

39214

UNIVERSIDAD DEL VALLE DE GUATEMALA
Facultad de Ciencias y Humanidades

**BIBLIOTECA
DE LA
UNIVERSIDAD DEL VALLE DE GUATEMALA**

METODOLOGIA PARA ENSEÑAR A LOS
NIÑOS A RECONOCER Y MANIFESTAR
SUS SENTIMIENTOS

CLAUDIA VERONICA RIVAS RIVAS

Ensayo presentado para optar al grado académico
de Licenciatura en Psicología

Guatemala

1982

Deseo expresar mi agradecimiento a las personas que han colaborado para que este trabajo tuviese la calidad requerida, especialmente a la asesora Dra. María del Carmen de Quevedo, a los profesores de psicología Dr. Otto Gilbert y Lic. Josefina Antillón quienes brindaron espontáneamente su colaboración.

Hago extensivo este agradecimiento a mis padres Lionel y Jeanette Rivas, al Ing. Julio Soto, a la Srta. Carola Soto y al asesor lingüista Orlando Falla.

METODOLOGIA PARA ENSEÑAR A LOS NIÑOS
A RECONOCER Y MANIFESTAR SUS
SENTIMIENTOS

(Abstract)

Los sentimientos son de gran importancia en la formación de la personalidad humana ya que motivan los diferentes comportamientos que se observan en las personas.

Existe la posibilidad de llegar a conocer los diferentes sentimientos que puede tener un niño y utilizarlos para llegar a comprenderlo más.

Respetando la individualidad de cada niño se le puede guiar y dirigir mejor para un funcionamiento más responsable, para que logre realizarse con respeto y dignidad.

El desconocimiento de los sentimientos del niño por parte del profesor o cualquier persona a cargo del niño, puede llevarlo a una errada orientación en el proceso de su aprendizaje y en su adaptación al medio para lograr su máximo desarrollo.

El conocimiento de sí mismo se convierte en la base del desarrollo de sus capacidades. Pero el progreso en el autoconocimiento requiere la formación de personas capaces de desarrollar un diálogo o actividades que promuevan la autoindagación en todos los niveles. Se cuenta con información y materiales suficientes los cuales pueden ser utilizados con este propósito, entre los cuales se encuentran los siguientes: psicodrama, películas, cuentos, fotos.

Es conveniente proveer al niño de experiencias que lo capaciten para satisfacer sus necesidades emociona-

les básicas en una forma socialmente aceptable, que estimule y produzca su crecimiento personal.

Este ensayo es un modelo para incorporar elementos afectivos dentro de la clase o en cualquier otro nivel. Se presenta una serie de actividades y encuentros de clase concernientes a los sentimientos y emociones que un niño puede experimentar, los cuales se realizan en nueve sesiones, realizando una sesión por semana para dejar pasar un tiempo prudencial entre cada una y lograr que los niños mediten sobre las actividades realizadas en cada sesión.

El patrón general seguido en cada sesión es: primero, la presentación de una idea o actividad específica para estimular al niño hacia la discusión; segundo, una discusión de grupo; y finalmente, la introducción de la actividad para que los niños aprendan a expresar y manifestar sus sentimientos.

CÓNTENIDO

	Página
I. INTRODUCCION	1
II. MARCO TEORICO	6
A. Las Emociones	6
1. Cambios fisiológicos durante las emociones	7
2. Necesidades Emocionales Fundamentales	10
B. La Necesidad de un Programa Afectivo en la Clase	12
C. El Rol de la Escuela en el Desarrollo Emocional	15
III. METODOLOGIA	17
A. Procedimiento	20
B. Las Sesiones	21
Sesión No. 1	21
Sesión No. 2	23
Sesión No. 3	24
Sesión No. 4	24
Sesión No. 5	26
Sesión No. 6	27
Sesión No. 7	28
Sesión No. 8	31
Sesión No. 9	32

APENDICES

I. INTRODUCCION

Uno de los requisitos fundamentales para guiar y orientar al individuo es conocer sus sentimientos . Los sentimientos adquieren una gran importancia en la formación de la personalidad humana ya que motivan los diferentes comportamientos que se observan en las personas.

Cada ser humano es diferente uno del otro y posee un conjunto único de metas, percepciones y responsabilidades que lo hace único en la forma de enfrentar la vida. Personalidad, la cualidad más preciada que hace a cada persona única, esta modelada por los propios sentimientos. Sólo cuando se descubren dichos sentimientos se llega a conocer y a comprender el comportamiento del individuo.

Cuando se observa el comportamiento de varios niños, inmediatamente se notan las diferencias individuales en sus reacciones emocionales; estas diferencias son tan amplias como las diferencias existentes en las características corporales e intelectuales. Ante un mismo estímulo los niños reaccionan en formas diferentes.

Existe la posibilidad de llegar a conocer las diferentes emociones y utilizarlas para una mayor comprensión del niño. Respetando su propia individualidad se le puede guiar y dirigir mejor para un funcionamiento personal individualizado, y así llegar a realizarse con respeto y dignidad. El desconocimiento de los sentimientos del niño por parte del profesor puede llevarlo a una errada orientación en el aula.

Al conocer los sentimientos del niño, se sabrá quién es él y lo que podrá llegar a ser. También se podrá guiarlo en forma eficaz en el proceso de su aprendizaje y en su adaptación al medio y será de gran ayuda para promover su desarrollo.

La vida trae placeres y dolores, gustos y disgustos, acuerdos y desacuerdos. El aprender a controlar los sentimientos que producen placeres y dolores conduce hacia la madurez emocional, (Faust, 1968).

Según Faust el niño, al enfrentar la realidad, va a tener la capacidad de saber quién es él y en dónde se encuentra. Todos estos elementos trabajan juntos para hacer la vida más digna.

Es conveniente proveer al niño de experiencias que lo capaciten para satisfacer sus necesidades emocionales básicas en una forma socialmente aceptable, que estimule y produzca su crecimiento emocional. Los niños pueden ser conducidos hacia una madurez emocional cuando conservan abiertos los canales de comunicación entre ellos y los adultos que son importantes en sus vidas. El niño deberá de sentirse libre para hablar en forma franca, ya sea con sus padres, ya sea con el profesor. Sabrá que cuando él tiene un problema, un adulto que lo valora también se preocupa y puede proveerle de la oportunidad de expresarse por sí mismo y de darle alguna aclaración, (Dinkmeyer, 1965).

