



DISEMFE en CASA



**Programa inicial de expresión y comunicación emocional
orientado a escolares para desarrollarse en casa**



Las emociones nos acompañan, y determinan como personas, desde antes de nacer hasta el final de nuestros días. Abrirles una puerta para que se manifiesten, contacten con los demás y se desarrollen, puede marcar la diferencia en nuestra vida, en lo que somos, en cómo somos y en lo podemos llegar a ser.

En situaciones especiales es cuando más sentido tiene expresar y comunicar lo que se siente, y donde se abre el universo de nuestro mundo interior.

Agradecimientos

Agradecemos las aportaciones que, desde la experiencia, han dado la municipalidad de Trelew, (Chubut, Argentina), el profesorado de su programa de apoyo social, sus responsables y coordinación municipal.

Resaltar la labor de la Universidad de la Patagonia San Juan Bosco que, mediante la coordinación de Mabel Álvarez, han ejercido un papel principal en la puesta en marcha, coordinación, ejecución, animación, y expansión de los programas de expresión y comunicación emocional, así como la difusión de la importancia de esta área en todos los niveles educativos de su influencia, además de su disposición y aportaciones en la revisión del programa.

Agradecer también a Fátima Pérez, que, desde su concepción emocional de la educación, ha aportado, en su práctica educativa, elementos tangibles de la importancia de las emociones en el acto de enseñanza-aprendizaje, y de la educación en general.

DISEMFE en CASA

Programa de Expresión y Comunicación Emocional

Colección DISEMFE

© *Coord. José Clares López*

ISBN: 978-84-09-20482-3

Primera Edición, Mayo 2020

® Todos los derechos reservados

Asociación Internacional de Expresión y Comunicación Emocional. AIECE. Sevilla. (España).



Universidad de Sevilla. España.





Contenido del programa

1. INTRODUCCIÓN	6
2. ÁMBITO Y CONDICIONES DE APLICACIÓN.....	8
3. FINALIDAD DEL PROGRAMA.....	9
4. CONTENIDO DEL PROGRAMA	10
5. DURACIÓN DEL PROGRAMA.....	12
6. BIBLIOGRAFIA.....	13
7. CONTACTO.....	15
8. UNIDADES del PROGRAMA DISEMFE en CASA.....	16
1. EL BARCO DE LAS EMOCIONES	17
2. ESTE SOY YO.....	20
3. LA LEYENDA DE LA TRISTE IRA.....	24
4. DESCUBRIENDO A PERSONAS DE MI CASA.....	33
5. CREANDO EMOCIONES	43
6. LO MEJOR DE MÍ FAMILIA	52
7. BUSCANDO EL AMOR	58
8. LISTOS, Y ACCIÓN	65
9. PARA MÍ ES IMPORTANTE.....	71
10. MI ALBUM DE EMOCIONES.....	75
Para terminar... ..	79

1. INTRODUCCIÓN

Las emociones forman parte de nosotros desde los primeros años de vida y nos van a definir y singularizar como personas durante toda nuestra existencia. En momentos especiales donde se rompe de forma brusca las rutinas diarias y hay que convivir en situaciones especiales. El enfrentamiento personal con la nueva situación puede remover las condiciones interiores de la persona. En los más pequeños pueden resultar más significativas ya que tienen menos recursos emocionales para adaptarse a la nueva situación. Con el objetivo de ayudarle a los niños y niñas, y a sus cuidadores para gestionar mejor esta nueva situación, nace del programa “*DISEMFE en CASA*”

El citado programa es una versión del programa raíz “*DISEMFE*”. Ésta nace de las experiencias con estudiantes de la Utah Valley University y el profesorado de varios colegios de Básica de Chile. En ellos se desarrolló la idea de favorecer la expresión emocional como medio para paliar los conflictos emocionales que surgen en las personas en diversas etapas de su vida. Expresión que puede servir de válvula de escape para aliviar las consecuencias vitales de estas alteraciones emocionales que a veces se producen en la interacción con el propio desarrollo de la vida.

Con el programa se intenta poner a niños y niñas ante estímulos que le faciliten la expresión de sentimientos y emociones que se producen en su interior, pero que no entiende bien y sobre todo que no sabe cómo manifestarlos, ni siquiera, a veces, si esta circunstancia es posible. De ahí la necesidad de crear espacios de expresión, comunicación y reflexión emocional, y no estamos hablando de reflexionar sobre las emociones, sino de percibir las y comunicarlas.

Se están desarrollando, y en experimentación, en diferentes fases otras versiones como “*DISEMFE-leyendas*”, “*DISEMFE-Crea*”, “*DISEMFE-Arte*”, “*DISEMFE-Doer*¹”, “*DISEMFE Iuven*”, “*DISEMFE Include*” y “*DISEMFE Jardín*”. Con diferentes finalidades, pero con la misma base de la expresión y comunicación de las emociones.

¹ ®Registro de la Propiedad Intelectual. SE-00736-2018, ha sido el adaptado para el DISEMFE en CASA.

El programa, “DISEMFE en CASA”, surge de una adaptación de DISEMFE-DOER, cuyo programa nació de la necesidad de dar respuesta, en el área emocional, a alumnado con riesgo de exclusión social y escolar, que estaba presentando dificultades sociales y educativas importantes, y aplicable a grupos de este alumnado paralelamente al sistema oficial de escolarización

2. ÁMBITO Y CONDICIONES DE APLICACIÓN

Las actividades están pensadas para ser desarrolladas en casa, o en un entorno donde no se tenga acceso a un grupo-clase. Dado su objetivo, lúdico y voluntario, se pretende que el niño o niña tenga una sesión agradable, relajada y experimentando situaciones nuevas con respecto a lo que hace día a día. Por lo que las actividades se pueden hacer en las sesiones que se vean necesarias, con el objetivo de que no se cansen ni se sientan presionados a tener que hacerlo. Así se evita un desarrollo negativo de la misma.

Es fundamental crear un ambiente de respeto y aceptación de las expresiones de los demás, no hay respuestas correctas o incorrectas, ni mejores ni peores. Todas son igual de válidas y tienen el mismo derecho a ser escuchadas y respetadas. Esto hay que dejarlo muy claro antes de empezar, y no permitir ningún tipo de burla o menosprecio ante una expresión de cualquier miembro. Si alguna respuesta no estuviese en la línea de lo que se está trabajando, amablemente se le vuelve a explicar para que centren bien su intervención, redundando en el necesario respeto a los demás, como se les exige a los demás para consigo mismo.

Al estar en casa, las edades de los integrantes son muy diversas, pero siendo las preguntas genéricas, cada uno puede responder desde su nivel, y por tanto no hay problema con que participen todos los miembros de la familia o grupo que conviva junto.

3. FINALIDAD DEL PROGRAMA

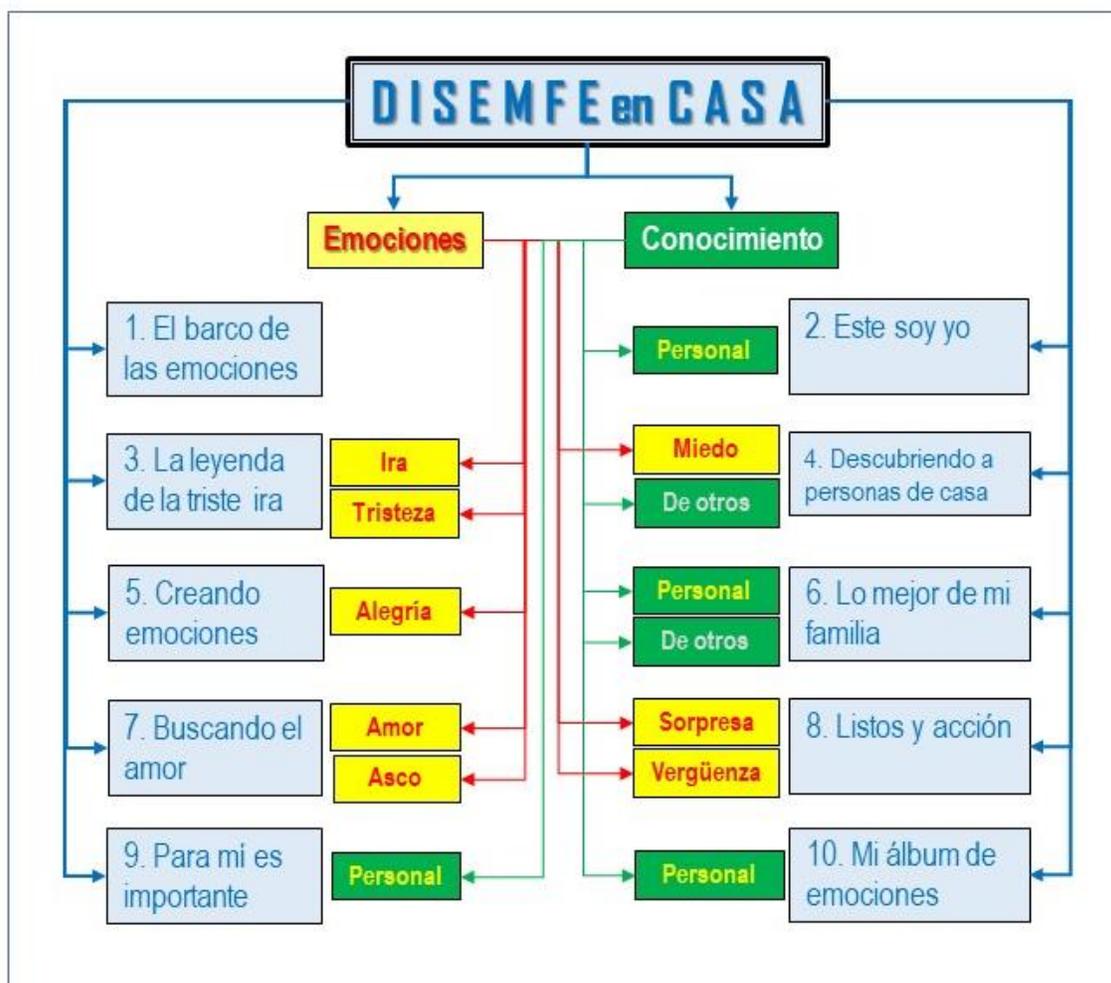
Podríamos decir que la **finalidad** del programa es mejorar la vida del alumnado, en todos sus ámbitos, partiendo del estado emocional, ya que, si mejora éste, puede redundar en los demás: personal, social y académico, a través de la reducción o prevención de tensiones emocionales que puedan interferir en la vida socio-académica del estudiante. Aunque siendo un poco más explícitos, y dadas las amplias áreas que toca el programa podemos afirmar que este proyecto pretende conseguir los siguientes **objetivos generales**:

- Acercar al niño o niña al significado y contenido de las emociones más básicas.
- Hacer visibles las emociones en su vida y su entorno, y aprender a reconocerlas.
- Facilitar la iniciación, o desarrollo, de la expresión de las emociones en el alumnado.
- Reducir el nivel de tensión emocional del alumnado provocado por la estancia en casa.
- Fomentar su autoestima y conocimiento de sí mismo.
- Aprender a respetar y conocer lo que los otros piensan o sienten.
- Disponer de un espacio de tiempo para la comunicación de las emociones propias y de los demás.
- Prevenir las dificultades escolares originadas por la tensión emocional.
- Desarrollar las potencialidades de expresión emocional.
- Mejor conocimiento personal del alumnado, por parte de su profesorado.
- Acercamiento personal y familiar entre los que comparten la vivienda.
- Mejora del clima de casa y los sentimientos de empatía.

4. CONTENIDO DEL PROGRAMA

El programa, consta de 10 sesiones, donde se dan cita al acercamiento y la expresión las emociones con el conocimiento de uno mismo y los demás integrantes de la casa.

En el esquema queda reflejado tanto el nombre de las diferentes sesiones, como las emociones y el tipo de conocimiento que se pretende principalmente. Todo esto bajo el común denominador de expresar y comunicar lo que sienten.



Esquema: DISEMFE en CASA, Sesiones y contenidos principales.

Aunque el contenido es importante, más importante resulta la actitud e implicación del adulto/os que ayuda en su implementación, ya que es el que puede orientar y reorientar las actividades para las sesiones tengan unos resultados más satisfactorios. Además del valor de su experiencia y datos que pueda aportar para su correcto desarrollo y evaluación

5. DURACIÓN DEL PROGRAMA

El programa no tiene una duración determinada, está previsto para desarrollarse dentro de la casa, y durante el tiempo que se estime eficaz. Tiene 10 sesiones, recomendadas para distribuir las a lo largo del tiempo, teniendo presente que los niños y niñas se queden siempre con ganas de volver a realizar las actividades. El tiempo que se le dedique a las actividades estará determinado por la capacidad de los niños y niñas, en desarrollarlo, con el objetivo de que no se saturen, ni pierdan el interés. En cuanto se atisbe un poco de cansancio, se dejará para seguir más adelante, cuando el cansancio haya pasado, y estén en óptimas condiciones para poder seguir con eficacia.

6. BIBLIOGRAFIA.

Algunos trabajos relacionados con la expresión y comunicación de las emociones

Autogestión del talento en la expresión de las emociones. 2013.

Comunicación emocional entre el profesorado de educación superior con apoyo tecnológico. 2015.

El diálogo emocional en entornos escolares. 2015.

Expresión y Comunicación Emocional como estrategia personal para la prevención de dificultades socioeducativas. 2015.

De las emociones a la construcción del pensamiento creativo. 2015.

Programa DISEMFE: Expresión y comunicación emocional: Una Experiencia en secundaria. 2015

Expresión emocional en sexto curso de educación primaria. 2015.

El uso de la rúbrica en la comunicación y expresión emocional mediante leyendas en el alumnado con nee. 2015.

DISEMFE: estudio de experiencia de expresión y comunicación emocional en centros de primaria de Sevilla. 2015.

La expresión y comunicación emocional en educación. Líneas de investigación presentes y futuras. 2017.

Una experiencia de expresión y comunicación emocional en la Araucanía chilena en preescolar. 2017.

Programa de desarrollo de la creatividad a través de la expresión y comunicación de emociones en cuatro centros de Sevilla. 2017.

Competencia emocional: la base de una educación creativa. 2017.

Expresión y comunicación emocional empleando tic: experiencia con estudiantes de profesorado en Chubut, Patagonia argentina. 2017

Enfrentar el currículum de lenguas extranjeras en el Reino Unido desde un enfoque emocional. 2019

Experiencia de expresión y comunicación emocional con estudiantes de secundaria de Colombia y Experiencia DISEMFE-Crea, desde el corazón de la Araucanía Chilena. 2019.

Experiencia de expresión y comunicación emocional con estudiantes de secundaria de Colombia y España mediante el foto-lenguaje y otras técnicas: Programa DISEMFE. 2019

Comunicación y expresión emocional entre estudiantes universitarios de Bogotá,
Colombia: Programa DISEMF- Iuven. 2019

http://congreso.us.es/ciece/Publicacion_CIECE_2015.pdf

http://congreso.us.es/ciece/lib_Ciece_17.pdf

http://congreso.us.es/ciece/lib_Ciece_19.pdf



7. CONTACTO

Durante el desarrollo del programa, o incluso antes, pueden surgir dudas o dificultades para su correcta ejecución. Con el ánimo de que el material que se pone a disposición de la comunidad familiar internacional cumpla la función para la que ha sido creado, proponemos una dirección de correo electrónico a tal efecto, en la que responderemos y contactaremos en la medida de la capacidad de gestión de la información recibida.

programaDISEMFE@gmail.com

Si quieres colaborar con la valoración los resultados, se pueden enviar a la citada dirección las respuestas que se dan al terminar cada sesión. “Para terminar la sesión.....”, indicando la edad, sexo, y población, ciudad y país desde el que se envía. Muchas gracias.

8. UNIDADES del PROGRAMA DISEMFE en CASA



**Programa inicial de expresión y comunicación emocional orientado a
escolares para desarrollarse en casa**

1. EL BARCO DE LAS EMOCIONES

Esta actividad es introductoria y es transversal, lo que quiere decir que se inicia al principio del programa y se va completando según van pasando las sesiones.

Qué queremos conseguir con este juego

Queremos que te inicies y descubras el mundo de las emociones que sentimos.

Que te sirva de base para ir viendo las diferentes emociones.

Que recuerdes las emociones que se van viendo durante el programa.

Materiales

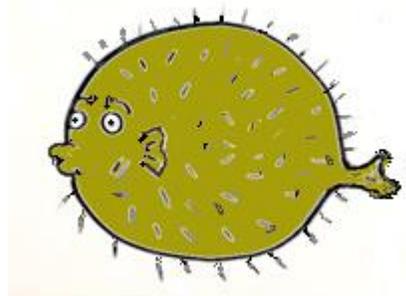
Para esta actividad se necesitará:

Papel continuo, o en su defecto cartulinas grandes, u otro tipo de papel como folios (hojas).

Lápices, colores,....

Antes de empezar. Hacemos el pez globo.

Se toma mucho aire por la nariz muy despacio, hasta que el pecho se hinche del todo y después se expulsa el aire lentamente. Se hace entre cinco y diez veces. Si se cierran los ojos mejor, para concentrarse más en la respiración. Una vez que te encuentres más relajado o relajada, seguimos con el juego.



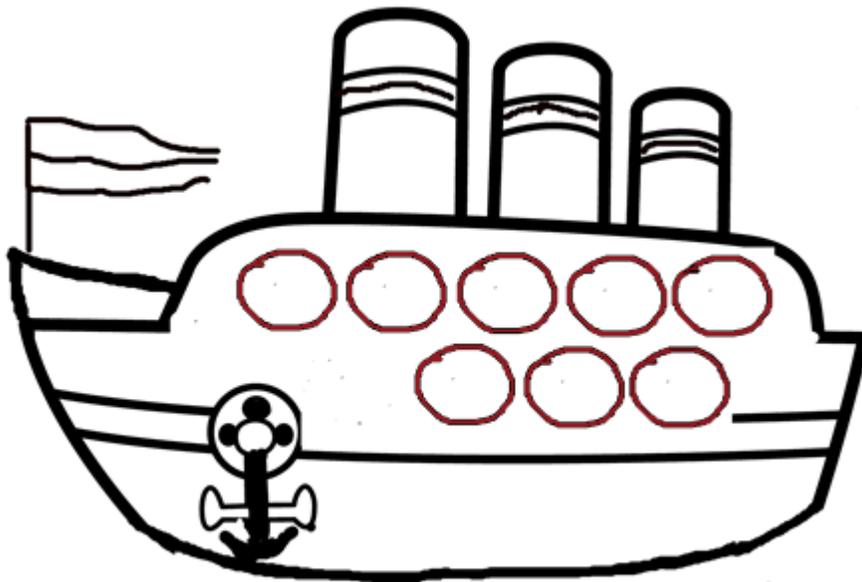
Juego

Como vamos a ver muchas emociones, lo que vamos a hacer nos va a servir para ir guardando las emociones que veamos, y así podremos recordar mejor las cosas que hemos hecho.

