

EMOCREA EN CASA (ACTIVIDAD 5.11)

TÍTULO: Medallas del respeto en casa.

AUTORÍA:

M^a Cristina Pacheco Hernández, a partir de la elaboración de **Jara Esther Rodríguez Pérez** y adaptada para su aplicación en el ámbito familiar por **Ithaisa Díaz Aranda**.

CURSO:

4º de Primaria, aunque si se quisiera trabajar con alumnado más pequeño, bastaría con adaptar las afirmaciones y realizar preguntas más sencillas. Por el contrario, si trabajamos con escolares mayores pondríamos más afirmaciones y más preguntas sobre las que reflexionar.

¿QUÉ ES LO QUE SE PRETENDE CON ESTA ACTIVIDAD?

Con esta actividad se pretende promover el compromiso de los niños/as en el cumplimiento de las normas de convivencia familiar. También trabajaremos la capacidad para responsabilizarse de sus propias emociones sobre todo en sus relaciones con los demás y en las circunstancias en las que se incumplan las normas establecidas.

TEMPORALIDAD:

La duración será aproximadamente de 45-50 minutos.

REQUERIMIENTOS MATERIALES Y ESPACIALES:

- **Materiales:**

Debemos usar nuestra creatividad escogiendo materiales reciclados (hojas, cartulinas, rollo de papel de cocina), es decir, cualquier material que nos permita dibujar. Estos materiales los usaremos para construir tres tipos de medallas (una con una carita sonriente, una con carita triste y una con una carita enfadada) que se otorgarán a cada miembro de la familia en función de su comportamiento usual en relación al cumplimiento de las normas.

- **Espaciales**

Es recomendable que encontremos un lugar de nuestra casa donde el niño/a se sienta cómodo y dónde podamos hablar sin interrupciones.

DESCRIPCIÓN DETALLADA DE LA ACTIVIDAD

En primer lugar, vamos a llevar a cabo un pequeño diálogo sobre el respeto, guiado por una serie de afirmaciones relativas a normas de convivencia familiar:

- Cuando hablamos en grupo esperamos a que terminen y luego hablamos nosotros. No interrumpimos a los demás
- Tratamos con cariño a nuestra familia. No nos insultamos.
- Respetamos a los otros. No nos reímos de ellos.
- Nos ayudamos si lo necesitamos.
- Agradecemos lo bueno que hacen por nosotros.

Ante estas afirmaciones debemos dejar que el/la niño/a se exprese compartiendo si quisiera añadir alguna más. Estas deben ser escritas en un papel para que no nos olvidemos. Cuando ya hayamos terminado ese pequeño diálogo hablaremos sobre lo que debemos hacer en la actividad:

1º Debemos pensar en cada uno de los miembros de nuestra familia (que quieran participar y que convivan con nosotros) sobre si suelen cumplir las afirmaciones que anteriormente se han dicho.

2º Cada persona cogerá las medallas (creadas por nosotros mismos) en función de los participantes. En las mismas tendremos:

- Medalla con carita sonriente si se cumple siempre las afirmaciones dadas antes.
- Medalla con carita triste si solo se cumple a veces.
- Medalla con carita enfadada si no se cumple nunca.


Es decir, si queremos participar 2 personas, cada una de ellas debe tener tantas medallas de cada uno de los tipos como afirmaciones se hayan propuesto.

3º Dejamos, al menos, 5-10 minutos para que cada persona piense en los comportamientos de los demás.

4º Le damos a cada persona sus medallas. Para su asignación hay que seguir una serie de condiciones que debemos cumplir para que la dinámica funcione:

- No podemos darnos una medalla a nosotros mismos.
- Cuando se la demos a las otras personas debemos explicarle por qué le damos esa medalla.
- Se dará a cada afirmación una medalla.

Para facilitar la tarea de la entrega de medallas se puede crear un cartel que recoja las afirmaciones y los nombres de cada persona donde se pondrán las distintas medallas. Por ejemplo:

Afirmaciones	Nombre	Nombre
No interrumpimos a los demás.		
No insultamos.		
No nos reímos.		
Nos ayudamos.		
Tenemos en cuenta lo que hacen por nosotros.		

