

# UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA

Estudios con Reconocimiento de Validez Oficial por Decreto Presidencial  
del 3 de abril de 1981



LA VERDAD NOS HARÁ LIBRES

“EXPRESIÓN CORPORAL PARA LA EXPLORACIÓN, MANEJO Y  
COMUNICACIÓN DE EMOCIONES EN NIÑOS”

## ESTUDIO DE CASO

Que para obtener el grado de

**MAESTRA EN DESARROLLO HUMANO.**

Presenta

**GABRIELA LEYVA PEÑUELAS**

**Directora de Estudio de caso: Dra. Celia Mancillas Bazán.**

**Lectoras: Mtra. Luz Piña Garza.**

**Mtra. Claudia Grissel Munguía Castillo.**

México, D.F.

2008

## INDICE

RESUMEN	5
1. INTRODUCCIÓN	6
1.1. Justificación	7
1.2. Análisis de los hechos y definición del problema	10
2. OBJETIVOS	12
2.1. Objetivo general	12
2.2. Objetivos particulares	12
2.3. Meta	12
2.4. Límites y parámetros.	13
3. MÉTODO	14
3.1. Criterios de inclusión	14
3.2. Instrumentos	14
3.3. Evaluación individual	15
3.4 Forma de trabajo	16
3.5 Procedimiento	16
4. MARCO TEÓRICO	18
4.1 Desarrollo del niño	18
4.2 El crecimiento afectivo del niño	21
4.3. Autoconcepto	28
4.4. El niño y su familia	33
4.5. La expresión corporal	35

5. EL TALLER DE EXPRESIÓN CORPORAL	45
5.1. Fases del proceso expresivo	45
5.2. Programación de las sesiones del taller de expresión corporal	48
5.3. Programa de actividades	55
6. RESULTADOS: EL CAMINO A MIS EMOCIONES	58
6.1. El niño y el amor	59
6.2. El niño y la ira	61
6.3. El niño y la felicidad	64
6.4. El niño y la envidia	67
6.5. El niño y el entusiasmo	70
6.6. El niño y la tristeza	73
6.7. El niño y la comprensión	76
6.8. El niño y la sorpresa	79
6.9. El niño y la timidez	81
6.10. El niño y el miedo	84
6.11. El niño y la vergüenza	88
7. ANÁLISIS DE RESULTADOS	92
7.1. Examen final de identificación de emociones	94
7.2. Concentrado de evaluación individual mensual de actitudes y habilidades	96
7.3. Registro del proceso individual de los niños del taller de expresión corporal	109

8. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	129
GLOSARIO	133
BIBLIOGRAFIA	137
ANEXO 1	140
ANEXO 2	143
ANEXO 3	145
ANEXO 4	147
ANEXO 5	150
ANEXO 6	152
ANEXO 7	158
ANEXO 8	212

## RESUMEN

La idea de este estudio de caso fue enseñarle al niño el funcionamiento orgánico como unidad mediante una educación integral, desarrollando la emotividad y la afectividad creando un ambiente de aceptación, respeto, afecto y valoración personal. Se atendió al niño en todos sus elementos, con especial énfasis en la expresión de sus sentimientos, el conocimiento de sí mismo, el manejo de sus sentimientos negativos en forma constructiva, la promoción de sus relaciones interpersonales y la facilitación de la armonía y el equilibrio personal y en relación con los demás.

En este estudio de caso se utilizó la expresión corporal como el medio para que los niños identificaran su cuerpo como aquél que comunica sus emociones, se relaciona, se integra, se desarrolla y logra comprender lo que vive de una manera integral.

## Capítulo 1

### 1. INTRODUCCIÓN

Desde su nacimiento, el ser humano tiende a buscar y lograr la supervivencia, el desarrollo y la realización personal. Esta tendencia lo lleva a la búsqueda permanente de sí mismo, del autoconocimiento. En las etapas tempranas del crecimiento el niño está en contacto con las señales de su organismo. Sus necesidades físicas y emocionales son satisfechas a través de su madre o cuidador y el entorno en que se desarrolla.

A medida que va creciendo el niño va modificando su comportamiento y lo adecua a las expectativas que de él se tienen, con la finalidad de ser aceptado y amado y de alguna manera va perdiendo contacto con su organismo y empieza a fracturarse, a demarcarse el límite entre lo que siento y lo que debo de sentir, entre lo que quiero y deseo y entre lo que se espera que sea (Rogers, 1978). La idea es enseñarle al niño el funcionamiento orgánico como unidad mediante una educación integral, desarrollando la emotividad y la afectividad creando un ambiente de aceptación, respeto, afecto y valoración personal. Atender al niño en todos sus elementos, con especial énfasis en la expresión de sus sentimientos, el conocimiento de sí mismo, el manejo de sus sentimientos negativos en forma constructiva, la promoción de sus relaciones interpersonales y la facilitación de la armonía y el equilibrio personal y en relación con los demás.

En este estudio de caso se utiliza la expresión corporal como el medio para que los niños identifiquen su cuerpo como el que comunica sus emociones, se relaciona, se integra, se desarrolla y logra comprender lo que viven de una manera integral.

### ***1.1. Justificación***

El niño en edad preescolar aprende el mundo a partir de su cuerpo y del movimiento del mismo porque es el primer medio de que dispone para establecer el contacto y la comunicación con su entorno; es por ello que en su proceso educativo debe confrontar experiencias significativas que le permitan transferirlas a otras situaciones y generar todas las posibilidades de adquisición autónoma de aprendizaje. Inicia la conquista del espacio cuando gatea y la culmina cuando se desplaza caminando sin ayuda, sube escaleras, corre y salta. Descubre el mundo de los objetos y de los demás seres mientras explora, une, separa, guarda, ordena, crea y se recrea con ellos en el tiempo y en el espacio.

Creando un ambiente de libertad y respeto en el aula y aplicando los principios del Enfoque Centrado en la Persona: empatía, congruencia y valoración positiva hacia los alumnos, se podrá ayudar al niño a ser él mismo, dándole la oportunidad de desarrollarse más armónicamente, de jugar, de experimentar y sacar a la luz sus pulsiones más internas a través de la expresión corporal.

¿Por qué recurrir al cuerpo?. El cuerpo es algo así como la casa en la que habitamos todos los días; es el vehículo o el instrumento a través del cual nos manifestamos, mediante el cual conocemos el mundo y aprendemos la experiencia de la vida. “Es nuestro recurso básico, nuestra mejor herramienta, es el apoyo sensorial, cognitivo, kinestésico y espiritual de nuestra existencia”. (Sefchovich y Waisburd, 2001. Pp. 32).

Nos hemos valido del cuerpo para manifestar sentimientos a través de las artes, como el teatro o la danza. Hemos recurrido al cuerpo clínicamente, mediante terapia o fisioterapia, para curar bloqueos emocionales, traumas de la infancia y diversas enfermedades así como aliviar tensiones o aligerar las consecuencias de accidentes, pero debemos encontrar la forma de atender al cuerpo en estados de salud a fin de preservarla de manera más permanente y estable.

Desde el punto de vista de la pedagogía, nos referimos a la expresión corporal como aquellas técnicas que consideran al cuerpo como fuente de salud, energía y fortaleza, pero también como recurso para manifestar y enriquecer nuestra vida interior. Es decir, el cuerpo entendido como la fuente que nutre nuestro aprendizaje y desarrollo personal, como el puente que vincula nuestra riqueza interior con la de la vida exterior, a través de la expresión creativa y de la amplia gama de lenguajes corporales. El cuerpo es el instrumento que nos permite participar activamente en la sinfonía de la vida; es emoción y sentimiento, pero también razón y fuente de experiencia, aprendizaje, conocimiento, percepción, intuición y comunicación.

El cuerpo, valiéndose de los cinco sentidos, recoge información, que recibe en el cerebro y allí es procesada por cada uno de los hemisferios cerebrales. Estas formas diferentes de procesar es lo que comúnmente llamamos *experiencia*, la cual es utilizada, re combinada, reestructurada o transferida a distintas situaciones. A la experiencia que nace de la necesidad de la persona se le llama *aprendizaje significativo*, pues modifica hábitos y conductas.

“El hemisferio cerebral izquierdo procesa la información de manera concreta, analítica y lógica, y es a través de este proceso que realizamos un tipo de aprendizaje: el cognitivo o intelectual. Pero a través del hemisferio cerebral derecho aprendemos intuitiva y perceptualmente aquello relacionado con el espacio y nuestro cuerpo dentro de él; es decir, todo lo vinculado con las emociones y el afecto, la fantasía y la imaginación. Del desarrollo equilibrado de ambos hemisferios depende el desarrollo de la salud, la estabilidad emocional, el máximo potencial de la persona y su capacidad de expresarse y comunicar creativamente”, (Sefchovich y Waisburd, 2001, p.42).

El desarrollo de la expresión creativa debe ser un objetivo de la educación; la creatividad es un recurso, una herramienta valiosa, y todos nacemos potencialmente creadores. En este sentido, hemos generado un estilo de creatividad que se relaciona estrechamente con la producción, la publicidad, el desarrollo de la empresa y el trabajo en equipo, mientras que los orientales nos hablan de un tipo de creatividad más sublime, centrada en el contacto íntimo con el ser y en el desarrollo personal.

Así, el fundamento didáctico en este estudio es el taller de expresión corporal (EC), partiendo del entendimiento profundo del cuerpo y la persona como unidad que aprende, conoce, enseña, siente, percibe, intuye y expresa creativamente lo que sucede en su interior y debe saber tomar del medio lo que necesita para fortalecerse y nutrirse física, emocional y espiritualmente.

El objetivo primordial del taller de expresión corporal con niños debe entenderse a partir del respeto a la unicidad de cada uno de los pequeños y de sus distintas formas de aprender, movidos por la intención de desarrollar en ellos formas variadas de expresión creativa y

autoconocimiento, de modo de propender al fortalecimiento tanto del cuerpo (músculos, articulaciones, etc.) como de su seguridad personal, su autoestima, su potencial creativo, y la construcción de recursos internos a partir del conocimiento de sí mismo, sus límites y sus potencialidades.

Para alcanzar tales objetivos es necesario que el facilitador genere un clima de actitudes básicas, (Rogers,1968), de empatía, congruencia, y valoración positiva, que permita a cada niño ser él mismo, moverse a su propio ritmo, proponer sus ideas y manifestar sus necesidades a partir del trabajo personal y de la introspección para conocerse a sí mismo y desarrollar su potencial.

## **1.2. Análisis de los hechos y definición del problema**

Los maestros observaron en su práctica docente cotidiana que los niños entre los tres y los siete años empiezan a desarrollar ciertas habilidades sociales muy importantes como el autocontrol, la capacidad de detenerse y de calmarse cuando están enfadados, y la habilidad de mantener la atención. Sin embargo detectaron en sus aulas, que más de la mitad de sus alumnos presentan actitudes agresivas violentas y quieren prevenir que éstas, los conviertan en adolescentes crueles y violentos.

Los niños agresivos tienen dificultades para integrar la emoción y la razón, esa agresividad parece derivarse de su dificultad para planificar el futuro y de un escaso control de los impulsos emocionales. Por lo que el problema detectado y planteado para su resolución fue que los niños pudieran beneficiarse de la aplicación de la alfabetización emocional, aprendiendo

a utilizar el lenguaje para cobrar conciencia, reconocer y gestionar más adecuadamente sus emociones y las emociones de los demás a través del taller de expresión corporal.

La enseñanza de estas habilidades ayudará a prevenir los derivados de las emociones conflictivas como la violencia, el suicidio, el abuso de drogas, etc. En tal caso, cuando aparezcan las emociones destructivas podremos usar nuestra inteligencia y nuestro corazón para afrontarlas más adecuadamente.

Otra gran preocupación de los maestros es el seguimiento que el niño tenga en su hogar, a través de sus padres, para que estas habilidades sean reforzadas continuamente. Se ha visto que cuando los padres reconocen las emociones negativas de sus hijos, la ira y la tristeza, y les ayudan a afrontarlas, éstos acaban desarrollando, con el paso del tiempo, una mayor capacidad de regulación fisiológica de sus emociones y exhiben una conducta más positiva. Cuando por el contrario, los padres ignoran esas emociones, se enfadan y castigan a sus hijos por tenerlas, el niño parece sacar la conclusión de que no deben compartir ciertas emociones y acaban desconectándose de ellas. En ese sentido, el taller de expresión corporal es dirigido a los niños con sus padres.

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1. Objetivo general**

Facilitar en el niño el proceso creativo, la libre expresión y comunicación de sus emociones a partir del conocimiento de su cuerpo, la exploración de sus emociones, el desarrollo del autoconocimiento y el fortalecimiento de la autoconfianza.

### **2.2. Objetivos particulares**

- Promover el autoconocimiento en el alumno.
- Promover la autoaceptación y autoestima del alumno.
- Desarrollar el autocontrol y manejo de la intensidad de las emociones.
- Estimular la sensación de bienestar con el propio cuerpo.
- Facilitar la capacidad creadora del alumno.

### **2.3. Meta**

Utilizar el movimiento para la integración psíquica, emocional y racional del niño a través del proceso creativo.

## 2.4. Límites y parámetros.

El taller de expresión corporal será integrado por ocho niños y niñas de 5 a 6 años,(GRUPO A), y cinco niños y niñas de 8 a 9 años, (GRUPO B). Iniciará el día 10 de Noviembre del 2006 y terminará el día 30 de Marzo del 2007. Se impartirá una vez por semana, los días Viernes de 4:00 a 4:45 p.m., para el grupo A y de 5 a 6 p.m. para el grupo B, en Cerrada de Tultitlán s/n, casa 7, Lomas de Atizapán, Edo. De México, por la Lic. Gabriela Leyva Peñuelas.

Se cuenta con un salón de proporciones adecuadas para el manejo del taller de expresión corporal, para el libre movimiento de los alumnos.

Dependiendo de la actividad a desarrollar esa semana, se utilizará el material didáctico, que puede variar entre pelotas, cojines, hojas, pintura, crayones, gises, tela, aros, periódico, etc. Este material será proporcionado por el facilitador en cada sesión.

Cada mes se llevará a cabo una evaluación individual de los progresos afecto-cognitivos del alumno en donde se observarán aspectos como sus habilidades físicas, hábitos de orden, capacidad de concentración, participación en clase, cooperación e integración grupal y desarrollo de la creatividad (ver anexo 3). Se solicitará la participación activa de los padres en esta evaluación. A los padres se les atenderá una vez por mes en talleres grupales con la intención de escuchar sus inquietudes personales, para analizar el sistema familiar en el que cada niño se desarrolla, así como proporcionarles orientación práctica y teórica sobre el desarrollo emocional del niño y temas sugeridos del interés del grupo, por un lapso de 2 horas durante cinco sesiones programadas.

### **3. MÉTODO**

#### **3.1. Criterios de inclusión**

La muestra estuvo constituida por un grupo de 8 niños y niñas seleccionados aleatoriamente que oscilaron entre los 5 y 6 años de edad y otro grupo de 5 niños y niñas de edades entre los 8 y 9 años de edad. En todos los casos se contó con la autorización de sus padres.

Los padres de los alumnos seleccionados como participantes directos en el proceso, asistieron a pláticas y para compartir sus observaciones en la evaluación.

#### **3.2. Instrumentos**

Para lograr los objetivos de este estudio, los instrumentos a utilizar fueron las evaluaciones semanales y mensuales (ver anexos 2, 3 y 4 ), así como la observación directa a los grupos de niños y niñas, a través de las dinámicas de ejercicio corporal registrando características de autoconocimiento, autoconcepto, adaptación al medio, apertura al cambio, aceptación del otro, atención y concentración, comunicación, compartir con el otro, conciencia de sí mismo, coordinación motriz, confianza, colaboración, cuerpo humano, desarrollo emocional, expresión de sí mismo, identidad personal, imaginación y fantasía, manejo de sentimientos, sensibilización, creatividad, expresión no verbal, que fueron observados a través de las dinámicas de expresión corporal que se desarrollaron durante el curso.

### **3.3. Evaluación individual**

El taller de expresión corporal es una experiencia no-directiva a la que se agrega el elemento de evaluación contemporánea de la conducta más las reacciones entre las diferentes personalidades. La experiencia de grupo introduce un elemento muy realista, ya que el niño vive en un mundo con otros niños y tiene que tomar en cuenta las reacciones de otros individuos, aprender a tomar en cuenta las reacciones de otros individuos y aprender a ser considerados con los sentimientos de los demás.

Es importante señalar que evaluar no significa calificar o emitir juicios de valor acerca del proceso de enseñanza –aprendizaje o de cada niño en particular; evaluar es reflejar de forma objetiva lo que está ocurriendo en el salón de clases para retroalimentar el proceso personal, de grupo y el estilo del facilitador, con el fin de mejorarlo y también informar a los padres de la situación.

El proceso de evaluación de cada niño y del grupo en general es constante y se lleva a cabo a partir de la observación permanente de cada niño y del grupo. Estas observaciones deben registrarse para llevar la historia del proceso personal y del grupo, y poder así retroalimentar al proceso mismo y al trabajo de los niños y del propio facilitador. (Sefchovich, 2001, p.138).

### **3.4 Forma de trabajo**

Expresión corporal y niveles de trabajo vivencial.

Edad 5 a 6 años

Exploración de emociones a través del juego simbólico y experimentación: acción individual espontánea, interacción con el material, con el espacio, con la facilitadora, con sus compañeros, apoyos musicales.

Edad 8 a 9 años

Exploración de emociones mediante el trabajo en equipos; producción de ideas y su puesta en marcha de forma individual y en grupo; ejercicio de la capacidad creadora a partir de la producción libre y espontánea de ideas; manejo de recursos; conocimiento y reconocimiento corporales.

### **3.5 Procedimiento**

Para cumplir con los objetivos anteriormente mencionados, la presente investigación se planteó en tres etapas, que fueron las siguientes:

Primera etapa:

En esta primera fase del estudio, se llevó a cabo la construcción del marco teórico, el diseño, la selección y adaptación de los instrumentos a aplicar. Duración 4 meses.

Segunda etapa:

En esta segunda fase se hizo el trabajo de campo y la aplicación de los instrumentos dentro del taller de expresión corporal. Duración 5 meses.

Tercera etapa:

Análisis de los datos. Duración 2 meses.

### *3.6 Grupo de trabajo e infraestructura disponible*

El grupo de trabajo se conformó por la facilitadora que trabajó con los grupos de alumnos en el taller de expresión corporal en sesiones de una hora de duración por 20 días. Así como se impartieron las pláticas con los padres de los alumnos cada mes con duración de 2 horas.

Se contó con las instalaciones adecuadas para la implementación del taller. Los materiales fueron provistos por la facilitadora.

## **4. MARCO TEÓRICO**

### **4.1 Desarrollo del niño**

#### **El niño y su cuerpo**

El niño en edad preescolar (3-6 años) ha logrado un prodigioso desarrollo corporal y psicomotor. Ya brinca, ya salta, tiene control muscular y puede dirigir su cuerpo hacia donde desee.

En el niño la aceptación de sus características físicas, las semejanzas y diferencias que encuentra con los demás, son elementos importantes para el logro de su seguridad personal.

González (1987) señala que la autoimagen se crea en el niño mediante las opiniones que recibe de los que lo rodean; la aceptación o rechazo que recibe de los que conviven con él; la imagen que se forma de sí mismo, con base en lo que él puede percibir, y la comparación que establece entre él y los demás.

“En el niño, la autoaceptación está muy relacionada con su aspecto físico, con lo que es capaz de hacer con su cuerpo, con sus capacidades físicas y con el conocimiento que tiene de su propio cuerpo. En esta etapa de la vida, el niño constantemente compite con sus compañeros para saber quién es más fuerte, quién puede saltar más alto o caminar por una línea sin perder el equilibrio, etc. Todo lo cual, implica que el niño pretende probarse a sí mismo y comprobar con los demás que es una persona valiosa”. (González, 1987,P.13).

El cuerpo humano es una máquina maravillosa y complicada a la cual muchas veces no se le da el valor, la atención y los cuidados que merece.

El que los niños sean conscientes de todo lo que su cuerpo hace por ellos y de todo lo que les permite hacer, los lleva paulatinamente a valorarlo, independientemente de los rasgos físicos, color de la piel y de ojos, tamaño y constitución; esta valoración ayuda a lograr una autoimagen positiva y una autoaceptación que les procura seguridad personal.

### **El niño y su inteligencia**

Desde su nacimiento, el infante trae consigo un potencial intelectual que irá desarrollando a lo largo de sus primeros años y que le permitirá realizar juicios apropiados, aprovecharse de su experiencia, afrontar nuevos problemas, situaciones y experiencias, de tal manera que obtenga un aprendizaje significativo.

En las primeras etapas de la vida, las emociones predominan sobre la intelectualidad y la voluntad. La inteligencia en el niño pequeño es rudimentaria y su principal objetivo es permitir la adaptación y la lucha por la sobrevivencia. Sin embargo, esa inteligencia rudimentaria es el instrumento más importante para el niño, ya que es el que le permitirá la adaptación al ambiente.

González A. (1987), señala que el ambiente juega un papel de suma importancia en el desarrollo intelectual del niño, ya que éste necesita de estímulos a su alcance para desarrollar su percepción, por medio de la cual adquirirá el conocimiento real de las cosas y de los hechos. El desarrollo de la capacidad de observación que le permite conocer el mundo que le rodea y

admirarse de las cosas, estimula su curiosidad y le abre nuevos campos de percepción y desarrollo. El niño debe ser estimulado por los educadores y no reprimido, inhibido como, generalmente sucede cuando el pequeño desea incursionar en el mundo, ver, probar y analizar todo lo que está a su alcance.

La imaginación es un elemento positivo e importante en el desarrollo intelectual del niño, ya que le ofrece un aprendizaje que le ayuda a adaptarse a las cosas y situaciones. El niño atribuye con facilidad vida y conciencia a las cosas que le rodean. Los juguetes o los objetos familiares pueden cobrar vida y se convierten en aquello que el niño desea que sean. Mediante la imaginación el niño desarrolla su creatividad y puede vivir situaciones imaginarias que le sirven como práctica para adaptarse y manejar la vida real.

A medida que el niño crece, la presión de lo real aumenta y en ese contacto con ella la imaginación disminuye poco a poco. Sin embargo es importante promoverla en el niño por medio del juego, de material que implique creación, de juguetes llamados educativos, de ejercicios y experiencias de aprendizaje.

En los primeros años de experiencia escolar, el niño desarrolla la memoria, y el pensamiento lógico; alimenta todos sus procesos mentales mediante experiencias cognoscitivas, y obtiene por medio de los seres humanos que le rodean elementos de socialización, desarrollo de habilidades y destrezas, y conocimiento personal. Estos años permiten el desarrollo del lenguaje oral y corporal, y fortalecen la voluntad del niño.

“Proporcionar al niño un ambiente cálido, de aceptación y sin presiones o tensiones, facilita el desarrollo de su inteligencia; asimismo, ofrecerle distintos medios para su desarrollo, que eviten la rutina y el cansancio o aburrimiento, promoverán en él la tensión, la concentración, la imaginación creativa, la voluntad, la memoria, el pensamiento lógico, la adaptación y la capacidad para satisfacer positivamente sus necesidades humanas”, (González A., 1987,p.25).

## **4.2 El crecimiento afectivo del niño**

### **Desarrollo Emocional**

Primeramente, en este estudio se definirá el concepto de *emoción* “como una reacción subjetiva a un suceso sobresaliente, caracterizado por cambios de orden fisiológico, experiencial y patentemente conductual” (Sroufe, 2000, p.19). La emoción en esta definición se concibe como subjetiva, con lo que se connota una relación entre la persona y el suceso.

Cuando se observan reacciones emocionales por lo común se da una detención notable de la conducta, independientemente de si después de ésto, venga alguna reacción motora.

Según Sroufe, la *emoción* y *afecto* se emplean a menudo de manera intercambiable. Otras veces afecto se utiliza para denotar el componente expresivo o el componente del sentimiento subjetivo de la emoción. En este estudio, el empleo del término *emoción* se restringirá a la compleja reacción en la que se incluyen componentes cognitivos, afectivos, fisiológicos y algunos conductuales. *Afecto* se utilizará para hacer referencia tanto al componente de sentimiento como a los componentes expresivo faciales y posturales de la emoción.

## **Funciones de las emociones**

La teoría evolucionista proporciona un fundamento importante para estudiar el desarrollo de la emoción, especialmente porque destaca la función. Dos de las piedras angulares de la perspectiva evolucionista indican que las reacciones emocionales fundamentales son generales a la especie y han evolucionado a partir de formas más simples de otros animales. De esta manera, se supone que las emociones están profundamente enclavadas en el repertorio de la especie y que tienen conexiones con el cerebro antiguo. Se han establecido suficientemente que muchas emociones básicas son universales culturalmente y que surgen desde la niñez más temprana. Izard 1987, (citado en Sroufe, 2000, p. 22), hace una lista de estas emociones fundamentales, como interés-excitación, goce-alegría, espanto-sorpresa, zozobra-angustia, rabia-enojo, timidez-humillación, culpa y remordimiento; se presentan de forma pura y se exhiben en expresiones faciales características.

Las emociones, según Plutchik, 1983, (citado en Sroufe, 2000, p. 223), “constituyen intentos del organismo para alcanzar el control sobre ciertos tipos de sucesos que se relacionan con la supervivencia”.

Plutchik determina que las funciones más importantes de las emociones son:

1. Comunicar estados internos a otros que son importantes.
2. Estimular la competencia exploratoria del medio.

### 3. Alentar respuestas adecuadas a situaciones de emergencia.

Las reacciones emocionales comunican necesidades, intenciones o deseos del organismo; de ese modo son vitales para nuestra convivencia en grupo.

#### **El niño, sus emociones y sentimientos**

Como ya se mencionó, las emociones predominan sobre la inteligencia y la voluntad (potenciales innatos), ya que mediante éstas el niño se adapta al ambiente. Lógicamente la emotividad en el niño es mucho mayor que en un adulto o que el niño mayor (9 - 12 años), por la fragilidad de su organismo y de su sistema nervioso que se sacude frecuentemente por la desadaptación brusca que para él suponen los cambios imprevistos, las situaciones nuevas y el descubrir a cada momento un mundo nuevo. Todo le asombra, todo le sorprende y vive en un estado de alerta casi constante que le hace estar más expuesto a las sacudidas emocionales.

El pequeño necesita de un ambiente cálido y seguro, en el cual los cambios, las presiones y tensiones ambientales sean suaves y paulatinas. Evitar que se exponga a situaciones agresivas, a espectáculos que los sobrestimulen y exciten demasiado, como programas de televisión y películas que infunden temor y ansiedad, así como no utilizar las amenazas y el miedo para educarlo, son los requisitos para el desarrollo natural de su mundo emocional.

El educador necesita ayudar al niño a que ajuste sus emociones a las situaciones nuevas que se le presentan, debe enseñar al niño a controlar sus emociones, no a reprimirlas sino a

expresarlas de tal forma que sea constructivo para él y para los demás. Aceptar la expresión de sus sentimientos positivos y negativos, mantener y promover en el niño su capacidad de emocionarse en lugar de ejercer sobre él un control que inhibe y reprime, son los instrumentos que favorecen el desarrollo de la sensibilidad, de la confianza y de la seguridad en sí mismo.

Las principales emociones en el niño pequeño son: el miedo, la timidez, la cólera y la emoción tierna. Estas emociones surgen de sus necesidades básicas de seguridad, protección, afecto y dominio de su ambiente.

La inseguridad y la falta de conocimientos, así como de protección engendran miedo en el niño; miedo que se alimenta cuando existe rechazo o cuando se educa con base en amenazas y represiones. El niño no teme a las personas o las cosas, sino tiene miedo de sí mismo para enfrentar personas u objetos; es decir, no confía en sí mismo para enfrentarse a ellos y si recibe de los demás rechazo, desinterés, desatención y a veces aun amenazas, el sentimiento de inseguridad que aparece en él incrementa el miedo. Cuando el miedo aparece, el niño necesita de atención, apoyo, aceptación y afecto. Los educadores pueden convertirse en poderosos aliados del niño para superar su miedo, la inseguridad y la desconfianza.

Si no se satisface la necesidad de protección que tiene el niño, se produce la timidez. El niño es muy confiado en su relación con las cosas y personas que le rodean en su proceso de adaptación al medio, pero ante las decepciones y el rechazo se repliega, se encierra en sí mismo y evita los contactos con el exterior.

Ante la timidez, el educador más que actuar directamente sobre el niño, como en el caso del miedo, debe analizar sus actitudes hacia el niño. Cuando se es acogedor y aceptante con el niño tímido, pronto éste se acerca y recupera poco a poco la confianza en sí mismo y la seguridad.

El dominio y el poder que el niño necesita ejercer sobre su ambiente para subsistir, no son más que la expresión o manifestación del instinto de conservación y la necesidad de expansión o desarrollo de sí mismo. Los elementos rudimentarios con los que el niño cuenta para ejercer este dominio lo llevan muchas veces a tener actitudes de ataque, explosiones de energía (berrinches) y una voluntad de poder que se subleva ante la resistencia que encuentra.

Estos accesos de cólera coinciden con el recrudecimiento del egocentrismo del niño y marcan el comienzo de la segunda infancia (3 años) como lo señala González A. (1987). Los ataques y la rebeldía del niño de esta edad no van dirigidas hacia las personas, sino generalmente hacia las cosas. Debido a que el niño no tiene la fuerza y la seguridad personal para atreverse a atacar a los padres o a los adultos que le rodean, descarga toda la energía de su frustración, al no poder dominar el ambiente, hacia los objetos. Ante estas descargas de energía infantil es necesario permanecer tranquilos y actuar con firmeza y a la vez con cariño, para hacerle comprender al niño que aceptamos y comprendemos su cólera, esa frustración que surge de su sentimiento de debilidad ante el ambiente, pero que no aprobamos la forma en que la expresa y no deseamos reprimir el sentimiento pero sí controlar el berrinche. Es necesario tener instrumentos que ofrecer al niño para que aprenda a sacar su cólera sin destruir, ni destruirse.

La emoción tierna en el niño surge espontáneamente cuando no está en ambientes rechazantes, cuando no encuentra resistencia por parte de los mayores, sino aceptación y afecto. Al no tener que luchar para superar los obstáculos que encuentra en su desarrollo, sus manifestaciones afectuosas son espontáneas y se manifiestan mediante caricias, abrazos, aproximaciones y contactos. Esta ternura infantil es primitiva; es decir, el niño necesita tomar posesión de lo que él quiere. No es una manifestación madura de afecto en la que se desea la felicidad, la propia seguridad y bienestar. Pero si el niño es aceptado en estas manifestaciones, se le da el punto de partida a un amor desinteresado y cuando crezca no necesitará ya de su egocentrismo y enfocará toda su emoción tierna hacia las personas con otros objetivos que no son satisfacer sus propias necesidades.

Cada niño como persona única que es, tiene su propia emotividad, es decir, reacciona distinto ante los acontecimientos y situaciones que le rodean. Ante una determinada situación un niño puede emocionarse mucho, mientras que otro permanece indiferente. Cada individuo tiene su propia personalidad, lo cual significa una enorme gama de matices en lo que se refiere a sentimientos y emociones. Por lo tanto, es importante que los educadores conozcan al niño para distinguir toda esa gama de matices individuales.

Cuando el educador pueda conocer y distinguir lo que el niño ama y odia, lo que espera y lo que teme, lo que desea y lo que lamenta, en una palabra, cuando capta sus sentimientos, estará próximo a promover el desarrollo integral, que es la meta de la educación.

La única forma de conocer los sentimientos de otro es permitir y aceptar su expresión. Si la persona no expresa y guarda para sí sus sentimientos, no pueden ser conocidos por los demás.

El niño preescolar muchas veces no puede expresar exactamente lo que siente, pero el educador que lo observa puede distinguir por medio del lenguaje no verbal del niño qué sentimientos está viviendo y ayudarlo a expresarlos.

La sociedad actual no ayuda a la expresión de sentimientos, por el contrario, desde que el niño nace se reprimen sus sentimientos y emociones, se le enseña a crear toda clase de barreras y a utilizar máscaras que escondan una parte tan rica de su personalidad. El niño que crece en ese ambiente, no sólo no expresará su mundo interior, sino que en un determinado momento no podrá ser conciente de lo que siente y se convertirá en un ser frío, egoísta, con poco conocimiento de sí mismo e incapaz de entablar relaciones interpersonales auténticas y satisfactorias.

Para ayudar a descubrir y expresar el mundo interior es necesario que el educador promueva tanto un clima de aceptación y respeto que ayude al niño a satisfacer sus necesidades fisiológicas, psicológicas y sociales como la comunicación mediante la observación, la atención, la aceptación y el afecto.

Escuchar al niño, haciéndole sentir que es importante; respetar su propio ritmo sin quererlo hacer correr cuando sólo puede caminar en este terreno de la comunicación; compartir también algunos sentimientos con el niño, y acompañarlo en este difícil proceso de crecer, son las funciones básicas de un educador que desea promover el desarrollo integral que propone la educación centrada en la persona.

## Capítulo 2

### 4.3. Autoconcepto

Parece ser que en todo individuo existe una fuerza poderosa que continuamente lucha por alcanzar su plena autorrealización. Esta fuerza la describe Axline (2005), como un impulso hacia la madurez, la independencia y la autodirección. Este impulso continúa implacablemente hasta realizarse, pero necesita de un ambiente que favorezca el crecimiento para poder desarrollar una estructura bien balanceada.

Según Axline, para obtener una satisfacción directa de su impulso de crecimiento necesita asumir el derecho de ser un individuo con el privilegio innato de dignidad que posee todo ser humano.

El crecimiento es un proceso de cambio como una espiral, relativo y dinámico. Las experiencias hacen que cambie el enfoque y la perspectiva del individuo. Todo está en constante desarrollo, intercambiando y adoptando distintos grados de importancia para el individuo durante la reorganización e integración de sus actitudes, pensamientos y sentimientos (Axline, 2005, p. 19).

La dinámica de la vida es tal que cada experiencia, actitud y pensamiento del individuo está cambiando constantemente en relación a la interacción de las fuerzas psicológicas y ambientales en cada individuo. Así lo que pasó ayer ya no tiene hoy el mismo significado para el individuo que tenía en el momento en que sucedió.

Cuando el individuo cobra conciencia de la parte que él puede tomar en poder dirigir su propia vida, y cuando acepta la responsabilidad que viene con la libertad de esta autoridad interna, entonces puede planear su curso de acción con mayor precisión (Axline, p. 20).

Un niño generalmente perdona y olvida con facilidad aquellas experiencias que le han sido negativas. A no ser que las condiciones hayan sido realmente desfavorables, el niño acepta la vida tal como la encuentra y de la misma manera acepta a las personas con las que vive. Normalmente al niño le encanta crecer y constantemente lucha por hacerlo, en ocasiones extralimitándose en esta ansia por crecer. Es a la vez humilde y orgulloso, valiente y miedoso, dominante y sumiso, curioso y satisfecho, deseoso e indiferente, ama y odia, pelea y hace las paces, puede estar sumamente feliz, o desesperadamente triste.

Axline (2005), explica que esto sucede simplemente porque el niño está creciendo, creciendo en experiencia, creciendo en comprensión, creciendo en su aceptación de sí mismo y de su propio mundo. Está asimilando todos los ingredientes que se integran en una configuración que es solamente suya. A esto se le llama “personalidad”. La personalidad parece no admitir ser clasificada, estereotipada o fragmentada. Un individuo que actúa como rígido y temeroso ante una situación particular o con una determinada persona, reacciona muchas veces de manera bastante diferente bajo otras circunstancias y en relación con otros individuos. “La conducta del individuo parece estar regida en todo momento por un solo impulso, que es el llegar a una completa autorrealización” (Axline, 2005, p. 22).

Las manifestaciones de la conducta que se exteriorizan dependen de la integración de las experiencias pasadas y presentes, de las condiciones e interrelaciones, pero están dirigidas hacia la satisfacción de este impulso interno que siempre continúa mientras exista la vida. Posiblemente, menciona Axline, la diferencia entre adaptación y desadaptación podría explicarse de la siguiente manera:

Cuando el individuo desarrolla la suficiente confianza en sí mismo como para poder exteriorizar su autoconcepto, sacándolo del mundo de las sombras hacia la luz conscientemente y con un propósito determinado, puede dirigir su conducta por medio de evaluación, selección y aplicación para alcanzar su máxima meta en la vida –la completa autorrealización-, entonces podría decirse que está bien adaptado.

Por otro lado, cuando el individuo carece de la suficiente confianza en sí mismo como para poder dirigir su curso de acción abiertamente, parece estar satisfecho de crecer en su autorrealización en forma vicaria en vez de directamente y casi no hace nada para canalizar este impulso en una dirección más productiva, entonces se dice que está mal adaptado.

Los distintos tipos de conducta inadaptada tales como el soñar despierto, retraimiento, compensación, identificación, proyección, regresión, represión y demás mecanismos a los que se les nombra como de la desadaptación, parecen ser manifestaciones de los intentos del yo interno para aproximarse a la realización de su autoconcepto , pero de una forma encubierta. Aquí la conducta del individuo mismo los ha creado para lograr una completa

autorrealización. Entre más alejados se encuentren la conducta y el concepto, mayor será el grado de inadaptación. Cuando la conducta y el concepto del Yo son consistentes, y este último encuentra una forma adecuada de expresarse abiertamente, entonces se dice que el individuo está bien adaptado (Axline, 2005, p.23).

En este caso, ya no existe un enfoque dividido y por tanto no hay conflicto interno.

Los niños necesitan lograr un sentimiento de autoestima. Por lo general este sentimiento se crea en el niño cuando siente que es amado, cuando se siente seguro y que pertenece, ya que los factores no sólo sirven para satisfacer su necesidad de amor o seguridad como tal, sino que están dando una evidencia de que se le está aceptando como un individuo valioso.

La expresión corporal ofrece la oportunidad al niño para experimentar crecimiento, bajo las condiciones más favorables. Mediante el movimiento del cuerpo, que constituye el medio natural de autoexpresión, el niño tiene la oportunidad de actuar por este medio todos sus sentimientos acumulados de tensión, frustración, inseguridad, agresión, temor, perplejidad y confusión.

