



UNIVERSIDAD DEL AZUAY

**FACULTAD DE FILOSOFÍA, LETRAS Y CIENCIAS DE LA
EDUCACIÓN**

ESCUELA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA-TERAPÉUTICA

**JUEGOS Y ACTIVIDADES PARA EL DESARROLLO DE LA
INTELIGENCIA EMOCIONAL EN NIÑOS DE TERCERO DE BÁSICA
DE LA ESCUELA ASUNCIÓN**

Tesis de graduación previa a la obtención de título de Licenciada en Ciencias de
la Educación Mención Psicología Educativa -Terapéutica

AUTORA: María Virginia Donoso Espinoza.

DIRECTORA: Magíster. Elisa Piedra

Cuenca, Ecuador

2010

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Agradecimientos.....	ii
Índice de Contenidos.....	iii
Resumen.....	iv
Abstract.....	v
Introducción.....	1

CAPÍTULO 1: El niño de siete y ocho años, Inteligencia Emocional y su desarrollo.

Introducción.....	2
1. 1 Concepto de inteligencia emocional.....	2
1.2 Desarrollo de la inteligencia emocional en los niños.....	5
1.2.1 Desarrollo de la afectividad.....	5
1.2.2 Estimulación en el desarrollo de la inteligencia emocional.....	7
1.2.3 Componentes de la inteligencia emocional.....	9
1.3 El niño y su entorno social.....	13
1.4 El desarrollo social y emotivo.....	14
1.5 Dificultades que el niño presenta en la interacción con los demás.....	15
1.5.1 Timidez.....	15
1.5.2 Baja autoestima.....	16
1.6 El arte y juego para desarrollar la inteligencia emocional.....	18
1.7 Inteligencia emocional en la educación.....	20
1.7.1 Educación basada en la inteligencia emocional.....	23
1.8 Relación entre cociente intelectual y cociente emocional.....	25
1.9 Inteligencia intrapersonal e interpersonal.....	26

1.9.1 Inteligencia intrapersonal.....	27
1.9.2 Inteligencia interpersonal.....	28
Conclusiones.....	30

CAPÍTULO 2: Diagnóstico: Test y Resultados

Introducción.....	32
2.1 Aplicación del test de Roberto.....	32
2.2 Aplicación del test de la familia.....	36
2.3 Aplicación del test inteligencia emocional para padres.....	38
2.4 Encuesta a profesores.....	44
Conclusiones.....	53

CAPÍTULO 3: Programa de Apoyo para la Inteligencia Emocional

JUEGOS Y ACTIVIDADES: Metodología y Materiales

Introducción.....	55
3.1 Expresión y comprensión de sentimientos.....	57
Emociones.....	58
Cuentos e historias.....	58
Cómo te sientes?.....	59
Feliz soy feliz.....	60
Expresar sentimientos.....	61
El juego de los sentimientos.....	62
Redes de palabras.....	63
Historia de los grupos.....	64
Caretas.....	65
Poner	
caras.....	66
Adivinar los sentimientos.....	67
Cambio de rostro.....	68

Mi libro de emociones.....	69
Técnica de papel mashe.....	70
3.2 Autoconfianza.....	71
Mi escudo.....	72
Espejo mágico.....	73
Cuento del oso pardo.....	74
Gente que me quiere.....	75
Demostración de talento.....	76
3.3 Automotivación.....	77
Se busca.....	78
Super estrellas.....	79
Insignias.....	80
Certificado de aptitud.....	81
3.4 Optimismo.....	82
Libreta.....	83
Relato de un cuento.....	84
3.5 Autocontrol.....	86
Descarga de energía con bombas.....	87
Terapia con arcilla.....	87
Descarga de energía con periódico.....	88
Refuerzos positivos.....	88
Para saber conversar.....	89
Mi turno esperare.....	91
El juego de las estatuas.....	93
Pintura de crema de afeitar.....	95
Botella de antiestrés.....	96
Rincón “deja salir todo”.....	97
Relajación un paseo por el cielo.....	98
Mi masaje.....	99
Flojo, tieso.....	100
Técnicas de pintura.....	101
Pintura abstracta.....	102
3.6 Sentido del humor.....	103
Anécdotas, cuentos y chistes chistosos.....	104

Terapia de la risa.....	106
3.7 Empatía.....	108
El oso bubú.....	109
Cariñosos y antipáticos.....	110
3.8 Pensamiento positivo y realista.....	111
¡Manos arriba!.....	112
Tu nos agradas.....	113
3.9 relaciones interpersonales.....	114
Recuerdo muy especial.....	115
Pásalo!.....	116
Menú de cualidades.....	117
Ceviche de la amistad.....	120
Los peluches.....	121
Retratos de amigos.....	122
Amigo bingo.....	123
Juegos en grupos puzzle, puntos, sobres.....	124
Ensalada amistosa.....	125
Arte cooperativo pintura móvil.....	126
Puntos.....	127
Tapiz de clase.....	128
Escultura de materiales usados.....	129
Juegos en parejas.....	130
La serpiente.....	132
4. Autoestima.....	133
¿Como te sientes cuando?	134
¿Quién soy yo?	136
Autoestima.....	137
¿Cómo soy yo?	139
Persona muy importante en esta semana.....	140
Arte con el nombre.....	141
Escritura invisible.....	142
Un pequeño libro sobre mí.....	143
Conclusiones.....	144

CAPÍTULO 4: Aplicación y resultados del programa

Introducción.....	147
5. 1 Sesiones de trabajo.....	147
5.2 Resultados de la evaluación final.....	152
5.3 Análisis comparativo de los test.....	159
Conclusiones.....	165
Conclusiones finales.....	167

INTRODUCCIÓN

Los niños entre los siete y ocho años, están comenzando a comprender el punto de vista de los demás, pero aun tienen dificultades para comprender los sentimientos y las necesidades de otros; muchos necesitan ayuda para expresar sus emociones de manera apropiada cuando están enojados o preocupados.

La Inteligencia Emocional, es una destreza que nos permite conocer y manejar nuestros propios sentimientos (inteligencia interpersonal), interpretar o enfrentar los sentimientos de los demás (inteligencia intrapersonal), sentirnos satisfechos y ser eficaces en la vida, a la vez que crear hábitos mentales que favorezcan nuestra propia productividad.

Es muy importante reforzar determinadas capacidades emocionales en los menores. Los niños no siempre desarrollan de forma espontánea las cualidades emocionales y capacidades sociales que los convertirán el día de mañana en adultos responsables, apreciados y felices.

La clave de la inteligencia emocional está en ser conscientes en cada momento de lo que uno está sintiendo, para que a partir de ahí, empecemos a desarrollar el control inteligente de las emociones. Para esto, es preciso un proceso previo de auto-observación, de reconocimiento de las propias emociones, de su intensidad, y de cómo respondemos y actuamos ante ellas después de que aparezcan. Inteligencia emocional no es ahogar las emociones, sino dirigir las y equilibrarlas.

El programa de desarrollo de la inteligencia emocional consta de cuatro capítulos:

En el capítulo I, se aborda la fundamentación teórica de la inteligencia emocional, los aportes de Daniel Goleman y otros autores sobre Inteligencia emocional.

Inteligencia interpersonal e intrapersonal de Howard Gardner. El desarrollo de la inteligencia emocional en los niños y como es la evolución de su afectividad desde que nacen; como estimularlos para desarrollar su inteligencia emocional. Además el desarrollo físico, social y emotivo de los niños y las dificultades que los niños pueden presentar en su interacción con los demás. La relación que existe entre el coeficiente intelectual y el emocional.

En el capítulo II, se realiza un diagnóstico de los diferentes problemas emocionales de los niños y se realiza una evaluación integral con los niños, padres de familia y maestros.

En el capítulo III, en base al diagnóstico anterior se realiza una propuesta adaptada a los niños entre los siete y ocho años, la misma que esta basada en el arte y juego; la propuesta de desarrollo de inteligencia emocional busca complementar los aspectos académicos con la educación emocional de los niños.

En el capítulo IV, se muestran los resultados del programa de desarrollo de inteligencia emocional, que se aplicó durante cinco meses.

Este trabajo puede ser utilizado como una guía de apoyo para los maestros, con el propósito de ayudar a los niños a desarrollar su inteligencia emocional.

AGRADECIMIENTO

Este trabajo de tesis no hubiera sido posible, sin el apoyo y ayuda incondicional brindado por: mi familia, mi Directora de tesis Magíster Elisa Piedra, la Escuela “Asunción”, Departamento Psicológico y personas encuestadas, para quienes dejo constancia de mi imperecedero agradecimiento y reconocimiento.

RESUMEN

Juegos y actividades es un programa para desarrollar la inteligencia emocional, basado en la inteligencia emocional de Daniel Goleman y otros autores, esta dirigida a los maestros de niños escolares. Esta es una propuesta creativa que contiene diferentes actividades para que los niños aprendan de una manera dinámica a reconocer sus propias emociones y las de los demás, a ser conscientes de lo que sienten y de esta manera poder tener control sobre cada una de ellas. Lo que queremos lograr con esta propuesta es que los niños aprendan a dirigir y equilibrar sus emociones, que sepan como reaccionar cuando éstas se presentan.

ABSTRACT

Games and activities is a program to develop emotional intelligence by Daniel Goleman and others authors direct to the teachers of elementary school. This is a creative proposal that contains different activities for children to learn in a dynamic way to recognize their own emotions and the emotions of other people to be conscious of their feelings and this way they can have control of their emotions. What we want to achieve with this proposal is that children learn to direct and balance their emotions and how to act when they occur.

CAPÍTULO I

**El niño de siete y ocho años,
Inteligencia Emocional y su
desarrollo.**

INTRODUCCIÒN

En este capítulo se va abordar, el concepto de inteligencia emocional visto desde diferentes puntos de vista de varios autores; tipos y componentes de inteligencia emocional. Diferencia o relación entre cociente intelectual y emocional.

Desarrollo de la inteligencia emocional de los niños, como son los niños entre los siete y ocho años, como actúan, sus necesidades y las dificultades de interacción con los demás, como es su desarrollo social y emotivo. El arte y juego para desarrollar la inteligencia emocional en los niños. La inteligencia emocional en la educación y su importancia, como es una educación basada en la inteligencia emocional y sus beneficios. Al Desarrollar la inteligencia emocional en los niños desde temprana edad ayuda para que en un futuro sean adultos responsables y felices

1. 1 CONCEPTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE D. GOLEMAN Y OTROS AUTORES.

El término inteligencia emocional fue utilizado por primera vez por los psicólogos Peter Salovey y John Mayer de la Universidad de Harvard (1990), definida como: "la habilidad para percibir, evaluar, comprender y expresar emociones, y la habilidad para regular estas emociones que promuevan el crecimiento intelectual y emocional"

<http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=inteligencia+emocional+daniel+goleman+y+otros+autores&meta>

Se empleó para describir las cualidades emocionales que parecen tener importancia para el éxito, como son: la empatía, la expresión y comprensión de los

sentimientos, el control de nuestro genio, la independencia., la capacidad de adaptación, la simpatía, la capacidad de resolver los problemas de forma interpersonal, la persistencia, la cordialidad, la amabilidad, el respeto.

El concepto de Inteligencia Emocional, tiene precursor en el concepto de Inteligencia Social del psicólogo Edward Thorndike (1920) quien la definió como "la habilidad para comprender y dirigir a los hombres y mujeres, muchachos y muchachas, y actuar sabiamente en las relaciones humanas.

<http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=inteligencia+emocional+daniel+goleman+y+otros+autores&meta>.

La Inteligencia emocional como "la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien las emociones, en nosotros mismos y en nuestras relaciones". Goleman, 1995

Un ilustre antecedente cercano de la Inteligencia Emocional lo constituye la teoría de las inteligencias múltiples del Dr. Howard Gardner, de la Universidad de Harvard, que las personas tenemos 7 tipos de inteligencia que nos relacionan con el mundo. *Gardner, 1983*

Inteligencia Lingüística: Es la inteligencia relacionada con nuestra capacidad verbal, con el lenguaje y con las palabras.

Inteligencia Lógica: Tiene que ver con el desarrollo de pensamiento abstracto, con la precisión y la organización a través de pautas o secuencias.

Inteligencia Musical: Se relaciona directamente con las habilidades musicales y ritmos.

Inteligencia Visual - Espacial: La capacidad para integrar elementos, percibirlos y ordenarlos en el espacio, y poder establecer relaciones de tipo metafórico entre ellos.

Inteligencia Kinestésica: Abarca todo lo relacionado con el movimiento tanto corporal

Como el de los objetos, y los reflejos.

Inteligencia interpersonal: implica la capacidad de establecer relaciones con otras personas

Inteligencia intrapersonal: se refiere al conocimiento de uno mismo y todos los procesos relacionados, autoconfianza y automotivación.

Esta teoría introdujo dos tipos de inteligencias muy relacionadas con la competencia social, y hasta cierto punto emocional: la Inteligencia Interpersonal y la Inteligencia Intrapersonal. Gardner definió a ambas como sigue:

La Inteligencia Interpersonal se construye a partir de una capacidad nuclear para sentir distinciones entre los demás: en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones. Esta inteligencia permite a un adulto hábil leer las intenciones y deseos de los demás, aunque se hayan ocultado.

La inteligencia intrapersonal como “el conocimiento de los aspectos internos de una persona: el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de discriminar emociones y finalmente ponerles un nombre y recurrir a ellas como un medio de interpretar y orientar la propia conducta”

López de Bernal, González Medina, pg 12



www.monografias.com/.../Image1022.gif

1.2 DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS NIÑOS

La inteligencia emocional es la habilidad esencial de las personas para atender y percibir los sentimientos de forma apropiada y precisa, la capacidad para asimilarlos y comprenderlos adecuadamente y la destreza para regular y diferenciar nuestro estado de ánimo o de los demás.

Esta habilidad para manejar emociones de forma apropiada se puede y debe desarrollar desde los primeros años de vida ya que las emociones se expresan desde el nacimiento, un niño amado, acariciado, será un niño con confianza en sí mismo, un niño seguro. La educación no solo toma en cuenta aspectos intelectuales y rendimiento escolar, en la actualidad se está poniendo énfasis al desarrollo de habilidades emocionales y la autoestima, es decir, la educación de los sentimientos, la valoración de sí mismos.

Para desarrollar la inteligencia emocional en los niños lo más importante es conocer cómo es el desarrollo emocional del niño en los primeros años para de esta forma saber qué habilidades necesitan estimularse según cada etapa.

<http://www.cosasdelainfancia.com/biblioteca-inte05.htm>

1.2.1 Desarrollo evolutivo de la afectividad

- El recién nacido siente malestar o sosiego. Llora o ríe. Su mundo es de necesidades, afectos y acciones, el primer trato con la realidad es afectivo.
- Hacia los 18 meses ya se han conectado las estructuras corticales con las profundas del cerebro, lo que permite la aparición de una afectividad inteligente.
- Hacia el primer año, la seguridad del afecto de la madre es lo que permite al niño apartarse, explorar, dominar los miedos y los problemas, una correcta educación proporciona la seguridad y el apoyo afectivo necesarios para sus nuevos encuentros.

- El desarrollo de la inteligencia está muy ligado a la educación de los sentimientos, sentirse seguro es sentirse querido. Las experiencias infantiles llenas de afecto pasan a formar parte de la personalidad a través de la memoria, aprende a andar y a hablar y su mundo se expande.
- Hacia los dos años entran en su mundo las miradas ajenas, disfrutan al ser mirados con cariño. A partir de ahora cobra gran fuerza educativa la satisfacción ante el elogio o ante las muestras de aprobación de aquellos a quien él aprecia.
- Hacia los 7-8 años nos convertimos en actores y jueces: reflexión y libertad. Y aparecen el orgullo y la vergüenza aunque no haya público.
- Hacia los 10 años pueden integrar sentimientos opuestos. Empieza a darse cuenta de que los sentimientos deben controlarse.
- La adolescencia es una etapa decisiva en la historia de toda persona. Los sentimientos fluyen con fuerza y variabilidad extraordinarias, es la edad de los grandes ánimos y desánimos, muchos experimentan la rebeldía de no poder controlar sus sentimientos ni comprender su complejidad, el descubrimiento de la libertad interior es importante para la maduración del adolescente, al principio pueden identificar obligación con coacción, el deber con la pérdida de libertad.
- Al ir madurando comprende que hay actuaciones que le llevan a un desarrollo más pleno y otras que le alejan, que lo que apetece no siempre conviene, que una libertad sin sentido es una libertad vacía.
- Ha de descubrir que actuar conforme al deber perfecciona y necesita aceptar el deber como una voz amiga, que se puede asumir con cordialidad. <http://www.cosasdelainfancia.com/biblioteca-inte05.htm>



www.parasaber.com/.../ninos-felices/14560/

1.2.2 Estimulación en el desarrollo de la inteligencia emocional

Lo más importante para estimular el desarrollo de la inteligencia emocional es:

- Dar nombre a los sentimientos: Ser capaces de nombrar emociones como la cólera o la tristeza, les ayuda a reconocer esas emociones cuando las sienten. Y saber qué es lo que sienten les puede ayudar a sobrellevar ese sentimiento.
- Enseñar al niño a reconocer emociones (alegría, tristeza, cólera, miedo) a través de cuentos, tarjetas con dibujos, etc.
- Relacionar gestos con sentimientos: Es importante que el niño aprenda a identificar emociones en otras personas, de esta manera desarrollará la empatía. Hacer gestos de sorpresa, tristeza, cólera, alegría, temor..., conversar con él acerca de las emociones que podrían estar sintiendo los personajes de un cuento o los actores de televisión.

- Orientar: Una vez que los niños sepan reconocer sus emociones, darles normas básicas para enfrentarse a ellas. Una buena norma es "Cuando expreses tu enfado no puedes hacerte daño ni a ti, ni a los demás, ni a las cosas". Explicar a los niños, lo que sí pueden hacer. Por ejemplo: correr en el jardín, dibujar figuras enfadadas, dar puñetazos a una almohada, arrugar un periódico, etc. Hacer esto no es malo, al contrario, expresar lo enojado que se siente es saludable, siempre que se exprese de manera aceptable. Además de ello se debe enseñar al niño a relajarse cuando estén nervioso o disgustado, animar al niño a respirar hondo mientras cuentan hasta tres y a expulsar despacio el aire. O decir al niño que cierre sus ojos y tensen los músculos, cuenten hasta seis y relajen los músculos.
- Actuar con empatía: En los niños más pequeños es recomendable reconocer sentimientos en ellos mismos y en los demás, empezar con las actividades de "Dar nombre a los sentimientos" y "Relacionar gestos con sentimientos". También puede hacer juegos de imitar los gestos del compañero, estas actividades permiten "ponerse en el lugar del otro".
- Alabar lo positivo: Felicitar a los niños que se enfrenten bien a sus emociones o muestren preocupación por los demás, decirles que usted se da cuenta de ello. Ejemplos: "Muy bien hecho lo de marcharte a tu cuarto a tranquilizarte".
- Enseñar con el ejemplo: Esta es la mejor manera para que los niños entiendan cómo expresar adecuadamente las emociones, sin causar daño. Por ejemplo si ha pasado un mal día en el trabajo, irse de paseo en lugar de gritar y desquitarse con los demás. Otras estrategias para calmar el estrés son: respirar hondo, darse un baño caliente, llamar a un amigo o escribir en su diario. Si tiene una explosión de mal genio delante de los niños, hable luego con ellos. Contar por qué estaba enfadado. Luego explíqueles que se enfrentó a sus sentimientos de forma equivocada y que intentará hacerlo mejor la próxima vez.
<http://www.cosasdelainfancia.com/biblioteca-inte05.htm>



3.bp.blogspot.com/.../ninos-felices_article.jpg

1.2.3 Componentes de la inteligencia emocional

Autoconocimiento

Es la capacidad de conocer los propios estados emocionales que se manifiestan a través de las emociones. Cuando esto se logra, el niño tiene la capacidad para reconocer cuales son sus propias emociones y cuales son las emociones de los demás, de forma que pueda controlarlas. Este autoconocimiento le proporciona seguridad en su propio desempeño y le permite acceder a las opiniones para reaccionar frente a la emoción.



Autocontrol

Es la capacidad de manejar y controlar los propios estados emocionales internos, asumir la responsabilidad de los propios actos y reacciones. Cuando los niños sienten que no tienen control sobre sus emociones experimentan una vivencia limitada y debilitante debido a que no pueden asumir la responsabilidad de sí mismos, sino que asignan a las emociones descontroladas y desorganizadas.

El autocontrol no significa negar o reprimir las emociones y sobre todo las negativas y desagradables, implica crear un manejo que logre la expresión adecuada

Motivación

Es la energía que permite lograr un determinado propósito o sacar adelante un reto o proyecto; la motivación consiste en enfocar las propias emociones y experiencias al servicio del cumplimiento de los objetivos propios. Los niños desde temprana edad están en la capacidad de entender que para lograr algo, hay que saber lo que se quiere obtener; por ejemplo si el niño quiere aprender a montar bicicleta, hay que explicarle que eso se puede realizar cumpliendo ciertos pasos y practicando una y otra vez hasta lograrlo. La motivación va a ser un factor determinante del éxito en la vida.

Habilidades sociales

Por medio del desarrollo de la inteligencia emocional se crean y fortalecen las competencias sociales y las destrezas necesarias para establecer vínculos sanos y positivos. Mientras el niño avanza en su proceso de crecimiento se amplía progresivamente su ámbito relacional. Es así como en un principio el mundo del recién nacido se limita a los padres. Posteriormente empieza a incluir a otros seres como los miembros de la familia, vecinos y otros niños cuando se integra a la vida escolar. Las habilidades sociales más importantes son: la empatía, la comunicación, la construcción de relaciones interpersonales funcionales, la convivencia y el liderazgo.

Empatía

La empatía ha sido considerada como la base principal de las habilidades social y el punto de partida para el desarrollo de las mismas. Es la habilidad para tener conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones de los otros, estar en la capacidad de responder adecuadamente frente a estos. La empatía debe estar basada en la autoconciencia, de forma que se pueda marcar la diferencia clara entre las emociones personales y las del otro.

Actitud positiva

La actitud positiva implica una disposición de ánimo tal, que las emociones son experimentadas y reencausadas para generar un estado emocional que se caracteriza por manifestar, optimismo flexibilidad, adaptabilidad y mucha energía. La creación de actitudes positivas, es un proceso de aprendizaje que se construye desde la más temprana infancia y los primeros formadores son los padres.



Optimismo

El optimismo se genera por las emociones positivas que estimulan esta actitud. Los niños que se caracterizan por su optimismo se muestran dispuestos a buscar soluciones y diferentes alternativas, demuestra entusiasmo en cada actividad que realiza, tiene la habilidad de encontrar siempre algo positivo. A los niños optimistas, pareciera que la vida les sonríe constantemente, sin embargo, es el resultado de seleccionar los eventos positivos que se encuentran en su experiencia y la habilidad de reencuadrar los eventos negativos de tal manera que se encuentre algo positivo.

Sentido del humor

La risa puede fortalecer hasta el sistema inmunológico. Existen muchas formas de estimular la risa: los chistes, las películas y escritos graciosos que estimulan además la relación de los músculos del cuerpo. Una de las mejores herramientas que se deben estimular a los niños es la de aprender a reírse de si mismos; cuando aprenden a reírse de si mismos y de sus errores, se permiten cometerlos sin la necesidad de atacarse internamente por la falla cometida. Los conflictos y las tenciones pueden disiparse cuando logran aprender acordarse de algo cómico como remedio para aliviar la tensión.



Autoestima

El concepto de uno mismo va desarrollándose poco a poco a lo largo de la vida, cada etapa aporta en mayor o menor grado, experiencias y sentimientos, que darán como resultado una sensación general de valía e incapacidad. En la infancia descubrimos que somos niños o niñas, que tenemos manos, piernas, cabeza y otras partes de nuestro cuerpo. También descubrimos que somos seres distintos de los demás y que hay personas que nos aceptan y personas que nos rechazan. A partir de esas experiencias tempranas de aceptación y rechazo de los demás es cuando comenzamos a generar una idea sobre lo que valemos y por lo que valemos o dejamos de valer.

La valorización positiva que un niño hace de si mismo y el aprecio realista que se tiene, ejercen un efecto muy poderoso sobre toda su vida, desde la manera en la que se desempeña en la familia y escuela, hasta como enfrentar las dificultades y

problemas que se presenten a lo largo de su vida. La autoestima es el conjunto de pensamientos y de sentimientos que tenemos de nosotros mismos.¹

1.3 EL NIÑO Y SU ENTORNO SOCIAL

Los niños de 7 años se encuentran en una etapa de su desarrollo llamada con frecuencia la niñez media. Asisten a la escuela y les gusta aprender nuevas destrezas. Aprenden rápidamente en la escuela. Las opiniones de sus compañeros de clase cobran mayor importancia y comienzan a sentir los efectos de la presión de grupo.

Repasa los reglamentos y las limitaciones con los niños. Dejar que ellos ayuden a establecer el reglamento y las limitaciones. Hacer cambios cuando sean necesarios.



www.celularis.com/wpcontent/uploads/2009/01/...

Ayudar a los niños a planificar algunas actividades. Ellos mismos pueden encontrar las soluciones a sus propios problemas. Los niños de esta edad necesitan de adultos que los quieran y que puedan hablar y jugar con ellos.

Esta es una etapa muy estimulante para los niños de 7 a 8 años, y para los padres también; ya que son los padres los que ayudan a los niños a como llegar a ser adolescentes y adultos saludables. Un niño es un individuo con distintas

¹ Cfr: María Elena López de Bernal, Maria Fernanda González Medina, Inteligencia Emocional. Pasos para elevar el potencial infantil. Ediciones Gamma S.A 2003)

debilidades y puntos fuertes. Cada niño necesita sentirse especial y que lo quiere.
http://ministerioinfantil.com/desarrollo-infantil/desarrollo_infantil_7_8_anios.pdf

1.4 EL DESARROLLO SOCIAL Y EMOTIVO

Los niños de esta edad y del mismo sexo se ayudan a si mismos. Necesitan:

- Entretenimiento y excitación jugando juntos.
- Aprender mediante la observación y la conversación.
- Ayuda en los momentos difíciles.
- Apoyo en momentos de tensión.
- Ayuda para expresar (o comprender) lo que sienten.
- Los niños necesitan tener reglas, límites fijos.
- Ellos necesitan ayuda para resolver problemas.
- Más que críticas, necesitan amor, cariño, atención y aprobación de sus padres y de los demás.

<http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=desarrollo+de+los+ni%C3%B1o+de+7+a+8+a%C3%B1os&btnG=Buscar&meta>



1.5 DIFICULTADES QUE EL NIÑO PRESENTA EN LA INTERACCIÓN CON LOS DEMAS

Las dificultades que los niños presentan en la interacción son causados por:

1.5.1 La timidez

La timidez es algo que todas las personas sienten alguna que otra vez. En la mayoría de los casos es una conducta normal y pasajera. En los niños un poco de timidez es normal, y en alguna etapa es considerada como parte del desarrollo, pero debe ser sólo por un tiempo.

Cuando la timidez comienza a interferir en la amistad con otros, en situaciones sociales, la escuela, y otros aspectos importantes en la vida del niño, los padres deben estar alerta para ayudar a su hijo a superarla.