(El objetivo de esta actividad sería que cada persona de la casa sepa qué es lo que está haciendo bien y qué debe mejorar para conseguir una convivencia más adecuada. Cuando veamos actitudes de respeto normativo debemos decirlas, para ayudar al escolar a valorarse. En las que sean inapropiadas, debemos proponerles alternativas a través de las que puedan mejorar el respeto).

Este cartel puede colgarse en algún lugar en común para que cuando haya pasado un tiempo tengamos la posibilidad de cambiar las medallas si consideramos que se ha mejorado en esos aspectos.

Cuando hayamos entregado todas las medallas se hará un pequeño debate que sirva a modo de conclusión mediante preguntas como:

- ¿Por qué crees que hemos realizado esta actividad?
- ¿Por qué en algunas afirmaciones tenemos una carita sonriente mientras que en otras unas caritas tristes o enfadadas?
- ¿Es importante respetar a los demás? ¿Por qué crees eso?
- En caso de que recibiera alguna medalla con carita triste o enfadada... ¿Cómo te has sentido?
- ¿Qué podemos hacer para mejorar la convivencia?

(En esta última parte, tratamos de que el/la niño/a reflexione sobre lo que se ha trabajado para que podamos sacar algún aprendizaje de este y que el mismo se dé cuenta de lo que ha sentido mientras le daban las medallas).

PAUTAS DE INTERACCIÓN EDUCATIVA:

Durante el desarrollo de la actividad podremos utilizar una serie de pautas. 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:** durante la actividad se lleva a cabo porque le estamos dejando un espacio para que el/la niño/a pueda expresarse y reflexionar a través de preguntas como: *“¿Es importante respetar a los demás? ¿Qué es lo que sientes cuando cumples una norma? ¿Y cuándo las incumples?”*. Es necesario generar un ambiente en el que se sientan libres y seguros para expresar su opinión.
- **Validar:** se trata de ayudarlos a que valoren y acepten sus experiencias emocionales diciéndoles que tienen derecho a sentirse así. No debemos desanimarlos diciéndoles que lo que están diciendo no es correcto. Podemos ayudarlos a esto cuando termine el reparto de medallas diciéndoles: *“Es normal que te sientas mal si te hemos dado una medalla que no tenga una carita sonriente. Solo queremos que mejores algunas cosas, pero juntos, vamos a conseguirlo, no te preocupes”* *“Tienes derecho a sentirte enfadado o triste por lo que estamos hablando, yo también me siento igual que tú”*.

Se puede ayudar un poco más si, mientras les decimos esto, le ponemos una mano en el hombro y nos mostramos cercanos, dispuestos a escucharle.

OBSERVACIONES:

Es importante que no piensen que están siendo juzgados y que las medallas son un “castigo” por su comportamiento. Por ello, debemos darles la confianza para que puedan expresarse libremente sin cortar sus aportaciones para corregirlos.

Aunque esta sesión no durará más de 45-50 minutos, sería bueno que el/la niño/a no se encuentre muy cansado y sobre todo, que no lo vea como una obligación. Por ello, podemos escoger momentos por la mañana, en la merienda... o lo que cada familia considere más oportuno.

También, si solo podemos realizarlo en un momento el que el/la niño/a se encuentra un poco alborotado podemos llevar a cabo pequeñas relajaciones que podemos usar en nuestro día a día y que nos unen un poco más. En el siguiente enlace se ofrece un ejemplo muy sencillo por si hiciera falta: <https://www.youtube.com/watch?v=n3BSZrpHZwo>.

Cada familia es libre de elegir si quieren realizar un cartel, un mural o realizar algo más creativo, al igual que el uso de materiales. Estamos tratando de que cada niño/a se conozca a sí mismo, es decir, que puedan acceder a las emociones que experimentan y saber qué es lo que están sintiendo tanto para regularlas como para asumir las responsabilidades que se derivan de su conducta.