El poder actuar estos sentimientos por medio de la música hace que emerjan a la superficie expresándolos abiertamente, así el niño puede enfrentarse a ellos, aprendiendo a controlarlos o a rechazarlos. Cuando logra alcanzar una relajación emocional empieza a darse cuenta del poder interno que tiene para ser un individuo con derechos propios, de

poder pensar por sí mismo y tomar sus propias decisiones, de lograr una mayor madurez psicológica; y al hacerlo, llega a realizarse plenamente.

El taller de expresión corporal es el lugar que propicia el crecimiento. Dentro de la seguridad de este espacio en donde el niño es la persona más importante, donde él controla la situación y a sí mismo, donde nadie le dice lo que debe hacer, nadie lo critica, nadie lo regaña ni sugiere o lo obliga y nadie se entromete en su vida privada, siente que es aceptado por completo. Es un reto, y algo muy profundo dentro del niño responde a este abierto reto a ser él mismo, ejerciendo ese poder vital interno, dándole dirección, convirtiéndose en un individuo con más propósito y decisión.

La presencia del facilitador aceptante, amigable y comprensivo le da un sentimiento de seguridad y los límites, por pocos que éstos sean, así como la participación del facilitador, contribuyen a este sentimiento de seguridad y de realidad.

El facilitador es sensible a lo que el niño siente y expresa a través del movimiento y verbalizaciones y, al reflejarle de una cierta manera estas actitudes expresadas emocionalmente, le ayuda a comprenderse mejor a sí mismo. Además de ayudarlo a adquirir una mejor comprensión por medio de reflejarle sus emociones, el facilitador le hace sentir que lo comprende y que lo acepta en todo momento, independientemente de lo que diga o haga. De esta manera el facilitador lo estimula a ahondar, cada vez con mayor profundidad, en su mundo interno haciendo que surja su verdadero Yo.

El aceptar también implica comprender ese constante impulso que lucha por llegar a la completa autorrealización, o sea, la plenitud de sí mismo como individuo psicológicamente libre para que pueda funcionar a su máxima capacidad. “El individuo bien adaptado es aquél que no encuentra muchos obstáculos en su camino y al cual se le ha dado la oportunidad y el derecho de ser libre e independiente” (Axline, 2005, p. 29).

#### **4.4. El niño y su familia**

El ser humano nace con un potencial que puede desarrollar y con una tendencia natural hacia el desarrollo, hacia el bienestar personal y social. La influencia del ambiente familiar es un elemento muy importante en la formación de la personalidad del individuo y en el desarrollo integral que se promueve básicamente mediante tres vías: educación, experiencia personal y enseñanza.

Desde el nacimiento, los padres influyen en el desarrollo de su hijo. La aceptación del embarazo, la preparación del ambiente para la llegada del niño, la aceptación del sexo del bebé, la educación de los padres y la que empiezan a ofrecer a su hijo, etc., son elementos que promueven u obstaculizan el desarrollo integral de la persona.

La personalidad del niño se forma con el ambiente, con la atmósfera emocional que se encuentra en el hogar. Las actitudes de los niños tienen estrecha relación con las actitudes de los padres que en ocasiones son abiertas, otras más sutiles o encubiertas, pero siempre ejercen una influencia positiva o negativa en el niño.

En el seno familiar el niño se adapta a diferentes ambientes, a convivir con hermanos, abuelos, tíos y amigos de la familia, pero sin desprenderse de su casa y de los seres a quienes ya conoce. El primer paso y contacto con el exterior, con personas totalmente ajenas a su medio familiar, se da en la escuela. Este paso es un elemento de enorme importancia en el desarrollo infantil.

Debe procurarse que esta transición sea suave y no un cambio brusco, de un ambiente de seguridad, atención y cariño a otro frío, seco, despersonalizante y amenazante. El niño debe ser preparado por los padres, de manera que este cambio no sea motivo de angustia pero también la escuela necesita ofrecer al niño un clima seguro; un lugar donde pueda expresar sus sentimientos y emociones sin temor a ser rechazado; un lugar en el que se respete el ritmo del niño sin presionarlo, si amenazarlo; un ambiente acogedor en el cual el niño pueda sentirse persona. El niño no debe ser un número más de lista, sino un ser humano digno de atención, respeto, aprecio y afecto. Lograr que la escuela sea una extensión de su casa.

## Capítulo 3

### 4.5. La expresión corporal

#### Naturaleza de la expresión

**Expresión** es una palabra que hace referencia a tal cantidad de cosas distintas, que ha perdido su sentido y se ha convertido en una de esas muletillas de las que se echa mano tanto en el discurso pedagógico como en las relaciones cotidianas. Etimológicamente expresión se deriva de *exprimere*, que significa hacer salir presionando. El sentido originario de expresión es el de movimiento del interior hacia el exterior, presión hacia fuera.

Salzer, entiende por expresión, “toda emisión, consciente o no, de signos y mensajes: y por comunicación, todo lo que hace que cualquier signo o mensaje sea recibido por otro, sea comprendido y sentido de manera común: todo lo que puede favorecer o perjudicar el acercamiento en la comprensión recíproca” (Salzer, 1984, p. 17).

#### Sentidos de la expresión

En el ámbito del desarrollo personal este término se utiliza con diferentes sentidos:

a) *Expresión como eco de las primeras vibraciones del organismo.*

El acto por el que nos abrimos para dejar escapar la sustancia del ser interior, la música de los cuerpos, los ritmos secretos del organismo. Desde esta perspectiva, la función de la expresión es hacer que "la memoria de las sensaciones que la larga práctica intelectual ha

soterrado resurja de cada ser, forme parte de él y tome posesión de sí mismo". (Stern, 1977, p. 28). Por lo tanto, expresarse sería el resultado del retorno a la propia autenticidad y la traducción de nuestro ser en signos externos que manifiestan el yo interior. "La expresión, alimentándose de los sentimientos y de las experiencias del pasado, vuelve actual lo que tras nosotros hemos dejado y cuyo recuerdo no ha muerto en nosotros. (...) Conservamos de igual manera la huella de las sensaciones que nuestro cuerpo ha percibido desde que somos un ser viviente. (...) La expresión las trae desde la memoria inconsciente y las proyecta en el presente, creando imágenes para reencarnarlas, haciendo revivir un pasado jamás destruido, sino olvidado por nuestra conciencia. (...) La expresión nos abre a nuestro ser secreto y lo revela, sin traicionarlo." (Stern, 1977, p.55). En esta acepción la expresión equivale al momento de ser uno mismo.

Para expresarse hay que desaprender y romper esquemas: dejar de lado la razón, adiestrada para ejercer un poder despótico sobre las demás dimensiones de nuestro ser, y permitir que nuestro cerebro emocional actúe sin ningún tipo de censura. Y el primer esquema que hay que romper es el miedo. Ya sabemos que el abejorro vuela porque no sabe que puede no volar. En el plano de la práctica, hay que ejercitarse en actividades que no excluyan de golpe la razón, pero que permitan generar las imágenes con las que aquella ha de satisfacerse.

*b) Expresión como liberación.*

Los productos expresivos son testimonio de lo que escapa a nuestra reflexión. Los lapsos, emergencia de preocupaciones inconfesadas o incontroladas, y los garabatos automáticos son presentados frecuentemente como ejemplos de actos no asumidos por la razón. En esta

perspectiva de la expresión se fundamenta la función catártica y terapéutica del arte. La expresión es liberación del hombre automático y robotizado y opone, frente a la mente reproductora (pensamiento reproductor, fijeza funcional y conceptual), la mente creadora inventiva; frente al cuerpo habituado (rutina, aburrimiento, alienación) el cuerpo desinhibido, desrobotizado; y frente la expresión pautada (lenguaje codificado y esclerotizado), la expresión total. En este sentido, Stern nos recuerda que la libertad de expresión es tan necesaria como la libertad de pensar.

*c) La expresión como enriquecimiento del yo.*

La expresión pretende el retorno a la propia autenticidad. "Pero si la expresión se limitara a dar salida al ego sincero y verdadero que todos llevamos dentro, aún no habría alcanzado la extensión de su cometido. Antes que nada, la expresión ha de ayudar al enriquecimiento de este ego. Sin un yo rico, completo y lleno, toda forma de expresión sería un mimetismo, una máscara" (Aymerich, 1971, p. 15).

El pensamiento de esta autora, como afirma Farreny (2001) es que la expresión ha de ser una exteriorización inteligente y adecuada de todo lo que es real en el ser humano. La expresión se presenta como "una vía de desarrollo y crecimiento en todas las dimensiones: íntimas y esenciales - haciendo al sujeto un ser apto para recibir y asumir- y externas, dirigidas hacia fuera -haciéndolo capaz de transmitir y de proyectarse" (Aymerich, 1971, p. 19).

*d) La expresión como creación.*

La creatividad es básicamente expresión. En este sentido, todos somos creativos en todos los lugares y en todos los momentos de la vida. Los grandes teóricos de la creatividad así lo reconocen al colocar la expresión en la base de todo proceso creativo.

La creatividad expresiva es la forma más elemental de creatividad, caracterizada por la espontaneidad y la libertad, pero puede ocurrir que estos productos estén desprovistos de aptitudes especiales como ocurre, por ejemplo, en el dibujo de los niños.

*e) La expresión como comunicación.*

La actividad de la expresión consiste en "una emisión consciente o no de signos y de mensajes que corresponden de una manera analógica a una realidad alejada u oculta" (Salzer, 1984. Pp.17) y el objetivo de la expresión se concreta en traducir nuestro ser en signos exteriores. La expresión, que hay que entender como una manifestación exterior del pensamiento o de los estados psíquicos, no acaba en acto solitario. Adquiere toda su entidad cuando se hace transitiva, social.

Las actividades expresivas son fundamentales para el desarrollo de la capacidad creadora y para los procesos de socialización. Y esta es la razón de que el binomio expresión-comunicación sea uno de los principios en que se fundamenta la educación actual. Entendemos por comunicación "todo lo que hace que cualquier signo o mensaje emitido sea recibido por

otro, sea comprendido y sentido de manera común: todo lo que pueda favorecer o perjudicar el acercamiento en la comprensión recíproca" (Salzer, 1984, p.17).

Para Aymerich (1996) la expresión, sea intencionada o no, siempre dice algo a alguien. Pues aunque no lo deseemos siempre estamos comunicando. Cuando la expresión es intencionadamente comunicativa se vale de los múltiples lenguajes de la persona. Y es más rica cuando la persona posee más contenidos expresables, que dependen en gran manera de la capacidad de los sujetos para interiorizar el mundo, es decir, hacer subjetiva la cultura objetiva.

Pero también la expresión es por definición corporal. El cuerpo es quien la hace posible, sin él no habría comunicación entre un yo y otro yo. Como dicen Bertherat y Bernstein (1990) nuestro cuerpo es nuestra casa. Somos sus únicos propietarios. Esta casa tiene unas paredes que se han ido construyendo a lo largo de la propia historia personal de cada uno: vivencias, emociones, disgustos, alegrías, presiones sociales, familiares y morales son responsables de nuestra propia forma corporal: espalda, cara, piernas, brazos. En todo nuestro cuerpo está escrita nuestra propia historia.

Salzer utiliza a menudo las actividades centradas en la observación de la mirada, el gesto, de la postura, y de la voz, en la propia casa y en la de los demás, en las relaciones. Se observan las manifestaciones que aparecen en el cuerpo, las relaciones sociales. Se muestra que lo que *no es dicho* del cuerpo es de hecho recibido y observado. La expresión del cuerpo es el lugar de aprendizaje de relaciones con uno mismo y con los demás.

Bernard, citado en Salzer, (1984, p. 21), dice que la expresividad corporal es una frase: llamamos expresivo al cuerpo visto: la voluntad de hablar y de escribir sobre la expresividad corporal no es una fantasía, un suplemento gratuito, sino la única manera de significarla. Continúa diciendo que “el lenguaje del cuerpo, ininteligible momentáneamente, debe ser convertido para encontrar significaciones mas accesibles. ¿Quién dirá que hay una expresión corporal?, ¿quién inducirá las buenas maneras de ser del cuerpo de cada uno?, ¿quién dirige la educación del cuerpo por medio de otros?”.

Salzer hace una clasificación de la expresión corporal:

*La EC espectacular*, refiriéndose a los grupos cuyo propósito es trabajar con su cuerpo de manera no habitual, con la finalidad declarada de una actividad relacionada con el espectáculo (ballet, teatro, mimo..).

*La EC no habitual* pero no necesariamente espectacular, son aquellos grupos que quieren hacer vivir lo no habitual del cuerpo, pero no necesariamente según la idea del espectáculo (yoga, movimientos, gimnasia, gestos, mímica, danza), en donde el cuerpo será puesto a prueba. Este es el sentido de dicho taller de estudio. Así es como trabajaremos la EC centrada en sí mismo, mediante la relajación, su tensión, su postura, su gesto, a fin de ponerlos a prueba, diversificarlos, captar su sentido para uno mismo.

También en la relación con los demás al experimentar sentimientos de antipatía, simpatía y otros sentimientos experimentados a partir de lo que la otra persona despierta en uno, sin que lo explique la racionalidad aparente.

Y de la EC que viva el alumno en grupo y con el grupo en situaciones diversas pero comunes. Las actividades propuestas se centran en la vida del grupo: danza colectiva, silencio colectivo, movimiento de conjunto, dinámica de grupo no verbal, canto colectivo, improvisación colectiva, atención colectiva (dirigida a alguien o a algo). Estas actividades permitirán captar las fuentes de la historia personal y colectiva que han moldeado su cuerpo tal como es en estos momentos.

*Proceso de representación expresiva: Impresión-expresión-comunicación-reflexión.*

Todo acto expresivo se basa en un movimiento de doble dirección: del mundo exterior hacia la persona (impresión) y de la persona hacia el mundo exterior (expresión). Sólo podemos expresarnos si nos dejamos impresionar - voluntariamente o no- por lo que nos rodea o interpela. Si no somos como sensibles placas receptoras que registramos mediante los sentidos y almacenamos las diversas sensaciones muy poco podremos después comunicar expresándonos. Los medios que facilitan la impresión (Moccio, 1998, págs. 5-8) son la tranquilidad, la receptividad y el pensamiento personal.

La tranquilidad es la actitud que nos permite servirnos de nuestras propias energías. Y esto exige: disponibilidad o preparación para recibir; descontracción o actuar para hacer que desaparezcan las tensiones de nuestro entorno; relajación o preparación para la receptividad,

que favorezca un estado de no resistencia a las sensaciones; y dominio de uno mismo o conducta autónoma, no sólo en los aspectos físicos sino a los aspectos del espíritu que conduzcan al equilibrio del pensamiento.

La receptividad o acumulación de energías se consigue mediante la interpelación de nuestros sentidos; la atención, que añade una voluntad de sentir; la observación o capacidad para detenernos sobre la cosas, el mirar en su interior y tratar de comprenderlas no sólo en la apariencia sino también en su contenido. El pensamiento personal equivale al despliegue de nuestra energía y supone concentración, es decir, centrar la atención en el punto u objeto único que hemos elegido, en el desarrollo del objeto de nuestro deseo.

### *Productos de la expresión*

Los productos de la expresión pueden resultar formas artísticas o manifestaciones que son testimonio de un ideal de estilo propio de un individuo, de una cultura o de una época. En este caso, estaríamos en la acción artística. También se entiende por expresión artística el modo de expresión personal que se apoya en la aplicación precisa de habilidades y de conocimientos (saber hacer), con vista a la traducción de ideas, sentimientos y sensaciones mediante signos, sonidos, imágenes, formas, tonos, olores, palabras, sabores, o cualquier otra estructura de conjunto, que suscita impresiones agradables y armoniosas, excitantes o provocadoras.

La expresión favorece la creatividad y la imaginación, cualidades imprescindibles de todo artista. La estética reconcilia las facultades "superiores" e "inferiores" de la persona, lo apolíneo y lo dionisiaco, la sensualidad y el intelecto, el placer y la razón. En palabras de Ch. Maillard (1996) "artista es aquel que sabe ensanchar la mirada y sabe escuchar, es aquel que sabe crear ese espacio interior en el que la realidad -la propia y la del mundo- acude en estado naciente, pues la realidad siempre está aconteciendo y su manera de darse a la conciencia es el aparecer".

La EC en este estudio, será para dedicarle tiempo al cuerpo para poder liberarse y dejar escapar las tensiones acumuladas, para descargar su energía, promover su fantasía creadora, a realizar eventualmente su deseo no realizado en la vida cotidiana de movimiento, de tocar, de inspiración, de una imagen nueva de sí mismo que en el grupo de EC permita que salga a la luz.

Arias (2003), describe que el movimiento libre del cuerpo en el espacio es fundamental en la danza. Es como realizar dibujos o pinturas con el cuerpo en el aire.

Los terapeutas ven en el movimiento un proceso a través del cual se desencadenan procesos físicos, emocionales y cognitivos de forma integrada, e incidir así en el comportamiento. La expresión corporal tiene como objetivo fundamental el cuerpo como medio de conocimiento de nuestra estructura física y el desarrollo de la imagen que tenemos de nuestro cuerpo. Además se relaciona con las emociones en la medida en que creamos figuras y dejamos que el ritmo de la música dialogue con nosotros. De lo que se

trata es de “utilizar el movimiento para producir la integración psíquica, emocional y racional del individuo a través del desarrollo del proceso creativo” (Arias, 2003, p. 12).

La danza permite expresar muchas cosas que no se pueden decir con palabras. Mediante los movimientos de la danza se da una reconciliación con nuestra esencia; cuando se realiza en grupo permite la articulación del individuo en lo colectivo y un diálogo que va más allá de las palabras. El cometido de la danza como terapia es lograr una percepción integral del individuo (Arias, 2003, p.126). En muchas ocasiones nuestro aspecto físico es relegado a un segundo plano y dejamos que se resienta como consecuencia de nuestras emociones y sentimientos.

Con la danza es posible tener un conocimiento del propio cuerpo que aporta aceptación y alegría, de tal forma que la autoestima se fortalece. Además cuando bailamos estamos expresando sentimientos y esto nos ayuda a descargar el cuerpo de la angustia, el miedo, el estrés y todas aquellas cosas que vamos guardando sin dejar que tengan una libre vía.

Los niños también descargan tensiones y encuentran una vía para la interacción, a través de ejercicios de baile e improvisaciones al ritmo de la música. Además es benéfica para desarrollar la coordinación y el conocimiento de su cuerpo, lo cual estimula la confianza en ellos mismos y redonda en la estructura de su autoestima, lo cual les aporta herramientas para sentirse seguros y les permite desarrollar la noción de placer y lucidez.

## Capítulo 4

### 5. EL TALLER DE EXPRESIÓN CORPORAL

El taller de expresión corporal se sostiene de las fases del proceso expresivo. Cualquier proceso expresivo se articula sobre estas palabras clave: percibir, sentir, hacer, reflexionar.

#### 5.1. Fases del proceso expresivo

##### *Percibir*

Es tanto como estar a la escucha de uno mismo y del entorno. Supone la disponibilidad del individuo a dejarse impregnar por los estímulos del entorno físico y humano y permitir que surjan las imágenes que éstos inducen. La percepción consiste en desplegar las antenas de todos los sentidos para poder captar los estímulos del exterior y dirigir la mirada hacia el mundo interior. Esto implica un estado de disponibilidad en los planos cognitivo, motriz y afectivo. Houelle (1987, p.18) caracteriza esta fase en los siguientes términos: es de orden sensorial y emocional; al suscitar la atención del individuo permite establecer lazos entre sus percepciones sensoriales y su imaginación; exige de una actitud de espera activa y de disponibilidad corporal. El sujeto debe dejarse impresionar por los estímulos del medio, estar abierto y ser sensible a todo lo que le rodea y tratar de tomar contacto consigo mismo.

La actitud a adoptar podemos concretarla en los siguientes principios:

Tomar conciencia de que siempre estamos percibiendo con los cinco sentidos.

Dar importancia a los detalles prácticos.

Estar en contacto con las realidades físicas.

Atender al momento actual.

Darse cuenta de los detalles pequeños de la vida cotidiana.

### *Sentir*

Es tanto como pensamiento corporal, según Root- Bernstein, es decir, el pensamiento que tiene lugar a través de las sensaciones y la conciencia de nuestros nervios, músculos y piel. Son muchas las personas creativas que antes de encontrar las palabras o las formas adecuadas para expresarse "experimentan la emergencia de las ideas en forma de sensaciones corporales, movimientos musculares y emociones que actúan a modo de trampolines que permiten acceder a una modalidad más formal del pensamiento. Los atletas y los músicos imaginan la sensación de los movimientos que van a ejecutar; los físicos y los pintores experimentan en su cuerpo las tensiones y los movimientos de los árboles y de los electrones" ( Root- Bernstein, 2002. Pp. 44).

### *Hacer*

El sujeto pone en acción sus imágenes interiores, las elabora a partir de un estímulo y comunica su mundo interior. Este hacer se debe orientar en dos direcciones: la exploración y

la actualización. La exploración es un periodo de ensayos múltiples, de lanzamiento de propuestas diversas.

### *Reflexionar*

Desde el punto de vista didáctico, en esta fase la tarea del facilitador consiste en crear un clima de calma y de escucha consciente y mirada activa, una atmósfera dinámica y estimulante; ofrecer un amplio abanico de experiencias sensoriales; ayudar a tomar conciencia de uno mismo y de la realidad exterior. Los ejercicios y actividades de relajación, de concentración, de percepción sensorial, de observación se incluyen dentro de esta fase.

## **5.2. Programación de las sesiones del taller de expresión corporal**

Así, la sesión de expresión corporal ha sido programada con una duración de una hora, debido a que el trabajo corporal cansa a los niños y que los periodos de concentración, en especial de los de menor edad, se va acortando según el grado de cansancio físico, de manera que un trabajo profundo en el que se produzca el aprendizaje significativo a partir de la experiencia puede llevarse a cabo en una hora de labor.

Toda sesión de trabajo tiene un objetivo específico y éste se relaciona directamente con el objetivo general del taller de expresión corporal y con el objetivo del periodo de trabajo en que la sesión se efectúa, en este caso de noviembre a marzo.

### *Preparación*

Al salón debemos entrar descalzos, puesto que percibiremos al mundo desde las plantas de los pies. Los chinos afirman que a éstas llegan terminaciones nerviosas de todos los órganos, debido a lo cual se las denomina zonas de reflejo y conviene estimularlas y activarlas (Sefchovich, 2001, p. 35). Por otra parte, el hecho de entrar en el salón descalzo y listo para empezar pone al niño en contacto consigo mismo y en la disposición requerida para la clase de expresión corporal.

### *Propuesta*

Los primeros 15 minutos de la sesión están dedicados al uso espontáneo del material propuesto por el facilitador, el cual depende del objetivo específico, éste se deriva de las lecturas de grupo que el facilitador ha realizado y del conocimiento de cada uno de los niños, sus necesidades y el ritmo del grupo en general.

Durante este lapso el facilitador observará y hará una lectura del grupo. La lectura del grupo es el acto mismo de observar y detectar lo que va ocurriendo en el conjunto de alumnos y en cada niño en particular; quién trabaja con quién, qué modalidades de comunicación existen entre los participantes de locomoción; investir el espacio o los materiales que utilizan; y qué sensaciones y sentimientos van despertando los materiales en cada niño y en el grupo.

Durante estos minutos de lectura de grupo el facilitador debe verificar si el programa elaborado para la sesión puede llevarse a cabo, y da respuesta al estado de ánimo general y a las necesidades del grupo o de ciertos niños.

El programa constituye una guía, una inspiración, una sugerencia o bien, una propuesta hecha por el facilitador con base en el conocimiento profundo de cada alumno y del grupo, que a su vez se fundamenta en las lecturas de grupo realizadas en sesiones anteriores. Sugiere Sefchovich (2001), que puesto que la actitud de escucha empática, de respeto, de apertura y disponibilidad una condición primordial para el logro y fortalecimiento de la seguridad personal, la autoestima y la expresión creativa de los niños, durante estos 15 minutos de

observación la sesión programada debe cambiarse por una distinta si no responde a las ideas, sentimientos y pulsiones que los pequeños necesiten manifestar.

### *Evolución y consigna*

Una vez que la situación de la clase del día es reconocida por el facilitador, su función es lograr que dicha situación evolucione hasta convertirse en una que permita el aprendizaje significativo, de expresión libre y creadora, y que constituya una experiencia de desarrollo personal y de grupo (Sefchovich, p. 31).

Rogers (1983), define los elementos que intervienen en el tipo de aprendizaje significativo o vivencial. Dice que *posee una cualidad de compromiso personal*; en el acto del aprendizaje la persona *pone en juego* tanto sus aspectos afectivos como cognitivos. Se *autoinicia*. Aunque el incentivo o el estímulo provienen del exterior, el significado del descubrimiento, de logro, de captación y comprensión se originan en su interior. Es *penetrante*, diferente de la conducta, las actitudes y, quizá también, de la personalidad del que aprende. *El mismo alumno lo evalúa*. Sabe que si responde a su necesidad, sí lo conduce hacia lo que quiere saber o si explica algún punto oscuro de su vivencia.

Podríamos decir que el lugar de la evaluación se encuentra definitivamente en el alumno. *Su esencia es el significado*. En este tipo de aprendizaje, el elemento del significado se construye dentro de la experiencia global del alumno.

Este modelo de educación facilitará el crecimiento, no sólo la creatividad, la iniciativa, la imaginación, sino también la autodisciplina, la aceptación de sí mismo y el entendimiento. Es importante que, a pesar que existe un programa con las actividades determinadas, se transmita a los alumnos que tienen la responsabilidad de hacer el curso más interesante.

Los alumnos serán responsables de sus propios intereses, de ocuparse de actividades que tengan un significado en su vida, ya que el núcleo del taller está centrado en su aprendizaje y no en la enseñanza, en donde se viva la libertad para aprender.

El aprendizaje significativo es aquél que nace de la necesidad del alumno, es resistente al olvido y puede transferirse a situaciones distintas, se produce cuando hay experiencia vivencial, en una secuencia que adopta la forma siguiente: a mayor experiencia, mayor aprendizaje; a mayor aprendizaje, mayor desarrollo personal y creativo; a mayor desarrollo personal, mayor desarrollo del proceso en el grupo (Sefchovich, p. 37).

Las herramientas que el facilitador utiliza para lograr que la sesión evolucione son:

- a) la regla se refiere a que el niño antes de entrar se quite los zapatos y los ponga en el lugar que se le indica.
- b) la sugerencia, se trata de una propuesta abierta al cambio o a ser negada.
- c) la consigna, debe ser seguida de forma personal y creativa.

La consigna requiere de un lenguaje claro y conciso; no es una ley inquebrantable, sino una propuesta que deja el espacio necesario para que los niños propongan sus propias ideas y modos de actuar.

Por ejemplo:

- Consigna cerrada (ley): “guarda la pelota”.
- Consigna abierta (propuesta): “inventa una forma distinta para llevar la pelota”.
- Sugerencia: (pregunta): “¿quieres guardar la pelota?” .

Es importante que en los momentos de trabajo personal las consignas sean dadas en singular y que cada niño las reciba como si el facilitador la propusiera de forma individual. Por ejemplo: “Arroja la pelota de manera que la puedas tomar sin que se te escape”, (aunque en el grupo haya 20 niños, cada uno de ellos con su pelota).

En los momentos de trabajo en parejas, tríadas o equipos, las consignas pueden darse en singular, en plural o utilizando una combinación de ambos. Por ejemplo: “Arroja la pelota dentro de la rueda, entre todos procuren que no se escape”.

El tiempo dedicado a la evolución de la sesión varía entre 20 y 25 minutos y es el momento central de la sesión. Es entonces cuando el trabajo puede llevarse a cabo usando imágenes del mundo de la fantasía y la imaginación, o promoviendo la labor en el plano del pensamiento simbólico.

Sugiere Sefchovich (2001, p. 39) que una sesión debe incluir, durante el tiempo de la evolución:

- el trabajo individual y de parejas, tríadas o grupo;
- el manejo del cuerpo y formas variadas de locomoción;
- el uso de la voz y la palabra;
- el desarrollo de la expresión creativa a partir de la propuesta de ideas, problemas y soluciones hechas por los niños, por el facilitador o que estén implícitas en el material de trabajo y en el espacio.

### *Juego*

Una sesión de expresión corporal siempre debe incluir como objetivo el placer del movimiento y un sentido lúdico del trabajo y del aprendizaje. Los juegos de grupo refuerzan estas actitudes y permiten la salida gradual de la implicación profunda con el material con que se ha trabajado (Sefchovich, p. 39).

En algunas sesiones vale la pena usar los juegos como reforzador del trabajo; en este caso, un lapso de cinco a 10 minutos es suficiente. Los juegos deben ser ideados por los niños y el facilitador, pero también pueden incluirse juegos clásicos como rondas o canciones infantiles.

### *Descanso*

Mediante el descanso se persiguen tres objetivos: 1. La relajación; 2. La toma de contacto del niño consigo mismo, por lo tanto, es algo así como un momento de reflexión personal y recogimiento; y 3. Este momento de silencio interior propicia el distanciamiento afectivo respecto del material, de las imágenes empleadas durante la sesión o de las relaciones inconscientes establecidas con otros niños o con el facilitador.

Aprender a descansar es un recurso necesario porque ayuda a conocerse a sí mismo y enseña a equilibrar los periodos de actividad con los de tranquilidad y calma interiores (Sefchovich , p. 41).

### *Círculo mágico*

Al terminar el descanso, nos sentamos en círculo y ponemos en común la experiencia vivida en la sesión o cualquier otra inquietud que se necesite manifestar.

Sabemos que gran parte de la vivencia no será verbalizada de forma lógica; en realidad, no es necesario que todo sea razonado, puesto que parte de la vivencia cumple su función al permanecer silenciosa en términos de experiencia profunda. Es decir, según Sefchovich (2001) , las repercusiones que una vivencia tiene constituyen algo así como sembrar una semilla, y debe transcurrir el tiempo necesario (meses o años) para que germine y aflore.

Pero esa pequeña parte que se puede compartir desempeña una función importante, sobre todo en lo que se refiere a la comunicación con los demás, que impide que volvamos cerrados a la realidad cotidiana.

El círculo mágico también sirve para propiciar el desarrollo de un vocabulario rico y fluido y la capacidad de escucha de los niños, así como el fortalecimiento del respeto mutuo. La participación es libre y espontánea, pero en las programaciones incluimos preguntas a la manera de pistas que guíen al grupo para retomar, con base a la vivencia personal, el objetivo y el proceso de grupo en su conjunto.

### *Despedida*

Al terminar el círculo mágico nos aplaudimos, señal de un reconocimiento a nuestro trabajo, nos despedimos con un abrazo grupal y nos ponemos los zapatos.

### **5.3. Programa de actividades**

Las técnicas que se utilizaron en el taller de expresión corporal consistieron en el posicionamiento del cuerpo, equilibrio, coordinación, respiración, relajación y extensión de los músculos. Desarrollando a través del ritmo y del movimiento, la velocidad, la intensidad del movimiento y la improvisación. En ocasiones se combinó el canto y la presencia de

instrumentos musicales para trabajar con la voz. Con ello, la posibilidad de interactuar con su entorno se ve potenciada.

La danza nos conecta con lo más profundo y lo más ancestral, de tal forma que se puede convertir en parte de nuestra vida que al mismo tiempo vela por nuestra salud física y mental (Arias, 2003, p.131).

De inicio, las actividades programadas por sesión fueron estructuradas; el facilitador contará con el material específico para poder trabajar y profundizar en los temas a explorar. En este sentido las actividades programadas fueron sugerencias ya que la aplicación dependió de la lectura que se hizo del grupo al inicio de la sesión, por lo que fue preparado para lo que se presente. Mediante las evaluaciones semanales de cada niño se podrán identificar las necesidades individuales y programar las actividades de la siguiente sesión por niño, sin olvidar que serán sólo parámetros de la estructura sujetos a modificación.

Para el primer periodo de trabajo (noviembre, marzo), con niños de 5 y 6, 8 y 9 años, los objetivos fueron los siguientes:

- Que el niño conozca y reconozca su cuerpo (conciencia e imagen corporal).
- Se adapte al espacio.
- Se integre al grupo.
- Adquiera seguridad personal.
- Explore sus emociones.

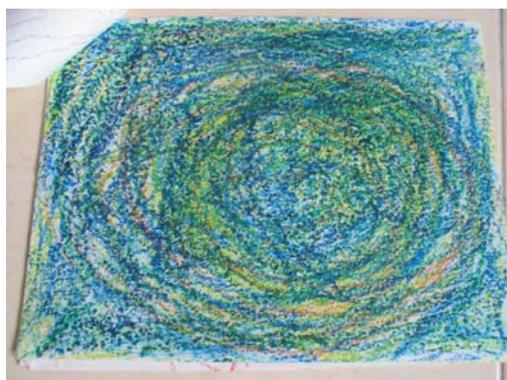
- Conozca los materiales básicos.
- Establezca una relación de confianza con el facilitador y sus compañeros.
- Desinhiba plazeramente su capacidad de movimiento.
- Exprese sus pulsiones internas sin sentirse culpable o juzgado.
- Estimule su creatividad, expresión y comunicación.
- Trabaje en forma individual, en parejas, en equipos o en grupo.

## Capítulo 5

### 6. RESULTADOS: EL CAMINO A MIS EMOCIONES

A continuación se observan algunos ejemplos de los dibujos de los niños del grupo A y B respectivamente, que representan el camino a sus emociones.

#### GRUPO A



Eduardo 6 años



Ángel 5 años



Ana 6 años

#### GRUPO B



Adriana 9 años



Mario 8 años



Chelsea 8 años

## 6.1. El niño y el amor

*Objetivo: Explorar esta emoción para que la identifiquen, aprendan a descubrirla en sí mismos y en los demás, así como conocer sus ventajas.*

*Ellos dicen:*

*Grupo A*

*Facilitadora: ¿Cuándo sienten el amor?*

Ana: -Siento amor cuando recuerdo a mi mamá, la quiero mucho.

Monse: -Yo amo a mi mamá y me siento feliz cuando está conmigo y me dan ganas de abrazarla.

Ángel: -Yo amo a mi mamá, a mi hermana, a papá y a mi pequeño hermano.

Raúl: -Cuando yo amo digo: ¡eres lo máximo!, ¡eres bonito!, ¡te extraño!, ¡te adoro!, te quiero mucho, ¡me caes súper!.

Monse: -Yo amo a Álvaro, cuando está conmigo me dan ganas de abrazarlo.

*Grupo B*

*Facilitadora: ¿Cuándo sienten el amor?*

Mario: -Yo amo a Samanta y cuando está conmigo me dan ganas de besarle el cachete.

Eduardo: -Cuando mi mamá me besa siento que voy volando hasta las nubes.

Adriana: -Yo amo a mi mamá, a mi papá, a mi hermano y cuando estoy con ellos me dan ganas de llorar de felicidad.

Chelsea: -Yo amo a mi familia y a Dios.

Tito: -Yo amo a mis papás.

También dicen:

- Cuando veo a un chico guapísimo.
- Cuando una chica es sexy.
- Cuando acaricio a mi conejito.
- Cuando cuido a mi perro enfermo.
- Apapachar a mi primita cuando llora.
- Acostarme en la cama de mis papás.
- Jugar con mis primos.
- Cocinar con mi mamá un pastel.

## 6.2. El niño y la ira

*Objetivo: Que los niños identifiquen la ira, la descubran en sí mismos y conozcan las desventajas que puede ocasionarnos si la alentamos.*

Tratar de convivir en armonía, de conversar más, de acercarse unos a otros en momentos de cólera, ira, furia; de respirar profundamente y procurar cambiar de actividad antes de lastimarse.

*Qué dicen:*

*Grupo A*

*Facilitadora: ¿Cuándo han sentido ira y qué hacen para controlarla?*

Ángel: -Cuando siento ira me voy al baño y me lavo la cara para refrescarme.

Raúl: Me enoja cuando no me dejan ir al parque de diversiones. Casi no puedo controlarla.

Ana: -Cuando me enoja voy a mi cuarto y veo a mi alrededor y pienso en Dios.

Pepe: -Me enoja que mi mamá no me deje ir a comer con mi amigo Carlos. Creo que pateo y luego me voy a mi cuarto.

*Grupo B*

Adriana: -Me enojo porque me molestan, pero a veces me gusta llevarme, pero también no me aguanto. Tengo que poner atención a lo que dicen, porque como dice el dicho: *El que se lleva, se aguanta.*

Chelsea: -Cuando el enojo me quiere ganar, pienso en la felicidad, pero nunca en la ira, porque es muy feo pensar en ese sentimiento, a nadie le gusta la ira.

Mario: -Si estoy enojado voy a tranquilizarme, voy a detenerme y pensar opciones, y escuchando a los que me quieren ayudar.

Tito: -Me enojé y le pegué a un niño porque no me dejaron jugar y ya que nos tranquilizamos, jugamos juntos. También cuando el maldito ojos de pez me quitó a mi novia.

Reny: -Me enojé cuando una amiga y yo nos confundimos de agua y no la perdoné.

*Cómo expresan su enojo:*

¡Te voy a matar!

¡Ya me tienes hasta el colmo!

¡Maldita cosa!

¡Estoy hasta acá!

¡Te crees mucho!

¡No tienes autoridad!

¡Eso te pasa!

¡Eres una diabla!

¡O te doy una cachetada!

¡Te doy tu merecido!

¡Se lo merece porque nunca me haces caso!

¡Por no haberme obedecido!

¡Te voy a hacer picadillo!

¡Porque el año pasado venciste a mi mamá!

¡Vete a la titit!

Todas estas frases acompañadas de patadas, golpes y groserías.

También dicen:

- Fallar un penalti.
- Que me quite mi hermano mis juguetes.
- Que mi hermano juegue con mi amiga.
- Si me ignoran.
- Que me falten al respeto.
- Si me pegan dizque por error.
- Si meto un autogol.
- Las bromas pesadas.
- Cuando me hacen calzón chino.
- Si estoy castigada.
- Que no me dejen comer lo quiero.

- Que me quiten mi ipod.

### 6.3. El niño y la felicidad

*Objetivo: que los niños identifiquen la felicidad, la descubran en sí mismos y aprendan a transmitirla a los demás.*

Los niños realizaron algunas actividades y se sintieron muy contentos. Se les transmitió que esta emoción les permite disfrutar de las cosas, las personas, los lugares, los animales, las plantas. Mediante ejercicios, aprendieron a descubrirla en sí mismos.

