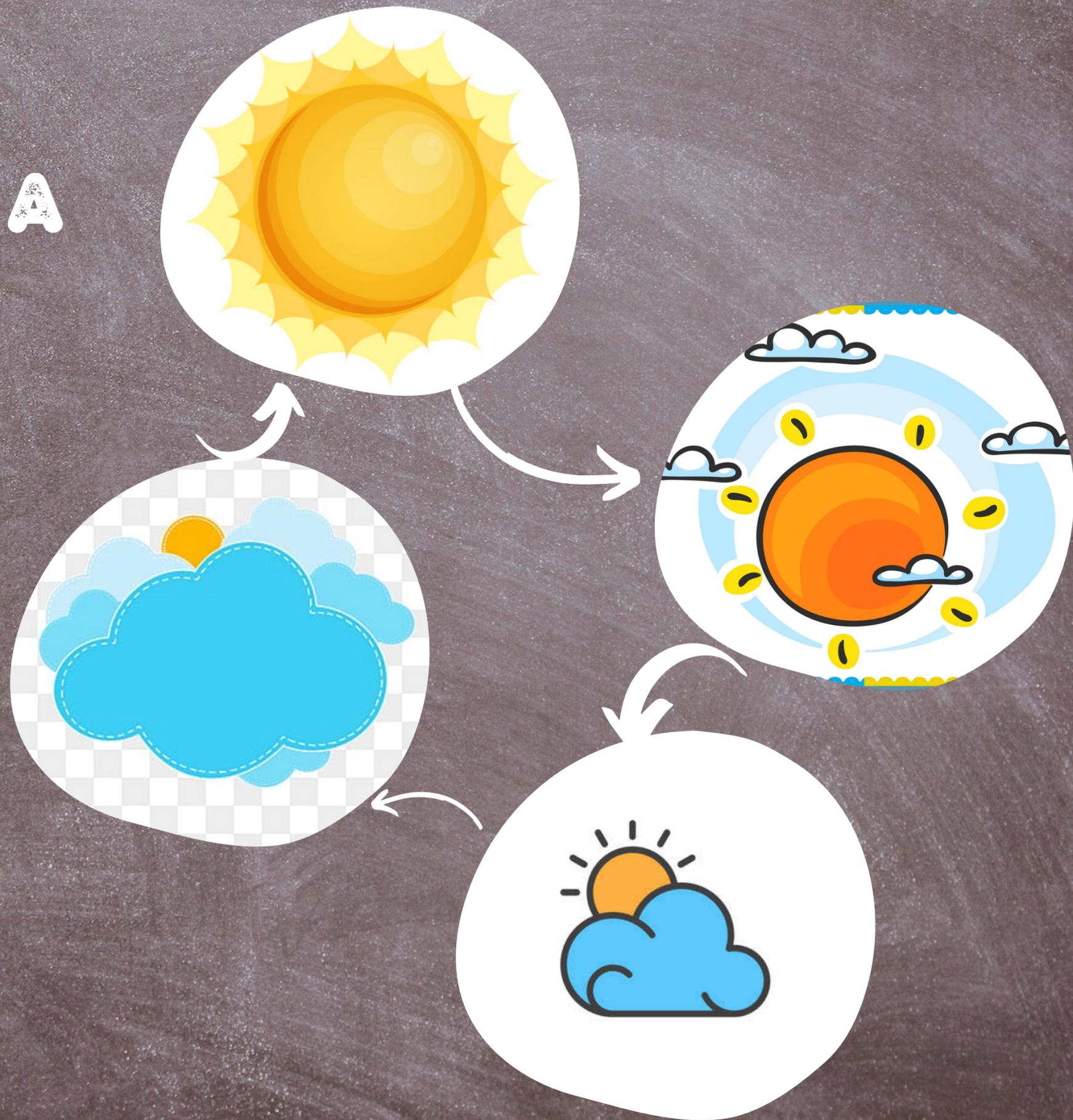
OBJETIVO

En objetivo principal, en este nivel es que los niños y las niñas, reconozcan y validen las emociones de papa, proporcionando información valiosa acerca de la importancia de identificar las emociones, dejando de lado el género y el sexo al que pertenecen los seres humanos, además se les brindara información del que desempeñan las normas y reglas con la importancia del saber decir no y respetar las decisiones de los otros.