La timidez es la inseguridad que provocan los espacios abiertamente sociales o de expresión personal impuesta. Igualmente, no sólo como inseguridad, sino torpeza, provocada por una falta de reacción “tipo” reflejo, como por ejemplo: la adaptación a algo nuevo y el diálogo fluido con otras personas, en especial, cuando se es objeto de atención.

La timidez es una emoción social que afecta a la persona en cómo se sienten, piensan y cómo se comportan con los demás. Aquellos que son tímidos se sienten incómodos, cohibidos, asustados, nerviosos o inseguros ante las demás personas.

La timidez no debe ser confundida con la inseguridad; esta puede ir acompañada de sensaciones corporales, como ponerse rojo, temblar, tener náuseas o quedarse sin habla o sin respiración.

La timidez, Es una estrategia de vinculación basada en el miedo, asumida por las personas cuando intentan evitar ser desaprobadas y proteger la imagen que tienen de si mismas (autoimagen).

La Timidez puede ser perjudicial cuando:

- Impide la expresión libre de ideas y sentimientos.



- Bloquea el disfrute de las relaciones.
- Resta oportunidades sociales
- Genera ansiedad depresión, adicciones

1.5.2 Baja autoestima

La baja autoestima puede desarrollar en los niños sentimientos como la angustia, el dolor, la indecisión, el desánimo, la pereza, la vergüenza, y otros malestares. Por esta razón es de vital importancia, el mantenimiento de una autoestima positiva a lo largo del crecimiento de los niños.

Dentro de cada uno de nosotros existen sentimientos ocultos que muchas veces no los percibimos. Los malos sentimientos, como el dolor, la tristeza, el rencor, y otros, si no son remediados, terminan por convertirse y ganar formas distintas. Estos sentimientos pueden llevar a una persona a sufrir depresiones continuas, y también a tener complejo de culpabilidad, cambios repentinos del humor, crisis de ansiedad, de pánico, reacciones inexplicables, indecisiones, excesiva envidia, miedos, hipersensibilidad, pesimismo, impotencia.

Una baja autoestima puede llevar a una persona a sentirse desvalorada, a estar siempre comparándose con los demás, recalando las virtudes y las capacidades de los demás. Los ven como seres superiores a ella. Siente que jamás lograra rendir como ellos. Esto les puede llevar a no tener objetivos, a no encontrarle el sentido a nada, convencerse de que es incapaz de lograr cualquier cosa que se proponga.

El principal factor que influye en la autoestima de los niños esta dentro del ambiente familiar, es aquí donde los niños van creciendo y formando su personalidad. Lo que su familia piensa de él, es de fundamental importancia.

Por esa razón, es recomendable que a los padres no se les escapen los logros que alcanzan sus hijos. Si el bebé empieza a caminar pero los mayores ven la situación como una obligación y no como un logro del bebé, la criatura no se sentirá

suficientemente estimulada para seguir esforzándose para conseguir otros logros, y para superarse.²

<http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=la+timidez+en+los+ni%C3%B1os&meta->
[.http://www.guiainfantil.com/salud/autoestima/baja.htm](http://www.guiainfantil.com/salud/autoestima/baja.htm)



pintaelmundo.blogspot.com/2008_07_06_archive.html

²Conf. <http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=la+timidez+en+los+ni%C3%B1os&meta>

[.http://www.guiainfantil.com/salud/autoestima/baja.htm](http://www.guiainfantil.com/salud/autoestima/baja.htm)

1.6 EL ARTE Y EL JUEGO PARA DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1.6.1 El valor del juego

“El juego del golf es como la vida, no importa si caes en un obstáculo, lo que importa es saber salir”. Madrona Andreu

Jugar es hacer algo por la satisfacción de hacerlo. Los juegos no pueden definirse como lo opuesto al trabajo, pues podemos vivir también un placer lúdico mientras realizamos una tarea útil o remunerada. Realmente, el juego no algo definible de forma externa, por el contrario, es una disposición interna que implica sentir lo que haces como:

1. Placentero (disfrutas).
2. Satisfactorio de por sí (carece de finalidad extrínseca).
3. Absorbente (te concentra totalmente).

El juego se salta el control mental ordinario. En él, las consecuencias no tendrán repercusión real y, por este motivo, es un espacio de placer y seguridad, donde es posible experimentar con las emociones auténticas y aprender.

Todas las personas creativas conocen la sensación de que algo se hace por sí solo (el pincel se desplaza mágicamente, la canción sale por sí misma, etc.). Los niños viven de cerca esta sensación de expectación y recepción en la que se crea, paradójicamente, la realidad más propia. Los chinos poseen la palabra *TZU JAN* para denotar este concepto de las cosas y el mundo como algo que sucede en sí mismo y por naturaleza. Es un concepto feliz y creativo, intrínseco a la actitud de juego.

El juego, además de vivirse como algo útil y gozoso en sí mismo, nos sirve para desarrollar nuestra Inteligencia Emocional en tres sentidos:

- Te mantiene en contacto con tu físico. Como todos los animales tenemos la necesidad de jugar.
- Te proporciona una situación segura para ensayar tus emociones. El juego es una franja de entrenamiento para cualquier área de nuestra vida. Cuando somos pequeños, jugamos para poder aprender el difícil arte de vivir: cómo llevar a cabo el rol de adulto, cómo enfrentarse a situaciones atemorizantes, etc. Es, necesariamente, en un marco de juego donde aprendemos nuestras futuras actitudes adultas. Como adultos, el juego nos ofrece la oportunidad de continuar ensayando actitudes y analizando sus consecuencias sin riesgo real.
- Te aleja de las emociones negativas con las que vives. El juego nos aparta de las preocupaciones conscientes. Al jugar redefinimos qué partes de la realidad son importantes para nosotros.
- El juego en los seres humanos tiene un carácter adaptativo, es necesario para el aprendizaje, desarrollo físico, bienestar psicológico e inserción en el medio familiar y social.
- El juego es trascendental para el desfogue de tensiones emocionales, permite al niño construir, dirigir y vivir experiencias que contribuirán al desarrollo de su personalidad y autoestima; el juego es un medio fundamental para el desarrollo integral, pues involucra a la sensorialidad, la percepción, el afecto, la coordinación motriz, el pensamiento, la imaginación. *Ordóñez Legarda, Tinajero Miketta, pg 66*



El juego cumple con importantes funciones; promueve el desarrollo físico, mental, emocional y social de los niños; el juego ayuda al niño a desarrollar capacidades intelectuales y aumenta su creatividad. Por medio del juego los niños podrán conocer el medio que los rodea.

El juego es diferente a cualquier actividad, ya que no está dirigido a llegar a ninguna meta, los niños juegan por el placer de hacerlo.

El arte como medio generador de gozo y asombro permite al niño “vivir naturalmente en el espacio ilimitado de una dimensión mágica sin tiempo, en donde todo es posible ya que no diferencia realidad, sueño y fantasía. *Volemos alto. Claves para cambiar el mundo. Referente Curricular para niños de cero a cinco años. pg 62.*

El dibujo, la música, la danza y otras expresiones artísticas ofrecen ese espacio mágico donde el niño es capaz de descubrir el mundo interior de sus emociones. http://www.inteligenciaemocional.org/ie_en_la_educacion/elvalordeljuego.htm



www.aytona.com/.../imagenes/ninos%20dibujando.JPG

1.7 INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA EDUCACION

En el campo de la educación se rescata el papel de las emociones y los sentimientos en el aprendizaje, da herramientas y estrategias para desarrollar la sensibilidad y el carácter de los alumnos, generando diversas posibilidades para trabajar con las emociones de manera constructiva, creativa y positiva. *López de Bernal, González Medina, 42*

El énfasis de los cambios educativos, está puesto en el impacto que la tecnología está produciendo en nuestras vidas, una corriente paralela y

complementaria de la anterior rescata la importancia y la urgencia de la educación de las emociones y los sentimientos.

El sistema educativo, una de las instituciones sociales por excelencia, se encuentra inmerso en un proceso de cambios enmarcados en el conjunto de transformaciones sociales propiciadas por la innovación tecnológica y, sobre todo, por el desarrollo de las tecnologías de la información y de la comunicación, por los grandes cambios que se producen en las relaciones sociales, y por una nueva concepción de las relaciones tecnología-sociedad que determinan las relaciones tecnología-educación.

Cada época ha tenido sus propias instituciones educativas, adaptando los procesos educativos a las circunstancias. En la actualidad, esta adaptación supone cambios en los modelos educativos, cambios en los usuarios de la formación y cambios en los escenarios donde ocurre el aprendizaje. La experiencia muestra que para facilitar el aprendizaje y la creatividad, es fundamental el desarrollo de la tanto de la vida intelectual como de la emocional, porque no es suficiente contar con las máquinas más modernas y las mejores instalaciones (aun teniendo cierta capacidad intelectual), si falta la motivación, el compromiso, y el espíritu de cooperación.

Cuando la educación no incluye los sentimientos, no pasa de ser una simple instrucción. La ciencia actual refuerza aún más esta convicción de tantos alumnos, padres y maestros.

En los laboratorios de psicología experimental se ha comprobado, desde hace tiempo, el efecto positivo de las emociones, incluso en aspectos de rendimiento académico, como en la consolidación de la memoria, por ejemplo. Si nos detenemos en el tipo de educación implantada hace unos años, podremos observar cómo los profesores preferían a los niños conformistas, que conseguían buenas notas y exigían poco (de esta forma se estaba valorando más a los aprendices receptivos y los discípulos más que a los aprendices activos).

Existen casos en los que el profesor espera que el alumno saque buenas notas y éste las consigue, quizá no tanto por el mérito del alumno en sí sino como por el trato que el profesor le da..

Pero hemos evolucionado, y para seguir haciéndolo tendremos que asumir que la escuela es uno de los medios más importantes a través del cual el niño “aprenderá” y se verá influenciado (influyendo en todos los factores que conforman su personalidad). Por tanto, en la escuela se debe plantear enseñar a los alumnos a ser emocionalmente más inteligentes, dotándoles de estrategias y habilidades emocionales básicas que les protejan de los factores de riesgo o, al menos, que disminuyan sus efectos negativos.

La Inteligencia Emocional parte de la convicción de que la escuela debería promover situaciones que posibilitaran el desarrollo de la sensibilidad y el carácter de los alumnos, sobre la base de que en el quehacer educativo se involucra tanto el ser físico como el mental, el afectivo y el social, en un todo.³

Goleman, ha llamado a esta educación de las emociones alfabetización emocional (también, escolarización emocional), y según él, lo que se pretende con ésta es enseñar a los alumnos a modular su emocionalidad desarrollando su Inteligencia Emocional.

La escolarización de las emociones se llevará a cabo analizando las situaciones conflictivas y problemas cotidianos que acontecen en el contexto escolar que generan tensión (como marco de referencia para el profesor, y en base a las cuales poder trabajar las distintas competencias de la inteligencia emocional). Por último, vamos a puntualizar que para que se produzca un elevado rendimiento escolar, el niño debe contar con siete factores importantes:¹

- Confianza en si mismo y en sus capacidades
- Curiosidad por descubrir

³ Cnfr <http://www.inteligencia->

[emocional.org/ie_en_la_educacion/laicenaeducacion1.htm](http://www.inteligenciaemocional.org/ie_en_la_educacion/laicenaeducacion1.htm)

http://www.inteligenciaemocional.org/ie_en_la_educacion/elvalordeljuego.htm escuela-per
sona-sociedad-12615.html

- Intencionalidad
- ligado a la sensación de sentirse capaz y eficaz
- Autocontrol
- Relación con el grupo de iguales
- Capacidad de comunicar y cooperar con los demás

Y para que el niño se valga de estas capacidades una vez que se escolarice, no hay que poner en duda que dependerá mucho del cuidado que haya recibido de parte de sus padres.

De este modo, debemos resaltar que para una educación emocionalmente inteligente, lo primero será que los padres de los futuros alumnos proporcionen ese ejemplo de Inteligencia Emocional a sus niños, para que una vez que éstos comiencen su educación reglada, ya estén provistos de un amplio repertorio de esas capacidades emocionalmente inteligentes.

1.7.1 Educación basada en la Inteligencia Emocional

Una Educación basada en la Inteligencia Emocional permite: *López de Bernal, González Medina, pg51*

- Estimular en los niños una actitud social positiva
- Consolidar una vida en armonía y paz, con importante reducción del estrés
- Posibilitar que los niños crezcan en un entorno positivo, educativo y rico en oportunidades.
- Proporcionar una alternativa en el día a día de la crianza.
- Aumentar la diversión
- Hacer frente de manera positiva a las dificultades de la vida.
- Mantener un espíritu general de cooperación y buena voluntad.

Las instituciones educativas son la segunda sociedad la cual pertenecen los niños; en la medida que ha cambiado la estructura familiar y social en la cual se exige

cada vez mas la figura de la madre trabajadora, las instituciones escolares son introducidas más tempranamente en la vida del niño.

Las primeras figuras de autoridad son los padres, posteriormente se introducen los maestros y personal educativo. Cuando los niños son orientados y asesorados por estas personas que les proporcionan un adecuado modelo en el manejo y control de las emociones, los niños empiezan a imitar este comportamiento. Si el educador se muestra sereno, si los niños son entendidos y escuchados por los mayores sentirán que son importantes, lo cual cimienta y fortalece la autoestima. Un niño con buena autoestima es entusiasta y ejerce control sobre si mismo y sus emociones.

Cuando los niños actúan con inteligencia emocional son percibidos como niños que confían en si mismos y logran manejar sus emociones de manera constructiva; estos niños se muestran amigables y confiables, de forma que tienen un alto grado de aceptación entre sus compañeros y crean relaciones saludables; al ejercer control sobre si mismos, son capaces de entender y aceptar las normas de manera consistente y actúan movidos por sus propios valores. Tienen tanta confianza en si mismos y en el apoyo que reciben de los demás que son capaces de reírse de si mismos cuando comenten un error. El resultado de sus actividades les genera sensaciones positivas de si mismos, aunque haya afrontado un momento de crisis.



www.kidda.es/Tiendas/Ficha.aspx?FrmEmpresa=128

1. 8 RELACIÓN ENTRE COCIENTE INTELECTUAL Y COCIENTE EMOCIONAL

Cuando se hicieron los primeros estudios para encontrar una herramienta que pudiera facilitar la certera selección de los aspirantes a ingresar a las Fuerzas Armadas, se logro estructurar el primer test de inteligencia que comprendía la medición de ciertas habilidades consideradas especiales para la ejecución de tareas especiales. En este momento comenzó la era de la importancia de las medidas de inteligencia como factor primordial en la medida del desempeño.

Posiblemente el hecho de argumentar durante mucho tiempo que el cociente intelectual estaba determinado genéticamente, creo la necesidad de buscar un nuevo recurso que pudiera equilibrar la influencia de la herencia. La necesidad de encontrar diferentes explicaciones a numerosos casos en los que pese a tener un alto coeficiente intelectual no lograban destacarse en sus actividades, o en los que personas con un coeficiente intelectual promedio se destacaban en su desempeño, motivó la realización de intensos y diferentes estudios.

Surgieron evidencias de que el éxito en el desempeño va más allá de tener una excelencia intelectual y formación técnica y profesional. Hoy se esta tomando conciencia de la importancia de adquirir otra clase de habilidades que permitan subsistir en un mundo tan competitivo como el actual. Las instituciones educativas aun están influenciadas por el desarrollo de habilidades intelectuales y el fortalecimiento de conocimientos, dejando de lado aquellas actividades que implican el conocimiento y control de las emociones para ser utilizadas en beneficio del propio desempeño. Se requiere tener habilidades intelectuales para desempeñar la mayoría de las labores, pero es necesario desarrollar habilidades emocionales que permitan sacar el mejor provecho de las intelectuales y vivir plenamente los retos del diario vivir. *López de Bernal, González Medina, 42,43*

Todos estamos acostumbrados con la medición de la inteligencia que se basa en el coeficiente intelectual (IQ): Raciocinio lógico, habilidades matemáticas,

habilidades especiales, capacidad analítica, etc. pero actualmente se ha descubierto que el éxito depende también en gran medida de otro tipo de inteligencia: La emocional.

El coeficiente intelectual (IQ) y la inteligencia emocional (IE) son habilidades distintas, sin embargo, no son opuestas sino más bien complementarias. La persona con un alto IQ es más analítica y lógica, acumula datos, requiere de tiempo y calma para tomar decisiones, procesa la información, examina, es numérica, tiende a ser frío en sus apreciaciones y utiliza mucho más el hemisferio izquierdo del cerebro. En cambio la persona con una alta IE se relaciona con facilidad, gusta de ideas nuevas, decide a partir de intentos y errores, es rápida, espontánea, tiende a ser impaciente e imprecisa, cree en sus sensaciones, es cálida y gregaria y utiliza más el hemisferio derecho del cerebro.

1.9 INTELIGENCIA INTRAPERSONAL E INTERPERSONAL



concursofoto.edreams.

1.9.1 Inteligencia intrapersonal:

La inteligencia intrapersonal es la base para la interpersonal: quien se conoce a sí mismo puede conocer a otros, quien se ama y se acepta a sí mismo puede amar y aceptar a otros. Y para amar a los demás es preciso haberse sentido amado.

Es la capacidad para conectarse consigo mismo, saber de sí, de los propios talentos, interés, aptitudes, virtudes y también limitaciones y defectos.

Reconocerse y aceptarse permite tener una imagen realista de sí. Es la habilidad para autoobservarse, explorar los estados interiores, para comprender el modo personal de estar en el mundo y de construirlo; y usar ese autoconocimiento en forma productiva, haciéndose cargo de las propias habilidades y debilidades, para convertirse en líder de sí mismo.

Ser empático con uno mismo es comprender los propios sentimientos, pensamientos y acciones. Al conocerse a sí mismo es posible manejar y tomar las riendas de la propia vida, hacerse responsable de las decisiones. Tomando conciencia de la capacidad y el poder de elegir, puede entenderse que lo bien o mal que uno le vaya en la vida depende en parte de factores externos, pero también mucho de las propias decisiones. *Brites de Vila, Almoño de Jenichen Pg 49, 50*

La inteligencia intrapersonal es aquella que se refiere a la autocomprensión, el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de efectuar discriminaciones de estas emociones y finalmente ponerles nombre y recurrir a ellas como medio de interpretar y orientar la propia conducta.

Las personas que poseen una inteligencia interpersonal notable, poseen modelos viables y eficaces de sí mismos.

Pero al ser esta forma de inteligencia la más privada de todas, requiere otras formas expresivas para que pueda ser observada en funcionamiento. La inteligencia interpersonal permite comprender y trabajar con los demás, la intrapersonal, permite comprenderse mejor y trabajar con uno mismo.

En el sentido individual de uno mismo, es posible hallar una mezcla de componentes intrapersonal e interpersonales.

El sentido de uno mismo es una de las más notables invenciones humanas: simboliza toda la información posible respecto a una persona y qué es. Se trata de una invención que todos los individuos construyen para sí mismos.⁴

1.9.2 Inteligencia interpersonal

La inteligencia interpersonal es la que nos permite entender a los demás. La inteligencia interpersonal es mucho más importante en nuestra vida diaria que la brillantez académica, porque es la que determina la elección de la pareja, los amigos y, en gran medida, nuestro éxito en el trabajo o en el estudio.

La inteligencia interpersonal se basa en el desarrollo de dos grandes tipos de capacidades, la empatía y la capacidad de manejar las relaciones interpersonales.

La empatía es el conjunto de capacidades que nos permiten reconocer y entender las emociones de los demás, sus motivaciones y las razones que explican su comportamiento.

La empatía supone que entramos en el mundo del otro y vemos las cosas desde su punto de vista, sentimos sus sentimientos y oímos lo que el otro oye. La capacidad de ponerse en el lugar del otro no quiere decir que compartamos sus opiniones, ni que estemos de acuerdo con su manera de interpretar la realidad. La empatía no supone tampoco simpatía. La simpatía implica una valoración positiva del otro, mientras que la empatía no presupone valoración alguna del otro.

La empatía tampoco se debe confundir con la bondad. Los buenos timadores se caracterizan por tener una empatía muy desarrollada. La inteligencia interpersonal (al igual que todas las demás inteligencias) es una capacidad que se puede usar para el bien o para el mal.

⁴Cfr. <http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=inteligencia+intrapersonal&meta>

Para poder entender al otro, para poder entrar en su mundo tenemos que aprender a ponernos en su lugar, aprender a pensar como él. Por tanto la empatía si presupone una suspensión temporal de mi propio mundo, de mi propia manera de ver las cosas.

Una de las habilidades básicas para entender al otro es la de saber escuchar. La mayoría de nosotros, cuando hablamos con otros le prestamos más atención a nuestras propias reacciones que a lo que nos dicen, escuchamos pensando en lo que vamos a decir nosotros a continuación o pensando en que tipo de experiencias propias podemos aportar.

Cuando entendemos al otro, su manera de pensar, sus motivaciones y sus sentimientos podemos elegir la manera más adecuada de presentarle nuestro mensaje. La misma cosa se puede decir de muchas maneras. Saber elegir la manera adecuada y el momento justo es la marca del gran comunicador.

La capacidad de comunicarnos es la que nos permite organizar grupos, negociar y establecer conexiones personales. ⁵

La inteligencia interpersonal es la habilidad para establecer contacto con otras personas, relacionarse e interactuar con ellas, la sensibilidad especial para comprender sentimientos, pensamientos e interpretar la conducta de los demás, captar estados de animo, sentir lo que los otros sienten poniéndose en su lugar. La flexibilidad para entender otros puntos de vista, la capacidad para asumir diversos roles dentro de un grupo. La aptitud para llegar a los demás, asesorar, persuadir, liderar, negociar, actuar como mediador, es la curiosidad e interés por distintos estilos de vida

www.inibook.es/.../2009/04/ninos-riendo.jpg



⁵ Cfr. <http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=inteligencia+interpersonal&meta=>

CONCLUSIONES

La Inteligencia Emocional, como toda conducta es transmitida de padres a hijos, sobre todo a partir de los modelos que el niño se crea. Los padres que manifiestan la ternura y el amor, producen efectos muy positivos en sus hijos. En lo cognitivo, estos serán alumnos más eficaces, con mayor concentración y con menores interferencias afectivas. En el plano social, causarán una mejor impresión y serán más hábiles para relacionarse.

La inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo, que tiene en cuenta las emociones, los sentimientos y algunas habilidades como la autoconciencia, la motivación, el control de sus impulsos, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, y otras más, indispensables para una buena y creativa adaptación e interacción social

Para el desarrollo sano es importante experimentar, probar y dejar probar, guiar y alentar, asumir la responsabilidad de los errores y aprender de los mismos, tratar siempre de mejorar sin exigir la perfección ni de uno mismo ni de los alumnos.

Las personas con inteligencia emocional, aprenden a identificar sus propias emociones, a Manejan sus reacciones emocionales identificando maneras adecuadas de expresarlas, desarrollan una aceptación incondicional de sí mismos y de los demás, desarrollan el autocontrol y la empatía: ponerse en el lugar del otro, desde pequeños aprenden que existen distintos tipos de situaciones y que cada una les exigirá unas u otras respuestas: Resolución de problemas.

CAPÍTULO II

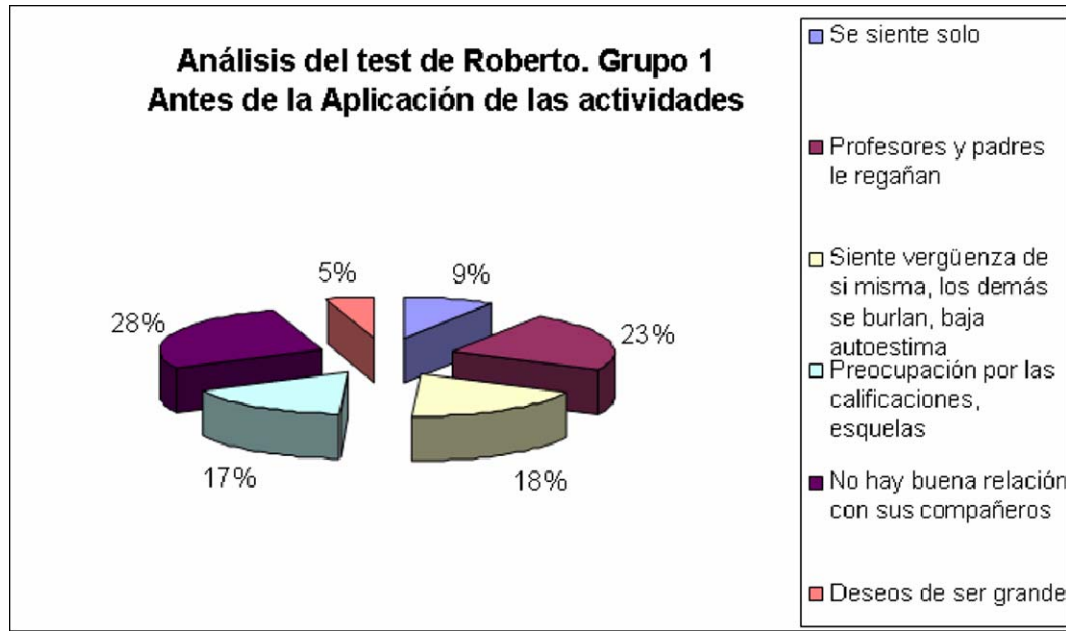
Diagnóstico test y resultados.

INTRODUCCIÓN

Para realizar un diagnóstico previo de la situación emocional de los niños, se aplicó los test de la Familia y Roberto a los 35 alumnos del tercero de Básica “E”, también se realizó encuestas al profesor de aula y un test de Inteligencia Emocional a los Padres; para analizar los principales problemas que presentan los niños y de acuerdo a estos resultados realizar las sesiones de trabajo.

2. DIAGNÓSTICO: TEST Y RESULTADOS

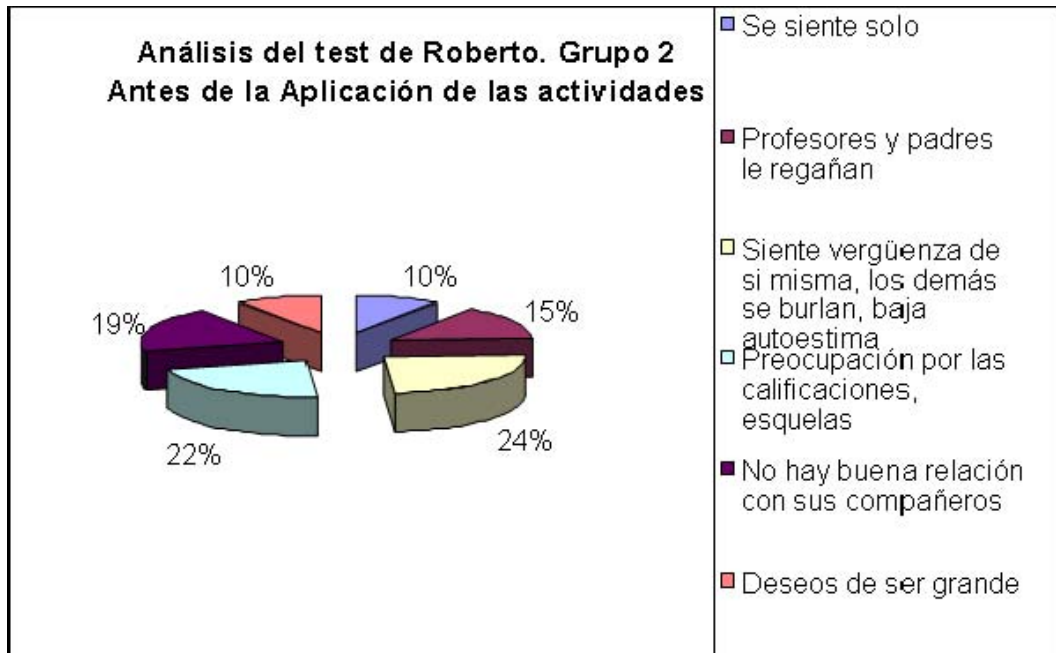
2.1 Aplicación del test de Roberto



Se aplicó el test de Roberto a los niños del primer grupo y podemos observar que los puntos que más sobresalen son: No hay una buena relación con sus compañeros, sienten preocupación por las calificaciones y las esuelas, los padres y profesores los regañan.