Supieron que la felicidad se da por momentos y es importante saber vivirlos. Comprendieron que la felicidad se puede compartir, que es un tesoro.

*Grupo A*

*Facilitadora: ¿Qué es la felicidad?*

Ana: -Se siente felicidad cuando ganas. También comer helado. Me siento feliz de estar aquí.

Monse: -Cuando jugamos todos juntos.

Eduardo: -Cuando me como un helado de algodón de dulce. Y jugar fútbol.

Pepe: -Cuando mi hermano me ayuda en Matemáticas.

Ángel: -Cuando salto y me como un helado. Me da felicidad abrazar a mis compañeros.

*Grupo B*

*Facilitadora: ¿Qué es la felicidad?*

Mario: (Tarda en recordar momentos felices). -Cuando caminé por primera vez. Me sentí confiable y seguro. Me acuerdo que siempre llevaba en la mano mi osito de peluche. También me dio mucha felicidad cuando mi mamá tuvo a mi hermano y salió en silla de ruedas con él en sus brazos. También me da felicidad mi novia.

Adriana: -Sentí felicidad cuando mi hermanito me consoló cuando le pegué a mi mamá. Mi hermano me consuela en el corazón. A veces siento que no me merezco tantos regalos habiendo niños pobres.

Chelsea: -Reunirme con mi familia y con mis primos de Monterrey.

Reny: -Cuando me dan regalos, estar con mi familia, las posadas.

Chelsea: -Cuando recibo amor, cariños, abrazos de mi familia. Mi familia me quiere con el corazón. También cuando saco 10.

Mario: -El momento más feliz es preparar el pavo y tener mi ipod.

Adriana: -Cuando hacemos el baile de pompas. Y estar todos en familia.

Reny: -Cuando llega Santa y los Reyes Magos con los regalos.

Tito: -Cuando mi mamá prepara coditos con queso, ¡me encantan!, ¡qué rico!

También cuando me dan un regalo en Navidad y estamos en familia.

*También dicen:*

- Soy muy feliz en mi casa cuando no hago la tarea porque juego videojuegos.
- Me siento feliz ver a mis papás contentos.
- Estar sano.
- Ir al campo.
- Comerme un helado.
- Abrazar a mis papás.
- Terminar mi tarea.
- Me siento feliz cuando ayudo a mi hermano y cuando hago bien mi tarea porque me llega al corazón.

- Soy feliz cuando juego con mi hermano porque me gusta convivir con él.
- Me encanta estar cerca de mi hermana y jugar juntos.
- Cuando un tipo se cambió de escuela.
- Salir de vacaciones.
- Pasar de nivel en el game cube.
- Cuando anoto un gol.
- Cuando no voy a la escuela.
- Contar chistes.

#### **6.4 El niño y la envidia**

*Objetivo: que los niños descubran esta emoción en sí mismos y en los demás. Que conozcan las consecuencias negativas que provoca y aprendan a combatirlas.*

Los niños hicieron ejercicios para ver si ellos envidiaban a los demás y porque buscaron opciones para evitar la envidia y disfrutar lo que tienen.

Compartimos ejemplos en los que se percibía la envidia.

*Grupo A*

*Facilitadora: ¿Han sentido envidia de alguien?*

Monse: -Cuando mi hermano no me presta su carro de juguetes. Cuando alguien tiene una barbie más padre.

Ángel: -Cuando te molestan.

Raúl: -Cuando Eduardo tiene una espada y yo no. También porque José Pablo sale en el cuadro de honor.

Ana: -Cuando quería al novio de otra niña. O cuando una niña sale en el cuadro de honor más veces que yo.

Pepe: -Porque mi hermano tiene un X-Box 360.

*Grupo B*

*Facilitadora: ¿Qué es la envidia?*

Adriana: -Pues es un sentimiento que tienes cuando alguien tiene algo que tú no tienes. Y lo quieres tener.

Tito: -Cuando quieres lo que el otro tiene.

Chelsea: -Es una emoción que te hace sentir mal.

Mario: -Yo no tengo envidia de nada porque tengo todo. Tengo una súper casa, camionetas, ipod y xbox.

Tito: -Yo también tengo un ipod que me compraron porque a mi sí me daba envidia que mis primos tenían y yo no. Pero me da envidia ver que otros tienen un teléfono mejor que el mío.

Adriana: -Yo sí tengo envidia de mi prima porque ella sí tiene muchas cosas. Tiene un x box, muchos muñecos, una perra. Pero no me gusta sentir envidia porque son sentimientos malos.

Chelsea: -Yo tengo envidia de que a mis primas Ana y Ximena les compran todo lo que ellas quieren y a veces no me prestan sus cosas.

Mario: -Me da envidia que a alguien le den lo que yo quise y no me lo compraron.

Facilitadora: ¿De qué color es la envidia?

Mario: Negra.

Tito: Rojo con violeta.

Adriana: Morado con rojo sangre.

Chelsea: Negra con carne.

*También dicen:*

- Que inviten a mi hermana a una fiesta y a mí no.
- Cuando alguien tiene algo mejor que yo.
- Si otro hace algo mejor que yo.
- Que mis primos tengan más juguetes.
- Cuando mi hermanita no carga sus cosas.
- Que otros tengan celular y yo no.
- Que festejen el cumpleaños de mi hermana.
- Que alguien tenga el wii y yo no.
- Que yo no tengo una mascota y otros sí.
- Que tengan más dinero que mi familia.
- Que mi ropa no está a la moda como la de otros.
- Los boxers de mi primo Omar.
- El lunch de mis amigas es mejor que el mío.

## **6.5. El niño y el entusiasmo**

*Objetivo: Que los niños identifiquen esta emoción, la descubran en sí mismos y la encaucen positivamente.*

Se les explicó la importancia de alimentar el entusiasmo, ya que es el motor que nos impulsa a conseguir lo que queremos, a vencer las adversidades sin hundirnos en ellas y a disfrutar más la vida.

Realizaron ejercicios para automotivarse.

*Qué dicen ellos:*

*Grupo A*

*Facilitadora: ¿Qué es el entusiasmo?*

Monse: -Es cuando una persona está tan contenta cuando una persona hace algo. Siento entusiasmo cuando estoy con Ana.

Ana: -Es cuando estás muy, muy ,muy feliz. Se siente como si fuera tu fiesta.

Ángel: -Cuando sientes emoción como si estuvieras en tu casa. O como estar en una verdadera fiesta.

Al final; ¡se pusieron a cantar todos el Himno Nacional de una forma entusiasta!

*Grupo B*

*Facilitadora: ¿Qué es el entusiasmo?*

Adriana: -Es cuando tienes ganas y alegría. Es cuando tú puedes y puedes.

Tito: -Es cuando sientes armonía y entusiasmo.

Chelsea: -Es cuando tienes esfuerzo y pasión.

Mario: -Es cuando te alegras.

Reny: -Es cuando te sientes orgulloso.

*También les entusiasma:*

- Jugar videojuegos.
- Ir al cine en familia.
- Ir a casa de mi abuelita.
- Visitar a mis amigos.
- Jugar fútbol.

- Hacerle una sorpresa a mi mamá.
- Que me den besos y abrazos.
- Que juegue mi mamá conmigo.
- Darle mordidas a un pastel.
- Festejar mi cumpleaños.
- Salir con papá el fin de semana.
- Platicar con mi familia.
- Mi mamá me anima cuando me enojo o me desespero.
- Ir de vacaciones a Ixtapa.
- Ser los campeones del fútbol.
- Ganar medallas de excelencia.
- Estar en la escolta.
- Tener novio.
- Echarme un súper clavado en la alberca.
- Hacer una chilena.
- Que salgan mis festejos como quiero.
- Tener un nuevo videojuego.
- Invitar a un amigo a dormir.
- Que te den un trofeo.

## **6.6. El niño y la tristeza**

*Objetivo: Que los niños identifiquen esta emoción, la descubran en sí mismos y conozcan las consecuencias de alentarla.*

Conocieron las consecuencias de la tristeza y, por medio de ejercicios, descubrieron estas emociones en sí mismos y en los demás.

La tristeza es una emoción que nos resta alegría, que nos impide disfrutar los pequeños y grandes acontecimientos de nuestro diario vivir. En ocasiones, la tristeza puede apoderarse de nosotros y hacernos sufrir más de la cuenta porque el nivel de esperanza es bajo o nulo. Es por eso que no es bueno alentarla.

*Qué dicen ellos:*

*Grupo A*

*Facilitadora: ¿Cuándo se han sentido tristes y por qué?*

Ana: -Me siento triste cuando me regañan o cuando estoy sola. Cuando mi hermano se cayó de un inflable y se rompió el brazo. Cuando mi mamá no me dio las galletas me puse a llorar.

Ángel: -Cuando no me dejan ver la tele. Cuando se murió mi tío Javier. Cuando me peleó con mi hermana.

Raúl: -Cuando siento que no me quieren. Cuando me pegan.

Monse: -Cuando estoy triste me duele mucho mi corazoncito y lloro.

Pepe: -Cuando no tengo dinero.

Eduardo: -Cuando mi mamá me castiga y me manda a mi cuarto.

### *Grupo B*

*Facilitadora: ¿Cuándo se han sentido tristes?*

Adriana: -Cuando choqué con la pared en mi bici y se me abrió la mano y la barba. Y también cuando no me dan el juguete que quiero.

Chelsea: -Ahora que se murió mi tío. Y cuando repruebo un examen.

Tito: -Cuando se murió mi abuelito y mi gato.

Reny: -Yo no me he sentido triste.

Mario: -Cuando le cortaron el rabo a mi gato.

También dicen:

- Dejar de ser hijo único.

- Cuando mi primo nos apagó el game cube y ya casi ganábamos.
- Cuando me insultan.
- Cuando mi mamá me jala el pelo.
- Que se vaya de viaje mi papá.
- Si se muere mi mascota.
- Tirar por la escalera a alguien por accidente.
- Que mi novia me corte.
- Cuando me machuqué el dedo con la puerta.
- Fallar un penal.
- Perder mi dinero en el recreo.
- Pegarme con la silla.
- Perder mi juguete favorito.

### **6.7. El niño y la comprensión**

*Objetivo: Que los niños identifiquen esta actitud en sí mismos y en los demás y la canalicen adecuadamente.*

A través de un cuento los niños conocieron que la comprensión es una actitud que nos enseña a pensar en los demás, a entenderlos y apoyarlos: hicieron algunos ejercicios para reafirmar el conocimiento.

La comprensión de los demás es una de las actitudes más importantes, porque nos permite vivir en armonía. Muchas veces los niños no son comprensivos porque no les hemos enseñado a serlo, porque los consideramos los reyes del hogar y todo gira en torno a ellos. Esto los hace egoístas e incapaces de pensar en los demás.

Es importante establecer normas familiares claras y coherentes y no renunciar a ellas, aumentar con la edad las tareas domésticas y otras responsabilidades Evitar dar recompensas por la cooperación. Para que un hogar funcione, cada uno debe tener una responsabilidad específica y contribuir para que el trabajo se reparta equitativamente.

La comprensión implica: ayudar, perdonar, cooperar, querer, entender, analizar, amar, ser amable, pensar en los demás, preocuparse por ellos.

*Qué dicen ellos:*

*Grupo A*

*Facilitadora: ¿Cómo podríamos ser comprensivos?*

Pepe: -Portarme bien con mi papá.

Eduardo: -No hacerle caras a mamá aunque esté enojado.

Ana: -Obedeciendo a la primera que me hablan.

Raúl: -Guardando mis cosas en su lugar antes de dormir.

Ángel: -No desesperarme cuando no me atiende mi mamá.

Monse: -Ayudar a recoger mi plato de la mesa en la cena. Limpiar las ventanas.

Pepe: -Prestando mis colores en la escuela.

### *Grupo B*

Chelsea: -Guardando silencio en el salón y atender a la maestra.

Tito: -Cargándole el portafolio a mi papá y traerle sus pantuflas.

Reny: -Apapachar a mi abuelita cuando está enferma.

Mario: -Explicarle a mi amigo cómo se hace la tarea.

Adriana: -Compartiendo mi lunch con mi amigo que no trajo.

-Ser paciente con mi hermanito.

-Decirle a mi mamá que la quiero mucho.

*También dicen:*

- Ayudar a mi mamá a lavar los trastes sucios.
- Recoger lo que tiro.
- Evitar pelearme con mi hermana.
- No platicar durante mis clases.
- No chuparme el dedo.

## **6.8. El niño y la sorpresa**

*Objetivo: Que los niños descubran en sí mismos este sentimiento, lo practiquen y eviten generar sorpresas que provoquen sentimientos desagradables.*

Los niños recibieron un pastel que yo les hice y descubrieron que les proporcionó sentimientos de alegría.

Comprendieron que ellos también pueden generar sorpresas en los demás y establecieron un compromiso para tratar de sorprender positivamente y evitar hacerlo de forma negativa.

Prepararon una sorpresa para sus papás con el fin de observar cómo expresan los demás su alegría.

*Qué dicen ellos:*

*Grupo A*

*Facilitadora: ¿Quién ha recibido sorpresas?*

Eduardo: -Yo en mi cumpleaños.

Ana: -Cuando mi papá regresa de viaje y me trae cosas de otros países.

Pepe: -Cuando en mi fiesta me pusieron una discoteca y fue muy divertido.

Monse: -Cuando mi papá me trae un regalo.

Ángel: -Cuando voy a las fiestas patrias. ¡Viva México!

*Grupo B*

*Facilitadora: ¿Quién ha recibido sorpresas?*

Adriana: -Hace cuatro años tuve una fiesta sorpresa en Zacatlán.

Chelsea: -Cuando Carlos me pidió que fuera su novia. Y sientes que todas las ideas se te borran.

Mario: -Ayer se acostó mi hermano conmigo y amanecí todo mojado porque él se hizo del *one* en toda mi cama, ¡no manches!

Tito: -Cuando un día estaba dormido y cuando amanecí, ¡estaba en el suelo!

*También dicen:*

- Recuerdo que mi papá me regaló un videojuego y me sentí muy sorprendido.
- Cuando mi mamá invitó a mi abuelita al colegio a recogerme.
- De chica tuve una fiesta sorpresa.
- Voy a meterme en una caja para que mi mamá la abra y salto.
- Cuando me compran nueva ropa.
- Ir al concierto de mi grupo favorito.

## 6.9. El niño y la timidez

*Objetivo: Que los niños identifiquen esta emoción, la descubran en sí mismos y la canalicen adecuadamente.*

Leímos el cuento de *El patito feo* y resaltamos que el patito era tímido y se sentía menos que los otros patos.

Este sentimiento nos minimiza, nos resta valor frente a nosotros mismos, nos impide disfrutar, y nos aísla.

Nosotros nos podemos convertir en *patito feo* si somos tímidos, o en *cisne* si tenemos autoconfianza.

*Qué dicen ellos:*

*Grupo A*

*Facilitadora: ¿Cuándo se han sentido tímidos?*

Ángel: -Cuando llego a una fiesta y tengo que saludar.

Eduardo: -Cuando le doy beso a mis primas.

Monse: -Cuando se me cae mi lunch al suelo y me ven.

Ana: -Cuando me caigo y se ríen de mí.

Pepe: -Hablar con personas que apenas conocí.

*Grupo B*

*Facilitadora: ¿En que situaciones se han sentido tímidos?*

Adriana: -Tener que hablar en público y equivocarme.

Chelsea: -Presentarme con nuevos amigos.

Tito: -Cuando me invitan a una fiesta y no conozco al festejado.

Mario: -No saber nadar.

Reny: -Hablar enfrente de los demás.

Tito: -Que te suene la panza en el salón cuando todos están callados.

Chelsea: -Que te regañen enfrente de tus amigos.

Mario: -Decirle a mis amigos que tenía novia. Y cuando le dije a Alicia que si quería ser mi novia.

También dicen:

- Cuando hablo en público.
- Cuando estoy en casa de un amigo y tengo hambre y no le digo y me tengo que aguantar.
- Cuando se me salió la pipi en el salón.
- Cuando se me sale un sapo al hablar.
- Echarme un pun en clase y me acusen.
- Que me corten mucho el cabello.
- Saludar a mis amigas con la mano sudada.
- Meter un autogol.
- Cuando se me escurrió el moco en mi maqueta enfrente de todos.
- Estornudarle a alguien en la cara.
- Meterme al baño de niñas por error.

### **6.10. El niño y el miedo**

*Objetivo: Que los niños identifiquen esta emoción en sí mismos, aprendan a canalizarla adecuadamente y conozcan los niveles que puede alcanzar.*

Los niños platicaron de esta emoción: cómo se presenta, qué efectos produce, qué consecuencias puede tener, etc.

Supieron que el miedo también puede ser un guardián natural. Aprendieron que si dejamos que el miedo crezca se puede convertir en pánico o terror.

Se les invitó a que compartieran sus miedos con sus papás, con sus abuelitos, con su maestro o con una persona que los quiera para evitar que los haga sufrir.

Un niño que crece con miedo es inseguro, muy limitado, inestable, su salud es frágil. Es necesario que el niño aprenda a combatir y cancelar pensamientos miedosos y los sustituya por otros realistas.

El miedo tiene efectos: limita, paraliza, incomoda, daña la salud y también protege. Por eso estamos aprendiendo a identificarlo para saber cómo conducirnos frente a él.

Hay que hacerle sentir al niño que somos sus amigos, sus padres, y que estamos dispuestos a ayudarlo porque lo amamos.

*Qué dicen ellos:*

*Grupo A*

*Facilitadora: ¿A qué le tienen miedo?*

Ángel: -Me dan miedo los perros cuando me ladran en la calle.

Raúl: -Los insectos, más bien las arañas creo que me van a envenenar si me pican.

Ana: -No me gustan los payasos en las fiestas, me da miedo su disfraz.

Pepe: -Me dio mucho miedo cuando me volteó el mar en una tabla.

Monse: -En la noche dejo una luz prendida hasta que me duermo.

Eduardo: -Pienso que en la noche va a subirse a mi cama una víbora.

### *Grupo B*

*Facilitadora: ¿Qué les da miedo?*

Adriana: Me da miedo la oscuridad, pienso que viene el gato Cheshire de Alicia en el país de las maravillas y rápido me voy con mi mamá.

Chelsea: Cuando sueño con dinosaurios que me persiguen.

Reny: Creo que no me da miedo nada.

Mario: Casi no me da miedo nada porque Dios me protege.

*También dicen:*

- A las arañas.
- Cuando te duermes en otra casa.
- A las ballenas asesinas.
- A los disfraces de halloween.
- A los cocodrilos y tiburones.
- Meterme en la mansión de la llorona.
- Pisar un nido de serpientes.
- Me da miedo la miss Malena.
- El chillido de los murciélagos.
- Cuando mi mamá se enoja.
- Si se enoja mi amigo Andrés.
- Ver películas de grandes.
- Que mi hermana se esconde para asustarme.
- Cuando mi primo estuvo en el hospital.
- Tener exámenes.
- Que se vaya la luz.
- Ver en la tele que el tiburón se comió a la muchacha.

- Me da miedo no hacer amigos.
- Cambiarme de escuela.
- Caerme de los juegos.
- Tener pesadillas y despertarme creyendo que todavía estoy ahí.

### **6.11. El niño y la vergüenza**

*Objetivo: Que los niños identifiquen esta emoción en sí mismos y aprendan a combatirla proactivamente.*

La emoción que empaña y distorsiona la imagen que tiene el niño de sí mismo es la vergüenza. La mayoría de las veces, son sus mismos padres quienes más contribuyen a esto porque:

1. Lo ridiculizan frente a sus hermanos, amigos u otras personas.
2. Lo ridiculizan frente a sí mismo.
3. Lo critican constantemente.
4. Lo regañan y lo culpan.

La vergüenza muchas veces va acompañada de sentimientos de culpa, lo que propicia la baja autoestima de los niños que guardan estos sentimientos. Emitimos juicios incriminatorios, muchas veces porque estamos preocupados, frustrados, enojados, tristes, cansados o no pudimos dormir bien.

El niño amado se siente seguro de sí mismo, en tanto que el niño avergonzado y culpado vive rechazando su propia imagen.

*Qué dicen ellos:*

*Grupo A*

*Facilitadora: ¿Qué es la vergüenza?*

Monse: -Yo tengo pena cuando hablo con mi novio. También saludar a mis tíos. Cuando le golpeas a alguien y luego le tienes que pedir perdón.

Ángel: -A mí me da vergüenza cuando tengo que saludar a mis tíos. Me da pena dar regalos a mis amigos en sus fiestas. También conocer nuevos amigos.

Eduardo: -Me da vergüenza cuando estoy enfrente de mi novia y tengo ganas de echarme una pluma.

Ana: -Me da vergüenza cuando me regañan y me porto mal y me mandan a mi cuarto y me siento arrepentida y tengo que bajar las escaleras para pedirles que me perdonen.

Pepe: -No me da vergüenza nada.

*Grupo B*

*Facilitadora: ¿Qué es la vergüenza?*

Adriana: -Es cuando no quieres que nadie te vea.

Chelsea: -A mí me dio vergüenza que la miss me regañó enfrente de todos los del salón.

Mario: -Yo sentí vergüenza cuando le pedí a Ingrid que fuera mi novia. Y me quedé parado enfrente de ella sin decir nada.

Adriana: -Yo no he tenido momentos apenados.

Tito: -El día de hoy tuve mucha vergüenza porque me iba a despedir del papá de Alberto y cuando le iba a dar el beso, que estornudo encima de él. Y mi mamá grita ¡qué pena! (todos reímos).

Adriana: -Bueno si he tenido pena, cuando tuve que decir una poesía enfrente de todos en la escuela. ¡Me moría de vergüenza!

*También dicen:*

- Mentirle a mi mamá.
- Pegarle a mi hermanito.
- Hablar mal de mi amiga y que se entere.

- Esconderle sus cosas a mi compañero y engañarlo.
- Copiarle las respuestas a mi compañera y que me vea la maestra.
- Que se te caiga el refresco y te quede manchado el pantalón.
- Cuando me preguntan quién es mi novio.
- Cuando me saqué siete en disciplina porque me porté mal.
- Cuando me quité el suéter y sin querer me saqué la playera.

## Capítulo 6

### 7. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Se presenta el análisis de los resultados con base en el instrumento de evaluación de actitudes que propone Sefchovich (Anexo 2).

#### *Participación activa*

En lo que se refiere a nivel de actividad el grupo A, el 98% mostró interés y participación activa. En el grupo B el 100% tuvieron participación activa.

#### *Trabajo en parejas*

En el grupo A, el 95% de los niños de ambos grupos trabajó sin problemas en parejas, triadas y gran grupo. Sin embargo, durante las primeras cinco sesiones fue para algunos parte del proceso de integración presentando cierta dificultad para relacionarse con personas desconocidas.

En el grupo B, 96% trabajó cordialmente en las actividades por parejas. Había un integrante con el que no querían formar pareja en un principio.

#### *Propuesta de ideas*

En el grupo A durante las primeras cinco sesiones el 60% de los niños no aportó ninguna idea. A partir de la sexta sesión todos aportaron sugerencias al programa. Es notable que les generaba ansiedad el hecho de que tenían que decidir qué hacer en clase, esperaban que les diera una instrucción definida. Al entender la dinámica de libre expresión se soltaron de manera espontánea y creativa.

En el grupo B se mantuvieron con tendencia a proponer ideas constantemente. Es notable que respondían positivamente a las sugerencias de alguien más. En general todos participaron muy creativamente.

### *Se apegaron al material*

En el grupo A, el 100% respondió positivamente al material que se les presentaba. Cabe mencionar que los dos niños más pequeños se vieron poco interesados en las primeras sesiones, pero después de la sexta sesión fue de su total agrado en ambos.

El grupo B mantuvo una constante en el gusto del material. Sin embargo durante todo el proceso fue un reto para mí el presentar material que les interesara.

### *Tuvieron agrado*

En ambos grupos el 100% llegada y iba muy contento.

### *En la relajación*

El 90% de los niños del grupo A podía atender al periodo de relajación que generalmente era a mitad de la clase. Procuraba realizar actividades de descarga de agresión al inicio antes de llegar a la relajación.

En el grupo B era un poco más difícil lograr que llegaran a un estado de relajación, por lo que durante el transcurso del proceso hubo momentos en que tenía que continuar por periodos más largos la actividad intensa.

### *Participación en el círculo mágico*

El 100% de los niños de ambos grupos tenía especial gusto por esta sección de la sesión. Tenía que turnar muchas veces la palabra ya que todos tenían muchas cosas interesantes que platicar. En un principio la duración del círculo mágico era de tan sólo 10 minutos, de la mitad al final del proceso podíamos haber estado hasta 30 minutos.

### *Nivel de Concentración*

Cabe destacar que por la estructura misma del programa, los niños de ambos grupos ponían toda su atención en las dinámicas que les resultaban agradables y novedosas.

## **7.1. Examen final de identificación de emociones**

Durante la penúltima sesión del taller les apliqué un examen que consistía en la identificación visual de las emociones que estudiamos durante el proceso. Los resultados fueron los siguientes:

En el grupo A las emociones que todos identificaron correctamente fueron: miedo, tristeza, sorpresa, alegría, amor, ira y vergüenza.

Las emociones que le costó más trabajo identificar al 60% fueron: comprensión, envidia, entusiasmo, disgusto y timidez.

Solamente el 40% obtuvo todos los resultados correctos. Estos casos son de las niñas de este grupo.

En el grupo B, al 40% de los niños le costó trabajo identificar las emociones de: ira, envidia, vergüenza, entusiasmo.

El otro 40% no identificó las emociones de: disgusto y entusiasmo.

Y el 20% pudo identificar todas las emociones correctamente.

## 7.2. Concentrado de evaluación individual mensual de actitudes y habilidades.

(Ver Anexo 4)

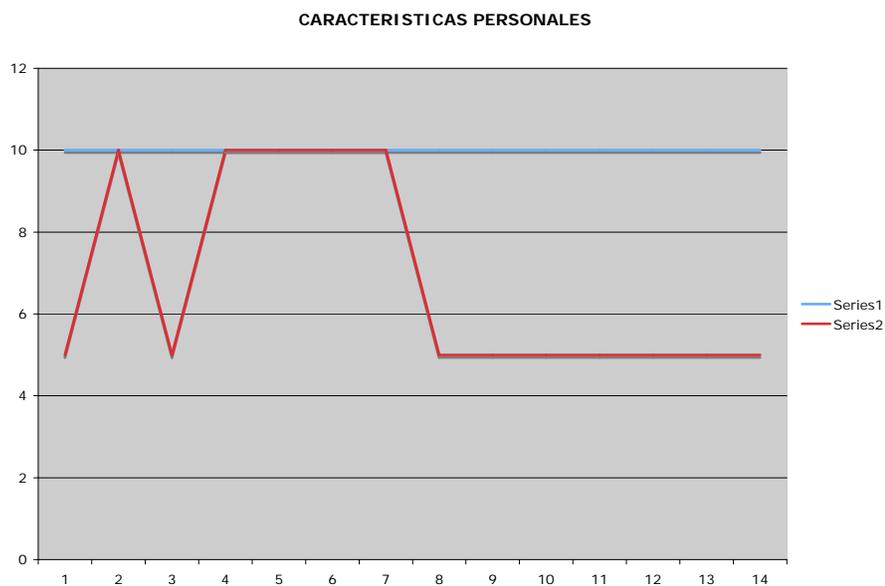
### GRUPO B

Comparativo entre padres y facilitador en el último mes del taller.

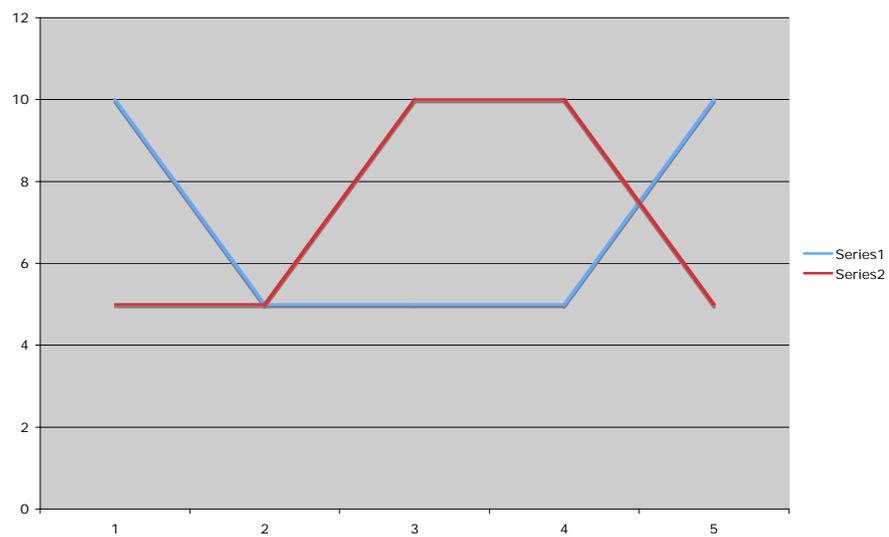
Línea azul: padres En donde: 10= siempre 5= a veces 0= nunca

Línea roja: facilitador

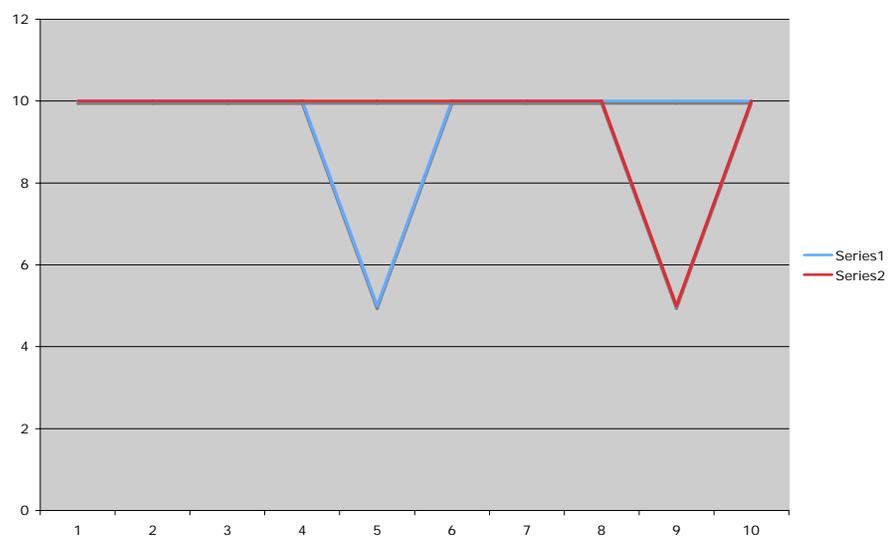
RENY

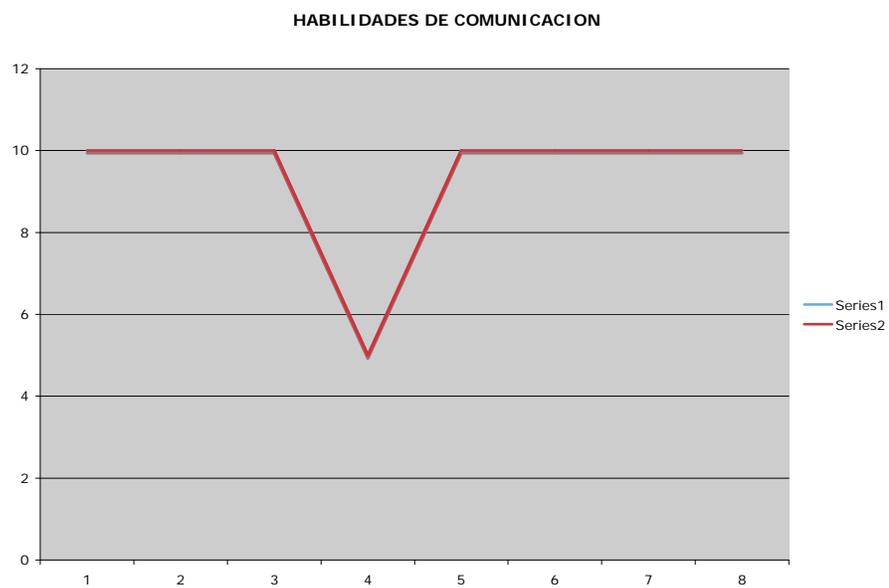


## RESPONSABILIDAD



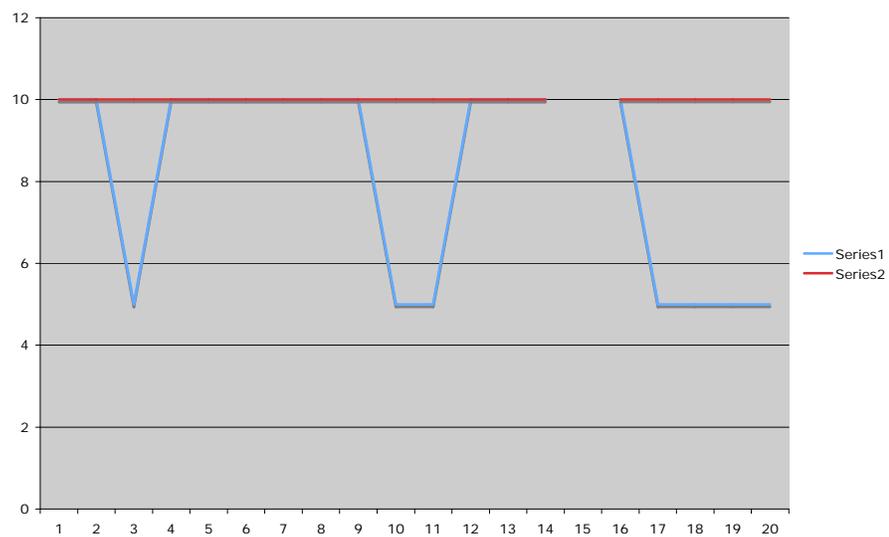
## RELACIONES INTERPERSONALES



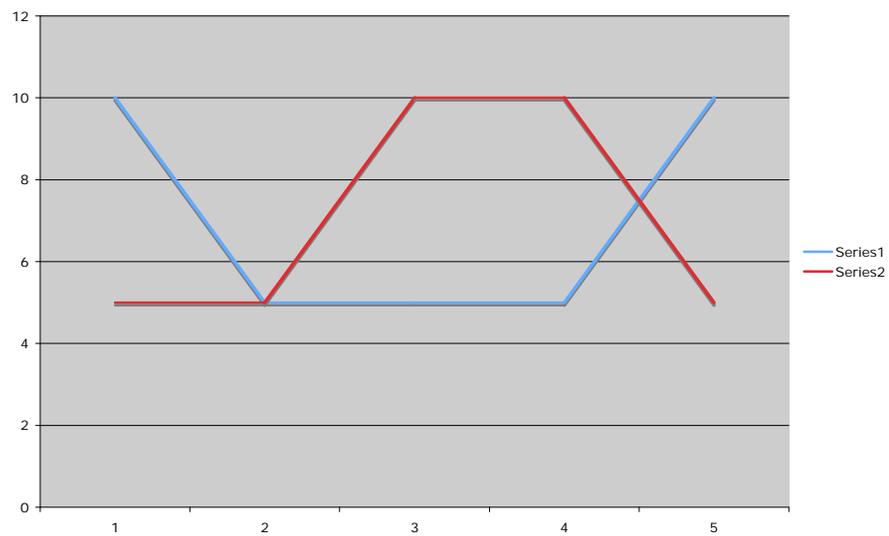


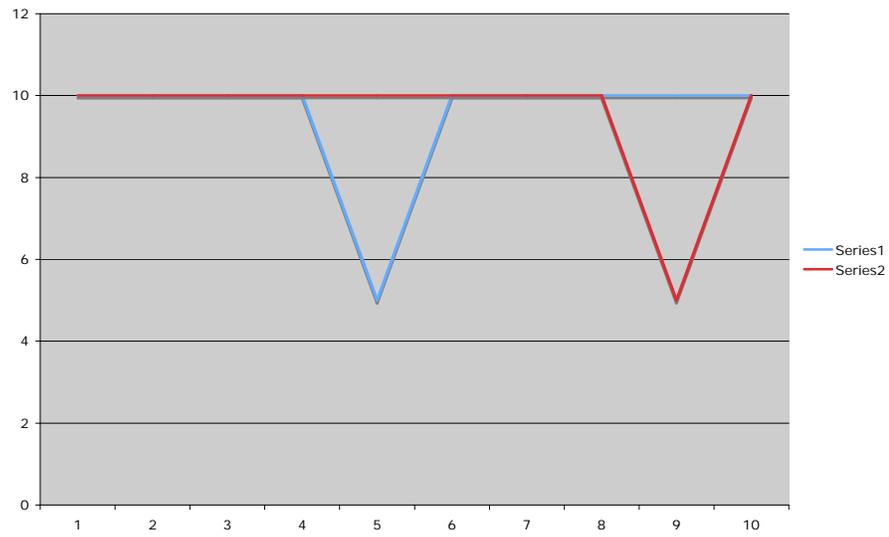
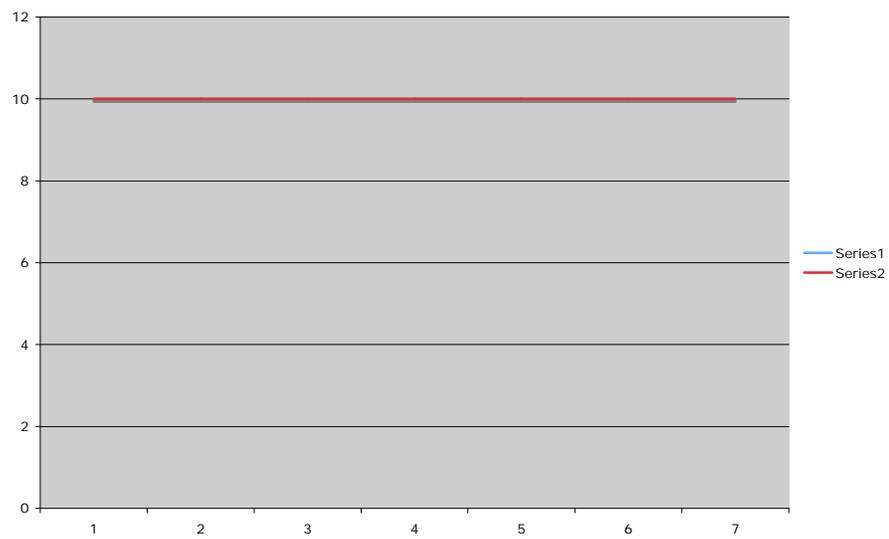
MARIO