El propósito de hacer este trabajo en forma de ensayo, es ayudar al maestro o al adulto encargado del niño para que lo conduzca a lograr su crecimiento y al desarrollo de su personalidad.

En este ensayo se presentará una serie de actividades y encuentros de clase concernientes a los sentimientos y emociones que un niño puede experimentar. Es un modelo para incorporar elementos afectivos dentro de la clase.

A. Justificación

La idea de desarrollar un procedimiento para que los niños lleguen a conocer sus sentimientos por medio de un programa de grupo en donde se pueda hablar y discutir lo relacionado al tópico de las emociones y sentimientos, provino del interés de la autora en el área de la educación afectiva.

El conocimiento de sí mismo que capacite al individuo para hacer una evaluación inteligente de sus necesidades, deseos y posibilidades, se convierte en la base del desarrollo máximo de sus capacidades. Pero el progreso en el autoconocimiento requiere la formación de maestros capaces de desarrollar un diálogo que promueva la autoindagación en todos los niveles. Se cuenta en la actualidad con información suficiente de vías para el autoconocimiento, entre las cuales se pueden mencionar las siguientes: juegos de simulación, psicodrama y dramatización de roles.

Para desplegar sus capacidades humanas, es conveniente que los individuos conozcan el comportamiento de otras personas. Hay una gran necesidad de promover una interacción y comunicación eficaz para lograr objetivos valiosos.

Los procedimientos en grupo fomentan la comprensión mutua entre los coetáneos, los miembros de generaciones diferentes y los diversos grupos étnicos; por consiguiente intensifican las vías de comunicación, se vuelven más eficaces las relaciones sociales y se llena así la necesidad básica de pertenencia.

II. MARCO TEORICO

A. Las Emociones

Aunque el término "emoción" se use libremente, su definición precisa es difícil de establecer. El término emoción se deriva del verbo latino "emovere", que quiere decir agitar, sacudir. El psicólogo usa el término emoción para describir una reacción a los estímulos ambientales, así como una influencia de motivación para despertar, sostener y dirigir el comportamiento.

Adler (1927) opina que las emociones son acentuaciones de rasgos de carácter y que, como todos los rasgos de carácter, tienen una meta y dirección; por consiguiente, deberán describirse en términos del movimiento que inspira entre la gente. Las divide en conjuntivas y disyuntivas. Las emociones disyuntivas son aquellas que nos separan de la gente, el enojo y la tristeza pueden ser ejemplos de dichas emociones. Las emociones conjuntivas unen a la gente, como la alegría, la simpatía y la modestia.

Jersild nos habla de emociones positivas y negativas. Las emociones negativas (ansiedad, miedo, enojo) ocurren cuando

el individuo se siente amenazado; las emociones positivas (amor, alegría) ocurren cuando las metas del individuo son alcanzadas y siente seguridad.

Las emociones juegan un papel muy importante en el desarrollo del niño. Algunos piensan que las emociones anteceden a toda experiencia y que son fundamentales, ya que todo aprendizaje se realiza en términos emocionales.

Es importante poner énfasis en analizar cómo se percibe una situación y los sentimientos que produce; porque esto tiene un efecto significativo en la vida y, por lo tanto, en el comportamiento.

Cuando las emociones son una fuente de energía motivante, pueden dar riqueza y vitalidad a las acciones del individuo. Entonces, su propósito es modificar, para su propio beneficio, la situación que se le presente al sujeto.

1. Cambios Fisiológicos Durante las Emociones

Cuando se experimenta una emoción, ocurren cambios fisiológicos en el hipotálamo y en el sistema nervioso autónomo; estos cambios fisiológicos se manifiestan a través de sig-

nos físicos fácilmente identificables como una mayor sudoración, cambios en la presión arterial, en el pulso y la respiración.

Conforme el niño se va desarrollando, los procesos emergentes de diferenciación van a afectar los sentimientos y su forma de expresión. El concepto de sí mismo y las capacidades congoscitivas producen una interpretación individual de los hechos.

La edad y las experiencias de aprendizaje son factores de gran importancia en el desarrollo del individuo. Kagan y Moss (1962) afirman que los primeros años son los más importantes para la formación de actitudes, valores, actividades y compromiso en el proceso educativo del niño. Encontraron en sus estudios, que el comportamiento de un niño entre la edad de seis a diez años sirve muy bien para predecir el comportamiento posterior en su juventud.

Bloom (1964) hace énfasis en la importancia de los primeros años de la escuela para el desarrollo de las actitudes escolares del niño y el subsecuente patrón de comportamiento.

En relación con el niño, Dinkmeyer dice: "Los sentimientos que acompañan el aprendizaje tienen un efecto muy significativo en el éxito o resultado de la educación" (Dinkmeyer, 1970:20).

Si un niño tiene sentimientos positivos, tenderá a tener una eficiente motivación hacia la meta, participará con un alto grado de compromiso y estará más apto para obtener ganancias permanentes por su propio esfuerzo.

Gadner, en sus investigaciones (1969), demuestra que existen grandes diferencias individuales en cuanto a la intensidad de las emociones y sus reacciones en la conducta. Algunos niños se mostrarán serenos, tranquilos y no se inquietarán en situaciones que provoquen tensión; otros estarán bajo una gran tensión emocional ante cualquier situación.

Estas variaciones parecen ser el resultado del factor fisiológico, el medio ambiente y de factores culturales en donde se desenvuelve el organismo. Algunos individuos heredan un sistema fisiológico muy sensitivo, mientras que otros, no.

Adler y Gadner (1969) encontraron que los niños que se desenvuelven en un ambiente en donde se sienten seguros,

cómodos y aceptados experimentan menos emociones desintegradoras. Algunos factores como la mala salud, el hambre y la fatiga tienden a predisponer al niño a experimentar emociones desintegradoras en el desarrollo de su personalidad.

2. Necesidades Emocionales Fundamentales

Numerosas listas de necesidades emocionales básicas han sido presentadas. En el presente trabajo se discutirán estas necesidades en términos de dos áreas primordiales: fisiológicas u orgánicas y sociales.

Las necesidades fisiológicas incluyen: la necesidad de aire, comida, agua, vestimenta, albergue y un adecuado balance entre actividad y reposo. La escuela deberá tomar en cuenta estas necesidades para trabajar eficientemente con el niño. Cuando una necesidad fisiológica es ignorada, el proceso educativo se verá, usualmente, interferido.

