

Universidad de Ciencias Y ARTES DE CHIAPAS

FACULTAD DE ARTES

LICENCIATURA EN ARTES VISUALES

ELABORACIÓN DE TEXTO

**Propuesta didáctica para el crecimiento
emocional en niños de Tuxtla Gutiérrez a
partir del manejo del barro cerámico**

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN ARTES VISUALES

PRESENTA

Tania Jovita Cruz Gonzalez

ASESORA

Claudia Adelaida Gil Corredor



Tuxtla Gutiérrez, Chiapas

2023



UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y ARTES DE CHIAPAS
SECRETARÍA GENERAL
DIRECCIÓN DE SERVICIOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE CERTIFICACIÓN ESCOLAR
AUTORIZACIÓN DE IMPRESIÓN

Tuxtla Gutiérrez, Chiapas
07 de Noviembre de 2023

C. TANIA JOVITA CRUZ GONZÁLEZ

Pasante del Programa Educativo de: LICENCIATURA EN ARTES VISUALES

Realizado el análisis y revisión correspondiente a su trabajo recepcional denominado:

Propuesta didáctica para el desarrollo emocional en niños de Tuxtla Gutiérrez a partir
del manejo del barro cerámico

En la modalidad de: Elaboración de Textos

Nos permitimos hacer de su conocimiento que esta Comisión Revisora considera que dicho documento reúne los requisitos y méritos necesarios para que proceda a la impresión correspondiente, y de esta manera se encuentre en condiciones de proceder con el trámite que le permita sustentar su Examen Profesional.

ATENTAMENTE

Revisores

Firmas:

Arq. Andrea Guadalupe Argüello Méndez

Mtra. Tania Ramos Pérez

Dra. Claudia Adelaida Gil Corredor

c. c. p. Expediente



INDICE

ELABORACIÓN DE TEXTO	1
INTRODUCCION	4
a. Planteamiento.....	4
b. Justificación.....	8
c. Objetivo general:	8
d. Objetivo específico:	9
e. Metodología.	9
CAPÍTULO I LAS EMOCIONES	10
1.1 El origen de las emociones	10
1.2 Cómo se producen las emociones en el cerebro.	13
1.3 Como vivimos las emociones	20
1.4 Agilidad emocional en la infancia.....	23
1.5 Etapas de desarrollo del niño según Piaget.....	32
Conclusión del primer capítulo	34
CAPÍTULO II SOBRE LA EDUCACION	38
2.1 Necesidad de la educación emocional infantil	38
2.2 Estrategias didácticas asociadas con el arte	42
2.3 Teorías del aprendizaje infantil en relación al arte.....	44
Conclusión	52
CAPÍTULO III AVENTURA EMOCIONAL	55
3.1 La escuela Jaime Torres Bodet de Tuxtla Gutiérrez.....	55
3.2 Propuesta didáctica con base en el barro cerámico: Taller fábrica de emociones ...	55
3.3 Resultados	72
Conclusión	117
Bibliografía	122
ANEXOS	124

INTRODUCCION

La presente investigación hace referencia al niño y sus emociones, es un tema al cual no se le ha dado la suficiente importancia y valor, a veces se cree que el niño no puede pasar por cosas más allá de caerse de la bicicleta y muchas veces viven atormentados, con miedo, creyendo que no se puede solucionar, que nadie los puede ayudar.

Por eso mismo este proyecto tratará acerca de las emociones del niño y que junto con el arte tenga ese acercamiento y pueda reconocer lo que siente y así vivir su vida más positiva, ya que el arte tiene ese vínculo con el interior de nuestro ser. Este proyecto más que nada busca que el niño pueda tomar el arte como vehículo para tener una mejor convivencia consigo mismo y con su entorno.

Por ello indagaremos en teorías que hoy día se han ido descubriendo para que nos ayude a encontrar respuestas sobre cómo el niño se ha ido enseñando a partir del arte y así construir una relación que nos ayude a ir construyendo una propuesta artística. Esta investigación se llevará a cabo en Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, en donde se crearán talleres de iniciación a las artes, para ir desarrollando este proyecto junto con el niño.

Palabras clave: Arte, emoción, infancia, expresar, metodología, aprendizaje.

a. Planteamiento

Desde muy pequeña comencé a vivir más en mi mente, soñar por horas me hacía sentir muy bien, quería bailar y en mi mente podía hacerlo, ese fue mi primer gran sueño “ser bailarina”.

Al pasar el tiempo me desconectaba más de la realidad y de los que me rodeaban, comenzaba a alejarme más, para seguir soñando. Mis padres llegaron a creer que estaba enferma por “dormir” tanto, pero no, solo me gustaba pasar tiempo en mi mente. Llegó el punto en que se me dificultaba hablar y expresarme

con los demás por este aislamiento. Hablar es como un músculo que se debe trabajar y yo no lo hacía, cada vez se me dificultan más las cosas y el silencio se había vuelto mi compañía.

Llegué a sentirme mal, apartarse tiene sus consecuencias, más cuando están en un círculo social y lo que se busca es encajar, en ese momento no entendía cómo podía entender ese sentimiento, nadie me había hablado de ello. Hoy ya no me siento tan sola, entiendo un poco más y como surgen ciertas cosas.

Lo que he entendido es que, nosotros como personas somos quienes nos hacemos tener esos sentimientos, de que estar sola está mal, siempre me preguntaban ¿Por qué estás sola?, ¿por qué te apartas?, ¿porque eres tan callada?, no preguntaban otra cosa, nadie llegó y se sentó a mi lado para pasar un rato, todos siempre quieren respuestas, pero no entender y comprender lo que sucede. Todos parecen siempre buscar nuestras diferencias y no encontrar aquello que nos une.

Llegas a sentir desprecio hacia ti por ser diferente, cómo te sientes, como es tu cuerpo, tu forma de ser, todo lo destruyen y construyen la desconfianza en ti. Lo más triste y doloroso es cuando estos comentarios llegan a salir de las personas más cercanas que son tu familia, tus amigos y amigas, compañeros, y entiendo por qué pasa esto, es una cadena, todos hemos sido heridos de alguna u otra forma, a veces solo buscamos que sientan lo que sentimos, pero elegimos la peor manera. Tal vez sea solo miedo a que puedan ver sobre nosotros, a que somos vulnerables, a que sentimos, como si sentir fuera algo malo, y si, no nos lo permiten, no nos lo permitimos, de pequeños muchas veces nos dicen llorones, tontos, niñitas, chillonas, los niños no lloran, nos pegan como si fuera algo malo tener estas emociones.

A veces como padres uno nunca sabe lo que ocurre detrás de ellos, que es lo que pasan y sienten, creyendo que por ser niños no podrían ocurrirle cosas. Recuerdo a aquella pequeña niña que se encontraba jugando en la góndola de una camioneta, alguien llegó por detrás y tocó sus partes íntimas, era de día, al lado estaban sus padres y su hermana mayor quienes no se dieron cuenta de lo

sucedido, la pequeña desconcertada, con el corazón acelerado, no sabía qué hacer, la niña no dijo nada, le dio vergüenza y un miedo que marcaría su infancia y su vida. Ella no pudo confiar en nadie, no hubo nadie que la hiciera sentir segura, que le dijera que todo estaría bien. Solo se tenía a ella y a su pequeño espejo, en donde podía hablar consigo misma de lo que le duele y le lastima.

Siempre quise que mi hermana nunca se fijara en estas cosas que la gente decía de ella o en estándares o en miradas que perturban, buscaba que se sintiera bien consigo misma, desde pequeña le repetía que se veía bien, que tuviera confianza en sí, que no llorara sola si no en mi hombro, a pesar de todo uno nunca puede proteger a las personas que quiere, todos estamos a la deriva.

Por ello mismo, por todo esto que nos ha pasado en la infancia, que llevamos dentro con ira y dolor, me gustaría que el arte sea el hombro de muchas personas y en especial a niños, que puedan llorar ahí, gritar lo que sienten, que nadie se quede callado, que aquel que no pueda hablar, pueda expresarlo por medio del arte y que no se sienta nunca solo.

Dejemos de hablar, guardemos silencio y escuchemos, nos observemos, ver que todos somos distintos pero que todos somos humanos, que por ello nos deberíamos apreciar y permitir sentir.

Quiero contar lo que algunos niños pueden vivir, pueden guardar, lo que su pequeño corazón puede sufrir y tal vez evitar que otros vivan en el silencio y en sus mentes creando sueños, porque su realidad es a veces difícil de entender.

Hay que entender que las emociones son muy importantes, tenemos que comprenderlas, son el vehículo para entender mejor la vida. Muchos de estos niños algún día puede que sean padres, pero si nunca han llegado a comprender sus emociones, pueden que lleguen a cargar con ira, inseguridades, violencia y podría convertirse en un circuito de dolor mediante a su hijo.

Es muy importante para el niño que en sus primeros años de vida tenga un acercamiento hacia este aprendizaje de las emociones, ya que saber lo que pasa en sí, lo ayuda a ser más competente emocionalmente, a tener un mejor

desarrollo, a resolver conflictos, a tener una mejor convivencia consigo mismo. Muchas de las escuelas ignoran las emociones, debido a la gran falta de formación en estas áreas y a pesar de que el alumno tenga curiosidad sobre sus emociones, no hay ese espacio para poder reconocer lo que sienten. La educación es tan importante al igual que lo emocional.

Al igual que las emociones, el arte no es una prioridad para las escuelas en México, el arte es visto como algo decorativo, y en muchas escuelas toman esto como material de relleno, sin la importancia que se le debe de dar, todo este desinterés y valor se debe mucho a las industrias que comercializan el arte. También por ello la sociedad no la valora, muchos padres están indispuestos a que sus hijos estudien una carrera artística, menospreciando y todo por el desconocimiento del valor que tienen de las artes. El arte es fundamental en la transformación como emocional, como social, ético.

Las artes y las emociones van de la mano y nos pueden acompañar a una transformación del ser, de manera subjetiva porque el arte nos comunica emociones, el arte no es solo apreciar lo que se ve sino es un vehículo en donde las emociones del autor son transmitidas a otros. Y justamente es así como las escuelas deben tomarlo, muchas personas escriben canciones, escriben un poema o realizan una pintura para decir lo que no pueden con palabras.

Hoy en día el niño ya no juega, ya no colorea en las paredes, ya no comparte, ya no se relaciona con otros niños, por estar sentado enfrente de un celular y esto está afectando su salud mental, física y psicológica. Como maestros y padres debemos tomar en cuenta la parte emocional y enseñarlas de una manera divertida y artística a los niños, para que tengan un mejor desenvolvimiento.

Me gustaría indagar acerca de ¿cómo a partir del arte el niño pueda vivir sus emociones de manera positiva?, como también ¿Porque es importante transmitir emociones?, ¿Qué son las emociones?, ¿por qué las escuelas no tienen interés sobre las artes?, ¿Por qué el arte no se le da importancia? ¿Cómo influenciar el arte en padres y maestros?, ¿Por qué no se tienen priorizadas la emociones?, ¿Qué es la comunicación emocional?, ¿Cómo comunicar nuestras emociones a

partir del arte?, ¿Qué es la infancia?, ¿qué condiciones tiene el periodo de la infancia?, ¿Cómo el arte nos ayuda a convivir nuestras emociones en la niñez?, ¿Cuál es la relación del arte, emoción y educación?

b. Justificación

A muchos de los niños se les dificulta expresar sus emociones generando un malestar y afectando su autoestima, ya que el niño se sentirá mal por sentir lo que siente y si esto no logra atenderse sufrirá ansiedad en muchas ocasiones de su vida afectando su salud.

Mi investigación se centrará en cómo el arte puede ayudar al niño a vivir sus emociones de manera positiva. Me parece muy importante que el niño tenga esa facilidad de expresar sus emociones, sentimientos, todo aquello que pasa, quiera decir y qué mejor que sea a partir de las artes, que nos da esa facilidad de comunicar aquello que sentimos.

El arte está tan arraigado a las emociones, que me parece el vehículo perfecto para que el niño pueda expresarse, de manera creativa y donde pueda desarrollar bien sus emociones y generar nuevas habilidades que lo ayuden en las relaciones, en la resolución de conflictos, resultados académicos, etc.

Para mí esto es muy importante, de alguna manera lo hago para sanar, y entender esto que siento acompañada de estos pequeños, tomo mis vivencias para transformarlas en algo mejor y así poder ayudar.

Este proyecto se llevará a cabo en Tuxtla Gutiérrez, Chiapas en la facultad de artes visuales, en donde se llevarán a cabo talleres de iniciación a las artes para ir desarrollando este proyecto junto con el niño

c. Objetivo general:

- Construir una propuesta didáctica para que el niño/a de 6 a 8 años desarrolle inteligencia emocional en Ocosingo, Chiapas.

d. Objetivo específico:

- Investigar los conceptos y teorías sobre las emociones y el niño.
- Examinar cómo se ha enseñado al niño a través del arte.
- Realizar una propuesta didáctica para que los niños desarrollen inteligencia emocional a través del barro.

e. Metodología.

Este proyecto se llevará a cabo por medio de una investigación cualitativa ya que iremos recopilando información sobre cómo el niño se ha ido enseñando a través del arte y como este está ligado a las emociones, esta información se estará extrayendo de libros, internet, personas capacitadas etc. En el capítulo I y II se realizará una investigación histórica acerca de las emociones

Por otro lado, se hará en el capítulo 3 una investigación de campo y experimental, en donde se realizarán talleres de iniciación a las artes para niños, para tener un acercamiento y analizar cuáles son los métodos adecuados para enseñarle al niño vivir sus emociones a partir del arte, para así ir creando la propuesta artística. También se llevará a cabo una investigación hermenéutica, ya que iremos interpretando la información, tanto como el maestro y el alumno,

CAPÍTULO I

LAS EMOCIONES

1.1 El origen de las emociones

Las emociones son aquellas experiencias breves que a su vez son el resultado de una reacción de un estímulo que nos da la realidad. Esas experiencias son efectivas y se manifiestan corporalmente. Las emociones son afectivas intensas y de breve duración, siendo automáticas, universales, hasta cierto punto innatas con una función. “La emoción es un proceso psicológico que nos prepara para adaptarnos y responder al entorno. Su función principal es la *adaptación*, que es la clave para entender la máxima premisa de cualquier organismo vivo. La supervivencia”. (Jiménez, 2013)

Los elementos que componen a una emoción son: Presencia de cambios fisiológicos. Cada emoción tiene su propia manera de reaccionar fisiológica. Puede incluir cambios en el sistema nervioso autónomo. Ejemplo, el ritmo cardíaco, enrojecimiento en la piel, erizamiento del vello. Tendencia a la acción o afrontamiento. Incluyen acciones como adopción a una determinada postura. Una función de la emoción es dar respuestas a las situaciones del entorno que no sean emocionalmente importantes. Experiencia subjetiva de la emoción o sentimiento. Es cuando las personas experimentan irritación, ansias u orgullo.

Sistema de análisis de procesamientos de información. Las emociones se producen a través de procesos cognitivos y de ellos depende la interpretación que cada persona haga de las distintas situaciones. Ocurren debido a una valoración (positiva o negativa) una misma situación puede provocar en distintas personas distintas emociones.

Para entender mejor las emociones hay que entender también qué son los sentimientos. Los sentimientos es un estado afectivo que se genera a partir de una emoción, pero se produce de manera más consciente, ya que intervienen procesos reflexivos, que le permite a la persona elegir si quiere mantener ese estado de ánimo en un periodo más largo, en la cual la persona podrá tomar

conciencia de su estado de ánimo y saber aquello que está sintiendo, permitiéndose ser valorado. Los sentimientos son menos intensos, pero de mayor duración ya que involucran procesos cognitivos, más elaborados como la memoria o el razonamiento, el cual provoca un pensamiento que hace que la persona lo alimente y llegue a ser algo duradero.

Para qué sirven las emociones

Sentir emociones positivas como negativas es natural del ser humano. La palabra negativo las usamos para las emociones que se nos hacen desagradables o difíciles de afrontar, pero no significan que sean malas o que debemos no sentirlas. La mayoría de los seres humanos preferirían sentir emociones agradables en lugar de una desagradable. Preferirías sentir felicidad en vez de la tristeza. Pero debemos comprender que las emociones desagradables van más allá. Las emociones desagradables nos alertan de las amenazas o los desafíos que debemos enfrentar, nos han permitido sobrevivir a lo largo de la historia. Las emociones nos ayudan a detectar un problema para que podamos enfrentarlo. “Aprender a aceptar todas nuestras emociones y vivir con ellas no es, en modo alguno, lo que hacemos la mayor parte de nosotros. La mayoría acudimos a comportamientos predeterminados que esperamos que puedan desviar o disimular nuestras emociones negativas de tal manera que no tengamos que afrontarlo”. David Pp.68 (2016) pero lo único que hacemos al evitarlas o tratar de controlar estas emociones negativas solo nos permiten ser víctimas de nuestro propio bienestar porque no nos permitimos llegar a la raíz de la causa.

Existen 7 emociones básicas de las cuales 5 son desagradables y 2 agradables. A continuación, se describen los diferentes tipos de emociones que sentimos de la siguiente manera:

Emociones desagradables o negativas.

La ira. “El rostro del ataque, el rostro de la violencia, es la ira”. Ekman Pp. 140 (2017)

“Es una emoción primaria negativa que se desencadena ante situaciones que son valoradas como injustas o que atentan contra los valores morales y la libertad personal; situaciones que ejercen un control externo o coacción sobre nuestro comportamiento, personas que nos afectan con abusos verbales o físicos, situaciones en las cuales consideramos que se producen tratamientos injustos y el bloqueo de metas, problemas, la creatividad, el aprendizaje y la memorización.” (Vivas, Gallego, & González, 2007, págs. 25-26)

Tristeza:

“Es una emoción que se produce en respuesta a sucesos que son considerados como no placenteros. Denota pesadumbre o melancolía. La tristeza es una forma de displacer que se produce por la frustración de un deseo apremiante, cuya satisfacción se sabe que resulta imposible. problemas, la creatividad, el aprendizaje y la memorización”. (Vivas, Gallego, & González, 2007, págs. 25-26)

Miedo:

“El miedo es una expresión primaria negativa que se activa por la percepción de un peligro presente e inminente que se aproxima un daño físico o psicológico. El miedo también implica una inseguridad respecto a la propia capacidad para soportar o manejar una situación de amenaza. problemas, la creatividad, el aprendizaje y la memorización”. (Vivas, Gallego, & González, 2007, págs. 25-26)

Asco:

“Es la respuesta emocional causada por la repugnancia que se tiene a alguna cosa o por una impresión desagradable causada por algo. Es una emoción compleja que implica una respuesta de rechazo a un objeto de deteriorado, a un acontecimiento psicológico o a valores morales repugnantes”. (Vivas, Gallego, & González, 2007, págs. 25-26)

Desprecio:

“El desprecio es un sentimiento negativo que se genera al considerar que alguien es inferior. Eso significa que no es simplemente una emoción, si no que implica una valoración que en muchos casos puede rayar con la falta de respeto. Investigadores del instituto de california confirmaron que en algunas situaciones sociales la ira va de la mano el disgusto y el desprecio de manera que todas estas están implicadas en la misma valoración”. (Suarez, 2018)

Emociones agradables o positivas

Alegría:

“Es el estado de ánimo que se complace en la posición de algún bien. La felicidad facilita la empatía, lo que promueve la aparición de conductas

altruistas. Asimismo, contribuye al rendimiento cognitivo, la solución de problemas, la creatividad, el aprendizaje y la memorización”. . (Suarez, 2018)

Sorpresa: Paul Ekman describe “la sorpresa como una reacción física cognitiva que se tiene ante un evento inesperado o que no entraba en los esquemas mentales de la persona”. Silgao(2022)

“Es la emoción primaria más breve. Se trata de una reacción emocional ante una situación inesperada, como una fiesta sorpresa, por ejemplo. Su límite en el tiempo viene determinado por el momento en que aparecen la siguiente emoción. (...) Se considera una emoción neutra, es decir no es positiva ni negativa. Su función principal es hacer que el sistema nervioso se ajuste a un cambio imprevista en el medio” (Suarez, 2018)

1.2 Cómo se producen las emociones en el cerebro.

Las emociones se caracterizan por ser un impulso que nos moviliza a la acción. Goleman comenta que el cerebro humano tiene una arquitectura emocional innata que nos permite experimentar y expresar emociones. Las regiones del cerebro asociadas con las emociones, como la amígdala y la corteza prefrontal, juegan un papel sumamente importante en el procesamiento emocional.

Los desarrollos del cerebro en relación con las emociones comienzan desde nuestro nacimiento y continúan a lo largo de la vida. Durante los primeros años de vida, las experiencias y las interacciones con los cuidadores principales tienen un impacto significativo en la formación de circuitos neuronales y en el desarrollo de la inteligencia emocional.

El diseño biológico que rige nuestro aspecto emocional se basa en la interacción de diferentes estructuras y procesamientos del cerebro. Aunque el humano parezca un ser racional muchas veces se deja llevar por sus impulsos emocionales más irracionales. Cobacho Pp.21 (2015) comenta que “El corazón no responde necesariamente a las señales que le envíe al cerebro, mientras que el cerebro sí que sigue las instrucciones que le envíe el corazón”. Muchas veces los sentimientos son más fuertes que nuestros pensamientos, logrando vencer a la

razón y actuar a través de la emoción. Pero las emociones y los sentimientos son una musculatura la cual hay que nutrirla, entrenarla y cuidarla todos los días.

Goleman Pp.20 (1995) La región más primitiva de nuestro cerebro es el tronco encefálico que regula las funciones vitales básicas como la respiración y el metabolismo. De este cerebro primitivo emergieron los centros emocionales que, millones de años más tarde, dieron lugar al cerebro pensante, el neocórtex” Goleman Pp.20 (1995) demuestra, “el hecho de que el cerebro emocional sea muy anterior al racional y que este sea una derivación de aquel, revela con claridad las auténticas relaciones existentes entre el pensamiento y el sentimiento”.

“La más primitiva de nuestra vida emocional radica en el sentido del olfato o más precisamente, en el lóbulo olfatorio”. Goleman (1995) en los tiempos antiguos el olfato fue un órgano sensorial de gran ayuda para la supervivencia del ser humano ya que tiene la capacidad de percibir los olores lo que permitían distinguir y analizar de algo bueno o malo, ya sea alimento, un animal. Lo que permitió que los ancestros pudieran adaptarse a las exigencias de un entorno cambiante.

Fue a partir del sentido olfatorio que los centros emocionales fueron desarrollándose y evolucionando para terminar de recubrir todo el tallo encefálico. Es así como da lugar al sistema límbico que se encuentra rodeando al tallo encefálico la cual permite la aparición de los estados emocionales que a través de sus estructuras dirigen las emociones y el comportamiento. “La evolución del sistema límbico puso a punto dos poderosas herramientas: el aprendizaje y la memoria”. Goleman Pp.21 (1995) estas fueron grandes herramientas para adaptarse ante el medio, la toma de decisiones era mucho más inteligentes, ahora si algo les causaba mal a la próxima podrían evitarlo.

En esta región se encontraba la amígdala, en el centro del sistema límbico, la cual tiene una forma de almendra con una estructura pequeña, aunque grande a comparación de parientes evolutivos. “La amígdala está especializada en las cuestiones emocionales y en la actualidad se considera como una estructura límbica muy ligada a los procesos de aprendizaje y la memoria. La interrupción de las conexiones existentes entre la amígdala y el resto del cerebro provoca una

asombrosa ineptitud para calibrar el significado emocional de los acontecimientos, una condición que a veces se llama ceguera afectiva” Goleman Pp.25 (1995) la cual es un episodio de lata emocionalidad que permite que el individuo no piense con claridad, actúa cegado por sus emociones.

La amígdala es una pieza fundamental para la supervivencia que nos alerta ya sea en una situación de riesgo, la amígdala nos permite a La amígdala envía mensajes urgentes al cerebro para estimularlo y enviar hormonas al cuerpo que predisponen a la lucha o la huida. La amígdala también nos permite que la vida tenga significado, si ella sería difícil reconocer las cosas y atribuirles algún valor. “La amígdala una especie de depósito de la memoria y, en consecuencia, también se la puede considerar como un depósito de significado. Es por ello por lo que una vida sin amígdala es una vida despojada de todo significado personal. Goleman (1995)

“El hipocampo y la amígdala fueron dos piezas clave del primitivo “cerebro olfativo” que a lo largo del proceso evolutivo termino dando origen al córtex y posteriormente al neocórtex” Goleman Pp. 24(1995) El neocórtex permite, pues, un aumento de la sutileza y la complejidad de la vida emocional como, por ejemplo, tener sentimientos sobre nuestros sentimientos. Goleman comenta Pp. 22 (1995) “El neocórtex del Homo sapiens, mucho mayor que el de cualquier otra especie, ha traído consigo todo lo que es característicamente humano. El neocórtex es el asiento del pensamiento y de los centros que integran y procesan los datos registrados por los sentidos. Y también agregó al sentimiento nuestra reflexión sobre él y nos permitió tener sentimientos sobre nuestras ideas, el arte, los símbolos y las imágenes”. El neocórtex trajo consigo un sin número de conexiones que permiten tener una gran variedad de respuestas posibles y de gran sofisticación en el plano emocional. Su interacción con el sistema límbico permitió un abanico de reacciones ante los estímulos emocionales y así, por ejemplo, ante una situación de temor, que lleva otros animales a huir o defenderse, los seres humanos podemos optar por llamar a la policía.