## CARACTERISTICAS PERSONALES



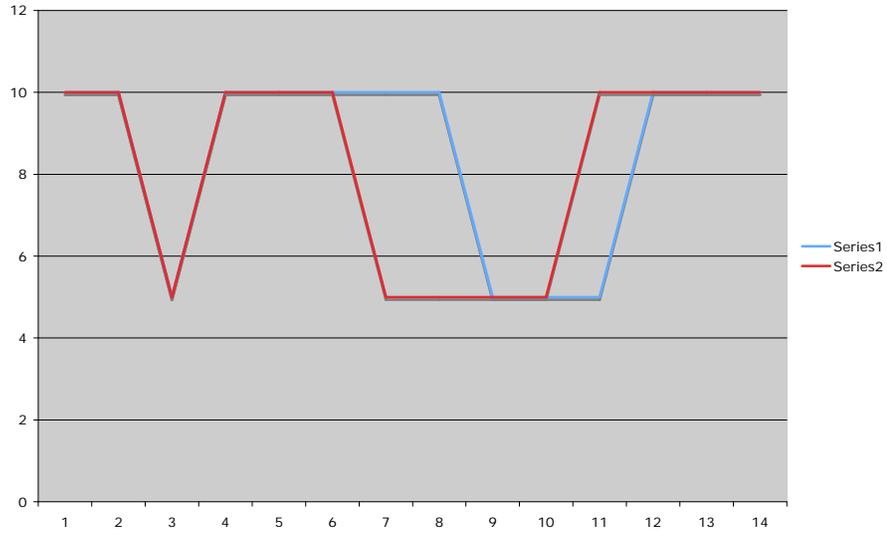
## RESPONSABILIDAD



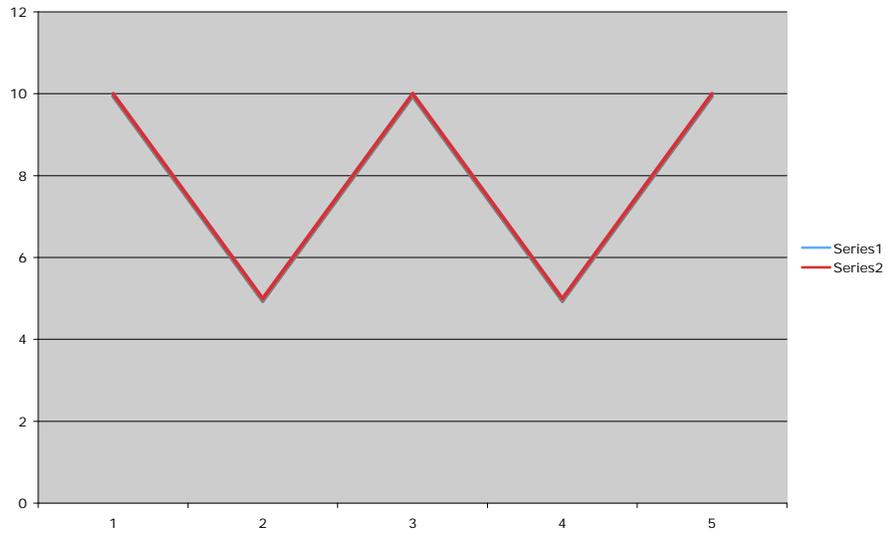
**RELACIONES INTERPERSONALES****HABILIDADES DE COMUNICACION**

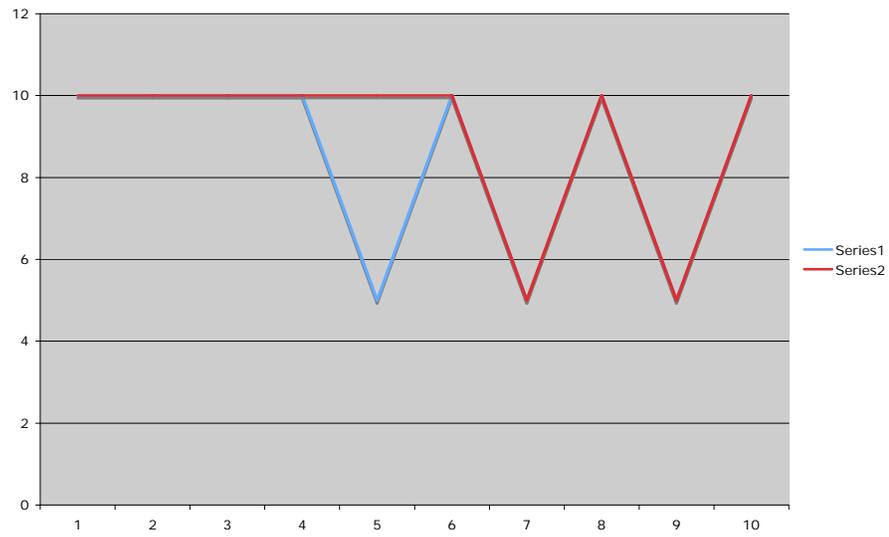
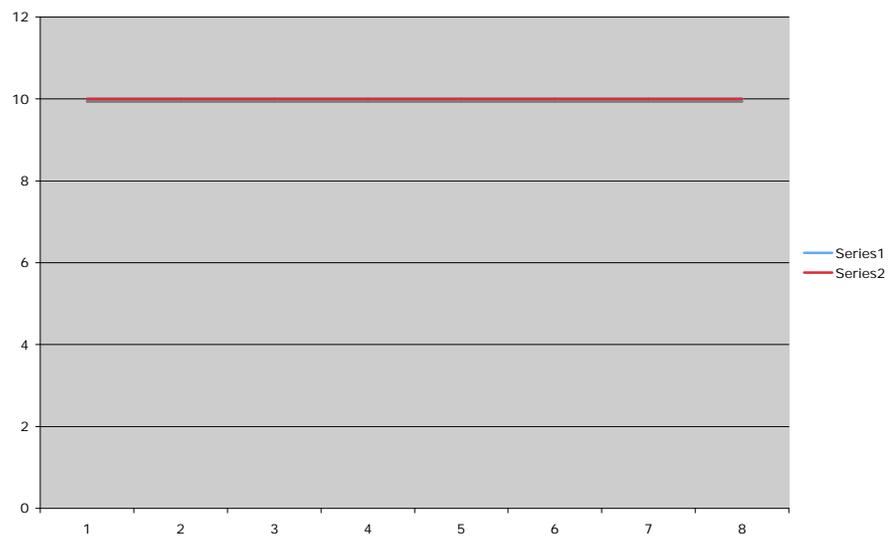
TITO

CARACTERISTICAS PERSONALES



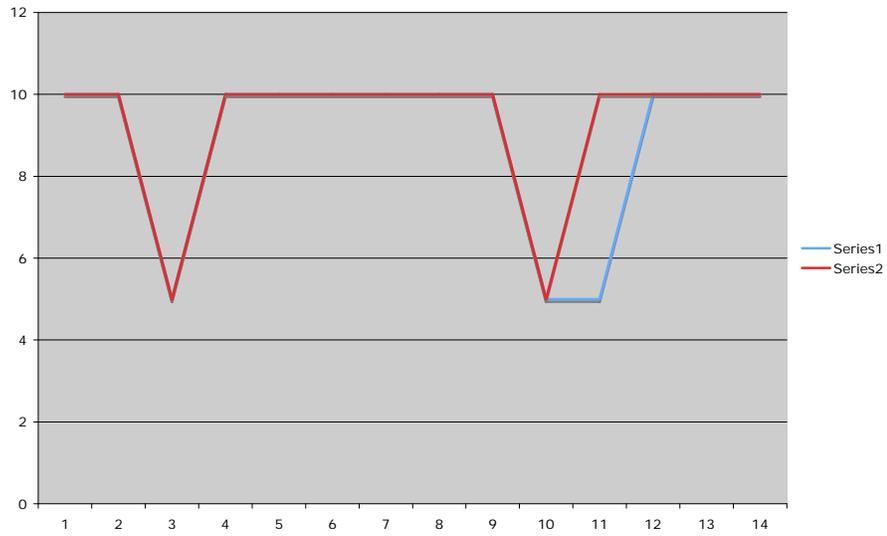
RESPONSABILIDAD



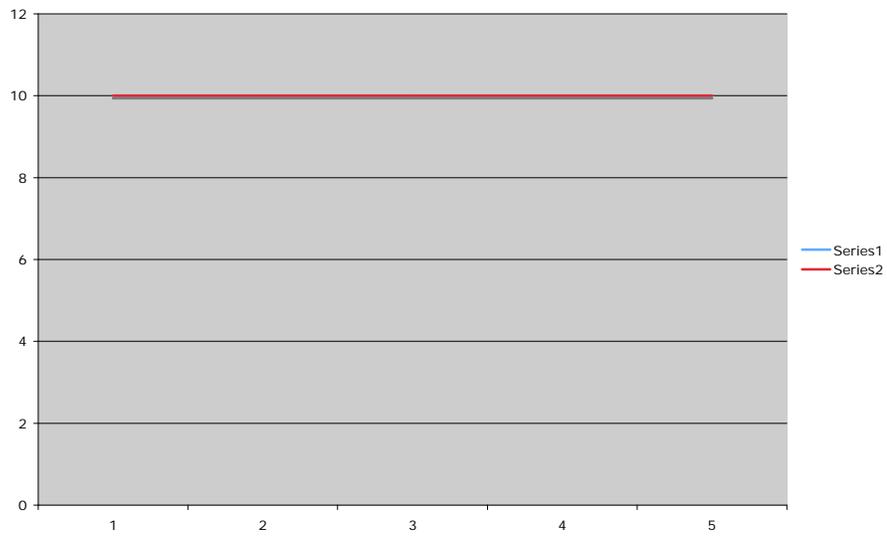
**RELACIONES INTERPERSONALES****HABILIDADES DE COMUNICACION**

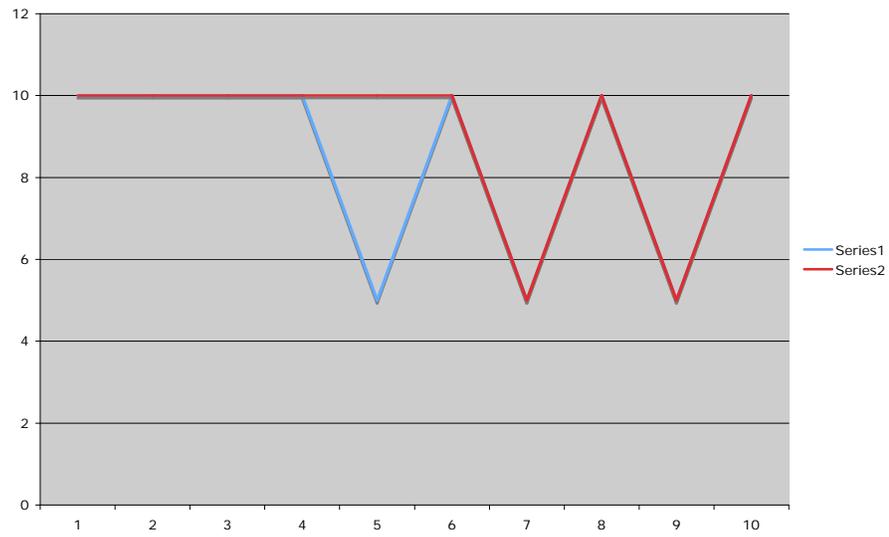
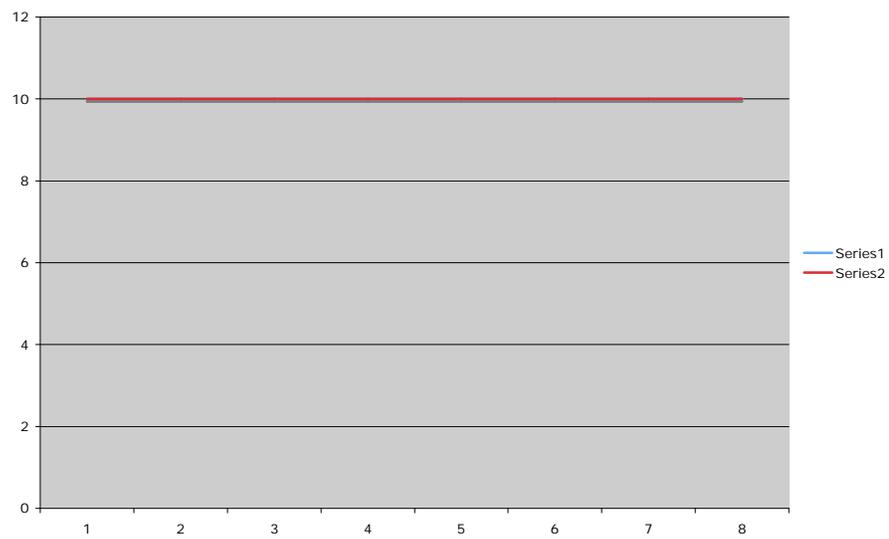
ADRIANA

CARACTERISTICAS PERSONALES



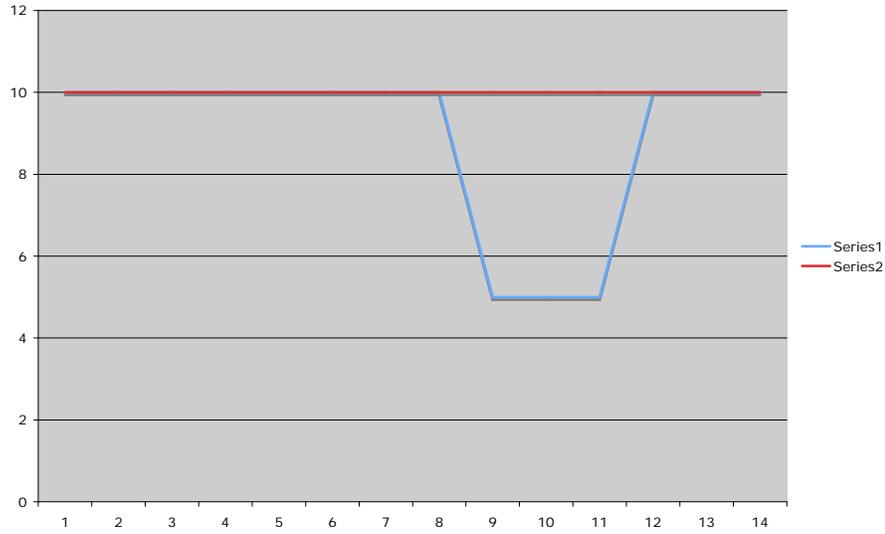
RESPONSABILIDAD



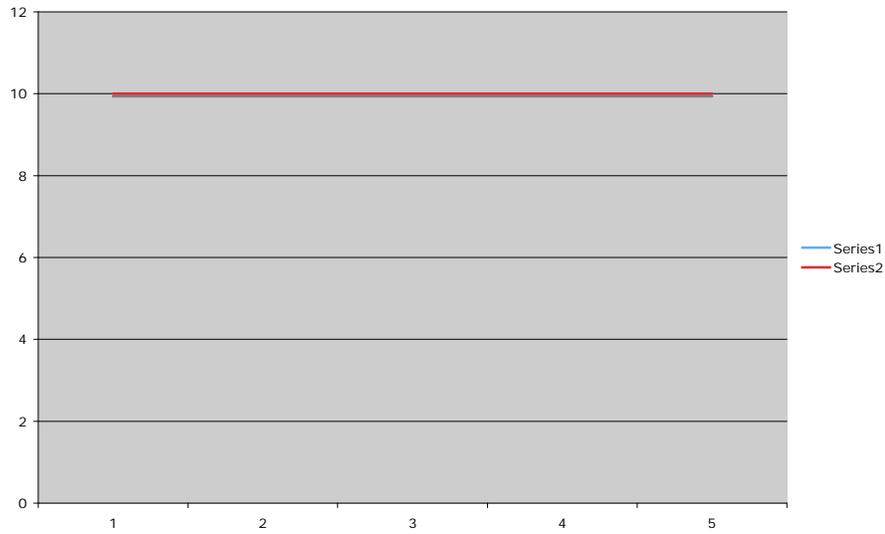
**RELACIONES INTERPERSONALES****HABILIDADES DE COMUNICACION**

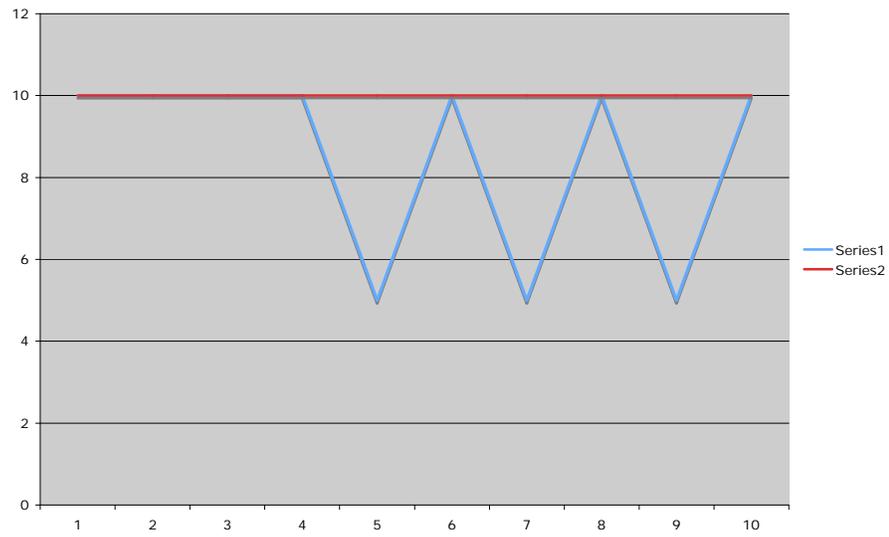
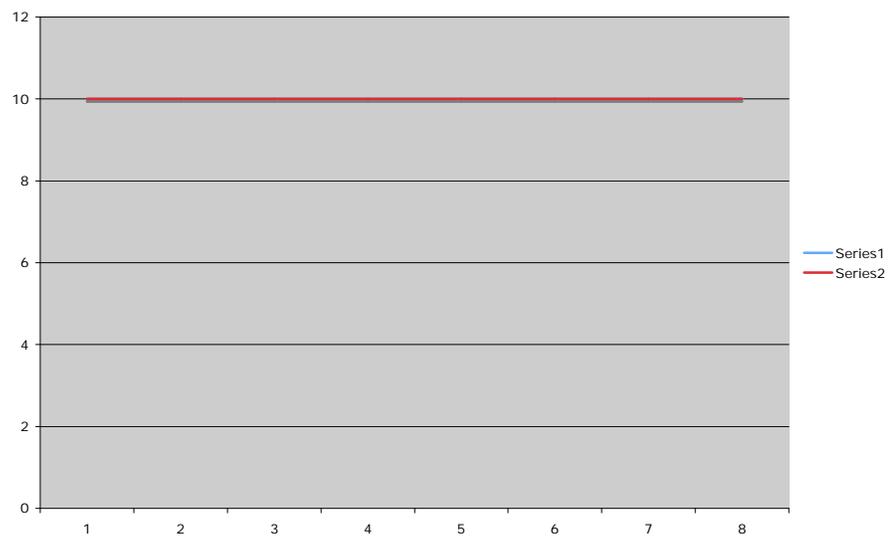
# CHELSEA

### CARACTERISTICAS PERSONALES



### RESPONSABILIDAD



**RELACIONES INTERPERSONALES****HABILIDADES DE COMUNICACION**

## EVALUACIONES INDIVIDUALES

## GRUPO A

**SESIÓN 1****10 DE NOVIEMBRE**

## PEPE

Actitud de entusiasmo al llegar a clase. Después de un rato se empezó a aislar. A veces siguió las instrucciones, en otras estuvo jugando a otra cosa. Siguió jugando solo.

## ANA

Actitud de entusiasmo al llegar a clase. Sí respondió a las instrucciones. Trabajó sola y en pareja sin ningún problema. Muy dinámica, aportó la idea de bailar. Muy creativa y entusiasta.

## ÁNGEL

Actitud de entusiasmo al llegar a clase combinada con cierto temor. Sigue instrucciones por un lapso, luego se cansa y deja de atender y se pone a jugar con otras cosas. Trabaja bien solo y en pareja.

## RAÚL

Excesiva agresividad, no atiende a las instrucciones, destructor y golpeó a todos sus compañeros. Incontrolable. Respeta muy poco su trabajo.

MONSE

Actitud de entusiasmo al llegar a clase. Sí respondió a las instrucciones. Trabajó sola y en pareja sin ningún problema. Muy dinámica, aportó la idea de bailar. Muy creativa y entusiasta.

EDUARDO

Actitud de entusiasmo al llegar a clase. Es inquieto y a veces no atiende las instrucciones. Copia malos ejemplos. Grita y no se sabe relajar.

## EVALUACIONES INDIVIDUALES

### GRUPO B

#### **SESIÓN 1**

**10 DE NOVIEMBRE**

#### **PRE-TEST**

CHELSEA

Actitud de entusiasmo al llegar a clase. Sí respondió a las instrucciones. Trabajó sola y en pareja sin ningún problema. Es un poco tímida al trabajar con mímica. Es sensible.

ADRIANA

Actitud de entusiasmo al llegar a clase. Sí respondió a las instrucciones. Trabajó sola y en pareja sin ningún problema. Es segura de sí misma, dice lo que piensa. Supo identificar la música, es sensible.

**MARIO**

Actitud de entusiasmo al llegar a clase. Es de carácter un poco tímido. Sí respondió a las instrucciones. Trabajó solo y en pareja sin ningún problema.

**TITO**

Actitud de entusiasmo al llegar a clase. Sí respondió a las instrucciones. Es un poco inquieto lo que le hace a veces no responder a las instrucciones que se le dan. Sí respondió a las instrucciones. Trabajó solo y en pareja sin ningún problema. Es seguro de sí mismo, dice lo que piensa.

**RENY**

Muy tímida. Poco participativa. Percibo que se siente fuera de lugar y recibe poca aceptación de sus compañeros. No expresa verbalmente nada de sus sentimientos.

**FACILITADORA**

Sentí descontrol, un poco de ansiedad y por un momento me sentí perdida en el grupo A. Mucho se debió a que no los conocía y que de Álvaro me perturbaba su conducta incontrolada. Sugiero hablar con su mamá y sacarlo del grupo. Por otro lado, Eduardo, no me está obedeciendo y lo atribuyo a que se confía. Si no hace caso tendré que sacarlo del grupo para que no afecte el comportamiento de los demás.

En cuanto al grupo B, me sentí mucho más tranquila y fluí con ellos con bastante más control de mí.

**7.3. Registro del proceso individual de los niños del taller de expresión corporal**

**GRUPO A****PEPE**

## NOVIEMBRE-DICIEMBRE

Se aísla.

No le gusta trabajar en grupo o parejas.

Pierde el interés por la clase.

A veces habla de su enojo y de las peleas con su hermano.

No le gusta integrarse en el círculo mágico.

Prefiere pasar desapercibido.

Sensible y cariñoso.

Busca el apapacho.

## ENERO

Le gusta trabajar en grupo o parejas.

Muestra interés por la clase.

Habla de sus emociones.

Le gusta integrarse en el círculo mágico.

Trabajó muy bien para este segundo periodo del taller.

Periodo del taller.

¡Felicidades!

**FEBRERO**

Manifiesta estar completamente integrado al grupo.

Participa activamente.

Muestra interés por las actividades.

Descubre sus emociones.

**MARZO**

Habla con mucha facilidad de sus emociones.

Se siente un poco triste porque se termina pronto el taller.

Participa muy activamente con sus compañeros.

Le gustan los juegos de concentración.

No pudo asistir con su mamá a la clase final.

**MONSE****NOVIEMBRE-DICIEMBRE**

Sensible, creativa, entusiasta.

Conciente de sus emociones.

Explora sus emociones con interés.

Gusto por el movimiento corporal.

Mucha imaginación.

A veces se siente triste.

Habla del amor hacia su mamá.

Protectora.

## ENERO

Sensible, creativa, entusiasta.

Le gusta la disciplina, seguir órdenes y mandar.

Explora sus emociones con interés.

Desarrolla progresivamente el movimiento corporal.

Desarrolla su creatividad.

Trabaja en casa reforzando su capacidad de resolución de problemas.

## FEBRERO

Excelente su trabajo en el cuaderno.

Dedicación y empeño.

Interés por las actividades.

Se muestra en sus emociones.

¡Felicidades!

## MARZO

Alcanza un nivel muy bueno al hablar de sus emociones.

Se muestra contenta y segura de sí misma.

Está triste porque termina el taller.

Participó muy contenta en la clase con su mamá.

Habló de sus emociones enfrente de todos los papás y compañeros.

Muy entusiasta.

ANA

## NOVIEMBRE-DICIEMBRE

Sensible, creativa, entusiasta.

Le gusta la disciplina, seguir órdenes y mandar.

Explora sus emociones con interés.

Gusto por el movimiento corporal.

Mucha imaginación.

Buena autoestima.

Habla del amor hacia su mamá.

Sentido de amor fraternal.

## ENERO

Es una niña con muchas cualidades.

En esta segunda etapa del taller.

Muestra mucho interés y su expresión corporal cada vez va siendo más completa.

Muy comprometida con los objetivos de cada sesión.

Manejo de un buen nivel de autoconocimiento.

¡Muchas felicidades!

## FEBRERO

Excelente su trabajo en el cuaderno.

Gusto por la clase.

Explora emociones no reconocidas.

Entusiasmo.

A veces un poco seria.

¡Muchas felicidades!

## MARZO

Muestra su entusiasmo por la clase.

Conoce más de sus emociones.

Identifica las diferentes emociones en su vida.

Muy contenta comparte la clase con su mamá.

Habla con toda seguridad de sus emociones enfrente de su mamá y el grupo.

Se va muy agradecida.

## ÁNGEL

### NOVIEMBRE-DICIEMBRE

Sensible, cariñoso, apapachador.

Busca incesantemente la aceptación, la caricia, el reforzador.

Necesita mucha presencia de mamá.

Necesita amor y escucha sin caer en la sobreprotección.

Es tierno, amable y con mucha energía.

Hay que ayudarlo a su autoestima, es valioso por sí mismo y no por lo que los demás hagan por él.

Está en proceso de crisis y no lo entiende.

Ayudarlo a crecer y desarrollarse sin apego e independiente.

### ENERO

Muestra más independencia emocional.

Tiene interés al segundo periodo del taller.

Activo, divertido, amable y cariñoso.

Manejo adecuado de su cuerpo.

Explora activamente sus emociones.

Reforzar en casa su autonomía.

¡Felicidades!

### FEBRERO

Mucho más tranquilo.

Dedicado y divertido.

Muestra más autonomía.

Se siente aceptado por el grupo.

No busca el reconocimiento sino su propia satisfacción personal.

Excelente su trabajo en el cuaderno.

¡Muchas Felicidades!

## MARZO

Contentísimo comparte la clase con su mamá.

Le muestra lo que ha aprendido.

Se expresa de sus emociones con mucho entusiasmo.

Lleno de alegría y con un poco de tristeza se despide en la última clase.

## EDUARDO

## NOVIEMBRE-DICIEMBRE

Demasiado activo.

Sigue las instrucciones pero si se molesta se va.

Aprehensivo si no le hacen caso y se siente muy triste y luego enojado.

No hace mucho caso.

Poca tolerancia a la frustración.

Se confía de que soy su mamá.

## ENERO

Demasiado activo.

Mucho más participativo en este segundo periodo.

Dispuesto al manejo de la expresión corporal.

Poco interés en explorar sus emociones.

Sigue hablando de caca y sapos.

Le cuesta trabajo relajarse.

## FEBRERO

Sigue muy activo, pero sí logra hacer las actividades.

A veces le cuesta seguir las indicaciones porque se distrae.

Le gusta jugar pesado con los otros niños.

Es líder y dirige la actividad libre la mayoría de las veces.

Le gusta el trabajo donde pueda expresar su creatividad.

¡Felicidades!

## MARZO

Eduardo muestra su liderazgo ante el grupo.

Se muestra con mucho entusiasmo en clase.

Trabaja en equipo amistosamente.

Muy contento de hacer la clase conmigo.

Habla de sus sentimientos con mayor profundidad.

Triste porque se acaba el taller.

### RAÚL

#### NOVIEMBRE-DICIEMBRE

Le cuesta trabajo poner atención a las dinámicas.

Prefiere descarga de agresión y mucha actividad.

Le cuesta trabajo las actividades que requieran calma y permanecer algún tiempo sentado.

Habla poco de sus emociones.

Mucha imaginación.

Gran energía.

Expresa ternura.

Deseos de ser apapachado constantemente.

#### ENERO

Se siente más seguro en el grupo.

Se expresa adecuadamente de forma verbal.

Avances en su expresión corporal.

Habla mucho más de sus emociones.

Es notable su expresión gráfica.

Muestra interés y gusto de pertenecer al taller.

¡Muy buen avance!

## FEBRERO

Se siente integrado al grupo.

Demuestra menos necesidad de llamar la atención de los demás.

Le gusta el juego muy activo.

Está interesado por las actividades.

Sigue mejor las instrucciones.

¡Felicidades!

## MARZO

Muy entusiasta en clases.

Trabaja contento aunque a veces exagera en su emotividad.

Se siente querido por mí y sus compañeros.

Se comporta tranquilo al hacer la clase con su mamá.

Dice: Aquí me siento ¡LIBRE!

**GRUPO B****CHELSEA**

## NOVIEMBRE-DICIEMBRE

Es creativa, un poco tímida.

Maneja su agresión moderadamente.

Pelea con los niños, pega.

Obedece las instrucciones.

Es dulce y sensible.

Aprovecha para ventilar sus enojos hacia mí.

## ENERO

Muy gustosa de pertenecer al taller.

Manejo de la creatividad bueno.

Expresión de sentimientos medio.

Muestra interés por las sesiones.

Trabaja muy bien.

## FEBRERO

La imaginación y la creatividad se le da espontáneamente.

Muestra interés en las actividades.

Sigue indicaciones.

Controla sus impulsos de pegar.

Sigue un poco tímida al expresar sus emociones.

¡Muy bien!

MARZO

Muy acertadas las experiencias que cuenta como ejemplos de las emociones.

Controlada en sus expresiones creativas.

Mucha sensibilidad.

Amable y tierna conmigo y sus compañeros.

**ADRIANA**

NOVIEMBRE-DICIEMBRE

Es un poco agresiva, golpea si la molestan los niños.

Descarga agresión moderadamente.

Conoce sus emociones.

Es creativa y amable.

Le gusta inventar historias.

Muestra sensibilidad hacia la música.

ENERO

Tiene interés en el segundo periodo del taller.

Avances en su expresión corporal.

El manejo de sentimientos cada vez es mas profundo.

Ha disminuido el manejo de su agresión.

Se ve más controlada y gustosa.

Se siente cómoda interpretando papeles de *mala*. Esto es adecuado para sacar sentimientos agresivos.

## FEBRERO

Controla mucho mejor la agresión verbal hacia sus compañeros.

Completamente integrada al grupo.

Ingeniosas participaciones libres.

Explora con más ejemplos de su vida sus emociones.

Propone mejores formas de comunicación.

¡Muchas felicidades!

**MARZO**

En la clase con su mamá se muestra muy apenada.

No quiere jugar con ella.

No expresa sus sentimientos hasta la mitad de la clase.

Se esconde de su mamá.

Se molesta de que su mamá la censura casi todo el tiempo.

**TITO****NOVIEMBRE-DICIEMBRE**

Está siempre dispuesto.

De buen humor, creativo.

Sigue instrucciones.

Se acepta como es.

Buena autoestima.

Travieso y un poco pegón.

Muy importante su mamá.

**ENERO**

Explora mucho más sus sentimientos.

Completamente adaptado al taller.

Muestra interés activo por el nuevo material.

Hay que seguir trabajando en su expresión corporal y gráfica.

Expresa sentimientos muy nobles.

## FEBRERO

Dedicado y participativo.

Creativo y propone ideas originales.

Adaptado y complaciente con sus compañeras.

Gusto por los momentos de relajación.

Expresa con mayor profundidad sus emociones.

¡Muchas felicidades!

## MARZO

Asiste muy contento con su mamá a la clase final.

Le da mucha pena jugar con ella.

Cuando habla de sus emociones su mamá lo desaprueba y lo calla.

Se siente inseguro y prefiere no decir casi nada.

Su abuela lo etiqueta todo el tiempo y él se inhibe.

Con mucho trabajo sobrevive a la clase.

**MARIO**

## NOVIEMBRE-DICIEMBRE

Muy sensible, artista, creativo.

Un poco tímido, se le dificulta hablar de sus emociones.

Maneja la agresividad moderadamente.

Habla de su resentimiento hacia su hermano menor.

A veces se siente culpable por sentir mucho enojo.

Capaz de realizar muy bien sus tareas.

No tiene problema en el manejo de su cuerpo.

## ENERO

Tiene mucho interés en el programa nuevo.

Explora con gran sensibilidad sus sentimientos.

La expresión corporal se va desarrollando cada vez más.

La expresión gráfica es importante.

De sentimientos muy nobles.

Reforzar su autoestima.

## FEBRERO

Sobresaliente control para inducirlo a la relajación.

Gusto por lo profundo del sentimiento.

Sensibilidad y creatividad.

Refuerza su autoestima.

Dice lo que quiere y lo tiene claro.

Valora su familia, sobre todo a su hermano.

¡Muchas felicidades!

## MARZO

Muy accesible y cariñoso al aprender el cuento de la tortuguita.

Con mayor seguridad habla de sus sentimientos.

Muy compasivo y preocupado por los demás.

Expresa tristeza al saber que el taller se va a terminar.

No pudo asistir a la última clase.

## RENY

## NOVIEMBRE-DICIEMBRE

Muy sensible.

Se le dificulta hablar de sus emociones.

Creativa, mucha imaginación.

Maneja la agresividad moderadamente.

Muestra timidez al expresarse.

Reforzar autoestima.

Capaz de realizar muy bien sus tareas.

No tiene problema en el manejo de su cuerpo.

## ENERO

Sorprendente desenvolvimiento.

Manejo adecuado de su cuerpo.

Explora sentimientos profundos.

Mayor soltura para expresarse.

Integrada al taller.

Reforzar autoestima.

¡Muchas felicidades!

## FEBRERO

Desenvuelta al realizar las actividades.

Habla un poco más de sus emociones.

Se siente integrada al grupo.

## MARZO

Este mes se muestra muy retraída e insegura.

No se expresa en el círculo mágico.

Las dinámicas manuales las hace muy bien. Sin embargo lo que parecía haberse logrado unos meses atrás parece que no ha dado frutos. Le comenta a mi hija que tiene problemas. A mí no me lo cuenta y su mamá en la entrevista sólo menciona que con su papá tiene dificultades. Él

es agresivo en su forma de relacionarse con Renata. Estuvo haciendo su tarea una tarde y casi la terminó en una hora. Menciona que su mamá hace muchas cosas antes de llegar a casa después de la escuela y es por eso que ella está cansada y ya no quiere hacer más.

Su mamá la censura y desaprueba a todo lo que dice en la clase pública y se siente defraudada por el taller. No se imaginaba que su hija se expresara no muy positivamente de su familia ni de su casa. Su mamá coopera poco en las dinámicas y se le ve decepcionada de su hija. Ella lo resiente y se cierra mucho más en las dinámicas.

## Capítulo 7

### 8. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Tras los análisis realizados, y atendiendo a los objetivos propuestos en este estudio de caso, se pueden llegar a las siguientes conclusiones: en primer lugar, uno de los objetivos se dirigía hacia el análisis de la comprensión infantil de emociones a través de la expresión corporal. En este sentido, podemos comprobar cómo la comprensión de las emociones de miedo, tristeza, amor e ira, se produce de forma adecuada hacia los 5 años de edad. A la edad de los 8 años se da la comprensión de emociones más complejas como la envidia, el disgusto, la vergüenza, la timidez y la sorpresa, cuyo desarrollo se irá completando en años posteriores. Por lo tanto, una secuencia lógica de adquisición de emociones es la siguiente: emociones básicas como el miedo, la alegría, la ira y la tristeza y las emociones paradójicas (con elementos contradictorios) como la vergüenza, la timidez, la culpa, el remordimiento.

A este respecto se puede observar en los resultados de este estudio cómo los niños de 5 años, a pesar de tener aún muchas dificultades a la hora de explicar y conceptualizar las emociones paradójicas, muestran una mayor comprensión de la moraleja del cuento, es decir, del daño moral causado por el personaje del cuento, p.ej. el de la tortuguita, a partir de la falta de control de la ira. Este sería un medio que ayude a una mayor comprensión de las emociones paradójicas, y podría iniciar el proceso gradual en el que el niño conforme su conceptualización de la emoción correspondiente y sea capaz de explicarla a través de el juego simbólico, facilitando la exploración interna.

El objetivo de este estudio también se orientaba hacia la relación existente entre el desarrollo del autoconocimiento y la expresión corporal. Inicialmente el niño fue formando su sentido de autoaceptación a través de darse cuenta de su aspecto físico y de experimentar lo que es capaz de hacer con su cuerpo.

Se observó que a medida que el niño se fue aceptando tal como es físicamente, fue más sencillo entrar al campo de la expresión verbal de las emociones y lograr integrar el cuerpo y la emoción. Se observó que a partir de la quinta sesión la participación de los niños fue muy productiva en parejas o en triadas.

Se demostró que se necesita de un espacio cálido y seguro en el que el niño pueda expresar emociones genuinas y crecer íntegramente. Crear este ambiente se llevó alrededor de seis sesiones hasta que la mayoría se sintió cómodo para hablar de sus experiencias y para aportar ideas novedosas respecto de las dinámicas sugeridas. En ese sentido, las dinámicas eran escogidas y desarrolladas por ellos, de acuerdo a su propio ritmo, manteniéndose el facilitador como observador del proceso individual de cada uno. Esto trajo en un principio cierto desconcierto en la mayoría, lo cual comprueba que la estructura tradicional de enseñanza presenta limitaciones del desarrollo de habilidades creativas, expresivas, de poca espontaneidad y libertad.