Para tener espacio donde guardar lo que hagamos, vamos a crear **El barco de las emociones**. Este barco sirve para que lleve las emociones por el viaje que ya iniciamos, para que nos acompañe en la travesía, y recordemos las emociones que ya nos han acompañado.

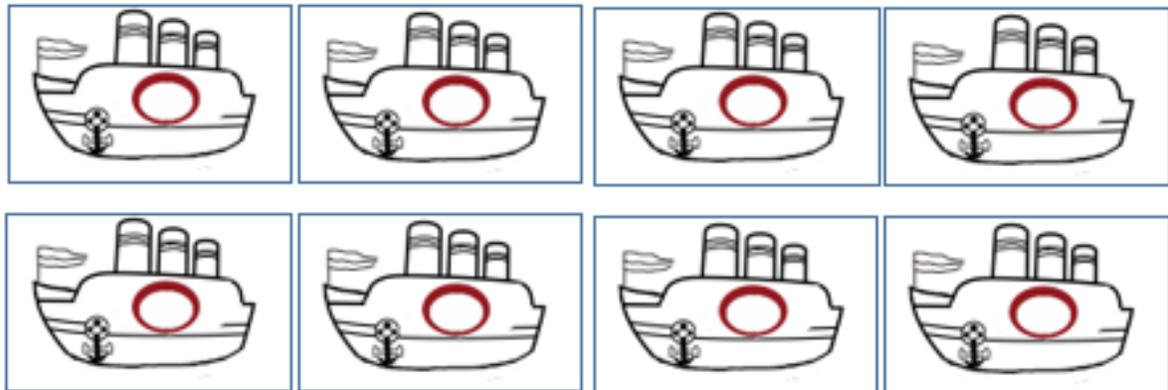
Para dibujar el barco, podemos optar por varias opciones según de lo que dispongamos.

Opción 1. Se dibuja un barco grande en papel continuo en el que se dejen unos ojos de buey (ventanas) bien grandes para que nos quepan dentro las caras con las distintas emociones que se van a ir poniendo.



Este puede ser un ejemplo, pero se puede pintar cualquier otro modelo. Siempre que se le dibujen las ventanas por las que aparecerá la cara con la emoción que se haya trabajado.

Opción 2. Si no tenemos un papel tan grande, podemos pintar un barco en cada hoja, folio o cartulina, con sólo una gran ventana, para usar un dibujo en cada emoción.



Se le pueden poner colores a los barcos, e incluso dibujarle más detalles a los mismos.

También se pueden hacer otros motivos, en vez de un barco, como pueden ser una casa, montaña, árbol, etc., dejando siempre una ventana en ellas para poner la cara de la emoción correspondiente.

Se recorta el papel del interior de las ventanas donde se irá poniendo por dentro cada una de las emociones que se vayan viendo.

Para poner el dibujo de la emoción que toque se puede pedir que participen en la elección de la imagen todos los que estén en la casa, y después colocarla en la ventana que se elija.

Para terminar el juego 1. El barco de las emociones

Explica brevemente lo que has aprendido, o has entendido, con las actividades que has hecho.



2. ESTE SOY YO

Qué queremos conseguir con este juego

Ser capaz de presentarnos a los demás.

Conocer mejor a los que están a nuestro alrededor.

Reconocer las cosas que nos interesan a nosotros y a los demás.

Desarrollar el respeto y comprensión hacia los demás.

Mejorar el autoconocimiento personal nuestro.

Ayudar a mejorar las relaciones con los demás.

Materiales

- Cartulinas u hojas, o folios, con los contenidos a rellenar. Pueden ser en color.
- Bolígrafos
- Revistas y periódicos viejos.



Me dibujo o pongo una foto mía

Este soy yo

Nombre: Edad ...

Ciudad..... País Fecha ...

Se me da bien o me gusta hacer.....

.....

.....

.....

Dibujo lo que me preocupa...

Lo escribo

Dibujo a lo que me gusta jugar...

Lo escribo

Dibujo personas importante para mí

Lo escribo

Dibujo lo que me gustaría ser de mayor

Lo escribo

Una vez que se tiene la página o folio “**Este soy yo**”, esto es lo vamos a hacer:

En la parte de arriba, a la derecha, pones tus datos, nombre, edad, ciudad, país, fecha en la que estás, y las cosas que te gusta hacer, o que sabes hacer bastante bien.

En el cuadrado de la izquierda, arriba, se pone una imagen, una foto, o un dibujo que nos represente. Puede ser su cara, un animal, alguna acción, o un objeto que piense que le representa. Por ejemplo, yo puedo poner a una persona que le guste mucho leer, puede poner un libro que lo represente, o si se pasa el día escribiendo, podría poner una foto de un bolígrafo, uno su propia cara, o un animal que me guste.

En los cuatro cuadros que hay debajo, dibuja lo que te dice en la parte de arriba, o pon una imagen que lo represente. Dentro del cuatro, en la parte de abajo puedes escribir lo que has dibujado o lo que representa la imagen.

Las cosas que tienes que poner son:

- *Las cosas que te preocupan.*
- *A lo que te gusta jugar.*
- *Las personas importantes para ti.*
- *Lo que te gustaría ser de mayor (cuando seas grande).*

En el cuadrado de la izquierda, arriba, (se le señala), se pone una imagen, una foto, o un dibujo que nos represente. puede ser su cara, un animal, alguna acción, o un objeto que piensen que les representan. Por ejemplo, yo puedo poner a una persona que le guste mucho leer, puede poner un libro que lo represente, o si se pasa el día escribiendo, podría poner una foto de un bolígrafo, uno su propia cara, o un animal que me guste.

Las otras personas que estén también en la casa, como pueden ser hermanos, hermanas, padre, madre, tía, tío, abuelo, abuela, o cualquier otra persona, pueden rellenar su propio papel y compartirlo entre todos, explicando por turnos las cosas que han dibujado y escrito.



Ya que todos han contado lo que les importa, y los demás les han escuchado, se conocen un poco mejor, y pueden colgar cada uno su papel en un rinconcito de la casa.

Para terminar el juego 2. Este soy yo

Explica brevemente lo que has aprendido, o has entendido, con las actividades que has hecho.

3. LA LEYENDA DE LA TRISTE IRA

Qué queremos conseguir con este juego

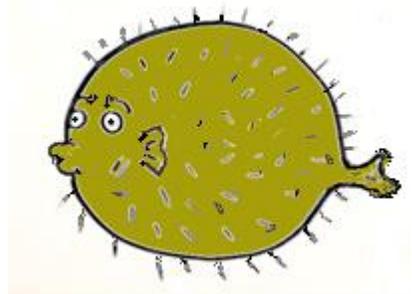
- Saber mejor lo que son las emociones de Ira y de tristeza.
- Conocer las expresiones físicas de las emociones.
- Familiarizarse con el vocabulario relacionado con la ira y la tristeza.
- Reconocer situaciones propias donde hayan aparecido estas emociones.
- Compartir situaciones emocionales con los demás.
- Identificar los aspectos negativos que puede producir la ira en los demás.
- Conocer mejor a las personas que están alrededor.
- Mejorar el propio conocimiento personal.

Materiales necesarios

Materiales para escribir y dibujar

Antes de empezar. Hacemos el pez globo.

Se toma mucho aire por la nariz muy despacio, hasta que el pecho se hinche del todo y después se expulsa el aire lentamente. Se hace entre cinco y diez veces. Si se cierran los ojos mejor, para concentrarse más en la respiración. Una vez que te encuentres más relajado o relajada, seguimos con el juego.



juego

Con esta actividad queremos introducir dos emociones como son la Tristeza y la Ira. Y lo haremos a través de una leyenda, en la que se explican lo que son las dos emociones, lo que se siente, y el vocabulario, o palabras, relacionado con las mismas. Hay una transición de una emoción a otra, y al final se queda en suspense para que podáis sacar vuestras propias conclusiones.

Antes de nada piensa un poco y escribe debajo lo que crees que es para ti la ira, o la rabia, pon un ejemplo si quieres.

Ira o rabia

También piensa en lo que significa para ti la tristeza, y escríbelo.

Tristeza

Una vez hecho, vas a leer una leyenda donde se habla de la ira y la tristeza. Para eso, reúne a las personas que estén contigo en la casa, o las que puedan acompañarte, y lee en voz alta la **Leyenda de la triste ira** y muéstrales los dibujos que tiene la leyenda.

LA LEYENDA DE LA TRISTE IRA

Cuenta la leyenda que en una ocasión una persona sintió que no respetaban sus derechos, se sentía insultada, que no lo valoraban, que atacaban su dignidad como ser humano, y se sintió irritada y enojada.



Su cara se iba poniendo roja, sus cejas se juntaban y se bajaban, sus dientes se cerraban con fuerza y su mirada se fijaba con ojos feroces hacia los demás.

Había nacido la *ira*.

Sólo pensaba en eso que estaba sintiendo, estaba obsesionada. Y en su interior sólo había resentimiento, que casi se convertía en violencia.

Su respiración se hacía más rápida, sus músculos se tensaban y sus puños se cerraban con fuerza. Le estaban dando ganas de pegar, de romper cosas, de



gritar, ... o sencillamente de quedarse totalmente callada.