Los estudios neurológicos han encontrado que la primera región cerebral que recibe las señales procedentes de los ojos y de los oídos es el tálamo, es quien se encarga de distribuir mensajes a otras regiones de procesamiento cerebral. Desde ahí, las señales van directo al neocórtex, donde la información es recibida analizada y procesa para obtener una mejor información de lo que está ocurriendo y así emitir una respuesta adaptada a la situación. El neocórtex analiza la situación y acude a los lóbulos prefrontales para comprender y organizar los estímulos y esta proporcione una respuesta más analítica, después las señales se envían al sistema límbico quien envía señales apropiadas al cuerpo para accionar.

“LeDoux descubrió a la larga vía neuronal que va al corte, la existencia de una pequeña estructura neuronal que comunica directamente el tálamo con la amígdala. Esta vía secundaria y más corta, una especie de atajo, permite que la amígdala reciba algunas señales directamente de los sentidos y emita una respuesta antes de que sean registradas por el neocórtex” Goleman Pp.23 (1995)

Lo que puede ocurrir mediante esto, es que la amígdala envía respuestas inmediatas antes de que lleguen al neocórtex, permitiendo así solo actuar por un arranque de emoción y no de la razón, la amígdala solo se limita a los recuerdos emocionales que guarda almacenados para así proveer una respuesta que considere correcta. “La amígdala alberga y activa repertorios y de respuestas que llevamos a cabo sin que nos demos cuenta del motivo por el que lo hacemos, porque el atajo que va del tálamo a la amígdala deja completamente de lado al neocórtex. este atajo permite que la amígdala sea una especie de almacén de las impresiones y los recuerdos emocionales de los que nunca hemos sido plenamente conscientes” Goleman Pp. 29(1995) Así por ejemplo cuando una persona ha sufrido un trauma, pueda que tenga una reacción exagerada y violenta si se enfrenta a un escenario similar o situación al que ha vivido. Si tomamos en cuenta la situación la mayoría de recuerdos con más impacto emocional que almacenamos en la amígdala es en los primeros años de vida, que escapan de nuestro control y que muchas veces no somos ni conscientes. Nuestro “inconsciente cognitivo” no solo presenta a nuestra conciencia de lo que vemos,

sino que también le ofrece nuestra propia opinión al respecto. Nuestras emociones tienen una mente propia, una mente cuyas conclusiones puede ser completamente distintas a las sostenidas por nuestra mente racional”. Goleman Pp.30 (1995)

Por mucho tiempo los neurocientíficos consideraban al hipocampo una estructura clave para el sistema límbico para la transmisión de respuesta emocionales. “Lo cual la principal actividad del hipocampo consiste en proporcionar una aguda memoria del contexto, algo vital para el significado emocional”. Goleman Pp. 31(1995) Por lo tanto el hipocampo es la que envía información de los hechos y la amígdala es quien registra el clima emocional de la situación que se está viviendo. Las neuronas del cerebro, permite que se activen las regiones cerebrales para que se fortalezca el recuerdo de lo que se está viviendo. Se alerta todo nuestro sistema nervioso a través de la secreción de hormonas que generan adrenalina en el cuerpo. Cuando se activa la amígdala a una situación intensa emocional, esta se profundiza y deja una huella de estas experiencias que nos han asustado o emocionado. Esto nos permite recordar estas situaciones importantes en nuestra vida, como la primera vez que salimos con alguien o cuando nos dieron una noticia fuerte que ha impactado.

El problema de este sistema de alarma neuronal es que conecta información presente con la información del pasado. Goleman cometa Pp. 32 (1995) “su método de comparación es asociativa, es decir que equipara cualquier presente a otra pasada por el mero hecho de compartir unos pocos rasgos característicos similares”. Esto hace que actuemos de determinada forma permitiéndonos no analizar la información y actuar antes de saber que tan grave es la situación. Este sistema permite que actuemos en el presente por medio de estas reacciones que pasaron en el pasado, con pensamientos, emociones y reacciones aprendidas en situaciones parecidas.

Goleman afirma que Pp. 33(1995) En tales momentos la impresión del cerebro emocional, se ve acentuada por el hecho de que muchos de los recuerdos emocionales más intensos proceden de los primeros años de la vida y de las

relaciones que le niño mantuvo con las personas que le criaron (especialmente de las situaciones traumáticas, como palizas o abandonos)". Por eso mismo el papel de los padres juegan un papel muy importante en el aprendizaje emocional del niño. Los padres son los que cuidan y protegen al niño y si esto se corrompe se crean estos efectos negativos traumáticos que acompañaran a lo largo de su vida.

"LeDoux, este aprendizaje emocional es tan poderosos y resulta tan difícil de comprender para el adulto porque está grabado en la amígdala con la impronta tosca y no verbal propia de la vida emocional. Estas primeras lecciones emocionales se impartieron en un tiempo en el que el niño todavía carecía de palabras y, en consecuencia, cuando se reactiva el correspondiente recuerdo emocional en la vida adulta, no existen pensamientos articulados sobre la respuesta que debemos tomar". El motivo que explica el desconcierto ante nuestros propios estallidos emocionales es que suelen datar de un periodo tan temprano que las cosas nos desconcertaban y ni siquiera disponíamos de palabras para comprender lo que sucedía. Nuestros sentimientos talvez sean caóticos, pero las palabras con las que nos referíamos a esos recuerdos no lo son". Para el infante es muy difícil de afrontar porque no tiene los recursos y depende por completo de su cuidador.

La amígdala entonces es el almacén de la memoria emocional. es quien te registra las emociones en determinadas circunstancias y quien te recuerda cómo te sentiste durante esa situación. Sin embargo, las respuestas de la amígdala pueden ser descuidadas, por ejemplo, una amiga cuando era pequeña al salir, un carro casi la atropella y le entro el pánico entonces su amígdala será la encargada de guardar ese sentimiento, ahora cuando este en una situación parecida la alarma se encenderá y le avisará a su cuerpo que está en peligro. Ella comenta que le da mucha ansiedad cruzar una calle porque siente que se le vendrá encima el carro, aunque este muy lejos, que prefiere no salir de su casa. La amígdala tiene el gran poder de impulsarnos a la acción ante cualquier peligro antes que el neocórtex tenga tiempo de registrar lo que lo que está ocurriendo.

Goleman cometa Pp. 34 (1995) "El atajo que va desde el ojo o el oído hasta el tálamo y la amígdala resulta crucial porque nos proporciona un tiempo precioso cuando a proximidad del peligro exige de nosotros una respuesta inmediata. Pero el circuito que conecta el tálamo con la amígdala solo se encarga de transmitir una pequeña fracción de los mensajes sensoriales y la mayor parte de la información circula por la vía principal hasta el neocórtex. Por esto, lo que la amígdala registra a través de esta vía rápida es, en el mejor de los casos, una señal muy tosca, las estrictamente necesaria para activar la señal de alarma"

Las emociones son rápidas, que nos permiten nuestra supervivencia, te impulsa a la acción, nos ofrecen una respuesta rápida que nos permitirá ganar una milésima de segundos en las situaciones peligrosas lo que pudo ser vital para nuestros antepasados, pero al ser tan rápidas pueden ocasionar respuestas toscas e imprecisas. "estas rudimentarias confusiones, asadas en sentir antes que en el pensar son calificadas por LeDoux como emociones pre-cognitivas, reacciones basadas en impulsos neuronales fragmentarios, en bits de información sensorial que no han terminado de organizarse. Goleman Pp. 34 (1995) "La amígdala puede reaccionar con un arrebatado o de rabia o de miedo antes de que el córtex sepa lo que está ocurriendo, porque la emoción se pone en marcha antes que el pensamiento y de un modo completamente independiente de él." Goleman (1995)

Pero sabemos que la mayoría de personas no reacciona impulsivamente un indicio de peligro en la vida real. ¿pero cómo es que sucede esto? "recordemos que el camino nervioso más largo de los que sigue la información sensorial procedente del tálamo, no va a la amígdala sino al neocórtex y a sus muchos centros para asumir y dar sentido a lo que se percibe. Y esa información y nuestra respuesta correspondiente las coordinan los lóbulos prefrontales, la sede de la planificación y de la organización de acciones a un objetivo determinado, incluyendo las acciones emocionales. En el neocórtex, una serie de circuitos registra y analiza esta información, la comprende y organiza gracias a los lóbulos prefrontales, y si, a lo largo de ese proceso, se requiere una respuesta emocional, es el lóbulo prefrontal quien la dicta, trabajando en equipo con la amígdala y otros

circuitos del cerebro emocional". Goleman (1995) los lóbulos permiten este proceso de suprimir las emociones, analizando el riesgo y actuar de una manera más adecuada, cuando huir, cuando quedarse, cuando llorar, cuando pelear, como responder a la situación.

Nos permite actuar de manera más juiciosa, ya que el pensamiento se involucra.

1.3 Como vivimos las emociones

Es muy importante que los infantes reconozcan sus emociones. Harry Harlow, fue un psicólogo estadounidense, el cual es muy conocido por sus experimentos de separación materna. El objeto de su estudio era exponer en diferentes contextos de afecto durante su desarrollo, para adaptar su conducta y sus procesos de adaptación.

Este experimento consistía en separar a los monitos de sus madres y llevarlos a otras jaulas. En estas jaulas se encontraban dos madres, una madre era de tela y la otra de alambre. En la madre de alambre se encontraba la leche para que el monito se alimentara, pero la madre de trapo era donde el monito pasaba mucho más tiempo, ya que a través de la mamá de tela obtenía el calor, protección, cuidado y afecto. Algunos monitos los obligaron a estar solos con la madre de alambre. Estos comenzaron a tener problemas, a digerir peor la leche y su sistema inmunológico cada vez era más débil.

Este experimento sucedió porque se creía que el contacto físico malcriaba a los niños y que las emociones tenían poco peso en nuestras vidas, que las emociones eran un lujo biológico. Este experimento nos quiere decir que la crianza con aislamiento produce consecuencias permanentes e irreversibles en la conducta social. Esto nos explica el impacto de la ausencia de la figura materna en la infancia y la posibilidad de que los individuos en edades adultas, desarrollen conductas adaptativas.

El vínculo entre padre e hijo es pieza fundamental para el crecimiento emocional para el niño, el contacto de los primeros años de vida es esencial, pero hay que mantenerlo, no solo en la época de bebé, si no a lo largo de la vida, ya que los niños necesitan un referente para crecer, necesita una persona que lo acompañe, lo escuche y este cuando lo necesite. En otra investigación realizada por Jay Belsky acerca de la ausencia de los padres y como esta puede desembocar vidas más problemáticas. Demuestran que las chicas tienden a empezar la pubertad y su menstruación antes que el promedio.

Las mujeres tienen un sentido, que llegan a preguntarse, va a ser precario el futuro, estarán ahí los demás, voy a poder confiar, se puede confiar en los hombres, va a estar ahí cuando me haga mayor, pero también como pareja y todavía más importante que se vaya implicar en el cuidado de sus hijos.

Todos estos cuestionamientos proceden de la niñez, de la ausencia o presencia del padre. Cuando el padre no está presente o no tienen la calidad de la paternidad, las chicas aprenden tan conscientemente que no puedo contar con él y esto biológicamente los llega a madurar antes. Las chicas maduran antes porque se les permite salir y ver, ir más allá antes que los demás, suelen ser más promiscuas y a tener mucho más hijo y a cuidarlos peor.

Vivette Glover es una profesora británica de psicología perinatal. Ella estudia los efectos del estrés en el embarazo sobre el desarrollo del feto y del niño. Realizó una investigación que se llevó a cabo en Brighton, en donde midieron la ansiedad a un grupo de mujeres embarazadas, el 15% de las madres más ansiosas duplica el riesgo de que el niño manifestará problemas de atención, trastornos como la interactividad. Se duplica de que el niño manifieste problemas conductuales. Los problemas conductuales hacen más difícil controlar al niño y es un factor de comportamiento delictivo

Los padres suelen tener muy poca información sobre el desarrollo emocional a pesar de que admiten que ellos tienen una gran influencia en el desarrollo emocional infantil. Un niño que ha tenido una gran base de educación emocional, crecerá en confianza consigo mismo, sabrá que tiene la capacidad, aprenderá de

los errores y tendrá una buena autoestima. La importancia de trabajar las emociones en los niños es que radica no solo en generar capacidades como la Agilidad emocional, si no en lograr que se conviertan en adultos asertivos, sanos, productivos, felices socioemocionalmente. Las emociones juegan un papel muy importante en nuestras vidas, nos movilizan a la acción y actuar de manera más precisa. Por ello hay que aprender a entenderlas y a tomarlas en cuenta en nuestra toma de decisiones y estilos de afrontamiento.

Son las emociones las que nos permiten afrontar situaciones demasiado difíciles - el riesgo las pérdidas irreparables, la persistencia en el logro de un objetivo a pesar de las frustraciones, la relación de pareja, la creación de una familia, etcétera- como para ser resueltas exclusivamente con el intelecto. Cada emoción nos predispone de un modo diferente a la acción; cada una de ellas nos señala una dirección que, en el pasado, permitió resolver adecuadamente los innumerables desafíos a que se ha visto sometida la existencia humana. En este sentido, nuestro bagaje emocional tiene un extraordinario valor de supervivencia y esta importancia se ve confirmada por el hecho de que las emociones han terminado integrándose en el sistema nervioso en forma de tendencias innatas y automáticas de nuestro corazón (Goleman, 2014, p. 14)

Sabemos que las decisiones que tomamos en nuestras vidas y nuestras acciones dependen más de nuestras emociones y no de nuestros pensamientos. Un ejemplo que expresa Goleman en su libro, cuenta la historia de dos padres que estaban completamente entregados a su hija, ya que, a los 11 años, quedó confinada en una silla de ruedas por una parálisis cerebral. Esta familia sufre un gran accidente en las vías del tren, en la región pantanosa de Luisiana y mientras se hunde, en lo único que piensan es salvar a su hija, en ponerla a salvo con los rescatistas. Momentos después el tren se hunde y los padres padecen.

Este acto de heroísmo nos permite comprender el poder y el objetivo de las emociones. “Vista desde el intelecto se trata de un sacrificio indiscutiblemente irracional, pero, visto desde el corazón, constituye la única elección posible”

(Goleman, 2014, p. 13) Es ese sentimiento de amor que sienten hacia su hija, toman esa decisión tan difícil. Es así como en la vida, nos movemos a través de aquello que sentimos, nos impulsa a actuar, a movernos en una dirección, a decidir. “Los sentimientos y las emociones confunden nuestra lógica, pero al mismo tiempo, la lógica arruina a las emociones que hacen que la vida valga la pena” (Wachowski, 2015)

1.4 Agilidad emocional en la infancia

La inteligencia emocional, un modelo desarrollado por autores como Sayer y Mayer que propusieron analizar la relación inteligencia y emoción, sin embargo, el concepto se popularizó por el autor Goleman que se extendió a lo largo de los años. La idea era solucionar los asuntos emocionales cómo se resuelve un problema matemático. En este modelo se considera que las emociones se pueden controlar y modificar o de “la idea de que sufrimos un secuestro emocional que nos lleva por caminos negativos y que queremos ser capaces de controlar nuestras emociones”. David (2019) En cuanto a diversas investigaciones han descubierto que controlar nuestras emociones o evitarlas pueden causarnos mucho daño con repercusiones a lo largo de nuestra vida. David (2019) comenta “Nunca se pensó en la inteligencia emocional como concepto moral. La idea es que alguien puede ser increíblemente inteligente emocionalmente entendiendo bien sus propias emociones y las del resto de la gente y puede usar esa capacidad para hacer el bien o puede hacerlo para liberar una secta, para ser un dictador, entonces, la idea detrás de la inteligencia emocional era que es el tipo de inteligencia que se puede aplicar a las emociones. No se planteó como un concepto que tuviera que ver con valores ni con quien queremos ser en el mundo”.

Susan David una doctora en psicología y profesora de Harvard, destaca en sus investigaciones más recientes un nuevo concepto “Agilidad emocional”. Refiriéndose a la capacidad de conectar con uno mismo, con nuestro mundo interior, es decir con nuestros sentimientos, pensamientos y recuerdos de forma coherente con nuestros valores. “La agilidad emocional tiene que ver con

relajarse, calmarse y vivir con mayor intención. Se trata de elegir cómo responder al sistema de alerta emocional” David (2019) Pp13. Esto quiere decir que tenemos la capacidad de elegir como reaccionar ante el estímulo sin negar nuestra emoción. Por ejemplo, cuando nos sentimos triste o estresados vamos corriendo al celular a ver videos, a distraernos de este malestar que este surgiendo, estamos huyendo de él y no lo estamos atendiendo. Lo que debemos hacer es tomar acción, aceptar lo que estamos sintiendo y ver qué es lo que esto que estoy sintiendo me quiere decir, para así poder avanzar. La agilidad permite esta relación que hay con nuestros sentimientos y que hacemos con relación a lo que sentimos.

Para entender un poco más la que es la agilidad emocional debemos comprender también que es la rigidez emocional. Susan David (2019) plantea que “la rigidez emocional es cuando nos quedamos atascados en nuestros pensamientos, emociones y recuerdos y no podemos avanzar con nuestros valores”. Nos aferramos tanto a lo que estamos sintiendo o pensando y le damos tantas vueltas que no podemos salir de ahí, que se vuelve un vicio, y muchas veces caemos en depresión o ansiedad. Lo que pasa es que seguimos ciertos patrones que nos hacen actuar de manera automática que nos hacen reaccionar de una manera que no corresponde a nuestra sabiduría interior.

Mientras tanto, vivimos en un mundo consumista que nos dice que podemos a reglar todos nuestros asuntos y remplazarlos. Compramos cosas para olvidar nuestros problemas, descargamos aplicaciones para ser más productivos, nuestras relaciones no funcionan, las cambiamos. Cuando no nos gusta lo que ocurre en nuestra interior pasa lo mismo conservamos esta mentalidad y toda nuestra insatisfacción la cambiamos por pensamientos positivos, que más que ayudar afectan. Por más positivos que queramos ser en una situación negativa será muy difícil imponer estos pensamientos felices, porque nuestro cuerpo está hablando por nosotros y debemos escucharlo. Lo negativo al final juega a nuestro favor. Susan David Pp.19 (2019) dice “la negatividad es normal. Esta es una realidad fundamental. Estamos programados para sentir emociones negativas de

vez en cuando. Forma parte de la condición humana. Poner un énfasis excesivo en ser positivos es una de las formas en que nuestra cultura sobre médica, en sentido figurado, las fluctuaciones normales de nuestras emociones, de la misma manera que la sociedad sobre médica a menudo, literalmente, a los niños revoltoso y a las personas que tienen cambios de humor”

Tenemos siete emociones básicas la tristeza, la felicidad, el miedo, el enojo, la sorpresa, el asco y el desprecio. Cinco de estas emociones son del lado desagradable, pero aun así que parezcan tan abrumadoras son tan útiles para el ser humano. Creemos que por tener emociones negativas somos débiles y tratamos de desviarlas o disimularlas para no tratar con ellas, pero solo perjudicamos nuestro propio bienestar. Susan David Pp.70 (2016) nos habla sobre los embotelladores, quienes son los que esquivan sus emociones, las apartan de sí mismos, ella comenta. “Los embotelladores tratan de desengancharse por medio de echar las emociones a un lado y seguir adelante con su vida. Es probable que aparten los sentimientos no deseados por que les resulta incomodos o les distraen, o porque todo lo que no sea brillante y alegre es un signo de debilidad o una manera infalible de alejar a quienes tiene alrededor”. Y ese es un grave problema porque al ignorar todas nuestras emociones no llegamos al punto de lo que sucede, que es lo causa de este malestar que estamos sintiendo. Y un ejemplo podrían ser los patrones en relaciones amorosas. Jay Belsky comentaba que la ausencia del padre en la infancia de una niña podía traer consecuencias en sus relaciones futuras. Como relacionarse con personas más grandes que ellas. Muchas veces no saben por qué esta situación se repite por que no están en conexión con sus emociones, lo cual les ha impedido realizar un cambio en sus vidas y tener un verdadero crecimiento. “Son las propias emociones las que están tomando decisiones. En segundo lugar, las emociones reprimidas surgen, inevitablemente de formas imprevistas; tenemos lo que los psicólogos llaman fugas emocionales” David Pp73. (2016) De alguna manera tratamos de embotellar nuestras emociones para un bien común pero no nos damos cuenta que eso nos llevara siempre al mismo lugar, vivir en la angustia y la preocupación.

Mostrarse es una parte clave, para Susan David Pp.107 (2016) “es el primer paso en el camino hacia esa resolución y ese aprendizaje” reconocer nuestras emociones es tan importante, es ahí en donde se da el espacio para aceptar nuestros defectos. Aceptar que somos seres humanos y que sentimos y no podemos ser perfectos, que no todo el tiempo podemos estar positivos y sonrientes. “Cuando nos hacemos visibles plenamente, con conciencia y aceptación, incluso los peores demonios suelen retroceder. El solo hecho de enfrentarnos a los aspectos de nosotros mismo que nos asustan y darles un nombre basto, a menudo, para despojarlos de su poder”. David Pp.104 (2016)

lo más importante es como sobrellevamos nuestra vida sin alejarnos de nuestras emociones, sino más bien reconocerlas y mostrarlas, recibir la sabiduría que nos brindan para ser mejores con nosotros mismos, a tenernos compasión. Las emociones nos permiten conectar con nosotros mismos para avanzar en nuestra vida hacia la persona que queremos ser. “Mostrarse no es un ejercicio de voluntad heroico; consiste en mirar a los ojos a aquello que nos atormenta y decirle: estas bien. Tu estas aquí y yo estoy aquí. Hablemos. Soy lo suficientemente grande como para contener todos mis sentimientos y todas mis experiencias pasadas; puedo aceptar todas estas partes de mi existencia sin verme aplastado o sentirme aterrorizado” Susan David Pp105 (2016)

La Dra. Susan David desarrollo 4 las habilidades para ejercitar la agilidad emocional.