Otro de los objetivos era lograr que el niño explorara y controlara sus emociones, esto se aprecia a través de que el proceso del niño fue creciendo, mostrando una actitud segura de sí mismo y respetando la opinión de sus compañeros. En la mayoría se observó un cambio en mejores notas escolares, sobre todo en la evaluación de la conducta.

El mantener en contacto directo a los padres a través de las sesiones mensuales, logró ayudar al sistema familiar a comunicarse de mejor manera, de abrirse a la experiencia al hablar de sus emociones sin miedo a ser enjuiciados o reprimidos. Se comprueba que el proceso de desarrollo humano para niños debe ser sistémico, en el sentido de que cada uno de los integrantes de la familia debe estar enterado de las nuevas habilidades que el niño está aprendiendo para poderlas reforzar y continuar hasta que sean asimiladas en cada uno de ellos como propias.

Así mismo, se demuestra que más allá de estas habilidades y actitudes, existen ingredientes primordiales para el desarrollo sano de la persona que son, el amor, la alegría y el entusiasmo.

## RECOMENDACIONES

Se recomienda que este proceso de autoconocimiento dure por lo menos 6 meses y que sean involucrados los padres y los maestros. Esta integración cubriría las esferas de interacción en las que participa el niño y propiciaría una asimilación más profunda de los descubrimientos de su potencial interno, así como su desarrollo y fortalecimiento.

Este programa necesita más dinámicas de juego simbólico que ayude a los niños de 5 años a poder comprender las emociones paradójicas, en las que se involucre la moral. En cuanto al programa de los niños de 8 años se sugiere que las dinámicas de improvisación sean más frecuentes y de mayor duración que propicien el desarrollo de la imaginación y la creatividad.

Se sugiere entrar las sesiones con mayor intensidad hacia la emoción que se está explorando, utilizando diferentes medios auditivos, visuales y de escritura, para lograr que el niño las comprenda y las nombre. Sin dejar de lado la parte lúdica, es necesario que este programa se enfoque con mayor claridad y fuerza en cada una de las emociones.

Es necesario hacer énfasis con los padres sobre la importancia de la realización de las tareas del cuaderno de trabajo, ya que de esta manera se integra cognitivamente lo aprendido sobre las emociones.

Se recomienda tener un seguimiento posterior al término del programa de expresión corporal para identificar qué habilidades se lograron asimilar y cuáles tendrán que seguirse reforzando para que no se extingan.

## GLOSARIO

**Actitud:** Disposición de ánimo. Conjunto de creencias, conceptos, motivos, hábitos y actos aprendidos que predisponen la reacción del individuo ante las personas, objetos, situaciones y acciones.

**Actualizar:** Mantener y desarrollar el organismo que experimenta.

**Afecto:** Apego, amistad, cariño. Se refiere a las manifestaciones sentimentales o emocionales de la persona

**Apertura:** Acción de abrir. Disposición de compartir lo que uno es y vive.

**Apertura a la experiencia:** Permanecer en una actitud abierta ante todo estímulo, ya sea originado por el propio organismo o por el ambiente que lo rodea. Se considera un elemento importante para la adquisición del aprendizaje significativo.

**Aprendizaje significativo:** Aprender, asimilar, hacer propio un conocimiento por medio de la experiencia orgánica e integral. Con él no sólo se almacena o memoriza la información, sino que se integra con cada uno de los aspectos de la existencia del individuo y tiende a permanecer.

**Atención:** Acoger favorablemente, satisfacer en el otro una necesidad o deseo, tener en cuenta a una persona. Mostrar respeto. Comprende reacciones fisiológicas y psicológicas y se considera un elemento indispensable para adquirir el aprendizaje.

**Autenticidad:** Congruencia, ser genuino, ser uno mismo.

**Autoactualización:** Proceso que tiende a la realización plena del potencial humano, es decir, llegar a ser lo que realmente es. El humanismo incluye la autoactualización dentro de las necesidades básicas psicológicas del ser humano.

**Autoconocimiento:** Entendimiento de sí mismo. Capacidad para comprender. Conocimiento de las necesidades, los sentimientos y las acciones personales.

**Autocontrol:** Capacidad y dominio de una persona sobre sí misma y en el ambiente social circundante.

**Autoestima:** Sentimientos de aprecio y valor de un individuo en relación con sí mismo como persona. Pensar bien de uno mismo. Sentir el valor propio. Aspecto básico en el desarrollo de una personalidad sana y productiva.

**Autorrespeto:** Actitud constructiva hacia sí mismo. Interdependiente con los sentimientos de autoestima.

**Comportamiento:** Objeto de estudio de la psicología como ciencia. Conjunto de todas las actividades o respuestas que realiza un organismo, que incluye respuestas motoras, cognoscitivas, emocionales y sociales.

**Comunicación:** Transmisión de información de un individuo a otro. Conjunto de procesos físicos y psicológicos mediante los cuales se relacionan uno o varios emisores, con uno o varios receptores.

**Concentración:** Capacidad de una persona para poner atención e internarse en el centro o punto de alguna cosa.

**Conciencia:** Conocimiento exacto y reflexivo. Experiencia de sí mismo y de sus contenidos (representaciones, imágenes, deseos, sentimientos, etc.) anterior a toda reflexión cognoscitiva. Simbolización de las experiencias viscerales y sensoriales.

**Congruencia:** Vivir de acuerdo con lo que se piensa, se valora, se siente y se es.

**Consciente:** Persona que siente, quiere, piensa y obra con cabal conocimiento y plena posesión de sí misma.

**Creatividad:** Capacidad para producir, para establecer o para dar vida a algo o a alguien; necesaria para descubrir alternativas y dar nuevas respuestas. La creatividad es contemplada por Carl Rogers como una tendencia de la persona a la sobrevivencia, la autoactualización y convertirse en sus potencialidades. Tendencia direccional latente en todo ser humano, en espera de liberarse y expresarse.

**Estima:** Actitud de consideración y valoración hacia otras personas.

**Estímulo:** Cualquier cambio en el ambiente o en el interior de un individuo, que provoca una respuesta en el organismo.

**Experiencia:** Término utilizado para incluir todo lo que sucede en la envoltura del organismo en un momento dado y que es accesible a la conciencia.

**Expresión del ser:** Actos del organismo humano que sirven para revelar y desarrollar las formas de conducta más características del individuo, en las que utilizan sus capacidades naturales. Lo distingue de otros individuos. Manifestación verbal o no verbal de uno mismo.

**Facilitador:** Quién hace fácil o posible la ejecución o consecución de un fin que promueve, estimula y propicia la acción.

**Frustración:** Sentimiento interno producido por obstáculos internos o externos que impiden satisfacer un deseo o una necesidad.

**Integral:** Total, entero, completo, sin divisiones.

**Necesidad:** Todo aquello a lo cual no se puede sustraer el individuo. Falta de aquellas cosas o elementos que se requieren para la conservación de la vida y la salud.

**Psicomotor:** Se refiere a la relación existente entre ciertos procesos psíquicos y sus efectos motores. Área o dominio del comportamiento que incluye el movimiento corporal y sus determinantes psicológicos y fisiológicos.

**Realidad:** Campo fenoménico ante el cual reacciona el individuo.

**Retroalimentación:** Proceso mediante el cual se recibe información acerca del efecto del comportamiento propio en el ambiente, incluidas las personas.

**Seguridad:** Actitud de confianza en los sentimientos, las creencias, las acciones personales y los pensamientos.

**Trascendencia:** Existencia de una relación que trasciende, es decir, que va más allá de sí mismo con el fin de dirigirse al objeto de conocimiento o su deseo.

Fuente: González (1988). Pp. 220-223.

## BIBLIOGRAFÍA:

- Abe, J. A. e Izard, C. E. (1999). *El desarrollo funcional de las emociones*. Un análisis en términos de la Teoría Diferencial de las Emociones. Aprendizaje y emoción. Oxford: Oxford University Press.
- Aguilar, E. (1999). *Descubre tus emociones*. México: Árbol.
- Amado, G. (1972). *La afectividad del niño*. Madrid: STVDIVM.
- Arias, D. (2003). *La creación artística como terapia*. Barcelona: RBA.
- Axline, V. (2005). *Terapia de juego*. México: Diana.
- Aymerich, C. (1971). *Expresión medio de desarrollo*. Barcelona: Nova Terra.
- Bernard, M. (1994) *El cuerpo, un fenómeno ambivalente*. Barcelona: Paidós.
- Bertherat, T. & Bernstein, C. (1990). *El cuerpo tiene sus razones*. Barcelona: Paidós.
- Campo, A.J. (1989). *El juego, los niños y el diagnóstico*. México: Paidós.
- Charaf, M. (1999). *Relajación creativa: técnicas y experiencias*. Universidad de Santiago de Compostela.
- Demichelis, V. (1997). *Manual para realizar un taller de teatro con niños de zonas urbanas marginadas*. Una alternativa para favorecer su creatividad. México: Universidad Iberoamericana.
- Farreny, T. (2001). *Pedagogía de la expresión con Carmen Aymerich*. Madrid: Ñaque.
- Gay, R. (2002). *El código de las emociones*. El crecimiento afectivo del niño. España: Sal Térrea.
- Goleman, D. (2003). *Emociones destructivas*. Cómo comprenderlas y dominarlas. Argentina: Vergara.

- Gómez del Campo, E., J. (2002). Manual para el diseño de programas de intervención. *En Psicología de la Comunidad* (Cap IX). México: Plaza y Valdés.
- Gómez del Campo, I. (1996). Universidad Vasco de Quiroga, Morelia Michoacán.
- González, A. (1987). *El niño y su mundo*. México: Trillas.
- González, A. (1988). *El niño y la educación*. México: Trillas.
- Hernández, V. (2000). *Expresión Corporal con adolescentes*. Madrid. CCS.
- Houle, M. (1987). *Aprendizaje*. Quebec: ENR.
- Maillard, Ch. (1996). *La razón estética*. Barcelona: Laertes.
- Moccio, F. (1998). *Práctica de la Expresión*. Barcelona: Paidós.
- Moreno, J. (1966). *Psicoterapia de grupo y psicodrama*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Prado, D. & Charaf, M. (2000). *Relajación creativa*. Barcelona: Inde.
- R. Plutchik and H.Kellerman (1987). *Emoción. Teoría, búsqueda y experiencia*, vol.1: Teorías de la emoción. New York: Academic Press.
- Rogers, C. R. (1978). *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Rogers, C. R. (1983). *Libertad y creatividad en la educación*. México: Paidós.
- Root-Bernstein, R. (2002). *El secreto de la creatividad*. Barcelona: Kairos.
- Salzer, J. (1984). *La expresión corporal*. Barcelona: Herder.
- Sefchovick, G., Waisburd, G. (1987). *Hacia una pedagogía de la Creatividad*. México: Trillas.
- Sefchovick, G., Waisburd, G. (2001). *Expresión corporal y creatividad*. México: Trillas.
- Schlüter, H. L. (1997). *Manual de prácticas de campo*. Programa de desarrollo para el niño. México: Plaza y Valdés.

Sroufe, L. A., Egeland, B., Carlson, E., & Collins, W. A. (2005). *El desarrollo de la persona.*

Adaptación desde el nacimiento hasta la edad adulta. New York: Guilford Publications.

Stern, A. (1977). *La expresión.* Barcelona: Promoción Cultural.

Valdéz, L. (2005). *Comunicación y manejo de sentimientos.* México: Buena Prensa.

**ANEXO 1****HOJA DE IDENTIFICACIÓN**

Nombre del alumno: \_\_\_\_\_

Edad: años \_\_\_\_\_ meses: \_\_\_\_\_ Grupo: \_\_\_\_\_

Nombre del padre: \_\_\_\_\_

Nombre de la madre: \_\_\_\_\_

Ocupación del padre: \_\_\_\_\_

Ocupación de la madre: \_\_\_\_\_

Domicilio: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Firma del facilitador: \_\_\_\_\_

Firma del alumno: \_\_\_\_\_

Firma de los padres: \_\_\_\_\_

Lugar y fecha de elaboración

Es de mi libre decisión, compromiso y autorización en dejar participar a mi hijo o hija, en el Taller de Expresión Corporal, bajo el entendimiento de que este es un estudio de investigación de la alumna Gabriela Leyva Peñuelas de la Maestría en Desarrollo Humano de la Universidad Iberoamericana. Cedo todos los derechos de la información escrita, verbal, grabaciones en video y de las imágenes fotográficas que se deriven de dicha investigación para su uso de acuerdo a los fines, propósitos y objetivos de la misma, dentro de los parámetros de confidencialidad establecidos.

Como alumno estoy informado que la sesión de una hora por semana consiste en el manejo de material didáctico, movimiento corporal a través de la música, prácticas de relajación y concentración, así como la expresión libre y voluntaria de mis sentimientos, emociones y experiencias de mi vida en grupo. El taller tendrá una duración de 15 sesiones, un total de 15 horas de trabajo asignadas los días viernes.

Como padre estoy informado que asistiré una vez por mes a una sesión que consistirá en exponer mis impresiones sobre los cambios en mi hijo o hija, atenderé a los temas relacionados con el desarrollo del niño acordados previamente según los intereses del grupo y platicar mis inquietudes personales si así lo deseo, durante un lapso de 2 horas. El total de sesiones serán 5, un total de 10 horas.

En caso de no poder asistir me comprometo a dar aviso oportuno, un día antes, y acordar la reposición de la sesión según convenga a ambas partes.

Como facilitador me comprometo a aplicar mis conocimientos de danza y del Enfoque Centrado en la Persona, con el propósito de promover el desarrollo del potencial de los niños.

---

Nombre y firma de los padres

Nombre y firma del alumno

---

Firma del facilitador

Lugar y fecha de elaboración

## ANEXO 2

### EVALUACIÓN POR SESIÓN

Para evaluar conductas, actitudes y emociones individuales por sesión utilizaré este cuestionario.

1. Nombre: \_\_\_\_\_

2. Actitudes durante el trabajo:

de entusiasmo, tristeza, temor, agresividad, frustración, curiosidad, apatía.

\_\_\_\_\_

3. ¿Respetó su trabajo? \_\_\_\_\_

4. Forma de trabajo:

solo, en pareja, aportó ideas originales, siguió las instrucciones y las realizó, trabajó en grupo, se le dificultaron los ejercicios.

\_\_\_\_\_

5. Habilidades que desarrolló durante los ejercicios:

coordinación motora fina, coordinación motora gruesa, equilibrio corporal, movilización funcional, reconocimiento corporal, fantasía, creatividad, ubicación espacial, ritmo, relajación, carga y descarga de energía.

\_\_\_\_\_

6. ¿Qué lenguajes se trabajaron?

Verbal, gestual, corporal.

7. Utilización del material.

8. Descripción del ambiente general en el taller.

9. Descripción de la actitud de la facilitadora.

### ANEXO 3

#### EVALUACIÓN MENSUAL DE HABILIDADES Y ACTITUDES

Esta evaluación se aplicará a ambos grupos mensualmente. Se toma el formato de Sefchovich y Waisburd (2001), en el que sugiere que la evaluación que a continuación se presenta incluya varios aspectos de la persona y del proceso.

La escala de evaluación será:

NA = No asistencia (0)

SI = Acredita (10)

NO = No acredita (5)

Ficha de registro de habilidades y conductas

Nombre:	Edad:					Promedio:
<i>Actitudes</i>	Nov	Dic	Ene	Feb	Mzo	
Es activo						
Puede trabajar en parejas						
Propone ideas						
No se apegó al material						
Tiene humor						
Se relaja						

Participa en la puesta en común

Se concentra

Fuente: Sefchovich y Waisburd, p. 139.

Para asignar un número al trabajo de expresión, es necesario darle a ese número un significado amplio que abarque todos los aspectos relevantes de la participación del niño, de su esfuerzo, de su proceso personal y de la relación con los objetos y los demás niños.

### *Significados*

*Coordinación motora gruesa:* el niño sube y baja las escaleras solo, salta en un pie y en otro sin dificultad, camina, gatea, corre, sin dificultad toma y bota la pelota grande.

*Coordinación fina:* ata y desata los cordones de sus zapatos sin ayuda, camina sobre la línea sin dificultad, hace movimientos minuciosos sin dificultad, camina sobre puntas, recorta y ensarta sin dificultad.

*Actitudes:* Disposición de ánimo. Conjunto de creencias, conceptos, motivos, hábitos y actos aprendidos que predisponen la reacción del individuo ante las personas, objetos, situaciones y acciones.

*Participación:* el niño está entusiasmado con lo que sucede en el grupo, ejecuta las actividades y no se aísla.

*Cooperación:* ayuda a sus compañeros, respeta los diferentes turnos.

## ANEXO 4

### EVALUACIÓN MENSUAL INTEGRAL DEL ALUMNO

Esta evaluación se aplicará solamente al grupo B, edad de 8 y 9 años ya que en estas edades ya se han desarrollado éstas actitudes y habilidades. González (1988) sugiere este tipo de evaluación, del cual se toman algunos de los conceptos a examinar. Esta evaluación será contestada por los padres (P), la maestra (M) del alumno y la facilitador (F), al final de cada mes.

La escala de evaluación será la siguiente:

S = Siempre = 10

AV = A veces = 5

N = No se presenta (Nunca) = 0

#### I. Características personales

Mes- Mzo

	<i>P</i>	<i>M</i>	<i>F</i>
1. Se acepta como es			
2. Reconoce sus capacidades			
3. Reconoce sus limitaciones			
4. Se sabe diferente de los demás			
5. Es capaz de ser distinto, original en su forma de ser, pensar y actuar			
6. Posee un sentido de humor positivo			
7. Se adapta con facilidad a situaciones nuevas			
8. Presenta conductas y actitudes de independencia			
9. Maneja adecuadamente la libertad			
10. Tiene un nivel adecuado para manejar su frustración			
11. Maneja positivamente su agresión			
12. Presenta actitudes de seguridad personal			
13. Confía en los demás			
14. Sabe lo que le gusta y le disgusta			

Fuente: González A., 1988, p.202

Observaciones del maestro: \_\_\_\_\_

Observaciones de los padres: \_\_\_\_\_

### II. Responsabilidad

Mes- Mzo

	P	M	F
1. Tiene capacidad para elegir lo que prefiere			
2. Se responsabiliza por las consecuencias de sus elecciones.			
3. Cumple con su responsabilidad como alumno			
4. Se responsabiliza por su conducta, actitudes y acciones			
5. Toma sus propias decisiones			

Fuente: González A., 1988, p.202

Observaciones del maestro: \_\_\_\_\_

### III. Relaciones Interpersonales

Mes-Mzo

	P	M	F
1. Presenta actitudes de respeto a sus compañeros			
2. Presenta actitudes de respeto a sus maestros			
3. Acepta que otros tengan distintas preferencias o valores a los suyos			
4. Es capaz de sentir admiración por las personas que le rodean			
5. Escucha y atiende a los demás			
6. Cooperera y colabora con los demás			
7. Retroalimenta a los demás sin lastimar o molestar			
8. Acepta la retroalimentación positiva			
9. Resuelve positivamente sus conflictos de relación			
10. Demuestra su solidaridad			

Fuente: González A., 1988, p.203

Observaciones del maestro: \_\_\_\_\_

Observaciones de los padres: \_\_\_\_\_

*IV. Habilidades de comunicación*

	<i>Mes-Mzo</i>		
	<i>P</i>	<i>M</i>	<i>F</i>
1. Expresa sentimientos positivos			
2. Expresa sentimientos negativos			
3. Expresa sus necesidades			
4. Expresa abiertamente lo que experimenta o vive			
5. Expresa su gusto o disgusto de pertenecer al grupo y a la escuela			
6. Participa en las actividades grupal			
7. Se relaciona con sus compañeros en un buen nivel de comunicación			
8. Tiene capacidad de entender los sentimientos de los demás			

Fuente: González A., 1988, p.204

Observaciones del maestro: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Observaciones de los padres:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**ANEXO 5****AUTOEVALUACIÓN MENSUAL DEL FACILITADOR**

La autoevaluación del facilitador es una auto-observación que puede llevarse a cabo a la manera de una reflexión y hacer un registro.

Nombre del facilitador: \_\_\_\_\_

1. ¿Conozco los nombres de todos los niños?
2. ¿Qué sentimientos me despierta cada uno de ellos?, ¿por qué?
3. ¿Mi lectura de grupo es acertada? Comparo mis observaciones con las de la supervisora.
4. ¿Responden los niños a mis consignas con entusiasmo?
5. ¿Se me ocurren muchas ideas además del material consultado?
6. ¿Qué puedo hacer cuando no se me ocurre nada?
7. ¿Me entusiasma impartir la clase?
8. ¿Pierdo la calma?
9. ¿Cómo?, ¿con quién?
10. ¿En qué situación?
11. ¿Cómo la recupero?
12. ¿Qué material teórico he consultado?
13. ¿Necesito apoyo?
14. ¿De qué forma puedo conseguirlo?
15. ¿Es económico?

16. ¿Se trata de asesoría por parte de un compañero de trabajo?
17. ¿Me cuesta ser flexible con el programa? ¿porqué?
18. ¿Qué materiales me gustan más? ¿por qué?
19. ¿Cuál es mi melodía favorita?
20. ¿Recibo retroalimentación del grupo de padres en las sesiones mensuales?

## ANEXO 6

### CUESTIONARIO PARA LA AUTOEVALUACION DEL FACILITADOR

#### **Cuestionario para evaluar actitudes facilitadoras del crecimiento.**

Tomando de una escala de Truax y Carkhuff (1967), adaptada por Inés Gómez del Campo (1996, Universidad Vasco de Quiroga, Morelia Michoacán).

El presente cuestionario tiene como objeto ayudarte a evaluar tus actitudes básicas (Rogers, 1983), empatía, congruencia, valoración positiva incondicional, dentro de relaciones facilitadoras del crecimiento.

**Instrucciones.** Por favor indica el grado en el que el comportamiento que se describe en cada una de las siguientes afirmaciones corresponde al que tú tienes dentro de una relación promotora del crecimiento. Utiliza la siguiente escala:

5. Siempre o casi siempre.
4. Frecuentemente.
3. Algunas veces.
2. Pocas veces.
1. Rara vez o nunca.

Anota tus respuestas en hoja adjunta.

Dentro de las relaciones promotoras del crecimiento que yo establezco:

1. Me guardo las cosas, no digo lo que pienso.
2. Entiendo las palabras de la persona, pero no sus sentimientos.
3. Entiendo cómo ve las cosas la otra persona.
4. Con frecuencia me desilusionan las personas.
5. Me agrada la persona sin importar lo que diga.
6. Malinterpreto lo que la persona trata de decir.
7. Estoy muy interesado en la persona.
8. Digo cosas muy diferentes a las que siento.
9. Las demás personas pueden confiar en mí plenamente.
10. Discuto con los demás para demostrarles que tengo razón.
11. Me siento incómodo con la persona, pero no presto atención a mis sentimientos.
12. Algunas cosas que las personas dicen me entristecen.
13. Para mí la persona es como “un libro abierto” que pudo leer fácilmente.
14. Las personas me son indiferentes.
15. Las personas pueden confiar en mi honestidad.
16. Ignoro algunos de los sentimientos de la otra persona.
17. Me gusta ver a las personas cuando hablo con ellas.
18. Puedo decir que conozco al otro, casi tanto como él se conoce a sí mismo.
19. Estoy tan metido en sus sentimientos que mi presencia no estorba.
20. Puede confiar en que diré lo que siento y pienso.

21. Aprecio a la persona.
22. Soy auténtico.
23. Aun cuando no lo exprese con mucha claridad, trato de entender cómo se siente.
24. Le ayudo a poner en palabras sus sentimientos.
25. Me comporto con frialdad.
26. Trato de entender al otro aunque a veces me equivoque.
27. La otra persona se da cuenta de mi confianza en ella.
28. Me agrada la persona, aunque a veces me critique.
29. Me agrada más cuando está de acuerdo conmigo.
30. Intento seguir los sentimientos de la persona que está conmigo.
31. Trato de encontrar las palabras que describan con mayor exactitud lo que el otro siente.
32. Finjo que la persona me agrada más de lo que en realidad me agrada.
33. Escucho realmente lo que me dice.
34. Me escudo en mi rol profesional para que no me conozcan.
35. Me meto tanto en la experiencia del otro, que capto con facilidad sus sentimientos más profundos.
36. Pienso que las personas se sienten seguras conmigo.
37. A veces no me entienden lo que quiero decirles.
38. Presiono a la persona para que diga cosas que considero importantes.
39. Lo que le digo a la persona corresponde a lo que ella siente.
40. Digo cosas en las que no creo.

41. No les parezco auténtico.
42. Las personas se sienten libres para ser ellas mismas cuando están conmigo.
43. Aunque intento comprender a las personas no lo logro.
44. Entiendo lo que quiere decir, incluso antes de que termine de decirlo.
45. Acepto a la persona tal como es.
46. Acepto al otro tanto cuando habla de lo “positivo”, como de lo “negativo”.
47. Siento curiosidad acerca de los motivos por los que actúa otra persona, pero no me intereso por ella a niveles más profundos.
48. Entiendo al otro tan bien, que puedo captar sus sentimientos aun cuando trate de esconderlos.
49. La persona puede confiar en mí sin reservas.
50. Cualquier tema del que la persona quiera hablar, me parece bien.
51. Hago notar sentimientos de los que la persona no se había dado cuenta.
52. Me comporto como una persona real, no como un experto lejano.
53. Confío en que la persona sabe lo que le conviene.
54. Cuando estoy triste, trato de disimular mi tristeza.
55. Me agrada la persona a pesar de todo lo “negativo” que sé de ella.
56. Doy consejos que ayudan a los demás a resolver sus problemas.
57. Me cuesta trabajo cambiar de tema, aunque sé que lo que estoy diciendo no es importante para la otra persona.
58. Cuando la persona habla de un tema que me incomoda, la interrumpo abruptamente.

59. Me importa mucho que sienta que somos amigos aunque en verdad no seamos así.
60. Cuando veo a la persona preocupada por algo, bromeo al respecto.
61. Cuando estoy escuchando a otro me siento relajado.
62. Me agrada la persona, pero no las cosas de las que habla.
63. Trato de ayudar al otro, aunque me desagrada como persona.
64. Mantengo una postura de neutralidad.
65. Trato de portarme de modo impersonal o abstinentemente.
66. Dejo que la persona hable de lo que le plazca.
67. Me preocupan los asuntos del otro tanto como a él.
68. Soy frío y distante.
69. Puedo sentir lo que la otra persona siente, sin necesidad de que hable.
70. No me influye su estado de ánimo.
71. La persona se da cuenta de que me esfuerzo por comprenderla.
72. Sé cómo se siente cuando no está bien.
73. Evito que la persona hable de temas que me incomodan.
74. Interrumpo a la persona sin darme cuenta.
75. Trato de que el otro no le de mucha importancia a sus problemas.
76. Le digo cosas que no creo.
77. Le demuestro que me agrada.
78. Me distraigo y luego digo algo que no viene al caso.
79. Si cometí un error no trato de ocultarlo.
80. No dejo que se note lo que siento.

81. Mi actitud es distante.

82. Me comprometo con la otra persona.

83. Me aburre lo que dice.

84. Trato de que se de cuenta dé que estoy muy interesado en lo que dice.

**ANEXO 7****SESIONES****Programa de la primera sesión: 10 de Noviembre, 2006.****SESION 1****OBJETIVOS:**

Conocimiento y reconocimiento del propio cuerpo.

Integración grupal (conocernos).

Conocer al facilitador (confianza).

Liberar tensión durante el juego.

Adaptarse al espacio.

**INICIO:****LECTURA DE GRUPO**

Duración: 15 minutos aprox.

**ACTIVIDADES**

Duración: 20 a 25 minutos.

- Se reparten pelotas medianas (una para cada niño).
- Puedes hacer lo que desees con la pelota.
- Hazla rebotar y tómalala con las dos manos.
- Cada vez que la botes, di tu nombre.
- Vamos a ver cómo lo hace cada niño, sin hablar.
- Vamos a oír cómo lo hace cada niño, diciendo su nombre.
- Ahora, arrójala hacia arriba, muy alto, aunque después no la alcances... (varias veces).

- Bien, ahora arrójala hacia arriba, pero no muy alto, sino sólo hasta donde puedas tomarla sin que se te escape.
- Vamos a pasear por el salón, cada niño con su pelota; puedes llevarla con la mano, bajo el brazo, sobre la cabeza o de alguna otra forma. Cuando oigas sonar el pandero una vez, detente.
- Cuando oigas el pandero sonar dos veces, paséate (cada vez llevará la pelota de una forma distinta, varias veces).
- Bien, cuando te detengas vas a cambiar tu pelota con otro niño; tú la llevarás a pasear mientras él lleva la tuya (varias veces).
- Lo hacemos más difícil: cuando cambies tu pelota di tu nombre y escucha el de tu compañero (varias veces).
- Escoge una pareja, aprende su nombre mientras ella aprende el tuyo; después, juntos inventarán un nombre gracioso para cada pelota.
- Vamos a llevar a pasear las pelotas en pareja (varias veces).

Música:

## JUEGO

Nos sentaremos en círculo, con tu pareja y con las pelotas (poner el cesto de las pelotas en el centro del círculo)

Cada pareja dirá el nombre de sus pelotas.

Ahora cada niño nos dirá el suyo propio y va a despedirse de su pelota diciéndole algo; puede ser gracias, adiós, buenas noches, no me gustas, etc. Después de despedirte de ella, tira la pelota al cesto.

Música:

DESCANSO

Duración: de 5 a 10 minutos.

Así en círculo, vamos a acostarnos y a formar una gran pelota entre todos, para descansar.

Música:

CÍRCULO MÁGICO

Duración: de 5 a 10 minutos.

Siéntate en círculo y vamos a platicar. ¿Te gustó la clase?, ¿conocías a algún niño de otro lado?, ¿habías jugado así con tu pelota?, ¿cómo juegas con ella?.

DESPEDIDA

**Programa de la segunda sesión: 17 de Noviembre, 2006.**

**SESIÓN 2**

**GRUPO A**

**OBJETIVOS:**

Reconocimiento del espacio.

Integración grupal (conocernos).

**INICIO:**

LECTURA DE GRUPO                      Duración: 15 minutos aprox.

ACTIVIDADES                              Duración: 20 a 25 minutos.

Se reparten pelotas medianas una para cada niño.

- Toma una sola pelota.
- Recuerda qué hiciste con la pelota la clase pasada, que te haya gustado mucho. Practica lo que te resultó más difícil la clase pasada.
- Vamos a seguir practicando con la pelota; cuando el pandero diga alto, (un solo golpe), pon tu pelota quieta en el piso (varias veces, haciendo botar la pelota contra la pared, la puerta, la cortina, cerca del techo, en la cabeza, en la panza, en la cola, etc.
- Guardaremos las pelotas en la canasta y vamos a ser nosotros mismos la pelota (trabajo de imágenes).
- Botamos, saltamos, rodamos como se nos antoje; cuando el pandero diga alto, nos quedaremos quietos con la panza en el piso. Mira bien el piso, ¿de qué color es?, ¿está frío?, ¿está caliente?, ¿es duro?. Recórrelo todo, tocándolo con la panza, las manos, los pies, la espalda, las nalgas.

- Volvemos a ser pelotas y a saltar, botar, rodar,...
- ¡Alto!, pon las manos en la pared. Observación y exploración: ¿cómo es la pared?, Recórrela con las manos, con la espalda, con la nariz, ¿Hay sólo una?, ¿son muchas?, recórrelas todas y comprueba si todas son iguales. ¿Cómo son?
- En el salón hay cuatro esquinas, escoge la que te guste y párate allí, se forman cuatro equipos.
- Ahora somos cuatro equipos, cada uno en su esquina. Fíjate bien quiénes pertenecen a tu equipo, cómo es su cara, cómo están vestidos, cómo se llaman.
- Fíjate bien, ¿cuál es tu esquina?
- Nos vamos a dispersar botando, saltando, rodando como pelotas; y con la señal del pandero cada equipo regresará a su esquina, repetir.
- Ahora cada equipo irá de visita a las esquinas de los otros equipos; vamos de puntitas.
- Regresa a tu esquina (un golpe del pandero). Caminando en diagonal, vamos a cambiar de lugar, el equipo 1 con el equipo 2. Vamos a ir arrastrándonos.
- Ahora el equipo 3 cambia con el equipo 4, caminando hacia atrás, repetir varias veces proponiendo variadas formas de locomoción, terminar con cada equipo en su esquina.
- Siéntate cómodo en tu esquina, junto con tu equipo y, desde lejos, observa todas las partes del salón que no puedes tocar porque se encuentran lejos.

Música:

Sefchovick y Waisburd (1992). *Expresión corporal y Creatividad*. México: Trillas. Pp. 57-58.

## JUEGO

### MAR Y TIERRA.

Objetivo: Desfogue, coordinación, atención.

Metodología:

Se pinta una línea en el piso, del lado derecho es el mar y del izquierdo es la tierra, al decir mar los niños deben saltar o quedarse del lado derecho, y tierra del lado izquierdo.

Fuente: Schlüter, H. (1997). *Manual de prácticas de campo*. Programa de desarrollo para el niño. México: Plaza y Valdés.

## DESCANSO

Duración: de 5 a 10 minutos.

Ponte con la espalda en el piso y los pies en la pared; vamos a escuchar música. Tus pies pueden bailar en la pared, mientras tu espalda descansa en el piso.

Música:

## CÍRCULO MÁGICO

Duración: de 5 a 10 minutos.

Siéntate en círculo y vamos a platicar. ¿Qué viste en el salón?, ¿quiénes pertenecían a tu equipo?.

### **NOMBRE:**

### **OBJETIVOS:**

#### **COMO ME SIENTO AHORA**

Autoconocimiento, aceptación del otro, comunicación, desarrollo emocional, encuentro con el otro, identificación con el otro, manejo de sentimientos.

### **EJERCICIO:**

A) Se necesitan cuatro cartulinas de 50 x 50 cm, cada una con una carita que demuestre un sentimiento distinto: enojo, tristeza, felicidad, cansancio o aburrimiento.

Las cartulinas deben colocarse con las caritas en algún lugar visible del salón de clase y a una altura adecuada para los niños.

Pídase a los niños que se sienten formando un círculo; después debe decirseles algo sobre cómo cada uno de nosotros vive muchos sentimientos distintos que pueden cambiar a lo largo del día.

El facilitador les pide que señalen una de las caritas que muestre cómo se sienten ellos en este preciso momento. Si el facilitador lo considera necesario explicará los sentimientos que cada carita muestra para facilitar que los niños las identifiquen.

Uno a uno los niños señalarán el sentimiento que viven en ese momento y expresarán brevemente porqué se sienten así.

B) Tener todas las tarjetas en una cajita al alcance de los niños.

Se les pide a los niños que al llegar al salón elijan una de las tarjetas que represente mejor cómo se sienten, a fin de que la peguen en el espacio del panel que queda frente a su nombre.

Sentados formando un círculo, cada niño expresa por qué eligió esa tarjeta, qué es lo que quiere decir y qué es lo que le hace sentir ese sentimiento o estar en ese estado de ánimo que él representó con la tarjeta elegida.

Se les explica que durante el día, si desean cambiar su tarjeta porque sus sentimientos o estado de ánimo hayan cambiado, pueden elegir otra tarjeta y pegarla en lugar de la anterior.

Si desea, cada niño puede explicar al grupo y al facilitador por qué cambió su estado de ánimo o sentimiento, si no, solamente cambiará su tarjeta para que todos puedan ver cómo se siente en ese momento.

DESPEDIDA

Nos levantamos y nos aplaudimos fuertemente. Nos damos las manos y caminamos al centro del círculo para darnos el *abrazo mágico*. Después de unos segundos nos soltamos y nos ponemos nuestros calcetines y zapatos.

**Programa de la segunda sesión: 17 de Noviembre, 2006.**

SESIÓN 2

**GRUPO B**

OBJETIVOS:

Reconocimiento del espacio.

Integración grupal (conocernos).

INICIO:

LECTURA DE GRUPO

Duración: 15 minutos aprox.

ACTIVIDADES

Duración: 20 a 25 minutos.

Misma actividad del grupo A.

JUEGO:

ESCULTURAS HUMANAS

Objetivos particulares:

Hacer un puente entre la expresión corporal y lo emocional, además de facilitar el contacto físico entre los miembros del grupo.

Procedimiento:

Se forman grupos de 5 o 6 niños. Se le da a cada grupo un nombre abstracto: alegría, tristeza, trabajo, generosidad, paz, inquietud, enojo, satisfacción, silencio. Luego se le pide a cada grupo que construya una escultura con ese nombre. Posteriormente se le indica a cada grupo que elaboren una frase o reflexión de su tema para compartirla con todo el grupo. Fuente: (Demichelis, p.41-42).

DESCANSO

Duración: de 5 a 10 minutos.

Ponte con la espalda en el piso y los pies en la pared; vamos a escuchar música. Tus pies pueden bailar en la pared, mientras tu espalda descansa en el piso.

Música:

CÍRCULO MÁGICO

Duración: de 5 a 10 minutos.

Misma actividad que el grupo A.

CÓMO ME SIENTO AHORA

DESPEDIDA

**Programa de la segunda sesión: 24 de Noviembre, 2006.****SESIÓN 3****GRUPO B****OBJETIVOS:**

Reconocimiento corporal.

Formas básicas de locomoción.

**INICIO:**

LECTURA DE GRUPO                      Duración: 15 minutos aprox.

ACTIVIDADES                              Duración: 20 a 25 minutos.

Se reparten pelotas medianas y pelotas chicas de esponja, una para cada niño.

Tenemos las pelotas grandes y pelotas chicas, vamos a poner todas las grandes en una esquina, y las chicas en otra esquina.

Primero usaremos las pelotas grandes, cada quién escoja una.

Si ya tienes tu pelota, escoge un lugar en el piso que te resulte cómodo para trabajar.

Voy a poner una música suave y usarás la pelota para hacerte masaje en la panza, la espalda, un pie, otro pie, la cara, los brazos, la cabeza, etc., con un intervalo entre una parte y otra, nombrándolas durante todo el tiempo.

Vamos a llevar una pelota grande a su esquina.

Ahora, escoge una pelota chica y regresa a tu lugar en el piso para trabajar.

Voy a poner música otra vez y usaremos la pelota chica para hacernos masaje en la panza, la espalda, etc.

Hacer notar la diferencia . Esta pelota es grande y esta chica, y duele en algunas partes, tienen color, olor, diferente.