Las otras personas cuando la veían reconocían en ella la rabia, el odio, su furia, el resentimiento que sentía hacia los demás, su indignación y su cólera,



y poco a poco se iban apartando de ella. Se alejaban por si se ponía violenta y podía hacerles daños. Cada vez se iban separando más y más de ella.

Conforme pasaba el tiempo cada vez la **ira** estaba más sola, y nadie o casi nadie se le acercaba.

Se estaba dando cuenta de que estaba perdiendo a sus amigos, que cada vez estaba más sola, y que no podía hacer las cosas que antes hacía porque sus amigos la miraban con recelo y hasta con cierto miedo.



Sus ojos se empezaron a cerrar y sus labios se cayeron hacia abajo. Estaba naciendo la **tristeza**. La tensión de su cuerpo desaparecía, se sentía decaída, su corazón latía más despacio y su respiración más lenta. La soledad que estaba sintiendo hacía que la tristeza aumentase por momentos. No tenía ganas de nada, estaba desanimada y desmotivada.



nada le interesaba, cada vez quería estar más sola. Sentía un pesar muy grande, estaba pesimista, descontenta, abatida, con un enorme desánimo, llena de melancolía y de pena.

Pero la tristeza empezó a darse cuenta de las causas de su estado, y se abrió en ella una pequeña luz sobre el origen de su pena y la solución a lo que le estaba pasando.. Estaba empezando a querer comprender por qué estaba triste, y cuál sería la solución para acabar con la tristeza que la inundaba.

Ahora entre todos los que habéis escuchado la leyenda, explicar lo que ha pasado en ella con las dos emociones.

Se puede volver a leer la leyenda o parte de ésta, para que se entienda bien lo que estaba ocurriendo.

Intentar explicar lo que estaba pasando al final cuando se dice que se estaba comprendiendo lo que había ocurrido, y parecía que se encontraba una solución.

¿Por qué había ocurrido?, ¿Qué solución sería?

Ahora, entre todos los que han escuchado la leyenda intentar responder a las siguientes cuestiones y hacer un dibujo de las mismas.

<i>Haz un resumen con tus palabras de La leyenda de la Triste Ira.</i>	Dibújalo o pega una imagen



<i>¿Por qué sienten las personas ira o rabia?</i>	Dibújalo o pega una imagen

<i>¿Por qué sienten las personas tristeza?</i>	Dibújalo o pega una imagen



<i>¿Cómo se les pone la cara y el cuerpo a las personas que sienten ira o rabia?</i>	Dibújalo o pega una imagen

<i>¿Cómo se les pone la cara y el cuerpo a las personas que están tristes?</i>	Dibújalo o pega una imagen



¿Cómo piensas que acaba la leyenda cuando dice que se ha encontrado una solución a lo que había o estaba pasado?

Emociones trabajadas

Se ha trabajado la **ira** y la **tristeza**, que se ponen en las ventanas de el “El barco de las emociones”.

Para terminar el juego 3. La leyenda de la triste ira

Explica brevemente lo que has aprendido, o has entendido, con las actividades que has hecho.

4. *DESCUBRIENDO A PERSONAS DE MI CASA*

Esta actividad está pensada para profundizar en el conocimiento de los compañeros mediante la manifestación de cómo lo ven los demás. También se conocerá mejor la emoción del miedo.

Qué queremos conseguir con este juego

Conocer a las personas que viven en casa.

Aprender a respetar y valorar las opiniones y puntos de vistas de los demás.

Comprender y comunicarse mejor con los demás.

Entender y aceptar cómo son los otros que viven en casa.

Aumentar la autoestima, sentirme más importante para los demás.

Reconocer experiencias propias relacionadas con el miedo.

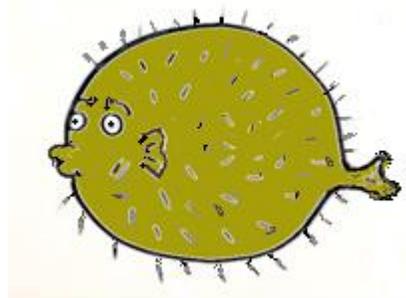
Conocer las características principales del miedo.

Materiales necesarios

- Materiales para escribir y dibujar

Antes de empezar. Hacemos el pez globo.

Se toma mucho aire por la nariz muy despacio, hasta que el pecho se hinche del todo y después se expulsa el aire lentamente. Se hace entre cinco y diez veces. Si se cierran los ojos mejor, para concentrarse más en la respiración. Una vez que te encuentres más relajado o relajada, seguimos con el juego.



Juego

Con este juego tratamos de conocer mejor a las personas que viven en nuestra casa. Para ello te vas a convertir en investigador o investigadora y preguntes algunas cuestiones a los miembros de tu casa.

Para ello le vas a pedir a cada persona de tu alrededor, si sabe escribir lo escribe y si no sabe, puede dibujarlo, que den su opinión sobre otros miembros de la familia. Lo hacen en el cuestionario que se llama **“Descubriendo a mi familia”**. En él dicen lo que piensa de los otros, que les pone triste, lo que les gusta, y lo que les enfada. En cada cuestionario hay espacio para las opiniones sobre cuatro miembros, si hay más miembros se le puede dar en otra hoja. Cada uno responde de forma individual, y si quieren pueden hacer un pequeño dibujo de lo que escriben



Si alguna cosa no la saben, se puede dejar en blanco. Cuando todos hayan respondido, y con todas las respuestas, se ponen en común y cada uno lee el suyo. Se ve si hay coincidencia en las respuestas que han dado sobre los mismos miembros. Se puede establecer un diálogo, sobre las opiniones que han dado de una persona, a ver si coinciden con lo que ella piensa de sí misma.

Cuando hayáis terminado se puede colgar las opiniones en distintos lugares de la casa, por cada miembro, o bien todas juntas.



Descubriendo a mi familia



Nombre...

Le gusta mucho:...

Le pone triste:..

Le enfada....

Nombre...

Le gusta mucho:...

Le pone triste:..

Le enfada....

Nombre...

Le gusta mucho:...

Le pone triste:..

Le enfada....

Nombre...

Le gusta mucho:...

Le pone triste:..

Le enfada....

Este juego tiene una segunda parte, consiste que consiste en hablar del **miedo**. Y para ello haremos tres pequeñas actividades:

- A) *Comentar imágenes de miedo;*
- B) *Dar la opinión sobre el miedo y lectura de un texto sobre él; y*
- C) *Inventar una historia breve de miedo, propia o de alguien que conozcas.*

a) **Comentar imágenes de miedo.**

Busca imágenes sobre personas que manifiesten claramente una sensación de miedo, bien de libros y revistas viejas, de internet, también se pueden dibujar...



De cada imagen, se puede inventar lo que les ha pasado a los protagonistas para que tengan ese rostro de miedo. Se puede escribir brevemente debajo de la imagen.

b) **Opinión sobre el miedo.**

Responde brevemente lo que te pregunten sobre el miedo.



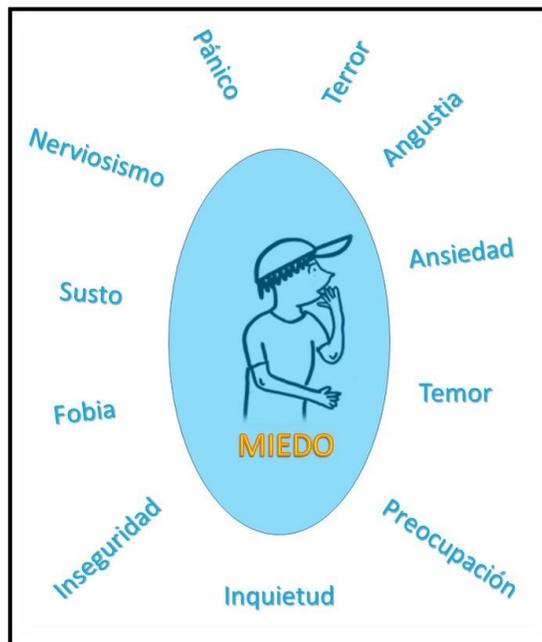
Piensa un poco y explica brevemente lo es el miedo para ti.

Puedes dibujarlo aquí debajo...

Ahora se lee en voz alta el siguiente texto sobre el miedo, para que todos lo escuchen, y puedan ver la imagen que acompaña al texto.

EL MIEDO

El miedo es una emoción que no es agradable, es una respuesta que da nuestro cuerpo ante una situación en la que se siente amenazado, para prepararse para la defensa, bien para luchar, o para huir, con el objetivo de preservar la vida, es un instinto de supervivencia.



Los miedos pueden ser provocados por un hecho real, (una amenaza real), donde se activa nuestro instinto de supervivencia, o pueden ser irreales, miedos creados por nuestra mente. Pero nosotros sentimos lo mismo, miedo, sea real o no.

Cuando no se puede controlar el miedo y este es por una causa real, y no se puede afrontar, se le llama fobia.



Se queda bloqueado, paralizado, impidiendo hacer otras actividades ni pensar en otra cosa.

c) Inventi3n de una historia de miedo.

Ahora vas a escribir una historia de alguien que pasa miedo. Puedes ser t3, o alguien que conozca. Vas a escribir la historia en cuatro partes, y puedes ilustrarla con dibujos para cada parte.

Cuando termines, puedes poner una cara con miedo en el barco de las emociones.



Historia de miedo

Título:

1. Había una vez.....
.....

2.....
.....