ACTIVIDAD PREVIA A LOS RETOS:

Se relata una historia en pictogramas acerca del sol, se les indica a los niños y niñas que hay ocasiones en las que el sol brilla con intensidad, puede ocultarse y también puede estar parcialmente nublado, pero siempre está el cielo para guiar el camino y brindarnos calor. Posterior a esto, se hace referencia a los niños y niñas que el sol puede ser como papá o la imagen paterna que ellos puedan tener en sus vidas.



RETO DE COMPROBACIÓN:

Se solicita a los niños y niñas que en una cartulina negra A4, dibujen a papá o a la figura paterna con una tiza blanca, y del centro del dibujo dibujen de adentro hacia afuera colores con pasteles de acuerdo a las emociones que hemos aprendido durante este proceso, de tal forma que cada uno de ellos pueda identificar y reconocer las emociones que papá o la figura paterna lleva con él.

El objetivo en este reto es comprobar que los niños y las niñas, puedan identificar cada una de las emociones aprendidas durante este proceso, logrando reconocer en la vida y la imagen paterna.



→ 13

→ 13 A

FILM NEGATIVE



→ 14

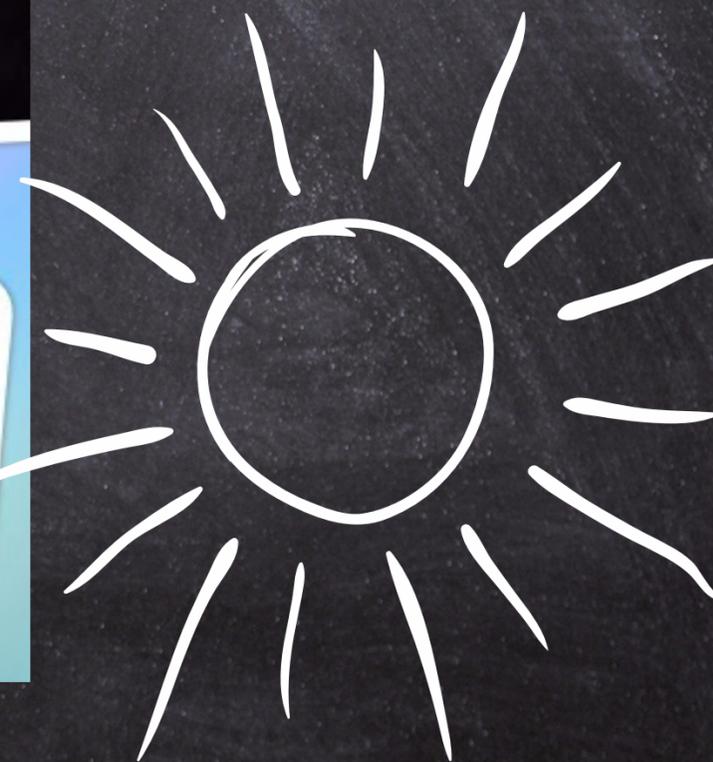
→ 14 A

FILM NEGATIVE

FILM NEGATIVE

RETO DE VALIDACIÓN:

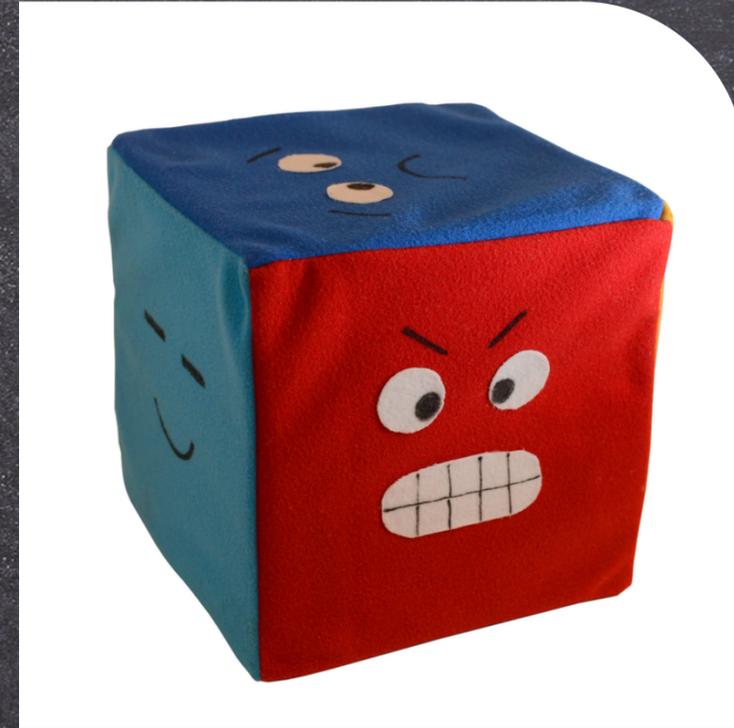
Se entrega a los niños y niñas plastilinas moldeables de diferentes colores, para que puedan modelar a papá o la imagen paterna, con los colores que ellos consideran que tiene las emociones que papá o la figura paterna siente. Con este, se logrará validar las emociones en otros, en especial en papá, ya que, en nuestra sociedad, se invalida mucho las necesidades emocionales y las emociones que los padres puedan sentir por el hecho de ser hombres y también porque, nos han hecho creer que papá siempre debe ser fuerte y está bien sobre cualquier cosa.