1.- Mostrarse. “Cuando un profesor o padre permite que el niño muestre sus emociones, básicamente está diciendo. Estoy aquí, te veo. No intento dejar a un lado lo que sientes. Veo lo que te pasa. Inmediatamente hay una disminución de la intensidad de esas emociones. Eso es mostrar o exteriorizar” David (2019). Como padres o profesores debemos validar las emociones del niño y no ignorarlas. Para que el niño pueda mostrar sus emociones y comprenderlas, debemos darle la confianza y que sientan que son escuchados. Como padres debemos aceptar que nuestros hijos también pueden estar tristes o enojados. Como adultos es imposible controlar eso, pero si podemos enseñar al niño a gestionarlo. Como guías

debemos invitar al niño a zambullirse en sus emociones, hablar con ellos permitirá que puedan entenderlos, si evitamos una emoción negativa, estamos limitando al niño a que comprenda por qué sucede esto que está sintiendo. “Dar el salto no consiste en ignorar, arreglar, combatir o controlar el miedo o cualquier otra emoción que podamos estar experimentando. de lo que se trata es de aceptar y percibir todos los sentimientos y pensamientos, de contemplar incluso los más poderosos de ellos con compasión y curiosidad, y luego elegir el coraje en lugar de la comodidad con el fin de hacer lo que hemos decidido que es lo más importante para nosotros. El coraje, insisto, no es la ausencia del miedo. Es caminar con él”. David Pp.338 (2016)

2.- Alejarse. La agilidad emocional abre este espacio que hay entre cómo nos sentimos y que hacemos con relación a lo que hacemos” David (2019) al tomar distancia podemos ampliar nuestra perspectiva hacia la situación y lo que sentimos de manera más objetiva. Es dentro de este espacio que podemos decidir cómo actuar basados en nuestros valores y no en nuestras emociones o pensamientos o nuestras historias. Por ejemplo, cuando estamos enfadados explotamos, y solo estamos dispuestos a discutir y maldecir, no estamos siendo conscientes de que esa no es la solución, ni la forma correcta de mostrar tu malestar. Cuando paso esto muchas veces dices cosas que al final no querías decir, no volvemos inflexibles, dominados por nuestras emociones. Cuando nos alejamos es cuando podemos ver que había más formas de poder enfocar la situación. “Con una visión receptiva, abierta y más amplia, podemos sostener nuestros pensamientos y nuestras emociones de forma ligera, no permanecer enganchados a viejas historias y no prejuzgar las nuevas experiencias que se presentan. Podemos soltar.” David Pp.164 (2016)

Susan David (2019) nos habla sobre “etiquetar” las emociones. Es un paso muy importante para desarrollar nuestra agilidad emocional y tener mucha más precisión de saber qué es lo que verdaderamente sentimos. “Etiquetar o nombrar nuestras emociones con mayor precisión nos ayuda activar nuestro potencial de disposición y eso nos permite entender por qué sentimos lo que sentimos y decidir

qué podemos hacer al respecto. (..) los niños que son capaces de etiquetar mejor sus emociones tienen mayor salud mental, se desarrollan más y mejor. “la mayoría de los adultos definimos todos nuestros sentimientos con que nos sentimos estresados, cuando en realidad puede que no estemos sintiendo eso, sino más bien tristeza, angustia, enojo. Saber realmente que estamos sintiendo nos permite la información más directa para saber que verdaderamente estamos sintiendo y que nos aqueja. Por ello es muy importante que el niño pueda nombrar cada emoción, ponerle una etiqueta a lo que siente, para que así comience a integrarla en su conversación

3.- Sigue tu camino/Preguntarte tus por qué. Se trata de decir: ¿Cuáles son mis valores? ¿quién quiero ser en esta situación? Susan David (2019) Muchas veces tomamos decisiones contrarias a lo que somos, a nuestros valores, todos los días tomamos decisiones que nos acercan o alejan de ellos. Por eso es importante conocer cuáles son nuestros valores, tus elecciones y que podrías cambiar para tener un mejor bienestar. Los valores nos sirven para guiarnos y a conducirnos para vivir en armonía con uno mismo y con su entorno. Los valores no son algo impuesto, si no que somos libres de elegirlos, elegir quien queremos ser como personas. Nos marcan lo que para cada uno es correcto o no y nos condicionan la relación que tenemos con los que nos rodean. Susan David comenta Pp.184 (2016) “Los valores no son universales; lo que es correcto para una persona puede no serlo para otra. Pero identificar lo que es importante para cada uno (el éxito profesional, la creatividad, unos vínculos personales firmes, la honestidad, el altruismo..., la lista de opciones entre las cuales elegir es casi infinita) nos da una fuente inestimable de continuidad. Los valores nos ofrecen una especie de referente psicológico que nos proporciona estabilidad”. Ser coherentes con nuestros valores nos da certeza de visualizar nuestros objetivos con mayor claridad e ir tras ellos con energía.

4.- Sigue adelante/avanzar “¿Cómo vas a hacer cambios profundos en cada situación y en tus hábitos? (..) con los niños, avanzar será como ¿qué idea tienes de cómo será hoy para ti y de cómo será mañana para ti? ¿Qué harás al

respecto? Puede hacer algo diferente, y ayudar a aprender a solucionar situaciones problemáticas”. Permiten al niño ser autónomos en sus propias decisiones

Como educar a los niños en la agilidad emocional

Zambullirse. Permitir al niño mostrarse, permitirle sentir lo que está sintiendo y no ignorarlo. Muchas veces ignoramos sus sentimientos. Cuando el niño te dice que está enfadado, le decimos probablemente es porque tenga hambre o le dices que entiendes que esta triste pero que todo va a pasar y estará bien. Lo que hacemos al decir esto, es que estamos dejando al niño esquivar sus emociones, si el niño se siente triste es por una causa, algo está ocurriendo y hay que tratarlo. Y como padres o profesores podemos ayudar al niño a ser guías para que pueda desenvolverse en su agilidad emocional.

Es muy importante que el niño comience a descubrir sus valores, que es lo correcto para él. Por ejemplo, un niño se sube a un trampolín, pero ya estando ahí, le causa miedo saltar, porque más niños están saltando y el movimiento le comienza a incomodar y se baja. Como padres o profesores, del primer paso sería mostrarse, que el niño reconozca lo que siente y porque tiene miedo a saltar, es este paso no debemos permitir al niño que se sienta avergonzado de lo que está sintiendo. El segundo paso sería separarse de su emoción, para así poderse distanciar de los efectos físicos y de los pensamientos de falta de confianza. Esto permitirá que se relacione con su miedo de una manera diferente y que aprenda a tomar distancia y pensar a partir de sus valores. El tercer paso sería examinar la motivación, la cual consiste en preguntarle al niño porque quería saltar el trampolín, era la emoción, por amigos. Es muy importante tratar de asegurarle que saltar el trampolín es decisión completamente suya. A pesar de cualquier presión social que tuviera él era único que puede decir saltar o no. En el cuarto paso sería el proceso. Como podemos llevar a cabo que pueda brincar en el trampolín e ir perdiendo el miedo a saltar. Cambiar el discurso de no puedo hacerlo permite “conectar plenamente con el fuerte deseo interior que había estado ahí”. David Pp. 339 (2016)

“Cuando guiamos a nuestros hijos hacia la agilidad emocional a través de estos pasos básicos estamos dando una herramienta que va a serles útil toda la vida. Cada vez que dan un salto no a partir de la imprudencia o la fe ciega, sino a partir de una voluntad ejercida conscientemente a pesar de los temores, practican la actitud de caminar con el miedo, una habilidad que les ayuda a afrontar muchos otros desafíos emocionales, mucho más significativos, más tarde en su vida”. David. Pp.339 (2016)

Predicar con el ejemplo. “Si eres padre o madre, la firma más afectiva que tienes de enseñar la agilidad emocional a tus hijos es por medio de practicarla tus mimos o tu misma. Esto puede ser muy difícil de lograr cuando tu hija te está gritando te odio, con todas sus fuerzas, o cuando tu hijo llega a casa sollozando de un mal día en la escuela. pero estos momentos nos brindan, en realidad, una oportunidad aún más valiosa de moldear la agilidad emocional. Moldeas unas habilidades fundamentales cuando te separas de tus propias emociones y respondes con calma y compasión, buscando entender por qué tu hijo se siente como se siente en lugar de apresurarte a responder según tus propios sentimientos.”

Yo te veo-tú me ves.

El más grande de los grupos étnicos de Sudáfrica, los azules, se saludan diciendo *Sawubona*, que literalmente significa te veo. Lo que implica es que al verte te traigo a la existencia. (..) Resume perfectamente el primer paso, que además es uno de los más importantes, de la enseñanza de la agilidad emocional. Por el simple hecho de permitir que nuestros hijos sepan que los vemos en su integridad, claramente y sin juzgarlos, les estamos indicando que aceptamos y validamos su experiencia emocional. Como beneficio adicional, los ayudamos a calmarse cuando hacemos esto. Por qué los niños suelen mostrarse una mitigación de su intensidad emocional cuando un padre esta emocionalmente presente. Así que, a pesar de nuestro deseo de arreglar las cosas o de hacer que todo mejore lo antes posible, es mejor que nos detengamos y escuchemos a nuestros hijos y que les mostremos, por medio del ejemplo, cómo crear un espacio entre el estímulo y la respuesta.” Susan David Pp.346 (2016)

Muchas veces los padres no queremos permitir que nuestros hijos se afronten a las situaciones, ignoramos sus emociones o resolvemos nosotros sus conflictos. Por ejemplo, si tu hija llega de la escuela y te comenta que unas niñas no quisieron jugar con ella probablemente tu respuesta será, no te preocupes, todo va a estar bien, yo juego contigo o hablas con los padres de las niñas por sus comportamientos con tu hija. Como padres no queremos ver sufrir a nuestros hijos, lo buscamos es que sean felices, pero al validar sus emociones, estamos dejando que el niño embote sus emociones y que no sea capaz de enfrentarse a las diversas situaciones. Debemos permitirles la confianza hacia nosotros mismos y hacia ellos mismos. Susan David comenta “cuando un niño se siente totalmente visto y reconocido por quienes tiene alrededor, es difícil que no se sienta querido y a salvo. Esta sensación de seguridad se llama apego seguro. Susan David Pp.346 (2016) argumenta que

“El sentido de apego seguro del niño (la idea de que soy querido y aceptado con todas mis virtudes, y también con todos mis defectos e imperfecciones) le permiten no solo correr riesgos en el mundo, si no también correr riesgos con sus propias emociones. Al saber que no se verá minusvalorado, rechazado, castigado o avergonzado por sentir lo que siente, podrá examinar su tristeza, su felicidad o su enojo y averiguar cómo gestionar cada una de estas emociones o cómo responder a ellas”

Como pensar no que pensar.

La autonomía es un elemento fundamental de la prosperidad a lo largo de toda la vida y es crucial para el desarrollo moral del niño. Autonomía significa autogobierno, o regirse por el propio yo. En términos psicológicos, una persona autónoma vive de acuerdo con las elecciones que lleva a cabo. Pero la autonomía no es la mera independencia”. Un comportamiento no autónomo es gritarles a tus padres y decirles que no llegaras a casa, si no que más bien estos comportamientos son por contagio social alejados de tus valores, ya sean tus amigos o tus malos hábitos o emociones caóticas. “Los actos verdaderamente autónomos son aquellos de los que nos responsabilizan plenamente y son

totalmente respaldados por nuestro yo más profundo, sin vernos coaccionando ni por el exterior ni por nuestros propios impulsos descontrolados” Susan D (David, Agilidad emocional, 2016)

Educar en la empatía.

Educar a los hijos a partir de la agilidad emocional no consiste solamente en expresarles nuestra empatía en un momento dado. Se trata de tener un comportamiento empático con regularidad, para que ellos puedan aprender a tenerlo” Susan David. Pp.352 (2016) educar con empatía no significa que debemos decirle al infante que invite a un compañerito que siempre esta solo u obligarlo a que pida disculpas, Susan David nos explica que esto más bien trae una repercusión, ya que no podríamos ser que los padres escuchen lo que querían escuchar, pero el niño no tendrá la oportunidad de examinar los sentimientos que habían motivado su comportamiento “Permitir que tus hijos actúen de forma autónoma, a partir de alentarlos a profundizar en sí mismos que descubran sus auténticas motivaciones, puede ayudar a liberar su propio potencial empático”. Susan David.

1.5 Etapas de desarrollo del niño según Piaget

La palabra infancia deriva del latín *infans* que significa “mudo, incapaz de hablar, que no habla”. Entendemos por infancia es el periodo de vida entre el nacimiento y hasta el comienzo de su adolescencia o pubertad. La teoría de Piaget mantiene que la infancia pasa por diferentes etapas específicas conforme su intelecto y capacidad para recibir las relaciones maduras. Estas etapas se producen en un desarrollo fijo, ya sea en diferentes edades. En ciertos niños de pequeñas edades es frecuente que no puedan empatizar como lo hace un adulto y tengan un pensamiento egocéntrico, de acuerdo a su edad y a sus habilidades, es normal que cometan errores. Piaget propuso cuatro etapas cognitivas.

Etapa sensorio-motor. Esta primera etapa, tiene lugar entre el nacimiento y los dos años de edad, los niños construyen progresivamente el conocimiento y la comprensión del mundo mediante las experiencias (como la vista y el oído) con la interacción física, con objetos (agarrar, chupar, pisar). Los bebés van adquiriendo el conocimiento a través de las acciones físicas. Así es como el niño va utilizando sus sentidos y capacidades motoras para conocer los objetos y el mundo.

Aprende a lo que se le llama permanencia del objeto. Durante esta etapa los niños aprenden a manipular objetos, aunque no pueden entender la permanencia de estos objetos si no están dentro del alcance de sus sentidos. Es decir, que si un objeto desaparece de la vista del niño no pueden entender que, aunque no esté ahí el objeto, aún existe. Esta capacidad logran adquirirla al final de esta etapa y representa la habilidad para mantener una imagen mental del objeto. (Piaget, 2015)

Etapa pre-operacional. Comienza cuando se ha entendido la permanencia del objeto y abarca de los dos años a los 7 años de edad. En esta etapa el niño mantiene una postura egocéntrica, lo que quiere decir que al niño se le dificulta tomar el punto de vista de los demás.

Los juegos de los niños se clasifican por el juego simbólico y manipulación de símbolos, que incluye el habla. Los humanos utilizamos los signos para entender al mundo y los niños ya los manejan en este periodo. Aun así, el niño tiene un pensamiento egocéntrico ya que entiende el mundo desde su propia perspectiva.

Durante esta etapa el niño aprende a interactuar con el mundo de una manera más compleja, con el uso de palabras y de imágenes mentales. Otro factor importante es el pensamiento intuitivo en la cual los niños comienzan a preguntarse por qué y cómo llegar, es la etapa de cuando los niños quieren saber todo. Piaget (2015)

Etapa de las operaciones concretas. En este periodo que va de los 7 a los 11 años, el niño puede aplicar la lógica y principios. El niño ya no conoce intuitivamente, sino racionalmente. El niño hace comparaciones lógicas, ejemplo:

la reversibilidad y la seriación, sin embargo, no maneja todavía abstracciones. Su pensamiento está anclado a las acciones que realiza. En esta etapa disminuye gradualmente el pensamiento egocéntrico por lo que ahora se concentra en más de un aspecto de estímulo. Esta comprensión sólo se puede aplicar a aquellas cosas que han experimentado con sus sentidos, Es decir, objetos que no han visto, oído, tocado, aún siguen siendo algo místico para los niños

Etapa de operaciones formales. Según Piaget (2015). La cuarta etapa va de los 12 años en adelante. Es la etapa del pensamiento abstracto, no solo piensa en la realidad, sino también en cómo hacer las cosas, ya puede ser hipotética. En esta etapa el niño ya puede dominar las relaciones de proporcionalidad y conservación. Sistematizan las operaciones del anterior y desarrollan las llamadas operaciones formales. Con el dominio del lenguaje que poseen en esta edad, son capaces de acceder al pensamiento abstracto, teniendo la posibilidad de perfección y críticas que facilitan la razón. Los niños desarrollan una mejor comprensión del mundo y la idea de causa y efecto.

Esta etapa se caracteriza por la capacidad de crear hipótesis y ponerlas a prueba para encontrar la solución de un problema. La segunda característica es la capacidad para razonar contra de los hechos. Es decir, que si al niño le dan una información y le pide que use como base para una discusión, es capaz de realizar la tarea

Conclusión del primer capítulo

Podemos concluir que las emociones son la fuerza que activan y dirigen nuestro comportamiento, y que, de alguna manera, eso que sentimos afectan ya sea de manera positiva o negativa hacia nosotros o a nuestro entorno, ya sean familiares, amigos, el trabajo. Ejemplo, cuando nosotros decidimos tomar una decisión en el trabajo, lo hacemos tomando en cuenta nuestras emociones, nunca tomamos una decisión sin antes reaccionar hacia lo que estamos sintiendo.

Como puedes notar las emociones juegan un papel muy importante en el humano. Las emociones nos han permitido sobrevivir a lo largo de la historia de la humanidad, a conocer el mundo y conocernos a nosotros mismos. Por ello es tan importante que tomemos en cuenta las emociones y más en estos tiempos de la era digital donde niños y adultos sufren cada vez más depresión, ansiedad y angustia.

Debemos ser conscientes que nuestras emociones son quienes nos acompañan a dirigir nuestro camino y por lo tanto debemos enfocarnos en desarrollar la agilidad emocional a partir de las primeras etapas de la infancia. Hemos descubierto dentro de estas investigaciones cual es el impacto de no tener un buen desarrollo emocional y cómo afecta en la conducta social. Los padres juegan un papel muy importante en la crianza del niño, ellos necesitan un acompañante, que los escuche y este cuando lo necesite. Las emociones también nos ayudan a la resolución de problemas y a afrontar diferentes situaciones que pasan en nuestra vida diaria. Por eso mismo me parece importante entender que son las emociones, ya que entender aquello que estamos sintiendo desde pequeños nos ayudará a construir mejores relaciones ya sea con uno mismo o los otros. Ya que al ser conscientes de nuestros sentimientos y emociones podremos hacer uso de la expresión oral para comunicarnos y hablar claramente de nuestros sentimientos, así evitar o resolver conflictos y superar los sentimientos más difíciles con mayor facilidad y que debe ser aprendido desde la infancia a través de las artes.

Por mucho tiempo hemos aprendido que sentir nuestras emociones, expresarlas nos hacen ser personas débiles y las hemos ido embotellando, controlando, tratando de apartarlas de nosotros mismos, pero solo afectamos nuestro bienestar. Vamos acumulando una carga de energía de pensamientos, emociones y recuerdos a la cuales le damos tantas vueltas y no logramos salir de ahí. Nos estancamos y muchas veces nos hacen actuar de determinada manera alejándonos de nuestros valores.

A través de la agilidad emocional encontramos una manera de ver a las emociones, una forma en que podamos comprender y atender lo que sentimos y

por qué lo sentimos, encontrar la raíz de las cosas para llegar a un crecimiento emocional a través de este encuentro con nuestros valores. Es importante recordar que no somos nuestras emociones, por lo tanto, podemos ser capaces de afrontar las situaciones de diferentes formas y no solo agresivamente o embotellando nuestras emociones, si no, en esta reflexión con nosotros mismos de ¿por qué no sentimos así? Son mis emociones, pensamientos, recuerdos o alguien ha llegado a sobrepasar mi límite y es momento de tomar distancia.

Tomar distancia en cualquiera de las formas es importante, porque nos damos tiempo de entender que es lo que sucede, mostrarse es otro paso importante, reconocer que nos estamos sintiendo de determinada forma y que no está mal sentirse así, debemos permitirnos sentir. Etiquetar la emoción nos permitirá comprender que es lo que verdaderamente estamos sintiendo. Preguntarte tus ¿por qué? Y ¿cuáles son tus valores? Muchas veces actuamos sin pensar y nos alejamos de nosotros mismos, si conoces tus valores te permitirás tener muchas más posibilidades para resolver la situación. El último paso que se plantea sería como hacer cambios en tus hábitos. Nos permitiremos actuar como actuamos siempre, con gritos o de una manera más relajada, pero siempre esclareciendo tus necesidades, sin afectar al otro y sin negar tus emociones.

Tener emociones agradables y desagradables es algo natural del ser humano. Tenemos muchas más emociones desagradables que agradables. Muchos venimos repitiendo que aprendemos más de lo malo que de lo bueno. Y eso parece que está muy claro dentro de las emociones. Las emociones desagradables nos vienen a enseñar y comprendernos a nosotros mismos, nos permiten el autoanálisis, a reflexionar sobre quienes hemos venido siendo, sobre quiénes somos y quienes queremos ser, a modificar nuestros hábitos, construir nuestros valores para ser mejores personas y compasivos con nosotros mismos y con nuestro entorno.

¿Pero cómo podemos llevar estas herramientas al sistema educativo? Si son tan importantes para el desarrollo del niño, no deberíamos pensar en un nuevo modelo en donde el niño aprenda agilidad emocional a través del aprendizaje y el

arte. La escuela es un espacio donde nuestros niños pasan mucho tiempo, donde interactúa con el otro y con su entorno. ¿No sería el espacio adecuado para desarrollar su agilidad emocional? ¿Por qué sería tan importante implementar estas e herramientas en el sistema educativo y cuáles serían sus beneficios? En el capítulo siguiente hablaremos sobre este tema.

CAPÍTULO II SOBRE LA EDUCACIÓN

2.1 Necesidad de la educación emocional infantil

Dentro del proceso educativo se les ha dado más importancia a los procesos cognitivos que a los emocionales, inclusive se considera en las escuelas que estos deben ser considerados por separados o que es algo que solo la familia se debe de encargar, pero hoy sabemos que para tener un buen y completo desarrollo del educativo necesitamos de ambas dimensiones, ya que son esenciales y complementarias.

En las escuelas se siguen un modelo educativo tradicional en la cual los infantes solo se basan en asignaturas y a aprobar exámenes que no se acercan a las necesidades verdaderas del alumno. Dentro de las escuelas el alumno termina teniendo un solo objetivo lo cual es aprobar, lo que hace inflexible para el niño desarrollar sus habilidades.

El sistema educativo tradicional se basa en un circuito cerrado en donde solo valora lo numérico y no las habilidades del niño. Si un niño tiene un buen promedio, significa que es un buen niño, que es inteligente, es brillante, en cambio aquel que saco 4 es un infante mediocre. Cuando en realidad no es así, sino más bien es que todos tenemos diferentes capacidades.

Los jóvenes que van saliendo de la preparatoria, se sienten confundidos de no saber cuáles son sus intereses, que les gusta, quienes les gustaría ser y se sienten desmotivados y vacíos. Esto sucede porque en las instituciones no se les brinda las herramientas y estrategias necesarias para enfrentarse a las diversas situaciones.

Hemos venido arrastrando con un sistema educativo militarista lo cual consiste en solo formar personas hiperconsumidoras y futuros trabajadores. “Para que los

estudiantes del futuro devengan trabajadores sumisos y compradores ansiosos, es necesario desarrollar un modelo unitarista que conlleve la tecnificación del proceso educativo. Nada de pensar, ni de criticar, ni de inventar, ni de crear.” (Caso, 2010)

Por lo tanto, el sistema educativo no ha sido del interés la agilidad emocional porque se va en contra de lo que busca la “pedagogía toxica” a lo cual llama así María caso, en la cual consiste en matar la creatividad del ser humano para ser utilizados y manipulados a través de nuestra conciencia. Hay que entender que entre menos tengamos inteligencia emocional es más fácil que se aprovechen de uno, ya que no somos capaces de tener criterio propio, ya que somos y seremos educados para repetir lo mismo una y otra vez si no tomamos la responsabilidad de nuestra propia educación.

María caso (2010) apunta que “La pedagogía toxica anula las capacidades tanto del profesor, que se convierte en un mecánico que no se para a pensar que hay que hacer, sino complementar una técnica eficiente para hacer bien lo que se dice que hacer, como la de los estudiantes, que son tratados como objetos para completar un puzzle comercial.”

La inteligencia emocional “Por supuesto el termino no existía cuando se inventó la estructura de la escuela actual, pero la capacidad de saber cómo aprovechar de forma positiva tus propias emociones, tus propios talentos, y la capacidad de desarrollar la empatía ya existían, aunque no tuviesen nombre” (Oprean, 2018) Por lo tanto, las escuelas no han sido un entorno adecuado para desarrollar la inteligencia emocional, porque no ha sido pensado para ello, pero ¿cómo podemos transformar estos lugares y adecuarlos para que sean un ambiente en donde el niño pueda desarrollar sus emociones y sus capacidades?.

Ante esto debemos crear un sistema educacional vital y funcional para el alumno. Recordemos que nos movemos a través de las emociones y además es la primera fuente de las decisiones que tomamos diariamente, por ello el interés dependerá de que tan intrigante sea esto para el alumno, por lo tanto, el maestro juega un papel muy importante dentro del aula. “Las investigaciones sobre neurociencia

demuestran que para activar el deseo de pensar es necesario encender previamente una emoción y para ello es fundamental despertar la curiosidad” (Menarguez, 2017)

Hace unos días una amiga me comentaba que cuando era niña ella odiaba las matemáticas, sentía que no podía y se sentía mal con ella misma por que no lograba obtener buenas calificaciones. Luego paso a otro grado y cambio de profesor, para ella cambio todo, ahora le encantaban las matemáticas y era muy buena, que se interesó tanto que estudiaría contaduría. Le pregunte qué era lo que había sucedido ¿Qué es lo que cambio e hizo que se interesara?

Ella comenta que su primer profesor la intimidaba ya que era muy negativo y regañaba y eso le causaba miedo. En cambio, el otro profesor tenía actividades más dinámicas y le fomentaba mucho la confianza en sí mismos. La forma de dar su clase hizo para ella más fácil de comprender. El primer profesor usaba antiguas formas de enseñanza como la memorización y en ocasiones las acompañaba con agresiones físicas como los reglazos, exhibir al alumno de forma negativa cuando no podía contestar o resolver el ejercicio. El nuevo profesor siempre los motivaba y les decía a los alumnos eran más que las calificaciones y que una calificación no definía nuestra inteligencia ni nuestras capacidades.