3.....
.....

4. Y la historia termina.....
.....



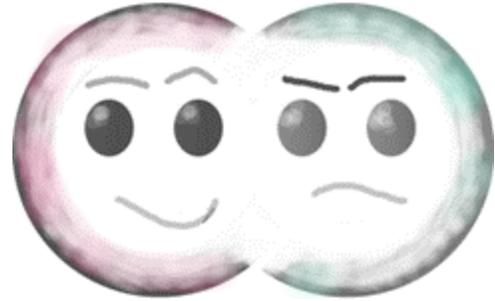
Para terminar el juego 4. Descubriendo a personas de mi casa

Explica brevemente lo que has aprendido, o has entendido, con las actividades que has hecho.

5. CREANDO EMOCIONES

Lo principal de esta actividad es que se van a crear emociones con los rasgos principales de cada una de ellas. Se va a analizar más en profundidad la alegría, pero se repasarán las otras emociones que se han dado, como son la tristeza, ira y miedo.

Para ello se construye un recortable para hacer caritas con las emociones dadas. Se inventan historias usando los recortables para explicar lo que le va pasando al personaje.



Qué queremos conseguir con este juego

Conocer cosas desconocidas de los componentes de mi familia.

Aprender a respetar y valorar las opiniones y puntos de vistas de los demás.

Comprender y comunicarme mejor con mi familia.

Tomar conciencia de que al conocer mejor a los miembros de la familia se podrá comprender y respetar más.

Reconocer situaciones de alegría que he vivido.

Conocer las características principales de la alegría

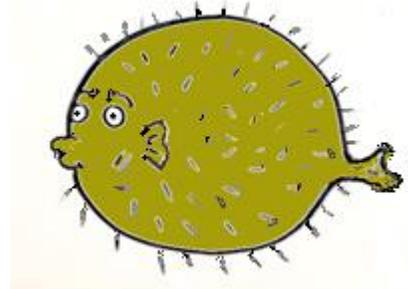
Aumentar mi capacidad para crear historias.

Materiales necesarios

- Papeles en blanco para dibujar las partes de la cara.
- Tijeras para recortar las partes de la cara.
- Teléfono o cámara de video para grabar las historias.

Antes de empezar. Hacemos el pez globo.

Se toma mucho aire por la nariz muy despacio, hasta que el pecho se hinche del todo y después se expulsa el aire lentamente. Se hace entre cinco y diez veces. Si se cierran los ojos mejor, para concentrarse más en la respiración. Una vez que te encuentres más relajado o relajada, seguimos con el juego.



Juego

En este juego vamos a ver una emoción nueva, que es muy sonriente, *la alegría*.

1ª. Dibujando situaciones alegres

Nos vamos a ir metiendo en el mundo de la alegría, y en las situaciones en las que se siente ésta. La alegría es una de las emociones preferidas por la mayoría de las personas.

Se dibujan tres situaciones en las que se sienta la alegría. Escribiendo debajo de las mismas por qué se siente esa alegría.

De las tres situaciones, una en la que sientan MUCHA alegría, otra con BASTANTE alegría y otra con UN POCO de alegría.

En la siguiente página tienes una hoja o folio para poder hacerlo.



Creando EMOCIONES



Dibuja y escribe debajo, o al lado....

A mí me da MUCHA ALEGRÍA....

A mí me da BASTANTE ALEGRÍA....

A mí me da UN POCO DE ALEGRÍA....

2ª. Dando su opinión sobre la alegría.

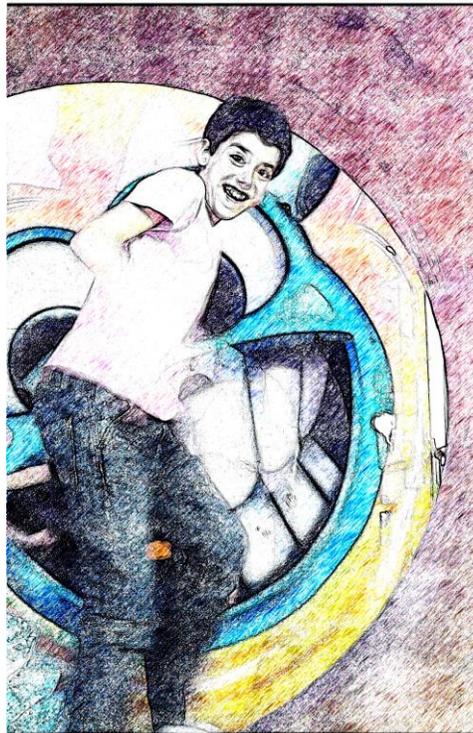
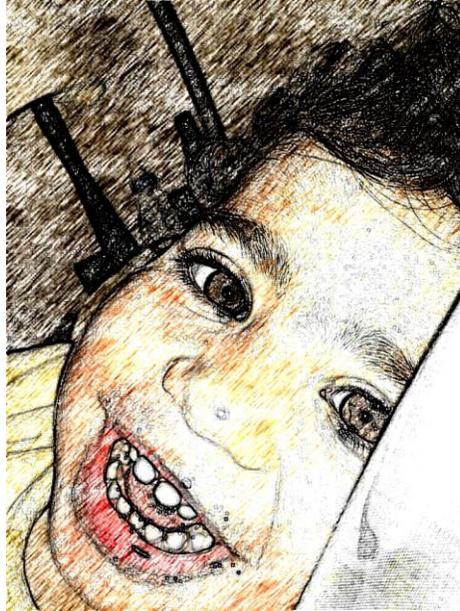
Mientras estás dibujando, y al terminar comenta con otros miembros de la casa lo que has dibujado, lo que has escrito, lo que piensas de la alegría, en qué situaciones la sientes, etc.

3ª. Imágenes alegres y texto de la alegría

Para profundizar más en la alegría, se van a ver y buscar imágenes relacionadas con la alegría, y se intenta explicar lo que le pasa a esa persona, y por qué está alegre.

Aquí ponemos algunos ejemplos





Después de leer el texto de **la alegría**, para todas las personas de la casa, mientras están viendo la imagen de palabras que están relacionadas con la alegría. El que sepa su significado puede explicárselo a los que no conocen alguna palabra, con ejemplos.

LA ALEGRÍA

“La alegría es una emoción que la llamamos agradable. Nos sentimos alegres cuando lo que deseamos se nos cumple, solemos repetir lo que hacemos que nos produce alegría. Siempre tenemos ganas de sentirla. Esta nos produce una sensación de tranquilidad, seguridad, bienestar, es muy agradable, sentimos bienestar y placer.

¿Qué nos hace sentir alegría?



Si nos dan una buena noticia, ver a alguien que hacía tiempo no veíamos, cuando vemos, oímos, olemos o degustamos algo que nos gusta mucho.

¿Cómo se nos nota que sentimos alegría?

La cara muestra una sonrisa, los ojos se suelen abrir más, no a todas las personas, las mejillas se levantan. Nuestro cuerpo se siente bien, sin tensión en los músculos, relajado. Y tenemos la sensación de que todo está bien, somos optimistas y positivos.”

4º. Rompecabezas.

Ahora vamos a hacer una actividad muy divertida. Vamos a crear emociones, y lo vamos a hacer como en un rompecabezas.

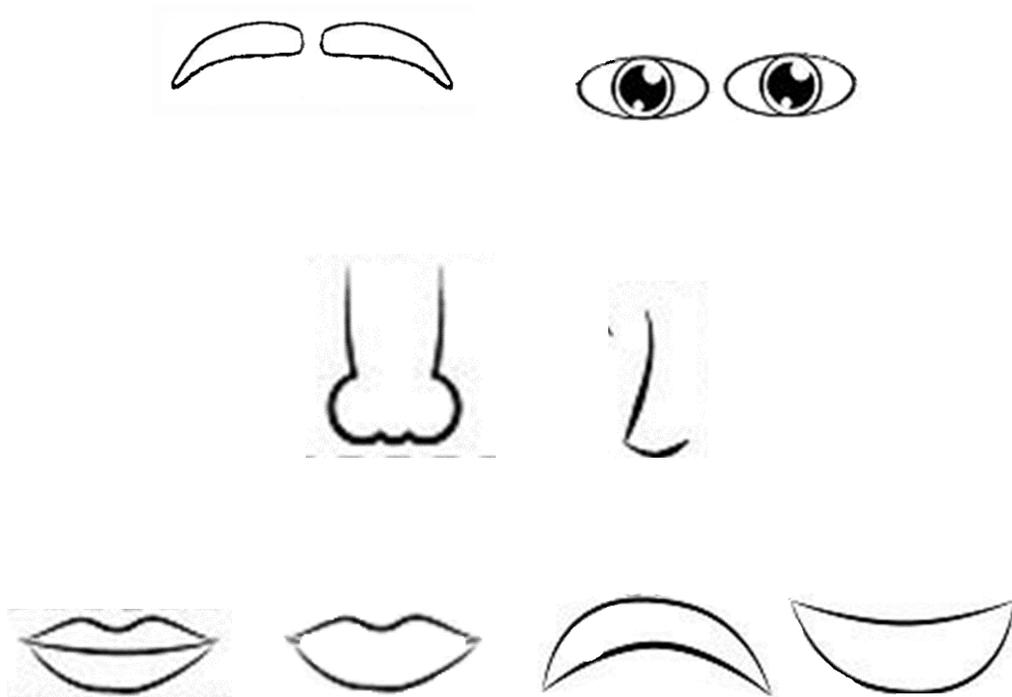
1. Tienes que dibujar en papel diferentes partes de la cara, y una cabeza para colocar estas partes dentro de ella. Puedes fijarte en los ejemplos que ponemos o incluso imprimirlos y recortarlos.