Entre las necesidades sociales están: el amor, aceptación y pertenencia que son el resultado de las relaciones interpersonales con los compañeros y adultos.

Si existe una relación afectiva entre el maestro y el niño y éste siente que el profesor se interesa por él como individuo, saldrá muy beneficiado de dicha relación.

Otras de las necesidades sociales es el sentido de pertenencia. El niño necesita ser parte del grupo y sentirse aceptado e identificarse con otros. Gran parte de la estabilidad psicológica proviene de la relación con el grupo y el lugar que se ocupa dentro de él (Dinkmeyer, 1965).

El niño necesita que se le reconozca lo que él hace. Cuando alcanza un éxito en cualquier caso se le debe reconocer su éxito por los compañeros y adultos. Necesita sentirse capaz de aceptar responsabilidades y de tomar decisiones por sí mismo.

Conocer dichas necesidades básicas es esencial para el adecuado desarrollo del niño. La seguridad, la pertenencia, el reconocimiento, la aprobación y la independencia son la base de la salud mental del niño. En la relación, el niño debe sentirse aceptado y comprendido por lo que él es, lo que hará que se sienta libre para aceptar responsabilidades y lograr su autorrealización.

B. La Necesidad de un Programa Afectivo en la Clase

Silberman (1970) afirma que las escuelas se encuentran avocadas a una crisis. Existe una marejada creciente de descontento por parte del alumno, de los padres y de los maestros. Los alumnos están insatisfechos de los contenidos del programa escolar que se les imparte por falta de sentido de la vida real. Esto se considera como una falta de estimulación. Cuando la educación no satisface sus necesidades intelectuales, sociales y emocionales el alumno no siente pertenencia y no se identifica con la empresa que lo educa.

Continúa diciendo Silberman que los maestros se sienten incapaces de manejar la rebelión y la falta de respeto para con la autoridad y las normas. Muchas veces tienen la sensación de estar mal preparados para afrontar los desafíos que la educación de la juventud presenta en nuestra era. Quizás conozcan las asignaturas que imparten, pero no están equipados para motivar a los estudiantes en su aprendizaje. Profesan la doctrina de "educar la personalidad total del niño", pero no cuentan con los conocimientos y aptitudes para hacerse cargo de los sentimientos, actitudes y valores de éste. Sin embargo, si lo que los docentes quieren es educar, tienen que estar en condi-

ciones de controlar las emociones, los motivos y la personalidad total del individuo.

El niño ingresa en la escuela como una persona total, y se necesita maestros completos que puedan afrontar la responsabilidad de ayudar a los niños a adquirir su control emocional. El docente pleno es el que está en condiciones de relacionarse personalmente con el alumno, de empatizar con sus sentimientos y de aprovechar las emociones para infundir energía en el proceso educativo.

Si la educación tiene estas metas, deberán ser atendidos tanto el aspecto cognoscitivo como el afectivo. Brown (1971) afirma que el elemento afectivo y el cognoscitivo confluyen y no pueden estar separados en la educación. Más adelante sugiere que cuando el factor emocional se toma en cuenta en el aprendizaje, el educando cambia su comportamiento como resultado de su compromiso personal.

Krathwohl, Bloom y Masia (1964), establecen que el dominio afectivo puede determinar la forma de vida de un sujeto.

La dirección o guía y la enseñanza no pueden ir separadas de los sentimientos. Son parte del mismo proceso; los tres

aspectos son necesarios para alcanzar los objetivos de la educación y formar un ser autosuficiente, cooperativo y que puede compartir con los miembros de la sociedad en que se desarrolla, (Knapp, 1959).

"Lo básico en el aprendizaje es la emoción y no hay ningún interés intelectual que no surja de la necesidad de satisfacer algún sentimiento," (Gadner, 1965:34).

"Aparentemente no habrá ningún aprendizaje intelectual sin que exista alguna clase de sentimiento, y no hay sentimiento sin que la mente se vea implicada en alguna forma" (Brown, 1971).

Lyon (1968) sugiere que para preparar efectivamente al niño para la vida, la educación deberá tener en cuenta lo relacionado con la emoción al igual que el desarrollo cognoscitivo.

Lyon supone que para su desarrollo el niño necesita:

- (a) conocer sus sentimientos;
- (b) integrar esos sentimientos con procesos de tipo cognoscitivo;
- (c) que no le tenga miedo a sus sentimientos;
- (d) sentirse libre de culpa en relación con sus sentimientos;
- (e) ser provisto de un clima en donde pueda expresar sus sentimientos de una forma productiva.

Esto exige que el profesor forme un ambiente de aprendizaje en donde se satisfaga esas necesidades del desarrollo.

C. El Rol de la Escuela en el Desarrollo Emocional

A la par del aspecto cognoscitivo, el desarrollo emocional maduro debe ser la meta de la educación. Al efectuar el programa de la escuela, los administradores o directores deberán de tomar en consideración lo importante que es satisfacer las necesidades emocionales básicas del individuo.

El lugar donde se produce el encuentro del niño y la educación escolar formal es el aula. Aquí se puede dar un conflicto entre educar y socializar. Las potencialidades humanas se pierden en la medida que se prohíbe la creatividad y se exige la conformidad. En el aula, donde el maestro tiene sus instrumentos, necesita saber que el aprendizaje puede mejorarse si se mejora previamente el contexto psicológico. El maestro tiene que comprenderse del clima del aprendizaje que abarca todo lo que le ocurre al estudiante en el aula y fuera de ella, (Faust, 1968).

El profesor está en continua relación con los estudiantes. Sus palabras necesitan ser usadas de manera adecuada para obtener un mejor provecho de parte de los alumnos. Es conve-

niente que el profesor perciba al niño como persona y le provea una atmósfera que la ayude a pensar, actuar y sentir. Es necesario que conozca las necesidades e intereses del niño para motivarlo, animarlo y asistirlo con nuevos conceptos y destrezas.

Para que el niño logre una madurez emocional, el profesor puede darle al niño oportunidades de trabajar y actuar bajo su propia responsabilidad. En la clase el énfasis deberá ponerse en que el niño reconozca y manifieste lo que siente, al igual que las capacidades cognoscitivas que debe adquirir.

Nutrido por el proceso educativo, el niño tiene la oportunidad de tratar con sus emociones y desarrollar una salud mental óptima. De esta forma, el profesor es el guía y el facilitador de un aprendizaje fructífero y el que proporciona experiencias en la escuela primaria del niño.