Vamos a saltar teniendo nuestra pelotita en la mano; cuando el pandero de la señal de alto, nos detendremos y cada quien pondrá su pelota en otra parte del cuerpo.

¡Alto! Preguntar a cada niño en qué parte del cuerpo puso su pelota y nombrarla.

Hacerlo varias veces, cambiando la consigna de saltar por otras formas básicas de locomoción, como gatear, caminar sobre los talones o las puntas de los pies, rodar, correr, etc.

Saltar y poner la pelota en partes del cuerpo que los niños no nombraron como: cejas, orejas, nuca, dedos del pie, talón, etc.

## JUEGO

A) Guardaremos las pelotas grandes en una canasta y las chicas en otra.

Escoge una pareja.

Vamos a correr, y a una señal del pandero encontrarás a tu pareja y pondrás tu pelo junto a su pelo. (varias veces, cambiando las formas de locomoción y las partes del cuerpo que se tocan, por ejemplo, gatear, y a una señal, los niños se pondrán de espalda contra espalda, o rodar, oreja contra oreja).

(Sefchovick y Waisburd, p. 60-61).

## B) Mímica

Objetivos particulares: expresar con movimientos corporales alguna idea. También que el niño pueda dominar su cuerpo y a hacerse consciente de sus movimientos.

Puede ser realizado por uno o varios niños. Se les da una consigna de que vayan expresando corporalmente lo siguiente: que son un chicle que está en su cajita; que una persona los saca de su cajita, les quita la envoltura y se los mete a la boca; después esta persona los mastica, los tira al suelo y finalmente el chicle se queda tieso. Este mismo ejercicio se puede realizar con las siguientes consignas: que son un grano de maíz palomero, que lo echan junto con otros a un sartén, que se empieza a calentar poco a poco, hasta que explotan y se abren.

(Demichelis. p. 39).

## **DESCANSO**

Busca un lugar y una postura para descansar; si quieres, puedes descansar sobre la panza, la espalda o acostado de lado, etc.

Respira profundamente inflando la panza; deja salir el aire por la boca, diciendo ahhhh.....

Ahora préstale atención al pecho: tócalo con las manos y siente la música o el ruido que hace tu corazón.

## **CÍRCULO MÁGICO**

Exploración de la IRA.

Platicar de cómo se manifiesta la ira en casa. ¿Escuchan gritos, pleitos o intercambios agresivos entre ustedes?. Dar ejemplos concretos.

Cuando nos enojamos, cuanto más crece nuestro enojo, más furia sentimos, ya no nos damos cuenta de lo que está sucediendo en realidad y nos ocurre lo que a Hulk, el hombre verde (que se transformaba). Después nos sentimos mal.

Pedirle al niño que represente una ocasión en la que sintió alguna de estas emociones. Señalando las acciones que llevaron al hecho. Preguntarle cómo se sintió después. Preguntarle qué puede hacer para evitar la ira.

Tratar de convivir en armonía, de conversar más, de acercarse unos a otros en momentos de cólera, ira, furia; de respirar profundamente y procurar cambiar de actividad antes de lastimarse. (Aguilar, 1999).

DESPEDIDA

### **Programa**

**de la cuarta sesión: 1 Diciembre, 2006.**

**SESIÓN 4**

**GRUPO A**

**OBJETIVOS:**

Carga y descarga de energía.

Manejo de la Agresión.

**INICIO:**

**LECTURA DE GRUPO**

Duración: 15 minutos aprox.

**ACTIVIDAD:**

Se reparten pelotas medianas, por lo menos una para cada niño.

Bota una pelota muy fuerte contra el piso... más fuerte.

Cuando bote, acompaña con un grito de ¡hai, hai, ¡ Que el grito salga desde tu ombligo, muy profundo, ¡hai..!

Ahora bótala lejos, si quieres, contra la pared.

Ayúdate a lanzarla muy fuerte con tu voz... ¡hui!, ¡hui! ¡aaaa!

Vamos a imaginar que estas pelotas se han portado mal; cada quien escoja una pelota que se porta mal.

Dile a tu pelota lo mal que se ha portado: regaña.

Cuando el grupo baja el nivel de movimiento y de ruido:

Vamos a formar todos una fila, pegados a la pared, y por turnos cada niño va a tirar su pelota muy lejos y con mucha fuerza hasta que choque con la pared de enfrente.

Uno por uno; el segundo niño no empieza hasta que la pelota del primero esté quieta. Al terminar todos:

¿Te acuerdas de cuál era tu pelota? Recógela; la lanzaremos de nuevo, uno por uno.

Esta vez, antes de recoger las pelotas vamos a marchar por donde no hay pelotas, pisando muy fuerte para tratar de moverlas, pero sin tocarlas.

Ahora lo haremos al revés: vamos a pasear entre las pelotas, de puntitas, muy suavemente y tratando de no mover las pelotas.

Poner la canasta de pelotas a una distancia prudente. Desde la pared, lanza tu pelota a la canasta (uno por uno).

## JUEGO

Todos juntos vamos a darnos las manos y a hacer un círculo en forma de pelota.

Esta pelota va a saltar a saltar, a saltar y parar.

A girar, a girar, a girar y parar.

Pequeñita pelotita, pequeñita, pequeñita y parar (cerrar el círculo)

Agrandar, agrandar, agrandar y parar. Repetir.

¡A ponchar! (romper el círculo y dispersarse por el salón).

A inflar y parchar..., a inflar y parchar..., a armar el círculo... (repetir mientras haya interés de parte de los niños).

## PARA GRUPO B

### FOTOGRAFÍAS

Objetivo: fomentar la espontaneidad y la improvisación.

Pasa un niño, adopta una posición y se congela. Pasa un segundo niño que se adapta al primero, tomando otra posición que sea congruente con la primera. Así se repite el procedimiento hasta que sean cinco o seis niños. A una orden del facilitador se deben decir lo primero que se les ocurra.

## DESCANSO

Busquemos un lugar para descansar; vamos a ponernos como pelota inflada. Contaremos 1,2,3; la pelota se desinfla y queda tirada en el piso, muy blandita (cuando la pelota se poncha, se oye cómo sale el aire; ssss...shshs...fff.).

Cuando los niños estén en el piso. Pon las manitas sobre la panza, infla la panza y desínflala, que se oiga cómo sale el aire (repetir tres o cuatro veces, no más; y dejar reposar a los niños en silencio, por un momento).

## CÍRCULO MÁGICO

Retomar el regaño de la pelota de forma directa: ¿te acuerdas de cómo regañaste a la pelota? A tí, ¿cómo te regañan?

Sin enjuiciar ni moralizar, sólo permitiendo que se exteriorice y verbalice la experiencia, el facilitador escucha lo que el niño quiere contar, sin forzarlo a decir más sin callarlo; únicamente lo escucha con atención y respeto.

**Programa****de la quinta sesión: 8 Diciembre, 2006.****SESIÓN 5****GRUPO A y B****OBJETIVOS:**

Introducción de un nuevo material.

Exploración, carga y descarga de energía, control corporal.

**INICIO:****LECTURA DE GRUPO**

Duración: 15 minutos aprox.

**ACTIVIDAD:****PERIODICAZOS.**

Objetivo: permitir el desfogue con límites claros. Los niños podrán canalizar su energía dentro de ciertos parámetros. También puede servir como una manera de descarga de agresión.

Procedimiento: cada niño tendrá un rollo de papel periódico con el cual podrá golpear mesas, sillas, paredes, todo lo que encuentre en el salón, siempre y cuando no le pegue a ningún compañero. Si un niño rompe la regla en ese momento se le retira del juego.

Con el rollo de periódico pueden pegar en el trasero de los compañeros y evitar que les peguen.

Queda descalificado el que pega en el pecho, espalda, cara o brazos de un compañero. (Demichelis, p. 45-

46).

**MÁS PERIÓDICO**

Se reparte papel periódico (dos hojas grandes por cada niño, como mínimo). El papel se esparce por el salón.

Escoge un pedazo de papel e intenta hacer con él sonidos diferentes (arrugándolo, pegándole con una mano, golpeándolo contra el piso, alisándolo, rasgándolo, etc.).

Vamos a jugar al ruido y al silencio; a una señal haremos mucho ruido con el papel, y a otra señal nos quedaremos en silencio y prestaremos atención a los sonidos que hay fuera del salón. (repetir varias veces).

Bien, terminaremos de romper todo el papel periódico que queda.... Cuando ya esté roto, juntaremos mucho periódico para cada quien, y cuando todos tengamos bastante contaremos: uno, dos, y tres, y empezaremos una fiesta de confeti danzando y lanzando el periódico por todo el salón. (se acompaña con música muy alegre).

¡Alto! (interrumpir la música durante algunos segundos), Quédense quietos en una posición de equilibrio.

¡Sigán! Vuelvan a la fiesta (repetir varias veces).

Descansaremos un momento, acostados sobre el papel (muy breve).

Ahora, en vez de usar música caminaremos sobre el papel, haciendo mucho ruido (se puede jugar al eco: el facilitador marca un ritmo y los niños lo siguen; éstos, uno por uno, marcan su ritmo y los demás lo siguen).

Bien, caminaremos sobre el papel, pero en silencio sin hacer ruido.

Cada niño construirá, con los pedacitos de papel, un espacio cómodo para estar adentro. Cuando todos están dentro de su espacio:

Vamos a salir de puntitas de pie, cuidadosamente, a visitar el espacio de los demás.

Escoge una pareja y junten su papel y construyan un espacio cómodo para los dos (cuando todos estén dentro, salir de visita; ampliar a cuatro, ocho y todo el grupo junto. Hacer notar la intimidad del grupo). (Sefchovick y Waisburd p. 79-80).

## JUEGO

Con música alegre, se pondrá todo el papel dentro del cesto.

## DESACANSO

¿Te acuerdas en qué lugar hiciste tu espacio, solito? En ese mismo lugar, recuerda en qué postura cabías dentro; poco a poco ve estirando hasta ocupar más espacio y pon una mano en el vientre y otra en el pecho; siente tu corazón mientras descansas.

## CÍRCULO MÁGICO

Objetivo:

Exploración de la FELICIDAD

La felicidad es la emoción que nos permite disfrutar de las cosas, las personas, los lugares, los animales, las plantas.

La felicidad se da por momentos y es importante saber vivirlos. La felicidad se puede compartir, es un tesoro y no hay que ponerle “peros”.

Analizar qué les hace felices.

Preguntarle a sus papás qué les hace felices y escuchen atentamente. Escribanlo o dibújenlo.

Tarea: página 36, lo que me hace más feliz en casa y escriban porqué.

Papás: Juntos hacer la cadena de la felicidad en la página 37, sacando del material recortable las opciones que quieran.

Poner un cofre y déjenlo abierto. Al final del día cada uno escribirá en un papel los momentos de felicidad más importantes y los depositará en el cofre.

Al final de la semana, la familia se reunirá, se cerrará el cofre, se agitará, cada uno sacará un papel y lo leerá. Disfruten este momento.

Comenten que la felicidad está de nuestro lado y que a nosotros nos corresponde no dejarla pasar; que no hay que esperar a perderla para añorarla. (Aguilar, p. 33-34).

Anticipar el inicio de las vacaciones y avisar al grupo que sólo faltan 2 clases.

DESPEDIDA

**Programa**  
**de la sexta sesión: 14 de Diciembre, 2006**

SESIÓN 6

**GRUPO A y B**

**OBJETIVO:**

Imagen corporal.

**INICIO:**

**LECTURA DE GRUPO:** Duración: 15 minutos aprox.

**ACTIVIDADES:** Duración: 20 a 25 minutos.

Se trabaja con el salón vacío, puede ponerse música o explorar el espacio y el movimiento en silencio.

Reconoce el espacio valiéndote de tu cuerpo (poner en el piso 1.50 m. De papel Manila para cada niño).

Explora el papel, teniendo cuidado de no romperlo. ¿Qué se siente caminar sobre él o sobre las orillas? Tócalo con las manos, las mejillas, etc.

Elige un papel y busca la forma de acomodarte en él, pegando tu cuerpo lo más que puedas. Intenta varias posturas (dar cinco o seis señales para que los niños cambien de posición).

Escoge la postura que más te guste, para poder hacer un retrato de ella.

Con un plumón negro, dibuja el contorno del cuerpo de cada niño (con los mayores se puede hacer en parejas, y que uno dibuje al otro).

Cuando ya todos estén dibujados:

Párate frente a tu silueta, obsérvala y trata de acomodarte otra vez dentro de ella.

A una señal, nos pararemos y observaremos otra silueta que no sea la nuestra y veremos si podemos acomodarnos dentro de ella (rotar por todas las siluetas, hasta que cada niño regrese a la suya).

## JUEGO

Formar un espejo de niños, todos pegados a la pared: uno pasará al frente a hacer gestos o posturas (graciosas, en equilibrio, etc.) y entre todos la reflejamos.

## GRUPO B

### EQUILIBRIO-DESEQUILIBRIO

Objetivo particular: mejorar la coordinación motriz y el equilibrio.

Procedimiento: dos niños se paran frente a frente y tratan de desequilibrar al otro haciendo contacto sólo con sus palmas abiertas. Pierde quien levanta o mueve uno de los pies. Es interesante hacer parejas con los niños de diferentes estaturas y comentar después las técnicas que cada uno descubrió.

## CÍRCULO MÁGICO

¿Puedes reconocer desde aquí tu silueta?

¿Qué vas a hacer con ella?

Cada niño enrolla su silueta y se la lleva.

Recordar las emociones que vimos anteriormente y preguntar qué les ha gustado más de las actividades del taller.

Si el grupo se presta haremos una meditación tranquila.

#### DESPEDIDA

Con un gran abrazo de mucho amor mágico nos despedimos y les recuerdo que el próximo año estaremos juntos otra vez.

### **Programa**

**de la séptima sesión: 12 de Enero, 2007**

**SESIÓN 7**

**GRUPO A y B**

#### **OBJETIVOS:**

Introducción de un nuevo material.

Trabajo en parejas y en equipo; contrastes, placer sensoriomotriz.

#### **INICIO:**

**LECTURA DE GRUPO**

Duración: 15 minutos aprox.

Llega cada niño y en el pizarrón dibujará cómo se siente el día de hoy.

#### **ACTIVIDAD:**

- Se reparten telas, mientras se oye música (la Primavera de Vivaldi).

- Haz volar a tu tela; procura que se mueva al ritmo de esa melodía.
- Ahora, si cambia la música, varía también el ritmo de tu tela (jugar varias veces a los contrastes de la música y del movimiento).
- Escoge una pareja; entre los dos usarán sólo una tela, y la otra la pondremos mientras tanto aquí (ofrecer el cesto).
- Si la música es suave, entre los dos moverán suavemente la tela (cada niño la toma de las dos puntas).
- Si la música es alegre, entre los dos usen la tela para moverse y sacudirse; pueden sacudir la tela, el salón, a su compañero (repetir).
- Tomen otra vez la tela; vamos a movernos con ella por el espacio (provocar movimientos variados en distintos niveles). A una señal del pandero, pondremos las telas:
  - En la pared
  - En el piso
  - Sobre la cabeza
  - Pondremos las rojas juntas, en el piso
  - Las colocaremos como si fueran una cola
  - Una falda, un babero
  - Como quieras (verbalizar: ¿cómo pusiste tu tela?).

## JUEGO

Otra vez pondremos una melodía suave y todos formaremos un círculo tomándonos con las telas; vamos a girar hacia un lado y hacia otro, como si fuéramos un carrusel (cambiar de lado, jugar a subir y a bajar las manos, a cerrar el círculo, abrirlo, etc.).

Cada quien doble su tela de forma diferente, como no la haya doblado antes.

Póngalas en el cesto. (Sefchovick y Waisburd, p. 75-77).

## CÍRCULO MÁGICO

Estas telas pueden servir para...

¿Cómo se sintieron, qué emociones experimentaron y dónde?

¿Cómo les fue en las vacaciones?

Hacer un recuento de cuántas emociones experimentaron y al final de que todos platiquen ver cuál emoción ganó en estas vacaciones.

## DESPEDIDA

Abrazo de energía mágico.

**Programa**  
**de la octava sesión: 19 de Enero, 2007**

**SESIÓN 8**

**GRUPO A y B**

**OBJETIVOS:**

Que los niños se expresen de una forma no verbal, dándole especial importancia al sentido del tacto.

**INICIO:**

**LECTURA DE GRUPO**                      Duración: 15 minutos aprox.

Llega cada niño y en el pizarrón dibujará cómo se siente el día de hoy.

**ACTIVIDAD:**

**MANOS, OJOS Y CARAS**

Formar parejas. Se les explica a los niños que esta actividad debe hacerse sin hablar. Primero se les pide que se digan algo con las manos, luego con las miradas y por último tocando con la mano la cara del compañero. (Demichelis, p.43).

**MOVIMIENTO**

Objetivo: Cualidades del movimiento. Imagen corporal (profundización).

**Propuesta:**

Mientras suena la música, se reparten 1.50 m. de papel Manila grueso para cada niño; debe haber tijeras, plumones, gises, crayolas.

**EVOLUCIÓN**

Si la melodía es lenta, muévete lentamente.

Si no hay música, quédate quieto.

Si oyes el pandero, sacúdete.

A una señal, te quedarás quieto como estatua (repetir usando los tres niveles, y sugerir movimientos como rodar, deslizarse, hacerlas en equilibrio y estables; destacar la diferencia).

Esparce el papel en el piso.

Cada niño acomódese sobre el papel y van a pintar una foto suya, el rostro de su cara, y recortarla.

Cada niño pintará la expresión de su propia máscara con plumones. Se ponen todas las máscaras que los niños hayan hecho en el centro del espacio de trabajo y se pide a cada niño que pase y se pruebe todas. Cada vez que se pone una máscara dice o hace algo desde ese personaje. El principal objetivo es empezar a experimentar con la actuación mostrando todo el cuerpo, y con las máscaras de apoyo.

La máscara de alguna manera protege al que está detrás de ella, brindándole mayor seguridad que si no la trajera. (Sefchovick y Waisburd. 96,97),(Demichelis, p. 32).

## DESCANSO

Afloja las partes de tu cuerpo, una por una, contrayéndolas y luego saltando. Hay que nombrarlas a todas, en especial aquellas en las que se acumula tensión: cuello, espalda, cintura, mandíbula.

## CÍRCULO MÁGICO

Exploración de el DISGUSTO.

El disgusto es una emoción que:

Nos hace perder la objetividad.

Magnifica los acontecimientos.

Genera rencor.

Aísla.

Daña la salud.

Nos disgustamos porque no sabemos a qué hora vamos a comer, porque alguien se llevó nuestro periódico, porque ya no hay algo que queríamos, ¿cuánto tiempo pasas disgustado durante el día?

Tarea actividades de la pág 43. Que busque expresiones de disgusto, las pegue y complete la frase.

Que saque del material recortable p. 45 las consecuencias que nos acarrea el estar disgustados, las ordene, las pegue en la p. 44 y conversen al respecto.

LA TRISTEZA es una emoción que nos resta alegría, que nos impide disfrutar los pequeños y grandes acontecimientos de nuestro diario vivir. En ocasiones la tristeza puede apoderarse de nosotros y hacernos sufrir más de la cuenta porque el nivel de esperanza es muy bajo o nulo. Es por eso que no es bueno alentarla.

Reflexionen y observen si su familia se desenvuelve en un ambiente de tristeza; observen cuán seguido se presenta. Es muy importante que el medio en el que vive su hijo sea lo más armónico posible.

Procuren platicar con sus hijos, especialmente cuando los noten diferentes: que se den cuenta de su interés y preocupación, en especial, de su cariño.

Pintar y recortar la máscara de la tristeza de la pág. 47 y pegarla en su recámara para que la tengan presente. (Aguilar, p. 44-45).

DESPEDIDA

Abrazo de energía mágico.

**Programa**

**de la novena sesión: 26 de Enero, 2007**

SESIÓN 9

**GRUPO A y B**

## OBJETIVOS:

Trabajo de grupo. La restructuración tridimensional del papel.

## INICIO:

## LECTURA DE GRUPO

Duración: 15 minutos aprox.

## ACTIVIDADES:

Los niños esparcen el periódico desmenuzado que se encuentra en las bolsas (tener a la mano, y no al alcance de los niños, dos o tres recipientes medianos con poco agua o engrudo ligero, y algunos trapos o toallas).

## EVOLUCIÓN:

Construyan un espacio entre todos.

Jueguen con las posibilidades de entrar en el espacio y salir de él sin deshacerlo; primero con movimientos lentos, todos juntos. Después, de uno en uno, con movimientos rápidos, pero sin deshacer el espacio.

Desháganlo y construyan otro para todos, pero distinto.

Entren en él silenciosos y establezcan contacto visual y táctil con todos los niños; asidos de las manos y muy juntitos, tomen conciencia de lo que sentimos cuando estamos así, tan juntos y callados...

Deshagan el espacio con ruido y fiesta.

Cada niño toma una cantidad de periódico para sí mismo: busca un lugar cómodo.

Presentar dos o tres recipientes con poco agua o engrudo ligero: mojando y exprimiendo tu periódico, construye algo con él (pueden ser pelotas o tortas; los mayores harán construcciones más elaboradas).

Al terminar, visita la exposición.

Cada niño debe de hablar de su estructura.

## DESCANSO

Busca un lugar para sentarte y desde ahí, con música, observa de lejos la estructura que construiste.

## CÍRCULO MÁGICO

¿Qué haremos hoy con el periódico?, ¿qué ocurrirá si lo dejamos esparcido en el salón? ¿Y si lo recogemos en las cubetas? ¿Y si lo tiramos?

El grupo decide cómo despedirse del material.

Descubriremos ¡LA SORPRESA!

Platicar sobre qué sorpresas sería más importante procurar y cuáles habría que evitar, por ejemplo:

### **Procurar:**

Ayudar en las labores de la casa.

Cumplir con mis tareas.

Ser amable y cortés con aquellos que no me caen bien.

### **Evitar:**

Dejar en desorden mis cosas.

Gritos y pleitos.

Accidentes por jugar sin cuidado.

Formalizar un compromiso para no perder la capacidad de asombro; busquen por lo menos una sorpresa a la semana.

Escriban su compromiso en la página 52. (Aguilar, p. 47-49).

## RELAJACIÓN CON MÚSICA

Acostados en el suelo, cerraremos nuestro ojitos y pondremos atención en nuestra respiración.

## DESPEDIDA

### **Programa**

**de la décima sesión: 2 de Febrero, 2007**

### SESIÓN 10

### **GRUPO A y B**

### OBJETIVOS:

El placer del movimiento. Calidades del movimiento.

### INICIO:

### LECTURA DE GRUPO

Duración: 15 minutos aprox.

### ACTIVIDADES:

Se reparten tiras largas de papel crepé de varios colores.

### Evolución:

La Danza de las serpentinatas: con música, todos los niños danzan libremente usando las cintas.

Baile por grupos: los rojos, los verdes, los azules, los amarillos. Mientras un grupo danza, los demás observan.

Cada grupo prepara un diseño con las cintas, los cuales se acomodan sobre el piso. Cada equipo se mete dentro de su diseño y a una señal, todos salen a visitar, cuidadosos, los diseños de los demás, y regresan.

Dar unos minutos para que cada equipo prepare un gran diseño que sirva de laberinto para que otros equipos lo exploren (los diseños se dibujan en papel blanco con la crayola del color correspondiente).

Cada equipo presenta su diseño en el papel, lo acomoda en el piso y los demás lo exploran.

Mezclar los equipos para que en cada uno de ellos haya por lo menos una cinta de cada color.

Intentar hacer diseños en los que el color sea importante.

## JUEGO

Enrollarse como caramelo en la cinta de papel e intentar moverse sin que la cinta se rompa (repetir varias veces). Enrollarse una última vez, y a una señal salir todos juntos rompiendo todo el papel (recoger el papel).

## DESCANSO

Imaginemos que somos paletas heladas de un sabor que esté relacionado con los colores del papel.

Nos derretimos lentamente hasta quedar en el piso, relajados. (Sefchovick y Waisburd, p. 116-118).

## CÍRCULO MÁGICO

Exploración de la emoción: LA ENVIDIA

¿Cómo se pueden dar cuenta que están sintiendo envidia?

¿Cómo pueden combatirla?

¿Cuáles son algunas de las consecuencias?

Inventar un cuento en el que aparezca la envidia. (Aguilar, p. 53-54).

## MEDITACIÓN

5 minutos.

## DESPEDIDA

Gran abrazo grupal.

**Programa****de la onceava sesión: 9 de Febrero, 2007****SESIÓN 11****GRUPO A y B****OBJETIVOS:**

Control corporal. Experimentar un material nuevo.

**INICIO:****LECTURA DE GRUPO**

Duración: 15 minutos aprox.

**ACTIVIDADES:**

Se reparten resortes (de 1.2° m de largo, amarrados para formar círculos de aproximadamente 60 cm.).

**EVOLUCIÓN**

Dar el tiempo suficiente como para explorar el material nuevo.

Proponer con el resorte varios movimientos para estirar brazos, piernas y todo el cuerpo.

Desplazarse por el espacio de formas variadas; a una señal, hacer una figura utilizando el cuerpo y el resorte.

Caminar en parejas y formar figuras junto con el compañero.

Formar dos equipos y desplazarse todos juntos por el espacio; a una señal, cada equipo forma una estructura. Ésta mantiene inmóvil por un momento y se va deshaciendo poco a poco, con movimientos muy lentos (repetir varias veces).

Un equipo se sienta y observa al otro trabajar; cuando ya está formada la estructura, los integrantes del equipo que estaba mirando se levantan y van a reconocer corporalmente la estructura, pasando y deslizándose por los espacios que hay entre los niños y los resortes (pedir verbalización: esta figura parece...).

Se invierte el rol y se repite varias veces.

Todo el grupo, juntos, se desplazan y a una señal arman una estructura, la sostienen un rato y la deshacen lentamente. Con niños mayores, la estructura se puede ir transformando: los que están en el piso lentamente cambian de nivel y a la inversa. Se puede también elaborar estructuras en movimiento y que produzcan sonido y los niños, uno por uno, van reuniéndose con los demás con el mismo sonido, hasta armonizar en un ritmo colectivo; o bien cada participante interviene con un sonido personal y luego se consigue cierto grado de armonía en el grupo.

En el trabajo de equipos, los niños mayores en un tercer nivel pueden observar la estructura de un determinado equipo y reproducirla en un papel utilizando crayolas; también pueden inventar historias fantásticas relacionadas con los laberintos que forman la estructura.

## JUEGO

En parejas, estiran los resortes hasta el límite y, a una señal, soltarlos todos juntos.

## DESCANSO

Acostados en el piso, estiren por partes el cuerpo y vayan soltándolas para relajarse. (Sefchovick y Waisburd, p. 103-104).

## CÍRCULO MÁGICO

Revisar la emoción EL ENTUSIASMO

Es importante alimentar el entusiasmo, ya que es el motor que nos impulsa a :

1. Conseguir lo que queremos
2. Vencer las adversidades sin hundirnos en ellas
3. Disfrutar más la vida

¿Porqué es importante tener entusiasmo en las acciones que emprendemos?

Cuando el entusiasmo nos abandone, ¿qué podemos hacer para recuperarlo? (Aguilar, p. 58-59).

DESPEDIDA

Dándonos besos y un abrazo entre todos.

### **Programa**

**de la doceava sesión: 16 de Febrero, 2007**

**SESIÓN 12**

**GRUPO A y B**

**OBJETIVOS:**

Profundizar en el manejo del espacio y en el control corporal. Concentración, memoria y abstracción.

**INICIO:**

**LECTURA DE GRUPO**

**Duración: 15 minutos aprox.**

## ACTIVIDADES:

En el salón hay cinta adhesiva pegada en el piso, de formas variadas.

## EVOLUCIÓN

Explorar de forma individual todas las líneas.

Explorar con una pareja todas las líneas.

Decir a qué se parecen.

El facilitador copia en hojas de papel cada una de las líneas, con un color contrastante, utilizando una hoja para cada línea. Cuando estén copiadas, se despegan del piso.

El facilitador muestra el dibujo y los niños, en grupo, tratan de acomodarse en el piso imitando la forma del diagrama (repetir varias veces).

En parejas, cada una de ellas se diseña en una hoja una forma nueva.

Una por una, las parejas van mostrando al grupo sus diseños y el grupo los copia en el espacio.

## JUEGO

En fila, con una marcha musical; el primer niño de la fila propone una forma de desplazarse por el espacio del salón, y todos lo siguen imitándolo. A una señal del maestro, pasa al final de la fila y otro niño lo dirige, hasta que todos hayan encabezado una vez. El ejercicio puede hacerse sin música y usando una rima popular o una inventada por los niños; por ejemplo: ¡Come papas fritas, vienen en bolsitas!, ¡uno, dos y tres, caballito inglés!, etc.

## DESCANSO

Acostarse sobre el piso en una postura cómoda, y a una señal, buscar otra postura igualmente confortable (repetir varias veces). Descansar en la postura favorita.

## CÍRCULO MÁGICO

¿Cuál fue tú línea favorita?

¿Podrías dibujarla en el papel?

Se reparte papel y cada niño dibuja mientras todos comentamos. (Sefchovick y Waisburd, p. 113-114).

## Revisión de la emoción: LA TIMIDEZ

Identificar la timidez en los siguientes casos:

1. Juan no quiere ir al cine, prefiere quedarse a estudiar.
2. Rosa guarda su trabajo, no quiere que lo vea su amigo.
3. Clara hizo un suéter para su perro; cuando se lo prueba, ve que le queda grande y mejor lo esconde.
4. Gabriel compra un juego de mesa, lo juega con sus amigos pero no lo presta.

**Programa**  
**de la treceava sesión: 16 de Febrero, 2007**

**SESIÓN 13**

**GRUPO A y B**

**OBJETIVOS:**

Dramatización. Trabajo en equipos.

**INICIO:**

**LECTURA DE GRUPO**

Duración: 15 minutos aprox.

**ACTIVIDAD 1:**

**DINÁMICA DE INTEGRACIÓN**

**UNO, DOS O TRES.**

*Objetivos:*

Desarrollar el sentido de pertenencia al grupo.

Fomentar la unión del grupo.

Sentirse acogido y aceptado por los compañeros.

*Material:*

Música energética e instrumento de percusión o silbato.

*Descripción:*

Los asistentes se trasladan al ritmo de la música: de espaldas, de lado, bailando, saltando...

El facilitador para la música y percute 1, 2 ó 3 veces. Según el número de veces, los alumnos harán una de las siguientes acciones con el compañero más cercano:

**1 golpe:** se saludan verbal o corporalmente y dicen su nombre.

**2 golpes:** se quedan mirando fijamente a los ojos en completo silencio.

**3 golpes:** bailan juntos.

En cualquiera de los tres casos, al volver a poner la música los compañeros se separan para moverse individualmente hasta que pare de nuevo y se vuelva a percutir. En caso de que sean 3 golpes, el animador pondrá otra vez la música para que bailen las parejas y volverá a parar cuando quiera indicar que se separen. Inmediatamente después sonará de nuevo la música para que continúe uno moviéndose por su lado.

*Observaciones:*

Conviene no dejar mucho tiempo cuando se den 2 golpes (unos 5 segundos). Hay que recalcarles lo del silencio pero sin preocuparse si no lo consiguen. Es una situación que puede incomodar y suelen reaccionarse con la risa o hablando para quitar importancia a la mirada. (Hernández, p. 61-62)

**ACTIVIDAD 2:**

Se reparten telas, cintas de colores, resortes, papel crepé de colores.

Se confecciona un disfraz. Cada niño muestra su disfraz y actúa un pequeño monólogo en relación con su personaje.

Formar dos equipos y dar un tiempo para que cada uno de ellos prepare una pequeña obra de teatro con los personajes que hay. Dar título a las obras (el facilitador debe indicar que cada obra tiene principio, argumento o trama, y cierre o final). Un equipo representa para el otro. Se explorarán las emociones que hayan sido más significativas para los niños.

## DESCANSO

Los niños se recuestan cerca de la pared con los pies hacia arriba

Hoy hablaremos de la actitud de: **COMPRESIÓN**.

La comprensión es una emoción que nos enseña a pensar en los demás, a entenderlos y apoyarlos.

La comprensión de los demás es una de las emociones más importantes, porque nos permite convivir en armonía. ¿Qué nivel de comprensión se maneja en su hogar? Analicen en qué aspectos hay comprensión y en cuáles no.

Muchas veces los niños no son comprensivos porque no les hemos enseñado a serlo, porque los consideramos reyes del hogar y todo gira en relación a ellos.

Esto los hace egoístas e incapaces de pensar en los demás:

- ¿Cooperan sus hijos en las actividades del hogar?
- ¿Tienen alguna tarea específica?
- ¿Recogen sus cosas? ¿Cargan sus mochilas?
- ¿Los saludan cuando llegan?
- ¿Tienen detalles con ustedes?

Si no es así, es necesario empezar a enseñarles.

Los primeros pasos serán:

Establecer normas familiares claras y coherentes y no renunciar a ellas.

Aumentar con la edad las tareas domésticas y otras responsabilidades.

Evite dar recompensas por la cooperación. Para que un hogar funcione, cada uno debe tener una tarea específica y contribuir para que el trabajo se reparta equitativamente.

Platique con su hijo con respecto a qué normas se pueden establecer en el hogar; que tomen parte activa, lo harán con gusto.

Elaboren una lista en la que anotarán las actividades por realizar y el nombre del realizador, Por ejemplo:

Por la mañana:

Papá: sacar la basura.

Mamá: Hacer el desayuno.

Hermano: Sacar al perro.

Hermana: Poner la mesa.

Yo: Arreglarme solo.

Todos: cada uno recoger su plato.

Digan a sus hijos que la comprensión implica:

- Ayudar.
- Perdonar.
- Cooperar.
- Querer.
- Entender.
- Analizar.
- Amar.
- Ser amable.
- Pensar en los demás.
- Preocuparse por ellos.

Hay muchas formas de ser comprensivo:

- No hacer ruido cuando alguien duerme, bajar la voz.
- Llevar un vaso de agua a quien tiene sed.
- Dar la mano a mi hermanita menor.

Establezca la semana de la comprensión. Propongan que no pase el día sin hacer un acto bondadoso y registrarlo.

Comenten que cada vez que comprendemos a los demás, los amamos y nos sentimos contentos.

**Programa**  
**de la treceava sesión: 9 de Marzo, 2007**

SESIÓN 14

**GRUPO A y B**

**OBJETIVOS:**

Dramatización. Trabajo en equipos.

INICIO:

LECTURA DE GRUPO

Duración: 15 minutos aprox.

JUEGO CON PELOTAS PARA DESCARGA DE AGRESIÓN

ACTIVIDAD 1:

OBJETIVO: Asociar la noción de tranquilización a una acción (cruzar brazos y respirar profundamente).

Bibliografía: Emociones Destructivas.

NARRACIÓN DEL CUENTO DE LA TORTUGA.

Ésta es la historia de una pequeña tortuga a la que le gustaba jugar a solas y con sus amigos. También le gustaba ver mucho la televisión y jugar en la calle, pero no parecía pasársela muy bien en la escuela.

A esa tortuga le resultaba muy difícil permanecer sentada escuchando a su maestra. Cuando sus compañeros de clase le quitaban el lápiz o la empujaban, nuestra tortuguita se enojaba tanto que no tardaba en pelearse o insultarles hasta el punto de que luego la excluían de sus juegos.

La tortuguita estaba muy molesta, estaba furiosa, confundida y triste porque no podía controlarse y no sabía cómo resolver el problema. Cierta día se encontró con una vieja tortuga sabia que tenía trescientos años y vivía al otro lado del pueblo. Entonces le preguntó: ¿Qué es lo que puedo hacer?

La escuela no me gusta. No puedo portarme bien y, por más que lo intento, no lo consigo.

Entonces la anciana tortuga le respondió: La solución a este problema está en controlarte, métete dentro de tu caparazón (cerrar brazos). Ahí adentro podrás calmarte. Cuando yo me escondo en mi caparazón, continuó la vieja tortuga, hago tres cosas. En primer lugar, me digo ALTO. Luego RESPIRO PROFUNDAMENTE una o más veces si así lo necesito y, por último, me digo a mi misma CUÁL ES EL PROBLEMA. Luego, las dos practicaron juntas varias veces hasta que nuestra tortuga dijo que estaba deseando que llegara el momento de volver a su clase para probar su eficacia.

Al día siguiente, la tortuguita estaba en clase cuando otro niño empezó a molestarla y, apenas comenzó a sentir el surgimiento de la ira en su interior, que sus manos empezaban a calentarse y que se aceleraba el ritmo de su corazón, recordó lo que le había dicho su vieja amiga, se replegó en su interior, donde podía estar tranquila sin que nadie la molestase y pensó en lo que tenía que hacer. Después de respirar profundamente varias veces, salió nuevamente de su caparazón y vio que su maestra estaba sonriéndole.

Nuestra tortuga practicó una y otra vez. A veces lo conseguía y en otras no, pero, poco a poco, el hecho de replegarse dentro de su concha fue ayudándole a controlarse. Ahora ya ha aprendido tiene más amigos y disfruta mucho yendo a la escuela. (Goleman, p. 336-337).

ACTIVIDAD: Los niños representan el cuento de la tortuga. Luego hablar de sus sentimientos.

#### CIRCULO MÁGICO:

Hoy hablaremos de la emoción: MIEDO.

Cada uno va a identificar cinco cosas que les den miedo. Platicar de esta emoción: cómo se presenta, qué efectos produce, qué consecuencias puede tener, etc.

El miedo también es un guardián natural, como tener que cruzar la calle (protección), no perderme en el súper o en un centro comercial. Si el miedo crece se puede convertir en pánico o terror.

DESPEDIDA

#### **Programa**

**de la catorceava sesión: 16 de Marzo, 2007**

SESIÓN 15

**GRUPO A y B**

OBJETIVOS:

Dramatización. Trabajo en equipos.

INICIO:

LECTURA DE GRUPO

Duración: 15 minutos aprox.

ACTIVIDADES:

Se va a poner el material que fue utilizado en sesiones pasadas. Telas, papel, resortes.

Se les pedirá que dramaticen el cuento de la tortuga, para manejar el enojo.

Después iluminarán cada uno las diferentes expresiones de sentimientos.