CO



Las partes como cejas, boca, ojos,.. que pueden cambiar según la expresión de la cara, se hacen varios dibujos para que puedan expresar varias cosas. Por ejemplo se dibujan unos ojos muy abiertos y otros más cerrados, para poder ponerlos en caras con diferentes expresiones. La boca igual, con diferentes expresiones.

Puedes fijarte en dibujos que saques de libros, revistas, cómic, de internet, etc. Aquí te ponemos algunos ejemplos, pero busca todas las ideas que quieras.





2. Ahora con las partes de la cara recortadas se practica poniendo caras con las emociones que se han dado, como son: la **alegría**, la **ira**, la **tristeza**, **ira** y **miedo**.
3. Se pueden repartir las emociones entre algunos miembros de la casa.
4. Se crea una historia entre todos, pero cada uno aporta a la historia la emoción que le haya tocado. Se entrena el contar la historia entre todos los que participen en la



misma. Mientras se va contando la historia, se le va cambiando la expresión de la cara con las piezas recortadas según la emoción de la que se esté hablando.,

5. Una vez terminada la historia, y bien ensayada, se graba en video y se comparte con los demás.

6. Si se desea se pueden hacer más historias siguiendo el mismo proceso, manipulando los recortables.

Para terminar el juego 5. Creando emociones

Explica brevemente lo que has aprendido, o has entendido, con las actividades que has hecho.

6. LO MEJOR DE MÍ FAMILIA

Qué queremos conseguir con este juego

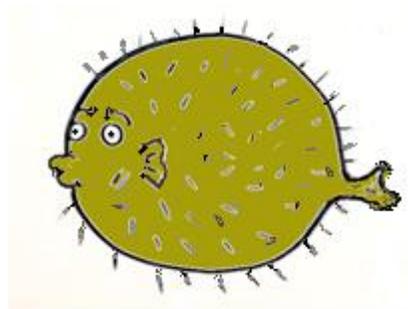
- Pensar un poco en los demás miembros de la casa.
- Conocer mejor a los otros componentes de la familia.
- Reconocer lo que le interesa a uno mismo y a los demás.
- Desarrollar el respeto y la empatía por los miembros de la casa.
- Mejorar el autoconocimiento personal.
- Reforzar la autoestima personal.

Materiales necesarios

- Material para escribir, papel y Bolígrafos

Antes de empezar. Hacemos el pez globo.

Se toma mucho aire por la nariz muy despacio, hasta que el pecho se hinche del todo y después se expulsa el aire lentamente. Se hace entre cinco y diez veces. Si se cierran los ojos mejor, para concentrarse más en la respiración. Una vez que te encuentres más relajado o relajada, seguimos con el juego.

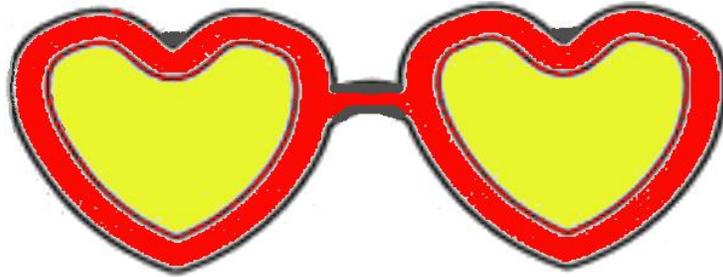


Juego

Este juego consiste en ponerse las gafas de las cosas buenas. Con ellas puestas sólo se pueden ver las cosas buenas de todas las personas con las que se miran, en este caso a todos los que viven en casa.

Lo que hay que hacer es que cada miembro de la casa escriba algo bueno de todos los demás, como máximo de 25-35 palabras. Esto se puede acompañar de un dibujo.

Puedes hacerte unas gafas especiales para ver sólo las cosas buenas. Pueden ser de cartón, y ponerle plástico transparente de color.





Lo mejor de mi familia



Dibuja y escribe

Cosas buenas de

Cosas buenas de

Cosas buenas de

Cosas buenas de

Una vez que todos los miembros de la casa han escrito las cosas buenas de los demás, se recortan las opiniones dejando en cada papel sólo a una persona. De manera que así podemos juntas todas las opiniones juntas de cada miembro de la familia.

Se toman tantos botes o cajitas, como personas hayan participado en el juego, y se van metiendo en cada una todas las opiniones que se han dado de cada persona.

Hecho esto se empieza a leer todas las opiniones que han dado de cada miembro, y la persona, de la que den su opinión, comenta si lo sabía, si le ha sorprendido alguna respuesta, si está de acuerdo, etc. y así con todos los miembros.

Una vez que todos los miembros de la casa han leído las cosas buenas que han dicho sobre ellos, cada uno hace un resumen de todas estas cosas, las pone juntas, y puede hacer un dibujo sobre ello. En la página siguiente se pueden hacer estas resumen y dibujo.



Lo mejor de mi

Dibuja y escribe

Dibujo mis cosas buenas

Escribo las cosas buenas que han dicho de mi



Para terminar el juego 6. Lo mejor de mi familia

Explica brevemente lo que has aprendido, o has entendido, con las actividades que has hecho.

7. BUSCANDO EL AMOR

Qué queremos conseguir con este juego

Pensar entre todos sobre las emociones.

Desarrollar el respeto y la aceptación de las emociones de los demás.

Acercar y profundizar en el significado del amor.

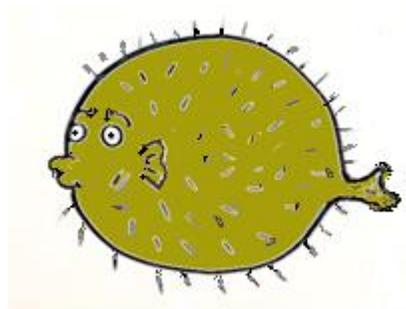
Profundizar en lo que es el asco.

Materiales necesarios

- Imágenes de emociones.

Antes de empezar. Hacemos el pez globo.

Se toma mucho aire por la nariz muy despacio, hasta que el pecho se hinche del todo y después se expulsa el aire lentamente. Se hace entre cinco y diez veces. Si se cierran los ojos mejor, para concentrarse más en la respiración. Una vez que te encuentres más relajado o relajada, seguimos con el juego.



Juego

Empezamos con una de las emociones más importantes en el ser humano. ¿Qué es para ti el amor? ¿has pensado alguna vez sobre el amor?, ¿qué es?, ¿qué significa, ¿Cómo se manifiesta?

Escribe y haz un dibujo sobre las cosas que se te ocurran cuando pienses en lo que es amor.

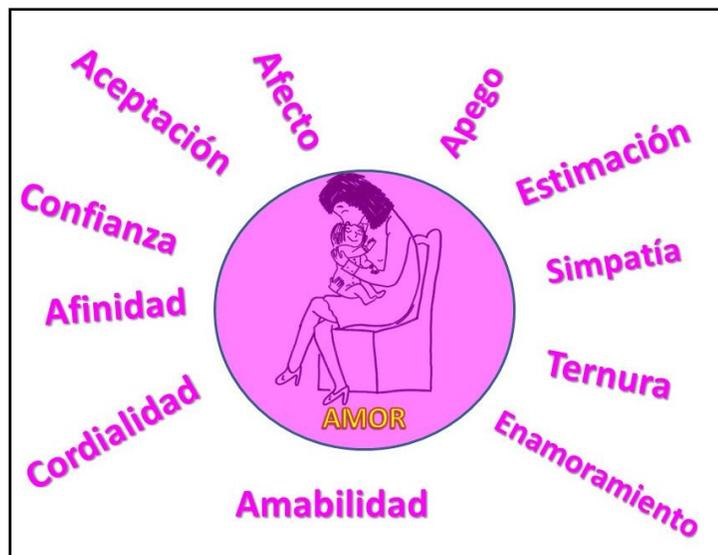


Escribo y dibujo lo que para mí es el amor

Ahora, ya que has pensado un poco en lo que es el amor, lee el siguiente texto a todas las personas que estén contigo.

EL AMOR

“El amor es muy importante en las relaciones con los demás. También se pueden dar diferentes niveles, desde uno bajo como cuando estimamos a alguien, hasta otro muy alto que es el amor que le tienen los padres a los hijos, y otros niveles como lo que se siente por un amigo, por una pareja, por los padres, etc.



¿Cómo se manifiesta el amor? En nuestra cara, los ojos se ponen muy abiertos y brillantes. También se marca una sonrisa en la cara, se siente un estado de bienestar y relajación en todo el cuerpo. Experimentamos una sensación de bienestar cuando estamos cerca de la persona que amamos.”

Después de la lectura, mantener una conversación entre todos los que estáis en casa sobre el amor y en qué situaciones hay amor.

Haz después un dibujo y escribes lo más importante de la conversación.