Análisis del test

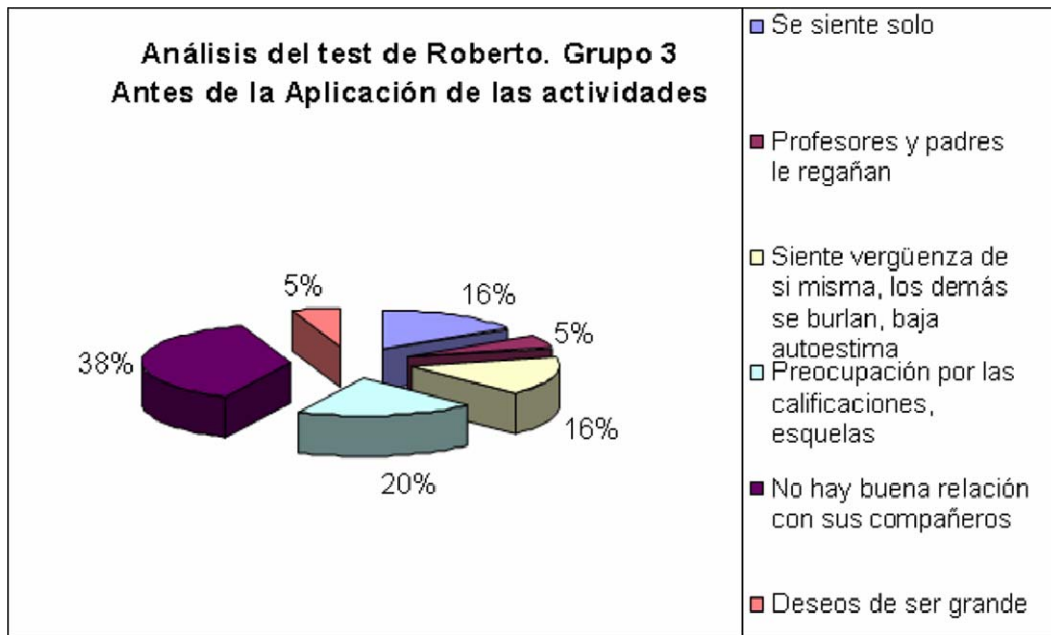
El problema que presentan la mayoría de niños de este grupo mala a relación que tiene con sus compañeros, existe una preocupación los las calificaciones y las esuelas de mal comportamiento. También una parte de los niños manifiesta que sus padres y profesores los regañan, los niños que sienten vergüenza de si mismos y con los demás, tienen una baja autoestima y pocos manifiestan sus deseos de ser grandes.



Se aplicó el test de Roberto al segundo grupo y podemos observar que los puntos que más son: No hay una buena relación con sus compañeros, los padres y profesores los regañan, sienten preocupación por las calificaciones y esquelas, tiene baja autoestima.

Análisis del test

El problema que presentan la mayoría de niños es, mala a relación que tienen con sus compañeros, manifiestan que sus padres y profesores los regañan, gran parte de los niños sienten preocupación los las calificaciones y las esquelas de mal comportamiento, sienten vergüenza de si mismos y con los demás, tienen una baja autoestima, manifiestan sus deseos de ser grandes; un pequeño porcentaje se sienten solos

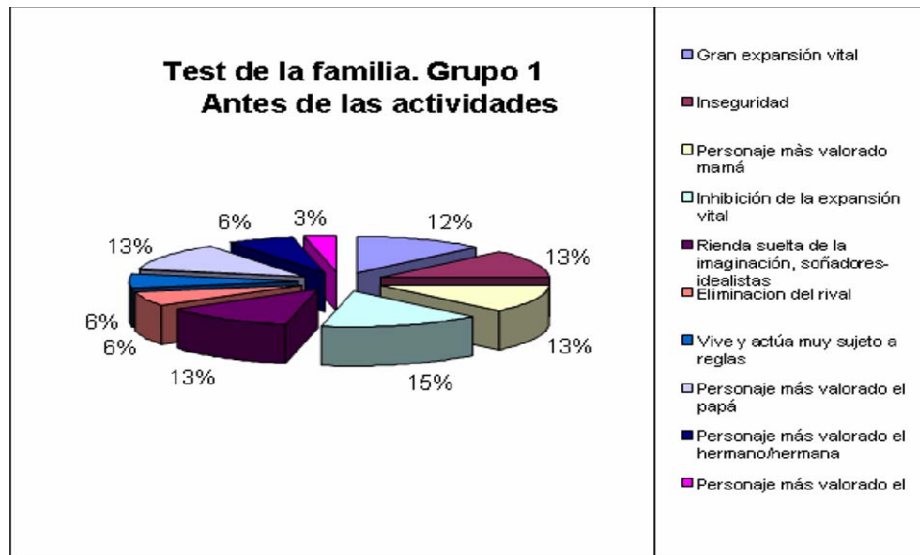


Se aplicó el test de Roberto al tercer grupo y podemos observar que el punto que más sobresalen son: No hay una buena relación con sus compañeros, también sienten preocupación por las calificaciones y las esquelas y se sienten solos.

Análisis del test

El problema que presentan casi la mayoría de niños es la mala a relación que tienen con sus compañeros; una gran parte de ellos se sienten solos, un porcentaje considerable de niños, sienten preocupación por las calificaciones y esquelas; sienten vergüenza de si mismos y con los demás, tienen baja autoestima.

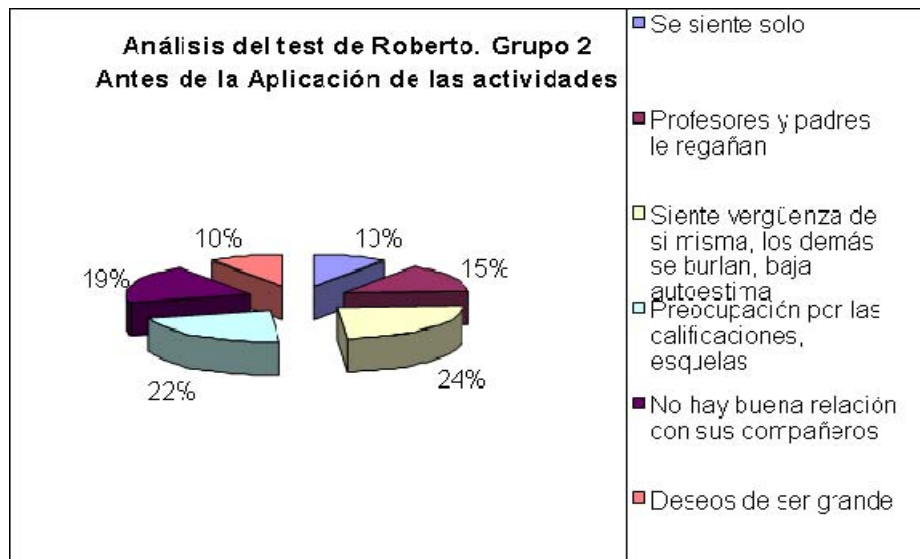
2.2 Aplicación del test de la Familia



Se aplicó el test de la familia a los niños del primer grupo y los puntos que más sobresalen son: Inhibición de la expansión vital, inseguridad, rienda suelta a la imaginación.

Análisis del test

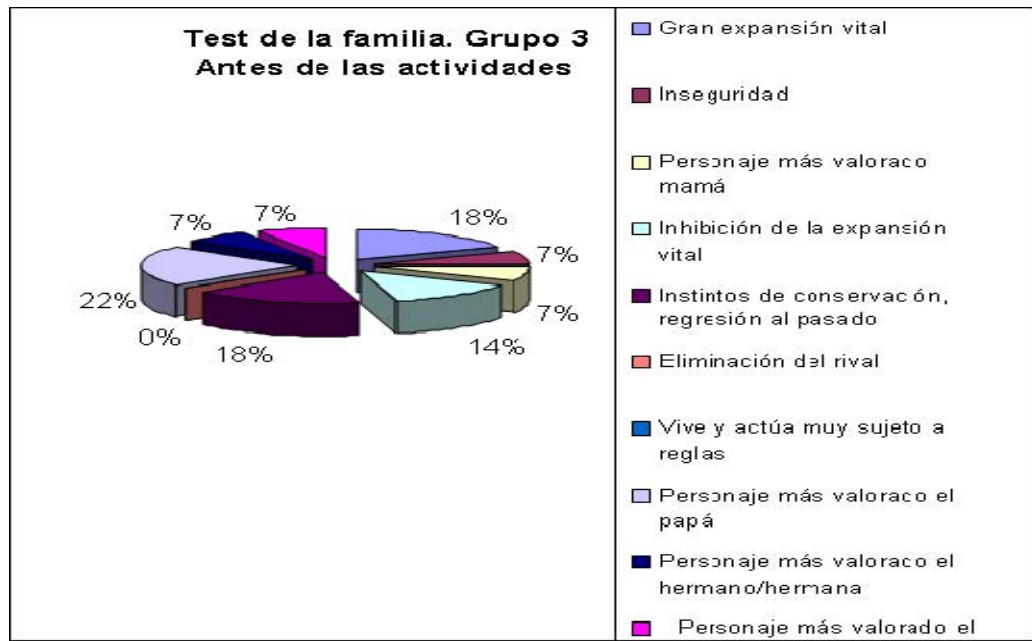
Los personajes más valorados para este grupo son el papá y los hermanos, hay un porcentaje considerable de niños que presenta gran expansión vital, instintos de conservación y regresión al pasado, un pequeño porcentaje muestra inseguridad.



Se aplicó el test de la familia a los niños del segundo grupo y los puntos que más sobresalen son: Inseguridad, inhibición de la expansión vital, rienda suelta a la imaginación.

Análisis del test

El personaje más valorado para este grupo es el papá, un gran porcentaje de niños que presentan inseguridad; un porcentaje considerable de niños presentan una inhibición en el espacio vital, una fuerte tendencia a replegarse en si mismos, en un porcentaje menor presentan gran expansión del espacio vital y fácil extraversion de las tendencias, un pequeño porcentaje de niños dan rienda suelta a su imaginación, son soñadores e idealistas. Viven y actúan muy sujetos a reglas.



Se aplicó el test de la familia a los niños del tercer grupo y los puntos que más sobresalen son: Inseguridad, gran expansión vital de la expansión vital, personaje más valorado el papá

Análisis del test

El personaje más valorado para este grupo es el papá, un porcentaje considerable de niños posee instintos de conservación y regresión hacia el pasado. Presentan gran expansión vital y fácil extraversión de las tendencias, en un porcentaje menor presenta inhibición de del espacio vital y una fuerte tendencia a replegarse en si mismos; un pequeño porcentaje de niños muestra inseguridad; viven y actúan muy sujetos a reglas.

2.3 Aplicación del test de Inteligencia Emocional a Padres

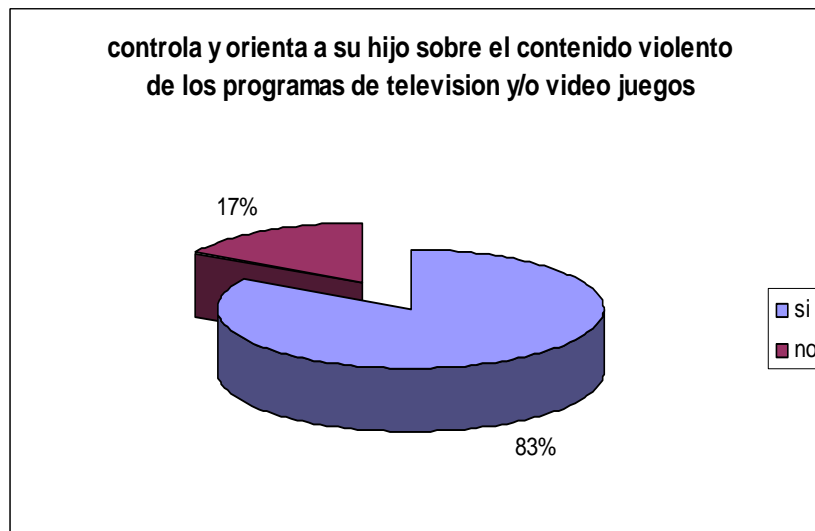
Test de inteligencia emocional aplicado a 19 padres de familia de los niños del tercero de básica "E"

1. ¿Mira su hijo televisión mas de veinte horas semanales?



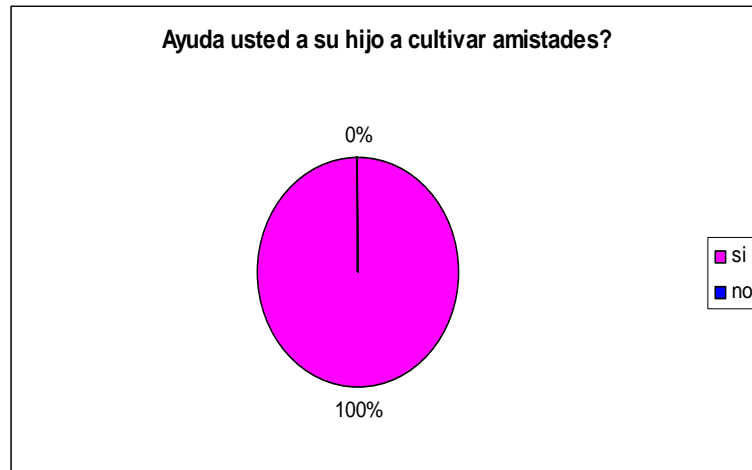
El ochenta y tres por ciento de los padres de familia respondió que su hijo no mira la televisión más de veinte horas semanales y el diez y siete por ciento dijo que si

2. ¿Controla y orienta a su hijo sobre el contenido violento de los programas de televisión y/p videojuegos?



El ochenta y tres por ciento de los padres de familia controla el contenido violento de los programas de televisión o video juegos que ven sus hijos y el diez y siete por ciento no.

3. ¿Ayuda usted a su hijo a cultivar amistades?



El cien por ciento de los padres ayuda a sus hijos a cultivar amistades

4. Tiene usted formas claras y coherentes de ejercer disciplina y hacer respetar las normas?



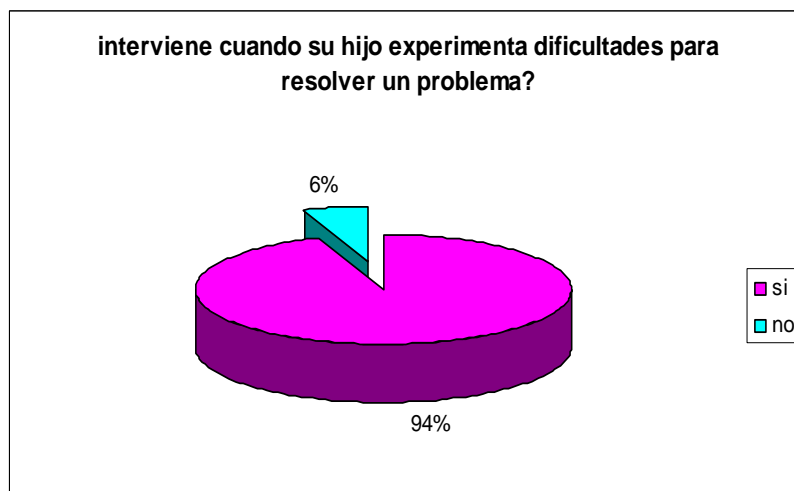
El ochenta y nueve por ciento de los padres tiene formas claras y coherentes de ejercer disciplina y hacer respetar las normas, el once por ciento no.

5. ¿Le enseña a su hijo a relajarse como una forma de enfrentar el estrés, el dolor o la ansiedad?



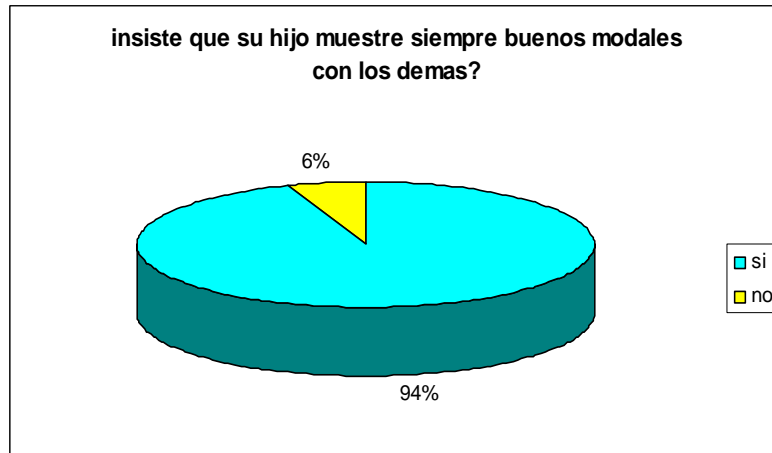
El cuarenta y cuatro por ciento de los padres le enseña a su hijo a relajarse como una forma de enfrentarse al estrés, el dolor o la ansiedad, el cincuenta y seis por ciento no.

6. ¿Interviene cuando su hijo experimenta dificultades para resolver un problema?



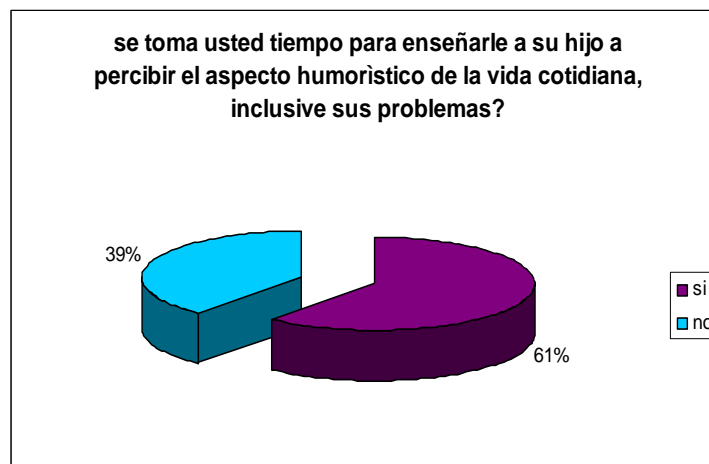
El noventa y cuatro por ciento de los padres interviene cuando su hijo experimenta dificultades para resolver un problema, el seis por ciento no

7. ¿Insiste que su hijo muestre siempre buenos modales con los demás?



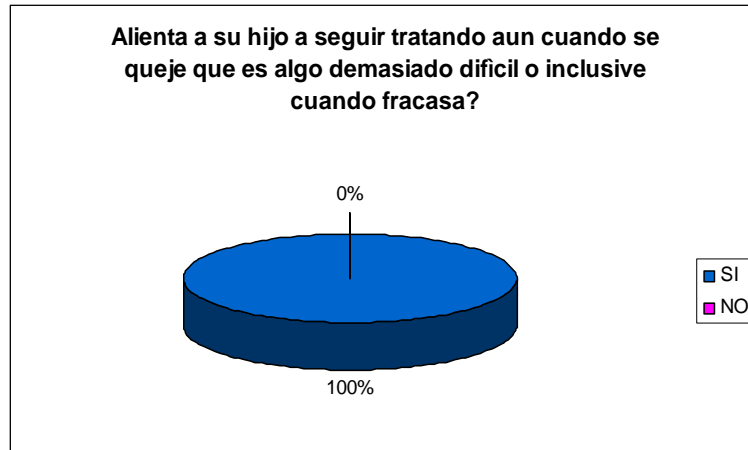
El noventa y cuatro por ciento de los padres insiste que su hijo muestre buenos modales con los demás, el seis por ciento no.

8. ¿Se toma usted tiempo para enseñarle a su hijo a percibir el aspecto humorístico de la vida cotidiana, inclusive sus problemas?



El sesenta y uno por ciento de los padres se toma tiempo para enseñarle a su hijo a percibir el aspecto humorístico de la vida cotidiana, inclusive sus problemas, el treinta y nueve por ciento no.

9. ¿Alienta a su hijo a seguir tratando aun cuando se queje que es algo demasiado difícil o inclusive cuando fracasa?



El cien por ciento de los padres alienta a su hijo a seguir tratando aun cuando se queje que es algo demasiado difícil o inclusive cuando fracasa.

10. ¿Confronta a su hijo cuando sabe que no dice la verdad aun en cuestiones menores?

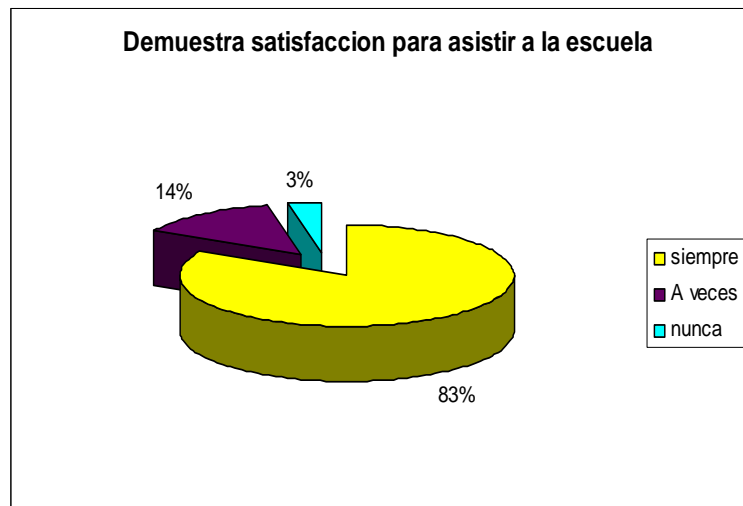


El noventa y cuatro por ciento de los padres confronta a su hijo cuando sabe que no dice la verdad aun en cuestiones menores el seis por ciento no.

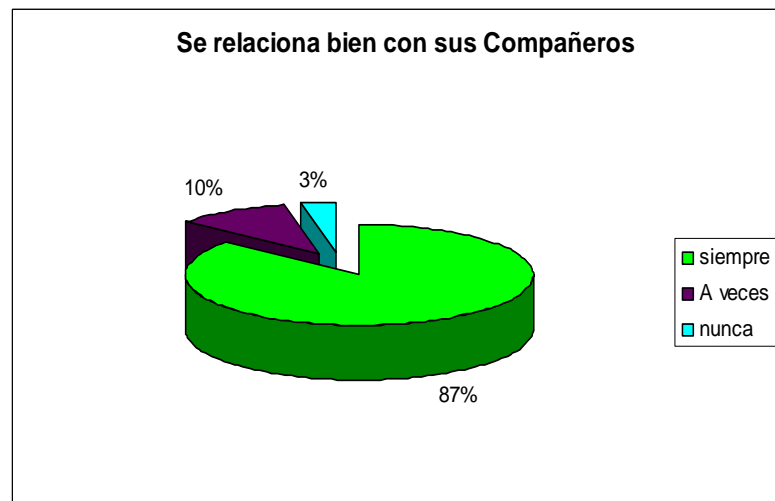
2.4 Encuestas a Profesores

Encuestas aplicadas a la profesora del tercero de básica “E”

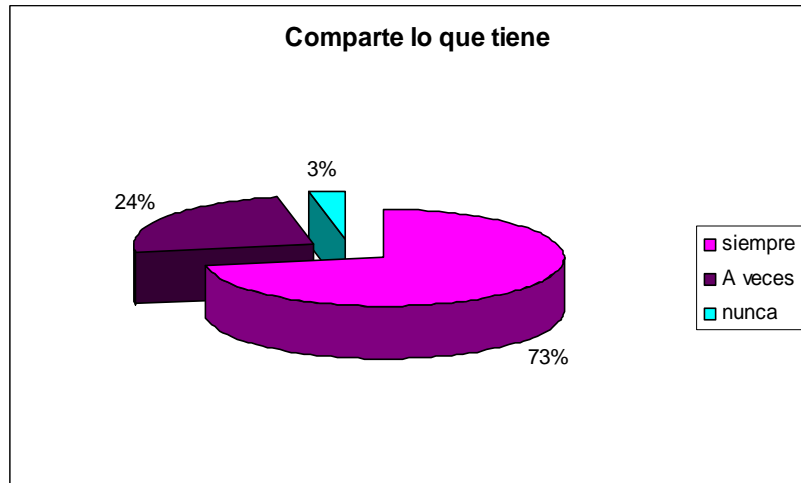
ÀREA DE ADAPTACIÒN



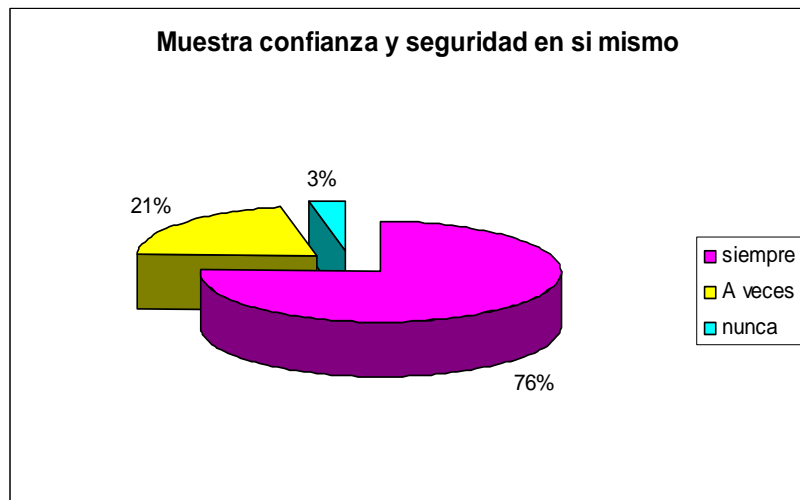
La mayoría de los niños muestra satisfacción por asistir a la escuela, algunos a veces y muy pocos no les gusta asistir a la escuela.



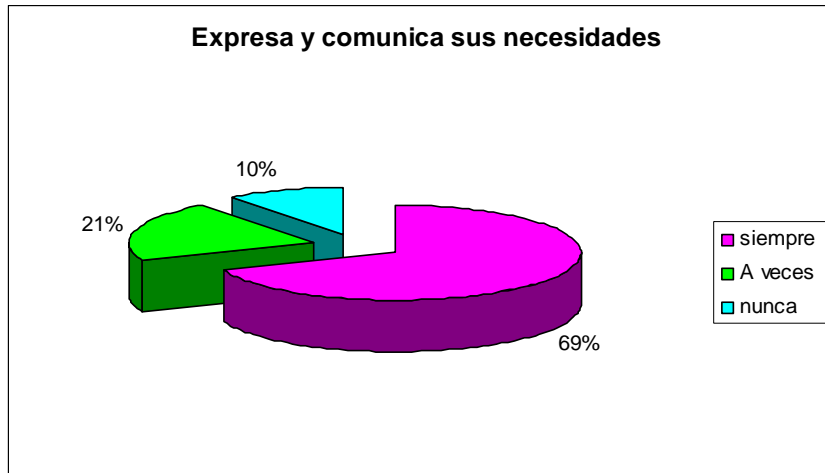
La mayoría de los niños se relaciona bien con sus compañeros, algunos a veces y otros no tienen una buena relación con sus compañeros.