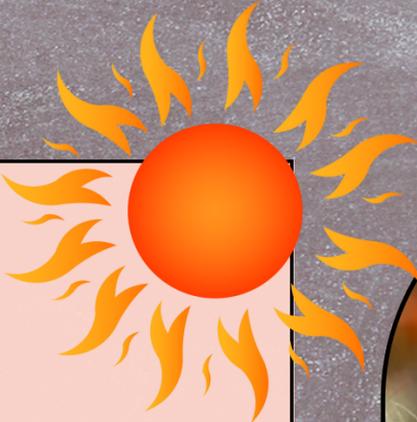


RETO DE EXPLORACIÓN:

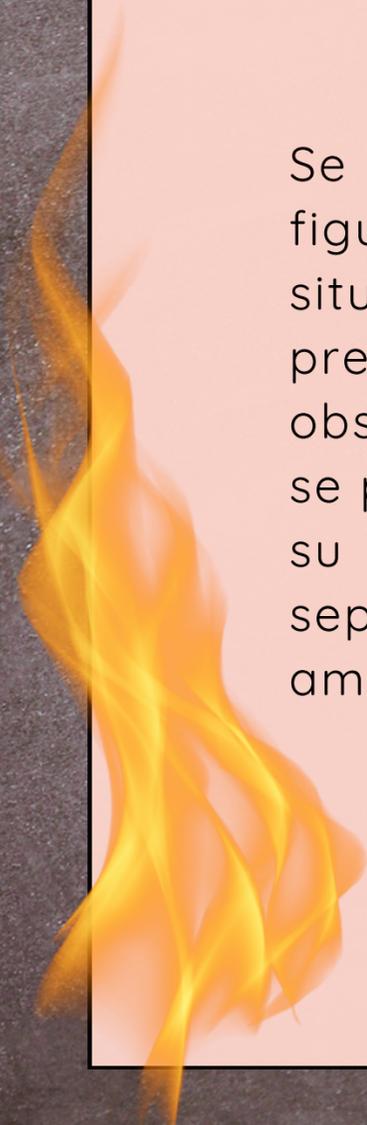
Se jugará con un dado, el cual indicará en cada lado una emoción distinta. Al momento que caiga en alguna de las emociones, cada uno de los niños y las niñas podrán contar en qué situación o circunstancia vieron, o presenciaron a su papá o figura paterna actuar o sentir esa emoción.

Este reto permitirá identificar las circunstancias o situaciones que se deben trabajar o reforzar en casa para mejorar el vínculo paterno.





TIENDA MÁGICA:



Se solicitará una reunión con el padre de familia o la figura paterna, para poder conversar acerca de las situaciones y momentos en los que el niño o la niña ha presenciado y se ha sentido incómodo, o puede haber observado que su papá se ha sentido incómodo. También se podrá identificar el tiempo de calidad que comparte con su hijo o hija, y en caso de que sean divorciados o separados. Se puede sugerir tiempos específicos para que ambos compartan de tiempo de calidad.

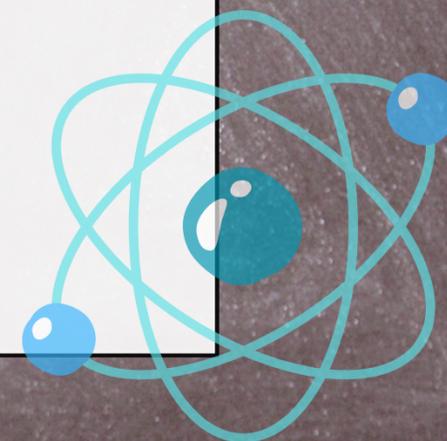




Nivel Aire

OBJETIVO

El objetivo de este nivel es aprender a identificar las emociones en los otros niños y niñas, trabajando el respeto, empatía y tolerancia a la otredad. Además de fortalecer las habilidades socio-afectivas dentro del aula entre pares.