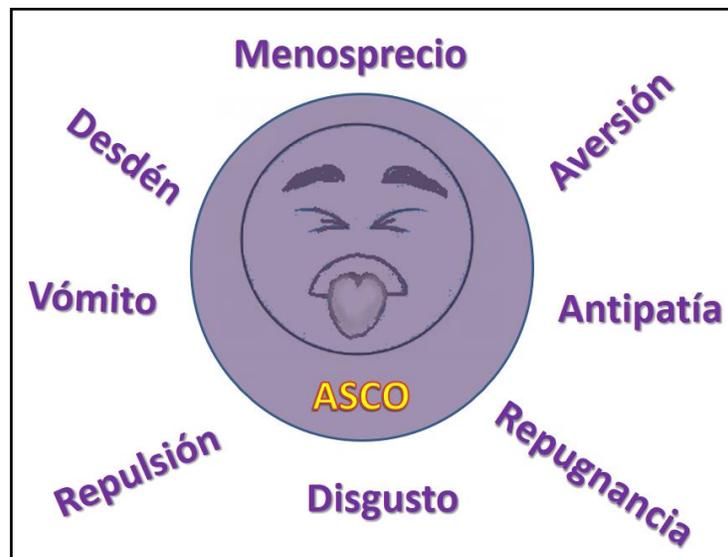


Dibujo cuando hayas sentido asco

Ahora vamos a leer una historia sobre el asco.

UNA HISTORIA DE ASCO

Había una vez una niña que iba con su madre a comprar al mercado. Al pasar por la carnicería, vieron allí expuestas al público las cabezas cortadas por el cuello de unos animales muertos. De repente al verlo, la niña sintió mucho asco. Sus ojos se cerraron como no queriendo ver la escena. Su nariz se arrugó con fuerza, sus labios superiores se movieron hacia arriba, le dieron ganas de vomitar, náuseas, de alejarse rápidamente de allí. Sintió una gran aversión, rechazo, así que se fue al otro lado del puesto para no estar cerca de lo que le daba tanto asco.



Según se alejaba, miraba con recelo hacia atrás, sin dejar de poner la expresión en la cara que le producía la presencia de las cabezas muertas.

Ahora vas a buscar imágenes, las que encuentres, que representen asco, puedes también dibujarlas, en el siguiente espacio.

Para terminar, se dibujan las dos emociones, amor y asco, en un papel, y se ponen en el barco de las emociones.



Imágenes relacionadas con el asco.

Para terminar el juego 7. Buscando el amor

Explica brevemente lo que has aprendido, o has entendido, con las actividades que has hecho.

8. LISTOS, Y ACCIÓN

Qué queremos conseguir con este juego

Hablar de la sorpresa y la vergüenza con los otros miembros de la casa.

Aumentar el respeto y comprensión de las opiniones de los demás.

Conocer mejor las características de la vergüenza y la sorpresa.

Desarrollar la expresión corporal

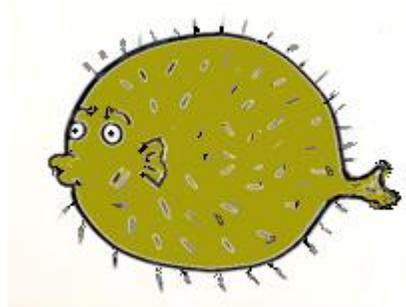
Fomentar la capacidad expresiva.

Materiales necesarios

- Teléfonos con video o grabadoras de video.
- Algunas imágenes sobre las emociones que se dan, la vergüenza y la sorpresa.

Antes de empezar. Hacemos el pez globo.

Se toma mucho aire por la nariz muy despacio, hasta que el pecho se hinche del todo y después se expulsa el aire lentamente. Se hace entre cinco y diez veces. Si se cierran los ojos mejor, para concentrarse más en la respiración. Una vez que te encuentres más relajado o relajada, seguimos con el juego.



Juego

En este juego vamos a tratar dos emociones, como son la sorpresa y la vergüenza o timidez. Para acercarnos a ellas intentaremos hacerlo usando nuestro cuerpo, para ello vamos a hacer lo siguiente:

1. Qué piensas que es la sorpresa y la timidez. De forma breve dibuja una situación de sorpresa y debajo explícalo brevemente. Haz igual con la timidez

Dibuja la sorpresa	Dibuja la vergüenza o timidez
Explica lo que es la sorpresa	Explica lo que es la vergüenza o timidez

2. Se lee el texto *“La sorpresa de Judit”* para ver lo que sentía esta chica, y *“la vergüenza de Julio”* para entender cómo siente este chico la vergüenza.

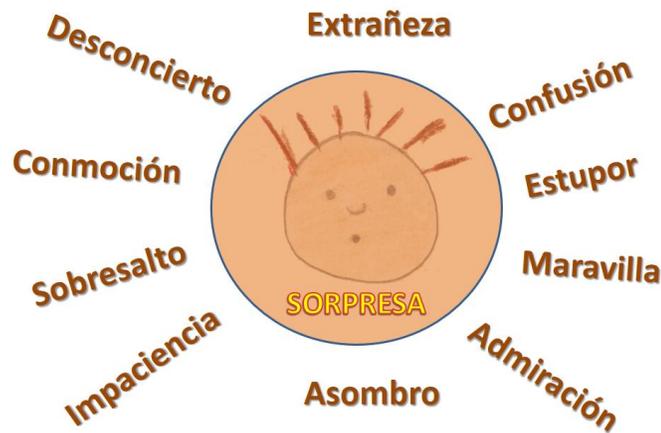


LA SORPRESA DE JUDIT

“Así es Judit.. Todos los amigos la conocen y piensan de ella que se sorprende por muchas cosas. La sorpresa le dura poco tiempo, y cuando está sorprendida abre mucho la boca y los ojos. Se pone nerviosa y su corazón se acelera porque ha ocurrido una cosa que no se esperaba.

A ella le encantan las sorpresas, en especial cuando recibe un regalo y va a abrirlo

sin saber el contenido. Se pone muy impaciente cuando va a descubrir alguna cosa. Todos la quieren mucho porque es muy alegre y llena de vitalidad.



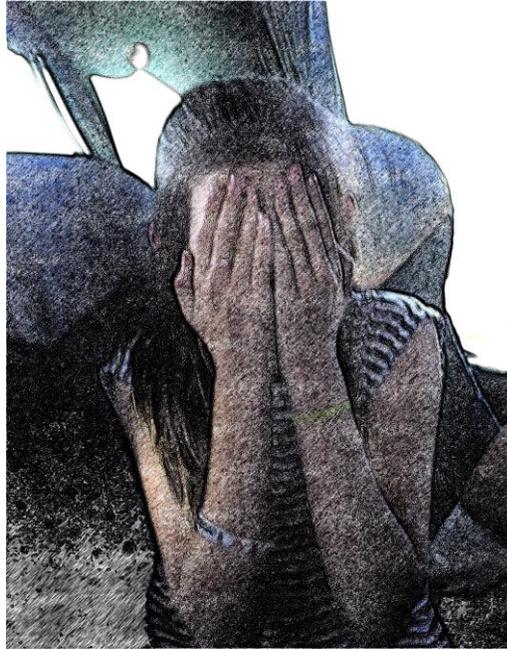


LA VERGÜENZA DE JULIO

Julio tiene otra característica, tiene mucha vergüenza. Él siente como una humillación por dentro cuando cree que los otros saben de él cosas que no le gusta que conozcan. Esto que siente le afecta a su dignidad como persona que se siente inferior. Cuando le ocurre esto, él mira hacia el suelo, se pone rojo, es como si el cuerpo le encogiera, y le dan muchas ganas de esconderse detrás de otros, incluso desaparecer. Él se siente culpable de lo que le pasa, piensa que la culpa es suya, y lo pasa mal. En algunas ocasiones, alguna gente que se siente culpable, tienen problemas consigo mismo.



Julio procura hablar lo mínimo posible para no sentirse el centro de atención, y que puedan decir cosas sobre él. Pero sobre todo Julio es un gran chico, que se preocupa mucho por sus amigos. “



3. Una vez que ya tenemos más claro cómo es la vergüenza y la sorpresa, y lo que se sienten con cada una de las emociones, vamos a hacer el siguiente juego.

Las personas que estéis en casa vais a convertirnos en actores y actrices y en directores y directoras de cine, y elaboraréis pequeños videos actuando como si fueseis actores.

Para ello empiezan contando cada uno una historia personal, en la que se haya sentido sorpresa y vergüenza. Si no se acuerda puede ser de otra persona que le pasara esto.

Después de contar la historia cada uno, que sirve de ensayo, se hace un video cada uno con su historia.

4. Una vez que todos han grabado su video, con sus historias, se ven juntos todos los videos creados, prestando atención en las expresiones de las dos emociones que se tenían que representar.

Por último, se dibujan las dos emociones, sorpresa y vergüenza, en un papel, para ponerlas en el barco de las emociones.



Para terminar el juego 8. Listos y acción

Explica brevemente lo que has aprendido, o has entendido, con las actividades que has hecho.

9. PARA MÍ ES IMPORTANTE

Qué queremos conseguir con este juego

Favorecer el conocimiento propio y la aceptación de uno mismo.

Promover la comunicación de los sentimientos y emociones.

Aumentar la comprensión y aceptación de los sentimientos y emociones ajenas.

Incrementar la unión entre las personas que viven juntas.

Conocer mejor a los miembros de la familia y entre ellos.

Materiales necesarios

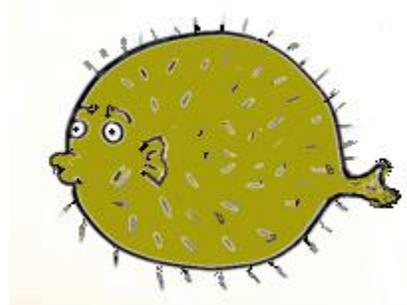
Para el desarrollo de la sesión es necesario tener preparados una serie de materiales que se necesitarán, y son los siguientes:

Revistas y periódicos viejos, u otras publicaciones, que se puedan recortar sin ningún problema y que sean suficientes que haya al menos una por persona para que puedan compartirlas después.