III. METODOLOGIA

El que los niños aprendan a estar en contacto con sus sentimientos es una ayuda efectiva para promover su crecimiento, dicho método es una herramienta educativa válida para todos los estudiantes y es de gran utilidad a cualquier edad (Myrick, Moni y Simonis, 1973).

Se puede utilizar un salón en donde exista una amplia variedad de materiales (libros, fotos, películas) que se usen con poca supervisión o instrucción para que los niños, por medio de dichos materiales en juegos, lecturas, y dramas, aprendan a conocer cómo se sienten ellos y otras personas en diferentes situaciones; y que logren de esta forma su crecimiento personal y social (Keat, 1974).

El director u orientador puede alentar a los profesores a que produzcan o inventen sus propios métodos para enseñar a los niños a estar en contacto con sus sentimientos y que utilicen un lugar especial para este propósito en donde los materiales e ideas puedan ser compartidos por todos.

Las técnicas que aquí se utilizan son fáciles de manejar. En nueve sesiones se reúne al grupo para que tengan actividades que ayuden a que conozcan y entiendan sus sentimientos y el de los demás.

En las reuniones de grupo habrá que crear un ambiente que permita a los niños estar en contacto con sus sentimientos, que puedan integrarlos en situaciones reales de la vida, que los expresen de una forma adecuada, que no se sientan culpables de poseerlos y, como resultado, que lleguen a tener un buen concepto de sí mismos para su desarrollo óptimo.

Para crear los ejercicios o actividades que se utilizan en cada sesión se tomaron ideas de varios autores como Keat, Kindle, Anderson, Conklin, Elias, Faber, Felty, McBuffy, Schnerling, Schuh y Selkowitz (1972) cuyas proposiciones en la obra que realizaron: "Helping Children to Feel", ayudaban a cumplir con los propósitos y necesidades de este trabajo.

Algunos de los objetivos de la meteoología que aquí se propone son:

Que el niño:

1. conozca la existencia de los sentimientos,
2. sepa que los sentimientos son importantes y que son parte de uno,
3. esté en la capacidad de hacer una autoevaluación inteligente de sus necesidades,
4. sepa que todos poseemos diferentes clases de sentimientos,
5. comprenda que los sentimientos negativos, como el enojo, no son malos, perversos o inmorales y que son naturales mientras no ofendan a alguna otra persona,
6. aprenda que la forma adecuada de liberarse de dichos sentimientos es hablar acerca de ellos y sepa que algunos sentimientos pueden ser controlados,
7. sepa que los sentimientos tienen influencia sobre el comportamiento propio y que pueden afectar a otras personas.

El material que se propone se considera adecuado para los niños que sepan leer y que se encuentren en segundo, tercero y cuarto año de primaria.

A. Procedimiento

El grupo se reunirá nueve semanas, realizando una sesión por semana para dejar pasar un tiempo prudencial entre cada una. De esta manera se logra que los niños tengan la oportunidad de meditar sobre las actividades que realizaron en la sesión anterior. Las sesiones serán dirigidas por el maestro y tendrán una duración aproximada de una hora.

La autora considera que estos ejercicios son apropiados para que los niños logren reconocer y expresar sus sentimientos.

Se permitirá una gran flexibilidad en las reuniones, pero sin embargo, el patrón general seguido en cada sesión será: primero, la presentación de una idea o actividad específicas para estimular al niño hacia la discusión; segundo, una discusión de grupo; y finalmente, la introducción de la actividad para llevar a cabo la metodología para que los niños aprendan a expresar y manifestar sus sentimientos.

B. Las Sesiones

En las sesiones se seguirá el plan siguiente:

Sesión No. 1

Propósito: - El conocimiento de los sentimientos.
- Introducción en la clase en donde se les va a enseñar a reconocer y expresar sus sentimientos.

Actividades: - El juego de la Caja Mágica.
- Collage de los Sentimientos.

Al principio de la reunión, se preguntará a los niños si ellos conocen lo que significa la palabra sentimientos. Esto estimulará la discusión de grupo, y ayudará a introducirles la idea de que todos tenemos sentimientos.

Para ayudar a los estudiantes a comprender lo que son los sentimientos, se les mostrarán fotos en donde puedan identificar sentimientos tales como el amor, la alegría, la tristeza, el enojo y el miedo. Después, se les preguntará si han sentido alguna vez los sentimientos que provocan las fotos, y

que traten de identificar y especificar situaciones en las que han sentido miedo, felicidad, enojo, alegría, o cualquier otro sentimiento.

Otras actividades en esta sesión son: (1) el juego de la caja mágica, y (2) el collage de los sentimientos.

La Caja Mágica: es un simple juego tomado de actividades escolares utilizados por Brown (1971), pero en lugar de nombres de cosas animadas e inanimadas se utilizará nombres de diferentes sentimientos. Dichos nombres se colocarán en una caja y un estudiante deberá de sacar una carta al azar para que el resto de los estudiantes que estarán participando, nos cuenten alguna anécdota personal en que ellos experimentaron dicho sentimiento.

El Collage de los Sentimientos: Aquí a los niños se les enseñará a buscar y a recortar fotos que muestren varios sentimientos como felicidad, tristeza y enojo y los pegarán en un cartón.

Sesión No. 2

Propósito: - Conocer sentimientos.

Actividad: - Historia de los sentimientos.
- Hoja de reacciones.

Se comenzará la sesión leyendo una historia escrita por Cruz (1974) llamada: "La Historia de los Sentimientos" (ver apéndice B). La historia es acerca de dos niños, Juan y Miguel, que juegan fuera de la escuela. Ambos se divierten y se sienten felices. Pero, cuando surge una pelea entre ellos, se ponen tristes y enojados.

Una discusión de grupo deberá de hacerse al terminar de leer la historia para ver si los niños entendieron por qué cambiaron los sentimientos de Juan y de Miguel.

Después se les dará "La Hoja de Reacciones" a cada uno y se les dirá que marquen una X en la cara que denota sus sentimientos (ver apéndice C). El propósito de realizar esta actividad es doble: (1) para ayudar a conocer mejor el grupo, y (2) para ayudar a los niños a conocer sus sentimientos en diferentes ocasiones.

Mediante la observación directa, la maestra se dará cuenta de si, en realidad, los niños marcaron cómo se sienten. Si ve que no lo hacen adecuadamente, les puede dar una ayuda haciéndoles que piensen lo que les pasa o cómo se sienten en las diferentes situaciones que se les mencionan.