ACTIVIDAD PREVIA A LOS RETOS:

Se realizará una actividad grupal, al salir al patio o algún lugar abierto, se solicita a los niños y niñas que se unan en pares, a uno de los niños o las niñas se le venda los ojos, y otro debe guiar sosteniendo su mano una vez que inicie el juego. El niño o la niña que guía al otro niño o niña, debe sostener su brazo o su mano y hablar lo más claro posible para que el niño o la niña que está con los ojos vendados no se caiga y pueda caminar lo mejor posible. y después de realizar el juego forma viceversa. Después se realiza una retroalimentación entre todos los niños preguntando cómo se sintieron, y haciendo referencia a cómo el otro niño o la otra niña se podrían haber sentido en ese proceso.

El objetivo de este juego es que cada uno de los niños identifique como el otro o la otra niña se puede sentir al estar con los ojos vendados, y la importancia de aprender a confiar y sentirse sostenido en el otro.



RETO DE EXPLORACIÓN:

Se jugará dentro del aula en la que son pescadores, se harán grupos de varios niños dependiendo el número de niños y niñas que hayan dentro de la clase. En varias piscinas pequeñas se colocará agua, y en ellas algunos peces fomix relacionados al color de las emociones que han aprendido previamente. Cada niño o niña debe tener el número completo de peces de acuerdo al color que se ha relacionado a las emociones. Una vez que tengan todos los peces juntos deben ubicar en una cartulina blanca A3 pegar con goma y escribir abajo en qué situación con sus amigos o amigas he sentido la emoción y que le ha hecho sentir así.

El objetivo con este reto, es que cada niño o niña pueda identificar las emociones en situaciones de su entorno con sus amigos o con las otras personas, y a la vez reconocer cómo ha actuado.



RETO DE VALIDACIÓN:

Jugaremos a que somos artistas, y debemos colocar una obra de arte en nuestra aula de clase, así que todos los niños y las niñas crearán sus propias obras de artes acerca de normas o reglas que podemos tener en el aula de clase, cuando sentimos cada una de nuestras emociones. Cada uno de los niños dibujara con crayones cómo será su forma de actuar con sus amigos cuando sienta cada una de las emociones, una vez que cada uno tenga su dibujo, se pegara en forma de collage para colocar en la pared a la vista de todo, creando un recordatorio de cómo actuar con cada uno de sus amigos o amigas, en diferentes situaciones, y cada uno espolvorea polvos mágicas dorados y plateados (con escarcha) para que se queden pegados y se puedan cumplir las normas y reglas planteadas en conjunto.

Con este reto se fomentará el respeto entre pares, y aprender a decir cuando es necesario y nos molesta, a la vez también se afianzará la validación de las emociones en cada uno de ellos y en los demás.

Finalmente se brindará algunas estrategias socioemocionales y socioafectivas para una mejor convivencia dentro del aula, a través del trabajo de trabajo de autorregulación emocional.

→ 13

→ 13 A



FILM NEGATIVE

→ 14

→ 14 A



FILM NEGATIVE

FILM NEGATIVE

RETO DE COMPROBACIÓN:

Se juega con los niños el juego denominado caras y gestos, en el cual ellos deben actuar de acuerdo al pictograma correspondiente para que sus amigos y amigas adivinen y contesten. En cada pictograma se encontrará una emoción y una situación con sus amigos dentro y fuera del aula de clase, en la cual ellos actuaran para que los demás puedan identificar y reconocer o dar oposiciones de cómo se podría actuar y las herramientas que se podrían manejar.

Este reto permitirá validar como cada niño actúa y podrá enseñar el respeto y tolerancia entre pares, ya que al ver como cada uno reacciona, actúa o explica, da la pauta para identificar si los niños y niñas están aprendiendo a reconocer, identificar, validar y regular poco a poco cada de las emociones aprendidas en este proceso.



TIENDA MÁGICA:

Se realizará un taller para padres de familia de todos los niños, en cual se enfocara la importancia del conocimiento, reconocimiento, valoración y el inicio de la regulación emocional en el hogar de cada uno de los niños, para lo cual se realizarán actividades para la intervención de cada una de las emociones. Además de fomentar el apoyo del sostenimiento del proceso que se ha ido trabajando durante este tiempo.