“El profesorado ha recibido una escasa formación de cómo se produce el desarrollo emocional y de los múltiples factores que inciden sobre el mismo, y, por tanto, le resulta difícil entrever el grado de influencia que ejerce. No obstante, los profesores tienen un papel importantísimo en el establecimiento de las competencias emocionales de los niños y jóvenes. En la interacción con el niño, el educador muestra muchas conductas emocionales que sean aprendidas por éstos, induce emociones e influye en la manera de afrontarlas, etc.” (Matheny, 1989, como se citó en Abarca, 2003) pag.54

Para tener una buena educación emocional debemos contar con adultos maduros para que acompañen al alumno en su proceso de aprendizaje emocional. Ya que la inteligencia emocional no se enseña como tal, sino más bien se da a través de

la interacción que se tiene con el adulto, el niño y la situación, son las que regulan las emociones del infante. “Las emociones se originan en contextos de interacción social. Por tanto, los desarrollos de las competencias para comprender, expresar y regular las emociones requieren no solo del desarrollo cognitivo sino también de la interacción con los otros. se trata de una relación bidireccional puesto que las demás personas del entorno del niño responden en función de las emociones que les generan la interacción con este niño.” (Caspi, Elder, Bem (1987); Scarr y McCartney (1989) como se citó Abarca, 2003) pág. 43

Dicho esto, vemos la importancia que tiene el profesorado en la educación del niño, se ha vuelto indispensable formar maestros emocionalmente inteligentes, que pueda educar a alumnos libres. Que a través de las experiencias que se presenten que se les enseñen a reconocer, controlar y a expresar de manera adecuada sus emociones. Dentro del aula donde susciten estas experiencias con el actuar del profesor impactara definitivamente en el aprendizaje del alumno.

Abarca (2003) distingue que “el elogio y el reconocimiento por parte del educador refuerza y consolida los comportamientos adecuados constituyéndolos como hábitos. El elogio de unos comportamientos y la falta de elogio de otros facilita la discriminación y generaliza de los aprendizajes. Estos niños crecen y desarrollan con seguridad en sí mismos autonomía personal e interés para lograr sus objetivos. Las dosis altas de elogio permiten tolerar las recriminaciones y castigos, sin efecto nocivos para el desarrollo personal. La toma de decisiones se realiza en función de las consecuencias que espera obtener, progresando en competencias y autonomía. asimismo, la relación con el educador es una relación, estable, y de aprecio mutuo”.

Buitròn, (2008) considera que el docente inteligente emocionalmente será capaz de formar y educar alumnos, dando el espacio para el conocimiento de sus propias emociones, a desarrollar el control de sus emociones y el saber cómo expresarlas de manera adecuada. Las emociones no solo se deben llevar en una asignatura, sino más bien genuinamente en cada una de las materias que se impartan dentro del aula y “para poder desarrollar necesitamos libertad de

elección, en primer lugar control absoluto de la educación y sobre su propia vida, tiempo adecuado de descanso y reflexión , adultos maduros emocionalmente que acompañen y estén atentos a las necesidades individuales y reales del niño en cuestión y situaciones reales de la vida en las que aprenda de forma activa y pasiva como se gestionan de forma exitosa las emociones” (Oprean, 2018) Cuando no podemos aplicar la posibilidad de que el alumno sea quien fije sus propias metas, hay que conseguir que las metas que fija el profesor sean reconocidas como propias del estudiante. (Caso, 2010)

2.2 Estrategias didácticas asociadas con el arte

Los modelos pedagógicos son los lineamientos teóricos que permiten al docente entender y para presentar fácilmente el proceso de enseñanza – aprendizaje para que los estudiantes aprendan bien, más y mejor.

En este proyecto estudiaremos 2 modelos pedagógicos, el cual uno de ellos es el Tradicional. El modelo pedagógico adquiere sus bases en el siglo XVIII, en los internados en los cuales se impartía principalmente a la comunidad cristiana, esta enseñanza buscaba la formación del carácter de los estudiantes, modelando y adaptando bajo los valores de la virtud, la disciplina, la cual tenía papel primordial en este modelo, la ética y el humanismo.

En este modelo los estudiantes deben ser receptores pasivos de la información, en la cual los profesores deben exponer sus conocimientos frente al estudiante y estos adquirirán el conocimiento al ser expuestos a ellos. Esta metodología es muy sencilla de aplicar, por ello se ha expandido tanto, ya que un profesor puede enseñar a una gran cantidad de alumnos al mismo tiempo, por ello es más fácil de estandarizar.

La metodología Constructivista nació a partir de diferentes autores como Piaget, Vygotsky, Brunner y Ausubel entre muchos autores más que enfatizan el papel activo del alumno y su estructura cognitiva.

Su principio fundamental que “los seres humanos construyen ideas sobre el mundo, las cuales evolucionan y cambian y les han servido para regular las relaciones consigo mismo, con la naturaleza y la sociedad” (Serra., 2002). Se puede decir que el constructivismo es la idea que mantiene al individuo, tanto en los aspectos cognitivos y sociales del comportamiento como los afectivos, ya que no es un mero producto del ambiente, ni un simple resultado de sus posiciones internas, si no que todo esto es una construcción propia que se va creando cada día y que nos ayudan a construir nuestro propio conocimiento.

El conocimiento es una construcción del ser humano: cada persona percibe la realidad, la organiza y le da sentido en forma de constructo gracias a la actividad de su sistema nervioso central, lo que contribuye a la edificación de un todo coherente que da sentido y unicidad a la realidad (Ortiz, 2015, p. 95)

Según el constructivismo el conocimiento no es una copia de la realidad, sino que es una construcción que realizamos en casi todos los contextos en los que se desarrolla nuestra vida. Estas construcciones son verdaderas para las personas, pero no necesariamente para los demás, esto quiere decir que el conocimiento es subjetivo, porque está cargado de nuestras experiencias, de las creencias, que son propias para las personas.

Por ejemplo, Un artista, cuando pinta, está creando, está construyendo nuevos mundos a través de aquellas experiencias, cada pintura es única, cada una tiene algo para decir, que a través del proceso de pintar nuestra obra vamos aprendiendo nuevas cosas, como aprender del material, de las técnicas, inclusive de nuestra realidad, nuestro interior y a partir de todo esto, logramos desarrollar un lenguaje y una nueva mirada.

Pero puede que este mundo que estamos creando no interese a los demás o no lo entienda porque no es algo que le parezca significativo, porque su realidad es otra y no encuentra ningún interés en la obra. He ahí como cada persona construye su realidad, a uno le puedo parecer un trabajo muy grato y al otro le puede parecer aburrido.

2.3 Teorías del aprendizaje infantil en relación al arte

El arte es un medio unificador, la cual forma parte muy importante de la educación para dar grandes pasos en el desarrollo del niño. Lowenfeld (1970) comenta que “El dibujo, la pintura o la construcción constituyen un proceso complejo en el que el niño reúne diversos elementos de su experiencia para formar un todo con un nuevo significado, en el proceso de seleccionar interpretar y reformar estos elementos, el niño nos da algo más que un dibujo o una escultura; nos proporciona una parte de sí mismo como piensa, como siente y cómo ve”.

Pero dentro de la educación en vez de aprender se valora más el memorizar datos que no se cuestionan, por el hecho de cómo se estructura el aprendizaje de enseñanza. Este sistema educativo no ayuda al niño a desarrollar su capacidad creadora, porque no tiene la sensibilidad ante las necesidades del infante y lo que hace es limitar al niño a desarrollar sus habilidades cognitivas y se abandona la posibilidad de una mente libre. Pero hoy ante muchos estudios podemos darnos cuenta que integrar las artes en el sistema educativo puede traernos muchos beneficios y parece necesario hoy en día desplazarnos hacia ellas.

La escuela no tiene las herramientas necesarias para llevar a cabo la creatividad, los maestros llevamos una metodología muy tradicional, en la cual los niños están sentados, mientras el profesor está enfrente haciendo preguntas a los niños con solo una respuesta, no hay otras formas de ver, no podemos expandir más nuestra conciencia o nuestra creatividad si solo contamos con una respuesta.

Dentro del aula como bien dice Sático (2018) “Debe ser un ambiente polifónico, si yo solo escucho un tipo de discurso y a una persona, pues eso es lo que internalizo, pero si escucho un entorno dialógico muchas voces, muchas maneras de pensar y de llegar a resultados de los problemas, pues ahí internalizo esa polifonía. Tengo varias maneras de entender el mundo que hace que la mía sea más rica”.

Lo primordial dentro de la educación sería enseñar a los infantes a descubrir y buscar respuestas por sí mismos, y esto nos lo permite la actividad artística. Debemos permitir al niño que explore y no limitar su capacidad creadora, si no que aprendan a crear creando, porque ellos deben ver la realidad sino con su propia mirada, un ser que asimila y descubre su entorno.

Para el niño el arte es un medio de expresión. Cuando un infante explora alguna expresión plástica, sin darse cuenta está expresando emociones y sensaciones. Lowenfeld (1970) comenta que “para los niños el arte es un lenguaje del pensamiento, ven el mundo de otra manera y que a medida que van creciendo, su expresión va cambiando, todo esto gracias a sus experiencias”.

El maestro juega un papel muy importante dentro del desarrollo creativo, el cual su objetivo es ser un guía para el infante y pueda desarrollar su capacidad creadora, no imponiéndole sus propios esquemas diciéndole que color usar o que hacer, porque este lograra inseguridades en el niño o niña que impedirán que el arte sea un medio de autoexpresión. “lo importante es el proceso del niño, sus pensamientos, sus percepciones, en resumen, sus reacciones ante el medio”. (Lowenfeld, 1970)

Lo más importante que debemos tomar en cuenta es al niño, su sensibilidad, su esencia, sus sentimientos y emociones que puede experimentar en los procesos, y no imponer las ideas del adulto sobre lo que es bonito o no, o imponer el color o sobre qué es lo importante, sino no dejar al niño explorar. Como bien dice Lowenfeld (1970) p. 23, Todo instituto de enseñanza (...) debe tratar de estimular a sus alumnos con sus propias experiencias, y de animarlos para que se desarrollen en la medida de lo posible los conceptos que expresan sus sentimientos, sus emociones y sus propias sensibilidades estéticas”. Dejar al niño explorar elevara un grado superior su aprendizaje.

Por ello debemos conocer y saber cómo desarrollar un ambiente de aprendizaje, ya que esto será clave para llevar una buena metodología de enseñanza, en donde el enfoque sean los procesos internos del estudiante. Herrera (2005) comenta que la educación debe brindar al alumno “un participante activo (..)

preparar alumnos autónomos, creativos, con capacidad crítica, de resolver problemas, de autorregularse y sobre todo de aprender a aprender”.

Vygotsky considera que el conocimiento se puede dar a través de un proceso de interacción con el sujeto y el medio, pero el medio entendido como algo social-cultural, no solamente físico. Aprender significa adquirir funciones cognitivas superiores, las cuales se adquieren interactuando con el entorno que lo rodea. Vygotsky lo llama aprendizaje de mediado o socio-cultural, ya que el interactuar con las herramientas son de tipo social o cultural ya que también pueden ser personas, instrumentos, utensilios, libros etc. El sujeto logrará construir conocimiento cuando interactúe con otros sujetos, mientras más entorno social tenga el sujeto mayor construcción de aprendizaje va a tener.

“A partir de esta naturaleza histórica-social de todo psíquico, la actividad productiva, transformadora de la naturaleza y de sí mismo, ocupa un lugar esencial en el desarrollo humano. Es en esta actividad en la que se produce el desarrollo. Pero esta actividad no solo es una interacción con el sujeto con el medio, sino que esta medida por los instrumentos, los objetos creados por el propio hombre con su trabajo, que son intermediarios en esta relación y en los que deposita sus capacidades, constituyendo así la cultura”. Ortiz (2013)

El ser humano por naturaleza explora el entorno a lo largo de su vida. Es un ser con curiosidad innata, con un deseo intrínseco de explorar su entorno. El ser humano desde tiempos ancestrales ha explorado para obtener conocimientos sobre el mundo que lo rodea. “Es la base misma de la vida. Es un proceso conformado por la cultura, influenciado por el lenguaje, las creencias y los valores, y moderado por las características distintivas de esa parte de nosotros mismos que a veces llamamos individualidad”. Eisner (2020)

Eisner (2020) define a la cultura de dos formas “En el sentido antropológico, una cultura es una manera de vivir compartida. En el sentido biológico en lugar del término cultura se emplea su sinónimo cultivo”. Díez (2017) comenta “cultivo significa cultura. En el momento en que el ser deja de ser nómada para establecerse en un lugar en cuando se dan los elementos necesarios para el

desarrollo de la cultura, cuando se empieza cultivar la tierra es cuando empieza a desarrollarse la cultura”. Me imagino a los niños, a cada uno con una cajita, que a través de esta experiencia que es la vida, van recolectando y vamos también el círculo social poniendo dentro de ella todo lo que pasa a su alrededor que va construyendo al infante su identidad, sus creencias, su lengua, costumbre, comportamientos, cómo ve la vida. Entendiendo esto, todo lo que se ponga en esta cajita interferirá en su vida, por lo tanto, debemos agregar a esa cajita cosas con valor, cosas significativas que puedan nutrirlo. Los padres, como tan bien maestros debemos plantar semillas dentro de ellos, cuidar estas semillas y nutrirlas para que en un futuro sean arboles hermosos llenos de sabiduría y valor. Debemos cultivar la mente, debemos recordar que somos la identificación de la sociedad, lo que significa para mí que podemos transformar, crear algo nuevo. Porque si la cultura de hoy no nos funciona, no encontramos lo que estamos buscando, entonces tenemos que dejar de voltear a ver la cultura y ver a la contracultura donde podemos encontrar otra clase de valores, otra clase de cuerpos de conocimiento y nuevas formas de ver la vida.

Los humanos tenemos la capacidad de crear una cultura en donde puedan crecer los integrantes de una comunidad. Eisner (2020) comenta que “las escuelas, al igual que la sociedad más amplia de la forman parte, actúan en los dos sentidos del termino como cultura y como cultivo, en este caso de las mentes de los niños. La organización de las escuelas, lo que se enseña en ellas, las normas que se establecen y las relaciones que fomentan entre los adultos y los niños son importantes porque conforman las experiencias que es probable que tengan los alumnos, experiencias que influirán en lo que los niños van a ser”

Las escuelas no solo cumplen con la función de transmitir conocimientos, sino que también es un lugar donde se cultivan tanto los estudiantes como los docentes a través de esta interacción. Es un lugar donde se siembran semillas de conocimiento, habilidades y valores. Es un espacio fundamental para el desarrollo individual y colectivo.

Ortiz (2013) comenta que” los fenómenos psíquicos como también la creatividad son fenómenos de origen social, por lo tanto, estas se desarrollan históricamente en función de las condiciones de vida y la actividad social en el que el sujeto está inmerso”. “Por tanto, los desarrollos individuales dependen de esta psique social. Por muy individual que sea cualquier creación siempre incluye el coeficiente social, en este sentido ninguna invención será personal, en el puro significado de la palabra, en ella siempre hay algo de colaboración anónima” Vygotsky (1999). Por lo tanto “la experiencia del niño si queremos proporcionarle bases suficientes sólidas para su actividad creadora. Cuanto más vea, oiga y experimente, cuanto más aprenda y asimile, cuantos más elementos reales disponga en su experiencia el niño, tanto más considerable y productiva será, a igualdad de las restantes circunstancias, la actividad de su imaginación.” Vygotsky (1999)

Un ambiente de aprendizaje en donde se tomen en cuenta las necesidades del alumno, donde fortalezca sus relaciones y brinde oportunidades de autorregulación aumentará las oportunidades de los infantes ya que este conocimiento se construirá entre todos. Tenemos un cerebro social, una inteligencia colectiva que nos permite entender el mundo de diferentes formas que enriquecen nuestra forma de ver. Por eso es importante que las influencias significativas de la interacción social del cerebro sean saludables y ricas para una buena respuesta adaptativa. “La experiencia es fundamental para este cultivo porque es el medio de la educación. La educación, a su vez, es el proceso de aprender a crearnos a nosotros mismos, y esto es lo que fomentan las artes entendidas como proceso y como los frutos de este proceso. El trabajo de las artes no es solo es una manera de crear actuaciones y productos; es una manera de crear nuestras vidas ampliando nuestras conciencias conformando nuestras actitudes, satisfaciendo nuestra búsqueda de significado, estableciendo contacto con los demás y compartiendo una cultura”. Eisner (2020).

Generar un ambiente lúdico es un enfoque que se basa en un aprendizaje a través del juego y la recreación como herramienta. Se trata de utilizar actividades lúdicas y divertidas en el proceso educativo, con el objetivo de motivar a los estudiantes,

fomentar su creatividad, promover la participación activa y mejorar la retención de los conocimientos. Ya que lo lúdico nos ayuda que a través de la diversión pueden tener un impacto en la mente y el bienestar de las personas.

“El juego es una proyección de la vida interior hacia el mundo, en contraste con el aprendizaje, mediante el cual interiorizamos el mundo externo y lo hacemos parte de nosotros mismos. En el juego nosotros transformamos el mundo de acuerdo a nuestros deseos. El juego es una actividad sumamente importante para el crecimiento. En el juego el niño expresa su personalidad integral. Es una actividad significativa por las posibilidades de autodescubrimiento de exploración y experimentación, a través de la cual el niño se descubre y se conoce a sí mismo, es además un proceso de descubrimiento de la realidad externa. Rios (2013)

La creación de un ambiente lúdico sería fundamental y efectiva para el desarrollo de los sentidos en los niños ya que les permite aprender y explorar de manera divertida y motivadora. Al inducir al infante al contacto real con su contexto generan un aprendizaje significativo. A través de actividades sensoriales y juegos los niños pueden desarrollar sus sentidos de manera integral, lo que contribuye a su desarrollo cognitivo, emocional y físico. El contexto juega un papel muy importante al igual que la interacción social que comienza a surgir y da inicio al desarrollo. Es así como el aprendizaje y el desarrollo comienzan a interactuar, ya que el aprendizaje a través de esta interacción colectiva surge fácilmente, los mediadores tienen un papel muy importante durante este proceso, en el cual serán guías para que el infante pueda desarrollar sus capacidades.

La integración sensorial es el alimento del cerebro y es un procesamiento muy importante, ya que ayuda al desarrollo del cerebro quien proporciona el conocimiento para dirigir al cuerpo y la mente. Por lo tanto, sin un buen desarrollo de la integración sensorial, no podríamos procesar y organizar la información sensorial de manera eficiente. Los sentidos nos permiten comprender el cuerpo y a través del percibimos el ambiente, las personas, las cosas. Como distingue Ayres (1998) “las sensaciones dicen al cerebro lo que el cuerpo está haciendo y el cerebro le dice al cuerpo que hacer”. Al tener una muy buena integración sensorial

en el cerebro el niño se vuelve autónomo, eficiente, creativo y experimenta nuevos retos que responden de manera afectiva. El juego juega un papel muy importante para el desarrollo del niño porque permite experimentar con sus sentidos, por ejemplo, conocer los sabores de una fruta, conocer su sabor, su color, sus texturas, saber que aroma tiene.

Por lo tanto, el arte nos ofrece una amplia gama de estímulos sensoriales que pueden ser explorados y experimentados de manera creativa lo que ayuda a desarrollar y fortalecer los sentidos de los niños de una manera integral. Eisner considera que “las artes nos ofrecen una especie de licencia para profundizar en la experiencia cualitativa de una manera especialmente concentrada y participar en la exploración constructiva de lo que pueda engendrar el proceso imaginativo”. El arte ofrece al niño un ambiente de exploración con múltiples oportunidades para experimentar con sus sentidos.

“Los niños les produce un placer especial la pura exploración potencial sensorial de los materiales que usan. Es a esta edad cuando su capacidad de imaginación, libre de las limitaciones de la cultura, les permite convertir en un avión que vuele”. Eisner (2020) las sensibilidades de las artes nos invitan a ser conscientes de lo que vemos, oímos, saboreamos, tocamos, olemos para poder experimentar, las artes nos permiten percibir las cosas, conocerlas, examinarlas para así comprender la vida misma. Nos abre un panorama hacia la experiencia estética completa, que involucran los sentidos, nuestras e ideas. Nos permite desarrollar nuestra capacidad creadora al abrirnos a estas nuevas experiencias, a explorar otras perspectivas y a conectar con los demás y con nosotros mismos.

Hoy vivimos un mundo tecnológico, o a lo cual llama el filósofo Han el mundo de las “no cosas” lo que significa que vivimos en un reino de la información que hace creer que somos libres. Ya que la digitalización desmaterializa al mundo, los humanos ya no podemos generar recuerdos por que las cosas en este mundo son desechables, ahora nuestros recuerdos solo son datos almacenados. Comenta Han () “Esta desnaturaliza las cosas del mundo informatizándolas”. Lo cual gravemente ocasiona una desconexión con nuestro entorno y con el ser. Han

comenta que hemos pasado a ser una especie phono-sapiens la cual significa que ahora interactuar el mundo con nuestros dedos. Un ser humano que solo juega y disfruta. Son nuestros dedos quienes accionan y tristemente en consumo.

Lowenfeld (1970) comenta que “El hombre confía menos en el contacto real con el ambiente, a través de los sentidos. El hombre se está convirtiendo en un observador pasivo de su cultura, que en un constructor activo de ella”. Los infantes cada día se separan más de sus sentidos y del aprendizaje significativo. El niño ya no juega como antes por la llegada de los aparatos tecnológicos, ya no construye casas del árbol, ya no juega con la tierra, ya no se sube a los árboles, el contacto con el ambiente se ha perdido.

Los sentidos juegan un papel muy importante en la vida del ser humano ya que, a partir de estas, el aprendizaje puede ser dado y es algo que dentro de las escuelas no se le ha dado la suficiente importancia. Dentro de este mundo artificial, se hace más difícil el desarrollo de estas experiencias sensoriales, por el tiempo que vivimos, ahora los niños a una edad muy temprana comienzan a tener contacto con pantallas de celular o computadoras que sobre estimulan, lo cual el cerebro generara un circulo de recompensa y buscara querer más y más de los mismo, se formara este círculo vicioso en donde se estancara sus posibilidades de aprendizaje, porque no tendrá nuevos aprendizajes, relaciones sociales, inclusive causa ansiedad y malos comportamientos. Por ello debemos estimular la imaginación del niño de una forma natural.

Los sentidos son nuestras primeras vías hacia la conciencia. Sin un sistema sensorial intacto no seríamos conscientes de la cualidad del entorno a las que ahora respondemos. Esta ausencia de conciencia nos haría incapaces de distinguir al amigo del enemigo, de alimentarnos o comunicarlos con los demás. Eisner (2020) “La educación artística tiene la misión especial de desarrollar en el individuo aquellas sensibilidades creadoras que hacen que la vida otorgue satisfacción y sea significativa” Lowenfeld (1970)

Conclusión

A partir de lo expuesto anteriormente, podemos concluir que desarrollar la agilidad emocional a través del arte es de gran herramienta para tener un buen desarrollo del educativo. Tener un buen cultivo requiere de nutrirlo y cuidarlo. Y así debemos pensar con referente a los niños. Decimos que son el mañana, el futuro y lo son, por lo tanto, debemos cuidarlos.

Necesitamos cambiar nuestros modelos educativos, adjudicarnos de ellos y enseñar cosas con valor. Cosas significativas. La clave está en uno mismo, en el educador, en el padre. Los niños son el reflejo de la humanidad, de lo que hemos venido siendo, de lo que somos y lo que seremos. Debemos preguntarnos ¿hacia dónde queremos llegar?, ¿quiénes queremos ser?, ¿Quiénes queremos que sean nuestros hijos, nuestros alumnos? Considero que es lo más humano que puede haber. Pensar en uno y pensar en el otro.

Seguimos por el mismo camino dentro de la educación, se ha convertido en un lugar de aprendizaje limitado. Y lo interesante es que buscamos otros espacios, talleres fuera de la escuela tradicional para que nuestros niños aprendan algo que verdaderamente les guste y puedan desarrollar sus habilidades. Dentro de la escuela nos encontramos con memorizar datos que no le aportan significado a la vida del niño y no permiten expandir su creatividad porque, al tener una metodología tradicional, nos limita a una respuesta, a una sola verdad.

Muchas veces los niños se sienten mediocres y desmotivados, creen que son tontos por no aprobar las materias, lo que sucede en realidad es que todos tenemos diferentes habilidades, por lo tanto, no podemos estar encapsulados todos en una misma cajita, de un solo color. Somos una variedad, con gustos distintos y eso es algo que debemos comprender, porque causamos un grave daño emocional al niño y al futuro adulto. Estamos haciendo creer que no es capaz.

