

EMOCREA EN CASA (ACTIVIDAD 3.5)

TÍTULO: “Hagas lo que hagas, hazlo diferente en casa”

AUTORÍA:

Nikolay Dimchev Edrov, a partir de la elaboración de Javier Delgado Ortega adaptada para su aplicación en el ámbito familiar por **Claudia Sierra González**.

CURSO:

Esta actividad está diseñada para ser desarrollada con alumnado de **2º de Primaria**, pero puede realizarse con niños y niñas que estén entre los 6 y 12 años.

¿QUÉ ES LO QUE SE PRETENDE CON ESTA ACTIVIDAD?:

Con esta actividad, se pretende desarrollar el autoconocimiento emocional, es decir, que cada uno conozca y comprenda sus propias emociones. Para ello, mediante esta actividad se pondrá a prueba la capacidad de interpretar nuestras emociones tratando de entender la relación que existe entre lo que sentimos y las causas (situación que provoca esas emociones) y consecuencias que provocan en uno mismo y en los demás.

Para ello es importante saber identificar tanto sus emociones como la de los demás y saber cómo comunicarlas.

TEMPORALIDAD: 45 – 50 minutos.

REQUERIMIENTOS MATERIALES Y ESPACIALES:

- **Materiales:** el texto que se adjunta al final de la actividad (anexo). Este texto se podría sustituir por una experiencia o anécdota familiar.
- **Espaciales:** cualquier lugar de la casa que sea confortable y tranquilo.

DESCRIPCIÓN DETALLADA DE LA ACTIVIDAD:

Primera parte:

Antes de empezar con la actividad se podría poner música de fondo para crear un clima acogedor y agradable. Con la música de fondo podemos empezar respondiendo libremente a algunas preguntas *“¿Qué tal nos sentimos hoy?”*, a través de esta intervención, se sentirán más cómodos y se animarán a hablar sobre su estado de ánimo y también a compartir sus sentimientos.

Para empezar la persona que guía la actividad (padre/madre) leerá el cuento recogido al final de la actividad y que trata de un niño al que le van ocurriendo determinadas situaciones marcadas por su estado emocional. Tenemos que aclarar que este cuento no tiene final y en este punto es donde se encuentra el objetivo principal de la actividad.

Segunda parte:

Para esta la segunda parte de la actividad, deben dividirse por grupos (esto va a depender del número de miembros de la familia) no importa cómo se organicen, lo más importante es que hay que formar parejas o pequeños grupos para hacer más divertida y dinámica la actividad.

Una vez leído el cuento, cada grupo (en caso de que haya varios) tendrá que inventar un final para la historia que han escuchado. Una vez que hayan inventado su final cada pareja o pequeño grupo representará ese final en una breve escenificación. Para ello solo podrán utilizar la expresión corporal, mediante los movimientos y expresiones corporales interpretarán la escena y las emociones que suceden en la misma.

Mientras cada grupo hace su representación, el resto de la familia tendrá que adivinar qué ha pasado y qué emoción han interpretado durante la actuación. Tras cada interpretación la persona que guía la actividad hará preguntas como: *“¿Qué emoción creen que estaba expresando este personaje?”*, *“¿En qué se notaba que sentía precisamente esa emoción?”*, *“¿Cuál creen que podría ser la causa de eso que está sintiendo?”*, *“¿Cuáles fueron las consecuencias de lo que sintió ese personaje?”*...

Al final de la actividad, el padre/madre hará algunas preguntas como: *“¿Cómo nos hemos sentido durante la actividad?”*, *“¿Alguien se ha sentido identificado/a con el protagonista?”*, *“¿Con cuál de las emociones que hemos*

expresado corporalmente te sientes más identificado/a? ¿Por qué?”, “¿Qué emoción o emociones sentimos una vez hecha la actividad?”.

PAUTAS DE INTERACCIÓN DOCENTE:

Son comportamientos y/o expresiones, que realiza el adulto que está dirigiendo la actividad, con las que se ofrece un modelo para relacionarse de forma adecuada con las emociones y que refuerzan, a través de la interacción con el/la niño/a, el aprendizaje de las competencias emocionales que se trabajan en la actividad.

- **Ayudar a expresar** → consiste en crear un buen clima para que todos los miembros de la familia expresen sus emociones libremente. Para ello usaremos expresiones como: *“A todos nos cuesta expresar lo que sentimos, pero compartirlo nos hace sentir aliviados”, “Estamos en un lugar seguro donde sabemos que nadie se va a burlar de lo que sentimos” ...*
- **Ayudar a comprender** → a través de esta pauta les ayudamos averiguar y entender las causas y consecuencias que experimenta cada uno en relación con sus emociones. *“Es importante que, cuando representemos la situación, quede claro lo que provocó esa emoción y qué consecuencias tuvo” “¿cuál crees que fue la causa de eso que sintió Brahma? ¿qué sucedió después de que el protagonista sintiese esa emoción”.*

OBSERVACIONES:

- **Texto para la actividad:**

Brahma era un niño muy juguetón. Vivía con su padre y sus tres hermanos en la octava casa azul de la calle Internet 2.0. Él iba caminando todos los días a la escuela junto con su fiel amigo Andrés. Eran inseparables. De camino a la escuela hacían travesuras. Un día observaron que un puñado de niños les estaba siguiendo por una calle en la que únicamente había una casa. Astutamente, se les ocurrió tocar el timbre de esa casa y salir corriendo. De

este modo consiguieron librarse de esos niños sospechosos, ya que la dueña de la casa salió en el acto y no paraba de reprenderles.

En la escuela continuaban sus travesuras. Siempre que podían molestaban a un compañero, tirándole de la oreja o pellizcándole.

Un día el profesor les observó mientras estaban haciendo de la suyas, por lo que decidió llamar a sus padres. Michael (el padre de Brahma) y los padres de Andrés asistieron esa misma tarde al colegio. Sorprendidos y dolidos, decidieron que lo mejor era separarlos. La familia de Andrés decidió irse a vivir al otro lado de la ciudad esa misma semana, ya que no podían permitir seguir apoyando esa clase de amistad.

Brahma estaba muy triste, prometía no volver a portarse mal si la familia de su fiel amigo volvía. Esto nunca sucedió. Pasaban las semanas y seguía echando de menos a Andrés. No quería ver a nadie y lloraba en momentos de soledad. La tristeza que sentía era enorme, pero poco a poco esa tristeza empezó a convertirse en ira. Cada día Brahma se portaba peor en la escuela y en su casa. No obedecía, y las bromas y travesuras eran cada vez peores. No había forma de hacerlo entrar en razón para mejorar su comportamiento.

Su padre, su profesor y sus hermanos lo habían intentado todo. Incluso acompañaron a Brahma al psicólogo del colegio, pero nada surtía efecto.

Un día, mientras Brahma se negaba a comerse las lentejas que le había hecho su padre, sonó el timbre. Todos, incluso Rommy (el bulldog que tenía como mascota), se sorprendieron, pues la familia al completo estaba en casa. Mark, el hermano mayor, extrañado, fue a abrir la puerta. Cuando lo hizo, solo se escucharon gritos y llantos. Al segundo bajaron todos hacía la puerta y se abrazaron a una persona que Brahma, por ser el más pequeño, no pudo ver. Cuando se separaron, Brahma se quedó inmóvil, no se lo podía creer: su madre había vuelto...