Nivel Éter

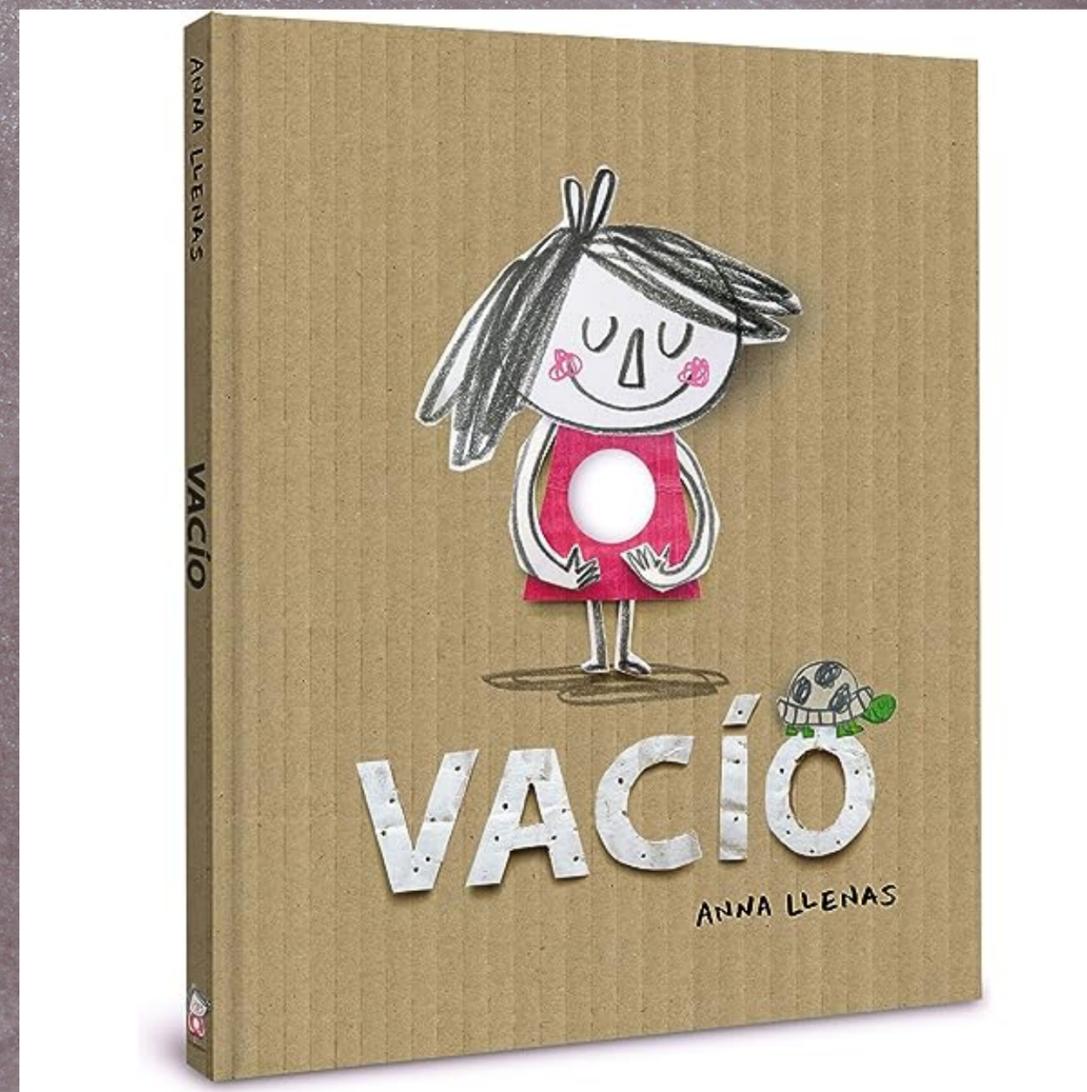


OBJETIVO

En este nivel se trabajará el reconocimiento, la validación y el aprendizaje de la regulación de las emociones a través de diferentes estrategias, para lograr que cada uno de los niños y las niñas logren el reconocimiento de sí mismos, trabajando y fortaleciendo la autoestima, el autoconcepto, la autovalidación de las emociones y la percepción de las mismas.

