

**¿CÓMO SE SIENTE UNA EMOCIÓN?
APORTES PEDAGÓGICOS PARA EL RECONOCIMIENTO, LA
IDENTIFICACIÓN Y LA REGULACIÓN EMOCIONAL POR MEDIO DEL ARTE
CON LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA ESCUELA PRIMARIA EL PUEBLITO EN EL
RESGUARDO DE GUAMBIA**

SAMANTHA RODRÍGUEZ HERNÁNDEZ

**TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE LICENCIADA EN
EDUCACIÓN COMUNITARIA**

**Asesor trabajo de grado:
SEBASTIÁN GUILLERMO BORBÓN DE NARVÁEZ**

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
FACULTAD DE EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN COMUNITARIA CON ÉNFASIS EN DD. HH.
Noviembre de 2024**

Dedicatoria

A mis estudiantes de la Escuela Primaria Santa Helena y la Escuela Primaria El Pueblito que llegaron a mi vida en el momento en que más los necesitaba. Gracias por enseñarme que ser maestra fue la mejor elección de mi vida.

Tabla de contenidos

1. Bienvenidos al mundo de las emociones	5
2. Perdón, pero ¿y qué es Silvia?.....	8
2.1 ¿Qué hay en esta parte del mundo?	9
2.1.1 ¿Qué tenemos aquí?.....	10
2.1.2 Caminando por otro mundo	10
2.1.3 Las venas azules de Silvia	12
2.1.4 ¿La Suiza de América o la Silvia de Europa?	13
2.2.1 Esto nos hace ser	14
2.3 ¿Cómo aprendemos a ser?	15
2.3.1 ¿Qué es ser profe aquí?.....	16
2.3.2 Lo propio, lo único y lo de adentro.....	17
3. Algo incómoda.....	19
3.1 Hablar es un tema de todos.....	19
3.2 ¿Aún recuerdas tu infancia?	19
3.2.1 Aquí no todo es perfecto.....	20
3.2.2 ¿La mente se cuida en Comunidad?.....	22
3.2.3 ¿Y cómo podemos construir?	23
3.3 Una pregunta, una propuesta y tres formas de hacerlo	23
3.3.1 Una pregunta (pregunta problema)	24
3.3.2 Una propuesta (objetivo general).....	24
3.3.3 Tres formas de hacerlo (objetivos específicos).....	24
4. ¿Qué se necesita saber para estar aquí?	25
4.1 Hablemos del tipo de investigación: (Investigación Cualitativa).....	25
4.2 ¿Cuál es el cómo de la investigación? (Apuesta pedagógica).....	26
4.2.1 Laboratorios de creación	27
4.3 Pedagogía del aula al Cauca (Fundamentación metodológica)	28
4.4 Cinco conceptos a tener en cuenta (Conceptos de entrada)	30
4.4.1 Infancias y niñez.....	30
4.4.2 Reconocimiento Emocional.....	32
4.4.3 Técnicas de cuidado	33
4.4.4 Regulación emocional	34
4.4.5 Mediación artística	36

4.5 Como y desde que lugar se analiza la emoción (técnicas de recolección de la información) ..	37
4.5.1 Laboratorios de creación:	38
4.5.2 Actividades de desarrollo creativo:.....	39
Se	39
4.5.3 Observación participante:	40
4.6 Trabajemos con (Población)	41
4.7. El orden del trabajo emocional (fases metodológicas).....	42
4.7.1 Fase 1 ¿Cómo me emociona una emoción?	42
4.7.2 Fase 2 El teatro de la emoción	43
4.7.3 Fase 3 Así me muestro yo.....	44
5. Así se vive el Cauca	46
5.1 Escapar para sentirse bien	46
5.2 ¿Para qué volvimos?.....	50
5.3 Algo que no se borre de su mente.....	53
6. ¿Cómo fue que se vio este mundo?	56
6.1 ¿Qué pasa antes de llegar a ver por qué?	56
6.2 Expresar sin hablar	60
6.3 Volvamos al espacio en donde está bien no estar bien	62
7. ¿Qué nos llevamos de todo esto? (conclusiones)	65
8. Bibliografía	68
9. Anexos	70