La agilidad emocional nos viene a revelar un nuevo camino dentro de la educación, y nos dice que para activar el deseo de pensar es necesario encender

previamente una emoción. Y aquí nos muestra un nuevo panorama. La emoción nació antes que la razón, ahí está el principio de todo. Las emociones juegan un papel muy importante dentro del aprendizaje. En el capítulo anterior, sobre cómo se desarrolla el cerebro emocional, podemos ver que en la antigüedad las emociones permitieron al ser humano aprender de su entorno, aprendió a sobrevivir. Se relacionó con su entorno a través de sus sentidos y sus emociones.

Debemos de regresar a ellos, a nuestro punto de partida. Hoy vivimos en un mundo consumista, en un mundo tecnológico, donde muchos de nosotros no nos permitimos separarnos de estos aparatos, pareciese que no hay donde más voltear a ver que la pantalla de nuestros celulares y computadoras. Las experiencias humanas cada vez son más difíciles de obtener. Porque estos aparatos nos separan de la realidad, de nuestros sentidos. Nos volvemos seres pasivos y fáciles de manipular.

Permitirnos desarrollar nuestra agilidad emocional, nos vuelve personas autónomas, personas críticas, nos permiten tener valores y reflexionar sobre nuestros hábitos y a motivarnos por nosotros mismos hacia lo que deseamos ser. Pero para lograrlo también debemos voltear a ver a las artes, porque ellas unifican, y necesitamos un vínculo que nos permita llevar a cabo esta causalidad.

Las artes nos permiten obtener una construcción de nuestras experiencias a dar un nuevo significado, las artes son el lenguaje del pensamiento. Ellas nos permiten desarrollar nuestras emociones. Cuando el niño está pintando no hay duda de que está expresando sus emociones, sentimientos, pensamientos. Las artes nos acercan de nuevo a nuestros sentidos, a través de las texturas, los colores, los sonidos. Nos invita a explorar con nuestro entorno, con el otro.

Como sabemos el aprendizaje significativo se da a través del otro, al relacionarnos con nuestro entorno, al experimentar con él. Los profesores deben permitir crear un ambiente donde se pueda estimular al alumno con sus propias experiencias. Donde el niño pueda, jugar y aprender a la vez con sus sentidos. Cuanto más experimente el infante mucho mayor será su actividad de la imaginación. Desarrollar su capacidad creadora permitirá al niño desarrollar su sensibilidad.

Nuestros niños, son el cultivo de nuestra cultura, debemos cambiar las normas, construir nuevas formas de ver y de pensar. Para que sea un constructor activo y que su vida este lleno de significado. Como maestros también debemos permitirnos ser sensibles, autónomos y críticos, salir de nuestra zona de confort y encontrar nuestra verdadera motivación, permítete conectarte con tu alma. Permítete emerger como las flores.

Demos pasos agigantados, construyamos una fábrica de emociones, permítete sentir y permitamos sentir. Estemos listos, con los ojos bien abiertos, atentos a escuchar de las grandes aventuras de los niños y niñas. Les demos voz, les demos herramientas que aporten a su vida significado y no olvides divertirse

CAPÍTULO III AVENTURA EMOCIONAL

3.1 La escuela Jaime Torres Bodet de Tuxtla Gutiérrez

La escuela Jaime Torres Bodet C.C.T 07DPR1570N, Se localiza en Tuxtla Gutiérrez, en el estado de Chiapas, México. Pertenece a la zona escolar. Sector :05. Es una escuela de sector público de nivel educativo Primaria, de turno matutino. Dirigida por el director, Abraham Ruiz Guillen. La escuela tiene 417 alumnos, de los cuales 231 son mujeres y 186 son hombres y cuenta con 13 maestras.

Actualmente la escuela cuenta con 13 salones donde se atienden a los alumnos y alumnas de 1º y 6º grado de esta institución. En cuanto a la infraestructura, cuenta con una dirección, una plaza cívica y sus instalaciones sanitarias. Se encuentra ubicada calle Quinta Poniente Norte entre 9ª y 10ª norte. Núm. Ext.1160 Barrio Niño de Atocha.

3.2 Propuesta didáctica con base en el barro cerámico: Taller fábrica de emociones.

A continuación, se llevará a cabo toda la practica teórica que se ha venido desarrollando durante a lo largo del trabajo, la secuencia didáctica consta de 14 actividades, las cuales Las primeras 6 son una introducción al arte, esto nos ayudar a conocer a los infantes y su agrado por esta área como, también nos brindara la oportunidad de conocer la escuela, como es el ambiente, si hay suficiente espacio para poder trabajar las actividades que más adelante llevaremos con barro. Hacer esta evaluación nos ayudara a ver qué cosas necesitaremos para trabajar adecuadamente, ver con que cosas cuenta la escuela

y con que no para que el proyecto sea con éxito. De la actividad 7 a la 14 comenzaremos a trabajar con el barro y sobre sus emociones del niño.

Actividad 0
CUADERNO DE COLORES

Objetivo: Plasmar nuestras emociones, sentimientos, pensamientos, reacciones sobre lo que podamos reflexionar.

Actividad.- En esta actividad realizaremos un cuaderno, con el cual cada día que tomemos la clase dibujemos como nos sentimos. Esto con el objetivo de que el niño tome un descanso y reconozca lo que está sintiendo y también pueda desarrollar su imaginación.

paso 1
para esta actividad necesitaremos cartón y hojas blancas. comenzaremos doblando cada una de las hojas blancas a la mitad, al finalizar uniremos todas y colocaremos resistol en la orilla de las hojas para que no se despeguen.

paso 2
por el segundo paso doblaremos el cartón a la mitad y en medio colocaremos el block de hojas con bastante Resistol. Al quedar bien pegado y quede listo le diseñaremos una portada

Productos esperados
que el niño obtenga claridad y conciencia hacia sus sentires y ayude a su autodesarrollo

PARTICIPANTES
Niños de 8 años de 3er grado de la primera escuela Jaime Torres Bodet

DURACION
15 min.



Actividad 1

NOS CONOCEMOS.



Objetivo: Reconocerse como persona, con una historia y con emociones.

paso 1

En la primera actividad que realizaremos se les pedirá a los alumnos que dibujen un animal cual creen que les gustaría ser y en qué lugar les gustaría estar, se les darán una base de madera, lápiz y borrador a cada niño para que ellos puedan dibujar

paso 2

Después se le presentara una serie de materiales orgánicos (hojas de árboles, ramas ...) con la finalidad de que puedan ver sus diferentes texturas, formas y colores. Con este material orgánico será con el cual le daremos color a nuestra obra. Para esta actividad necesitaran pegamento y tijeras.

paso 3

Al finalizar colocaremos nuestros dibujos en forma de circulo y se les pedirá a los alumnos que observen las piezas de sus compañeros y compañeras. Después nos sentaremos frente a nuestros dibujos y cada alumno se presentará y comentará su pieza.

notas

Háblame de ti: ¿Cuál es tu nombre? ¿Qué te gusta hacer en tus ratos libres? ¿Qué música te gusta escuchar? ¿Cuál es tu pasatiempo favorito?

Obra: ¿Qué animal te gustaría ser? ¿Por qué? ¿Cómo es ese animal? ¿En qué lugar te gustaría estar y por qué? ¿Cómo te hace sentir ese lugar? ¿Qué sonidos tiene ese lugar? ¿A que huele?

Productos esperados

fortalecer la identidad
desarrollarla confianza para
expresar sus emociones

PARTICIPANTES

Niños de 8 años de 3er
grado de la primera
escuela Jaime Torres
Bodet

DURACION
2 HRS



Actividad 2

RECONOCEMOS AL OTRO.

ME PRESENTAN AL OTRO.

Objetivo: Reconocer al otro como un individuo, que siente, que tiene una vida y que se relaciona con nuestro espacio

paso 2

A cada niño se le pasara una hoja de papel para que realice el boceto de su dibujo. Al finalizar su boceto se les pasara una madera en la cual pasaran su dibujo a limpio.

paso 4

En este paso nuevamente observaremos los trabajos de nuestros compañeros y después no sentaremos en círculo. Ellos me presentaran a sus compañeros con el dibujo que realizaron. Ya seca la pieza le obsequiaremos la pieza que realizaron a su compañero que le toco.

Productos esperados

Que reconozcan al otro como un individuo que tiene sentimientos y emociones por lo tanto se le debe respetar

Que use el arte para evocar y relatar hechos para expresar y comunicar ideas

PARTICIPANTES

Niños de 8 años de 3er grado de la primera escuela
Jaime Torres Bodet

DURACION
2 HRS

paso 1

Para esta actividad se colocará en pequeños papelitos los nombres de cada uno de los infantes, cada uno de ellos pasara por un papelito, el infante tendrá que dibujar algo que lo represente a el niño o niña que le toco. Ejemplo, Samuel tomo un papelito y le toco a Ana, Samuel tendrá que realizar un dibujo que represente a Ana. ¿Cómo es Ana? ¿Quién es Ana? ¿Qué le gusta a Ana? ¿Conocemos a Ana? Si Ana fuera una canción, ¿cuál sería? Si Ana fuera un color ¿Cuál sería?

paso 3

Después en unos 5 vasitos se les pasara la Maseca ya pintada la cual usaremos como plastilina. Esta plastilina lo aplicaremos a su dibujo, esto para generar volumen y se involucren en esta experiencia sensorial.

notas

¿Quién es Ana para ti? ¿Cómo es Ana? ¿De qué color es Ana? Si Ana fuera un sonido ¿Cuál sería?



Actividad 3

¿QUE EMOCION SOY?

- Objetivo:
- aprender a reconocer las emociones
 - Identificar las emociones de los demás
 - Expresar lo que sentimos a través de la experiencia sensorial

paso 1

Paso 1.- En esta actividad realizaremos un juego en el cual cada uno del niño ira pasando enfrente, la maestra le dará una emoción y una situación, el deberá con mímicas expresar lo que está ocurriendo. Los demás por medio de dibujos deberán expresar lo que creen que el otro está diciendo.

paso 2

Después se les mostrara a los infantes diferentes obras de arte, en el cual ellos deberán comentar que sentimientos retrata el autor.

La vaca amarilla de Franz Marc. Es un cuadro que nos demuestra la alegría en sus colores amarillos vibrantes. Nos demuestra muchas emociones y sentimientos al ver a una vaca feliz entre la naturaleza.

¿Qué siento al ver la obra? ¿Qué colores vemos? ¿Qué emociones siento cuando veo la obra? ¿En qué parte de mi cuerpo siento la emoción?, ¿De qué tamaño es? ¿Cómo es su textura? ¿Qué me hace recordar?

Después de analizar la pintura junto con los alumnos, para esta primera actividad lo que realizaremos es, en una cartulina recrearemos esta pintura con algo que nos haga recordar esta pintura, como nos hizo sentir, como ellos pintarían la felicidad.

paso 3

Después de terminar esta actividad jugaremos un juego llamado si yo fuera (miedo, tristeza...) que animal(persona, película, lugar...) sería? nos sentamos en frente y empezamos lanzando la pregunta?

.esto par reconocer que cosas , personas, lugares nos incomodan o nos hacen sentir bien e identificarlas.

Productos esperados

Que el niño/a aprenda a ser observador, que analice las formas, los colores, las texturas de las obras las formas corporales, los gestos...

Que sea capaz de reconocer sus emociones y que aprenda a comunicarlas a través de la producción artística

PARTICIPANTES

Niños de 8 años de 3er grado de la primera escuela
Jaime Torres Bodet

DURACION
2 HRS



Actividad 3

¿QUE EMOCION SOY?

- Objetivo:
- aprender a reconocer las emociones
 - Identificar las emociones de los demás
 - Expresar lo que sentimos a través de la experiencia sensorial

paso 1

Picasso, seria de azul

En esta actividad analizaremos el cuadro de Picasso. En esta serie de cuadros el autor vivió conflictos muy fuertes, llevándolo a un conflicto entre la vida y la muerte quien lo condujo a vivir y experimentar nuevas formas de expresar sus emociones.

¿Qué siento al ver la obra? ¿Qué colores vemos? ¿Qué emociones siento cuando veo la obra? ¿En qué parte de mi cuerpo siento la emoción?, ¿De qué tamaño es? ¿Cómo es su textura? ¿Qué me hace recordar?

paso 2

Después de analizar la segunda obra, realizaremos un dibujo sobre lo que sintieron con la obra y usaremos una paleta de colores fríos. se le pasara una hoja blanca para realizar la actividad. a terminar hablaremos sobre lo que realizaron. al finalizar haremos un juego de preguntas en la cual abundaremos en nosotros mismo en cosas que nos gusten o no, dependiendo la pregunta

paso 3

cuando terminemos jugaremos la papa se quemada en la cual quien se quemara tomara una de las preguntas que se encontraran en una cajita y responderá.

preguntas:

cuando ha sido la ultima vez que has llorado?
que te hace enojar
cual es tu comida favorita
que te gustaria ser de grande
que te hace sentir feliz

Productos esperados

Que el niño/a aprenda a ser observador, que analice las formas, los colores, las texturas de las obras las formas corporales, los gestos...

Que sea capaz de reconocer sus emociones y que aprenda a comunicarlas a través de la producción artística

PARTICIPANTES

Niños de 8 años de 3er grado de la primera escuela
Jaime Torres Bodet

DURACION
2 HRS



Actividad 4

LEEMOS UN CUENTO

- objetivo:
 - Estimular la imaginación y creatividad del alumno
 - fomentar la participación individual como colectiva
 - Adquirir conciencia de las emociones propias y ajenas

paso 1

El primer paso que realizaremos antes de empezar la actividad será realizar un juego llamado ¿quién soy? Lo primero que haremos será realizar equipos de 2 y se le pasara a cada uno una hoja blanca, lo cual se les pedirá que tomen turnos para que puedan retratar bien a su compañerito/a. Después juntaremos todos los dibujos y colocaremos el nombre del alumno retratado. Pediremos que pase uno de los alumnos al cual le daremos uno de los retratos al azar y el alumno deberá adivinar quién es el que esta retratado haciendo preguntas a los demás compañeritos/as. Ejemplo: Carlos le toco el retrato de Sara (Carlos no tiene que ver el dibujo) Carlos deberá hacer preguntas a sus compañeros para adivinar. ¿Es la más pequeña del salón? ¿Tiene el cabello suelto? ¿Trae un suéter rosa? Así hasta adivinar quién es la que esta retratada.

paso 2

En este segundo paso leeremos un cuento llamado "EL GATO SIN NOMBRE" es un cuento sobre la importancia de tener un lugar en el otro, ser reconocido y amado.

En esta parte hablaremos acerca del cuento, qué les pareció, ¿Qué sintieron al escuchar el cuento? ¿Por qué el gato se sintió así? ¿Qué buscaba el gato? ¿Les ha pasado algo parecido que al gato? ¿Cómo se sienten cuando son reconocidos? ¿Cómo se sienten cuando les dicen algo bonito? ¿encontraron alguna relación con el juego? ¿Cómo se sintieron cuando se dieron cuenta que eran ustedes mismos? ¿como se sintieron cuando no encontraban a su compañerito?

paso 3

Paso 2.- El teatro "Contamos una historia"

A los niños se les pasará una hoja blanca y partir del cuento leído "el gato sin nombre" los niños escribirán algo que los allá hecho sentir a igual que el gato o algo que sintieron al escuchar el cuento. Después les pasare dos hojas blancas y comenzaran a ilustra ese recuerdo.

Paso 3.- Después de ilustrar la historia, realizaremos marionetas para ello usaremos cartones, pinturas, palitos de paletas, tijeras y decoran, al finalizar cada uno nos presentaremos en el teatro que realizará la maestra con cartón.

Productos esperados

Que el niño identifique y haga uso de sus sentidos, la expresión verbal, escrita y artística sus sensaciones y percepciones

PARTICIPANTES

Niños de 8 años de 3er grado de la primera escuela
Jaime Torres Bodet

DURACION
2 HRS



Actividad 5

SOY YO



Objetivo:

- Aprender a reconocer y etiquetar lo que sienten.
- Reconocernos como seres emocionales.

paso 1

En esta actividad se le pasara a cada niño una hoja blanca en la cual ellos escribirán que cosas que los hacen sentir tristes, que los enoja, sus miedos, lo que lo hace sentir feliz, que cosas le gusta y que no, con la intención de que ellos puedan reconocerse y reconocer los sentimientos del otro

paso 2

Terminando la primera actividad, se les pedirá a los niños y niñas que realicen equipos de 3 y después se les dará un pliego grande de papel craft, para esta actividad saldremos al patio de la escuela.

Cada uno de los niños se acostara en el papel craft y con la ayuda de su equipo dibujara su silueta con un gis, y asi cada integrante del equipo dibujará su silueta.

paso 3

Ya que cada uno de los niños haya dibujado su silueta, la dividirá en 5 partes, sus tristezas, sus enojos, sus miedos, su felicidad, asco y cada una de las divisiones las pintara con un color, ejemplo: enojo-rojo tristeza- azul

Al finalizar la actividad, expondremos nuestros dibujos en equipos.

Productos esperados.
fomentar el equilibrio emocional.
aprender a expresar las emociones difíciles

PARTICIPANTES

Niños de 8 años de 3er grado de la primera escuela
Jaime Torres Bodet

DURACION
2 HRS



Actividad 6

Mosaicos mural

LA BELLEZA DE LAS CICATRICES



Objetivo:

- aprender a reconocer nuestras heridas emocionales.
- aprender a ser vulnerables y humanos ante los demás.

paso 2

Para esta actividad necesitaremos 2m de papel craft y se les pedirá a los niños que deberán llevar hojas de colores las cual se recortaran en cuadritos.

paso 4

En este paso hablaremos sobre las heridas del corazón, profundizaremos en ellas para poder realizar la actividad.

Se le preguntara al alumno si alguna vez se ha lastimado y si le ha dejado alguna cicatriz. se le pedirá al alumno que dibuje su cicatriz y la pinte. analizaremos su forma y sus colores como también como fue que se la hicieron.

al finalizar abundaremos temas sobre algunas tristezas que no puedan olvidar

paso 1

En esta actividad adaptaremos el kitsugi una técnica centenaria de Japón que consiste en reparar las piezas de cerámica rotas con oro, esta técnica de restauración busca que las partes en donde se ha separado la pieza destaquen y por eso las pegan con oro, ya que buscan que destacar la belleza de las cicatrices.

Para esta actividad hablaremos un poco sobre aquellas cosas rotas en nuestro corazón, aquello que nos allá hecho sentir mal y por otro lado describir cuáles son sus cualidades.

paso 3

Al finalizar realizaremos un dibujo de esa herida del corazón en hoja blanca y al finalizar la pasaremos en el papel craft

paso 5

Cuando terminemos comenzaremos a colocar los cuadritos de colores que recortamos en el dibujo evitando que se peguen unos a otros. Por ultimo le colocaremos brillantina a las grietas que quedaron para que haga alusión a las heridas.

paso 6

Cuando terminemos haremos una retroalimentación sobre lo que hicimos, comentaremos lo que realizamos y hablaremos sobre las heridas que al principio duelen mucho y que al principio son difíciles de afrontar pero nos pueden hacer crecer en el camino

Productos esperados

Aprender a ser empáticos con el otro y sobre todo con nosotros mismos.
Reconocer lo que sentimos y poder expresarlo sin miedo.

PARTICIPANTES

Niños de 8 años de 3er grado de la primera escuela
Jaime Torres Bodet

DURACION
2 HRS





Actividad 7

PRESENTO EL BARRO



Objetivo:

- Emplear el barro como uso para la expresión emocional
- potenciar la estimulación sensorial a través del barro

paso 1

En esta actividad será presentarles el barro, explicarles un poco el material, esta actividad más que nada es sensorial, que el niño pueda jugar con el barro y experimentar con ella. Para esto necesitaremos, una playera o mandil para cada niño, botes de agua, franelas, bolsas, barro, estiques y una cubeta

paso 2

La siguiente actividad será trabajar algo libre, para que ellos más que nada comiencen a hacer uso del material, este paso es muy importante ya que como sabemos el barro es un material que puede ocasionar un caos, ya sea mancharnos.

paso 3

Después de terminar la actividad comenzaremos algo utilitario para que vean un poco las posibilidades de este material. Comenzaremos a realizando el amasado para quitar el aire, procederemos a usar una técnica que se llama churritos y pellizado.

Productos esperados

experimentar con el barro
las emociones que
presenta al tocar y jugar
con el barro

PARTICIPANTES

Niños de 8 años de 3er
grado de la primera escuela
Jaime Torres Bodet

DURACION
2 HRS



Actividad 8

A TRAVES DE LA MUSICA Y EL BARRO



Objetivo:

- Conocer e identificar las emociones a través de la música

paso 1

Para este primer paso lo que necesitaremos será barro, agua, tela, mantel, vendas para los ojos, bocina y música. Para los niños deberán traer una playera o mandil para no mancharse el uniforme.

Esta actividad se realizará fuera del salón, para no dejar restos de barro al suelo. Empezaremos vendando los ojos a cada niño, por consiguiente, se le pasara una bola de barro a cada niño.

paso 2

Paso 2: Se elegirán 6 canciones diferentes. Para este segundo paso se elegirá una de las canciones y se les pedirá a los niños que esculpan los que están sintiendo y así sucesivamente con cada una de las canciones.

paso 3

Paso 3: Después de cada canción veremos cómo nos ha quedado la pieza y hablaremos sobre cómo se sintieron, en que pensaban durante la canción, que fue lo que pensaban hacer, que figuras imaginaban

Productos esperados
Saber expresar nuestras
emociones
adecuadamente

PARTICIPANTES

Niños de 8 años de 3er
grado de la primera escuela
Jaime Torres Bodet

DURACION
2 HRS



Actividad 9

¿QUE HAY EN LA VENTANA?

UNA ESCENA DE EMOCIONES



Objetivo:

- Fomentar la imaginación y la creatividad

paso 3

En el tercer paso se les dará una cartulina en la cual se realizará el boceto de la obra que presentaran con el barro. Esta será pintada y atrás de la cartulina se escribirá la historia que nos contarán.

paso 1

Para esta actividad lo que realizaremos será realizar 5 equipos, a cada niño le tocará una emoción. Dependiendo de la emoción que les haya tocado, se pondrán de acuerdo y escribirán una historia o un cuento.

paso 2

En este segundo paso se le dará a cada niño una hoja blanca en la cual cada uno plasmara sus ideas, después las presentaran con su equipo para ir uniendo y sugiriéndose cosas para crear esa historia

paso 4

En el cuarto paso se le pasará a cada equipo una porción del barro con el cual se realizará el proyecto. Para ello también deberemos contar con estiques para que se les facilite manipular mejor el barro

paso 5

En el último paso cada uno de los equipos expondrá su obra, y nos contarán la historia que escribieron. Hablaremos un poco acerca de las emociones conforme se vaya desarrollando el tema.

Productos esperados

Reconocer que emociones tienen mayor intensidad en ellos

PARTICIPANTES

Niños de 8 años de 3er grado de la primera escuela
Jaime Torres Bodet

DURACION
2 HRS



Actividad 10

UN REFLEJO DE LA TRISTEZA



Objetivo:

- Reconocer la emoción con una situación vivencial a través del lenguaje oral y el barro.

paso 1

lo primero que realizaremos ser escuchar la canción la luna perdió su arete con la cual trabajaremos la emoción de la tristeza

Después de escucharla analizaremos la canciones y las emociones que tuvo la luna. ¿Qué sentía la luna? ¿Por qué se sentía así?

paso 2

Al terminar recordaremos situaciones en el que nos hemos sentido así y escribirlas en una hojita blanca. después doblaremos esa hojita y las dejaremos en la mesa y cada uno tomara una menos la suya. De quien le haya tocado le realizará su dibujo y pasara a dibujarla en una hoja papel craft

paso 3

Para esta actividad realizaremos una técnica de bajo relieve, en la cual consiste en hacer una plaquita e ir agregando o quitando material para generar volumen.

pasaremos a cada uno el barro y realizaran el dibujo de lo que escribió su compañerito/a y al finalizar comentaran lo que realizaron y lo que escribió su compañero

Después de terminar analizaremos como la tristeza nos conlleva a la perdida de algo valioso para uno y enseñarles a como transitarla e identificar para salir de ella. al terminar fabricaremos una luna en un cartoncito y por atrás el sol para dar con esta idea de que siempre se le puede dar vuelta a la situación

Productos esperados
adquirir actitudes y
hábitos sobre la escucha,
atención y respeto hacia
los demás

PARTICIPANTES

Niños de 8 años de 3er
grado de la primera escuela
Jaime Torres Bodet

DURACION
2 HRS



Actividad 11

SI ESTAS FELIZ



Objetivo:

- Aprender a tomar conciencia de nuestras emociones y ser agradecidos

paso 1

Como esta actividad tratara sobre la felicidad jugaremos un juego en el cual iremos pasando un objeto, los niños estarán con los ojos vendados para que ellos no puedan ver el objeto, ellos trataran de replicar el objeto en 1 min al finalizar,, hablaremos sobre lo sucedido, que sintieron que era, que se imaginaron al tocar el objeto.