ACTIVIDAD PREVIA A LOS RETOS:

Cuento “Vacío”, escrito por Anna Llenas. A través de este cuento se trabajará con los niños y las niñas la importancia del amor propio, la aceptación y la autoestima. Además, de afianzar la importancia de la validación de las emociones en cada uno de los momentos que se han presentado o se van a presentar. De tal forma que, cada uno de ellos puedan lograr entender que aun, cuando pasemos por situaciones dolorosas, tristes, molestas o felices, siempre seguirán siendo su ser esencial, que les permitirá trascender.



RETO DE VALIDACIÓN:

Se jugará con los niños a que se convierten en magos, y se crearán pócimas en frascos de vidrio para que cada vez que sienta alguna emoción y necesiten ayuda para regular, se colocará una pequeña cantidad en su frasco esencial para que puedan sentirse mejor.

Se colocarán un papel escrito con la actividad alternativa de regulación emocional emplasticado, en cada uno de los frascos, dentro de cada uno se pondrá agua, escarcha y brillos o estrellas, de tal forma que al moverlos se genere un frasco de la calma.

Actividades alternativas:

- Escuchar una canción
- Pensar en otra cosa
- Hacer respiraciones profundas
- Hablar de lo que me preocupa
- Tratar de relajarme
- Dibujar un arcoíris con acuarelas y dar el nombre del color a cada uno
- Colorear mándalas
- Bailar la canción que más te gusta.
-

El objetivo de este reto es lograr que cada uno de los niños y niñas aprendan a regular sus emociones con pequeñas actividades alternativas en momentos de mucha molestia. Además, de aceptarse y amarse con cada una de sus emociones



→ 13

→ 13 A

FILM NEGATIVE

FILM NEGATIVE



→ 14

FILM NEGATIVE

RETO DE COMPROBACIÓN:



Cada uno de los niños se dibujará en un frasco de vidrio con color negro y después pintara con pinturas acrílicas, haciendo referencia que ese frasco es su ser esencial. En una hoja de color blanco se solicitar que cada uno de niños y las niñas escriban, palabras de adjetivos positivos y negativos de cada uno, se emplasticaran y se ubicaran dentro del frasco en conjunto de agua, y escarcha dorada y plateada. De tal forma que al mover la botella puedan visualizar lo que son en cada uno de ellos en su ser esencial.

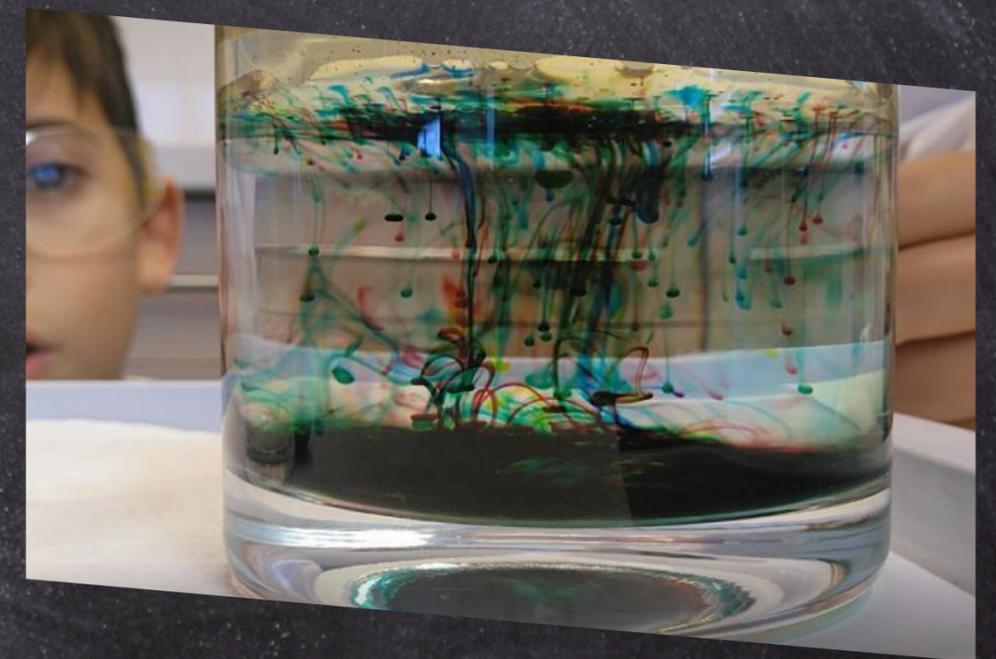
En esta botella se colocará con un gotero, una gota de cada una de las actividades alternativas cuando cada uno de los niños y las niñas necesiten ayuda para regular sus emociones.