1. Bienvenidos al mundo de las emociones

En este trabajo no existen las fronteras o los límites, no hay formas correctas o incorrectas de leerlo, de verlo o de meditar en sí mismo. No se tiene que estar de acuerdo con él, solo se invita a abrir la mente, abrirla al más allá; lejos de la comodidad de la ciudad, del privilegio de la tecnología, de la mentalidad del docente que con medios y uniforme llega a cumplir con su labor de enseñar. Se solicita hacer caso a la ilusión y la pasión, a ver con los ojos de un niño, con la ilusión de no saber que se aproxima, de pensar que la vida se sana con una carrera, un trompo o un balón. Se le invita al lector a recordar su infancia y preguntarse antes de dar inicio. ¿Cómo me hubiera gustado sentir la vida cuando era un niño?

Antes de esto es importante hablar sobre ¿En dónde converge esta historia?, ¿cómo nace esta idea?, como se piensa que de todos los problemas posiblemente abordados el reconocimiento, cuidado y la regulación emocional se deben afrontar de forma casi inmediata en un territorio que desde lo ancestral se idealiza la vida, en donde la naturaleza expresa, el viento, el río, las montañas, el fuego y la tierra hablan, ¿Por qué no hablan las infancias? ¿Cómo nos habla la adultez del mismo territorio? ¿Cómo lograr expresar lo que no se habla? Pero, antes de llegar a dar la respuesta a esto, es de vital importancia reconocer el lugar en donde estamos.

Inicialmente en el desarrollo de esta investigación direccionada a la construcción creación de material pedagógico, se busca guiar las formas en que desde lo comunitario se entiende el cuidado a la salud mental, resaltando el papel de lo individual y optando por una creación en colectivo que permita validar los procesos emocionales de manera persona, ayudando a facilitar los mismo por medio del arte. Es imprescindible reconocer el papel de la Universidad Pedagógica Nacional, lugar en el cual no solo se centra el aprendizaje y el desarrollo del pensamiento pedagógico, también, se puede hablar de este como un espacio de habitad estudiantil que, desde la perspectiva de cuidado emocional, establece diversos parámetros en donde se amplía el campo de socialización en torno al

diálogo, buscando proponer diferentes espacios o mecánicas direccionadas a las diversas perspectivas que se pueden generar direccionadas al cuidado de la salud mental.

Así mismo en temas de cuidado se debe establecer de manera notable el papel que dentro de la Universidad toma la Licenciatura en Educación Comunitaria con Énfasis en Derechos Humanos. Desde las apuestas ético-políticas que buscan fortalecer el tejido social por medio de los diversos vínculos territoriales, resaltando la diversidad y postulando la pedagogía por medio de la solidaridad en el aula de clase. Fomentando el reconocimiento de las diferentes formas de pensamiento, desde el autocuidado y co-cuidado. Para impulsar estas apuestas sociales, esta investigación reconoce lo comunitario como el tejido de luchas y procesos individuales que pueden unificarse y mediarse en el desarrollo en diferentes espacios y poblaciones. Esta investigación no solo se centra desde la apuesta de la licenciatura, también promueve por medio de la línea de investigación Arte, comunicación y cultura los procesos en colectivo que aporten a la creatividad artística de las diferentes comunidades. Generando un proceso transformativo que contemple las problemáticas del territorio y a su vez promueva propuestas alternativas que aporten a la construcción en conjunto.

Dentro del marco aplicativo de esta propuesta se es necesario evidenciar que durante el trabajo pedagógico realizado en el periodo de marzo de 2023 a septiembre de 2024, en los cuales, y por medio de los mismos, se establecieron los diferentes procesos socio emocional que se dan en el territorio con los niños y niñas de la escuela primaria El Pueblito entre la edad de 7 y 9 años. Esto, con la finalidad de evidenciar la importancia del reconocimiento y la regulación emocional en la infancia. Para impulsar el proceso de identificación mediado por el arte como forma de representación sensorial y tangible, en donde se logre evidenciar la relación del entorno y los aspectos que llevan a la detonación emocional.