Sesión No. 3

Propósito: - Ayudar a los niños a controlar sus sentimientos de enojo.

Actividad: - Historia del Odio y de la Cólera.
- Seguir el Rastro.

Se comenzará la sesión diciéndoles que vamos a oír una historia que nos hablará de odio y enojo, la cual trataremos de dramatizar. La historia trata de ofender a otros y ser ofendido uno mismo. Esto puede estructurarlo más el profesor.

Los niños que dramaticen la historia, se pondrán nombres que les duela, como por ejemplo: "Tonto", "Lelo", "Estúpido", "Burro" o "Cuatro Ojos". Los niños se pondrán furiosos, se pelearán y se harán de enemigos.

En la reunión de grupo se hará que los niños reflexionen con preguntas tales como: ¿Qué pasa si le pegas a alguien y lo botas al suelo? Al final se harán algunas sugerencias para que el niño se haga de nuevo amigo con quien estaba enojado.

Como conclusión quedará que: "salir de los sentimientos de enojo no es tan fácil."

En la discusión de grupo se hablará de temas como:

- Es natural tener sentimientos de enojo, pero no por eso hay que dañar a nadie.
- Una de las mejores formas para salir de los sentimientos de enojo es hablar acerca de lo que te enojó.
- Nosotros podemos llegar a enojarnos con alguien y no hablarle y después volver a ser amigos de nuevo.
- Se pueden controlar los sentimientos de enojo.

Para ayudar a los niños a controlar sus sentimientos,

se les explicará la actividad llamada "Seguir el Rastro". Dicha actividad fue encontrada en un programa de guía para orientadores por Vernon (1975).

Seguirle el rastro a lo que nos molesta nos ayuda a tener algún control de nuestros sentimientos. Los pasos de esta actividad deberán ser escritos en una cartulina y se les explicará a los niños lo que deben hacer o cómo usarla (ver apéndice D).

Sesión No. 4

Propósito: Conocer los sentimientos de otras personas.

Actividad: "Kety y Piper" (véase apéndice E).

El cuento de Kety y Piper se tomó de la colección de cuentos Copo de Nieve. Los niños podrán ver en esta historia que cuando una persona ha sido herida o humillada, puede reaccionar poniéndose triste o deprimida. El propósito será que si consideramos cómo nos hemos sentido cuando nos han ofendido o herido, podremos entender cómo se sentirá la persona que está experimentando una situación parecida.

Algunos de los sentimientos de que se habla en este cuento son: la timidez, la tristeza, el miedo, la alegría, y otros (ver apéndice E).

Después de que se termine de leer el cuento se hará una discusión en grupo para ver si los niños entendieron el mensaje.

Sesión No. 5

Propósito: Animar a los niños a decirse los unos a los otros cosas positivas.

Actividad: "¿Cuáles son las buenas noticias?"
"Centro de escritura creativo".

Se les presentará a los niños un títere, "Lulú", guiado por el maestro o alguna otra persona que conozca el propósito de esta actividad.

Lulú va a desempeñar el papel de alguien que necesita ayuda, es tímida y miedosa. No le gusta salir a donde se encuentran los demás niños, (aquí estarán jugando otros títeres). Lulú escucha lo simpáticos que son los niños, y se anima a salir de su escondite.

En la discusión de grupo se les hará preguntas como: ¿Qué nos indica la actitud de Lulú?, y se les darán explicaciones diciéndoles que la conducta de Lulú nos indica que nos sentimos seguros cuando sabemos que la gente es agradable y no nos quiere hacer daño.

Se animará a los niños a que observen el comportamiento positivo de sus amigos en la clase, para que después lo escriban en un pequeño papel y lo metan dentro de "La caja de las buenas noticias".

Otra de las actividades, creada por la autora, "Centro de escritura creativo", consiste en tres cajas: una marcada con el nombre de "Sentimientos", la otra, de "Personas" y la última, de "Actividad". El estudiante deberá seleccionar una de las cartas colocadas en cada caja y crear una historia que incluya la información obtenida de las tres cartas, (ver apéndice F). Esto se hace con el propósito de ayudar a los niños a reconocer sentimientos y manifestarlos.

Sesión No. 6

Propósito: Conocer las expresiones de los sentimientos.

Actividad: "Mostrar nuestros sentimientos" (Role Playing).

La reunión se comenzará haciéndoles preguntas a los niños, tales como: Pueden decirme cómo se sienten los demás con sólo mirarles a sus caras, o por la posición de sus manos, ¿Qué sientes tú cuando estás contento, triste o enojado?, ¿Qué haces?

La persona que esté efectuado este ejercicio con los niños, deberá de hacer mímicas de dichos sentimientos con expresiones faciales y movimientos del cuerpo. Algunas personas muestran su alegría moviendo sus manos en alto y gritando, mientras que otros sólo ríen.

A los niños se les dejará el papel de mostrar algunos sentimientos usando expresiones y actuaciones, mientras se cuenta una historia en donde exista alegría, tristeza, enojo, preocupación y dolor.

Otra idea en que se hará énfasis durante esta reunión es la de hacerles ver que nuestros sentimientos cambian. Podemos tener sentimientos diferentes durante el mismo día. Para ilustrar este concepto, un disco de madera titulado "Nuestros sentimientos cambian" se colocará en una pared de la clase (ver

apéndice G). La idea de este juego se tomó del libro de Gumaer: "Affective Education through Role Playing (1975).

El disco está dividido en varias secciones con nombres de sentimientos en cada una. Una flecha se le colocará en el centro del disco. A los niños se les debe de instruir para que muevan la flecha de acuerdo a los sentimientos que experimenten durante las sesiones.

Sesión No. 7

Propósito: Ayudar a los niños a enfrentarse con los miedos imaginarios y reales.

Actividad: "¿Quién tiene miedo?", (cuento)

Habrá que hacer una historia que provoque miedos imaginarios y reales. Se intentará mostrar que esos miedos son compartidos por mucha gente; para que los niños sepan que el miedo es una experiencia común.

Algunas de las preguntas que se pueden usar para la discusión de grupo son:

- Cuéntenme alguna experiencia en la que experimentaron miedo. ¿Qué pasó?.
- ¿Existe un lugar al que ustedes no van porque les da miedo?
- ¿Creen ustedes que los monstruos y las brujas realmente existen?
- Decirles que hay cosas a las que se debería evitar por temor a que les pase algo, como por ejemplo el fuego, los vidrios rotos.