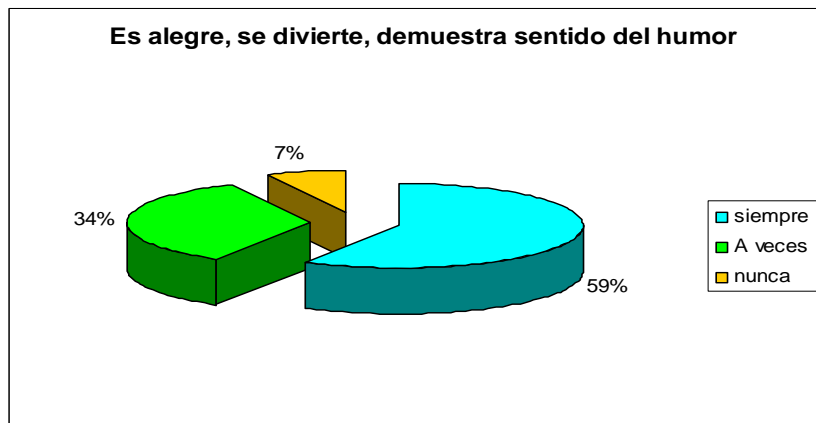
La mayoría de los niños le gusta compartir lo que tiene, algunos a veces y a pocos no les gusta compartir.



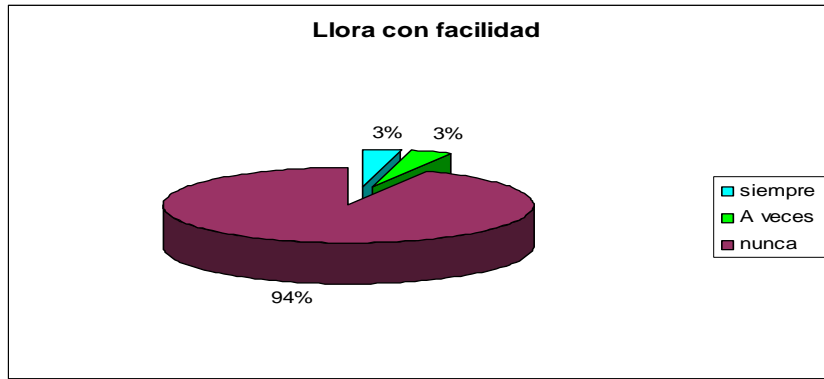
La mayoría de los niños muestra confianza y seguridad en si mismos, algunos a veces y pocos no muestran confianza y seguridad en si mismo



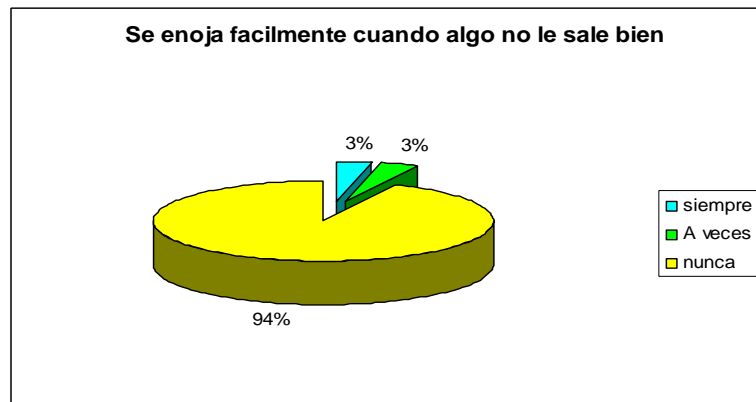
La mayoría de los niños expresa y comunica sus necesidades, algunos a veces y a pocos no les gusta expresar, ni comunicar sus necesidades.



La mayoría de los niños son alegres, le gusta divertirse, demuestran sentido del humor, algunos a veces y pocos no tienen buen sentido del humor.



La mayoría de niños no llora con facilidad, muy pocos a veces y otros lloran con facilidad.

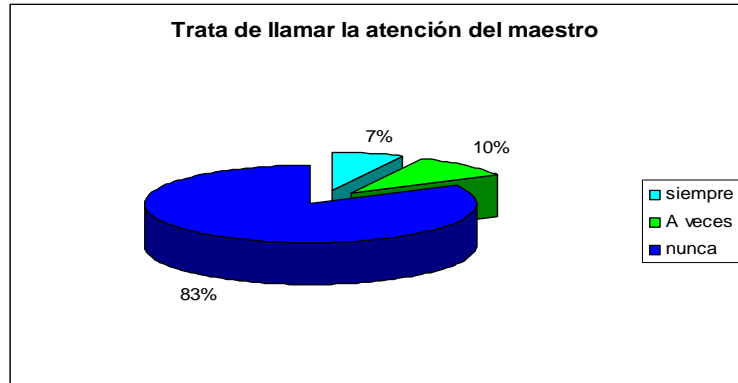


La mayoría de los niños no se enojan fácilmente cuando algo no les sale bien, muy pocos a veces y otros si se enojan con facilidad.

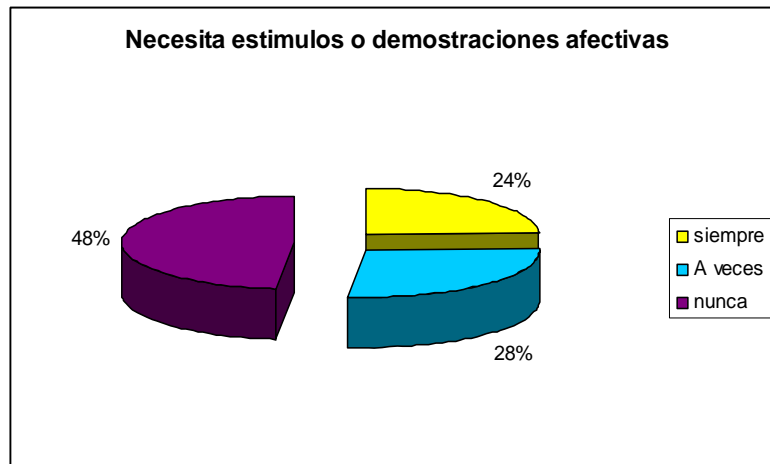


La mayoría de los niños no se muestran ansiosos o nerviosos, algunos a veces

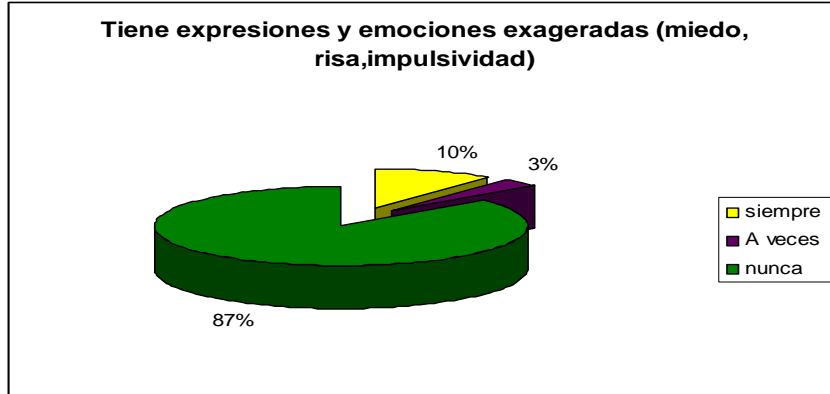
ÀREA PERSONAL Y SOCIAL



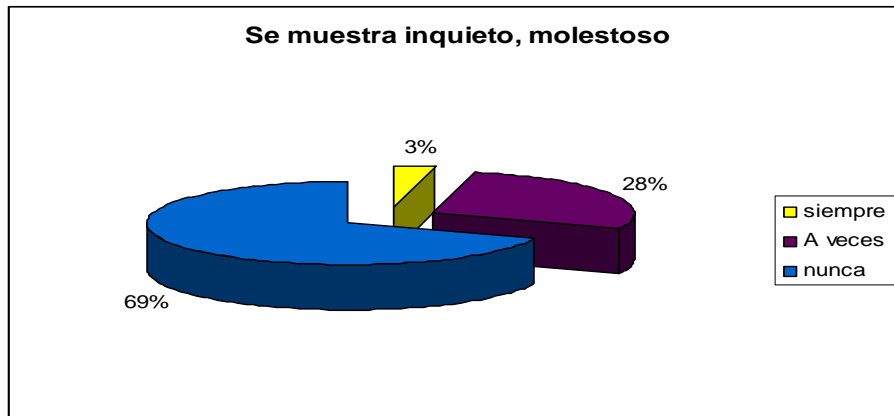
La mayoría de los niños no trata de llamar la atención del maestro, algunos a veces y pocos tratan de llamar la atención del maestro.



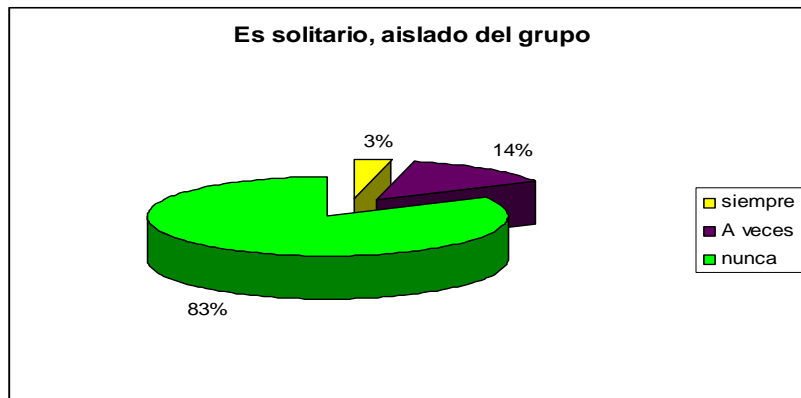
La mayoría de los niños no necesita de estímulos o demostraciones afectivas, algunos a veces, y pocos si necesitan demostraciones afectivas.



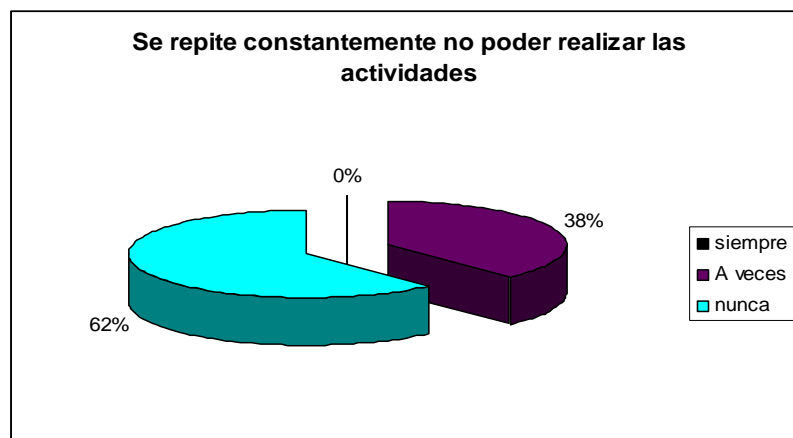
La mayoría de niños no tiene expresiones y emociones exageradas, miedo risa, impulsividad, algunos siempre y pocos a veces



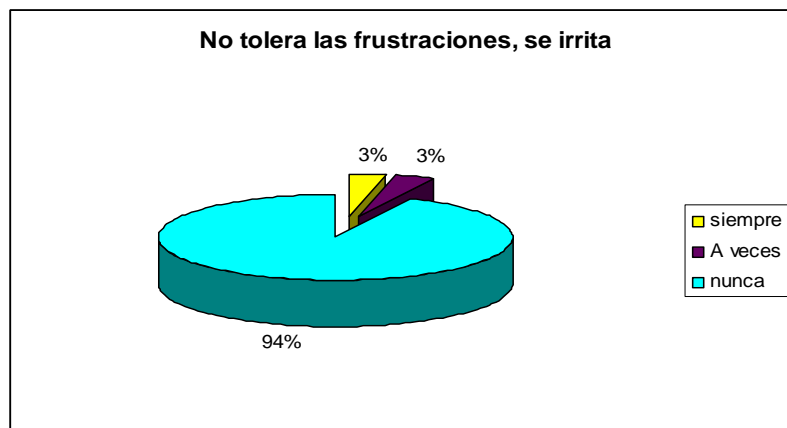
La mayoría de niños no se muestran inquietos y molestos, algunos a veces y muy pocos no se muestran inquietos ni molestos



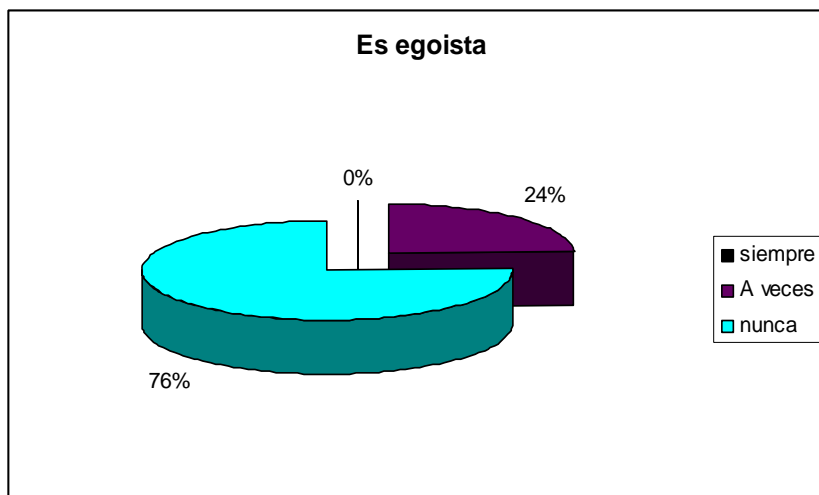
La mayoría de los niños no son solitarios o aislados del grupo, algunos a veces y muy pocos e aíslan del grupo



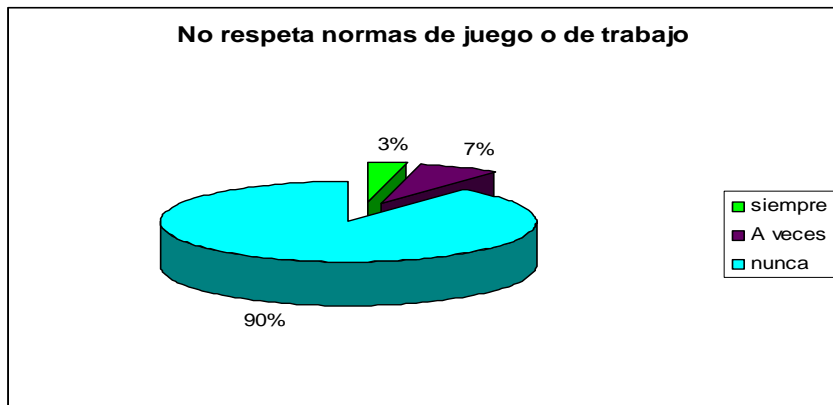
La mayoría de los niños no se repite que no puede realizar las actividades, algunos a veces



La mayoría de los niños si tolera las frustraciones y no se irrita, pocos niños a veces y otros se irritan fácilmente.



La mayoría de los niños no son egoístas, algunos si lo son



La mayoría de los niños respetan las normas de juego o trabajo, algunos a veces, y pocos no las respetan



La mayoría de los niños son positivos y realistas, algunos a veces y pocos no lo son

CONCLUSIONES

Al finalizar la aplicación de los test de Roberto podemos ver que los principales problemas emocionales que presentan los niños son: la mala relación con sus compañeros, se sentían solos, tienen una gran preocupación por las calificaciones y las esquilas, sienten vergüenza de si mismos y con los demás, baja autoestima

En el test de la familia, la mayoría de los niños presenta una inhibición en la expansión vital y una fuerte tendencia a replegarse en si mismos, sienten inseguridad, son soñadores e idealistas, viven y actúan muy sujetos a reglas, presentan instintos de conservación y regresión hacia el pasado

En el test de inteligencia para padres, la mayoría manifestó que su hijo no mira la televisión más de veinte horas semanales, controlan el contenido violento de los programas o los video juegos, ayudan a sus hijos a cultivar amistades, , ayudan a sus hijos cuando se les presenta una dificultad, les exigen que muestren buenos modales, les enseñan a sus hijos a ver el lado positivo de las cosas, alientan a su hijo cuando las cosas no le salen bien, para que lo siga intentando, enfrentan a sus hijos cuando dicen mentiras. La mayoría de los padres no les enseña a sus hijos maneras de controlar el estrés o ansiedad

En las encuestas realizadas al profesor, a la mayoría les gusta asistir a la escuela, tienen una buena relación con sus compañeros, les gusta compartir, muestran confianza y seguridad en si mismos, expresan y comunican sus necesidades, son alegres demuestran buen sentido del humor, no lloran con facilidad, no se enojan fácilmente cuando algo no les sale bien, no tratan de llamar la atención del maestro, no se muestran inquietos, no son solitarios, ni aislados del grupo, respetan las reglas de juego, son positivos y realista.

CAPÍTULO III

Programa de Apoyo para la

Inteligencia Emocional

**JUEGOS Y ACTIVIDADES para
desarrollar la
inteligencia emocional en
los niños**



INTRODUCCIÓN

La inteligencia emocional es la que determina los actos y decisiones importantes de la vida. Es la que determina el éxito en las relaciones humanas y muchas veces también el profesional. Permite sacar provecho social de los aprendizajes. Es la que gobierna los actos de la vida diaria, es la que está en la base de muchas situaciones creativas.

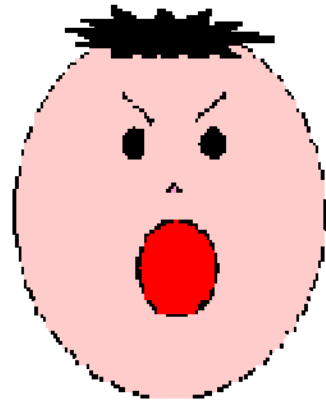
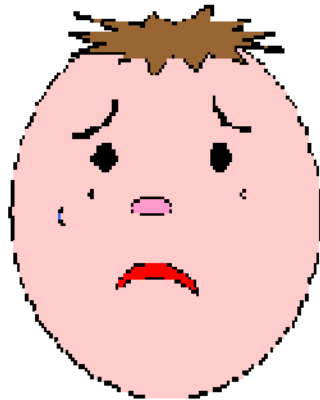
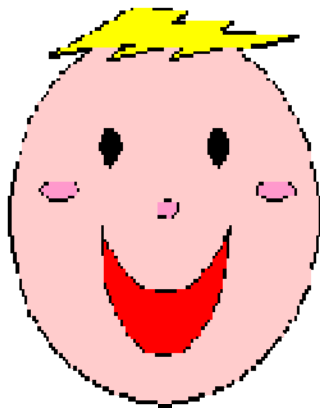
La inteligencia emocional la que más nos acerca a la felicidad, tiene que ver con la conciencia y armonía con uno mismo y con los otros.

Las personas con inteligencia emocional, Aprenden a identificar sus propias emociones, a manejar sus reacciones emocionales identificando maneras adecuadas de expresarlas, desarrollan una aceptación incondicional de sí mismos y de los demás, desarrollan el autocontrol y la empatía: ponerse en el lugar del otro, desde pequeños aprenden que existen distintos tipos de situaciones y que cada una les exigirá unas u otras respuestas: Resolución de problemas.

El programa de apoyo para desarrollar la inteligencia emocional consta de las siguientes actividades: Expresión y comprensión de sentimientos: Actividades para enseñar a los niños a expresar; reconocer sus emociones y las de los demás. Autoconfianza: Actividades para enseñar a los niños tengan confianza en si mismos. Automotivación: Actividades para enseñar a los niños a lograr un determinado propósito o sacar adelante un reto o proyecto. Optimismo: Actividades para ayudar a los niños a buscar soluciones y diferentes alternativas, a buscar siempre el lado positivo de las cosas. Autocontrol: Actividades para enseñar a los niños a manejar y controlar los propios estados emocionales internos, asumir con responsabilidad los propios actos y reacciones. Sentido del humor: Actividades para estimular a los niños para que aprendan a reírse de si mismo y de sus errores, esto les permite cometerlos sin la necesidad de atacarse. Empatía: actividades para enseñar a los niños autoconciencia, para que ellos puedan marcar la diferencia clara entre las emociones personales y las del otro, esto va a ser el punto de partida para el desarrollo de habilidades sociales.

Pensamiento positivo y realista: Actividades para enseñar a los niños a ser positivos, flexibles, optimistas, que se adapten con facilidad a diferentes situaciones. Relaciones interpersonales: actividades para fortalecer las competencias sociales y las destrezas necesarias para establecer vínculos sanos y positivos con las demás personas. Autoestima; Actividades para enseñar a los niños a valorarse y quererse a si mismos Cada actividad esta constituida por una descripción detallada y los materiales que se utilizaran para realizar cada actividad.

Expresión y Comprensión de Sentimientos



Actividad 1:

Emociones

Descripción de la actividad:

- ✓ Mostrar a los niños diferentes láminas con personas mostrando diferentes emociones. Y los niños ellos expresan que hace que se sientan de esa manera.

Materiales:

- Cartulinas

Actividad 2:

Cuentos e historias

Descripción de la actividad:

- ✓ Leer cuentos e historias que ilustren diferentes estados de ánimo de los personajes, conversar con el niño sobre cada uno de ellos, preguntar, por ejemplo “crees que caperucita roja esta triste o asustada”

Materiales:

- Cuentos

Actividad 3

¿Cómo te sientes?

(Autoestima para niños: Juegos, actividades, recursos, experiencias creativas, Jean R Feldman pg132)

Descripción de la actividad:

- ✓ Cortar la cartulina en tres partes iguales
- ✓ Recortar un círculo en el centro de seis hojas
- ✓ Escribir un sentimiento diferente debajo de cada círculo. Usar palabras como feliz, triste, asustado, avergonzado, sorprendido, amado.
- ✓ Hacer la portada y la contraportada del libro con las dos piezas de cartulina restantes. Escribir ¿cómo te sientes? En la portada del frente dejar a los niños decorarla
- ✓ Presentar el libro diciendo que todos tenemos diferentes tipos de sentimientos y que esto está bien. Los niños por turno sacan la cabeza a través de los círculos y hacen el gesto correspondiente a cada sentimiento.

Materiales:

- Dos cartulinas rectangulares
- Tijeras
- Pinturas
- Grapas
- Hojas de papel bond

Actividad 4:

Feliz soy feliz (Feldman pg, 134)

Descripción de la actividad:

- ✓ Copiar las expresiones faciales y pegarlas a la cartulina, pintar con marcadores, pinturas
- ✓ Cortar cada una de las caras y pegarlas en el palo de helado
- ✓ Levantar la expresión correspondiente mientras se dice lo siguiente:
- ✓ Feliz soy feliz, pero a veces estoy triste, triste estoy triste, otras veces estoy enojado, y continuar con los demás, todos estos son sentimientos y me pertenecen.

Materiales:

- Cartulina
- Palos de helado
- Crayones
- Copias de expresiones faciales

Actividad 5:

Expresar sentimientos (Feldman pg, 136)

Descripción de la actividad:

- ✓ Pintar y cortar las expresiones faciales
- ✓ Hacer cintas para la cabeza con las tiras de cartulina
- ✓ Pegar la expresión frente a cada tira
- ✓ Dar las cintas a los niños y pedirles que se las pongan
- ✓ Un niño se pone de pie mientras sus compañeros identifican su expresión, decirles que muestren ese sentimiento con su cara y cuerpo. ¿que haría a una persona sentirse así? ¿que puedes hacer cuando te sientes así?

Materiales:

- Copia expresiones faciales
- 12 tiras de cartulina
- Pega
- Engrapadora
- Tijeras
- Pinturas

Actividad 6:

El juego de los sentimientos

Descripción de la actividad

- ✓ Poner música y un grupo de niños después de escucharla, van componiendo diferentes imágenes estáticas.
- ✓ Representar con su cuerpo y su expresión facial un sentimiento. El resto de los niños, tienen que adivinar el sentimiento representado; si no lo consiguen y los actores no lo han hecho lo suficientemente bien, pagaran prenda.

Materiales:

- Música

Actividad 7:

Redes de palabras (Autoestima para niños: Juegos, actividades, recursos, experiencias creativas, Jean R Feldman pg, 144)

Descripción de la actividad:

- ✓ Explicar a los niños que hay muchas palabras diferentes para describir como se siente uno. Empezar con la palabra “triste” y pedir a los niños que piensen palabras o cosas que los hacen sentirse tristes.
- ✓ Escribir la palabra triste en la pizarra o papel, hacer una red alrededor de esa palabra con lo que vayan diciendo los niños
- ✓ Los niños leen las palabras
- ✓ Continuar haciendo la red de palabras con otros sentimientos.

Materiales:

- Papelógrafo
- Marcador punta gruesa
- Marcadores

Actividad 8:

Historia de los grupos (Feldman pg, 145)

Descripción de la actividad:

- ✓ Reunir a los niños en grupos y explicarles que hay veces que nos sentimos felices. Escribir el título en la hoja de papel : felicidad es.....
- ✓ Escribir el nombre de cada niño. Luego escribir lo que ellos dicen que les hace felices
- ✓ Leer el cartel juntos, o que cada niño vaya leyendo su frase
- ✓ Decorar el cartel y colocarlo en la clase

Materiales:

- Papelógrafo
- Marcadores

Actividad 9:

Caretas (Feldman pg, 159)

Descripción de la actividad:

- ✓ Dibujar en cartulinas una careta para cada niño, pedir al niño que cada uno recorte su careta.
- ✓ Poner la careta sobre la cara y marcar el lugar de los ojos, nariz y boca.
- ✓ Pedir a los niños que decoren sus caretas, reflejando diferentes sentimientos.
- ✓ Al terminar, dejar que cada niño, se ponga su careta mientras sus amigos adivinan que sentimiento es.

Materiales:

- Cartulina
- Tijeras
- Marcadores
- Pinturas
- Pega
- Hilo grueso

Actividad 10:

Poner caras (Feldman pg, 161)

Descripción de la actividad:

- ✓ Dividir a los niños por parejas y explicarles que van hacer caras unos a otros
- ✓ Mostrar una de las expresiones para que los niños la vean. Decirles que pongan esta misma cara con su pareja. Pedirles que hablen de lo que los hace sentirse así
- ✓ Continuar levantando las diferentes expresiones o medida de los niños hacen caras similares con su pareja y hablan de esas emociones
- ✓ Concluir haciendo que los niños se pongan caras unos a otros, para tratar de hacer que sus parejas se rían.

Materiales:

- Retratos de diferentes expresiones
- Revistas

Actividad 11:

Adivinar los sentimientos (Feldman pg, 162)

Descripción de la actividad:

- ✓ Cortar las hojas con la diferentes situaciones y ponerlas en una caja
- ✓ Explicar que en este juego de adivinanza no se puede utilizar la voz, pero debe comunicarse una emoción con la cara y el cuerpo
- ✓ Dejar que un niño dibuje una situación y pedirle que dramatice lo que dice, mientras sus otros compañeros tratan de adivinar
- ✓ La primera persona en adivinar dramatiza la siguiente situación.