Paso 1: En esta actividad hablaremos sobre uno de las emociones que es la Felicidad, para ello elegí una de las piezas de Fabienne una artista ceramista de Francia. Elegí esta pieza ya que sus colores transmiten una energía muy positiva.

paso 2

Lo primero que realizaremos será sentarnos con los niños en el suelo y les pediré que observemos la pieza, les preguntare a los niños que es lo que logran ver, les preguntare sobre los colores, sobre como creen que se siente esta persona y finalizaremos con cómo se sienten ellos al verla, que se imaginan con verla

paso 3

Después de analizar un poco la obra, les pediré a ellos que realicen una interpretación de la obra. Como ustedes colocarían a la persona con los peces, como realizarían ellos las piezas si estuvieran en ese lugar. Al finalizar esta parte de la actividad hablaremos un poco sobre lo que realizaron

paso 4

Lo siguiente que realizaran es que recordaremos algo que nos allá hecho sentir felices, les pasare unas hojas blancas y escribirán aquel momento en el que sintieron esa emoción. Después de realizarlo pasaremos con el barro a esculpir eso que sentimos.

Productos esperados
Apreciar nuestros
sentimientos

PARTICIPANTES

Niños de 8 años de 3er
grado de la primera escuela
Jaime Torres Bodet

DURACION
2 HRS



Actividad 12

LA EMOCION DEL ASCO



Objetivo:

- Permitir tomar decisiones importantes en su vida.

paso 1

Paso 1. Lo primero que haremos será que el niño se encuentre en esta situación de asco, entonces lo primero que realizare será preguntarle que les da asco, despues de esta platica les pondré algunas imágenes y videos para de laguna forma provocarlo aun mas. Luego les preguntare como se sintieron, que los hizo sentir esas imágenes.

paso 2

Paso 2. En este siguiente paso, a cada niño se le tapan los ojos, se le pasara diferentes productos, como crema, geles, o cosas con texturas para que ellos de alguna forma alcancen a sentir esta emoción

paso 3

Paso 3. Por siguiente realizaremos un dibujo de como nos sentimos y directamente pasaremos al barro para crear nuestra escultura.

Productos esperados

compartir con el otro,
sobre las cosas que nos
gustan o nos disgustan.

PARTICIPANTES

Niños de 8 años de 3er
grado de la primera escuela
Jaime Torres Bodet

DURACION
2 HRS



Actividad 13

HISTORIAS TERRORIFICAS



Objetivo:

- Identificar los principales miedos de cada uno.
- Averiguar que saben los infantes sobre el miedo.

paso 1

¿Hay algún animal que te de asco y miedo a la vez? abundaremos primero en este tema sobre esos animalitos que no podemos ver por que no nos agradan pero a que si los tuviéramos de cerca nos darían mucho miedo.

Después de nuestra charla les pediré a los niños que dibujen ese animalito aunque no nos agrade.

paso 2

después de platicar por que nos dan miedo esos animalitos , les contare una historia de terror para entrar en un ambiente tenebroso. al finalizar pedire a los niños que nos cuenten una historia de terror que les haya pasado a ellos o algún familiar.

después de contar las diferentes historias colocare 5 canciones tenebrosa y les tapare los ojos a cada niño para hacer la actividad. con cada canción haremos una escultura

paso 3

Después de contar las diferentes historias colocare 5 canciones tenebrosas y les tapare los ojos a cada niño para hacer la actividad. Con cada canción haremos una escultura con barro y al terminar con cada una hablaremos sobre lo que pensaban en ese momento.

preguntaremos ¿Qué sintieron? tuvieron miedo al estar vendados y escuchar las canciones? ¿Qué se imaginaban?

Productos esperados
Hacer uso de la expresión oral para comunicar nuestros sentimientos y emociones.

PARTICIPANTES

Niños de 8 años de 3er grado de la primera escuela
Jaime Torres Bodet

DURACION
2 HRS



Actividad 14

Actividad final

Objetivo: Enfatizar que las pintura, el dibujo, la escultura pueden ser la vía a exteriorizar nuestras emociones y sentimientos.

paso 1

Para esta actividad jugaremos un juego llamado ¿SABES QUE SIENTO?

para ello haremos equipos de dos y a cada uno del equipo se le dará una emoción diferente. después se colocaran de frente y trataran de pensar en esa emoción, no deberán mostrar ninguna expresión.

ellos se darán cuenta que es muy difícil ver que emoción están sintiendo por que no lo están expresando, gesticulando.

haremos una reflexión sobre los sentimientos y como a veces no podemos darnos cuenta de lo que el otro esta sintiendo y por eso debemos respetar a los demás y tener cuidado en como los tratamos

paso 2

la segunda actividad será "el circulo" la cual conste en que todos nos tomemos de las manos, excepto 4 niños, los cuales saldrán del circulo, a esos participantes los llamaremos uno por un. al primero lo dejaremos dentro del circulo y le pediremos que salga del circulo La actividad consiste es que como el niño buscara salir como sea del circulo, empujara, talvez jalonee, quiera brincar, esto lo relacionaremos con las emociones, sobre como nos comportamos ante situaciones que pueden ser negativas.

Con este juego damos a entender que expresamos nuestros sentimientos de manera muy agresiva hacia el otro, cuando el otro no sabe que es lo que nos pasa.

paso 3

Para finalizar haremos una propuesta en que cada uno ponga sus ideas de como ellos puedan comunicar sus emociones, ahí será que hablaremos del arte. ¿Cómo se han sentido con las actividades?, ¿pueden expresar lo que sienten con el arte?, ¿Es cómodo para ustedes?...

Después de esta actividad realizaremos algo mas libre y ellos deberán contar un secreto en una hojita de papel.

Esto consiste en decirle comunicar un sentimiento o aprecio hacia alguien de sus compañeritos.

No mostraran lo escrito, pero si el dibujo que se realizara a partir de lo que cada uno escribió. Esta actividad la realizara para 5 personitas de su salón.

Productos esperados
Permitirles tener un dialogo abierto hacia lo que sienten.
Valorar y conocer sus emociones

PARTICIPANTES

Niños de 8 años de 3er grado de la primera escuela
Jaime Torres Bodet

DURACION
2 HRS

3.3 Resultados

Actividad 0. Cuadernos de colores

Realizamos nuestro diario de emociones. Los infantes estaban muy emocionados de hacer su diario. Les pedí que hicieran una portada y que le pusieran un título. Jonathan dibujo en su portada a su familia él cuenta que está muy feliz porque su hermanita ya nació y quería dibujarlos a todos, ese acto me pareció muy bonito, otros dibujaron flores, arcoíris, ríos, animales, a ellos mismos y corazones heridos. Otro de los niños dibujo un ave en su cuadernito y me comento que esa ave perdió a sus padres y que el primer dibujo que haría sería el pajarito viajando solo y que en las demás hojas contaría las aventura y la búsqueda que hizo el pajarito para encontrar a sus padres, me agrado muchísimo su idea.

Una de las observaciones que he tenido es que los niños dibujan muy chiquito, como si temieran al papel, así que en esta actividad les pedí que no dejaran espacios en blanco para que ellos expandan más su creatividad y pierdan el miedo a dibujar, así mismo les pedí que en el diario no quedaran espacios en blanco. Es muy interesante ver como lo resuelven.

Actividad 1. Nos conocemos.

El primer día de clase llegue a la mañana, la maestra se dirigió con los alumnos y les comento que yo sería su maestra de artes. Los niños me recibieron armoniosamente con unos buenos días. Procedí a presentarme, les dije que me llamaba Tania y que sería su maestra de artes. Les pregunte si sabían que eran las artes, ellos me respondieron que sí, que era pintar, dibujar, pinturas, pinceles, acuarelas.

Después procedí a preguntarles si tenían animales, y todos rápido comenzaron a hablarme sobre sus mascotas, les pedí que levantaran su manita para que los pudiera escuchar, unos me dijeron que tenían gatos, otros conejos, otros perros,

uno de ellos tenía pollitos. Me decían los nombres de sus animalitos, unos me comentaron que sus mascotas ya habían muerto y otros que sus padres no los dejaban tener. Una de las niñas muy linda comento que tenía “chuchos”, en ese momento la niña y todos se rieron por la expresión. Fue algo chistoso y tierno a la vez. También les pude comentar de mi mascota, que era una gatita y que se llamaba frijolito, les pareció muy gracioso su nombre y todos comenzaron a reírse.

Al terminar esta primera parte les di a cada niño una hoja, les pedí que escribieran su nombre y les lance una pregunta. ¿Si ustedes fueran un animalito cual serian? Todos de inmediato comenzaron a decirme el animalito, unos querían ser leones porque son suavitos, otros cocodrilos por sus colores verdes, otras mariposas para poder volar, otros querían ser gatitos, porque les parecía tiernos. Les pedí que dibujaran en las hojas ese animalito, después de dibujarlo de inmediato ellos sacaron sus colores y le dieron vida.

Después que terminaron les di unos cartoncitos y le mostré unas hojas de árbol y se las mostré y les pedí que la observaran y la tocaran, era suave de una parte y brillante de otra. Les pregunté de qué color era y que si ya habían visto los colores que se encontraban allá afuera, en el ambiente. Todos me respondieron que sí, me dijeron que veían verdes, amarillos, naranjas de las hojas de los árboles, café de los troncos de los árboles, el cielo era celeste, el pasto era verde.

Les pedí que saliéramos del salón y que recogieran algunas hojitas. Regresamos al salón y les dije que con estas hojitas le daríamos color a nuestro animalito, todos procedieron a pasar el dibujo realizado en la hoja de cartón y comenzaron a colocar las hojas en diferentes formas, algunos cortaron las hojas con tijeras, otros con las manos, otros las colocaron completas, otros colocaron las hojas y dieron color con sus crayolas.

Al finalizar esta actividad, les pedí que nos sentáramos en rueda para ahora si poderlos presentar y que cada uno de los niños me dijera como se llamaba y por qué habían elegido ese animalito, también realice preguntas a los demás para que fuera más amena la plática. Tuvimos una charla muy profunda sobre las mariposas y me pareció muy interesante, como cada uno tiene sus propias

percepciones sobre las cosas. Una de las niñas explicaba por qué dibujo una mariposa, en ese momento también pregunte si a los demás les gustaba y me comentaban que sí, que les encantaban sus colores, por que podían volar y se imaginaban a ellos poder sentir expandir sus alas y volar. Una de las niñas comento que las mariposas para ella eran almas, porque cuando su abuelita había fallecido, bajo una mariposa sobre ella. Me pareció muy preciado lo que la niña había dicho porque algo similar había sucedido con la muerte de mi abuelita y me hizo conectar con ese momento que hasta hoy recuerdo muy bien. La profesora del grupo también le conmovió lo que se comentaba, otro de los niños dijo que Diosito las había enviado y varios comentaron sobre ese suceso.



Fig. 5 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 6 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 7 Tuxtla Gutiérrez. Taller “fábrica de emociones”. Dirigido por Tania Cruz, 2022

Actividad 2. Reconocemos al otro

En la segunda clase, les pregunte a los niños y niñas si recordaban lo que habían hecho en la clase anterior, muchos me dijeron que si, que había dibujado un animalito y que le habíamos puesto hojas. Les pregunte si recordaban que animalitos habían dibujado, unos me dijeron que si, y otros que no, pero sus compañeritos recordaron y los apoyaron a aquellos que habían olvidado.

Les pasé unas hojas blancas y les dije que dibujaran el animalito del compañero/a. Al terminar les pasé un cartoncito, y les di a cada uno maseca, la cual usaríamos como plastilina para que pudieran colocarlas encima del dibujo, como un bajo relieve. Se me dificulto mucho esta parte, ya que la masa no tenía el color así que tuve que darle a cada niño pintura para que ellos hicieran la mezcla y vieran como se creaban los colores, pero no resulto tan bien, ya que tomo más tiempo y se mancharon mucho sus uniformes. En el segundo grupo cambie la dinámica y yo realice las mezclas. Pero aun asi me pareció mucho mejor que ellos experimentaran y crearan los colores porque realmente los niños se sorprendían al ver como se mezclaban los colores.

Los niños comenzaron aplicar la maseca en sus dibujos, algunos colocaban muy poquito material, como si tuvieran miedo, otros le colocaban mucho y no lo pensaban tanto. Hubo otros niños que le dedicaban más tiempo a lo que hacían, pero de todos se obtuvieron buenos resultados. Les pedí a todos que nos sentáramos de nuevo en un círculo. Lo que he podido observar es que el hecho de que estemos sentados en rueda y estemos todos juntos les da más seguridad, ya que no están exponiendo algo, sino contándome, contándonos algo, les da libertad de expresarse, de sentirse acompañados.

Jugamos la papa se quema y al que se quemaba le tocaba presentar el dibujo que había hecho, les pregunte si se acordaban porque sus compañeros habían dibujado ese animal y si les gustaría ser el animalito que su compañero eligió. Algunos me dijeron que no porque les tenían miedo a ciertos animales como el cocodrilo. Una de ellas nos comentó que tuvo la oportunidad de conocerlos y poderlos tocar, como una de ellas que acaricio a un león. También discutimos sobre si el león era suave o no o sobre si el león era malo o bueno, muchos me dijeron que era malo porque mataba otros animalitos, maría dijo que así era la cadena alimenticia.

Dentro del grupo me encontré con un niño llamado Josué, que no ha estado trabajado tanto, pareciese que no le llama tanto la atención dibujar, pintar e inclusive podría decir que se le dificulta ser creativo. Dibuja a través de series, ejemplo dibuja un árbol y dibuja justamente ese árbol en toda la hoja, todos sus dibujos han sido así, es un niño que trabaja muy rápido, tiene mucha energía. Siempre está jugando dentro del salón, en ocasiones se distrae con facilidad, pero en otros momentos está muy tranquilo.

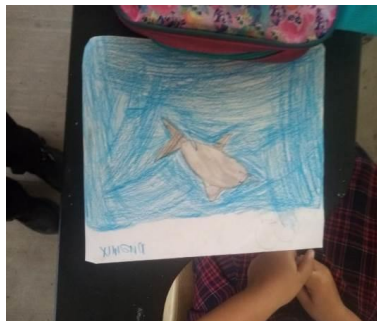


Fig. 8 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 9 Tuxtla Gutiérrez. Taller "*fábrica de emociones*". Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 10 Tuxtla Gutiérrez. Taller "*fábrica de emociones*". Dirigido por Tania Cruz, 2022

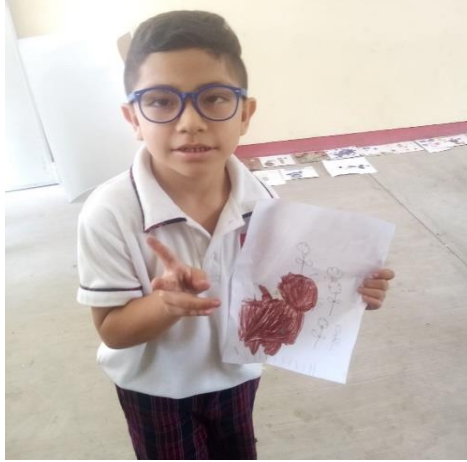


Fig. 11 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”.
Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 12 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”.
Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 13 Tuxtla Gutiérrez. Taller “fábrica de emociones”. Dirigido por Tania Cruz, 2022

En el tercer día realizaríamos la segunda parte de la actividad 2 les pregunte si habían recordado lo que habíamos hecho en las clases anteriores, todos levantaron su mano y me comenzaron a decir que habían dibujado animalitos que les gustaría ser y que habían dibujado el animalito de su compañero. Después les comenté que ahora crearíamos un cuento, una historia para esos animalitos, buscamos recordar un poco porque habían elegido ese animal, que les gustaba de ese animalito, algunos me contaban que, por su pelaje, por sus colores, porque eran suaves, o eran lindos, otros me contaban que habían tenido mascotas del animalito que eligieron. Después de esta pequeña charla nos dividimos en equipos de 5, por cada grupo les pedí que me dijeran cada uno que animalito habían hecho, para crear una historia entre todos como un ejemplo de la historia que haríamos. Fue muy divertido porque hubo comentarios muy ocurrentes.

Los niños comenzaron la actividad y durante que esto pasaba uno de los equipos discutió entre ellos mismos. Se dejaron de hablar porque estaban molestos, y el equipo se estaba ahora dividiendo en dos, entonces me acerqué para ver qué era lo que estaba sucediendo. Les pedí que me comentaran lo que había sucedido, cada uno de ellos me contaron una versión muy diferente sobre lo que había ocurrido, les pregunte como se estaban sintiendo en ese momento y me

comentaron que estaba enojados porque uno de ellos quería hacer el cuento con una temática diferente a la que ya estaban haciendo. Una de las cosas que pude observar es que uno de ellos estaba tratando de sobrellevar la situación, el muy amablemente me decía profe, yo les dije que no se pelearan, que trabajáramos bien y ya yo les pedí que se disculparan, que su cuento estaba quedando muy bien y que trabajaran bien. Les dije que respiran profundo y que entendía que sentían molestos por la situación, nos relajamos un poco y les pedí que me hablaran un poco del cuento que querían realizar. Ya que se tranquilizaron se disculparon entre ellos y al final fue uno de los equipos que mejor organización tenía su cuento.

Algo que he podido observar en uno de los grupos es que son más inhibidos. Por lo que he podido observar en el primer grupo A, cuando hicieron sus actividades, sin tener que decirles yo, vamos a pintar, ellos de inmediato les pusieron color a sus dibujos, en cambio el otro grupo la mayoría me preguntaba constantemente si lo podían pintar, o lo que estaba haciendo estaba bien. Y claro que todo lo que hicieran estaba bien, porque al final eran sus sentires, pero no quería etiquetar con esta palabra sus trabajos. Claro que la aprobación no está mal, pero tampoco quisiera que fuese una necesidad, de que si no la consigues te derrumbes. Para mí esto fue una gran tarea, ya que como dice Lowenfeld, ser un profesor es ser un guía para el niño, por lo tanto, no puedo imponer mi idea ante lo que el niño está creando, porque ese trabajo ya no sería completamente de él y es difícil de romper con estos esquemas. Esto esta tan impregnado en uno, que lo dices sin pensar. Y considero que puede inclusive limitar al niño a ser curioso, a ir más allá de sus posibilidades. Por eso es vez de afirmar algo trataba de ser curiosa y realizar preguntas hacia lo que estaban realizando.

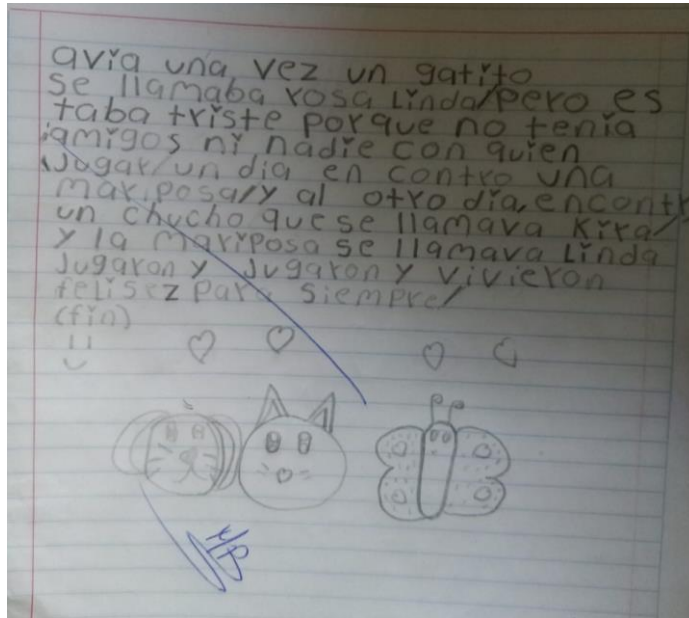


Fig. 14 Tuxtla Gutiérrez. Taller "fábrica de emociones". Dirigido por Tania Cruz, 2022

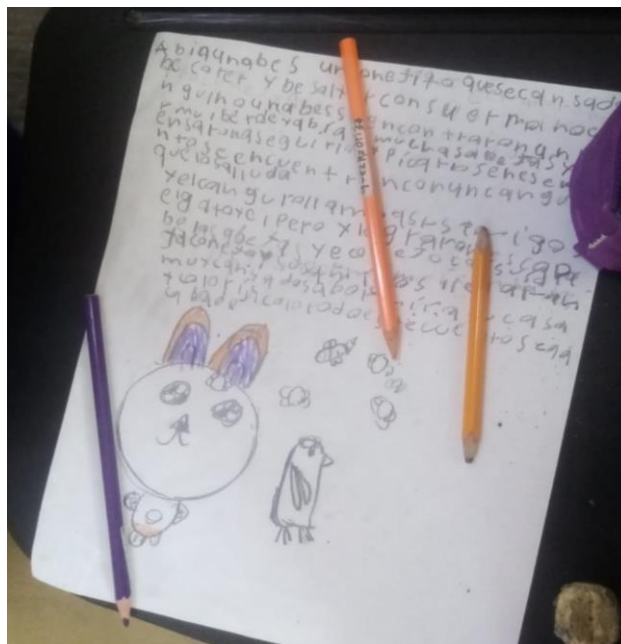


Fig. 15 Tuxtla Gutiérrez. Taller "fábrica de emociones". Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 16 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 17 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022

Actividad 3. ¿Qué emoción soy?

En la cuarta clase comenzaríamos a realizar la actividad 3 de la vaca amarilla, pero había una mariposa dentro del salón. De inmediato los niños dijeron, podemos pintar la mariposa y yo les dije, que claro que sí. Les repartí hojas blancas a todos para que comenzarán a dibujarla y pintarla. Unos la pintaron de colores, otras eran de color negro y otros la pintaron tal como la veían.

Una de las niñas, Victoria llamo le llamo la atención a su compañero Cesar, ya que Cesar quería molestar a la mariposa, le dijo que esas mariposas se debían de cuidar ya que eran nuestros muertitos que venían a vernos. Después Cesar me pregunta a mí si le podía aventar un lápiz a la mariposa, yo le digo que no, porque la mariposa puede salir herida ya que sus alas son muy frágiles. Le pregunte al niño si al gustaría que lo molestaran, o si le gustaría que le aventaran algo, él no contesto y se quedó pensando, después Jonathan se levanta de su lugar y se dirige a unas etiquetas que estaban en la pared, la cual una decía “respeto”, se dirige a su compañero y le dice mira, ¿qué dice aquí? dice respeto, fue asi como cesar se quedó más tranquilo. Fue interesante ya que fue un momento compartido, donde todos interactuamos y reflexionamos sobre las acciones de cesar, ver como los niños trataban de convencer al infante que no molestara a la mariposa, que estaba mal lo que estaba haciendo.

Después que todo se relajó, les pregunté a los niños si ellos también creían que eran sus muertitos y todos respondieron que sí, unos también comentaron que le tenían miedo porque era grande, uno de ellos Isaac también me comentó que esa mariposa no era como tal una mariposa si no una polilla, ya que las polillas tienen alas grandes y son peludas.

Terminando el dibujo nos sentamos en círculo como siempre y hablamos todos sobre nuestro dibujo ya que les pedí a todos que le escribieran una historia, algunos me dijeron que era una mariposa muy bonita, otras historias eran muy interesantes como la de Isaac escribió que las polillas estaban en peligro de extinción porque los sapos se las comían crudas

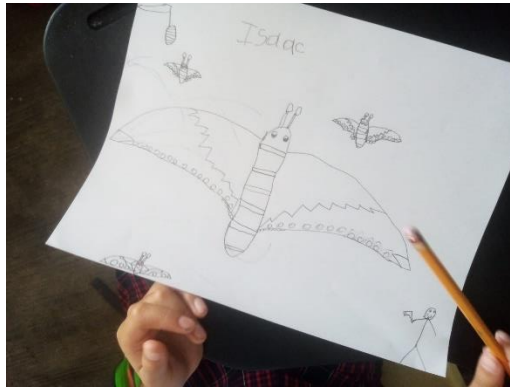


Fig. 18 Tuxtla Gutiérrez. Taller "fábrica de emociones". Dirigido por Tania Cruz, 2022

O como la compañera que escribió que las mariposas eran para darle vida al mundo.