Tijeras para recortar.

Antes de empezar. Hacemos el pez globo.

Se toma mucho aire por la nariz muy despacio, hasta que el pecho se hinche del todo y después se expulsa el aire lentamente. Se hace entre cinco y diez veces. Si se cierran los ojos mejor, para concentrarse más en la respiración. Una vez que te encuentres más relajado o relajada, seguimos con el juego.



Juego

Ahora vamos a hacer un juego en el que participen todos los miembros que puedan de la casa, es preferible que sean todos.

Como la actividad se llama “*Mis cosas importantes*”, todos reunidos en torno a una o varias mesas, o en el propio suelo. Lo primero es que todos tengan papel para apuntar y un bolígrafo. Con ello vamos a realizar las siguientes fases de la actividad:

1. Cinco cosas importantes.

Cada participante va a escribir en el papel, cinco cosas o aspectos de su vida que sean los más importantes. Dichos aspectos pueden ser de cualquier orden y o nivel. Pueden ser cosas como:

- Lo que más le preocupa,
- Aquello que tiene mucha ilusión en conseguir,
- Sobre su familia,
- La salud,
- El mundo del trabajo.
- El dinero,
- Viajar,
- La religión,
- El hambre en el mundo,
- Las guerras
- Etc. etc.

Cualquier aspecto que pueda tener un interés o preocupación especial. Se escribe delante de cada aspecto del 1 al 5 en función de la importancia que tengan. El 1 el más importante, el siguiente el 2 y así hasta el 5.

Se escribe en el folio o página siguiente, con el número delante.



Lo más importante para...



Nombre

1.....

2.....

3

4

5

2. Encontrar una foto, imagen, o dibujo.

Una vez que se han escrito las 5 cosas importantes, se buscan imágenes que nos recuerden a cada una de las cosas. Se pueden recortar entre las revistas o periódicos viejos, o buscarlas en internet, o incluso dibujarlas.

A veces no es fácil encontrar una foto o imagen relacionada con las cosas que se han puesto, por ello es suficiente con que te recuerde a algo esa foto, por algún detalle, por lo que sea.

Si alguna no la encontramos, se puede dibujar,

Las fotos o imágenes se pueden pegar en la página de más adelante, o incluso dibujar lo que creamos que represente nuestro aspecto importante.

3. Puesta en común con toda la familia.

Ya que se tengan las cosas importantes con su imagen o dibujo, cada uno va diciendo a los demás cuales son las cosas más importantes para él, les enseña la foto o dibujo elegido, y les explica por qué ha elegido esa imagen para eso que es importante.

Si a alguien le da un poco de vergüenza explicarlo a los demás, lo podrá hacer más adelante, cuando piense que ya está preparado para hacerlo.

Cuando se haya acabado, se pueden colgar los papeles en un lugar que le guste o pueda a cada uno, y sea posible.

Para terminar el juego 9. Para mí es importante

Explica brevemente lo que has aprendido, o has entendido, con las actividades que has hecho.

10. MI ALBUM DE EMOCIONES

Descripción

En esta actividad se trata de hacer una recopilación personal de las emociones que se han vivido. Para ello se va a hacer una búsqueda de fotos o imágenes propias que representen esas emociones. Si alguna no la tiene se la puede hacer. A la vez se va a describir brevemente alguna experiencia que ha tenido con cada emoción.

Qué queremos conseguir con este juego

Fomentar el pensar y el reconocer los aspectos importantes para cada uno.

Desarrollar la comprensión y el respeto por las opiniones de los demás.

Aumentar la autoestima por el interés de los otros por aspectos de tu vida.

Compartir aspectos personales importantes con los demás.

Conocer mejor a la familia sabiendo lo que para ellos es importante.

Materiales necesarios

Para el desarrollo de la sesión es necesario tener preparados una serie de materiales que se necesitarán, y son los siguientes:

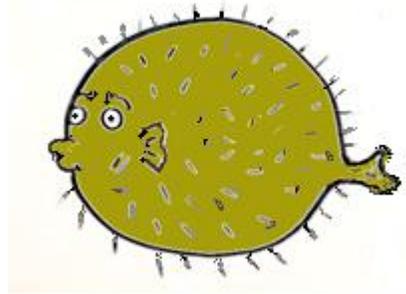
Fotos en los que aparezcan emociones propias.

Cámara o teléfono con cámara para hacer fotos.

Fotos de amigos y amigas (opcional).

Antes de empezar. Hacemos el pez globo.

Se toma mucho aire por la nariz muy despacio, hasta que el pecho se hinche del todo y después se expulsa el aire lentamente. Se hace entre cinco y diez veces. Si se cierran los ojos mejor, para concentrarse más en la respiración. Una vez que te encuentres más relajado o relajada, seguimos con el juego.



Juego

Este juego será un para cerrar el programa, consistiendo en una recopilación del mismo.

Para ello, lo primero que haremos será hacer una búsqueda de imágenes personales, fotos que podamos conseguir de diferentes edades menores, intentando buscar imágenes propias con diferentes expresiones, de las diferentes emociones que se han dado durante el programa.

Así se va a intentar llenar el cuadro de “Mis emociones”, con ejemplos propios que se tengan en foto.

Si no se encuentran algunas emociones, se puede hacer en el momento actual, poniendo diferentes expresiones emocionales.



Mi albún de emociones...



Nombre

Tristeza	Ira - rabia
Miedo	Alegría
Amor	Asco
Sorpresa	Vergüenza

Se puede usar un folio u hoja para cada emoción y poner en ellas varias fotos.

También se pueden poner las emociones de mis amigos....

En ella se ponen fotos de diferentes amigos expresando diferentes emociones.

El material creado se comparte y explica a los demás los detalles de los mismos.

Una vez terminada, se le pone una portada, indicando en ella “Mi álbum de emociones” y su nombre. Se podrá grapar o encuadernar.

Para terminar el juego 10

Explica brevemente lo que has aprendido, o has entendido, con las actividades que has hecho.



Para terminar...

Si has hecho los juegos, ya has terminado el programa. Esperamos que te haya gustado.

Nos gustaría conocer las cosas que has aprendido o has descubierto con las actividades y juegos. Para ello puedes enviarnos un correo a esta dirección

programaDISEMFE@gmail.com con los siguientes datos.

Fechas de inicio y final del programa:

Edad

Chico o chica

Población Ciudad

País

(Explicación de lo que has aprendido, o has entendido, con las actividades que has hecho en cada juego)

Para terminar **el juego 1. El barco de las emociones**

Para terminar **el juego 2. Este soy yo**

Para terminar **el juego 3. La leyenda de la triste ira**

Para terminar **el juego 4. Descubriendo a personas de mi casa**

Para terminar **el juego 5. Creando emociones.**

Para terminar **el juego 6. Lo mejor de mi familia**

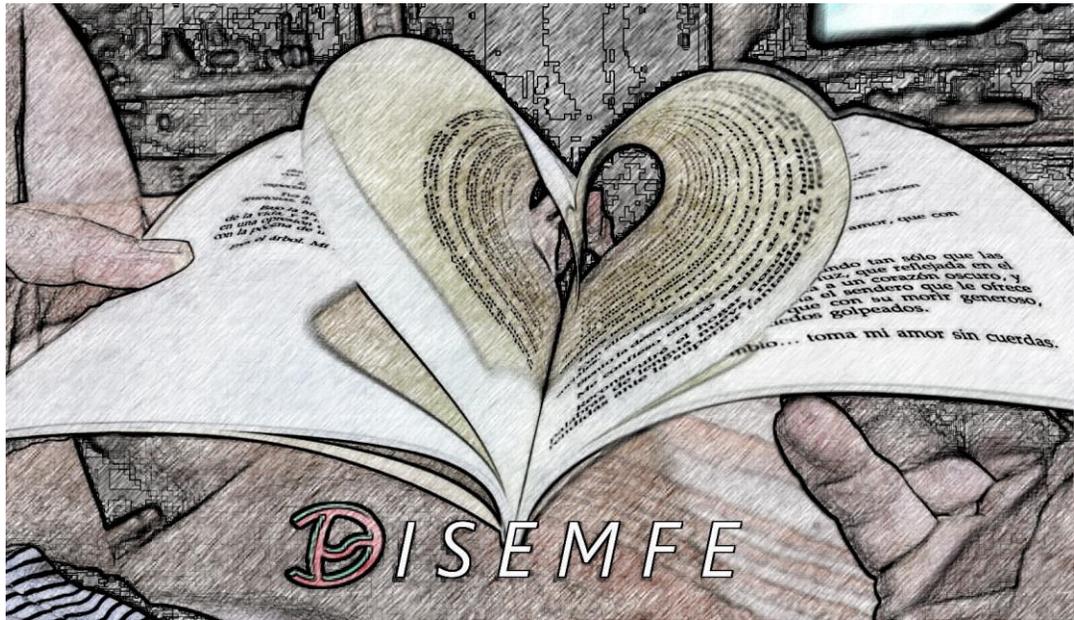
Para terminar **el juego 7. Buscando el amor**

Para terminar **el juego 8. Listos y acción**

Para terminar **el juego 9. Para mí es importante**

Para terminar **el juego 10. Mi álbum de emociones**

Gracias por ayudarnos a conocer tu opinión sobre cómo ha estado el programa y poder mejorarlo.



DISEMFE