Materiales:

- Caja

Actividad 12:

Cambio de rostro (Feldman pg, 164)

Descripción de la actividad:

- ✓ Sacar copias de las facciones de la cara
- ✓ Dar a los niños las cabezas y dejarles experimentar creando diferentes expresiones faciales
- ✓ Pedir que pongan cara feliz. Animarlos a que digan que les hace felices
- ✓ Continuar haciendo que pongan caras enojadas, sorprendidas, miedosas o tristes.
- ✓ Discutir lo que hace que se sientan de esa manera.

Materiales:

- Cartulina
- Pinturas
- Tijeras

Actividad 13:

Mi libro de emociones

(Feldman pg. 169)

Descripción de la actividad:

- ✓ Hacer que los niños corten las hojas de papel y engrapar las paginas
- ✓ En cada una de las paginas escribir: A veces me siento feliz y eso es bueno, A veces me siento triste y eso es bueno, A veces estoy enfadado y eso es bueno, A veces tengo miedo y eso es bueno, A veces estoy satisfecho y eso es bueno, A veces soy tímido y eso es bueno, A veces tengo sueño y eso es bueno.
- ✓ Leer el libro juntos, animando a los niños a hablar sobre que es lo que hace que se sientan de esa manera
- ✓ Dejar que dibujen las propias expresiones de la cara para las diferentes emociones.

Materiales:

- Marcadores
- Engrapadora
- Tijeras

Actividad 14

Técnica del papel mashe

Descripción de la actividad:

- ✓ Pensar en una emoción
- ✓ Mojar el papel e ir formando una cara y que exprese un sentimiento
- ✓ Decorarla con diferentes materiales

Materiales:

- Cartulina
- Papel periódico
- Pega
- Pinturas

Autoconfianza



Actividad 1:

Mi escudo

**(<http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=3058>
)**

Descripción de la actividad:

- ✓ Entregar a cada niño una hoja de papel y pida que sobre ella dibujen un escudo personal, en el que puedan representar los aspectos más positivos de su personalidad.
- ✓ Sugerir que el dibujo sea lo suficientemente grande como para poderlo dividir en 4 partes y escribir sobre cada una de ellas.
- ✓ Pedir que en el primer espacio anoten todo lo que consideran lo mejor de sí mismo. Por ejemplo: “LO MEJOR DE MÍ MISMO...” Y en el cuarto espacio “LOS DEMÁS DICEN QUE SOY...”
- ✓ Dar tiempo suficiente para que los chicos puedan hacer varias anotaciones en cada espacio.
- ✓ Dividir al grupo general en pequeños grupos y permita que los niños compartan lo anotado; sin embargo, si tiene tiempo suficiente, haga que cada niño lea lo anotado frente al grupo en general, agradezca y pida aplausos después de cada intervención.
- ✓ Sugerir que los niños pinten su escudo y luego lo sigan arreglando a través de un collage resaltando las características más importantes de cada espacio.
- ✓ Una vez terminado el collage elija una pared del aula para armar una galería de arte y permita que todos los niños asistan y observen la exposición.

Materiales:

- Revistas
- Periódicos
- Pega
- Tijeras, Papel bond

Actividad 2:

Espejo mágico

**(Autoestima para niños: juegos, actividades,
recursos, experiencias creativas, Jean R Feldman
pg, 17**

Descripción de la actividad:

- ✓ Pegar el espejo en el fondo de la caja, ponerle la tapa
- ✓ Reunir a los niños y decirles que la cosa más maravillosa del mundo esta dentro de esta caja. Dejar que ellos sacudan la caja y adivinen que puede ser.
- ✓ Desatar la caja y pasearla por el aula para que cada niño pueda mirarla (decirle que tenga en secreto lo que ha visto)
- ✓ Preguntar a los niños por que son la cosa más maravillosa del mundo.

Materiales:

- Caja con tapa
- Cinta
- Espejo pequeño
- Pega

Actividad 3:
Cuento del oso pardo
(Feldman pg, 53)

Descripción de la actividad:

- ✓ En un lado del folleto recortar un oso cerrar con cinta los lados del folleto
- ✓ Introducir las cartulinas dentro del folleto, en este orden: marrón, rojo, amarillo, verde, azul, marrón.
- ✓ Empezar el cuento, animar a los niños a que repitan en coro, había una vez un osito llamado pardo. No era feliz por que siempre había querido cambiar de color y ser lo que no era. Un día su fue caminando y vio unas jugosas fresas. “ oh que divertido ser rojo” pensó mientras decía:
- ✓ Yo soy el oso pardo y puedo cambiar de color, como puedes ver 1,2,3
Se volvió rojo ¡que oso tan tonto!
El oso pardo siguió caminando hasta que vio un pato amarillo y le dijo
Yo soy el oso pardo y puedo cambiar de color, como puedes ver 1,2,3
Y se volvió amarillo. ¡Que oso tan tonto!
- ✓ El oso pardo tenía hambre y se fue a su casa, pero cuando llegó, su madre no lo reconocía por que era azul así que le dijo: Yo soy el oso pardo y puedo cambiar de colores, como puedes ver 1,2,3
- ✓ Y se volvió marrón. La madre del oso pardo le dijo. “! Mi pequeño osito marrón, ya se quien eres. Yo te quiero tal y como eres!” y le dio un gran abrazo
- ✓ Concluir el cuento hablando sobre por que los niños son únicos tal y como son.

Materiales:

- Folleto, patrón de un oso
- Cartulina: marrón, roja, amarilla, verde y azul
- Tijera

Actividad 4:

Gente que me quiere (Autoestima para niños: juegos, actividades, recursos, experiencias creativas, Jean R Feldman pg, 65)

Descripción de la actividad:

- ✓ Enseñar este texto a los niños
- ✓ Yo soy muy especial, no hay nadie como yo y hay mucha gente que realmente me quiere.
- ✓ Pedir a los niños que nombren algunas personas que los quieren
- ✓ Recortar corazones rojos y escribir gente que me quiere. Dar uno a cada niño y dejar que peguen en la hoja de papel
- ✓ Hacer que los niños dibujen en sus papeles a todas las personas que los quieren.

Materiales:

- Papel
- Cartulina roja
- Pinturas
- pega

Actividad 5:

Demostración de talento (Feldman pg. 89)

Descripción de la actividad:

- ✓ Hablar con los niños sobre como hacer una demostración de talento. Decirles que pueden cantar, bailar, hacer trucos, mímicas, contar chistes, etc. Pueden hacerlo individual o en grupos
- ✓ Hacer una especie de micrófono
- ✓ Permitir que un locutor presente los diferentes talentos
- ✓ Cerrar la demostración haciendo comentarios sobre los diferentes talentos, y como todos tenemos diferentes habilidades y dones.

Materiales:

- Papel bond
- Marcadores

Automotivación



Actividad 1:

Se busca

(Autoestima para niños: juegos, actividades, recursos, experiencias creativas, Jean R Feldman pg, 18)

Descripción de la actividad:

- ✓ Preguntar a los niños si antes habían visto algún cartel: “se busca”. Explicarles a ellos que van hacer uno suyo por “ser buenos”
- ✓ Cada niño dibuja su fotografía en una hoja y escribe su nombre y pinta su color de pelo y ojos
- ✓ Dejar que los niños se pesen se midan y escriban sus dimensiones
- ✓ Permitir que escriban que les gusta o que no les gusta en la parte de debajo de la hoja.

Materiales:

- Copia del cartel se busca
- Cartulina
- Pinturas
- Lápices

Actividad 2:

Super Estrellas (Feldman pg, 19)

Descripción de la actividad:

- ✓ Hacer una súper estrella, para cada niño
- ✓ Decir a los niños que cada uno tenemos características únicas y especiales. Algo que hacemos bien, algo con lo que disfrutamos
- ✓ Pedir que dibujen su fotografía en el centro de la estrella, luego hacer que escriban sus características especiales en las puntas de la estrella
- ✓ Colgar las estrellas en la pared o como un collar.

Materiales:

- Copias de estrellas
- Tijera
- Pinturas
- Perforadora
- Hilo

Actividad 3:

Insignias (Feldman pg, 72)

Descripción de la actividad:

- ✓ Dibujar diferentes tipos de insignias y cortarlas
- ✓ Pasar una insignia a cada niño, dejar que ellos diga algo especial sobre ellos, mientras escribimos la frase en la insignia
- ✓ Hacer que los niños decoren sus insignias
- ✓ Hacer un pequeños agujero y pasar con hilo

Materiales:

- Copias de insignias
- Pinturas
- Marcadores
- Tijeras
- Cinta adhesiva
- Hilo

Actividad 4:

Certificado de aptitud (Feldman pg, 74)

Descripción de la actividad:

- ✓ Rellenar un título para cada niño con su nombre y algo especial
- ✓ Juntar a los niños para una ceremonia de premios
- ✓ Pronunciar el nombre de cada niño para entregarle su título, animar a sus compañeros a que lo aplaudan.

Materiales:

- Copias de los títulos
- Lápices
- Banquito

Optimismo



respira
OPTIMISMO

Actividad 1:

Libreta

Descripción de la actividad:

- ✓ Regalar al niño una libreta que sea muy atractiva para él, cada uno lo decora de manera especial, como si fuera una obra de arte. Escribir cada día 5 cosas que haya sentido o visto pero estas tienen que ser positivas, no grandes cosas si no experiencias sencillas como por ejemplo: el día está soleado, un dulce que regale, me gustó como me saludaron hoy etc. Revisar el cuaderno de vez en cuando para ver todas las cosas positivas que van sucediendo, especialmente cuando estén tristes.

Materiales:

- Cartulinas
- Pinturas
- Marcadores
- Engrapadora

Actividad 2:

Relato de un cuento

(<http://www.webparalapaz.org/bloques/autocontrol.htm>)

Descripción de la actividad:

Gustavo Gruñetas nunca está contento con nada. Tenían muchos amigos y unos papás que le querían con locura, pero él sólo se fijaba en lo que no tenía o lo que estaba mal. Si le regalaban un coche, era demasiado grande o demasiado lento; si visitaba el zoológico, volvía triste porque no le habían dejado dar de comer a los leones, y si jugaba al fútbol con sus amigos, protestaba porque eran muchos para un solo balón.

Pero no contaba Gustavo con Jocosilla, la nube bromista. Un día que paseaba por allí cerca, la nube escuchó las protestas de Gustavo, y corrió a verle. Y según llegó y se puso sobre su cabeza, comenzó a descargar una espesa lluvia negra. Era su broma favorita para los niños gruñones.

A Gustavo aquello no le gustó nada, y protestó aún mucho más. Y se enfadó incluso más cuando vio que daba igual a dónde fuera, porque la nube y su lluvia negra le perseguían. Y así estuvo casi una semana, sin poder escapar de la nube, y cada vez más enfadado.

Gustavo tenía una amiguita, una niña alegre y bondadosa llamada Alegrita, que fue la única que quiso acompañarle aquellos días, porque los demás se apartaban por miedo a mojarse y acabar totalmente negros. Y un día que Gustavo estaba ya cansado de la nube, le dijo:

¿Por qué no te animas? Deberías darte cuenta de que eres el único niño que tiene una nube para él, ¡y encima llueve agua negra! Podríamos jugar a hacer cosas divertidas con la nube, ¿no te parece?

Como Alegrita era su única compañía, y no quería que se fuera, Gustavo aceptó de muy mala gana. Alegrita le llevó hasta la piscina, y allí le dejó hasta que toda el agua se volvió negra. Entonces fueron a buscar otros niños, y aprovechando que con el agua negra no se veía nada ¡estuvieron jugando al escondite! Aún a regañadientes, Gustavo tuvo que reconocer que había sido muy divertido, pero más divertido aún fue jugar a mojar gatos: Gustavo corría junto a ellos, y en cuanto sentían el agua, daban unos saltos increíbles y huían de allí a todo correr haciendo gestos divertidísimos. En muy poco tiempo, todos los niños del pueblo estaban con Gustavo proponiendo e inventando nuevos juegos para la nube. Y por primera vez, Gustavo empezó a ver el lado bueno de las cosas, incluso de las que al principio parecían del todo malas.

Entonces la nube Jocosilla pensó en despedirse e ir con otros niños, pero antes de abandonar a Gustavo, le regaló dos días enteros de lluvias de colores, con las que inventaros los juegos más brillantes y divertidos. Y cuando desapareció, Gustavo ya no protestó; esta vez sabía fijarse en las cosas buenas, y se alegró mucho porque por fin estaba seco y podía volver a jugar a muchas cosas.

Materiales:

- Copia cuento

Autocontrol



Actividad 1:

Descarga de energía con bombas

Descripción d la actividad:

- ✓ Pedir a los niños que hinchen bombas, y se acuerden de una situación que los haga enojar y suelten la bomba, repetir este ejercicio unas tres veces.

Materiales:

- Bombas

Actividad 2:

Terapia con arcilla

Descripción de la actividad:

- ✓ Entregar a cada niño un pedazo de arcilla y que ellos la vayan moldeando y les ponemos música primero lenta y después rápida, les decimos a los niños que se acuerden de situaciones que les disgustan.

Materiales:

- Arcilla

Actividad 3:

Descarga de energía con periódico

Descripción de la actividad:

- ✓ Colocar en el piso varios periódicos y los niños pueden romperlos con las manos o los pies, pedir que se acuerden de situaciones que les disgustan

Materiales:

- Periódico

Actividad 4:

Refuerzos positivos

Descripción de la actividad:

- ✓ Cuadro de refuerzos positivos (describir situaciones que lo alteran y explicarle como funcionan los sellos, cada que no repita la conducta un sello)

Materiales:

- Cartulina
- Sellos

Actividad 5:

“Para saber conversar”

(<http://www.webparalapaz.org/bloques/autocontrol.htm>)

Descripción de la actividad:

1ª Parte

Hacer el relato siguiente:

La noche se tendía como un tapete negro, en el que brillaban miles de luces pequeñas, y debajo, entre árboles y arbustos se escuchaba el silbido de los grillos, y un ruido muy grande producido por el parlotear de la gallinita, los gritos del cuervo, y los graznidos de una pareja de patos que los acompañaba en una gritería tal que molestaba a todos los animales que en ese momento dormían.

De repente, con las alas abiertas como un gran abanico apareció una paloma blanca que se posó sobre un árbol que estaba todo erizado por la algarabía del pequeño grupo de aves que discutían.

La paloma posada en una rama logró callar a los que escandalizaban y les dijo: ¿A ustedes, qué les pasa, por qué pelean?

Y contestando todos a la vez, dijeron: es que discutimos nuestros problemas. La paloma plateada, dulcemente les contestó: ¡Pero así hablando todos a la vez, no se entenderán nunca!

2ª Parte

Realizar a los niños preguntas sobre el contenido del relato y después hablará sobre la importancia de saber escuchar, ponerse de acuerdo y no hablar todos a la vez, porque si no les pasa como a los animalitos del relato que discutían sus problemas pero no podían entenderse porque hablaban todos a la vez.

Poner a los niños una grabación que se debe tener preparada con anticipación y que se realizará en algún momento en que el grupo de niños estuvieran hablando todos a la vez.

Se trata de que se escuchen y se auto-critiquen comparándose con lo escuchado en el relato.

Posteriormente dejar establecido el compromiso de los niños de superar esta situación.

Materiales:

- Copia del relato
- Lámina seriada de su argumento

Actividad 6:

“Mi turno esperare”

(<http://www.webparalapaz.org/bloques/autocontrol.htm>)

Descripción de la actividad:

1ª Parte

Explicar a los niños en qué consiste el juego así como sus reglas.

“Saltando espacios”

Organización:

Formar varios grupos en hileras, con igual cantidad de niños, situados detrás de una línea de salida; frente a esta y a dos metros, trazar la línea de llegada. Dibujar en el espacio enmarcado por las dos líneas y frente a cada grupo, figuras pequeñas (círculos, triángulos, cuadrados), cerca una de otra, para que los niños puedan saltarlas.

Desarrollo:

El primer niño de cada hilera saltará con ambos pies entre los espacios y sin pisar la figura. Al arribar a la línea de llegada se sentará y esperará a que el resto de sus compañeros realice la actividad.

Reglas:

- 1.-Ganará el grupo que mejor y primero realice la actividad.
- 2.-No se puede salir a realizar el salto hasta que el compañero no esté sentado

2ª Parte

Consiste en la realización del juego por los niños, en el que el educador ha de procurar que se ajusten a las reglas y no se salten las reglas.

3ª Parte

Realizar una conversación para valorar el juego, en la que el educador tratará de que los niños por sí mismos saquen sus propias conclusiones.

Aprovechar para enfatizar que el que no sabe esperar perderá siempre el juego, esto sucede en muchas cosas en la vida, que las personas se apuran y luego las cosas no le salen bien, además de violar el derecho de los demás.

Estimular a los ganadores, como un grupo que no solo hizo bien los movimientos orientados sino que supo esperar su turno.

Materiales:

- Figuras geométricas pequeñas

Actividad 7:

“El juego de las estatuas”

(<http://www.webparalapaz.org/bloques/autocontrol.htm>)

Descripción de la actividad:

1ª Parte

Explicar a los niños que el juego consiste en permanecer un tiempo como las estatuas, callados y manteniendo la misma posición.

Mostrar láminas o fotos de las estatuas que ellos pueden imitar, por ejemplo: “El Coloso de Rodas”, con sus piernas abiertas, su figura erguida y el fuego en su mano, también otras estatuas conocidas. Les demostrará varias posiciones de estatuas (no deben ser posiciones incómodas) y cada uno escogerá la que desee adoptar.

Las reglas del juego son:

- 1.-Mantener la posición de forma adecuada.
- 2.-No se puede empezar antes de la orden de comienzo del juego.
- 3.-No se puede terminar hasta que no se le indique.
- 4.-Hay que permanecer callados.

2ª Parte

Dar la orden para comenzar y terminar el juego que no debe durar más de 4 ó 5 minutos.

3ª Parte

Conversar sobre el juego y determinarán quiénes lo realizaron bien, porque supieron mantener la posición de estatua el tiempo orientado y permanecieron callados.

Enfatizar que a veces tenemos que permanecer callados y tranquilos, igual o parecido a las estatuas para atender a la maestra, escuchar a los demás, y esperar su turno.

Materiales:

- Láminas de estatuas

Actividad 8:

Pintura de crema de afeitar (Autoestima para niños: juegos, actividades, recursos, experiencias creativas, Jean R Feldman pg, 121)

Descripción de la actividad:

- ✓ Poner a todos los niños alrededor de la mesa
- ✓ Echar un montón de crema de afeitar delante de cada uno y retarlos a cubrir su parte de la mesa con ella
- ✓ Cuando los niños se cansen de pintar la mesa, dejar que laven con esponjas y agua, la habitación olerá bien y la mesa quedara limpia.

Materiales:

- Crema de afeitar
- Esponjas
- Agua

Actividad 9:

Botella de antiestrés (Feldman pg, 139)

Descripción de la actividad:

- ✓ Hacer varias “botellas de estrés”, siguiendo estas instrucciones.
- ✓ *Botella silenciosa:* echar media taza de zumo, agregar gotas de colorante, cerrar y mover la botella suavemente mientras nos calmamos.
- ✓ *Botella enojada:* echar una taza de agua, agregar colorante y un choro de detergente. Cerrar y agitar para que se vaya el enojo.
- ✓ *Botella del sueño:* poner polvo brillante, agregar colorante y llenarla de agua, cerrar dar la vuelta a la botella y ponerse a soñar
- ✓ *Botella de relajación:* llenar la botella con un poco de agua, agregar colorante, ponerle aceite y mover suavemente mientras nos calmamos.

Materiales:

- Botella de plástico
- Zumo
- Escarcha
- Detergente líquido
- Colorante
- Aceite

Actividad 10:

Rincón “deja salir todo”

**(Autoestima para niños: Juegos, actividades,
recursos, experiencias creativas, Jean R Feldman**

pg, 140

Descripción de la actividad:

- ✓ Poner los objetos en la cesta o caja. Escribir “deja salir todo”
- ✓ Pedir a los niños que nombren cosas que pueden hacer cuando están enfadados. ¿se debe golpear o herir a alguien? ¿Por qué no?
- ✓ Enseñar a los niños los diferentes objetos que hay en la cesta y mostrarles como utilizarlos para aliviar el enfado. Por ejemplo: darle puñetazos a la almohada, pellizcar la plastilina, deshacer nudos, estrujar papel y tirarlo.
- ✓ Poner la cesta en una esquina, decirles a los niños que pueden utilizar cualquier objeto de la caja cuando estén enfadados.

Materiales:

- Almohada
- Plastilina
- Medias
- Pedazos de papel
- Caja grande

Actividad 11:

Relajación un paseo por el cielo

(Feldman pg. 152)

Descripción de la actividad:

- ✓ Apagar las luces del aula y pedir a los niños que encuentren un lugar confortable para sentarse o acostarse
- ✓ Pedirles que cierren los ojos mientras comienza a sonar la música
- ✓ Decir a los niños que van a dar un paseo por el cielo. Que piensen que se están montando en una nube. “ves el cielo azul y sientes la brisa, vuela en tu nube a un lugar donde puedas ser feliz”
- ✓ Después de 5 minutos explicarles que es hora de dejar la nube y regresar a la escuela. Apagar la música y pedir a los niños que se despierten suavemente mientras estiran sus brazos, piernas
- ✓ Pedir que a donde fueron en su nube y como se sintieron.

Materiales:

- Música suave

Actividad 12:

Mi masaje (Feldman pg, 153)

Descripción de la actividad:

- ✓ Cada niño busca un lugar en el suelo, y se pueda estirar cómodamente
- ✓ Echar un poco de crema en la mano de cada niño
- ✓ Apagar las luces y poner música suave
- ✓ Decir que sigan las siguientes instrucciones:
- ✓ Frotar las manos
- ✓ Suavemente levantar la mano izquierda
- ✓ Levantar la mano derecha
- ✓ Frotar el brazo izquierdo, y luego estirarlo.
- ✓ Cerrar los ojos y respirar 2,3,4 luego exhalar 2,3,4
- ✓ Concluir haciendo que los niños describan como se han sentido. Sugerirles que hagan esta actividad en casa cuando se sientan enfadados.

Materiales:

- Crema
- Música suave

Actividad 13:

Flojo, tieso (Feldman pg, 154)

Descripción de la actividad:

- ✓ Preguntar a los niños si alguna vez se han sentido nerviosos y enfadados. Dejar que compartan que hacen cuando se sienten así.
- ✓ Demostrar como hacer los siguientes ejercicios para eliminar esos sentimientos y relajarse.

Flojo tieso:

- ✓ Decir a los niños que se pongan de pie y luego que dejen caer de la cintura para arriba como un muñeco de trapo. Enseñar como mover los brazos y relajarse
- ✓ Cuando diga “tiesos”, deberán ponerse de pie, tan tiesos como puedan, durante 10 o 15 segundos, luego decir “flojos” a medida que se doblan y relajan otra vez, continuar diciendo “flojo” “tieso” cada 15 segundos.

Materiales:

- ninguno

Actividad 14:

Técnicas de pintura (Zanahoria, limón, esponja, cloro, vela, coreado, dactilar, cepillo)

Descripción de la actividad:

- ✓ Entregar a cada niño una hoja de papel, se irán entregando los diferentes materiales de acuerdo a la técnica ha utilizarse.

Materiales:

- Limón
- Zanahoria
- Velas
- Cloro
- Cotonetes
- Cepillo de dientes
- Hoja de árbol
- Dáctilo pintura
- Pincel
- Brocha
- Cuchilla
- Acuarelas

Actividad 15

Pintura abstracta

- ✓ Dibujar diferentes sentimientos, psicología del color

Materiales:

- Hojas de papel
- Pinturas

Sentido del Humor



Actividad 1:

Anécdotas, cuentos y chistes chistosos

**(<http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=3058>
)**

Descripción de la actividad:

- ✓ El sentido del humor es básico, no solo es para pasarlo bien sino también para la salud mental, del propio cuerpo e inclusive del espíritu. El sentido del humor está muy relacionado con la creatividad: las personas que son capaces de reírse juntas, pueden crear juntas, reírse juntos es muy significativo porque la risa tiene como concomitante psicológico la ternura. Después de reírse juntas, las personas sienten una relación de mayor cercanía, ternura e intimidad.
- ✓ Es importante aprender a reírse “con los otros” y no “de los otros”. Además la persona sana es capaz de reírse de sí misma. Aprender a reírse de sí mismo es un factor clave para la madurez emocional. Por estas razones, los niños deben aprender a valorar el sentido del humor, a desarrollarlo y a recordar situaciones del pasado en que se hayan reído.

Anécdotas, cuentos y chistes chistosos

- ✓ Hacer que los niños se reúnan por grupos de cinco, pídales que se acomoden en sus asientos muy relajadamente y que dejen libre la imaginación para recordar un momento personal o de la escuela en el que cada uno se haya reído mucho, puede ser una anécdota, o una historia o incluso un momento difícil de gran vergüenza que ahora les cause mucha gracia recordarlo.

- ✓ Compartir sus experiencias, luego la dibujan y pintan sobre la hoja de papel a manera de historieta en varios cuadros.
- ✓ Sugerir que cada grupo elija una de las historietas, la más graciosa y la represente a través de una dramatización. (Los niños se distribuyen los roles de acuerdo a los personajes de cada historieta) Dé libertad para que las representaciones sean hechas de la manera más graciosa, facilite materiales para disfrazarse, pintarse, o adecuar el lugar. Ayuda mucho el que usted previamente delimite con cinta maskin el escenario en donde se hará la representación.
- ✓ A la voz de ¡...**ATENCIÓN**!, **LUCESSS**, **CCCAMARAAA**, **ACCIÓN!!** Se hacen las dramatizaciones una por una.

Materiales:

- Papelógrafo
- Papel bond
- Pinturas
- Maskin

Actividad 2:

Terapia de la risa:

(<http://www.innatia.com/s/c-risoterapia/a-5-tipos-de-risa.html>)

Liberar lo negativo

- ✓ Tomar un globo y comenzar a inflarlo.
- ✓ En cada soplido dejar salir algo que deseas que desaparezca de tí, de tu vida, de tu entorno o del mundo.

Eliminar lo negativo

- ✓ Atar el globo con los cordones de los zapatos.
- ✓ Colocar música y empieza a bailar arrastrando el globo.
- ✓ Intentar hacerlo explotar antes de que se acabe la canción.

Tensar para relajar

- ✓ Contraer todo los músculos y camina rápido recorriendo la habitación de punta a punta.
- ✓ Intentar decir tu nombre sin aflojar la musculatura.
- ✓ Luego relajar de a poco, por partes, todo el cuerpo.

Técnica de risa fonadora

Acostarse en el suelo practicar los 5 tipos de risa:

- ✓ Colocar tu mano en el abdomen.
- ✓ Inspirar todo el aire que te sea posible.
- ✓ Espirar mientras dices jajajaja.
- ✓ Repetir tres veces.
- ✓ Hacer lo mismo con jejejeje, luego con jijijiji, con jojojojo y finalmente tres veces con jujujuju.

Técnica de las cosquillas

- ✓ La risa causada por cosquillas, es la forma de risa más primitiva. Las zonas más cosquillosas, axilas, flancos, cuello, cuando reciben cosquillas, envían a través de las terminaciones nerviosas de la piel, impulsos eléctricos al sistema nervioso central, lo que desata una reacción en la región cerebral. Por tal motivo, muy pocas personas pueden resistir a esta técnica infalible para reír.