Sesión No. 8

Propósito: Ayudar a los niños a expresar lo mal que se sienten cuando creen que no son amados por sus padres.

Actividad: "Tú ya no me amas", (cuento).

Un pequeño resumen del cuento es el siguiente: Ana y José fueron castigados y fueron enviados a su cuarto por su madre. Cuando papá llegó a casa les preguntó si sabían por qué

habían sido castigados y contestaron que era porque ya su mamá no los quería. Para enseñarles que si los padres castigan a sus hijos es porque los aman. El señor Morales les hizo ver cómo ellos regañaban a su perro cuando se cruzan la calle y viene un carro, lo que ellos no quieren es que les pase algo al perro, (ver apéndice H).

Esta historia ayudará a los niños a expresar lo mal que se sienten cuando creen que no se les ama. También les ayuda a comprender qué es lo que les causa dicho sentimiento.

Sesión No. 9

Propósito: Ayudar a los niños a entender lo importante que es el conocer sus sentimientos.

Actividad: El libro de los sentimientos (ilustraciones).

Ya que ésta va a ser la última reunión, se revisará lo aprendido en las sesiones anteriores. Para este propósito se utilizará láminas que muestren diferentes emociones.

Se comenzará la sesión diciéndoles que haremos "El jue-

go de las adivinanzas". Se les mostrarán algunas láminas y ellos tendrán que adivinar qué sentimientos están ilustrados en cada una de ellas.

Lo que se desea es que los estudiantes estén en la capacidad de entender lo importante que es conocer sus sentimientos.

Después se deberá hacer una discusión en grupo que siga los siguientes lineamientos:

- Los sentimientos son importantes. Son parte de uno. Son reales.
- Es importante conocer nuestros sentimientos y expresarlos de una manera socialmente aceptable.
- Los sentimientos influyen en nuestro comportamiento.
- Conocer nuestros sentimientos nos ayuda a comprender más a otra gente.
- La gente mayor, tanto como los niños, tienen emociones que los hace sentir bien o mal.

Al final de la reunión se les entregará a los niños un cuestionario (apéndice I), para conocer qué les parecieron todas las actividades que realizaron en las nueve sesiones y si cumplieron el propósito del trabajo.

BIBLIOGRAFIA

- Adler, A. Understanding Human Behavior. New York,
1927 Harcourt, Brace & World, Inc. 265 pp.
- Anastasi, A. Psicología Diferencial. Madrid, Editorial
1966 Aguilar
- Bischof, L. Interpretación de las Teorías de la Personalidad.
1975 México, Editorial Trillas.
- Bloom, B. Stability and Change in Human Character.
1964 New York, Wiley & Sons, 252 pp.
- Brown, G. Human Teaching for Human Learning, an introduc-
1971 tion to confluent education. New York
Viking Press
- Buchholtz, E. Psychology in the Schools, the proper study for
1974 children: children and their feelings.
New York, Viking Press. 10 pp.
- Cadwell, E. Elementary School Guidance and Counseling.
1966 New York, Viking Press. 36 pp.
- Cirigliano, G. Dinámica de Grupos y Education. Buenos Aires,
Villaverde, A. Editorial Humanistas. 238 pp.
1966
- Cronbach, L. Psicología Educativa. México, Editorial Paidós.
1964 64 pp.
- De Malton, L. Compendio de Didáctica General. Buenos Aires,
1963 Editorial Kalepuz. 147 pp.
- Dinkmeyer, D. Child Development, the emerging self.
1965 New Jersey, Prentice-Hall, Inc. 512 pp.
- Dinkmeyer, D. Developing Understanding of Self. Minnesota;
1970 American Guidance Center, Circle Pines. 20 pp.
- Dinkmeyer, D. El Consultor Psicopedagógico en la Escuela.
Carlson, J. Buenos Aires, Editorial Guadalupe. 378 pp.
1965
- Faust V. The Counselor-Consultant in the Elementary
1968 School. Boston, Houghton & Mifflin, 103 pp.

- Gadner, D. Feeling and Learning. Washington, D.C.,
1965 Association for Childhood Education. 34 pp.
- Gumaer, J. Affective Education Through Role Playing.
1975 New York, Personal and Guidance Journal. 604 pp.
- Hillebrand, M. Psicología del Aprendizaje y de la Enseñanza.
1964 Madrid, Editorial Aguilar.
- Jersild, A. Psicología del Niño. 5ta. Edición. New Jersey,
1960 Prentice-Hall. 306 pp.
- Kagan, J. Birth to Maturity. New York, Wiley & Sons.
Moss, H. 95 pp.
1962
- Keat, D. Fundamentals of Child Counseling. Boston,
1974 Houghton & Mifflin. 207 pp.
- Keat, D.; Anderson B.; Helping Children to Feel. A Guide to
Conklin, N.; Elias, R.; Effective Curriculum Materials for the
Faber, D.; Felty, S.; Elementary School. Pennsylvania, State
McDuffy, G.; College: Counselor Education Press.
Schmerling, G.;
Schuh, C.; L. Selkowitz (1972)
- Knapp, R. Guidance in the Elementary School. Boston,
1959 Allyn & Bacon. 111 pp.
- Krathwohl, D.; Taxonomy of Educational Objectives, Affective
Bloom, B. y Domain. New York, David McKay. 425 pp.
Masia, B. (1954)
- Limbacher, W.; Dimensions of Personality. Pennsylvania,
1969 Counselor education press.
- Lowenfield, V.; Desarrollo de la Capacidad Creadora. Buenos
L. Brittain Aires, Editorial Kapeluz. 372 pp.
1973
- Morse, W.; Psicología Aplicada a la Enseñanza. México,
G. Wingo (1955) Editorial Pax, 122 pp.
- Nervi, R.; La Práctica Docente y sus Fundamentos Psicodidác-
1969 ticos. Buenos Aires, Editorial Kapeluz. 136 pp.
- Schultz, C.; Happiness is a Warm Puppy. New York, Scholastic
1970 Book Services.

APENDICE A

Lista de sentimientos para: "El juego de la Caja Mágica"

TRISTEZA

ANSIEDAD

MIEDO

DEPRESION

ALEGRIA

AMOR

SOLEDAD

COLERA

ORGULLO

CELOS

FRUSTRACION

APENDICE B

"La Historia de los Sentimientos"

(Títeres)

Una diagonal (/) en la historia, nos indica una pausa de 6 a 10 segundos, para que los títeres entren en acción.