En los diferentes aspectos del aprendizaje y como se nombraba anteriormente, es imprescindible resaltar no solo los espacios de crecimiento académico, sino también el

espacio de crecimiento personal, laboral y social. Se es necesario reconocer el espacio en donde se lleva a cabo esta propuesta investigativa, que consta sobre el proceso desarrollado y vivenciado en el Departamento del Cauca, municipio de Silvia, resguardo de Guambia perteneciente a la comunidad Misak, vereda el pueblito y la escuela primaria El Pueblito, mágico lugar que, entre las montañas y los ríos, saluda de forma cordial al sentimentalismo implícito en el ambiente, abriendo paso al enigma del pensamiento, que desde sus entrañas abre sus puertas y mente a visitantes, docentes, estudiantes e investigadores. Aportando conocimiento y aceptando propuestas transformativas; aquí, y solo aquí se ubica este trabajo de grado.

2. Perdón, pero ¿y qué es Silvia?

Tras la visita al municipio de Silvia en el departamento del Cauca. Se identificaron ciertas dinámicas territoriales desarrolladas no solo en el centro urbano del municipio, sino más exactamente en las veredas de La Campana y la Vereda el Pueblito. El punto de enfoque se ha situado en esta zona, ya que fueron las habitadas, principalmente, durante la estadía en el territorio.

Siguiendo con esta línea se recogió la información a través de diversas formas, entre ellas, resaltaron la observación participante y las entrevistas con actores de la comunidad, como el profe Miguel, don Didier, el concejal de Silvia, don Luis Gerardo, etc. Gracias a esto, se logró centrar el contexto social y educativo del territorio, estableciendo las diferentes necesidades evidenciadas en el contexto social.

Es necesario reconocer que, como primer acercamiento al territorio, se llevó a cabo la constitución de una biblioteca comunitaria en conjunto al Colectivo de Investigación Emergente, en el espacio de la Escuela Primaria El Pueblito. La comunidad, al ser tan unida y cálida, expreso su interés en la consolidación de este espacio, y expreso su gran intereser por desarrollar diversos proyectos que puedan surgir alrededor de las mismas, estableciendo así un amplio campo de acción e intervención desde el énfasis comunitario, la práctica educativa y las necesidades de apoyo social.

Teniendo esto en cuenta y como resultado de este primer encuentro se logra delimitar el territorio buscando generar una oportunidad de profundizar en distintos aspectos, no solo abarcando el departamento del Cauca, ni Silvia como municipio perteneciente al mismo, sino delimitando el acercamiento a este direccionado al trabajo con comunidades indígenas que habitan en esta misma zona más exactamente en el resguardo de Guambia, en el cual se ubican distintas veredas, entre estas, las anteriormente mencionadas como lo son La Campana y El Pueblito, lugares que enmarcan y resaltan el trabajo comunitario desde la esencia que radica en el territorio y la que hace de Silvia, Silvia. Para así, por medio del

contexto territorial, el trabajo en conjunto, y la perspectiva atraída del mismo, poder dar voz a aquellos gritos silenciosos de una comunidad que logra sobresalir en medio de ruido social.

Aquí no solo se encontrará desde una perspectiva propia un vistazo a lo que es este lugar, una apertura de puerta a las entradas del Cauca y su paso por el municipio de Silvia hasta llegar al resguardo y en él sus hermosas veredas en donde se sitúa este trabajo de grado, también se leerán las voces de los pobladores que expresaron maravillados su hogar, su alma mater y nos llevaron por caminos que ahora ustedes por cada una de estas páginas deberán de recorrer.

2.1 ¿Qué hay en esta parte del mundo?