Empatia



Actividad 1:

El oso bubú

**(Autoestima para niños: juegos, actividades,
recursos, experiencias creativas, Jean R Feldman
pg, 148)**

Descripción de la actividad:

- ✓ Poner una curita al oso antes de empezar la actividad
- ✓ Decir a los niños que el oso esta muy triste porque se ha hecho una herida. Preguntarles como piensan que se hirió.
- ✓ ¿Qué podemos hacer para que se sienta mejor?
- ✓ Dar una tirita a cada niño, y que se la pongan en cualquier parte, los niños por turno inventan, como se hicieron la herida, los compañeros muestran como cuidarían a su amigo.

Materiales:

- Oso
- Curitas

Actividad 2:

Cariñosos y antipáticos

(Feldman pg, 149)

Descripción de la actividad:

- ✓ Dar a cada niño una bolsa. Salir al patio y pedir a los niños que busquen 5 piedras pequeñas para ponerlas en la bolsa
- ✓ Volver a la clase y dar a cada niño cinco bolsas de algodón para que también vayan en su bolsa
- ✓ Hablar de cómo nos sentimos cuando alguien nos sonríe o nos dice algo bueno. Nos hace sentirnos bien. Sin embargo, cuando alguien nos hiere o nos dice algo cruel, nos sentimos mal
- ✓ Las bolas de algodón son como los sentimientos buenos y amables en cambio las piedras son como los malos y fríos. Decir a los niños que cada vez que alguien les produce un sentimiento bueno, se lo debe hacer saber dándole una bola de algodón, si alguien pega o le quita algo a un compañero deben darle una piedra
- ✓ Después de que los niños han tenido tiempo para dar sus piedras o bolas de algodón, nos reunimos a analizar esta actividad. ¿como se sienten al recibir una piedra? ¿Cómo se sintieron al recibir un algodón?

Materiales:

- 12 bolsas transparentes
- Piedras
- Algodón

Pensamiento positivo y resiliencia



Actividad 1:

¡Manos arriba!

**(Autoestima para niños: juegos, actividades,
recursos, experiencias creativas, Jean R Feldman
pg, 54)**

Descripción de la actividad:

- ✓ Explicar que podemos hacer muchas cosas para sentirnos orgullosos. Proponer a los niños que sugieran lo que les hace sentirse orgullosos de si mismos.
- ✓ Dar a cada niño una cartulina. Que tracen la silueta de sus manos y la recorten
- ✓ Que los niños escriban en cada mano una cosa que pueda hacer bien o una cosa que les hace sentirse orgullosos de si mismos
- ✓ Mientras los niños describen sus trabajos, pegan con cinta adhesiva sus manos en la pared.

Materiales:

- Cartulina
- Marcadores
- Tijeras
- Cinta transparente

Actividad 2:

Tú nos agradas (Feldman pg, 96)

Descripción de la actividad:

- ✓ Pedir a los niños que digan palabras que describan a los buenos amigos, tal como “simpático”, “amable”, etc.
- ✓ Escribir una palabra en cada tarjeta.
- ✓ Colocar las tarjetas en una caja. Luego, un niño saca una tarjeta mientras se canta tu nos agradas.
- ✓ Tu nos agradas porque eres (sacan una palabra)
- ✓ Dejar que cada niño se lleve su papel.

Materiales:

- Papel bond
- Marcadores
- Cinta secos
- Caja

Relaciones Interpersonales



Actividad 1:

Recuerdo muy especial

**(<http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=3058>
)**

Descripción de la actividad:

- ✓ Pedir a los niños que se sienten cómodamente en sus bancas, que cierren los ojos y se relajen durante unos segundos y que piensen en una oportunidad en que cada uno haya pasado muy bien...que recuerden con quién estaban...., qué fue lo que pasó...cómo se sentía entonces...dícales que se den tiempo para lograr la sensación de ese momento. Pedir a los niños hacer silencio mientras los otros terminan con la finalidad de permitir a los otros seguir recordando.
- ✓ Entregar a cada alumno una hoja de papel y pida que en la misma dibuje y pinte su recuerdo, de unos 15 minutos para esta actividad. Solicitar a los niños que se junten en parejas para contarle su experiencia y mostrarle cómo la representó. (Si el grupo es impar, puede haber un grupo de tres) Pedir a los niños que se ubiquen formando un círculo grande y proponga algunos temas de conversación.
- ✓ ¿Por qué estos recuerdos fueron buenos?, ¿Qué podríamos hacer nosotros para tener buenos recuerdos juntos?
- ✓ Construir un compromiso planteando lo siguiente: Imaginar qué podemos hacer cada uno para que otras personas tengan un buen recuerdo de nosotros.
- ✓ Ayudar a destacar lo que hay de común en los buenos recuerdos. Por ejemplo: Estar con personas que uno quiere, recibir algo bueno de forma inesperada, sentirse importante para alguien.

Materiales:

- Papel
- Lápices, Pinturas

Actividad 2:

Pásalo!

**(<http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=3058>
)**

Descripción de la actividad:

- ✓ Cada estudiante escribe su nombre al principio de la hoja de papel
- ✓ Recoger todos los papeles y pasar uno a cada niño, decirles que escriban un comentario positivo sobre la persona que esta escrita al principio de la hoja.
- ✓ Continuar pasando los papeles por la clase, mientras los estudiantes escriben algo sobre sus compañeros.(cuando reciban su propio papel, tiene que escribir algo que les guste de si mismos
- ✓ Recoger los papeles y ponerlos dentro de un sobre individual con sus nombres por fuera
- ✓ Entregarlos a los estudiantes para que los lean al final de la clase. Reflexionar sobre como se sienten cuando leen lo que sus amigos han escrito sobre ellos.

Materiales:

- Papel
- Lápices

Actividad 3:

Menú de cualidades

**(<http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=3058>
)**

Descripción de la actividad:

- ✓ Partir de la expresión de sentimientos positivos hacia los otros, los alumnos comprueban que valorar las cualidades de sus compañeros mejora el ambiente y su relación con los demás.
- ✓ Si en los grupos que establecen los niños se genera un ambiente positivo, es fácil que tomen iniciativas o se propongan actividades enriquecedoras. Decir a otros lo que vemos de bueno en ellos, contribuye a formar una imagen positiva de nosotros mismos en el grupo. Todos admitimos mejor una crítica si viene de alguien que sabemos que, al mismo tiempo, sabe reconocer lo que hacemos bien.

Materiales:

- Cinco papeletas pequeñas en las que se pueda hacer constar:

PAPELETA No. 1

Nombre del plato.....	
1. Cogemos.....	
Y.....	
2. Lo mezclamos bien y añadimos	
Y.....	
3. Después.....	
4.....	
Por último, servilo acompañado de	

PAPELETA No. 2

Nombre de un amigo.....
Lo que más me gusta de ti es.....
Me caes muy bien cuando.....

- ✓ Preguntar a los alumnos si alguna vez prepararon o vieron cómo se prepara una receta de cocina. ¿Qué pasos se siguen en la preparación?
- ✓ Primero, seleccionar de ingredientes, mezclar en determinadas cantidades, hervir los ingredientes por un tiempo determinado, dejar reposar para que adquieran sabor, Se sirven fríos o calientes.
- ✓ Pedir que los alumnos se dividan en grupos de 5. Cada grupo debe elaborar la “receta” para formar el grupo cuyos ingredientes serán...LAS CUALIDADES DE CADA UNO DE SUS MIEMBROS.
- ✓ Entregar a cada alumno 5 papeletas No. 1, es decir las papeletas para recoger los datos del otro compañero y dé las siguientes instrucciones:

Cada alumno debe pensar cuáles son las cualidades positivas de los otros cuatro compañeros del grupo (su manera de ser, sus habilidades, sus virtudes). Después debe anotar esas cualidades de cada compañero en la papeleta No. 1. Recomiende que intenten LLENAR la papeleta y solamente CON CUALIDADES POSITIVAS.

- ✓ En cada grupo se nombrará un secretario para moderar y recoger sobre la papeleta 2 las conclusiones del grupo. Para esto, entregue a los secretarios la papeleta número 2.
- ✓ Indicar a cada uno de los grupos que ahora deberán elaborar una receta del grupo y que los ingredientes son las cualidades que constan en la papeleta 1. Recomiende que los ingredientes –cualidades sean.
- ✓ Recoger de los otros compañeros las papeletas y no de uno mismo. El resultado final deberá ser una receta similar a las recetas de cocina. Para terminar esta parte pedir que le pongan un nombre al plato (el nombre se pone al último de acuerdo a lo que sugiera la receta). Como ejemplo:

Ceviche de la amistad

**(<http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=3058>
)**

Descripción de la actividad:

CEBICHE DE LA AMISTAD

- 1) Cogemos...
 - 2 libras de camarones inteligentes que cocinamos a fuego lento por 5 minutos
 - 3 cebollas paiteñas respetuosas picadas amablemente
 - 10 naranjas estudiosas exprimidas con respecto
 - Etc...
 - 2) Lo mezclamos bien y añadimos
 - 1 taza cariñosa de salsa de tomate
 - 2 ramitas trabajadoras de perejil
 - 1 copita de aceite tuco o chévere
 - 3) Después
 - Agregamos una pizca de pimienta solidaria...
 -
 -
- ✓ Y así se va armando la receta hasta terminarla.
 - ✓ Resulta más bonita la actividad si usted sugiere que la dramaticen un poco...por ejemplo: la persona que hace de secretario puede asumir el rol de un cheff o cocinero es experto y el resto son ayudantes.
 - ✓ Todos los grupos comparten sus trabajos frente a toda la clase.

Materiales:

- Copia de ceviche de la amistad

Actividad 4:

Los peluches

**(<http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=3058>
)**

Descripción de la actividad:

- ✓ Pedir a los niños que se sienten formando un círculo, usted siéntese entre ellos. Sugiera que los niños vayan pasando de uno en uno al centro y se sienten. (Todos los niños tienen lápices y un número de tarjetas igual que el número de niños que participan). (Para agilizar el tiempo, puede dividirse el grupo en dos o tres subgrupos.)
- ✓ Decir a los niños que están haciendo el círculo que se concentren en el niño que está en el centro, pensando en cómo es, en los momentos bonitos que han pasado juntos, en las cosas que sabe hacer, etc. Pedir que todos escriban en una tarjeta eso bonito que están pasando en ese momento de él y a continuación haga que se lo digan de uno en uno y siempre hablando en primera persona. Ejemplos: “Me gusta...”, “Lo que admiro de ti”, “Pase muy bien contigo cuando...”
- ✓ Cada niño con un pedacito de maskin, se levanta y pega su tarjeta sobre su compañero que está en el centro.(Estimular a que todos escriban sus tarjetas) (Tenga el maskin recortado previamente)
- ✓ Hacer pasar a otro niño y se hace lo mismo con él, luego pasa otro y así hasta terminar. Pedir un aplauso del grupo dirigido a ellos mismos.

Materiales:

- Pequeñas tarjetas de papel
- Maskin

Actividad 5:

Retratos de amigos

**(<http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=3058>
)**

Descripción de la actividad:

- ✓ Al azar dividir a los alumnos en parejas
- ✓ Que se sienten cara a cara, mientras se dibujan el uno al otro
- ✓ Para concluir dejar que los estudiantes muestren sus retratos a los demás de la clase y que digan una cosa nueva que hayan aprendido sobre su amigo

Materiales:

- Papel
- Marcadores

Actividad 6:

Amigo bingo

(Autoestima para niños: Juegos, actividades, recursos, experiencias creativas, Jean R Feldman pg, 80)

Descripción de la actividad:

- ✓ Pasar una tarjeta de amigo bingo que incluya: (tiene un gato, le gusta la pizza, es buena hermana, le gustan los chocolates, le gustan los caballos, su color favorito es el morado, le gusta ver TV. etc.)
- ✓ Leer todos los ítems, para que se familiaricen con lo que están buscando
- ✓ Cuando se dice YA, cada niño se mueve por el aula para rellenar su tarjeta haciendo que una amigo diferente la firme o ponga las iniciales de su nombre
- ✓ El objeto del juego es ver si todos pueden rellenar su tarjeta. Premio a la primera que termine.

Materiales:

- Tarjeta amigo bingo
- Lápices

Actividad 7:

Juegos en grupos puzzle, puntos, sobres (Feldman pg, 101)

- ✓ Puzzle: cortar tarjetas o naipes viejos, según el número de grupos que se quiera armar. Pasar cada pieza a cada niño, y hacer que cada uno encuentre su grupo juntando los trozos.
- ✓ Puntos: dejar que cada niño seleccione un punto de color, conseguir que los alumnos que tiene colores iguales formen un grupo
- ✓ Sobres: pedir a cada niño que seleccione su caramelo favorito, los niños deben moverse mostrando sus dulces, hasta que se encuentren con el grupo que tiene sus mismos caramelos.

Materiales:

- Naipes
- Caramelos

Actividad 8:

Ensalada amistosa (Feldman pg, 114)

Descripción de la actividad:

- ✓ Dejar que cada niño lave y prepare su fruta
- ✓ Poner todas las frutas en un bol y removerlas
- ✓ Después de comer las frutas hablar sobre el sabor, prefieren una fruta sola o fue mezclar de varios tipos. ¿por que se llama ensalada amistosa?
- ✓ Animar a los niños a hablar sobre que sucede cuando la gente trabaja junta y se ayuda, pedirles que den ejemplos cuando se trabaja juntos por una meta en común.

Materiales:

- Frutas
- Bol grande
- Cuchillos de plástico
- Vasos, cucharas

Actividad 9:

Arte cooperativo pintura móvil (Feldman pg, 121)

Descripción de la actividad:

- ✓ Forrar la caja con un pliego de papel
- ✓ Dejar caer las canicas sobre la pintura
- ✓ Mover la caja para crear una pintura.

Materiales:

- Canicas
- Pintura
- Papel
- Caja

Actividad 10:

Puntos

(Feldman pg. 122)

Descripción de la actividad:

- ✓ Dar a cada niño una hoja de papel y ponerles que hagan diez puntos en el papel con una crayola
- ✓ Intercambiar el papel con un amigo
- ✓ Decir que unan los puntos y creen un diseño.

Materiales:

- Crayones
- Hojas

Actividad 11:

Tapiz de clase (Feldman pg, 122)

Descripción de la actividad:

- ✓ Llenar los vasos de agua hasta la mitad y agregar tinta de color a cada vaso
- ✓ Dar a cada niño un trozo de toalla de papel y doblarlas en cuadrados pequeños
- ✓ Meter la punta de la toalla en las diferentes pinturas hacerla que la desdoblen y dejar secar
- ✓ Pegar las toallas de papel juntas para hacer u tapiz.

Materiales:

- Toallas de papel
- Vasos pequeños
- Colorantes, Agua
- Cartulina grande

Actividad 12:

Escultura de materiales usados (Feldman pg, 123)

Descripción de la actividad:

- ✓ Recolectar materiales usados
- ✓ Dejar que coloquen los objetos en el cartón
- ✓ Pegar los objetos en distintos sitios con la pistola de silicón
- ✓ Echar la pintura de spray sobre la escultura
- ✓ Colgar la escultura en la pared

Materiales:

- Cartulina
- Pistola d silicón
- Botellas
- Cartones
- Tapas
- Rollos de papel higiénico
- Pintura en spray

Actividad 13:

Juegos por parejas escultura: correa de conducir, remar, detectores de sonido, compartir. (Feldman pg, 125,126, 127)

Descripción de la actividad:

Escultura:

- ✓ Dividir a los niños en parejas. Un niño es la arcilla y el otro el escultor
- ✓ El escultor mueve las manos, piernas, cabeza para crear una escultura y luego cambian de lugar

Materiales

- ninguno

Correa de conducir

- ✓ Colocar a los niños en parejas
- ✓ Poner a un niño de pie y pone sus manos en los codos de primer niño
- ✓ El primer niño es el coche y el segundo el chofer, y conduce cuando empiece la música
- ✓ Cambiar de lugar cuando la música pare

Materiales:

- Música

Remar

- ✓ Dividir a los niños en parejas y hacerles sentar en el suelo con las piernas extendidas para que sus pies se estén tocando
- ✓ Mostrar como agarrarse de las manos y como inclinarse de un lado a otro, como si estuvieran remando.

Detectores de sonido

- ✓ Dividir a los niños en dos equipos
- ✓ Cada niño de cada equipo actúa como un animal concreto: “león” “perro”, “mono” etc.
- ✓ Los niños se levantan y hacen su sonido y movimiento hasta que se encuentre con la persona del otro equipo que es su pareja.

Actividad 14

La serpiente

(Gispert Carlos, Juegos y pasatiempos pg 174)

Descripción de la actividad

- ✓ Colocar a los niños en hilera, tomados de la mano, van a ir realizando espirales, curvas abiertas y cerradas, el primero representa la cabeza de la serpiente y el ultimo la cola, el que se suelte de las manos pasa a ser la cola de la serpiente.

Materiales

- Ninguno

Autoestima



Actividad 1:

¿Cómo te sientes cuando?

**(<http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=3058>
)**

Descripción de la actividad:

- ✓ *TÚ HACES COSAS IMPORTANTES Y TE GUSTA QUE LOS DEMÁS TE DIGAN COSAS BONITAS (ELOGIOS)*

¿Cómo te sientes tú cuando...? **(Une con una flecha).**

Feliz ... me doy cuenta de que he hecho algo bien.

Animado ... alguien me ha felicitado.

Supercontento ... me han dicho que estoy guapo/a.

Ilusionado ... me dicen que seré su amigo/a.

Alegre ... yo elogio a mi amigo/a.

Escribe alguna cosa bonita que tú pienses sobre TI MISMO/A.

.....

.....

.....

Escribe alguna cosa bonita que tu amigo piense o diga de TI.

.....

.....

Materiales:

- Copia de cómo te sientes cuando

Actividad 2:

¿Quién soy yo?

**(<http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=3058>
)**

Descripción actividad:

- ✓ Pedir a los niños que cada uno diga una adivinanza sobre si mismo y escribirla sobre la mitad de arriba de una hoja grande de papel. Ellos pueden dar pistas sobre sus características: físicas, familia, cosas favoritas de la escuela, animales domésticos y así sucesivamente.
- ✓ Pegar un lado de la cartulina de color en la mitad de debajo de la pagina, pedirle al estudiante que se dibuje a si mismo
- ✓ Hacer una portada del libro diciendo ¿Quién soy?, hacer una contratapa que diga, ¿Quiénes somos nosotros?, nosotros somos la clase (nombre) y todos somos amigos
- ✓ Perforar agujeros a los lados de las páginas y juntarlas con los anillos o con hilo.
- ✓ Leer el libro con la clase, anímalos para que adivinen que amigo es.

Materiales:

- Una hoja grande de papel blanco para cada estudiante
- Crayones, marcadores, pinturas
- Cinta adhesiva transparente
- Cartulina de color cortada en rectángulo
- Perforadora, anillas de cuaderno

Actividad 3:

Autoestima

**(<http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=3058>
)**

Descripción de la actividad:

LO QUE QUIERO HACER

Hacer una lista de diez actividades que te gusten. Toma también en cuenta pequeños placeres como tomar un baño de espuma o leer un libro. Cuando lo consigas, empezarás a ser más consciente de lo que te hace feliz.

LO QUE QUIERO APRENDER

Hacer una lista de diez cosas que te gustaría aprender. Cuando empieces a conocer cosas nuevas, se ampliará tu experiencia y darás mayor riqueza a tu vida.

LO QUE QUIERO SER

Hacer una lista de cinco aspectos en los que te gustaría mejorar. Por ejemplo, aumenta tu vocabulario, aprender a bailar tango o mejorar tu capacidad de hablar en público. Deja correr tu fantasía. El desarrollo de tu propio Yo aumentará la

confianza y la autoestima en ti mismo/a. Cuando logres mejorar en algunos aspectos, te sentirás mucho mejor.

ACTIVIDADES PARA LA EXPANSIÓN DEL ESPACIO VITAL

1. Elegir una actividad de la lista de *lo que deseo* y que te gustaría empezar inmediatamente.

2. Elegir una actividad de la lista de *lo que quiero aprender*, adecuándolo al alcance de tu capacidad económica.

3. Elegir un aspecto de auto-desarrollo de la lista *lo que quiero ser* que puedas empezar de inmediato.

Materiales:

- ✓ Copias de las paginas anteriores

Actividad 4:

¿Cómo soy yo? Haz una descripción lo más detallada posible

(Nota: imprime esta página y subraya lo que te describe. Puedes añadir adjetivos)

- Con capacidad para la amistad,
- Generoso,
- Testarudo,
- Valiente,
- Orgullosa,
- Inteligente,
- Sensible,
- Estudioso,
- Perseverante,
- Con interés hacia los demás,
- Con sentido del humor,
- Comprensivo,
- Sencillo,
- Con capacidad de escuchar,
- Divertido,
- Aburrido,
- Cuidadoso,
- Optimista,
- Independiente,
- Creativo,
- Perfeccionista
-

. Materiales:

- Copias de las paginas anteriores

Actividad 5:

Persona muy importante en esta semana (Autoestima para niños: juegos, actividades, recursos, experiencias creativas, Jean R Feldman pg 33)

Descripción de la actividad:

- ✓ Elegir a un niño cada semana para ser la “persona mas importante de la semana”
- ✓ En el cartel escribir el nombre del niño , pegar una foto y escribir lo que el niño diga de cada fotografia
- ✓ Dejar que el niño exponga su cartel y sus compañeros pueden hacer preguntas.

Materiales:

- Pinturas
- Cartulina
- Dibujos de cada niño

Actividad 6:

Arte con el nombre (Autoestima para niños: juegos, actividades, recursos, experiencias creativas, Jean R Feldman pg 36)

Descripción de la actividad:

- ✓ Decir sus nombres completos
- ✓ Escribir en una hoja los nombres de los niños y ellos lo decoran a su gusto

Materiales:

- Cartulina
- Escarcha
- Marcadores
- Material de collage
- Pega

Actividad 7:

Escritura invisible

(Autoestima para niños: juegos, actividades, recursos, experiencias creativas, Jean R Feldman pg 45)

Descripción de la actividad:

- ✓ Escribir un mensaje “secreto” para cada niño con cera un una hoja de papel, poner frases de animo como “ Felipe es un buen compañero” “santi tiene un bonita sonrisa”
- ✓ Dejar que cada niño pinte sobre su mensaje secreto con pincel
- ✓ Dar a los niños la oportunidad de compartir su mensaje secreto con sus compañeros.

Materiales:

- Hoja de papel bond
- Lápiz de cera blando
- Tempera diluida
- Pincel

Actividad 8:

Un pequeño libro sobre mí (Feldman pg 69)

Descripción de la actividad:

- ✓ Escribir en varias hojas diferentes frases, por ejemplo: tengo.... años de edad, esta es mi familia, esta es mi casa, esta es mi mascota, estos son mis amigos, cosas que me gustan, yo soy especial porque.....
- ✓ Hacer que corten las páginas por las líneas de puntos y que las ordenen.
Engrapapar
- ✓ Leer las páginas con los niños. Luego dejar que ellos solos llenen las frases y dibuje pequeños retratos.

Materiales:

- Crayones
- Lápices
- Tijeras
- Engrapadora

CONCLUSIONES

Las actividades del programa de apoyo para la inteligencia emocional van ayudar a los niños en las diferentes áreas de la inteligencia emocional; expresión y comprensión de sentimientos, autoestima, sentido del humor, autocontrol, relaciones interpersonales, autoconfianza, auto motivación.

Es muy importante enseñar a los niños que cada sentimiento tiene su nombre como por ejemplo ira, miedo, alegría; esto les va ayudar a reconocerlas cuando las sientan y a sobrellevar de mejor manera ese sentimiento. Ayuda a que el niño sea capaz de reconocer tanto sus emociones como la de los demás, las actividades de autocontrol van a enseñarle a los niños a relajarse ante una situación de estrés, nerviosismo, a controlar su ira de una manera que no se provoque daño a si mismos, ni a los demás.

En los niños es muy importante desarrollar el sentido del humor; las actividades de sentido del humor van ayudar a los niños a que sean capaces de reírse de si mismos y de los errores que cometen, ser optimistas, estas actividades les va ayudar a buscar soluciones y diferentes alternativas ante las dificultades que se le presenten, demostrar entusiasmo en cada actividad que realicen, desarrollar la habilidad de encontrar siempre el lado positivo de las cosas. Las actividades de relaciones interpersonales van ayudar al niño a que aprenda a relacionarse con las demás personas y que pueda establecer vínculos sanos y positivos

Las actividades de autoestima les enseña a los niños a conocerse a si mismo, a aceptarse y quererse como son, esto les va ayudar a que los niños desarrollen una autoestima alta.

BIBLIOGRAFÍA

- FELMAN, Jean R, “Autoestima para niños: Juegos, actividades, recursos, experiencias creativas. Ed, Nancea S.A, Madrid- España 2002
- BRITES DE VILA, Gladis, DE JENICHEN, Ligia Almoño, “Juegos y dinámicas para multiplicar las formas de aprender utilizando al máximo las capacidades de la mente”. Inteligencias Múltiples, Ed 1a, Buenos Aires, 2002.
- GISPERT, Carlos, Cajita de sorpresas, expresiones para los mas chiquitos. Juegos y pasatiempos volumen II. Editorial Océano. España.
- <http://www.webparalapaz.org/bloques/autocontrol.htm>
- <http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=actividades+para+autocontrol+en+ni%C3%B1os&meta>
- <http://www.guiainfantil.com/salud/autoestima/baja.htm>
- <http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=3058>

CAPÍTULO IV

Aplicación y resultados

INTRODUCCIÓN

El programa de apoyo para el desarrollo de la inteligencia emocional se aplicó a treinta y cinco niños del tercero de básica de la escuela “Asunción”, cuyas edades están comprendidas entre los siete y ocho años. Para realizar las actividades los niños se dividieron en los siguientes grupos: Grupo uno formado por: once niños; Grupo dos formado por: doce niños y Grupo tres formado por: doce niños. Este programa se realizó por sesiones, entre veinte y veinte y cinco minutos de duración cada una; se realizaron una vez por semana durante 5 meses

5.1 APLICACIÓN

PRIMERA SEMANA

Se realizaron actividades de expresión y comprensión de sentimientos: Expresar sentimientos, cambio de rostro: los niños tienen que expresar diferentes emociones son su rostro. ¿Cómo te sientes?: los niños realizan un libro con emociones diferentes que tienen las personas, enojados, tristes, felices etc.

SEGUNDA SEMANA

Se realizaron actividades de expresión de sentimientos: Cuentos e historias: se leyeron diferentes cuentos que expresen diferentes estados de ánimo de los personajes y se les va preguntando a cada niño por que creen que ese personaje tiene esa emoción.

Juego de los sentimientos: cuando se para la música los niños tienen que hacer imágenes estáticas y representar con su cuerpo y rostro un sentimiento los demás niños tienen que adivinar.

Feliz soy feliz: dibujar en un papel diferentes emociones y los niños tienen que ir cantando con las diferentes emociones

TERCERA SEMANA

Se realizaron actividades de autoconfianza y relaciones interpersonales:

Mi escudo: cada niño dibujo su escudo personal, poniendo todas sus características positivas.

Demostración de talento: todos los niños fueron diciendo para que son buenos cada niño frente a sus compañeros fue demostrando sus habilidades frente a sus compañeros

Pásalo: cada niño puso su nombre al inicio de una hoja, se pasó a todos los compañeros y cada uno escribió algo positivo de esa persona.