Materiales: Un títere niña y dos títeres niños.

El cuento: Juan y Miguel estaban afuera jugando con sus compañeros de clase en la escuela. Se subieron primero al resbaladero. -¡Sígueme!- gritó Juan. Miguel se sube detrás de Juan al resbaladero. / Juan y Miguel gritan y rien mucho. ;Qué divertidos estaban! ;Qué felices se sentían! /

María los miraba subirse al resbaladero. A ella le gustaba muchísimo hacerlo, pero María se había quebrado un brazo y su mamá le había dicho que no jugara afuera. Y a María sólo le quedaba mirar. Se sentía sola y triste. / Juan miró a María y supo que estaba triste. - Ven, María, ven y sentémonos aquí, te mostraré mi nuevo libro -. Pronto, Juan le ayudó a María a sentirse mejor y feliz.

Después, Juan y Miguel regresaron al gran resbaladero. / Suum...! Se fueron para abajo! / - Resbalémonos de nuevo - dijo Miguel. Juan siguió a Miguel a la punta del resbaladero. Miguel, entonces, se resbaló! ... Ahora era el turno de Juan. Cuando Juan llegó a la punta, miró hacia abajo. Era un gran recorrido hasta el final. Se miraba demasiado lejos. Juan se sentó arrepentido y se agarró fuertemente. - Ven, miedoso - le gritó Miguel. Sí, en realidad Juan tenía miedo de subirse a aquel gran resbaladero. Estaba demasiado lejos el final. Juan se volteó de espalda y ... Zuum!, Juan se resbaló al estilo antiguo. /

-¡Pero hombre ... eres un cobarde!- dijo Miguel cuando Juan aterrizó. -¡No lo soy! - dijo Juan. - Sí lo eres - repitió Miguel. - El es un miedoso! ... ¡Juan es un cobarde!-... gritaba Miguel. Juan gritó de nuevo: - No lo soy-, y entonces le pegó a Miguel fuertemente. Y antes de que se dieran cuenta, ya estaban peleando.

Entonces, vino el profesor, paró la pelea y se quedó viendo a los niños. -¡El me gritó "cobarde"! - dijo Juan. - No me gusta que me digan cobarde-.

- Se pone uno muy enojado cuando le dicen así - replicó el profesor. Y mirando a Juan, le preguntó: - Te sientes enojado ahora, no?

APENDICE C

Hoja de reacción

Significado de cada carita:



ALEGRE



TRISTE



SERIO



ENOJADO

Marca una X en la cara que denota tu sentimiento

CUANDO VENGO A LA ESCUELA ME SIENTO:



MUCHOS DE LOS NIÑOS SE SIENTEN CONMIGO ASI:



ASI ES COMO YO ME SIENTO CUANDO LEO:



ASI ES COMO YO ME SIENTO CUANDO ESTUDIO MATEMATICAS:



ASI ES COMO, ORDINARIAMENTE, YO ME SIENTO CONMIGO MISMO:



ASI ES COMO MI FAMILIA SE SIENTE CONMIGO LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO:



ASI ES COMO YO ME SIENTO CON LOS NIÑOS DE MI CLASE:



ASI ES COMO ME SIENTO CON MI ESCRITURA:



ASI ES COMO ME SIENTO POR LA FORMA EN QUE YO LUZCO:



ASI ES COMO ME SIENTO CUANDO LA PROFESORA ME HABLA:



ASI SE SIENTEN LOS NIÑOS CON MI FORMA DE COMPORTARME:



ASI SE SIENTE MI FAMILIA CON EL TRABAJO QUE LLEVO A CASA:



ASI ES COMO SE SIENTE, GENERALMENTE, MI MAESTRA CON MI TRABAJO:



ASI ME SIENTO YO, CASI SIEMPRE, CON MI TRABAJO:



ASI ME SIENTO CUANDO MI MAESTRA ME LLAMA:



ESTAS SON LAS COSAS QUE ME PONEN FELIZ:

APENDICE D

"Seguir el Rastro"

PASOS:

Cuando no te sientes bien, dite a tí mismo:

1. "Estoy triste, estoy enojado", o algo que exprese lo que sientas.
2. ¿Por qué estoy triste? ¿Por qué estoy enojado?, o ¿por qué tengo este sentimiento? ¿Qué me provoca este sentimiento?
3. Ahora, ¿qué puedo hacer al respecto? ¿Qué alternativa tengo para manejar esta situación?
4. ¿Qué puedo hacer de diferente, en el futuro, para manejar esta situación?

NOTA: De las preguntas incluidas del 2 al 4, trata de responderlas.

APENDICE E

"Kety y Piper"

Una vez más llegaba la primavera a los hermosos valles cubiertos de árboles.

Keti, una alegre ardillita, sale de su refugio, un poco soñolienta, pero feliz porque había llegado la buena estación.

Cuál no sería su asombro, cuando allí mismo, sobre la hierba húmeda de rocío, vió una magnífica pelota de un bello color rojo. ¡Qué ilusión!

Al momento comenzó a jugar con inmensa alegría. La pelota saltaba como si tuviera vida. De pronto oye una vocesita que decía:

- Ardillita... ardillita: ¿me dejas jugar contigo?

Kety miró detrás de un tronco y... ¿qué creen que vió? Un montoncito de plumas amarillas, con un pico y dos patitas rojas...

- Oye... y tú ¿quién eres?, preguntó.
- Soy Plumabella, un pequeño patito y quisiera jugar con tu pelota.

La ardilla se rió mucho del patito y, después, ya seria, le dijo:

- ¿No te averguenzas de querer ciertas cosas? Eres pequeño, no sabes correr, ni eres ágil como yo. Así que quítate de enmedio...

El pobre Plumabella agachó la cabeza y, humildemente, se apartó para no estorbar a la ardilla y ésta le dió una patada y lo tiró cerca del estanque. Plumabella, con miedo, se escondió detrás de una roca.

De repente, Keti lanzó la pelota muy alta, rebotó en una rama y cayó al estanque.

Figuraos el disgusto de la ardilla al quedarse en la orilla sin saber qué hacer. ¿Ya saben ustedes que las ardillas no saben nadar?..

Keti tuvo una idea y acudió al viejo Píper que vivía en lo alto de una montaña.

- No hace falta que me contéis nada - le advirtió el sabio del bosque. Lo sé todo, lo he visto todo... Quién puede ayudarte es Plumabella, el patito que despreciaste y al que no dejaste jugar contigo.