Frío de la altura Andina

En las alturas de Silvia, en el bello municipio del Cauca, reposa un clima que acaricia las montañas andinas con su aliento fresco. Allí, donde los vientos danzan entre los valles y las cumbres, se despliega un frío que teje historias de misterio y encanto. Durante el día, el sol derrama su luz cálida sobre la tierra, abrazando las calles y las almas que pasean por ellas. Las temperaturas, tímidas y juguetonas, se mecen entre los 15 °C y los 25 °C, regalando susurros de tibieza a aquellos que dejan que el sol acaricie sus mejillas, el frío acude a su cita con la noche. Con galantería, envuelve la atmósfera en un abrazo fresco y tierno. Las temperaturas, como artistas nocturnos, se deslizan hacia abajo, marcando su compás a ritmo de estrellas y luceros. En la altura andina de Silvia, la madre naturaleza gusta de desplegar su paleta de colores y susurra versos en cada cambio de estación. Los días pueden traer consigo pinceladas de lluvia y neblina.

Este frío de la altura andina en Silvia, Cauca, Colombia, es parte del lienzo que pinta la vida en estas tierras. Sus habitantes, conocedores de sus secretos, saben abrigar sus sueños y sus corazones. Se visten con ponchos, sombreros y chumbes; prendas tejidas con paciencia y amor, envolviéndose en el abrazo cálido de la comunidad.

2.1.1 *¿Qué tenemos aquí?*

Desde las grandes e imponentes cordilleras, hasta el valle que se crea entre las mismas, encontramos en las alturas donde las nubes tocan la punta de las casas que habitan sobre la cima de las montañas, la brisa fría, la tierra grande y protegida. Justo ahí, se asoma el bello Cauca. Lugar mágico en donde su interior esconde grandes muestras de conocimiento y sabiduría. Un bello espacio que, apartado de lo cotidiano, da un respiro al profundo sentimiento de desespero que generan las grandes ciudades. El municipio de Silvia no solo es la cabecera municipal, y cuenta con la mayor concentración de infraestructuras y servicios. El trabajo y el poder gubernamental se ven en las manos de quienes aquí se ubican; también, es ese sitio se inculca y esparce el conocimiento, ya que posee en sí, las principales instituciones educativas y de salud.

En su amplio abrigo, constituye las grandes esencias del nido del ser, guarda entre sus calles caminos y veredas. Seis resguardos que según las palabras de sus habitantes están llenos de sabiduría ancestral, mostrando las raíces en el núcleo de la historia misma, desde los cultivos del pueblo Ampiuile (Resguardo de Ambaló), pasando por la laguna de Kisgo (resguardo de Kisgo). Mirando hacia el norte con el resguardo de Pitayó y por las vertientes onduladas de la Cordillera que decoran el relieve en el resguardo de Quichaya, contemplando así la cuenca del Alto Cauca en el Resguardo de Tumburao y resaltando la conservación de tradiciones y lenguaje de los Guámbianos.

2.1.2 *Caminando por otro mundo*

Al adentrarnos en los caminos de Silvia, tuvimos la oportunidad de conocer y trabajar en dos grandes veredas: vereda La Campana, y la vereda El Pueblito. Sin embargo, la gravilla que guarda las huellas del recorrido de muchos antes conocedores y trabajadores, nos llevará a distintos lugares.

Así, el norte nos lleva directo a Ambaló, cuyo nombre corresponde a uno de los resguardos indígenas más grandes y presentes en el municipio. Mientras que su camino hacia el noreste nos direcciona a chocar con dos grandes lugares: Kisgo y su laguna, que es considerada como un sitio sagrado por los habitantes de la región, y Guambia, un resguardo indígena