Las pegaremos en una cartulina y jugaremos a tirar con un dado y en la emoción que caiga el niño contará una anécdota al respecto.

Se les explicará que la siguiente sesión será la última y que la compartirán con sus mamás.

DESPEDIDA

Abrazo mágico.

**SESION FINAL PAPÁS E HIJOS****GRUPO A****OBJETIVOS:**

Conocimiento y reconocimiento del propio cuerpo.

Integración grupal (conocernos).

Conocer al facilitador (confianza).

Liberar tensión durante el juego.

Adaptarse al espacio.

**INICIO:****LECTURA DE GRUPO**

Duración: 15 minutos aprox.

**ACTIVIDADES**

Duración: 20 minutos.

- Se reparten pelotas medianas (una para cada niño).
- Puedes hacer lo que desees con la pelota.
- Hazla rebotar y tómalala con las dos manos.
- Cada vez que la botes, di tu nombre.
- Vamos a ver cómo lo hace cada niño, sin hablar.
- Vamos a oír cómo lo hace cada niño, diciendo su nombre.
- Ahora, arrójala hacia arriba, muy alto, aunque después no la alcances... (varias veces).
- Bien, ahora arrójala hacia arriba, pero no muy alto, sino sólo hasta donde puedas tomarla sin que se te escape.

- Vamos a pasear por el salón, cada niño con su pelota; puedes llevarla con la mano, bajo el brazo, sobre la cabeza o de alguna otra forma. Cuando oigas sonar el pandero una vez, detente.
- Cuando oigas el pandero sonar dos veces, paséate (cada vez llevará la pelota de una forma distinta, varias veces).
- Bien, cuando te detengas vas a cambiar tu pelota con otro niño; tú la llevarás a pasear mientras él lleva la tuya (varias veces).
- Lo hacemos más difícil: cuando cambies tu pelota di tu nombre y escucha el de tu compañero (varias veces).
- Escoge una pareja, aprende su nombre mientras ella aprende el tuyo; después, juntos inventarán un nombre gracioso para cada pelota.
- Vamos a llevar a pasear las pelotas en pareja (varias veces).

Música:

## JUEGO

### MÁS PERIÓDICO

Se reparte papel periódico (dos hojas grandes por cada niño, como mínimo). El papel se esparce por el salón.

Escoge un pedazo de papel e intenta hacer con él sonidos diferentes (arrugándolo, pegándole con una mano, golpeándolo contra el piso, alisándolo, rasgándolo, etc.).

Vamos a jugar al ruido y al silencio; a una señal haremos mucho ruido con el papel, y a otra señal nos quedaremos en silencio y prestaremos atención a los sonidos que hay fuera del salón. (repetir varias veces).

Bien, terminaremos de romper todo el papel periódico que queda.... Cuando ya esté roto, juntaremos mucho periódico para cada quien, y cuando todos tengamos bastante contaremos: uno, dos, y tres, y empezaremos una fiesta de confeti danzando y lanzando el periódico por todo el salón. (se acompaña con música muy alegre).

¡Alto! (interrumpir la música durante algunos segundos), Quédense quietos en una posición de equilibrio.

¡Sigán! Vuelvan a la fiesta (repetir varias veces).

Descansaremos un momento, acostados sobre el papel (muy breve).

Ahora, en vez de usar música caminaremos sobre el papel, haciendo mucho ruido (se puede jugar al eco: el facilitador marca un ritmo y los niños lo siguen; éstos, uno por uno, marcan su ritmo y los demás lo siguen).

Bien, caminaremos sobre el papel, pero en silencio sin hacer ruido.

Cada niño construirá, con los pedacitos de papel, un espacio cómodo para estar adentro.

Cuando todos están dentro de su espacio:

Vamos a salir de puntitas de pie, cuidadosamente, a visitar el espacio de los demás.

Escoge una pareja y junten su papel y construyan un espacio cómodo para los dos (cuando todos estén dentro, salir de visita; ampliar a cuatro, ocho y todo el grupo junto. Hacer notar la intimidad del grupo).

## CÍRCULO MÁGICO

Jugar con el juego de emociones todos juntos.

DESPEDIDA

Agradecerles su apoyo, tiempo, compañía y amor.

Entrega de Diplomas.

### **SESION FINAL *PAPÁS E HIJOS***

#### **GRUPO B**

#### **OBJETIVOS:**

El placer del movimiento. Calidades del movimiento.

**INICIO:**

**LECTURA DE GRUPO**

Duración: 15 minutos aprox.

**ACTIVIDADES:**

Se reparten tiras largas de papel crepé de varios colores.

**Evolución:**

La Danza de las serpentinas: con música, todos los niños danzan libremente usando las cintas.

Baile por grupos: los rojos, los verdes, los azules, los amarillos. Mientras un grupo danza, los demás observan.

Cada grupo prepara un diseño con las cintas, los cuales se acomodan sobre el piso. Cada equipo se mete dentro de su diseño y a una señal, todos salen a visitar, cuidadosos, los diseños de los demás, y regresan.

Dar unos minutos para que cada equipo prepare un gran diseño que sirva de laberinto para que otros equipos lo exploren (los diseños se dibujan en papel blanco con la crayola del color correspondiente).

Cada equipo presenta su diseño en el papel, lo acomoda en el piso y los demás lo exploran.

Mezclar los equipos para que en cada uno de ellos haya por lo menos una cinta de cada color.

Intentar hacer diseños en los que el color sea importante.

## JUEGO

Enrollarse como caramelo en la cinta de papel e intentar moverse sin que la cinta se rompa (repetir varias veces). Enrollarse una última vez, y a una señal salir todos juntos rompiendo todo el papel. (recoger el papel).

## ESCULTURAS HUMANAS

Objetivos particulares:

Hacer un puente entre la expresión corporal y lo emocional, además de facilitar el contacto físico entre los miembros del grupo.

Procedimiento:

Se forman grupos de 5 o 6 niños. Se le da a cada grupo un nombre abstracto: alegría, tristeza, trabajo, generosidad, paz, inquietud, enojo, satisfacción, silencio. Luego se le pide a cada grupo que construya

una escultura con ese nombre. Posteriormente se le indica a cada grupo que elaboren una frase o reflexión de su tema para compartirla con todo el grupo.

## CÍRCULO MÁGICO

Jugar con el juego de emociones todos juntos.

## DESPEDIDA

Agradecerles su apoyo, tiempo, compañía y amor.

Entrega de Diplomas.



## ANEXO 8

### ENTREVISTAS A PADRES

ENTREVISTA A PADRES

30 DE ENERO DEL 2007

Sra. Lupita, mamá de Ángel y Monse.

FACILITADORA. ME GUSTARÍA QUE ME HABLARAS DEL AMBIENTE FAMILIAR Y DE CADA UNO DE TUS HIJOS.

MAMÁ. ¡Ok!, Te platico de mis hijos. Como tú sabes, estamos pasando por un periodo de separación, entonces por la misma situación, hay un ambiente tranquilo. Afortunadamente no hubo pleitos ni nada y afortunadamente hay una buena relación con Ángel, pero obviamente los niños extrañan al papá, hay una buena comunicación en la situación con los niños, si están tristes, si están enojados, queriendo ayudarles todo el tiempo. Que se sientan con la confianza de platicar con nosotros y abrirse.

En la casa es tranquilo, de repente me siento muy estresada por las carreras, el tiempo, pero el ambiente es tranquilo, jugamos, las actividades normales, los niños cooperan mucho en la casa, participan en las labores de la casa y como eso nos ha integrado mucho ellos conmigo y yo con ellos. De repente hay momentos de nostalgia, pero...

FACILITADORA. ¿QUÉ HACEN EN ESOS MOMENTOS DE NOSTALGIA?

MAMÁ. Platicamos y nos sentamos y vemos porqué estamos tristes, cómo podemos solucionar el problema, sobretodo con Ángel.

FACILITADORA. ¿EL PEQUEÑO?

MAMÁ. Sí, por ejemplo, cuando pasan el fin de semana con él, regresa a la casa y siente la separación más fuerte.

FACILITADORA. ¿CÓMO LA MANIFIESTA?

MAMÁ. Llorando.

FACILITADORA. ¿DE TODO?

MAMÁ. Bueno, sí, de repente empieza a llorar y me acerco a ver qué pasa, y me dice que extraña a su papito y que quisiera que estuviera con nosotros, y bueno entonces yo lo abrazo y le digo que por el momento no podemos estar juntos pero que él sabe que cuenta con su papá en el momento que lo necesite, que está bien que llore, y que es un sentimiento que él no puede evitarlo, que se desahogue y que en el momento que él quiera hablar con su papá y si quiere que venga su papá un ratito lo puede hacer y que se sienta con la confianza de poder hablarlo,. No se trague sus sentimientos. Por eso en cuanto a Ángel, es con el que mas momentos de nostalgia hay y es sobretodo cuando regresa de estar con él, porque conmigo están toda la semana y con él un fin de semana sí y uno no. Entonces ese fin de semana que están con él, es al máximo...

FACILITADORA. ¡AJÁ!

MAMÁ. Juegos, platicar y llegan a la casa, y pues sí empieza a llorar y pues sí hablo con él para que se sienta seguro y no que se aguante y exprese sus sentimientos.

FACILITADORA. ¿Y TÚ CÓMO TE SIENTES EN ESE MOMENTO?

MAMÁ. ¡Ay! Pues me siento muy triste, me da tristeza verlo así y le hago sentir que mi fortaleza le puede ayudar a que se sienta seguro.

FACILITADORA. LO QUE TE PONE TRISTE ES...VERLO LLORAR?

MAMÁ. Eso es lo que me pone triste. Me pega horriblemente el verlo llorar. Que no quisiera que fuera así, pero las cosas así tienen que ser y que con el tiempo van aceptando la situación. Es un proceso que tendrá que superar, pero también lo es para cada uno de nosotros. Y pues echarle muchas ganas, que se sienta con la confianza de poder llegar y desahogarse. Y que si va a llorar, que llore, y que si quiere estar enojado, que así lo esté, pero que sepa porqué está enojado, porqué, y que identifique sus sentimientos para saber porqué, y poder ayudarlo. Y estar tranquila yo, para sacarlo adelante.

FACILITADORA. Y CÓMO ES CON MONSE?

MAMÁ. (se cruza de brazos y piernas ) Con Monse no he tenido tantos momentos de nostalgia, como que es mas fuerte, lo ha sabido aceptar de mejor manera, no sé, no sé. Pero la veo mucho más tranquila que Ángel. Y a veces está triste, pero me dice que para nosotros es mejor. Y así ustedes están bien, pero sí extraña a su papá. Lo que le digo es que si tu quieres que tu papá venga, él puede venir. Entonces como que eso también le ha ayudado a ella.

También es que ella está en una etapa de cambio por eso es que así lo ha tomado. Pero él es más apegado a mí, o sea Monse también, pero Ángel es mucho, mucho, muy apegado a mi. Entonces vamos a procurar ayudarlos. Y mira, mientras yo esté bien y Ángel esté bien, cuando estén con nosotros vamos a poder ayudarlos.

FACILITADORA. ¿ A QUIÉN ES MÁS APEGADA MONSE?

MAMÁ. Pues yo creo que a los dos. Están mucho tiempo con Ángel y están mucho tiempo conmigo. O sea como que es afín a los dos.

FACILITADORA. ¡AJÁ!

MAMÁ. Juegan mucho con él. Los miércoles él va a la casa a cenar, y es los miércoles de lectura. Entonces nos lee a todos un cuento, estamos ahorita leyendo el cuento de Narnia, el segundo,

FACILITADORA. ¡AJÁ!

MAMÁ. Entonces eso también ha hecho que haya un acercamiento más entre los niños, aunque Ángel se queda dormido, pero Monse está muy pendiente, yo creo es que ahí es donde tiene esa cercanía. Están juntos, leyendo, y bueno los dos, les gustan mucho los deportes, entonces están muy al pendiente de los equipos, del partido y es ahí donde está la afinidad.

FACILITADORA. ¿PARTICIPAS EN LA ACTIVIDAD DE LECTURA?

MAMÁ. Sí claro, a veces estoy ahí con ellos, él lee y yo estoy con ellos.

FACILITADORA. ¿ESO LO HACÍAN ANTES?

MAMÁ. No. (se queda callada un minuto). Siempre sale algo bueno de estas situaciones. Este, y no, la verdad es que no teníamos la costumbre. En cambio yo, todas las noches les canto. Todas las noches, bueno, de lunes a jueves, bueno desde el domingo, (ja,ja, ja). Y este, como antes a la hora que llegaba él, los niños ya estaban dormidos, (con voz de reclamo), no había esa comunicación, no se veían en la noche. Y a raíz de esto, como tres veces en la semana, él viene a cenar y les lee un libro. Ya terminamos el uno de Narnia y ya estamos en el segundo. Entonces ellos esperan el miércoles. Es muy divertido porque lo actúa, es ¡muy divertido!.  
Ha sido muy padre, esa parte de calidad de tiempo, para los niños ha sido maravillosa.

FACILITADORA. ¿QUÉ HACEN CON ÉL LOS FINES DE SEMANA?

MAMÁ. Pues mira, van al cine, al parque a jugar, y a veces se llevan juegos de mesa, juegan ahí con él, y generalmente los lleva al parque, y si no, como uno de sus hermanos vive aquí y tiene una hija con la que se llevan bien, comen juntos y se van al parque. Llevan la bicicleta, al cine, no sé, a Plaza. Convive con ellos.

FACILITADORA. ESTAS ACTIVIDADES ¿LAS HACÍAN ANTES?

MAMÁ. ¿Ir al parque?. No. Pero sí salíamos a comer, con el hermano. Lo único que cambió fue la salida al parque. Y jugar con ellos fútbol. También disfrutaban mucho al abuelo. Les renta una película y la ven juntos y platicar y platicar. Ángel es más callado pero luego toma confianza y nadie lo calla.

FACILITADORA. ¡JA, JA, JA! HÁBLAME DE MONSE.

MAMÁ. Monse tiene 7 años y es una niña que le encanta hacer amistades. A donde vaya siempre sale con una amiga. Se sabe relacionar, es muy alegre, platicadora, inventa juegos. Tiene una imaginación maravillosa. Siempre quiere que se haga lo que dice. Siempre terminas haciendo lo que ella quiere. Tiene una forma de convencerte. Te va envolviendo de una manera que terminas haciendo lo que ella quiere. También es muy artística, pinta dibuja. Le encanta que le digas todo el tiempo, qué bonito te quedó. Como que le reconozcas su trabajo y este, las artes, bailar, cantar, hacen concursos en la casa y eso ¡me encanta!

FACILITADORA. CÓMO SE DESEVUELVE EN LA ESCUELA?

MAMÁ. Pues muy bien, tiene muchos amigos. Más amigos que amigas. Tiene una gran amiga, pero más amigos. Siempre le están dando regalos, en la escuela va muy bien, pone mucha atención, de repente cae en ser muy exigente con ella misma. De repente me da miedo que sea así. No me gustaría que llegara al extremo de que todo lo quiera hacer perfecto.

FACILITADORA. ¿CUÁL ES EL MIEDO?

Miedo a que las cosas no le salgan como ella espera. Quisiera evitarle eso. Para que no se decepcione de que todo debe estar perfecto. Que se puede como que frustrar si las cosas no le salen como a ella quiere. Por eso no me gustaría que fuera tan perfeccionista.

FACILITADORA. ¿TÚ ERES PERFECCIONISTA?

MAMÁ. Mmm... Tengo un grave defecto, me gusta el orden, o sea, yo no quisiera que fuera a pasar, por ejemplo, si no está mi casa ordenada, me siento, con ansiedad de que debe estar todo en orden. Como que yo quisiera que ella no pasara por esa situación.

FACILITADORA. Y TÚ ¿QUÉ HACES PARA BAJAR ESA ANSIEDAD?

MAMÁ. Me doy cuenta y me pongo a pensar que el orden de la casa no es tan importante.

FACILITADORA. POR EJEMPLO, SI TIENES QUE DARLES DE COMER, PERO LA SALA ESTÁ TIRADA, ¿QUÉ HACES PRIMERO?

MAMÁ. Les doy de comer.

FACILITADORA. ¿SI?

MAMÁ. Sí. Siempre me gusta tener bien claras mis prioridades. Me gusta tener identificado qué es lo más importante. Y te digo, por eso quisiera que ella no se presionara tanto. Por ejemplo, si no le sale la tarea, le digo, tranquila, respira, no pasa nada, y vuélvelo a hacer. Pero veo cómo le cambia la cara al ver que las cosas no le salen. Por otro lado no quisiera que no sea tan exigente. Está muy pequeña. Por otro lado puede ser que en la escuela la presionen mucho, no sé. Le gusta tener su cuarto arreglado, sus cuadernos ordenados, y se relaciona muy bien con las maestras, los compañeros de otros salones.

FACILITADORA. ¿HUBO ALGÚN CAMBIO EN LAS CALIFICACIONES?

MAMÁ. Nada.

FACILITADORA. ¿NADA?

MAMÁ. Sí, de hecho ese era mi temor, esperaba que la psicóloga me hablara, pero no. Con ninguno de los dos.

FACILITADORA. ESTO ¿DE QUÉ TE HABLA?

MAMÁ. Pues que estamos haciendo las cosas bien, que no sienten ellos, mira Gaby, la relación con Ángel es tan buena que una vez al mes nos vamos al cine, a comer, somos o no somos. Esa buena relación entre mamá y papá nos ha ayudado. No ha habido, ni espero que haya problemas nunca.

FACILITADORA. ¿QUÉ ES LO QUE HAS HECHO PARA QUE ESA RELACIÓN SEA TAN BUENA?

MAMÁ. Llevarme bien con él, no estoy enojada con él. No soy grosera, no le busco pleitos.

FACILITADORA. ¿LO HACES POR TUS HIJOS?

MAMÁ. Sí, pero también por mi.

FACILITADORA. ¿ACEPTARÍAS SALIR TODOS JUNTOS?

MAMA. ¡Claro! No aceptaría que él estuviera en casa. Me siento muy bien con lo que estoy haciendo, y él también, por lo que me ha dicho.

La verdad que el motivo de la separación fue porque no había comunicación. De repente cero comunicación.

Y van pasando los años y como que ya no teníamos nada en común.

FACILITADORA. ¿COMO PAREJA?

MAMÁ. Sí claro, como pareja. En gusto, por la falta de comunicación. Cada quien en su rollo, el en la oficina, con sus amigos, y yo en la casa con los niños y mis amigas. Juntos pero cada quien por su lado.

Ya no tenía nada de qué hablar. Antes de que las cosas se pusieran feas, y por los niños, para que no sufran, decidimos mejor separarnos. Pero los que realmente los que deben estar bien son ellos, y yo también y él. Si yo no estoy bien cómo voy a transmitirles seguridad.

Ahora platico más con Ángel y se preocupa más por lo que yo hago. Son cosas chistosas.

FACILITADORA. ¿QUÉ SIENTES TÚ POR ÉL?

MAMÁ. Lo quiero muchísimo, pues son 16 años desde que somos novios, es mucho tiempo, Y enamorada no estoy. Me da gusto verlo, que venga a la casa, que salgamos juntos, pero hasta ahí nada más. Por esa misma situación de que yo esté tranquila podemos salir juntos. Él está muy preocupado por lo que hago yo y los niños y eso me da mucha tranquilidad. Habla diario y vacila, es por eso Monse está bien, y Ángel es el que me preocupa. Él dice que entiende que esta separación es mejor para sus papitos y porque así son más amigos y que platicamos más que antes, como que sí lo entiende pero sí le duele porque sus papás no están juntos. Me duele porque

se pone triste. Pero sé que en algún momento lo va a entender. Pero mi preocupación es que se sienta culpable por algo que hizo o que dejó de hacer.

FACILITADORA. ¿SE LO HAS DICHO ASÍ?

MAMÁ. No le he dicho y a lo mejor debo de decirle, que no es culpa de él. Saca lo que tiene, llora y dice que extraña a su papá y a los dos minutos ya me saca otra cosa.

FACILITADORA. NO SE CLAVA.

MAMÁ. No. Y luego está muerto de risa. Pero no lo trae aquí metido todo el tiempo.

Tampoco le cuesta trabajo relacionarse pero se tarda más tiempo en entablar una relación ya sea con niños o adultos. Empieza como que a ver el ambiente, de entrada es más difícil. Finalmente lo hace a otro ritmo.

FACILITADORA. ¿PERO SALE DE ALGUNA FIESTA CON ALGÚN AMIGUITO?

MAMÁ. No, Ángel no. Siempre anda con la hermana. Ella es muy protectora y él también la cuida y la procura. Siempre se preocupan el uno al otro. A Ángel le encanta la música clásica. Se embebe con la música. Conoce los instrumentos, el chelo, el órgano, el piano, y su máximo es tocar la batería. Nos hemos dado a la labor de buscar una batería. Y si vamos a escuchar a un grupo se instala hasta adelante. Es bailador, cantador, le encanta, deportes también le gusta el fútbol, le gusta muchísimo. Le encanta el sol, en vez del frío, es bueno para platicar, tiene mucha

imaginación luego él empieza a hablar y Monse lo interrumpe y trato de darles su tiempo, sobretodo para que Ángel sepa que todo lo que dice es importante. Darles su espacio y su momento. Ángel es muy apegado a mí. Aunque venga su papá. Su papá espera que él se le eche encima y lo apapache, como Monse, pero yo le digo que son diferentes. Así a él le gusta jugar pataditas y golpecitos con su papá.

Ángel es muy, pero muy sensible. Sumamente sensible.

FACILITADORA. ¿A QUÉ TE REFIERES EXACTAMENTE?

MAMÁ. Si sabe que alguien está enfermo, el se preocupa y se aflige. Dice , yo no quiero que se enferme mi abuelito. Es sensible por saber que todos estén bien. Fíjate que Monse también es muy sensible. Cuando vio la película de Bambi, ella lloraba y lloraba.

En general son niños nobles, obedientes, procuran mucho a los abuelos, que sepan que ellos los quieren mucho. Siempre expresan sus emociones. Que digan lo que sienten.

Bueno, Gaby, pues es así como está el ambiente de la casa. Yo estoy muy contenta con mis hijos. Los veo bien, en el colegio Ángel va muy bien. No me han reportado que esté triste ni agresivo, al contrario participa mucho, es dedicado, aunque se desespera cuando las cosas no le salen bien. Ha mejorado mucho su trazo. Va muy bien!! Aunque se asusta mucho cuando se enferma.

FACILITADORA. ¿ES APREHENSIVO?

MAMÁ. Mmmm... Como que sí de repente. Si le llamo la atención por algo, como que se queda pensando y triste y ya después se le pasa y me dice que no lo regañe. De repente.... No siempre.

FACILITADORA. QUISIERA QUE ME DIGAS FORTALEZAS Y DEBILIDADES DE TUS HIJOS.

MAMÁ. (Tarda en contestar) Mmmm...no sé por donde empezar...por las debilidades...Monse es muy empeñosa, es fuerte, expresa sus sentimientos, lo toma con mucha madurez, seguridad. Sus debilidades ay! No sé Gaby.....(tarda mucho en contestar). Yo creo que no tiene ninguna. De Ángel es un niño muy noble, no tiene maldad, es una gran virtud. Debilidades de mi güerito, que quiere siempre estar conmigo. Quisiera yo ayudarlo, que sepa que aunque no esté yo. Los dos son buenos. Quisiera que Ángel pueda superar, que ya no llorara. Que se sienta seguro. Es así como yo veo a mis hijos.

FACILITADORA. ¿Y TUS FORTALEZAS Y DEBILIDADES?

MAMÁ. ¡Ay! (tarda). Mis fortalezas, son mis hijos!

FACILITADORA. ¿QUÉ TE DAN TUS HIJOS?

MAMÁ. ¡Ay, amor!, me dan alegría, este.... Me dan felicidad, el simple hecho de verlos. Que tengo la capacidad de hacer muchas cosas. Que hace años no veía. Me sentía muy chiquita, como que no valía. De unos meses para acá retomé a la Lupita que dejé atrás y ahora me siento mucho mejor.

Pausa...Me duele...pero...(se le quiebra la voz).

FACILITADORA. ¿QUÉ TE DUELE?

MAMÁ. (llora) El haber dejado pasar tanto tiempo, de no haber hablado, en haberme dejado hacer tantas cosas, me duele el no haber dicho las cosas en ese momento. No hubiera querido tomar la decisión de la separación, pero yo sé que el hubiera no existe, pero no lo hice por miedo, porque no me sentía segura, me sentía como adorno en la casa, pero de unos meses para acá (se recupera), aunque con mis errores, me siento bien, contenta, me siento cada día mejor, y tengo ganas de hacer muchas cosas. Antes no, pero ahora sí. Soy importante, valgo y me quiero. Me estoy reencontrando con la Lupita de hace 4 años. Me siento bien. Y mi debilidad es que tengo muchas dudas, me siento como en un torbellino, pero voy a salir, aunque de repente me empiezo a sabotear. Estaré tomando la decisión correcta. No sé, no sé.... Y es ahí donde creo que pierdo toda la fuerza, tengo que salir adelante, me empieza como el miedito, no se si voy a poder salir adelante en lo económico, en lo emocional. Soy fuerte porque decidí no estar con un hombre con el que no era feliz. Por ese lado soy fuerte, pero tengo muchas dudas. Hasta qué punto puedo estar con una persona por estar, por mis hijos. De repente son muchas cosas, tal vez tengo que pasar por ese torbellino de dudas pero ya llegará la calma. Pensar bien las cosas, para no cometer un error. Y luego sentirme peor, no es un juego. Es así como me siento, tengo muchas cosas por pensar, estoy en el punto de estarme conociendo y lo tengo que descubrir yo sola. Descubrir mis emociones y mis sentimientos, con Ángel, y una vez identificando estas cosas, saber si podemos intentarlo o no. Pero se que eso me lo dirá el tiempo. Pues así estoy mi querida Gaby.

E. ¡AY LUPITA! TE AGRADEZCO MUCHO QUE ABRAS TU CORAZÓN CONMIGO.

MAMÁ. Al contrario, con mucho gusto y yo sé que ésto me va ayudar.

ENTREVISTA PAPÁS DE RAÚL

MARY (M) Y JUAN (P)

F (FACILITADORA)

1 FEBRERO

F. MUCHAS GRACIAS POR ASISTIR A AMBOS. EL MOTIVO DE LA ENTREVISTA ES PARA QUE ME PLATIQUEN ¿CÓMO ES EL AMBIENTE EN CASA CON SU HIJO RAÚL?

P. Muchas gracias por invitarnos, ¿cómo estás tú?

M. Comienzas tú, (se ríe nerviosa).

P. Ok!. En mi caso mío y en el rol que yo estoy jugando no tengo mucha oportunidad de convivir con ellos durante la semana, salvo una vez que los llevo a la semana a la escuela y las noches cuando llego temprano. Al menos lo que son los fines de semana, especialmente a Raúl lo veo muy integrado a la familia y eso no quiere decir que no tenga algunos conflictos. ¿Qué conflictos

son los que yo veo en él? Algo que al día de hoy lo está conflictuando mucho es la relación con su hermana, ehh..él...en la etapa en la que está Lilí y en la que él está, está dejando de ser bebé o está empezando a ser niña, y algo en medio está ocurriendo en ella, hace que Raúl esté constantemente muy...(hace una pausa) sensible, yo creo que es la situación. Y sensible, me refiero a que...ehh... constantemente está haciendo comparaciones que hacemos con él, con respecto a Lilí, es decir..., ehh...Raúl vamos a hacer la tarea... y la respuesta es...porque la tengo que hacer si Lilí no tiene que hacerla!, y algo que, bajo mi percepción, es que Mary y yo no hemos buscado hacer la comparación entre ellos para no generar esto. Ese es uno de los puntos. Ehhh, en lo personal me siento muy a gusto con él, siento que estamos muy identificados, al menos en mi persona, ehh... sé que él desearía estar mucho más tiempo conmigo, hacer actividades juntos y que pudiéramos ir a lugares y yo pudiera dedicarle más tiempo durante la semana y no sólo los fines de semana. Pero el tiempo que pasamos juntos lo siento muy contento y muy...muy... (hace una pausa) muy a gusto, muy en su rol de niño y él en su rol.

#### F. ¿QUÉ ACTIVIDADES LE GUSTARÍA HACER CONTIGO?

P. Actividades que estamos en relación de uno a uno, como puede ser, este... vamos a jugar a las espadas, vamos a jugar fútbol, o vamos a... andar en las maquinitas o actividades en que sólo estamos en compañía del uno con el otro. Como es... vamos a ver una película juntos, como por enésima vez Star Wars!, o vamos a ver Indiana Jones o vamos a ver... Pero la realidad es que, en el caso de Raúl es que la comunicación y esta interacción que tenemos es grata.

Cuando le digo vamos a desayunar o vamos a la iglesia, su respuesta es ¡No quiero ir a la iglesia!, ¡Todos los días voy a la iglesia!. Pero es un diálogo muy abierto, es un diálogo....

Y en la relación que tengo con Raúl, es que siempre tengo un reto, este.... Un reto como intelectual, en el que él nos está continuamente preguntándonos cosas,....

F. ¿PODRÍAS SER UN POCO MÁS ESPECÍFICO?

P. ¡Sí!, como... éste.... A mí me encantan los documentales de lo que sea. Ehh...constantemente estamos viéndolos.. eh... y me impresiona las preguntas que me hace. Me preguntó en la mañana, van a mandar un satélite que se va a estrellar con un meteoro, y me , y me preguntaba , ¿cómo es que el satélite le va a pegar al meteoro que va tan rápido?.

M. A veces es el meteoro, un cometa o porque no es una estrella fugaz...

P. Cosas así. Entonces ya son retos que constantemente a mi como padre me está, constantemente platicar y hacer un diálogo y tratar de que las palabras sean las adecuadas.

Y la realidad es que es la parte de la relación muy buena.

F. ¿CREES QUE ESTAS CARACTERÍSTICAS QUE MENCIONES SEAN ADECUADAS PARA SU EDAD?

P. No. Preguntas aspectos como... una vez estábamos viendo Nacional Geographic y estábamos viendo cómo hacen el amor los animales...

F. ¡AH!

P. Y me dijo , Ah! Entonces este programa es de cómo tienen relaciones los animales?. Y le dije, Sí. Yo creo que la mayoría de los animales tienen relaciones y estás muy preocupado de escuchar esas preguntas. Aunque esas preguntas son sin dolo, infantiles.

F. ¿INGENUAS?

P. Sí ingenuas, aunque pregunta cosas muy interesantes.

F. ¿CÓMO ESTIMULARIAS ESTA INGENUIDAD DE SUS PREGUNTAS?

P. Mmmm...más que estimularle, no darle, éste..., una connotación mala. Por ejemplo, a la pregunta de ¿oye, y ahí se ven las relaciones de todos los animales?, ehh.. cuidado mucho el no reaccionar a las preguntas de él, de una manera negativa.

F. ¡AJÁ!. SIN MALICIA O PREJUICIO.

P. Sí. Este aunque hay preguntas bastante como de.. ¿cuál fue la pregunta?... (se voltea a ver a su esposa) ah! De que ¿yo voy a tener mis nietos? Pues sí y etc...etc.. o preguntas como si.. ¿yo me voy a casar?, yo quiero casarme con una niña, con...

M. Monse.

P. Monse. Cosas de ese estilo que si no pones mucha atención en tu respuesta puedes empezar a.. a responder cosas que ni siquiera te está preguntando.

M. La parte, que te diría de sus preguntas.., son constantes, siempre está demandando muchísimo de que se le estén respondiendo cosas, pero llega un momento que sí nos causa hasta conflicto, el decir que, bueno, y qué le respondo y como que llega un tema en el que ya le está afectando a él. Como eso que decía que en la guardería tenía una relación muy cercana con una niña y él decía que eran esposos. Entonces tenían una hija, pero el día que él tuvo que irse a otra escuela, él decía que le iba a pedir a Dios que le permitiera casarse con esta niña. Entonces ahí fue cuando, en el juego de ¡Ay! ¡Somos esposos! Y que nos causaba cierta gracia y gusto y de que está pensando en tener una familia y de que tienen una hija, de ese juego que podía parecer que quería tener una familia en un futuro., al hecho de pedirle a Dios que quería casarse con ella, a los cinco años!, y es cuando dices, es difícil manejar estas cuestiones con él, y le dijimos tú sabes si te vas a casar, ahora estás muy niño, y como que ciertos temas que sin ponerles una connotación de malos, o una carga de malicia, éste.., pero que llega un momento que puedes causar ciertas confusiones, porque él deseando casarse con esa niña, yo no quería que en un futuro él me dijera ¡Ay! ¿porqué nunca me pude casar con ella?. Para nosotros es muy difícil saber cuál será el impacto que pueden tener esos temas y la verdad tratamos entre cuidar mucho, sacarle de sus dudas y entre, eh, es muy difícil porque es un reto constante. Es un reto todo el tiempo, todo el tiempo está preguntando!, ¡todo el tiempo está queriendo saber cosas!, ¡todo el tiempo demandando atención!, eh... la expresión del celo con la hermana, eso es algo que es constante. Yo te puedo decir que tratamos de que el ambiente sea armónico, pero es complicado porque es muy desgastante tratar de que sea armónico, que esté contento, que esté contenta la hermana, pero al

mismo tiempo, a él le cuesta mucho trabajo que el hacer cosas que son su responsabilidad, dícese: la tarea.

F. MUCHAS GRACIAS POR ASISTIR.

P. Gracias a ti.

M. Gracias amiga.

ENTREVISTA MAMÁ (M) DE PEPE Y MARIO

15 FEBRERO

F. BUENOS DÍAS NANCY. GRACIAS POR VENIR A HABLARNOS DEL AMBIENTE FAMILIAR EN EL QUE SE DESEMBUELVEN PEPE Y MARIO. ME GUSTARÍA QUE ME PLATICARAS DE MARIO.

M. ¿Cómo? ¿Desde la mañana?

F. BUENO, PERO MAS BIEN DE ¿CÓMO ES SU AMBIENTE?

M. El ambiente es tranquilo, de repente se pelean bastante, pelean como perros y gatos. ¡Qué no se pueden estar tranquilos por un rato. Se pelean mucho por un juguete, pero el ambiente es tranquilo, hacen sus tareas. En las mañanas nos levantamos, nos desayunamos, los visto, porque a ellos les da flojera, su papá los peina y cuando nos acompaña nos vamos todos juntos. Cuando

no, nos vamos nosotros, se van viendo la tele o se van dormidos. Entonces si, regresamos de las actividades, hacemos la tarea, pero ahorita, es de no quiero!, no quiero hacer la tarea!, entonces es un poquitito de lucha, y ya. Si terminan rápido la tarea se van a jugar y yo ya nada más los estoy observando de que no se vayan a quedar trepados en un árbol, o que se vayan a caer, pero sí, tranquilo.

F. MMM..

M. Los sábados que es ir al béisbol, vamos todos a ver al hermano jugar, de ahí nos vamos a almorzar, y si tenemos una actividad que hacer vamos a la fiesta o con mis papás, y el domingo, eso sí, nos levantamos y nos vamos a casa de mi suegra. (se ríe de gusto de no hacer nada ese día). Y ya!, eso es todo. Tranquilo.

F. CÓMO PERCIBES A MARIO?

M. A Mario, es...mm...ah... muy... , le gusta fantasear mucho, pero, no fantasear en divague, sino que si ve una película de investigadores, se pone él a investigar las plantas, le gusta investigar a detalle. Pero saca todo su kit de investigador, se pone desde mochila, como que tiene que investigar las cosas para poderlas aprender. Y Pepe es al revés, el dice nada más dime rápido cómo se hace y ya. ¡Ya está! Sus trabajos son así, ta ta ta y ¡ya terminé! Son muy diferentes a la hora de aprender, a uno le tienes que explicar el porqué y Pepe, dime rápido y a lo que ¡va! O sea que tengo que compartir con caracteres muy diferentes.

F. ¿CUÁLES CREES QUE SON LAS CUALIDADES DE MARIO?

M. Es muy detallista, es muy buen hermano, el sí es buen hermano y tiene... como muchos detalles con todos en algún momento.

F. ME PODRÍAS PONER UN EJEMPLO DEL QUE MÁS TE HAYA IMPACTADO?

M. Últimamente, a raíz del accidente en el que murieron su tío y su primo, sí le pegó mucho y para liberarse le escribió una carta a Dios. O sea que tiene detalles de escribirle a la gente. Y este.. y uno que tuvo con nosotros, bueno los dos, cuando tú les dijiste que nos dieran una sorpresa, la sorpresa era un día pero ellos lo hacen cada fin de semana, preparan el desayuno y nos lo suben hasta la recámara, es así como que agarran determinadas cosas y ellos las hacen de que siempre.

O cuando Pepe no se puede amarrar las agujetas, él le ayuda y este... y siempre le está ayudando y protegiendo mucho al hermano.

F. AJÁ.

M. Él protege al hermano y éste se deja proteger. En la escuela todo el tiempo lo está protegiendo.

F. TÚ A QUÉ CREÉS QUE SE DEBA QUE ÉL SEA TAN PROTECTOR?, SU PAPÁ ES PROTECTOR?

M. No, no ¡no! Él desde que yo estaba embarazada, le decía, mira a tu hermanito, y le hablaba y le cuidaba, incluso desde que nació él fue un apoyo muy fuerte, como dormían juntos, me decía oye mamá, ya no puedo dormir con mi hermano porque llora mucho.

F. DESDE QUE NACIÓ DORMÍAN JUNTOS?

M. Sí. Durmieron juntos en la misma recámara. Pero él se angustiaba por oírlo llorar muy cerca. De hecho ellos de repente se siguen durmiendo juntos.

F. AJÁ.

M. Pepe no se quiere dormir solo. A veces se duermen pero otras Mario le dice que se vaya de su recámara, le dice salte. Pero de ahí en fuera, es muy buen hermano.

F. AJÁ, ¡OK!

M. Y él aparte, en la escuela tenía el problema de que él no terminaba su trabajo por ayudarles a los demás. Y así es hasta ahora o se pone a ver lo que le pasa al otro. Me dice la miss, que no terminó pero me dice que sabe lo que pasó hasta el último lugar del salón. Está siempre pendiente de todos los demás. Y Pepe, no. Él es un poco introvertido y si se trata de juegos, le gusta que no hagan trampa. Que le pongan muchas reglas. Y si las pone él y si no te gusta ya no

juegas (se ríe), se enoja demasiado. De hecho no interactúa con mucha gente, sólo con los que él decide.