Keti corrió detrás de Plumabella. Lo halló detrás de la misma piedra.

- ¿Es verdad que sabes nadar?

- Un poco... - repuso tímidamente Plumabella.

- ¿Puedes traerme la pelota? Se ha caído al estanque...
Como premio, podrás jugar conmigo siempre que quieras...
¿Trato hecho?

Imaginaos la alegría del pequeño patito, el cual corrió veloz hacia el estanque, se zambulló en el agua y, a picotazos, trajo la pelota hasta la orilla, y la ardilla y el patito aplaudieron con entusiasmo.

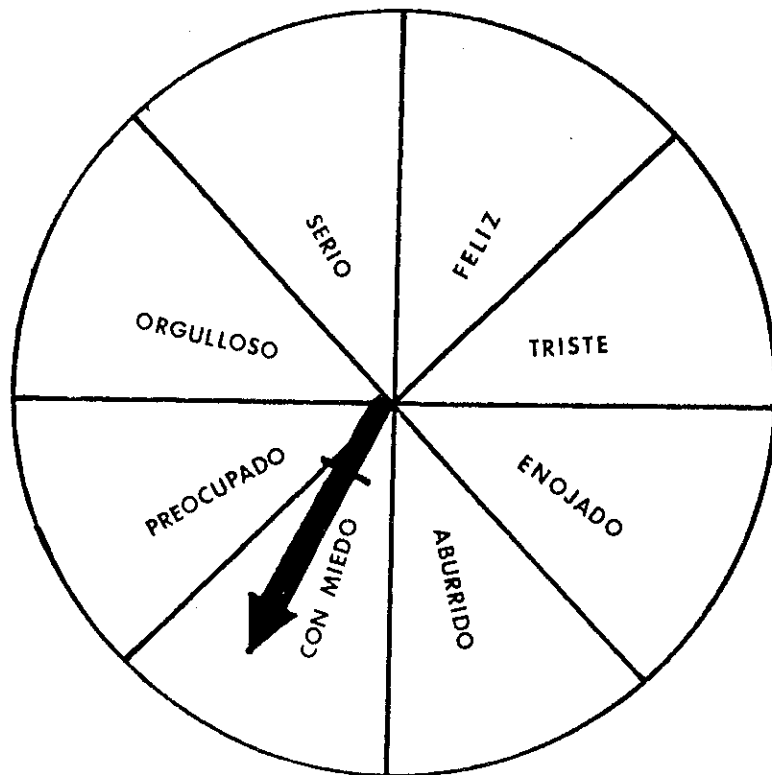
APENDICE F

CENTRO DE ESCRITURA CREATIVO

<u>"SENTIMIENTO"</u>	<u>"PERSONA"</u>	<u>"ACCION"</u>
Tristeza	El Profesor	Romper vidrios
Ansiedad	Papá	Caerse
Miedo	Mamá	Perder dinero
Lástima	Hermana	No poder ir
Alegría	Hermano	Botar agua
Amor	Vecino	Insultar
Soledad	Policía	Recriminar
Depresión	Cartero	Reir
Cólera	Enfermera	Ir a una fiesta
Orgullo	Bombero	Ir al Zoológico
Celos	Empleada	Ir al parque
	Niño	Jugar
	Niña	Compartir un dulce
	Vendedor	Hacer un buen trabajo
	Estudiante	Jugar con amigos

APENDICE G

NUESTROS SENTIMIENTOS CAMBIAN



APENDICE H

"Tú ya no me Amas"

Ana y José jugaban muy contentos en el parque con sus palomas porque aquel año habían aprobado matemáticas, con un gran sobresaliente cada uno.

Aquella misma tarde llegaron a casa unos amigos provistos de guitarras eléctricas y otros instrumentos, con los que se proponían celebrar el acontecimiento.

Ana corrió a abrirles y fue avisar a José que continuaba con sus palomas.

- Vamos, José, deja las palomas y empecemos la fiesta.
- Ahora mismo - replicó éste, y la música empezó a sonar.
- Oh, chicos! bailaré hasta cansarme - dijo Ana, saltando de gozo.

Así, todos muy yé-yés, bailaron incansablemente. Y entre la estruendosa música de las guitarras eléctricas y los gritos de alegría, olvidaron por completo sus otros exámenes.

Cuando más animada estaba la fiesta, la mamá de Ana y José entró al cuarto donde hacían la fiesta y exclamó:

- Queridos amigos... pueden apagar la música y ponerse todos a estudiar ...

No hicieron caso y seguían con la música y el baile. Entonces Doña María entró y les desconectó las guitarras diciéndoles a los amiguitos que se tenían que ir a sus casas porque Ana y José tenían que estudiar.

- ¡Llega papá! - exclamó Ana que estaba en el cuarto de estudios.

El papá ya sabía que los niños estaban castigados y les dijo:

- ¡Hola Ana! ... ¡Hola Juan! ¿Saben por qué están castigados?
- ¡No! ... - contestaron. Es que mamá ya no nos quiere y no nos deja divertirnos.
- ¿Qué hacen ustedes cuando su perrito Gufo se suelta de la correa de la que lo tienen amarrado y cruza la calle solo? - les preguntó el señor Morales. - Lo regañan... ¿no? .. ¿Por qué lo hacen?.

- Para que no lo mate un carro - respondieron los niños.
- Ya ven, lo regañan porque lo quieren y no les gustaría que lo atropellara un carro - replicó el papá. Los padres regañan a los hijos cuando no quieren hacer lo que es bueno para ellos.

APENDICE I
CUESTIONARIO

1. - Disfrutaste las reuniones del grupo?
SI _____
NO _____
DUDOSO _____

2. - Te ayudaron a conocer más tus sentimientos?
SI _____
NO _____
DUDOSO _____

3. - Te ayudaron a entender el sentimiento de los otros?
SI _____
NO _____
DUDOSO _____

4. -Cuál de las actividades que hicimos te gustó más?
DRAMATIZACION _____
CUENTOS _____
FOTOS _____
OTROS _____

5. -Cuál de las actividades que hicimos te gustó menos?
DRAMATIZACION _____
CUENTOS _____
FOTOS _____
OTROS _____

6. - Tuviste la oportunidad de trabajar en todos los ejercicios?

SI _____

NO _____

7. - Te gustaría volver a tener actividades como ésta otra vez?

SI _____

NO _____