CUARTA SEMANA

Se realizaron actividades de autoestima y automotivación: Dibujar diferentes tipos de insignias y cortarlas, dar una a cada niño, poner algo especial sobre ellos, cada niño la decoró

Superestrellas: hacer una estrella para cada niño, cada niño se dibujo en el centro de la estrella y en cada punto escribió algo especial sobre ellos.

QUINTA SEMANA

Se realizaron actividades para desarrollar optimismo, empatía, pensamiento positivo y realista:

Libretas: Regalar al niño una libreta cada uno la decora, escribir cada día 5 cosas que haya sentido o visto tienen que ser positivas, no grandes cosas si no experiencias sencillas revisar el cuaderno de vez en cuando para ver todas las cosas positivas que van sucediendo, especialmente cuando estén tristes.

Relato de un cuento: leer un cuento, se hizo una reflexión con los niños sobre el cuento.

Tú nos agradas: los niños dicen palabras que describan a los buenos amigos, como “simpático”, “amable” y la escriben en un papel, se ponen todas las tarjetas en una caja, los niños en orden van sacando las tarjetas, mientras se canta tu nos agradas y sacar una tarjeta

SEXTA SEMANA

Se realizaron actividades de autocontrol:

Técnicas de pintura: Entregar a cada niño una hoja de papel, se irán entregando los diferentes materiales de acuerdo a la técnica ha utilizarse, limón, zanahoria, cloro etc.

Descarga de energía con bombas: Pedir a los niños que hinchen bombas, y se acuerden de una situación que los haga enojar y suelten la bomba, repetir este ejercicio unas tres veces.

Descarga de energía con periódico: Colocar en el piso varios periódicos y los niños pueden romperlos con las manos o los pies, pedir que se acuerden de situaciones que les disgustan

Terapia con arcilla: Entregar a cada niño un pedazo de arcilla y que ellos la vayan moldeando y les ponemos música primero lenta y después rápida, les decimos a los niños que se acuerden de situaciones que les disgustan.

Botellas anti estrés: hacer varias botellas con diferentes materiales, cada una con un nombre diferente, enojo, sueño, relajación

SEPTIMA SEMANA

Se realizaron actividades para desarrollar las relaciones interpersonales:

Recuerdo muy especial: los niños piensan en un momento especial y luego lo dibujan en una hoja de papel, los niños por parejas describen el momento especial que dibujaron

Ceviche de la amistad: los niños inventan una receta, poniendo cualidades positivas.

Amigo bingo: se hace una tarjeta bingo, con diferentes preguntas los niños tienen que llenarla con los nombres de sus compañeros

OCTAVA SEMANA

Se realizaron actividades de autoestima

Como te sientes cuando: se entrega a los niños hojas con diferentes emociones ellos tiene que unir con diferentes situaciones que hacen que se sienta así.

¿Quién soy yo?: cada niño escribe una adivinanza sobre el, y los demás compañeros tienen que adivinar quien es.

Arte con el nombre: escribir en una hoja el nombre de cada niño, ellos lo decoran con diferentes materiales.

NOVENA SEMANA

Se realizaron actividades de expresión y comprensión de sentimientos

Expresar sentimientos: Colorear y cortar las expresiones faciales, hacer cintas para la cabeza con las tiras de cartulina, pegar la expresión frente a cada tira, dar las cintas a los niños y pedirles que se las pongan

Redes de palabras: escribir diferentes sentimientos en una hoja de papel, cada niño va describiendo lo que significa para ellos cada sentimiento.

Historia de los grupos: escribir en un papel felicidad es.... Los niños van escribiendo que los hace sentir felices.

Poner caras: los niños se separan por parejas, cada uno hace un sentimiento con su rostro y explica que lo hace sentirse así.

Adivinar sentimientos: buscar dibujos con diferentes situaciones, los niños tienen que adivinar pero no se puede utilizar la voz, solo la cara y el cuerpo, cada niño dibuja una situación y los demás tienen que adivinar.

Caretas: cada niño dibuja una careta y expresa en ella cualquier sentimiento, cada niño se pone su careta y los demás tienen que adivinar que sentimiento es.

DECIMA SEMANA

Se realizaron actividades de autocontrol

Juego de las estatuas: los niños tienen que imitar a una estatua, estar callados y sin moverse durante unos minutos, reflexionar con ellos la importancia de estar tranquilos y callados en algunas situaciones.

Flojo tieso: los niños de pie, cuando se dice flojo dejan caer la cintura como un muñeco de trapo, y cuando se dice tieso se ponen de pie los más tiesos que puedan.

Mi masaje. Todos los niños se acuestan en el piso, se les da un poco de crema a cada uno, con música suave y se dan diferentes instrucciones

DECIMA PRIMERA SEMANA

Se realizaron actividades para relaciones interpersonales:

Juegos por parejas: escultura, correa de conducir, remar, detectores de sonido: diferentes juegos en parejas y en grupos.

DÈCIMA SEGUNDA SEMANA

Se realizaron actividades de autoestima, autoconfianza, relacione interpersonales:

Pequeño libro sobre mi, autorretrato, gente que me quiere, aprecio de ti, autoestima, retrato de amigos, escultura con materiales usados.

DÈCIMA TERCERA SEMANA

Se realizaron actividades de autocontrol: Técnicas de pintura. Se dan hojas y los materiales a cada niño según la técnica.

DÈCIMO CUARTA SEMANA

Se realizaron actividades de relaciones interpersonales y sentido del humor:

Arte cooperativo: Forrar una caja con un pliego de papel, poner unas canicas sobre la pintura, mmover la caja para crear una pintura.

Terapia de la risa: ejercicios de reírse exageradamente y llorar

DÈCIMA QUINTA SEMANA

Se realizaron actividades de relaciones interpersonales:

Puzzle, puntos, flojo-tieso: juegos en parejas y en grupos

DÈCIMA SEXTA SEMANA

Se realizaron actividades de expresión de sentimientos, autocontrol:

Pintura abstracta: expresar los diferentes sentimientos, psicología del color

Técnica del papel mashe. Dibujar diferentes emociones con papel mashe

DÈCIMA SÈPTIMA SEMANA

Se aplicó de re test de la familia

DÈCIMA OCTAVA SEMANA

Se aplicó de re test de la familia y Roberto

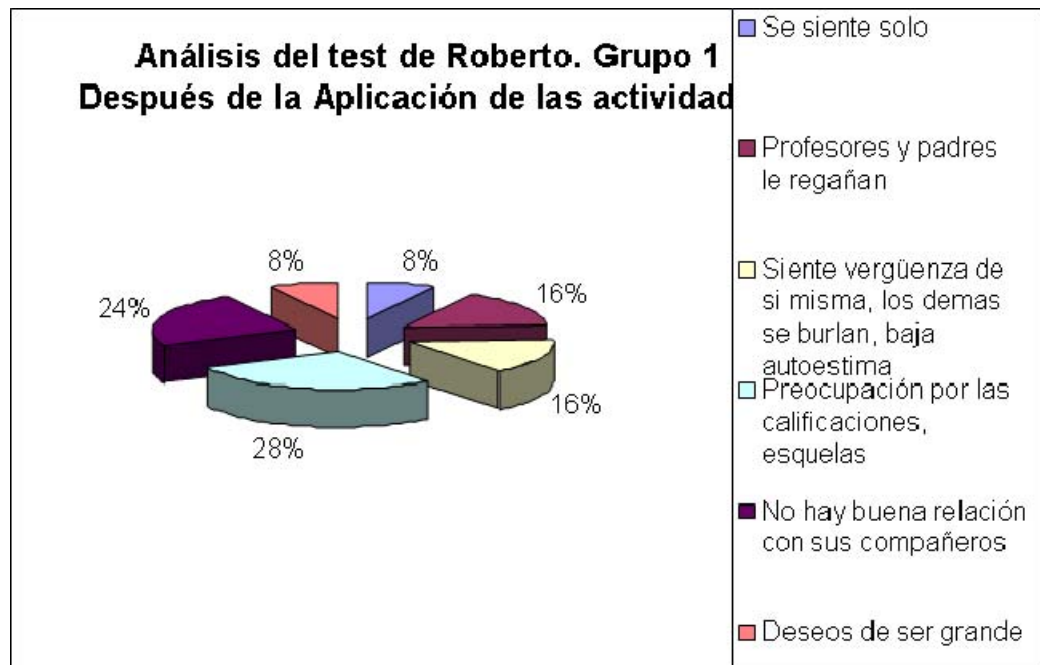
DÈCIMA NOVENA SEMANA

Se aplicó de re test de Roberto

VEINTEAVA SEMANA

Se aplicó de re test de Roberto

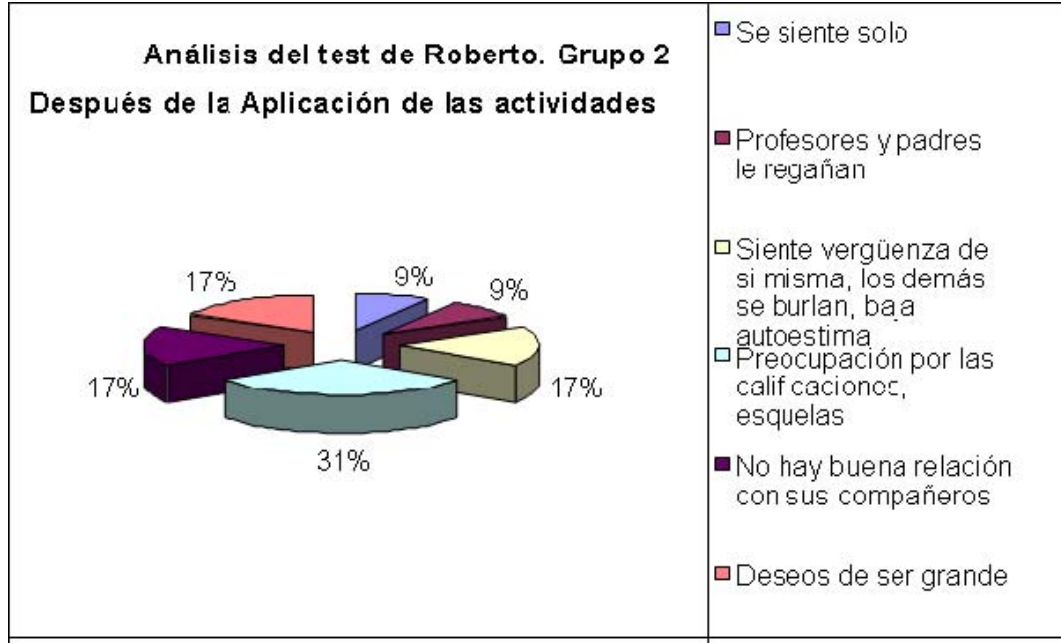
5.2 RESULTADOS



Después de la aplicación de las actividades del programa de apoyo para desarrollar la inteligencia emocional, se volvió aplicar el test de Roberto y los puntos que más sobresalen son: la preocupación por las notas y deseos de ser grandes.

Análisis

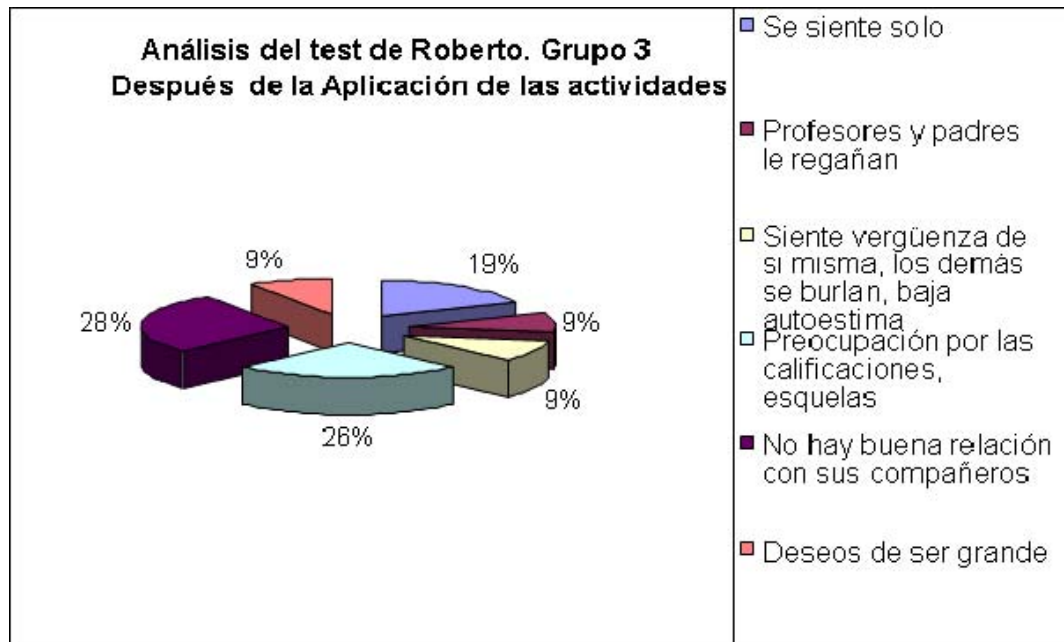
La mayoría de los niños tienen preocupación por las calificaciones y esquelas, en un porcentaje menor hay una mala relación con sus compañeros, un porcentaje pequeño tienen vergüenza, pocos niños se sienten solos y sienten deseos de ser grandes.



Después de la aplicación de las actividades del programa de apoyo para desarrollar la inteligencia emocional, se volvió aplicar el test de Roberto y los puntos que mas sobresalen son: preocupación por las calificaciones y las esquelas, baja autoestima, profesores y padres los regañan, mala relación con sus compañeros.

Análisis

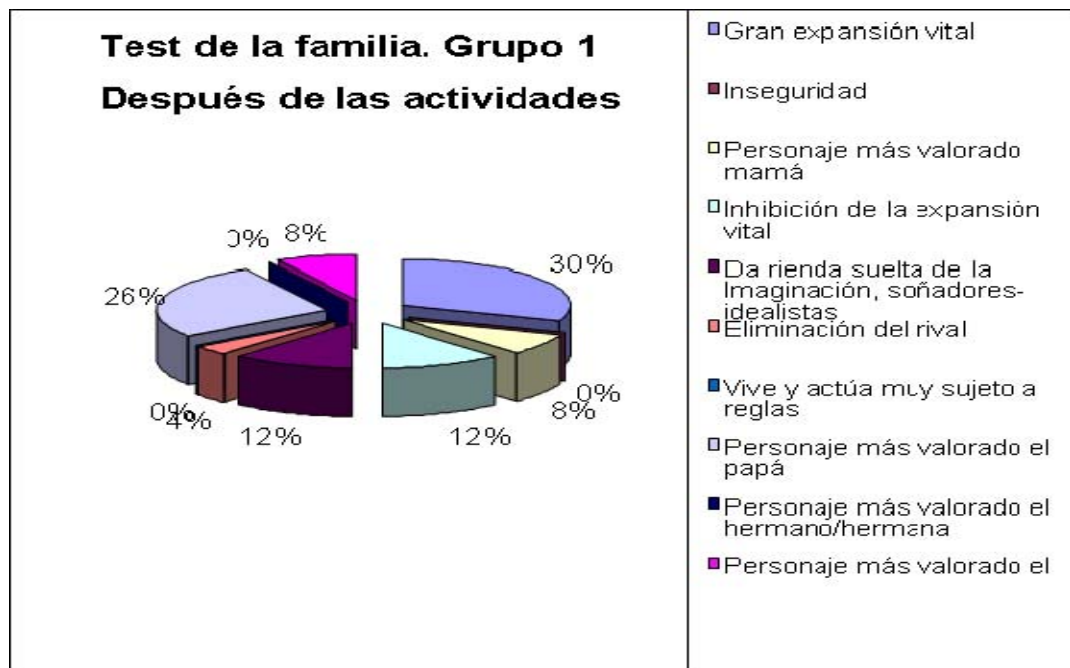
El problema que sobresale es la mala relación con sus compañeros y los niños sienten vergüenza de si mismos y de los demás, un alto porcentaje de niños sienten preocupación por las calificaciones y las esquelas, un pequeño porcentaje de niños se sienten solos, tienen deseos de ser grandes y preocupación por que sus padres y profesores los regañan



Después de la aplicación de las actividades del programa de apoyo para desarrollar la inteligencia emocional, se volvió aplicar el test de Roberto y los puntos que más sobresalen son: no hay una Buena relación con sus compañeros, se sienten solos, preocupación por las esquelas.

Análisis

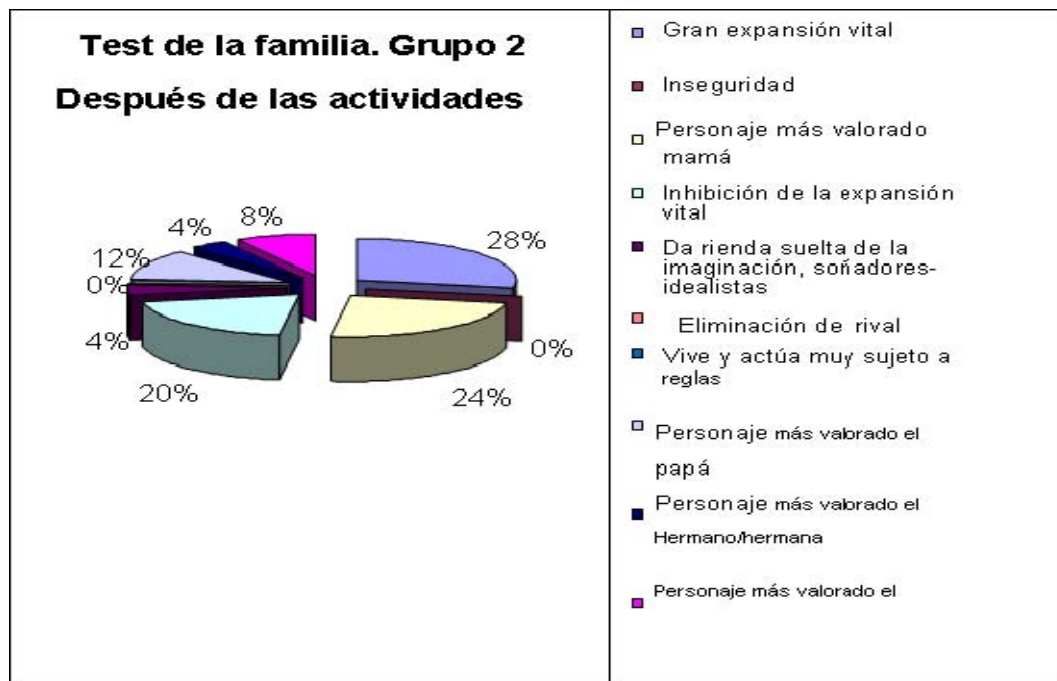
El problema que mas sobresale es la preocupación por las esquelas y notas, hay un porcentaje que no tiene una buena relación con sus compañeros, se sienten solos, un pequeño porcentaje tiene baja autoestima, falta de seguridad en si mismos y deseos de ser grandes.



Después de la aplicación de las actividades del programa de apoyo para desarrollar la inteligencia emocional, se volvió aplicar el test de la familia y los puntos que mas sobresalen son: gran expansión vital, el personaje más valorado el papá.

Análisis del test

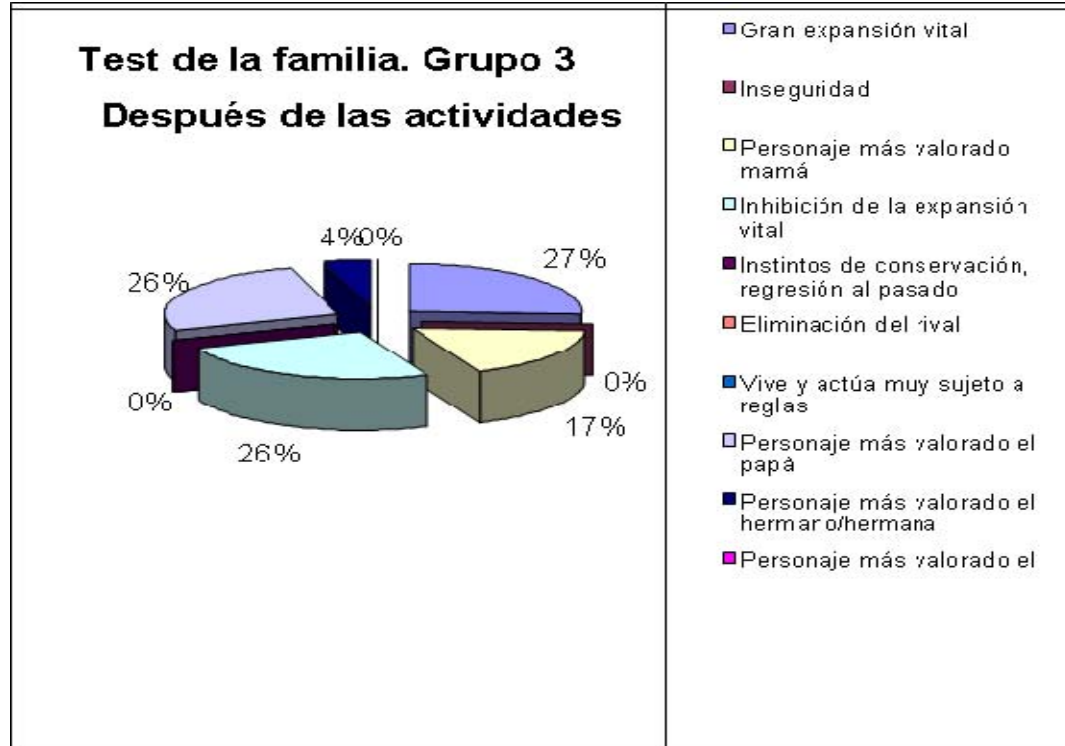
El personaje más valorado para este grupo es papá, hay un porcentaje considerable de niños que presenta gran expansión vital, un porcentaje menor son idealistas y soñadores, inhibición de la expansión vital y una fuerte tendencia a replegarse en si mismo, presentan inseguridad



Después de la aplicación de las actividades del programa de apoyo para desarrollar la inteligencia emocional, se volvió aplicar el test de la familia y los puntos que más sobresalen son: gran expansión vital, personaje más valorado la mamá.

Análisis

El personaje más valorado para este grupo es mamá, hay un porcentaje considerable de niños que presenta gran expansión vital, un porcentaje menor presenta inhibición de la expansión vital y una fuerte tendencia a replegarse en si mismo, un pequeño porcentaje presentan inseguridad, viven y actúan muy sujetos a reglas.

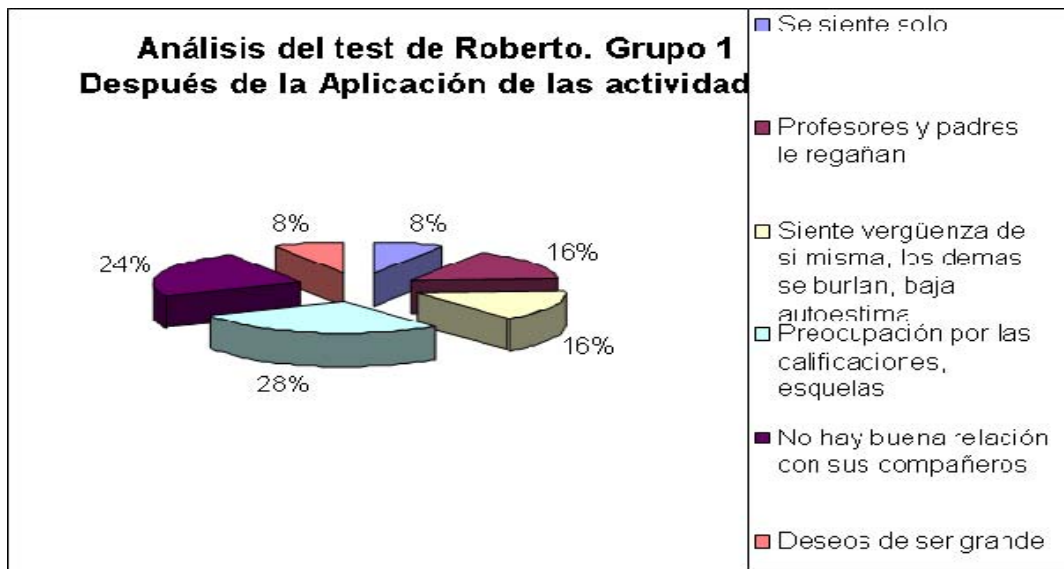
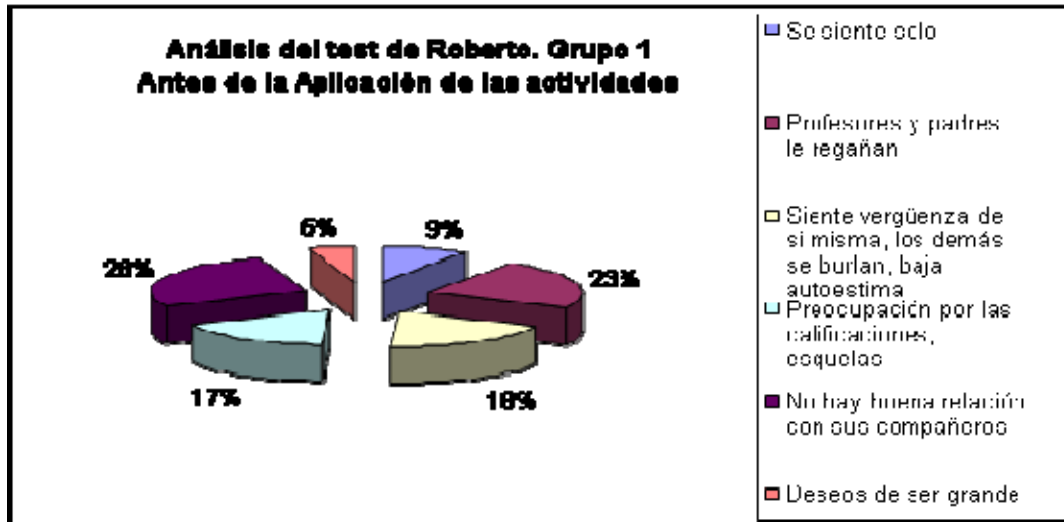


Después de la aplicación de las actividades del programa de apoyo para desarrollar la inteligencia emocional, se volvió aplicar el test de la familia y los puntos que más sobresalen son: gran expansión vital, personaje más valorado el papá

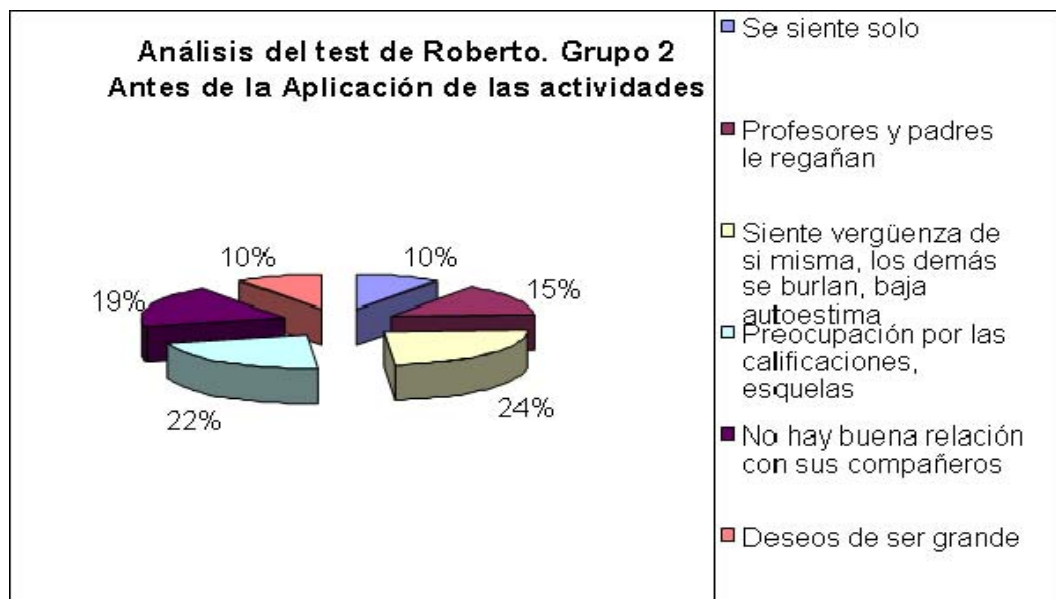
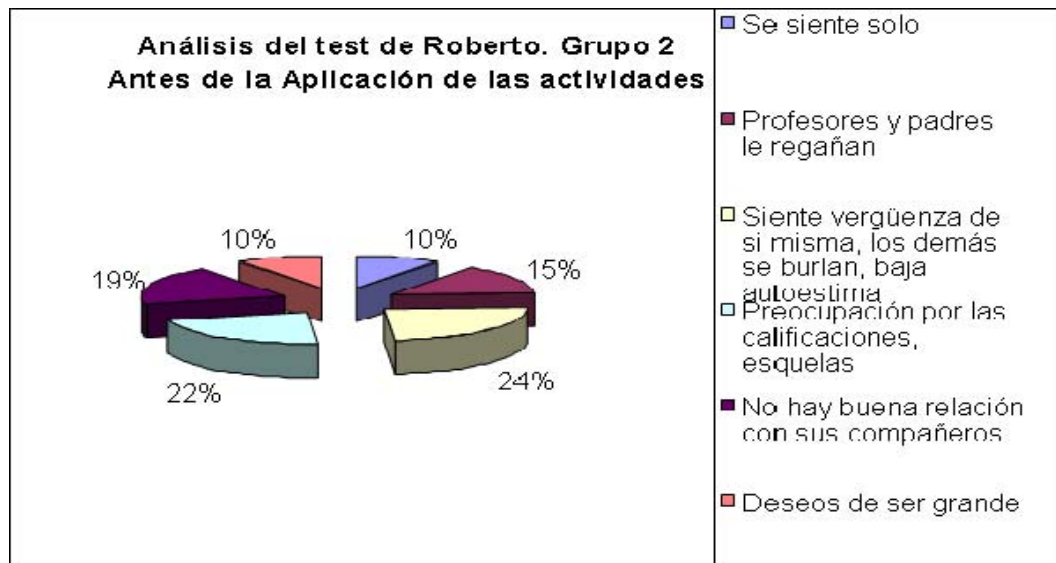
Análisis

El personaje más valorado para este grupo es el papá, hay un porcentaje considerable de niños que presenta gran expansión vital, un porcentaje menor presenta inhibición de la expansión vital y una fuerte tendencia a replegarse en si mismo, un pequeño porcentaje viven y actúan muy sujetos a reglas.