F. ¿A QUÉ SE DEBE ESTO?

M. no sé...

F. HABLASTE DE QUE SE ENOJA SI NO SIGUEN SUS REGLAS

M. ¡Ajá!. Antes él de chiquito era de que no me hagas trampas papá!, porque él es muy tramposo. Y él le decía que si no juegas así, no jugamos y no le importaba jugar con su papá a las cartas... Y ya con su papá últimamente vio que ya no quería jugar con él, y yo le dije a mi marido que él fue el que le enseñó a ser tramposo. Entonces Pepe le dio la vuelta a su papá y ahora él le hace trampa. Se guarda las cartas y mi marido no se dio cuenta. Y le dije, tú lo propiciaste.

F. HÁBLAME DE LAS CUALIDADES DE PEPE.

M. Es muy cariñoso y muy cooperativo. A él le dice que vamos a arreglar algo y no te protesta, pero si se da cuenta de que nadie más está ayudando, ya protesta y no lo quiere hacer. Pero si le dices que vamos a lavar los trastes lo hace y es muy ordenado. Su cuarto está ordenado y aunque tenga muchas cosas sabe dónde las dejó.

F. AJÁ. ¡OK!

M. Ordenado y cooperativo.

F. ¿CÚALES SERÍAN LAS OPORTUNIDADES DE DESARROLLO, POR NO DECIR DEFECTOS DE MARIO?

M. ¡Ah!, que le da flojera todo. Si le dices que vamos a hacer la cama, te dice que sí, pero no cuándo. Hasta ahora ya le digo que lo tiene que arreglar y aunque no lo haga le tengo que estar recordando, si no, no lo toma en cuenta.

Cree que es normal tener el cuarto así. Le tengo que marcar sus errores para que se de cuenta. Pero si sabe que alguien va a ir a visitarlo, y va a ver su recámara, les dice que no pueden subir, hace rapidísimo su recámara. Es como que está conciente en cierta manera y en otra no. Dice no pasa nada.

Y también que se enoja, como que toma las cosas muy personales (hace énfasis en esta frase). Y si lo regañas, al día siguiente, si le subes el tono de voz, se da mucho al drama.

F. ¿QUÉ HACES EN ESOS MOMENTOS?

M. Le explico las cosas, porque sucedieron.

F. ¿Y CUÁL ES SU RESPUESTA?

M. Se enoja, y le digo que se vaya a su recámara y que ahí esté mientras se le pasa.

Y luego se tira por un buen rato en la cama. Y ya luego se calma.

Si ya veo de plano que no, yo me pongo triste y como que ya se preocupan. Dicen mamá ya no está enojada, ya está triste, y ya se portan bien.

Si me enojaba antes no les importaba. Ahora ya me voy, me pongo seria, no les digo nada. Y así se acercan y me dicen, estas triste?, y así ya hacen las cosas. Sólo así he logrado que hagan las cosas. Tú te enojas, yo me enojo. Y José Pepe, si te grita, se mete a su recámara y dice no entres!, patea y si está muy enojado empieza a aventar cosas. Y ahora que le di unas buenas nalgadas, ya, ve que me acerco, dice no, no, no, no, no, no!, le digo, no te voy a pegar, pero ya estate quieto, vas a lastimar a alguien. Al hermano en el coche ya le dio un bolazo, un llantazo. Se enoja y sabe los defectos de su hermano, y está duro y dale hasta que saca de quicio. Hasta que logra sacarte de quicio, está dale, duro y dale,..

F. ¿NADA MÁS CON SU HERMANO?

M. No, con el hermano y conmigo, con el papá no, porque sabe que le da una.

Cuando esto pasa, me meto a mi recámara.

F. EL RECURSO QUE HAS ENCONTRADO ¿ES EL DE IRTE?

M. Sí, les digo si ya empezaron con sus cosas, les digo ya me voy, no entren a mi recámara. A él (Pepe), le molesta mucho que le diga que no entre a mi recámara, no se a qué se deba..

F. AL RECHAZO.

M. Sí, nunca se cierran las puertas de la casa , pero si le digo que no entre, y es no entres!. Es lo peor que le puedes hacer, y como es muy cariñoso. Otra cosa es que te pica los ojos!! (tono molesto).

Y desde chiquito, llega y te pica los ojos!, y decías ay, no!!, A mí ya no me lo hace, porque sabe que le doy un manazo. Y al papá si.

F. Y LE HAS PREGUNTADO ¿PORQUÉ LO HACE?

M. No, no no!. Porque nada más es a nosotros, pero no le he preguntado porqué tiene esa fijación de picar lo ojos.

Si estás viendo la tele, está picándote por todo el cuerpo, tocando, picando...

F. ESTÁ LLAMANDO LA ATENCIÓN.

M. Sí, está llamando la atención. A pesar de que lo tenga abrazado, está tocándote, me toca la cara y me dice es que no quiero que se me olvide tu cara. Como que siente que mucho desprendimiento de repente. Cuando entró a la escuela, él sentía que se desprendía de mí, pensaba que lo iba a dejar toda la vida y que no iba a regresar por él. Pero era por el temor que tenía de que no sabía leer bien, había un rechazo en el salón...

F. ¿UN RECHAZO HACIA ÉL?

M. Un rechazo hacia él, la miss lo hacía menos, entonces no quería leer las letras, pero ahora que ya sabe leer, hacer sumas, pues ya se siente mejor.

F. ¿CÓMO SE DESEMPEÑA EN OTROS AMBIENTES, SE SIENTE INSEGURO?

M. En las fiestas como siempre está con el hermano, están juntos, van y ellos solitos empiezan a hacer amigos. Mario es el que siempre hace amistades más rápido. Pepe no. Él en su mundo juega solito, y a veces quiere que lo acompañes, que lo estés viendo. Para él es más difícil, a menos que sean amiguitos de la escuela convive, pero a Mario, lo puedes dejar solito y puede. Busca con quién hablar, jugar. Yo se lo atribuía a que cuando nació Pepe, mi hermano se lo llevaba a fiestas cada dos semanas, y nos decía, me lo llevo, me lo prestas?...

F. ¿ESTARÍAMOS HABLANDO DE LOS RECURSOS INTERNOS QUE TIENE MARIO PARA DESEMBOLVERSE?

M. ¡Sí!, ¡ajá!, en cambio Pepe , no, como que siempre estuvo más apegado a mi. Por ejemplo Mario se fue de campamento a los 3 años solo, de un fin de semana.

F. ¡QUÉ BARBARIDAD!

M. ¡Sí!, o sea, mi marido dijo que lo dejáramos ir, eso sí hablaba diario, pero comió bien, dormía bien.

Mi marido lo llevaba a comer todo, entonces comía todo.

En cambio Pepe, no. Si no es la comida que le gusta, no se lo come. Mario aunque no le guste, se espera como 15 min. Y al final se lo come.

Cuando Pepe, ve que uno de sus amigos come todo, él también lo hace.

#### F. HÁBLAME DE LA RELACIÓN ENTRE MARIO Y SU PAPÁ.

M. Con Mario es.... Se van a jugar beis....

(recibe una llamada de su esposo, sin saludarlo, le dice que ya hizo los depósitos y que va a superama) (no le dice la verdad, ni se despide de él, sólo cuelga).

Mi marido quiere que haga las cosas del trabajo, dice que es lo más importante porque es el dinero, (ríe nerviosamente), (se justifica), por eso tengo que decirle que voy al Superama.

#### F. BUENO, ESTÁBAMOS HABLANDO DE ÉL Y MARIO...

M. Bueno, él si dice que vamos a jugar beis, si lo invita a jugar Mario dice sí, o a jugar a las correteadas. Le gusta verlos jugar, pero no les tiene la paciencia, quiere que sean más grandes, Mario atrapa la pelota!, quiere que juegue bien.

#### F. ¿ES EXIGENTE?

M. Sí. No le gusta que se distraigan en cualquier cosa. (Mario) sí toma en serio el juego, pero todavía es muy disperso, y eso a su papá no le gusta. Entonces le dice a Mario que ponga atención. Pero en la casa si están jugando, bromeando. Antes jugaban mucho luchas, pero ahora

Pepe ya no mide y ya van dos veces que Mario ya se iba a caer de la cama. Por eso, ahora, ya no juegan luchas! (se ríe). Porque no miden. Ellos pegan y pegan.

Y en cambio con Pepe es feliz jugando nintendo, lo puedes dejar ahí un buen rato. A Mario le gusta correr..

F. JUEGOS MÁS ACTIVOS...

M. Sí. Ahora jugamos ahorcado o a deletrear las palabras para la escuela. Porque a Pepe le cuesta trabajo reconocerlas y pronunciarlas. Pero si no, estamos en las bicicletas, escondidillas.

F. ¿CÓMO DEFINIRÍAS ENTONCES LA RELACIÓN DE MARIO CON SU PAPÁ?

M. ¡Buena!, cordial, sí, sí les tiene paciencia y sí juega con ellos.

F. ¿ES IGUAL CON PEPE?

M. No. Como Pepe se enoja mucho deja de jugar.

F. ¿CÓMO REACCIONA SU PAPÁ?

M. Nada. No hace nada. Antes lo buscaba, Ahora lo deja ir, y tengo que intervenir yo. Es que me están haciendo trampa...(dice Pepe), me uno con ellos y volvemos a jugar y ya me voy cuando Pepe ya está integrado. Porque su papá lo deja ir, ya decidió hacerlo, es muy drástico: si te vas, ya no regreses!

F. ¿ES LA MANERA QUE ÉL HA ENCONTRADO PARA RELACIONARSE CON ÉL?

M. Sí, y para hacerlo reaccionar. Pero su carácter es muy difícil. Cuando se enoja ya no lo sacas.

F. AJÁ. Y, ¿CÓMO ES TU RELACIÓN DE MAMÁ Y MARIO?

M. Ayy!!! Soy súper consentidora!!. Le digo si no haces esto, ya no te voy a comprar nada, y a los diez minutos ya se me olvidó. Pero yo creo que así es mi carácter. Porque de hecho, con los dos, pero con Mario es un poquito más porque le gustan las manualidades, soy más cercana a él.

F. NANCY, HABÍAS DICHO QUE ERES MÁS FÁCIL, Y SE TE LLENARON LOS OJOS DE LÁGRIMAS, ¿ME PODRÍAS DECIR QUÉ PASA?

M. (llora), me da sentimiento con los dos...., siento como que me hicieron algo..., no puedo controlarlos en cuanto a sus actitudes negativas..., me siento impotente..., que se enojen o que cumplen una orden, no obedecen, como que lo traigo ahorita, en la mañana se pelearon, aunque a los dos minutos se están abrazando.

F. ESOS DOS MINUTOS ¿TE CAUSAN LA SENSACIÓN DE IMPOTENCIA?

M. Sí. Por cualquier cosa ellos pelean. Lo que ha agarrado Pepe, es que le esconde los lentes, para hacerlo desatinar, hacer que Mario se enoje como él está enojado. Como que no he llegado a medir con ellos para que no haya esos problemas.

F. ¿SON FRECUENTES ESOS PROBLEMAS?

M. Sí, ahorita en la mañana se estaban peleando. Y no es posible, te digo, que Pepe, para hacerlo enojar le picó los ojos, por eso te digo, como lo traía desde la mañana.

Ayer le dije que repitiera esa hoja (tarea escolar), y tenía que estudiar, le pregunto y me contesta: no sé, no sé, no sé..., para no pelear le digo que no vaya a sacar mala calificación, de todos modos le repasé en el coche. Pero me trae la contraria, no quiere hacer las cosas...

F. PERO ¿TAMPOCO LAS HACE BIEN A LA PRIMERA?

M. No. Las hace por salir del paso, y sabe que están mal hechas. Pero no está dando ni el 60 por ciento de su capacidad.

F. ¿TE SIENTES FRUSTRADA?

M. ¡Sí!. Y sabes, muy impotente. Le busco por un lado, por otro. Por ejemplo le digo que si le compro los chocolates, repites la hoja?, y dice (Mario), ¡sí!. No la repitió y no le di los chocolates. Pero llegamos a un acuerdo y él se los brinca. A pues ya no me los des. Me siento triste e impotente.

F. ¿COMO SI SE TE HUBIERAN ACABADO TODOS LOS RECURSOS?

M. Sí. Porque le busco y no lo encuentro. Todavía puedo controlar a Pepe, pero va siguiendo los pasos del otro. (ríe nerviosa), Es más mi impotencia con Mario, ¡qué hago!

F. ¿ESTO SE LO CUENTAS A TU ESPOSO? ¿HACEN UN FRENTE COMÚN?

M. No (tono de reclamo y tristeza). Él no les dice que obedezcan a su mamá. No me pone a mi la importancia, yo siento. Pero no pasa nada si no me obedecen. Como ayer él (papá), estaba muy cansado, y después de lo del accidente, pues ya no le digo lo que no hicieron los niños, ahorita no. Él (papá), le pregunta a Mario si estudió, y él le dice que sí, pero si me pregunta a mí, le digo que no, y que no repitió la hoja. Pero no les dice que deben hacerle caso a su mamá, no!.

Delega sus obligaciones. Me dice que como yo estoy en la casa, esas son mis obligaciones (que hagan su tareas y estudien). De hecho si tiene que hacer la tarea con ellos, le rehuye!!, dice no!, espera que yo regrese.

F. ¿CREES TENER MUCHAS RESPONSABILIDADES?

M. En cuanto a las cosas de los niños, Sí, TODAS!. Él le rehuye, o sea, se va a actividades de fútbol, pero de estudiar no.

F. POR COMO ESTÁN TUS OJOS (llorosos), ¿ES ALGO QUE TAMBIÉN TE DUELE?

M. Sí... Le digo que me eche la mano y no les revisa que las hagan bien. Pero no verifica que estén bien hechos. Si las letras están mal, alineadas, no le importa cómo les salgan. Y entonces me dice que lo vea yo. Y les dice que dejen sus cuadernos para que los vea su mamá. Y eso no puede ser....ayyy, un poco de ayuda....

F. Y QUÉ PASARÍA SI TU, NANCY, LOS DEJARAS QUE ELLOS HICIERAN LAS COSAS A SU MANERA, Y SÓLO TU MANTENERTE PENDIETE, SIN SENTIRTE MAL?

M. Dirían que yo soy una irresponsable.

F. ¿QUIÉN LO DICE?

M. ¡Mi marido!. Dice que es mi obligación. No sabe cuáles son mis obligaciones, y no es la de llevar un cuaderno bien. Pero él dice que es mi obligación. Últimamente si le digo que si tu mamá te dice que no está bien hecho y tú te lo llevas así, es tu responsabilidad. Pero esto es apenas. Ya ves que están con la psicóloga de la escuela y ella me dice que los deje que ellos la hagan como ellos quieren. Como que ya estoy haciendo más conciencia. Si ellos traen una mala calificación, yo pienso que yo no fui con ellos al examen, yo no estudié por ellos...

F. CÓMO QUE HAS SOLTADO TÚ SUS RESPONSABILIDADES

M. Sí, de Enero para acá.

F. ENTONCES, ¿DEPENDÍA DE QUE TU MARIDO SE DIERA CUENTA QUE ESAS RESPONSABILIDADES NO DEPENDÍAN DE TI?

M. Sí, dependía de que él se diera cuenta. Antes todo me decía que eran mis responsabilidades, tú, tú, tú, tú, tú!

F. ¿ESTO LO ESCUCHABAN TUS HIJOS?

M. SÍ, tanto que lo oyeron que ellos me decían que si su tarea estaba mal era por mi culpa!. Y yo le digo que se fije en lo que dice. Por eso he evitado hablar de la escuela cuando él llega de trabajar.

Un día tranquilo le digo que revise cómo vienen los cuadernos y se lo digo y dice sí. Entre semana él no puede desligarse de su trabajo, porque a media noche ya le están hablando de lo que tiene que hacer para el día de mañana. Entonces, mejor en ese momento. No resuelvo nada, la de la culpa soy yo, y pues... El viernes pasado le dije a Mario que si no hacía la tarea, y llegaba el domingo, su papá es el que lo iba a regañar. Yo te dije que la hicieras. Y sí la hizo. Le di la obligación que él tiene.

F. ¿CUÁLES SON TUS OBLIGACIONES CON TUS HIJOS?

M. Que esté la ropa preparada, en sus cajones, no tengo porqué prepararla, pero siempre termino preparándola porque ellos no lo hacen. Y como los visto casi igual.

F. Y SI UN DÍA NO SE LAS PREPARAS, ¿QUÉ PASARÍA?

M. No se visten. Te digo que los tengo que vestir en la mañana.

F. ¿Y SI UN DÍA SE FUERAN EN PIJAMA?

M. No porque voy a empezar a gritar! (risa nerviosa).

F. ¿TE ESTRESARÍA MUCHO HACERLO?

M. No porque los puedo cambiar en el coche, (risa nerviosa). Pero hay que meter la ropa al coche!.

Antes que vivíamos lejos de la escuela, Pepe no se levantaba y lo cambiaba en el coche.

F. ¿LES RESUELVES TODO?

M. Sí les resuelvo todo. Y a últimas fechas, ya les he dicho que les toca preparar. Como que les estoy dando un poquito de tiempo. Veo el calendario y le digo que tiene que llevar el melodión, que tiene examen, le digo lo que tiene que llevar, pero no lo meto yo, no puedo todo. Adrián tiene la manía de meter todas sus cosas a la mochila. Saca sólo las que usa, y no puedo cargarle su mochila, entonces él la mete. Con Pepe, no es así porque su mochila no pesa. Pero a últimas fechas. Si no traen su chamarra, su papá les dice que su mamá no se las va a traer. ¡Qué pena si tiene frío! Pero como traigo cobijas atrás, le digo que se puede tapar, pero que no se la puede llevar. Pero soy muy preocupona, no me gusta que me falte nada. Traigo una chamarra en el

coche, y cuando no traigo digo ¡ay porqué no lo traje yo! Es por eso que yo los he hecho así, pero no me gusta sentir que les faltó algo. Pero como que ya me estoy dando cuenta de que si no lo traen, ¡qué pena!, que si tiene frío, ¡qué pena!

F. ¿QUÉ CREES PUDIERA AYUDARLES SI TU EMPIEZAS A DELEGAR SUS RESPONSABILIDADES?

M. Serían niños con más responsabilidades, aunque saben hacer todo, le dejan la responsabilidad a otro, en este caso, a su mamá.

F. ¿ELLOS SABEN HACER TODO?

M. ¡Sí! Ellos lo saben hacer todo. Pero es la flojera de hacerlo. Si no está la ropa, buscan lo que sea y se lo empiezan a plantar. Busca tus cosas para que no se nos haga tarde. Pero ya hay que dejarlos, y mas que ahora que Mario se quiere ir a Canadá. Pero van niños más grandes, él todavía tiene 9. Entonces dije no, como que lo veo que agarra la pachorra de que luego lo va a hacer, lejos de aquí, que no puede decir, mamá!, se va a aguantar, pero ya no va a querer ir. ¡Si no pone la ropa en el bote! Ya se le ha quedado ropa sucia guardada.

F. HASTA AHORITA ¿EN QUÉ LES HA BENEFICIADO EL TALLER DE EXPRESIÓN CORPORAL?

M. Que se han puesto más cooperativos uno con el otro. Pepe ha sido más paciente con Mario, ¡ajá!. Y los que les dijiste de la sorpresa, lo han agarrado. Han hecho una fuerza. A veces se dicen hazlo, tu.

F. MUY BIEN, TE AGRADEZCO MUCHO ESTA ENTREVISTA, ME VA A SERVIR MUCHO PARA MI TRABAJO, NUEVAMENTE MUCHAS GRACIAS NANCY.

M. De nada, gracias a ti.

ENTREVISTA MAMÁ DE ADRIANA.

15 FEBRERO

F. BUENOS DÍAS VICTOR Y ANDREA. GRACIAS POR VENIR A HABLARNOS DEL AMBIENTE FAMILIAR EN EL QUE SE DESENVUELVE ADRIANA, ASÍ COMO QUE ME PLATIQUEN DE CUÁLES SON LAS FORTALEZAS Y DEBILIDADES DE ELLA.

MAMÁ. Buenos días! Soy Andrea, mamá de Adriana y te voy a platicar de cómo es ella en casa. Es súper alegre, servicial, le gusta ayudarle gusta jugar, practica el tenis y la natación. La natación es lo que le gusta más, aunque el tenis no le gusta tanto.

F. ¿Y QUIEN LE ESCOGIÓ EL TENIS?

MAMÁ. Lo que pasa es que en una ocasión ella vio una propaganda y ella lo decidió, a ella le gustó mucho, pero a los tres años escogió natación. Y la metimos a natación. Después nos cambiamos al club y decidió llevar las dos actividades.

F. ¿ELLA LO DECIDIÓ?

MAMÁ. Sí. Lo hace con gusto. La natación le encanta, bueno las dos. En la casa es como todo niño, tiene sus obligaciones y sus ratos de distracción.

F. HÁBLAME DE SUS OBLIGACIONES.

MAMÁ. Es ir al Colegio, más las actividades extra-escolares. En casa lleva su plato al fregadero, se lava los dientes y se prepara para irse al catecismo. Los lunes llega a las 3.30, se lava los dientes y se pone a hacer la tarea. Termina de hacer la tarea. Pero en la tarea se tarda.....

F. ¿SE CONCENTRA AL HACER LA TAREA?

MAMÁ. No, ella se distrae con cualquier cosa. Anteriormente yo me sentaba con ella a hacer la tarea, pero... tanto ella como yo, llegaba un momento en que las dos ya estábamos ¡fúricas! Yo porque veía que la niña no la hacía y ella por la presión. Yo le decía que se sentara a hacer la tarea y no lo hacía. Ahora no me siento con ella, pero aún son muchas las veces que no la quiere hacer.

Después de hacer la tarea, si termina a tiempo, o antes sale a caminar o después, o sino una película, les doy de cenar, se cepillan los dientes y a dormir.

En la semana los martes va a natación y al tenis, miércoles al catecismo, jueves toma pintura y viernes viene aquí al taller.

F. TIENE COMPLETA LA SEMANA.

MAMÁ. Sí, completa. Y los jueves, como dice su papá, vamos al club, y recogemos a papá a que termine la consulta. Después hacemos el jueves elotero.

F. ¿JUEVES ELOTERO?

MAMÁ. (ríe gustosa), sí, jueves elotero!. Le compramos su elote todos los jueves!

F. ¿CÓMO ES ESO?

PAPÁ. El jueves de elote es para convivir con mis hijos. A ellos les gusta mucho el elote.

F. CUÉNTAME ¿CÓMO FUE QUE LO IMPLEMENTASTE?

PAPÁ. Vivíamos antes por la concordia y cerca del Colegio México se pone un señor a vender elotes. Antes Adriana tomaba clases de natación en ese colegio y después les comprábamos su elote. Ahora cualquier actividad que tengamos finaliza con la ida a los elotes.

F. DEBE SER UNA CONVIVENCIA MUY AGRADABLE.

PAPÁ. Sí, mucho, piden sus elotes con mantequilla, o mayonesa. Pero lo que lo hace diferente es esa actividad del jueves.

MAMÁ. Es como una motivación para ellos, cuando su papá todavía no sale de trabajar, les ilusiona la idea de ir por su elote.

F. (ríe contenta).

MAMÁ. Bueno, y los fines de semana, nos vamos al consultorio, los niños se quedan en casa, leen un libro, ven una película, este..., salen a jugar, nos vamos a la casa de algún familiar, o estamos juntos en casa conviviendo.

PAPÁ. O nos vamos a ver a mi familia a Zacatlán a ver a mis papás y a sus primos, a su abuelita. A ella le encanta ir. Tratamos de llevarla seguido, bueno a nosotros también nos gusta convivir con ellos mucho. Se divierte mucho con sus primos.

F. ¿QUÉ OTRAS ACTIVIDADES HACEN JUNTOS?

PAPÁ. Bueno, pues la semana pasada nos fuimos a un concierto para niños en la sala Netzahualcoyotl. Vamos a ese teatro a ver cuentos. Nos gustaría que saliéramos más con ellos, pero les dejan mucha tarea. Los fines de semana están con los cuadernos y no nos dejan tiempo para salir juntos.

MAMÁ: Pero por ejemplo, nos encanta salir al cine, y a ellos también, pero con la tarea nos quitan la oportunidad de estar juntos. Aunque salimos a Plaza Satélite a dar la vuelta o sólo estar en casa.

PAPÁ: Los Reyes Magos les trajeron unos rompecabezas y nos la pasamos armándolos, y ahora compramos un ajedrez,...

MAMÁ: Pero nadie sabe jugar.... (ríe).

PAPÁ: Pero por eso lo compramos. Adriana hace un tiempo nos dijo que quería aprender y pues se lo compramos y ahora vamos a aprender.

MAMÁ: Es un propósito. (ja, ja, ja.).

PAPÁ: Tratamos de estar juntos.

MAMÁ: Tratamos de estar juntos.

F. ¡QUÉ INTERESANTE!

MAMÁ: Por un lado mi familia está fuera de la ciudad (Zacatlán), y cuando tienen un día libre nos vamos. Les gusta mucho y lo gozan. Es más, María Fernanda le gustaría vivir en Zacatlán. Yo le explico que el trabajo de su papá está en México y no hay escuelas como el Cristóbal acá. No la convengo, para esto son las vacaciones. Le explico que sus primitos también tienen sus obligaciones, tienen que ir a la escuela...

F. ¿QUÉ CREÉS QUE LE LLAMA LA ATENCIÓN DE ZACATLÁN?

MAMÁ: Pues yo creo que convive con más niños, que ve a la familia...

PAPÁ: Que sale a la calle sin presiones.

MAMÁ: Sí. Sale a caminar, compramos helado con el señor Juanito. Vamos al mercado, pero no es con la tensión de aquí.

PAPÁ: Es un ambiente relajado.

MAMÁ. Sí.

PAPÁ: El estar relajado hasta uno se lo transmite a los niños.

MAMÁ: ¡Ajá!

PAPÁ: Estamos muy tranquilos, sin las prisas de acá....

F. SÍ, COMO TÚ LO DICES, ACÁ TIENEN MUCHAS CLASES EXTRAS, TAREAS, LAVARSE LOS DIENTES Y CORRER Y CORRER.

MAMÁ: Sí (tono de cansancio).

Hasta uno mismo, precisamente he estado meditando, ¿cómo fue mi niñez? (pausa), y fue sin presiones, esperábamos a papá para comer, hacíamos la tarea, y ¡teníamos toda la tarde para jugar! Yo no me acuerdo que mi mamá estuviera sentada conmigo para hacer la tarea, ¿qué está pasando? ¿Porqué ese estrés en el que vivimos los papás y los niños?

¿Cómo puedo ayudar a mis hijos? Porque yo también estoy estresada. Es por eso, que empiezo terapias para mí, para sentirme mejor. Pero yo creo que eso es muy difícil. De inicio aceptar que uno vive rapidísimo. Platico esto porque yo ya me cansé!. Yo ya no quiero vivir así. Con la angustia de que tengo que correr para que mi hija llegue al club. Y yo soy muy exigente con mis cosas, y debo de aprender a soltarme. ¡Pero no puedo! Tal vez que, me, no sé, que me relaje. Y tal vez esa presión influye en mis hijos. Pero sí trato de que, pues sí, todos estén bien, pero también los niños ya traen una carga muy pesada de la escuela. Pues eso por eso que estamos en este taller, para que ayuden a mi hija y yo también ayudarme.

F. AJÁ.

MAMÁ: Nos ayudemos todos y hagamos de esta convivencia algo más agradable, más bonito...

F. ARMONIOSO

MAMÁ: Armonioso, sí.

F. PEPE, ¿CÓMO TE PERCIBES COMO PAPÁ?

PAPÁ: Pues desde chiquita es la primera que tuvimos resultado de un embarazo difícil. Yo creo que sí me he volcado mucho hacia ella. No más que con José. No es que quiera más a uno que a otro, pero después de cuatro años me decidí a tener al segundo hijo. Aunque con Adriana me acompaña a más cosas y me platica muchas cosas. Es una relación bonita, no es que me quiera más, pero me la llevo al consultorio, y hacemos lo que ella quiera. La convivencia es bonita. Andrea me dice que la consiento mucho, pero yo no lo siento así. Tengo autoridad.

F. ¿ME PUEDES PONER UN EJEMPLO?

PAPÁ: ¡Ah sí! por ejemplo, le doy una orden, me contesta ahí voy, ¡ahorita! A Andrea le desespera que no obedezca a la primera y a mí no me molesta tanto. Yo siento que a veces no me impongo como autoridad como debería, pero siento que es una niña muy normal. Andrea le exige mucho de la escuela, yo siento que por ahí no es. Una persona no se hace con un documento. Y si no se te da algo, se puede hacer otra cosa. Yo siento que no soy tan exigente, la suelto un poquito, yo no le puedo exigir tanto. Yo siento que es un poquito exagerado lo que Andrea le exige en

promedio. A mí no se me hace primordial.

F. ¿QUÉ ES PARA TÍ PRIMORDIAL?

PAPÁ: Que tenga ganas de hacer bien sus cosas, que haga bien lo que Andrea le dice para que recoja sus cosas, que si no se quiere peinar, no se me hace importante. Lo primordial, lo primordial, es que Adriana sea feliz. Lo primordial es que sea feliz. De repente siento que le está costando un poquito, yo me acuerdo que de niño yo tenía mejor calidad de vida, ahora están más metidos en las exigencias de la escuela, y pensando a qué universidad vas a ir porque la competencia afuera está muy dura, y todo esto. Para mí lo más importante para mis hijos y para nosotros es que seamos felices. Que estudie contenta, porque hay veces que ya están tremendos por un examen, no sé, yo creo que por eso el carácter de Adriana se deba a eso, que haga bien lo que ella quiere y no que sea perfecto todo lo de la escuela.

F. ¿CUÁL ES EL COSTO PARA FERNANDA?

PAPÁ: ¿El costo? Pues que llegue yo en la noche y escuche a Andrea preguntándole cosas de la escuela y que ella solamente conteste, no sé. Pero no se lo dice bien. En cambio a la mañana siguiente en el coche yo le pregunto lo mismo y sí me lo responde. No sé a que se deba. Es cariñosa, pero creo que se burla a veces de nosotros,...

F. ¿ES COMO SI LOS PROBARA?

MAMÁ: Sí, eso es, nos prueba.

PAPÁ: Sí, nos prueba. Entonces todo esto, me llama la atención, que en la noche no le contesta a su mamá y en la mañana a mí sí. Pues es algo, que ya tiene como su carácter. Al final de cuentas yo creo que llevamos una relación, buena, en jugar no sé, pero creo que necesito jugar algo más ligerito, de repente no se me da mucho, a veces jugamos a los trastecitos, y a veces hace pociones y todo eso y pienso que juega a sé niña. Pero aunque es buena la relación puede ser mejor. Además ya va a empezar con otras cosas, compró un poster de Ronaldiño, le encanta, pero ya empieza con otras cosas, por eso, es que también la relación puede ser mejor. Estamos dispuestos a, yo sí acepto que sí hay fallas en uno, pero hay que intentarlo. Por cierto que te platico, esto es importante, que tomé dos ciclos de sesiones de escuela para padres.

F. LO QUE ME QUIERES DECIR ES QUE TE PREPARAS, TE INFORMAS....

PAPÁ: Sí. Otra cosa, en los castigos y las exigencias a veces no estamos de acuerdo. A pesar de que fuimos educados de la misma manera necesito tomar cursos para darme cuenta de las cosas que estoy haciendo mal y como mejorar. Alguna vez la regañé (a Andrea), por estar regañándola (Adriana), tal como su papá lo hacía. Pues hay que aprender, hay que aprender. Ahí estamos, creo que el ejemplo es importante de cómo es el papá, abrimos, conocernos y tener muy buena comunicación con los niños. Ahí estamos, en el aprendizaje para llevar a cabo todo esto.

F. MUY BIEN, GRACIAS.

ANDREA, ¿CÓMO ES TU RELACIÓN CON ADRIANA?

MAMÁ: Mi relación es buena (titubea). Como mamá me toca a veces, las cosas pesadas. Con lo que batallo con mi hija, son las tareas, de hecho, ahorita me llamó la atención que Víctor dijo que yo le exijo el 10. No. Yo no le exijo el 10. Lo que yo trato de fomentarle a Adriana es el hábito de que después de la comida haga la tarea bien. Sería formidable. Pero no es así. Se distrae con el juego, me va a ver. Si me siento con ella, y le marco sus errores, ella lo niega y es estar teniendo fricciones, eso es lo que a mí me aflige. Yo no puedo dejarla así, que haga lo que quiera. Cuando hay exámenes, me pongo a estudiar con ella, y no se imaginan lo difícil que es para mí. ¡No se imaginan! (tono de súplica, para que comprendamos). A pesar de que ella es muy inteligente, ella se lo aprende en un abrir y cerrar de ojos. El problema es que se concentre. Y te juro que he buscado hacer todo. Que si no tiene ganas, hacemos ejercicio, sacudimos la flojera, busco las maneras de que ella se siente, después de un momento de desesperación, oye pláticame tal, y bueno, la distraigo y seguimos estudiando. Y vamos bien y luego otra vez. Y la verdad es que ya busqué mil formas, ya no sé qué hacer, lo confieso. He pensado que la saco del tenis y la natación, pero creo que ese no es el remedio, porque saca la energía. De la pintura no la saco porque a ella le gusta. Creo que no es así, no resuelvo el problema de raíz. Bueno, eso es en relación con ella y la escuela. En cuanto a la relación en casa, ella es buena. Aunque a veces tengo que pegar un grito y decir, ¡ya!, porque ya llego a un límite.

F. ¿ME PUEDES DAR UN EJEMPLO?

MAMÁ: Sí. Pues estamos sentadas a hacer la tarea, y se distrae, no una, tres veces, pero son más de cinco veces y pego y un grito y pongo el límite. A veces le he tenido que dar una nalgada, lo

confieso, sí. O a veces le doy un jalón, sí, lo confieso. Dan las 7 u 8 de la noche y no está resuelto nada. Y yo me pregunto ¿qué puedo hacer?. Buscar las maneras de estar bien con ella. Cuando se trata de la obligación y empiezan los conflictos, y el ogro es la mamá, ¡siempre! Y yo no quiero eso, yo quiero tener una comunicación muy buena con mi hija, y le busco. ¡Ya me desesperé! (reclamo) Yo trabajo todo el día. Todo el día. Y me canso. Por ejemplo, que le pongo música para hacer la tarea, le voy buscando. No te digo que todos los días son así, porque cuando acaba de hacer la tarea se pone a jugar. Aunque juega con su hermano, pelean, se molestan, pero es normal. A mí lo que me preocupa es que tenga el hábito de hacer la tarea, pero bien. Hasta ahorita no he encontrado cómo, te lo confieso. (pausa).

F. ¿EN QUÉ CREEN QUE LE ESTÉ BENEFICIANDO EL TALLER A ADRIANA?

MAMÁ: En el conocimiento de sus sentimientos. Que ella sepa, pues manejarlos como debe ser. Precisamente me llamó la atención que en una de las tareas que dejaste, cuando hizo la tarea de los recortes de cuando está enojada y todo lo que trae consigo. Le dije que se fijara, que cuando está disgustada todo se echa a perder. Cuando pasamos una situación de enojo, se arrepiente. Dice que ya no me va a hacer enojar. El otro día la hizo muy bien y la felicité. Al otro día la hace bien, pero luego recae. Yo siento que este taller le está abriendo los ojos de que es lo que está bien y mal, pero desde el punto de vista que se lo está diciendo alguien ajeno a la familia. Y es lo que me gusta de este taller. Tú me estas ayudando a enseñarle a mi hija que lo que yo le estoy diciendo es por su bien. En eso me está ayudando muchísimo. (pausa).

F. PEPE ¿A TI QUÉ TE PARECE EL TALLER PARA ADRIANA?

PAPÁ: A mí me platica poco del taller. Le pregunto qué hicieron y me contesta que jugar, recortar, pero no me dice más. Me platica de otras cosas. Ella viene muy contenta, que está aprendiendo algo, sin presiones. Creo que ella va entendiendo cómo funciona este trabajo. He notado un cambio de actitud. Y ahí creo que es donde va cambiando.

F. ¿LES GUSTARÍA AGREGAR ALGO MAS, BREVEMENTE?

MAMÁ: Pues yo, que ojalá esté este taller le despierte la inquietud a mi hija de cómo saber manejar y aplicar sus sentimientos y esto me ayude a mí a conocer sus sentimientos.

PAPÁ: Yo creo que este taller nos va a servir a todos para conocernos, y aprender a tratarnos tal como somos. Tener una mejor relación familiar para llegar a vivir felices todos. Aprendiendo más, para mí sería extraordinario conocer aquellos puntitos que hay que seguir afinando.

F. MUCHAS GRACIAS POR ASISTIR A LOS DOS, LES AGRADEZCO QUE ESTÉN INTERESADOS EN EL BIENESTAR DE SU FAMILIA. MUCHAS GRACIAS.

PAPÁ: Reconozco que estamos muy enfocados en nuestros hijos, descuidando un poco a nuestra relación de pareja, nos hace falta salir, pero ahorita son lo más importante, y ahí estamos. Pues, gracias.

OBSERVACIONES DE LAS ENTREVISTA CON PADRES DE FAMILIA

Algunas observaciones generales sobre las entrevistas realizadas son las siguientes:

Las entrevistas hechas cuando los padres participaron juntos fueron distintas de aquellas que se realizaron a las madres de familia. Cabe resaltar que la función de la madre que pasa la mayor parte del tiempo con los hijos es quien conoce a profundidad el comportamiento de su hijo. A diferencia del padre que pasa la mayor parte del día fuera de casa y se convierte en un padre de fin de semana en la mayoría de los entrevistados. Esta diferencia de percepciones de los hijos generaba cierto conflicto entre las parejas entrevistadas. Sin embargo, resultaba ser un buen escenario para que ambos conocieran los diferentes puntos de vista al respecto de la educación de ellos y trataron de unificar las estrategias a seguir.

Las madres que asistieron solas a la entrevista expresaban un cierto grado de frustración al sentir que casi toda la responsabilidad de la educación de sus hijos recaía sólo en ellas y a pesar de tener a su esposo, éste se involucraba muy poco en las actividades familiares.