Con este reto, los niños podrán entender que todos somos diferentes en nuestro ser esencial y con todas nuestras virtudes y defectos, podemos amarnos y aceptarnos tal cual somos, y en momentos cuando necesitamos ayuda al pasar por alguna situación que nos incomode podemos solicitar ayuda y está bien hacerlo.

RETO DE EXPLORACIÓN:

Se jugará a que los niños y las niñas se conviertan en científicos, por lo que deben realizar algunos experimentos para sacar la mejor versión de cada uno, y crearán el mejor ser esencial de cada, para esto se usará colorante vegetal de varios colores, aceite y agua. Se mezcla el aceite con los colores del colorante vegetal de acuerdo a cada emoción, se hará referencia que el aceite es el ser esencial y único de cada uno de los niños y las niñas, después se colocara agua en un vaso de vidrio transparente, y se verterá el aceite el agua y se coloca música instrumental para cada uno de los niños puedan observar cómo cada color va cayendo sobre el agua, como una lluvia de colores dentro del vaso. Una vez realizado el experimento que se les da la retroalimentación de la importancia ser cada uno el que es, amándose y aceptándose como es, con sus emociones y sus talentos, y explicando que desde ese momento existirán momentos en los que sentirán las emociones se juntan y les invaden como sucedió en el experimento, pero ahora conocen y han aprendido varias estrategias, herramientas y trucos para que puedan conocer, reconocer, validar y regular sus emociones.

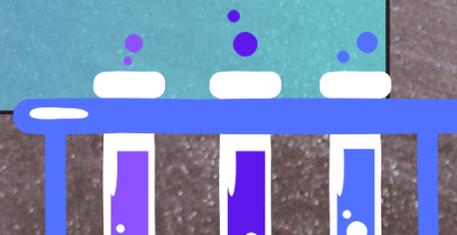
Finalmente, con este reto, se podrá evaluar si los niños conocen, reconocen, validan y regulan sus emociones después de este proceso de los 5 niveles. Además, se podrá evidenciar las fortalezas y debilidades que se presentaron en el proceso y qué niveles, se requiere reforzar o volver a trabajar.