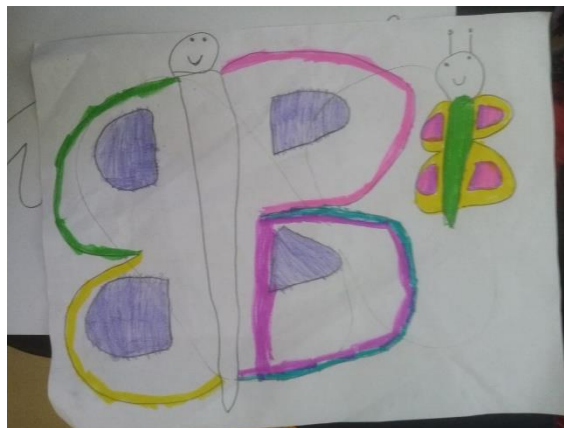


Fig. 19 Tuxtla Gutiérrez. Taller "fábrica de emociones". Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 20 Tuxtla Gutiérrez. Taller "fábrica de emociones". Dirigido por Tania Cruz, 2022

Para este día realizamos la actividad ¿Qué emoción soy? En la cual presentamos una de las pinturas, la vaca amarilla del artista Franz Marc. Nos sentamos todos en el suelo y observamos la imagen. Les pregunte primero que era lo que veían, me dijeron algunos que veían un toro, otros que una vaca, también hubo otros que se preguntaban que animal era, algunos veían un volcán, otros una montaña. Pregunte también ¿Qué es lo que estaba haciendo la vaca?, algunos me dijeron que la vaca estaba brincando por la lava que caía del volcán, otras que estaba comiendo pasto, alguien más dijo que estaba corriendo, también les pregunte sobre los colores, me dijeron que veían verdes, azules, negro, naranja. Les pregunte qué color veían más veían más y me dijeron que el amarillo. Entonces les pregunté un poco sobre los colores, sobre que les transmitía cada color así hasta llegar al amarillo, les volví a preguntar sobre ahora que sentían al ver la vaquita. Unos me dijeron que esa vaquita estaba feliz porque tenía un granjero, unos por que comía pasto, otros porque tenía amigos, Luna nos dijo que su vaca había tenido un bebe y estaba muy feliz.

Después de la actividad les pedí a los niños que recordaran algo que los allá hechos sentires felices y les pedí que lo escribieran y que lo dibujaran, para ello les pase unas hojitas blancas. Después les pedí a cada niño/a que nos hablaran de su dibujo, para esto decidí primero que analizaríamos y observáramos un poco el dibujo de cada uno, antes de que nos comentaran lo que realmente habían hecho los infantes.

El primero que observamos fue de Amparito, hablamos un poco sobre lo que veíamos. Algunos niños comentaron que los gatitos estaban con su mamá tomándose un helado, otros que los gatitos vieron un arcoíris y comían helado. Después de este primer paso nos comentó lo que realmente hizo. Amparito nos expresa que un día ella estaba comiendo helado con victoria y se encontraron con un gatito muerto que se encontraba en un rio, a lo cual nos comenta fue una historia feliz pero después se volvió triste. Todos los infantes se conmovieron por

lo que amparito narraba. Los pequeños comenzaron a recordar a sus mascotas que habían fallecido y comentaban que las extrañaban.

Carla realizo un dibujo de cuando fue a la feria, ella nos comenta que de todas las veces que había ido, había cambiado muchas cosas, aun que a ella eso le parece lindo. Nos dijo que se acordaba de un juego que le gustaba mucho, que era un tren que caminaba sobre el agua, esta vez que fue ya no lo encontró, pero vio otros juegos diferentes.

Al finalizar pasamos al cuadro de Picasso, realizamos la misma dinámica y uno de los que más me conmovió fue el de Hanni me pareció un poco fuerte y también sentí un conflicto conmigo misma, ya que a veces los niños cuentan cosas a las cuales no sé cómo responder y lo que menos quiero hacer es que mi respuesta sea desinteresada o que no me importe lo que dicen. Ella nos contó que su mamá estaba en el hospital porque su hermanita recién nacida estaba internada y estaba muy mal. Extrañaba tener cerca a su madre y quería que ya regresara a casa, a un así con su optimismo decía que se sentía feliz porque sentía que su hermanita pronto estaría bien. Las niñas en ese momento abrazaron a Hanni. Paula también expreso que sus padres se habían separado y que estaba muy triste por no poder ver a su papá.

Actividad 4. Leemos un cuento

El día de hoy lo que realizamos fue el diario, les pregunté a los niños como les había ido en el fin de semana, me contaron sus historias, después les pedí que sacaran su diario y que dibujaran eso que les había pasado o si querían también crear algo podían hacerlo. María nos contó en su diario que había visto a un niño llorar en la calle y que fueron a verlo y se dieron cuenta que un perrito había sido atropellado y que a ella también le dieron ganas de llorar, de todo eso también recordó cuando el perrito de su mama murió, fueron a verlo al balcón y vieron que no se movía, así que lo movieron y se dieron cuenta que había muerto.

Dulce teresa dibujo en su diario el picnic que tuvo con su familia, salieron a jugar basquetbol con su mama y hermana. Después fueron a comprar una pizza de piña y queso, por ultimo fueron al parque de la marimba a dar vueltas y pasar el rato en

familia. Juan Carlos hecho a volar su imaginación y dibujo una guerra en el mar entre un tiburón y un perro dinosaurio.

Luego de esta actividad pasamos a la actividad 4, En esta actividad leeríamos el cuento “el gato que buscaba nombre” por Fumiko Takeshita que habla sobre la importancia de ser reconocido y amado por el otro, por encontrar un lugar en donde te puedas sentir seguro y cómodo. Les pedí que leyeran ellos el cuento, todos querían participar, así que cada uno leyó una parte. Al finalizar ahora si lo leería yo, pero ellos me dijeron que querían leerlo conmigo y fue muy bonito.

Después de realizar esta actividad, les di una hoja a cada niño. Les pedí que hicieran equipo de dos y que dibujaran a su compañero, primero les dije que dibujaran en una hojita de su diario a su compañerito sin levantar el lápiz, en una sola línea para calentar, todos se asustaron y se asombraron a la vez porque no sabían cómo resolverlo, al final lo lograron, después de eso ahora si comenzamos a dibujar a su compañerito.

Estos dibujos nos sirvieron para jugar un juego llamado ¿Quién soy? El cual uno de ellos tenía que pasar enfrente y le daríamos uno de los retratos hechos. El participante no puede saber quién es el que está retratado tiene que adivinar quién es con una serie de preguntas hacia los compañeritos. Por ejemplo: Paula pasó enfrente y le toco el retrato de Carlitos, paula deberá adivinar de quien es el del retrato haciendo preguntas a sus compañeras ¿es niña o niño? ¿es alta o es bajito? ¿tiene el cabello amarrado?... y los demás deberán responder si o no hasta que adivine quien es.

Después de esta dinámica volvimos retomar el cuento sin nombre, les pregunte si recordaban, me dijeron que si y me empezaron a decir que era una historia muy bonita porque el gato encontró su nombre, otros me dijeron que era triste porque lo humillaban con palabras feas. Volvimos a leer el cuento y les pregunte si podían relacionar el cuento con el juego ¿Quién soy?, victoria me dijo que sí, que el juego era parecido ya que también debíamos buscar el nombre de los compañeritos.

Hablamos un poco sobre cómo se sentían cuando los reconocían, cuando les decían cosas bonitas, me dijeron que se sentían bien, unos me dijeron que los hacía seguir haciendo las cosas, otros también me dijeron que no sentían nada a lo cual les pregunte ¿Por qué?, algunos no me supieron contestar, yo siento que talvez no recordaban algún momento en donde alguien les habían dicho algo bonito o talvez no reconocían aquellas cosas.

Actividad 5. Soy yo

El siguiente día realizamos un juego para poner en contexto los ejercicios que veníamos haciendo de las emociones ya que comenzaríamos a realizar el ejercicio de quien soy. Para ellos les pedí que nos sentáramos en el piso, saque 5 cartoncitos, cada uno tenía un color distinto, uno amarillo, el otro rojo, azul, verde y morado. Les presente los cartoncitos uno por uno, primero fue el amarillo, les pregunte que recordaban al ver ese color, me dijeron que manzanas, plátanos, el suéter de Carlitos, etc., después nos fuimos con otros colores hasta terminar.

Coloque los cartoncitos en el piso y les pregunte que pensaban al ver esos colores juntos, victoria me dijo que, al arcoíris, algunos me dijeron que a la mochila de Luna. Les pregunte si recordaban la pintura del toro, me dijeron que si, luego les pregunte de qué color era, me dijeron que amarillo y recordaron que era la felicidad, fue así como logramos llegar a las emociones y sus colores.

Después les dije a todos que dividiríamos la hoja en 15 cuadritos y que dibujarían tres dibujos por cada emoción el primer dibujo sería ¿Si felicidad fuera un animal, que animal sería?, el segundo ¿Si felicidad fuera una persona quien sería? Y el tercero ¿Si felicidad fuera un lugar cual sería? así con cada una de las emociones. Los niños se pusieron manos a la obra. Después de terminar me explicaron sus dibujos, Carlita nos dijo que en furia puso a su tía porque es muy mala, les grita y las maltrata. Jonathan puso a su mamá en felicidad, porque es una persona muy alegre.



Fig. 21 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 22 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 23 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 24 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022

Para finalizar jugamos el juego, nos sentamos enfrente y colocamos en medio todos los dibujos recortados. Les explique qué jugaríamos la papa se quema, el que se quemara tendría que tomar un dibujo de sus compañeritos y adivinar que emoción creía que era, si no respondía bien tendría que responder una pregunta, para ello hice una serie de papelitos con preguntas. ¿qué te gustaría ser de grande? ¿A que le tienes miedo? ¿Cuándo fue la última vez que lloraste y por qué?... fue muy divertida la actividad que todos querían participar. Al final María me dijo que se había divertido muchísimo.

Pasamos al siguiente ejercicio, en una cartulina o papel craft dibujarían su silueta acostándose en la cartulina, por motivos tuve que cambiar la actividad ya que las cartulinas eran muy chiquitas, así que les pedí que dibujar una silueta y su carita en su dibujo. Dividimos la silueta en cinco partes para cada emoción. Procedimos a dibujar todas las cosas que nos hacían sentir, tristes, las cosas que nos hacían sentir feliz, enojados, lo que nos daba asco. Después de terminar expusimos nuestros dibujos. Ante nuestros compañeritos. El motivo de esta actividad era que reconociéramos cuáles son esas cosas que nos disgustan y cuales no y también que viéramos al otro, que lo recozamos con sus emociones.

Actividad 6. La belleza de las cicatrices

Hoy lo primero que realizamos fue realizar la actividad de las cicatrices. Lo primero que hicimos fue pasar en frente, sentarnos en rueda y hablamos un poco sobre la tristeza, primero lo que hice fue hablar algo sobre mí, sobre algo que me había sucedido, de que un día tristemente perdí a mi perrita llamada Summer, les conté como fue que la perdí y como me sentí en ese momento conmigo misma y con los demás.

Procedí a preguntarles que pensaban de la tristeza, ellos rápidamente comenzaron a contarme algunas de las cosas más tristes para ellos y otros me decían que jaman se habían sentido tristes, a lo cual puse cara de asombro en

ese instante y les pregunte si en algún momento de su vida habían llorado y me decían que no, en ese momento les pregunte a todos si eso era posible a lo que me respondieron fue que no. Después de toda esta charla y la participación de los infantes que nos contaron sus historias más tristes, los niños que no querían contarnos se abrieron un poco más y recordaron esos momentos tristes de su vida.

Luego procedimos a dibujar en el papel craft que extendimos por todo el salón y comenzamos a dibujar lo que comentamos en nuestra platica, después de dibujarlo procedimos a delinearlo para que se viera bien, ya que el color del papel craft hacia que no se distinguiera bien el dibujo. Por ultimo comenzamos colocando los cuadritos que ya días antes habíamos cortado. La clase fue muy emotiva y tranquila, todos trabajaron juntos.

Para comenzar la clase les pregunte a todos porque creían que la actividad se llamaba cicatrices, algunos me dijeron que era por que contábamos cosas tristes. Después procedí a preguntarles si en algún momento se habían caído, se si habían lastimado y les había generado cicatrices, unos me dijeron que si, por que se golpearon, uno de ellos comento que se había caído de un árbol, otro que por accidente se golpeó con un pico y otros también comentaron que no sabían que era una herida y que jamás se habían hecho una. Les conté sobre las heridas que a veces nos hacemos cuando nos pica un mosquito, ya que cuando pasa eso nos da comezón y nos rascamos tanto que nos lastimamos. Les mostré algunas que yo tenía y otros también mostraron las suyas.

Les pedí que dibujaran su herida y que luego contaran que forma tenia, si eran grandes o chiquitas, que color era y como había sucedido. Nos sentamos como siempre, y comenzamos hablar sobre sus dibujos. Les comenté que ese tipo de cicatrices eran físicas ya que las podíamos ver y tocar. Después les pregunte si sabían que eran las cicatrices del corazón a lo que me respondió alguien, que era un paro cardiaco, Victoria también nos contó que ella había sufrido una herida en el corazón ya que le había afectado mucho la vacuna del Covid.

Después de lo que me comentaron procedí a contarles que esa también eran heridas físicas, pero que ahora nos iríamos a algo más emocional, como un recuerdo, que constantemente pasa por nuestra mente, y cada vez que pasa eso nos sentimos mal, nos sentimos tristes. Muchos me dijeron que no sentían tristeza, en eso algo extraño sucedió y todos se dispersaron, unos fueron a tomar agua y otros creyeron que ya había terminado la actividad y en ese preciso momento Carla se acerca a mí, se agacha y procede a decirme, -yo si tengo una herida en el corazón-, sentí muy bonito cuando me dijo eso, ha sido una de las clases que más me ha impactado, ya que la acción, el gesto, la circunstancia hicieron para mí un momento muy significativo, se agacha y me dice ella que había tenido una perrita que la quería muchísimo pero tristemente la tuvieron que regalar, ya que no tenían suficiente espacio para tenerla y ella cada vez que la recuerda siente tanto dolor en su corazón, por ya no tenerla cerca.

Después de eso, les pedí a todos que regresaran a sus lugares, expuse lo que Carlita me había comentado para que se dieran una idea sobre como son estas cicatrices en el corazón y ellos recordaran en algo que les hubiera ocurrido a lo que nos había comentado Carlita. Jonathan rápidamente dice yo tengo tres heridas del corazón, cuando murió mi perrita, dos que falleció su abuelita Hanni también comento que tenía 3 heridas del corazón, cuando su hermanito recién nacido enfermo y estuve en el hospital, el segundo que su papá peleaba mucho con su mamá y tres que muchas veces se quedaba solita y la entristecía tanto cuando sucedía eso. Las gemelitas también contaron que estaban muy tristes ya que su hermanito no escucha y no puede hablar y eso las ponía muy triste.



Fig. 25 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 26 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 27 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 28 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 29 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022

Actividad 7. Presento el barro

Esta fue nuestra primera clase después de las vacaciones, así que para relajarnos un poco les pedí a todos que dibujaran como les había ido en las vacaciones. Todos realizaron su dibujo y nos sentamos todos juntos en el suelo. Hablamos también sobre cómo se la habían pasado en Navidad y también comentaron sobre sus regalos, que les había gustado muchísimo, Paula que llevo la muñequita que le regalaron nos lo mostro. Otros también contaron que no les habían regalado nada y empezamos a discutir sobre que no existía Santa Claus, unos decían que sí y otros que no. Comenzaron a contarnos sus relatos de por qué no creían, unos dijeron que ya habían visto a sus comprarlos, otros decían que ya les habían dicho, otros les daban ya a elegir el regalo y otros si creían que existía, decían Santa Claus llegaba cuando ya estaban todos dormidos, también una de las niñas comento que era Dios que llevaba los regalos a las casas.

Después de terminar esta clase les comenté que abriríamos apertura con un nuevo material, que es el barro, les pregunté si sabían que era el barro, si alguna vez lo habían escuchado, me dijeron que si, que eran las ollas. Les expliqué un porque era, procedí a comentarles que en la próxima clase comenzaríamos con ese material y que vinieran preparados para no mancharnos y trabajar confianza.



Fig. 30 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 31 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 32 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 33 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022

Actividad 8. A través de la música el barro

Para esta actividad hicimos uso de la música, lo que realizaríamos es que escucharíamos seis canciones diferentes y a partir de eso lo que nos transmitiera la canción, lo que nos hiciera pensar lo realizaríamos con el barro, pero con los ojos vendados. La intención de esta actividad es que nos pusiéramos en marcha con nuestros sentidos, sentir más presente el barro en las manos, como es su textura, su viscosidad y estar acompañada con la música y nuestro sentir.

Las seis melodías que escuchamos fueron Decline MacLeond, Rene aubry, tree song, Bach Toccata & fugue in D, Claro de luna Beethoven, Bundle of joy- Jartista, Soulful strut -Young holt. Con la primera canción y la tercera los niños sintieron miedo, la canción tenía un aura misteriosa, muchos de ellos se asustaron, cuando se quitaron la venda dijeron que habían pensado en las historias de miedo que les había ocurrido, con el barro realizaron fantasmas, tumbas, muertos. En la segunda canción les pareció más agradable, sentían que estaban en un bosque, otros se imaginaron gente trabajando, una de ellas realizo un osito. En la cuarta canción, les pareció algo triste, entonces realizaron piezas que los hicieron recordar ese sentir. Y la quinta canción les agrado y los hizo bailar, la canción era más movida y alegre, la última canción le recordó a una película, y pensaron en los personajes



Fig. 34 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 35 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 36 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 37 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022

Actividad 9. ¿Qué hay en la ventana? Una escena de emociones.

En esta actividad realizamos un cuento, nos reunimos en equipos y les comenté que haríamos un cuento con una de las emociones, a un equipo le tocaría tristeza, a otra ira, así con cada equipo. Al finalizar salimos del salón y colocamos la mesa afuera para trabajar con el barro. Les explique ahora que tenían el cuento haríamos los personajes con el barro. Se pusieron manos a la obra y comenzamos a trabajar. Al finalizar cada uno de los equipos expuso sus obras.

Fue interesante ver como cada equipo fue resolviendo sus figuras y sus cuentos. Uno de los equipos nos habló sobre la familia de gatitos, ellos nos narraban que un día una mamá gata tuvo muchos bebés gatitos, todos se fueron yendo lejos de ella porque los humanos los adoptaron. Uno le quedó y lo trataba mal y lo abandonaba bajo la lluvia. El gatito bebé siempre estaba triste y su pelaje se

oscureció. Ahora su pelaje era negro. Me gusto bastante esta historia y se sorprendió su creatividad de los infantes

Otros de los equipos nos contaron una historia de terror sobre algo que le había ocurrido a una de ellas, ellas comentaban que un día sus papas se mudaron a una nueva casa, en este lugar sucedían cosas raras, se caían cosas. Un día ella se quedó con su hermano solos y de repente una puerta se cerró, dice que en ese momento salieron a la calle y no quisieron entrar hasta que llego su mamá.



Fig. 38 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 39 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 40 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 41 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 42 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 43 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022

Actividad 10. Un reflejo a la tristeza

Para esta actividad me comencé a dar cuenta que tenía que separar el grupo en dos ya que se me estaba haciendo muy complicado trabajar con ellos ya que comencé a tener algunas dificultades, como no ponerles atención por completo a todos y más que nada siento que fue por el material, tristemente tenía que cuidar que no se mancharan, realmente me hubiera gustado no preocuparme por eso y ellos tampoco porque siento que eso los hacía no querer interactuar con el barro, que se quisieran lavar rápido.

Trabaje con el primer grupo, lo primero que hicimos fue escuchar la canción “la luna que perdió su arete”. Después de escucharla les pregunto a todos ¿qué le está sucediendo a la luna? ¿Qué siente la luna y porque se siente así? Algunos me comentaron que había perdido su arete, otros me dijeron que se sentía sola.

Les pregunte si en algún momento se habían sentido como la luna o si habían perdido algo, a lo que me respondieron fue que sí, otros también me dijeron que no y algunos otros no recordaban. Profundizamos y les pregunte ¿qué era lo que habían perdido? Algunos de ellos comentaban que habían perdido su juguete favorito, otros me decían que sus mascotas, algunos decían que habían perdido un familiar, otros que sus dulces o dinero. Luego les pregunte ¿cómo se sintieron al respecto? Decían que los había puesto muy triste y también algo enojados por que no encontraban ese que tanto querían. Les comenté que eso mismo sintió la luna al perder sus aretes. Al finalizar les pedí que escribieran esto que sentían, dejamos nuestros escritos doblados en la mesa y cada uno tomaría uno diferente. El que le había tocado ahora realizaría con la una obra de arte con barro. Procedimos a trabajar y cuando terminamos, hablamos sobre lo que habían hecho.



Fig. 44 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 45 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 46 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022

Actividad 12 Si estas feliz

En la clase de hoy aliste las mesas que nos prestó el director y les coloque manteles ya que trabajaríamos con el barro. Por precaución lleve mandiles para darles a cada uno de los niños ya que a veces no podían llevar o se les olvidaba el material. Le coloque el mandil a cada infante. Antes de salir del salón les volví a explicar lo que haríamos hoy y recordarles lo del material, como también algunas reglas que debíamos tomar en cuenta para que no nos ocurrieran accidentes y no mancharan su uniforme. Las cuales fueron. No tocar al otro con las manos sucias, no aventar el barro, no salpicar agua, lavarse las manos en las cubetas, no lavarse las manos constantemente.

Salimos afuera, ellos muy contentos. Saque el barro y la primera reacción al verlo fue que les pareció algo asqueroso, por su color y la textura con la que se veía, inclusive no tenían muchas ganas de tocarlo. Les compartí una porción de barro a

cada uno y de inmediato comenzaron a tocarlo, pero muy sigilosamente, ya fue cuando les pedí que tocaran el barro y comenzaron a amasarlo un poquito.

Les mostré una de las esculturas de la artista Fabienne, lo que realizamos fue describir que veían en esa pieza, algunos me decían que habían visto peces, nubes, que sus colores eran blancos, azules y naranjas. Después precedí a preguntarles que sentían cuando la veían. Unos me dijeron que estaba bailando bajo la lluvia, otros que estaba triste por sus colores. Alguien más me dijo que era una persona que amaba a los peces, otra personita e dijo que cuando la veía sentía felicidad por que se veía muy bonita. Les pregunte a los infantes que recordar un momento bonito de sus vidas y pensaran como sería su escultura. Les pase a todos papeles craft y comenzamos a dibujar ese recuerdo.



Fig. 47 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 48 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 49 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 50 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022

Actividad 13. La emoción del asco

En esta actividad nos enfocamos a la emoción del asco, lo primero fue situar a los infantes a tener esa experiencia, así que lo que realice fue que cada uno de los niños se tapara los ojos con las vendas, después procedí a pasarles en unas tapitas diferentes productos con diferentes texturas.

Lo primero que pase fue el jabón, no querían tocarlo ya que tenían los ojos tapados, les causaba más una sensación de miedo al no saber que era. Les dije que tocaran lo que había dentro de la tapita y se lo rotaran con sus demás compañeritos. Al finalizar les pedí que me describieran como se sentía, como era su textura, que olor tenía. Al principio no les gustó la sensación ligosa que tenía el jabón, pero descubrieron rápido que era por el aroma que tiene el jabón.

Procedimos hacer el mismo ejercicio con una pepa de mango, este sí les causó bastante incomodidad al igual que la chía, con el mango habían pensado que había sido algún animal ya que este tiene como pelitos, Naomi incluso lo soltó por

que se sentía ligoso, Jonathan lo tomo y rápidamente lo comenzó a oler y se dio cuenta que era mango. Así mismo paso con la chía ya que es gelatinoso y se separa en muchas partículas. Cuando vieron que era chía algunas niñas la querían comer, me causo mucha gracia. También lleve chimichurri y al sentir el olor no les agrado en lo absoluto ya que tenía un olor a vinagre que se sentía muy fuerte. con la crema de cacahuete les incomodo su textura ya que era muy pastosa y grasosa.

Al finalizar nuestra actividad les pregunte a todos cual había sido la que más les había incomodado, todos me habían dicho el mango por cómo se sentía en las manos. Les pregunte como se sintieron cuando lo tocaron, Cintia y Paola me dijeron que les dio escalofríos, María también dijo que sintió escalofríos y cosquilleos. Después de eso les pedí que procedieran a dibujar eso que sentían al tocar lo que más le incómodo.

Después de realizar nuestros dibujos pasamos a hacerlo con el barro.