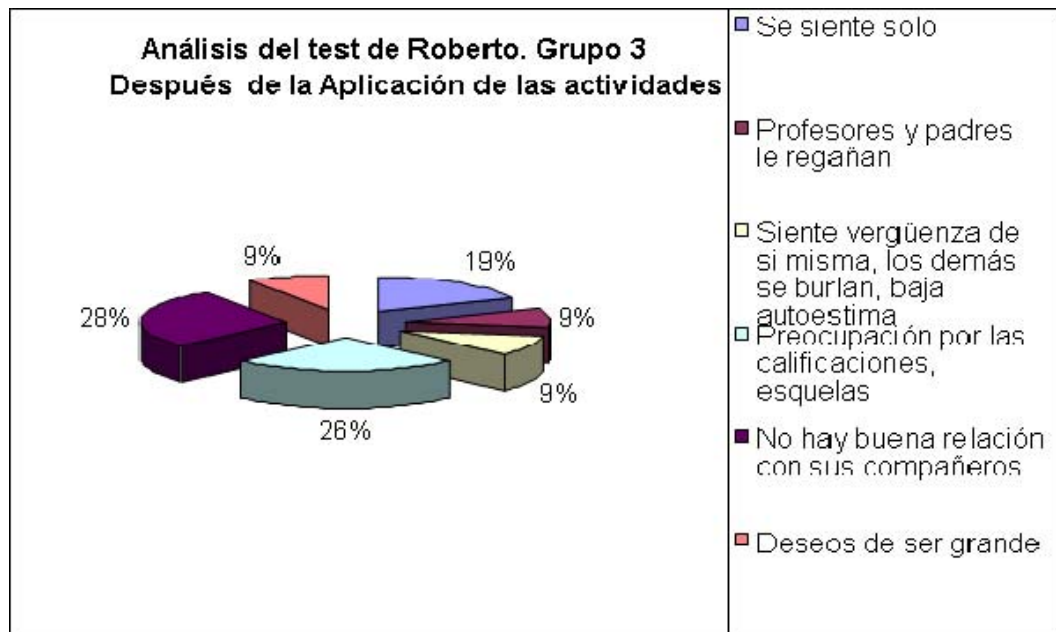
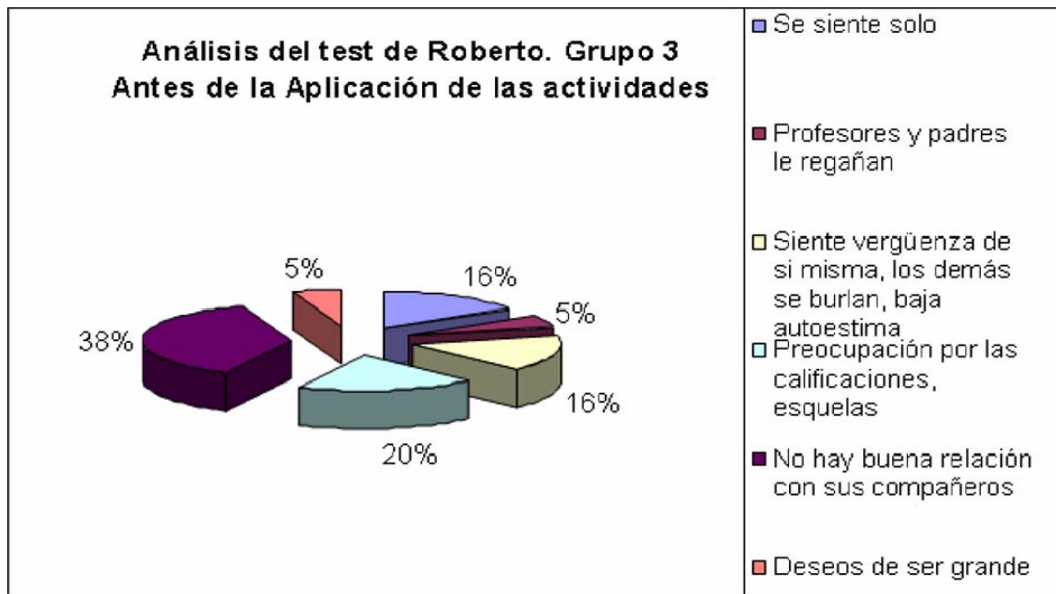
5.3 Análisis comparativo



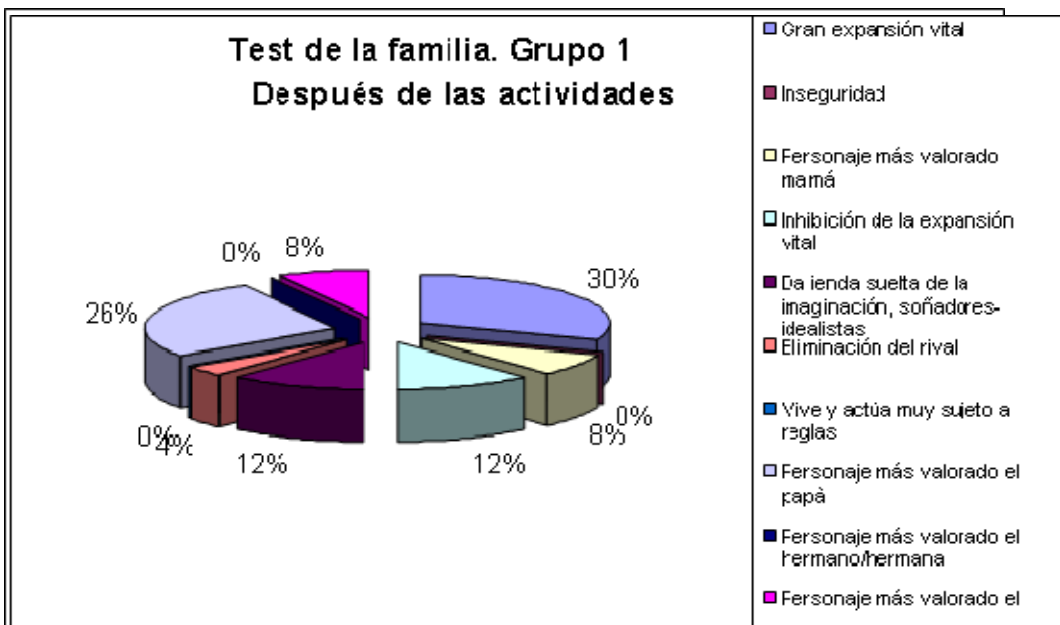
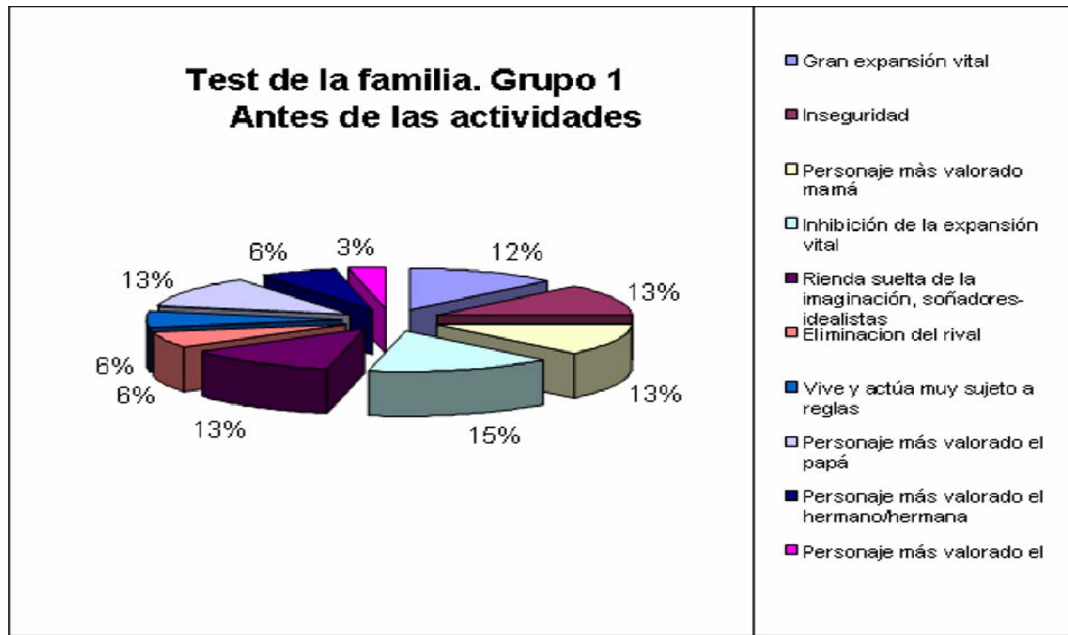
Comparando los Test antes y después de realizadas las actividades, el porcentaje de niños que sienten preocupación por las calificaciones ha aumentado, la mala relación con sus compañeros, los profesores les regañan, se sienten solos, ha disminuido, han aumentado sus deseos de ser grandes. Tienen mas seguridad y confianza en si mismos.



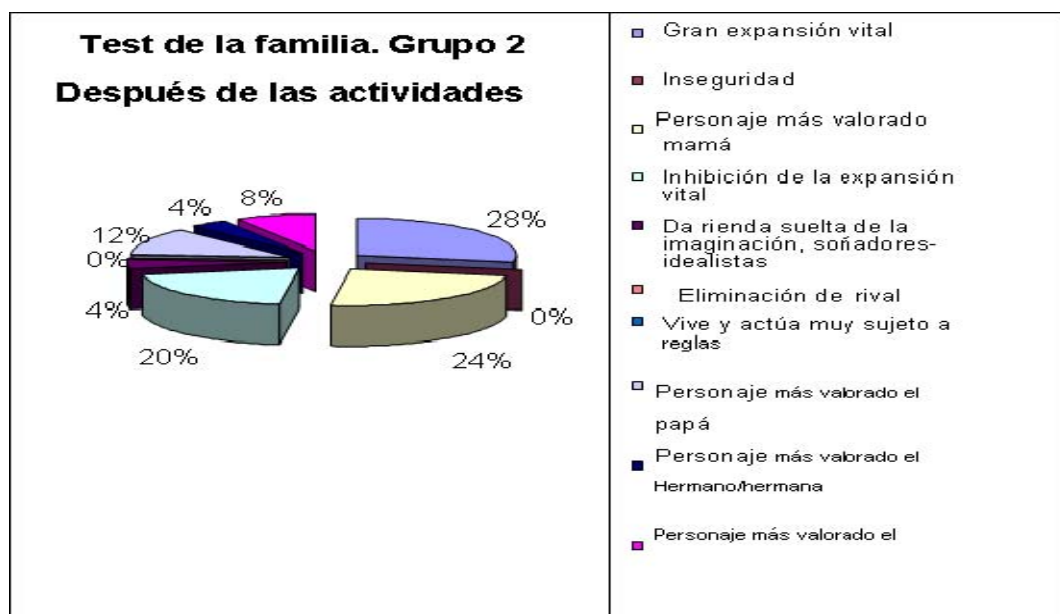
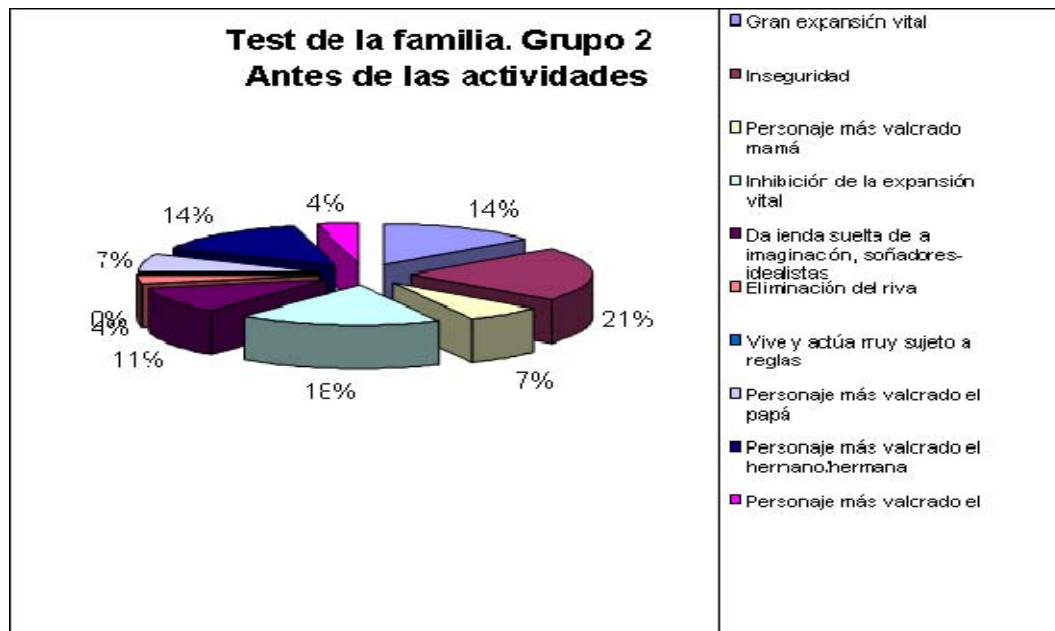
Comparando los Test antes y después de realizadas las actividades podemos ver que el porcentaje de niños que tienen una mala relación con sus compañeros ha disminuido, la preocupación por las esquelas y calificaciones, los deseos de ser grandes ha aumentado, hay más seguridad en si mismos, disminuyó la baja autoestima, el porcentaje de niños que sienten preocupación por que sus padres y maestros los regañan ha disminuido.



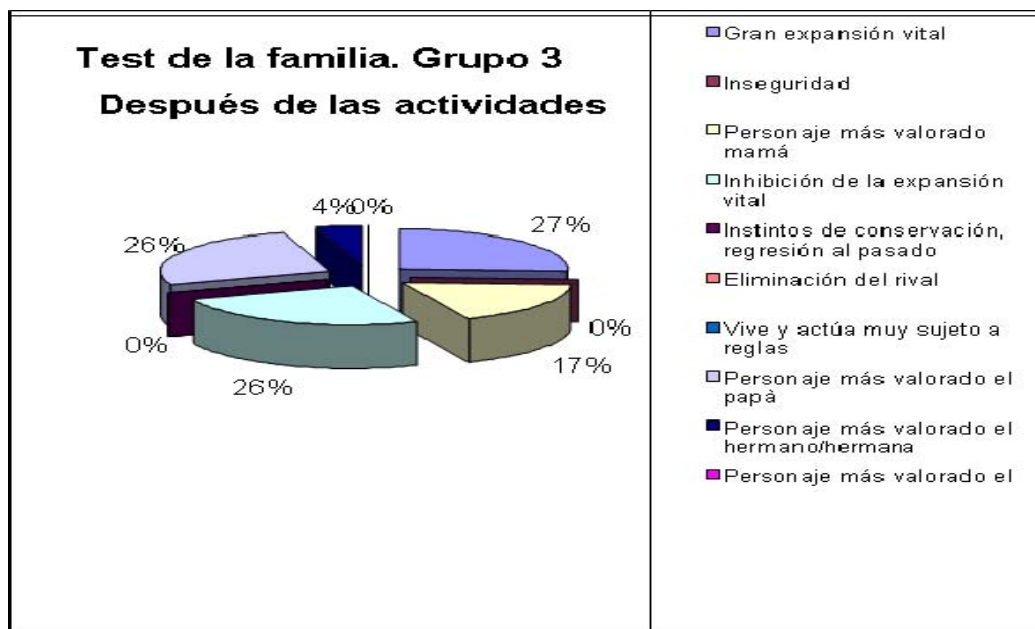
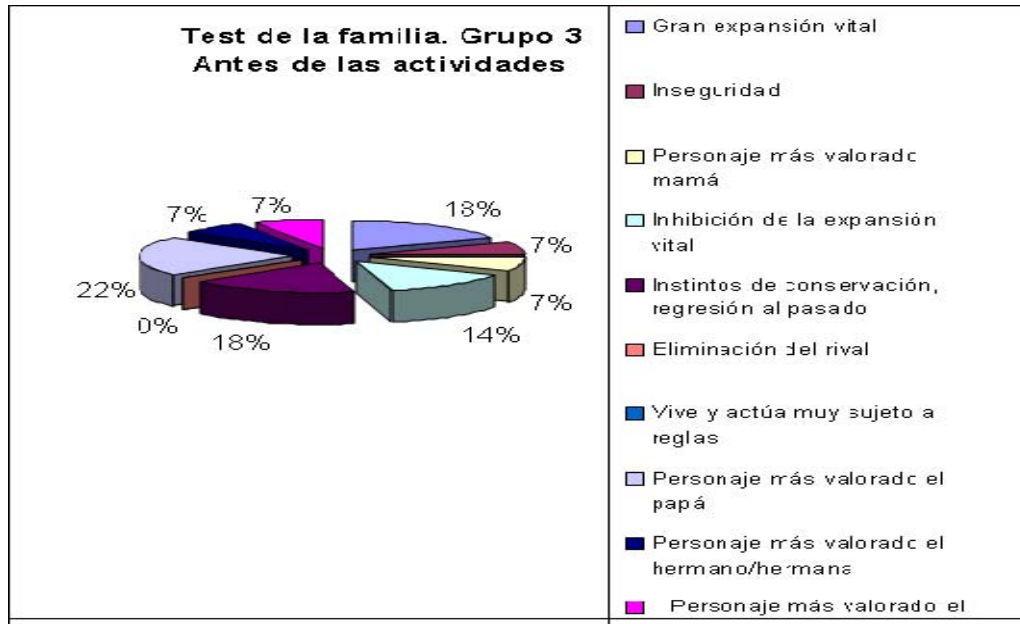
Comparando los Test antes y después de realizadas las actividades podemos ver que el porcentaje de niños que tiene una mala relación con sus compañeros ha disminuido, los niños sienten mas seguridad en si mismos, ha disminuido la baja autoestima, la preocupación por las calificaciones y esquelas ha aumentado, se sienten un poco solos y tienen deseos de ser grandes.



Comparando los Test antes y después de realizadas las actividades podemos ver que el porcentaje de niños que posee un expansión del espacio vital a aumentado, el personaje mas valorado es el papá, a disminuido el porcentaje de niños soñadores e idealista, a disminuido por completo la inseguridad en los niños



Comparando los Test antes y después de realizadas las actividades podemos ver que el porcentaje de niños que posee un expansión del espacio vital a aumentado, el personaje mas valorado es la mamá, a disminuido el porcentaje de niños soñadores e idealista y que viven y actúan muy sujetos a reglas, a disminuido por completo la inseguridad en los niños.



Comparando los Test antes y después de realizadas las actividades podemos ver que el porcentaje de niños que posee un expansión del espacio vital a aumentado, el personaje más valorado es la papá, a disminuido el porcentaje de niños que viven y actúan muy sujetos a reglas, a disminuido por completo la inseguridad en los niños.

CONCLUSIONES

Al finalizar este capítulo, y realizar las comparaciones entre el test que realizamos antes y el que hicimos después de las actividades podemos observar que si hay un cambio significativo en los niños aplicado el programa de desarrollo de la inteligencia emocional, los niños tienen más seguridad en si mismos, hay una mejor relación entre ellos

CONCLUSIONES

- Al concluir es muy importante saber que una educación basada en inteligencia emocional va ayudar a los niños a: Tomar una actitud positiva ante los problemas y dificultades que se les presenten en la vida, le va enseñar formas de combatir el estrés y así llevar una vida con paz y armonía, la oportunidad de que los niños crezcan en un ambiente positivo, y lleno de oportunidades, que se diviertan al realizar sus actividades.
- Los padres y profesores son el modelo de los niños, por lo tanto ellos los que tienen que enseñarle al niño el manejo y control adecuado de las emociones. Los niños con inteligencia emocional son seguros de si mismos, son capaces de controlar y dirigir sus emociones, son capaces de reírse de si mismos y de sus errores; y esto les va ayudar a ser mejores personas en un futuro.
- Las actividades en este programa se basan en juegos y otras actividades creativas; el juego es muy importante en los niños ya que a través de él, ellos pueden expresarse libremente; no solo ayuda en el aspecto físico, sino también es una forma de liberar las tensiones, alejándolos de las preocupaciones.
- La aplicación de los tests a niños, padres de familia y las encuestas a los profesores fueron muy importantes ya que con estos se pudo hacer un diagnóstico del estado emocional de los niños y con la reaplicación se pudo observar los cambios que los niños presentaron después de la aplicación del programa.

BIBLIOGRAFÍA

- ANTUNES, Celso A. “Las Inteligencias Múltiples, Como estimularlas y desarrollarlas” publicado originalmente en español por NARCEA, S.A... Ed España 2000. Adaptado por Alfaomega grupo editor S.A. de C.V.
- BUERO, Leonardo. Referencias GOLEMAN DANIEL, Inteligencia Emocional. ELIAS, FRIED LANDER Y TOBIAS, Educar con IE. ROGERS CARL, Psicoterapia Centrada en el cliente. SHAPIRO, IE Aplicada a los niños.
- LOPEZ, Maria Elena, GONZÁLEZ, María Fernanda “Inteligencia Emocional pasos para elevar el potencial infantil” Ed. Gamma S.A. Colombia 2003. 1ª edición.
- GOLEMAN, “La inteligencia emocional de los niños. Claves para abrir el corazón y la mente de tu hijo”. Barcelona: Paidós, D. 1996
- HOFFMAN, L., HALL, E “Psicología del desarrollo hoy”. Madrid, 1995.
- BRITES DE VILA, Gladis, DE JENICHEN, Ligia Almoño, “Juegos y dinámicas para multiplicar las formas de aprender utilizando al máximo las capacidades de la mente”. Inteligencias Múltiples, Ed 1a, Buenos Aires, 2002.
- Volemos alto. Claves para cambiar el mundo. Referente Curricular para niños de cero a cinco años. República del Ecuador. Referente Curricular Ecuatoriano de Educación Inicial, Quito, 2001
- ORDOÑEZ L, M. del Carmen, TIJANERO M, Alfredo, “Estimulación temprana, inteligencia emocional y cognitiva” Ed, MMVII, Madrid-España.

Bibliografía Electrónica

- http://www.inteligenciaemocional.org/ie_en_la_educacion/laieenlaeducacion1.htm
- http://es.wikipedia.org/wiki/Inteligencia_emocional
- <http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=inteligencia+emocional+daniel+goleman+y+otros+autores&meta>
- <http://inteligenciasmultiples.idoneos.com/index.php/368539>
- <http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=inteligencia+intrapersonal&meta>
- <http://www.galeon.com/aprenderaaprender/intemocional/intinterpersonal.htm>
- <http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=inteligencia+interpersonal&meta=>
- <http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=desarrollode+la+inteligencia+emocional+en+ni%C3%B1os&meta=>
- <http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=componentes+de+la+inteligencia+emocional&meta=>
- <http://www.psicologia-online.com/autoayuda/iemocional/index.shtml>
- <http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=desarrollo+de+los+ni%C3%B1os+de+7+a+8+a%C3%B1os&btnG=Buscar&meta=>
- http://ministerioinfantil.com/desarrollo-infantil/desarrollo_infantil_7_8_anios.pdf
- <http://boards5.melodysoft.com/app?ID=Maleta&msg=28&DOC=21>

- <http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=la+timidez+en+los+ni%C3%B1os&meta=>
- <http://ayudaemocional.forumcommunity.net/?t=3139715>
- <http://www.cosasdelainfancia.com/biblioteca-inte05.htm>
- <http://www.geocities.com/psicoresumenes/articulos/timidez.htm>

Bibliografía actividades

- FELMAN, Jean R, “Autoestima para niños: Juegos, actividades, recursos, experiencias creativas. Ed, Nancea S.A, Madrid- España 2002
- BRITES DE VILA, Gladis, DE JENICHEN, Ligia Almoño, “Juegos y dinámicas para multiplicar las formas de aprender utilizando al máximo las capacidades de la mente”. Inteligencias Múltiples, Ed 1a, Buenos Aires, 2002.
- GISPERT, Carlos, Cajita de sorpresas, expresiones para los mas chiquitos. Juegos y pasatiempos volumen II. Editorial Océano. España.
- <http://www.webparalapaz.org/bloques/autocontrol.htm>
- <http://www.google.com.ec/search?hl=es&q=actividades+para+autocontrol+en+ni%C3%B1os&meta>
- <http://www.guiainfantil.com/salud/autoestima/baja.htm>
- <http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=3058>