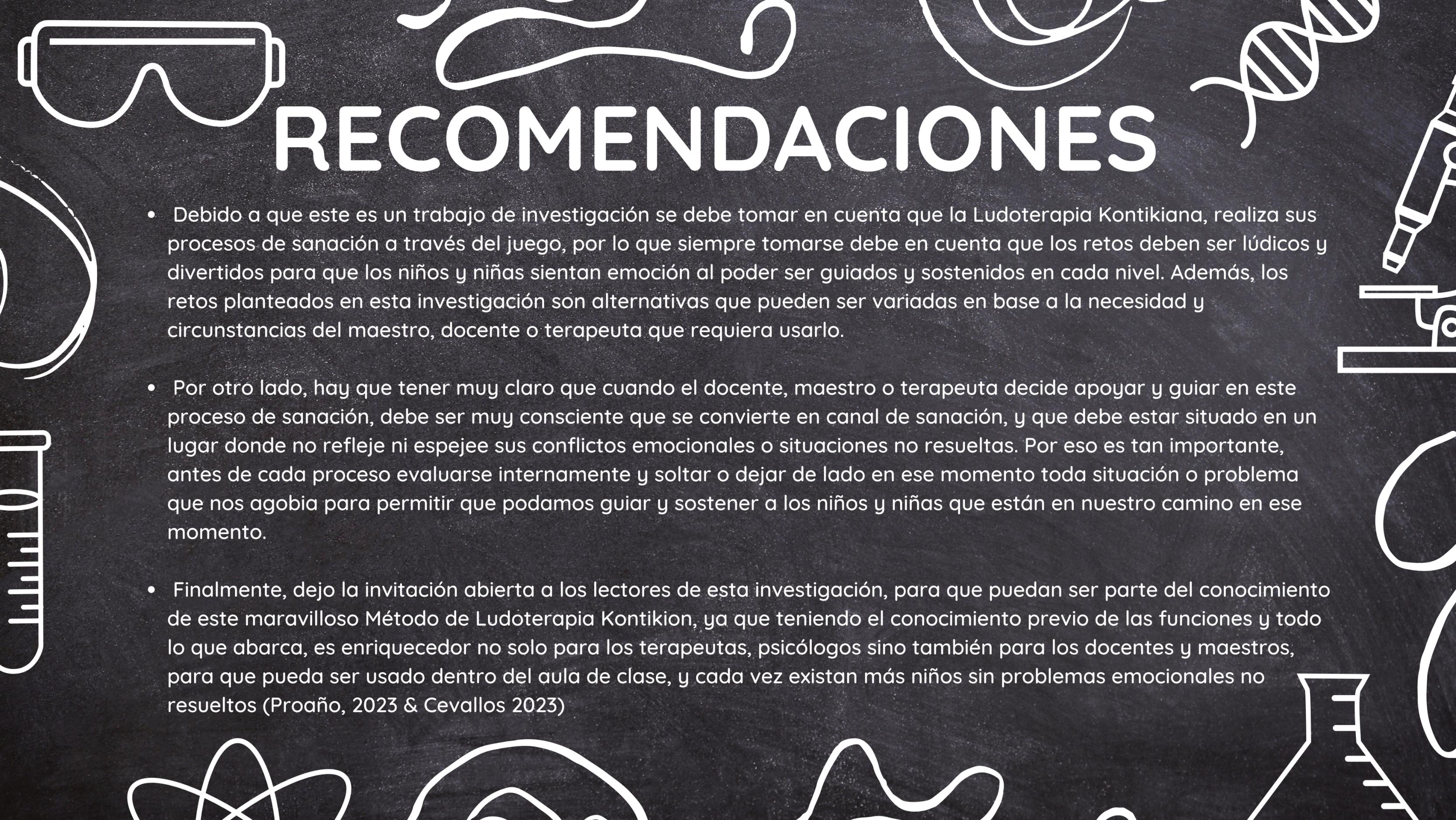


TIENDA MÁGICA

Se realizará un taller entre padres, madres de familia o figuras maternas o paternas e hijos, en este taller en conjunto. Se realizará un reto de validación en conjunto, con cada uno de los miembros de la familia. Se entregará a fomix moldeable de diferentes colores, para que cada uno pueda crear un arcoíris de colores de acuerdo a las emociones aprendidas durante este proceso, una vez realizada la actividad, se les retroalimenta y recordará que el arcoíris en el cielo sale después de haber pasado lluvia en conjunto con el sol, de tal forma que haya relación a la vida de cada uno de los seres humanos ahí presentes, donde se les explica que uno es un ser auténtico y único, y lleva consigo emociones que deben ser reconocida, validadas y poco a poco reguladas para que día a día puedan disfrutar mejor la vida.

Finalmente se realizará una graduación con una ceremonia simbólica para los niños y las niñas, entregando sus diplomados de super héroes de las emociones, se les colocará una capa, se les entregará sus super-pócimas para el apoyo de la regulación de las emociones y sus arcoíris.





RECOMENDACIONES

- Debido a que este es un trabajo de investigación se debe tomar en cuenta que la Ludoterapia Kontikiana, realiza sus procesos de sanación a través del juego, por lo que siempre tomarse debe en cuenta que los retos deben ser lúdicos y divertidos para que los niños y niñas sientan emoción al poder ser guiados y sostenidos en cada nivel. Además, los retos planteados en esta investigación son alternativas que pueden ser variadas en base a la necesidad y circunstancias del maestro, docente o terapeuta que requiera usarlo.
- Por otro lado, hay que tener muy claro que cuando el docente, maestro o terapeuta decide apoyar y guiar en este proceso de sanación, debe ser muy consciente que se convierte en canal de sanación, y que debe estar situado en un lugar donde no refleje ni espejee sus conflictos emocionales o situaciones no resueltas. Por eso es tan importante, antes de cada proceso evaluarse internamente y soltar o dejar de lado en ese momento toda situación o problema que nos agobia para permitir que podamos guiar y sostener a los niños y niñas que están en nuestro camino en ese momento.
- Finalmente, dejo la invitación abierta a los lectores de esta investigación, para que puedan ser parte del conocimiento de este maravilloso Método de Ludoterapia Kontikion, ya que teniendo el conocimiento previo de las funciones y todo lo que abarca, es enriquecedor no solo para los terapeutas, psicólogos sino también para los docentes y maestros, para que pueda ser usado dentro del aula de clase, y cada vez existan más niños sin problemas emocionales no resueltos (Proaño, 2023 & Cevallos 2023)

**¡MUCHAS
GRACIAS!**