En esta ocasión lo que pude observar de los niños es que les causaba mucha incomodidad el usar el barro, el hecho que se les secase de las manos o mancharse. Me decían que no se querían manchar por que los iba a regañar sus papas, esto que me comentaban ya me había sido dicho en la clase anterior. Incluso tuve un incidente en el cual antes de salir a afuera a realizar la actividad la maestra me comento que el papa de Naomi llevo reclamando que su hija se había manchado el cabello y que no le gustaba eso. Hubo tres niños que realmente les agrado el material y trabajaron bastante bien, pero los demás tenían como un miedo a que después los regañaron.

También sentí que las actividades debían ser muy rápidas, ya que al molestarles el material sentía yo que se frustraban de alguna manera y querían hacer el trabajo como sea, eso de verdad me frustro muchísimo porque no sabía cómo solucionar.



Fig. 51 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 52 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 53 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 54 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022

Actividad 14. Historias terroríficas

Para esta clase realizamos una actividad sobre el miedo. En la clase anterior les había pedido que investigaran o que se pusieran a recordar historias de terror, como también historias que a ellos les hubiera pasado.

Lo primero que hicimos fue salir afuera para trabajar, les expliqué un poco la actividad, les comenté que les había llevado diferentes canciones, no les dije que eran tétricas para causar esa impresión de miedo. Les pedí que tomaran una de las vendas y que se taparan los ojos, mientras eso pasaba le pase a cada uno una bolita de barro con la cual dependiendo de la canción trataríamos de expresar eso que sentían. Ya que todos estábamos listos, con la bocina que lleve procedí a poner la primera canción.

Lo que paso con la primera canción no realmente les dio miedo, pero sí lograron ubicarse en el tema, en la canción se escuchaba lluvia, truenos era una canción tocada con el órgano entonces en ese momento los hizo pensar en vampiros. Con la segunda canción las niñas decían que ya no querían seguir, como habíamos contado cuentos de terror y los ojos vendados ya no querían seguir escuchando, pero aun así decidieron seguir. Después de cada canción trabajamos el barro y hacíamos lo que se nos viniera en mente ese momento.



Fig. 55 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 56 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022



Fig. 57 Tuxtla Gutiérrez. Taller “*fábrica de emociones*”. Dirigido por Tania Cruz, 2022

Actividad 15.

El último día jugamos un poco y así recapitular un poco sobre lo aprendido. Hablamos sobre cuantas emociones habían, sobre cómo se habían sentido al saber que cosas les disgustaba o no. Que habían aprendido de todas las actividades.

Les pedí también que escribieran una carta sobre porque eran felices y por qué se sentían agradecidos. Las leímos juntos. Nos sentamos todos en rueda y platicamos sobre ello. Algunos comentaron que se sentían agradecidos por que tenían a su familia, Jonathan dijo que se sentía agradecido porque ya tenía cerca de su hermanita, y que la quería mucho. Paola decía que estaba muy feliz por tener a sus amigas en la escuela y que su familia estaba bien. Les pedí que nos tomáramos de las manos y que las agradeciéramos.

Después de esto realizamos la actividad de adivina que emoción soy sin gestos. Los niños se dieron cuenta que era muy difícil ver que emoción era la que estaba sintiendo su compañerito, algunos hicieron trampa y trataban de hacer gestos para que adivinar. Nos sentamos en el suelo por un momento y les pregunté ¿por qué fue tan difícil saber? Ellos me dijeron que por que no se movían y solo estaban parados. Fue ahí cuando les pregunté ¿Ustedes se han quedado así cuando sienten tristeza o enojo? ¿Se han quedado pensativos cuando algo les dicen y no les agrada? Ellos me dijeron que si y me contaron en que momento fue y por qué se sintieron así. Paula conto que se sintió una vez cuando le dijeron que su zapato estaba roto y se rio de ella. En ese momento algunos recordaron cuando se habían burlado de ellos. Después de esta pequeña charla les explique que a veces es muy difícil saber cómo se siente el otro y que la intención de esta actividad era que fuéramos empáticos con nuestros compañeros, que reflexionaron como nos habían sentido esas acciones y tomar conciencia a no repetirlas.

Al terminar pasamos a la actividad del círculo, a los pequeños les encanto jugar este juego, todos querían participar y romper el círculo que habíamos hecho con nuestras manos. cuando terminamos les pregunté como se habían sentido. Me

dijeron que se sentían bien y que se habían divertido. Pasamos a descansar un ratito al suelo y les pregunte ¿Cómo reaccionan cuando están enojados? Ellos respondieron que a veces lloraban o hacían berrinche. Otros decían que a veces aventaban cosas. Fue ahí cuando les explique la actividad del círculo. Cuando estamos enojados, de mal humor a veces actuamos de forma correcta, queremos romper el círculo, dañar a la otra persona y a nosotros mismo. Lo hacemos con fuerza y sin pensar. Por ello hay que tener cuidado con lo que decimos y hacemos. Si pedimos con respeto que el círculo nos deje pasar, claro que el círculo se soltara sus manos y te dejara pasar en ellas y podrás elegir por donde pasar.

También hablamos sobre cómo les habían parecido las actividades y si lo habían disfrutado. Ellos estaban muy contentos, me decían que les había encantado y que estaban tristes de que me fuera porque les gustaba mucho pintar. Les dije que no se olvidaran de pintar y dibujar, que lo hicieran tanto como pudieran. Si se sentían tristes que lo dibujaran, cuando se sintieran enojados que lo dibujaran que eso les iba ayudar mucho a sus corazones.

Conclusión

Poder dar clases a infantes y vivir esta experiencia de enseñar, fue algo maravilloso por que aprendí mucho y fue muy significativo. Desde mi experiencia y el a ver interactuado con los infantes de la escuela Jaime Torres Bodet, me di cuenta de la de la verdadera importancia de crear espacios para la agilidad emocional. Crear espacios seguros para que el niño se pueda desarrollar emocionalmente es tan fundamental como los procesos cognitivos y las artes son un medio unificador para ambas.

Cada uno de estos infantes nos narran a través de sus dibujos y sus esculturas, su vivencia, sus emociones, como piensan, sus heridas. Todos los niños pasan por situaciones que muchas veces los adultos dejamos de un lado y creemos que nuestros problemas no afectan al niño, cuando la realidad es otra. Somos seres

emocionales y los infantes se les debe permitir ser acompañados, ser vistos. El hecho de ser escuchados nos alivia, son como abrazos cálidos para el alma.

Y me permito decir que estos actos deben ocurrir en las escuelas por que los niños lo necesitan. Debemos buscar estos espacios para los infantes donde puedan ser escuchados, en donde puedan contar algo, inclusive algo mínimo, algo que se les ocurra ya sea cualquier cosa en donde puedan divertirse y aprender sobre sus emociones, como se sienten durante diferentes situaciones y plasmarlas a través del arte, que no debe faltar en el desarrollo de los infantes.

La clase que más me marco fue, la de las cicatrices del corazón. La circunstancia, la forma en que se dio. Por un momento todo fue caos, había mucho movimiento en el salón. Todos estaban sentados en el piso y de repente los infantes comenzaron a pararse, unos a tomar agua, unos creyeron que la clase había terminado, unos estaban distraído y no sabían que estaba ocurriendo. Dentro de todo esto, Carla se agacha porque yo estaba sentada en el piso y me dice sería – tengo una herida en el corazón- para mi ese momento fue muy relevante, sentí que algo verdaderamente importante estaba pasando. Carla abrió su corazón para contarme esto que sentía ya desde mucho tiempo atrás y que tuvo la confianza de compartir.

Ella decía que tenía un perrito, pero tristemente lo tuvieron que regalar porque no tenían el suficiente espacio. Su expresión, la forma en que lo dijo, el hecho de que tuvo la confianza de compartir como se sentía por este hecho, fue muy bonito. Reconocer eso que duele, reconocer eso que se siente dentro de uno mismo y expresarlo es muy importante para el niño, esto permite en ella un proceso de crecimiento emocional.

Pues es lo que se busca dentro de este proyecto, que se pueda reconocer nuestros sentires y que pueda ser expresado y decirlo sin miedo alguno, porque de alguna manera eso nos da alivio, el exteriorizarlo. Después de todo eso, todos nos volvimos a sentar en el piso y todo calmo. Fue también en ese momento que muchos me comentaron también sus heridas del corazón y fue muy interesante como se fue desarrollando esta actividad.

Paula igual quería comentar algo, pero su hermana gemela no quería, después entre ellas dos se pusieron de acuerdo y decidieron que dirían su herida del corazón. Ellas nos comentan que se sentían muy tristes porque su hermanito pequeño tenía una discapacidad y que de alguna manera esta situación les dolía mucho y las ponía muy tristes. Fue difícil para ellas comentar esto, pero así decidieron hacerlo juntas.

Talvez para algunos crean que no es importante, pero escuchar a los infantes, verles tener la libertad de platicar esto, es porque se requiere que exista un lugar especial para ellos. Son niños y ellos también viven sus emociones, sienten algo dentro de ellos, se enojan, se ponen tristes, tienen miedo, viven la felicidad. Ellos siempre tienen algo que contar, así que dentro de estos espacios pueden expresarse y ser acompañados, porque al final los infantes son nobles, son amorosos y ante estas situaciones los niños empatizan, se abrazan entre ellos, se apoyan, se escuchan.

Algo que ayudo mucho en este proyecto es que cuando contaran sus trabajos jamás se hicieran como una exposición, donde te paras en frente y comentas a todos lo que se realizó, esto no hubiera funcionado porque hablamos de sobre nuestros sentires y al tener tantas miradas sobre uno, sería muy difícil de abrirnos y no sería significativo para ellos. Ya que hablar sobre nuestros sentires, ya para algunos nos cuesta más, nos causa miedo, nervios y lo que se busca es que tengan la confianza y que no se lleven ninguna mala experiencia.

Cuando nos sentamos en el suelo en forma de circulo nos ayudo bastante porque se convertía en una plática, era otro ambiente, en donde todos querían participar, comentar sus historias, no nos miramos fijamente, nos sentíamos acompañados por que tenían esa cercanía con el otro, mientras unos comentaban sus historias, algunas niñas se abrazaban o hablamos de un tema interesante para ellos y ante esa cercanía todos se hablaban para comentar eso que les había ocurrido, obviamente todo controlado y con respeto para escuchar a los infantes, aun así había esta armonía, había mucha convivencia.

Hubo niños tímidos que también les ayudó muchísimo que nos sentáramos así, a veces ellos por pena no querían hablar, pero su compañeritos/as los/as apoyaban y muchas veces juntos contaban la historia que habían hecho. Ellos también querían contarnos sus historias, para mí esto fue gratificante porque es ahí donde se da uno cuenta que todos a pesar de nuestra timidez o miedo queremos ser escuchados, es algo del ser humano compartir nuestras experiencias.

Conforme fui dando la clase alguna de mis actividades sentía que aún les faltaba algo más para que fuera más completa o también sentían que no funcionaban, así que durante este proceso fui viendo que cosas les faltaban, investigando para reforzarlas. Siento que fueron mejorando, lo que buscaba también era que no sintieran que no fuera una tarea o algo por el estilo, quería que se divirtieran en el proceso. Al ver algo que no estaba funcionando trataba de modificarlo en el momento a veces siento que funciona y otras no, así que volvía a empezar ya de otra manera aun así fue aprendiendo mucho en el proceso para poder ir llevando acabo las actividades.

Con las actividades de barro también tuve algunas dificultades con respecto a que se cuidaran el uniforme de no mancharse o manchar al compañero/a. También la sensación que tenía el barro en sus manos al secarse no fue de mucho agrado y por ello se querían lavar constantemente. Necesitaba cambiar la dinámica de cómo llevarla a cabo, me di cuenta que a partir de las primeras experiencias que tuvo el infante con el barro, las clases debían ser cortas y rápidas. Otras de las modificaciones que hice fue dividir al grupo en dos para que la actividad se aprovechara al máximo y tener mejor control dentro del curso y así evitar algún accidente.

La actividad que hicimos sobre el asco fue una actividad en la cual experimentamos con diferentes texturas y olores, en donde se les pasaban diferentes productos y ellos debían comentar como sentían con cada una y adivinar qué era. Ver esto que están sintiendo, esta incomodidad que tienen al tocar uno de los productos y expresarlo con el barro fue interesante ver como ellos tratan de solucionar eso.

Otra de las actividades que fue de las primeras actividades de barro fue cuando pusimos diferentes tipos de canciones en donde los infantes se encontraban vendados y así debían expresar eso que sentían con la música, aquello que les ocasionaba. Me gustó mucho esta actividad ya que siempre esperamos de esto algo más figurativo y el hecho de que lo que hicieran no tuviera forma lo hace más interesante, los sentimientos para mí es eso, tiene tanto movimiento que se puede expresar de diferentes formas.

Bibliografía

- Ausubel, D. (1983). Teoría del aprendizaje significativo. Fascículos de CEIF.
- Ayres, A. J. (1998). *La integración sensorial y el niño*. Mexico: Trillas.
- Buitrón, S. B. (2008). El docente en el desarrollo de la inteligencia emocional: reflexiones y estrategias. *revistas UPC*.
- Caso, M. (2010). *La educación artística no son manualidades*. Madrid: Los libros de la catarata. 2009. Obtenido de https://mediacionartistica.files.wordpress.com/2022/02/la_educacion_artistica_no_son_manualidad.pdf
- CESNET. (16 de Mayo de 2014). *Teoría piagetana en la adolescencia*. Obtenido de [entrada de blog]: <http://sociedaduniversonet.blogspot.com/>
- Cobacho, E. B. (2015). *La belleza de sentir*. Barcelona: Plataforma Editorial. Obtenido de <https://es.scribd.com/read/351834780/La-belleza-de-sentir>
- David, S. (2016). *Agilidad emocional*. España: Editorial Sirio, S.A. Obtenido de <https://es.scribd.com/read/445021307/Agilidad-emocional-Rompe-tus-bloqueos-abraza-el-cambio-y-triunfa-en-el-trabajo-y-en-la-vda>
- David, S. (13 de Noviembre de 2019). *Aprendemos Juntos*. Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=tEntuVUc7PM>
- Diez, C. (5 de Septiembre de 2017). *Queseria Cultivo*. Obtenido de <https://queseriacultivo.com/blog/no-hay-cultura-sin-cultivo#:~:text=Primordialmente%2C%20cultivo%20significa%20cultura.,Cultura%20significa%20Cultivar.>
- Eisner, E. W. (2020). *El arte y la creación de la mente*. Barcelona, España: Paidós. Obtenido de https://reader.digitalbooks.pro/book/preview/79202/id_ncl_indice?1698773703051
- Ekman, P. (2017). *El rostro de las emociones*. Barcelona: RBA Libros. Obtenido de <https://www.derechopenalened.com/libros/el-rostro-de-las-emociones-paul-ekman-derecho-penal-en-la-red.pdf>
- Fosati, A. Y Segarra, E. ((2002)). *arteinfantil.info*. Obtenido de http://arteinfantil.info/index_archivos/el_volumen_en_la_educacion_infantil.pdf
- Goleman, D. (2014). *La inteligencia emocional*. Ediciones B.
- Gomez, B. R. (2005). *dialnet*. Obtenido de [file:///C:/Users/tania%20jovita%20cruz/Downloads/Dialnet-AprendizajeBasadoEnProblemasABP-2040741%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/tania%20jovita%20cruz/Downloads/Dialnet-AprendizajeBasadoEnProblemasABP-2040741%20(1).pdf)
- Herrera, J. K. (2005). Importancia de las estrategias de enseñanza y el plan curricular. *Pepsic. Periodicos electronicos en psicologia*.

- Intruducccion al estudio del arte.* (s.f.). Obtenido de <http://ntic.educacion.es/w3/eos/MaterialesEducativos/bachillerato/arte/arte/iconogra/simbolis.htm>
- Jiménez, E. G. (2013). *Psicología de las emociones*. MADRID: CENTRO DE ESTUDIO RAMON ARECES.
- López Cassà, È. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, vol. 19, núm., 16.
- Lowenfeld, V. (1970). *Desarrollo de la capacidad creadora*. Madrid: KAPELUSZ.
- Menarguez, A. T. (2017). Profesoras contra la pedagogía tóxica. *EL PAIS*.
- Ocaña, A. O. (2013). *Modelos pedagogicos y teorías del aprendizaje*. Bogota : Ediciones de la U.
- Oprean, S. (15 de septiembre de 2018). *Quora*. Obtenido de <https://es.quora.com/profile/Sorina-Oprean>
- Ortiz granja, D. (2015). El constructivismo como teoría y método de enseñanza. *Sophia. Colección de Filosofía de la educación*. Recuperado el 8 de mayo de 2022, de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=441846096005>
- Piaget, T. d. (2 de agosto de 2015). *Centro de Psicoterapia Cognitiva*. Obtenido de <https://terapia-cognitiva.mx/wp-content/uploads/2015/11/Teoria-Del-Desarrollo-Cognitivo-de-Piaget.pdf>
- Sátiro, A. (2018). Cómo despertar la creatividad. *BBA Aprendemos juntos*.
- Serra., D. D. (2002). El constructivismo. Reseña del libro corrientes constructivistas de Royman Perez Miranda y Romulo. *Revista cubana de psicología*. Obtenido de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v19n2/14.pdf>
- Silgao, S. (5 de Septiembre de 2022). *Psicología-online*. Obtenido de https://www.psicologia-online.com/emociones-primarias-cuales-son-tipos-y-funciones-5474.html#anchor_1
- Suarez, J. D. (2018). *Rincon de la psicología* . Obtenido de <https://rinconpsicologia.com/que-es-el-desprecio/>
- Vigotsky, L. S. (1999). *La imaginación y el arte en la infancia*. PUEBLO Y EDUCACIÓN.
- Vivas, M., Gallego, D., & González, B. (2007). *Educar las emociones*. Dickinson.
- Wachowski, L. (Dirección). (2015). *Sense 8* [Película]. Netflix.

ANEXOS

Taller expresamos emociones

Se realizó la primera prueba el día 20 de mayo de 2022, esto como algo experimental con el objetivo de mejorar el trabajo como docente y las propuestas didácticas que se desarrollaran para la secuencia didáctica.

Actividades: Día 1

La profesora pregunto antes ¿Que son las emociones? Y si podían nombrarnos algunas de ellas. Esto con el objetivo de obtener un aprendizaje significativo, saber cuánto el alumno conoce de las emociones y que también pueda a través de lo que conoce relacionar la información nueva.

Después se brindó información acerca de las emociones ¿qué son? ¿Cómo las expresamos? Y como las podemos identificar a través del color, con ello retomamos imágenes sobre la película “intensamente”, ya que es una película muy conocida por los niños, con esa información previa el niño podrá procesar la información y recordar cómo cada uno de los personajes actuó en la película.

Al finalizar la explicación jugamos un juego llamado “yo nunca nunca” o el juego comúnmente llamado “el juego de las sillas”. En el cual deberá haber tantas sillas como participantes aun que se deberá quitar una antes de empezar. Se colocan las sillas formando un circulo. Aquel que no tiene la silla comenzará diciendo, ejemplo “yo nunca nunca me cambio las calcetas” obviamente todos cambiamos de calcetas, así que todos buscaremos una silla nueva, aquel que se quede sin silla volverá a comenzar con yo nunca nuca. Así sucesivamente hasta llegar a algo más íntimo como son las emociones, trataremos de cambiar aquellas frases por ejemplo “yo nunca nunca he estado triste.

Esto es con el objetivo de que el niño se dé cuenta que todos en algún momento hemos sentido las mismas emociones que el otro y que no estamos solos.

En la siguiente actividad hablamos sobre los sentimientos y por qué son tan importante hablar sobre esto. Se dio una breve explicación acerca de que son los sentimientos. A partir de esto realizamos un ejercicio de plastilina.

Para esta actividad se compraron plastilinas de diferentes colores amarillo (alegría), azul (tristeza), morado (temor), rojo (furia) y verde (desagrado). A los niños se les dio a escoger el color de plastilina que más les gustara. Después de eso se les dijo que recordaran algo del pasado con respecto a la emoción que les había tocado.



Fig. 1 Cintalapa. Taller “Expresemos emociones”.
Dirigido por Tania Cruz , 2022



Fig. 1 Cintalapa. Taller “Expresemos emociones”.
Dirigido por Tania Cruz , 2022

Al finalizar se le pidió al alumno que nos comentara su escultura de plastilina y lanzamos preguntas a los demás niños si les había ocurrido algo parecido, así para que la conversación fuera más amena y cálida ante las emociones de cada niño.



Fig. 3 Cintalapa. Taller “Expresamos emociones”.
Miedo: La oscuridad. 2022

En esta imagen la niña de 12 años nos relata que le tiene mucho miedo a la oscuridad, que no puede estar en cuartos ella sola. Por eso se plasma es esta plastilina en donde ella se encuentra sola en la oscuridad entre esas paredes. cuando ella nos contaba su historia la voz se le quebraba un poco ya que era algo fuerte para ella.



Fig. 4 Cintalapa. Taller “Expresamos emociones”.
Desagrado: Lucha contra el tiempo.

La señora Rosa de 34 años al platicarnos de su pieza, nos habla que algo que le parece muy desagradable es el tiempo, porque ella gustaría de hacer menos cosas y pasar el tiempo con su hijo. Por eso en esta plastilina realiza un reloj, que representa el tiempo y a ella enojada con sus pensamientos de que no avanzar y disfrutar de su familia.



Fig. 5 Citalapa. Taller “Expresamos emociones”

Tristeza: Muerte de un ser querido. 2022.

En esta pieza el niño de 9 años nos comenta que su perrito falleció, lo habían envenenado. Nos comentó como esto lo hacía sentir muy triste porque lo quería mucho. Muchos de los niños fueron muy empáticos y nos comentaron que a varios les había pasado lo mismo o simplemente habían fallecido por causas naturales, la plática fue muy amena, emocional y muy cálida.



Fig. 6 Cintalapa. Taller “Expresamos emociones”.
Miedo: Los payasos. 2022

El joven de 24 años nos comenta que les teme a los payasos, desde aquella vez que vio la película de ESO, el aún era pequeño así que ver esa película fue muy intensa para él. Ahora no le gusta ver payasos porque le causo mucho pánico.



Fig. 7 Cintalapa Act. Expresamos emociones.
Felicidad: Luz de sol. 2022

La joven de 25 años le toca expresar la felicidad y realizo un sol con su plastilina. Ella nos cuenta que le da mucha felicidad ver iluminado el día, que cuando ella esta triste le encanta salir y que el calor del sol la abraza y la llene de energía. Le encanta tomar baños de sol, dice que le ayuda mucho.

Día 2. En el segundo día del taller que se impartió como primera prueba, hablamos acerca de los sentimientos, ¿qué son? y ¿cómo se presentan en nosotros? Después de esa pequeña introducción realizamos dos juegos:

El primero se llamó ¿Sabes que siento? A cada uno de los niños se les dio un sentimiento en un papelito. Después pedimos que se reunieran en parejas, uno de ellos debía de colocar el papelito en la frente y el otro debía tratar de expresar ese sentimiento sin mostrar ningún gesto en el rostro y el que tenía el papelito en la frente debía adivinar que estaba tratando de expresar.

Este ejercicio fue muy complicado para los niños, no lograron adivinar y ese era el objetivo. Lo que buscaba dar a entender con este ejercicio era que los sentimientos no están a la vista de los ojos, es algo que llevamos dentro y que no podemos expresarlo de la misma manera que las emociones. Por eso mismo los sentimientos son más complejos, podemos sentir dolor por toda nuestra vida y es muy probable que nadie lo sepa por qué no lo exteriorizamos.

El segundo juego fue El círculo. Lo primero que hicimos fue tomarnos todos de la mano y formar un círculo. Después seleccionamos 4 participantes para que salieran del círculo, a esos participantes los fuimos llamando uno por uno. Al primero lo dejamos entrar dentro del círculo y le pedimos que saliera, a los que estábamos agarrados de la mano les pedimos que no lo dejaran salir. El niño que estaba dentro buscó la manera de salir con empujones o con un poco de agresividad.

Así pasaron cada uno de los niños, al finalizar se les explicó que la clave para salir del círculo era pidiendo que por favor lo dejaran salir. El mensaje que quería dar a entender con este juego es que expresamos nuestros sentimientos de manera muy agresiva hacia el otro, cuando el otro no sabe que es lo que nos pasa.

Entonces para que el otro pueda entender que es lo que pasa, debemos tratar de regularnos y expresarlo de la mejor manera, así ninguno de los dos se hiera, porque cuando uno está enojado dice cosas que no debían ser dichas.

Al finalizar el juego hablamos acerca de la tristeza, se dio una pequeña introducción, se les preguntó a los niños y jóvenes si en algún momento se habían sentido tristes y después les pedimos que expresaran lo que sentían a través de la plastilina, cuando terminaron les pedimos que nos comentaran un poco sobre lo que habían hecho y como se sentían o se sintieron en ese momento.