Mural sin autor (Silvia, Cauca, 2023)

presente en la zona y perteneciente a la comunidad Misak. Comunidad que es reconocida por su rica herencia cultural, sus distintivos atuendos tejidos a mano por en su mayoría las mujeres Misak, en los cuales los protagonistas son los colores azul y negro, la lucha por la preservación de las tradiciones ancestrales y la conservación de la lengua materna Namtrik. Esta comunidad tiene como fuente principal de ingresos la siembra, la pesca y las relaciones entre entidades por la misma (trucha). (Organización Nacional Indígena de Colombia (ONIC). (Dakota del Norte). Guambiano). Con alrededor de 160 estaciones piscícolas, este resguardo cuenta con más de 19.000 habitantes y es reconocido legalmente como una entidad territorial para la protección y preservación de la cultura y las tradiciones ancestrales. Continuando con la línea del recorrido por la vida, en dirección al sureste en la cuenca del alto Cauca, donde la brisa es fría, y la noche cobija la frescura del viento en una seca caricia a la piel, que cubierta por sacos y gorros siente pasar un hilo delgado de humedad, se encuentra Tumburao, una vereda que es mayormente habitada por la comunidad Nasa. Y así, mientras más nos seguimos adentrando, al suroeste, encontramos Alizal y Pitayó, por último, y siguiendo con este camino hacia el este, quien quisiera conocer el bello cauca chocaría con Quichaya. (Organización Nacional Indígena de Colombia (ONIC). (Dakota del Norte). Guambiano)

2.1.3 Las venas azules de Silvia



Lago el margarital (Silvia, Cauca 2023)

En el dominio de la prominente tierra, Silvia le abre paso al torrente por cuyos cauces corre la vida, qué helada, baja pura y limpia de la imponente cordillera, pasando por los ríos, llena de fuerza e impetuosa comienza a tomar su lugar, Abriendo paso a lo largo y ancho de las construcciones del hombre. Así como el árbol, qué frondoso extiende sus ramas, se extienden los ríos que atraviesan por la majestuosidad del Cauca. En Silvia, vemos estas vertientes de vida pasar por sus extensiones de tierra, desde el río, Piendamó, siendo esta una de las principales fuentes hídricas de la zona que fluye a lo largo del territorio y proporcionar agua para el consumo de sus habitantes, dando también vida a sus cultivos.

Conectándose y desembocando en el lago Chamáno el lago del pez, una majestuosidad que busca brindar un punto azul, en donde la caída del sol reflejado en sus aguas proyecta al cielo en la tierra como un espejo del alma misma.

Entre los saltos y caídas que con violencia chocan en las rocas y limita con las vertientes de la comunidad, en aquellas mismas donde juegan los niños y los adultos, vemos la Quebrada Guabal, un afluente importante en la región que contribuye al sistema hídrico local y la Quebrada de Ambaló, que brinda agua para las comunidades que habitan en esa área.

2.1.4 ¿La Suiza de América o la Silvia de Europa?

¿Qué hace a Silvia, Silvia? Una pregunta que va más allá de toda capacidad explicativa, más allá de sus pintorescas y cálidas calles, de sus noches cobijadas en el amparo de una brisa fresca o de la oscuridad casi imperceptible, que desde la plaza principal se escudriña entre la



Hospital de primer nivel
mamá manuela (Silvia, Cauca
2023)

luz de las personas. Con sus fiestas y alegría se mantiene viva la noche en aquel lugar. Sus amplias vistas a las montañas abren las puertas de pintorescos paisajes, que asemejan a las vistas europeas, comparando la belleza natural, tradicional e inmaterial. Entre estas, sale a relucir la peña del corazón, una unión rocosa cuyas curvas a lo lejos dan la forma de un corazón. También el jardín botánico Sierra Morena, que muestra la conservación y amplía la vista del paisaje natural, en donde la mano artística retrata la huella de cada objeto y cada laguna que refleja la majestuosidad en lo alto de las montañas, naciendo como muestra de la vida y de la existencia.

El cuidado de su gente demarca las comunidades indígenas como principales incursoras del desarrollo de la región. En este lugar podemos encontrar la Casa de Justicia y Universidad Misak, la Secretaría de la Mujer, cerca de la plaza principal. La Esmeralda, una casa diseñada para atender madres gestantes y su proceso de maternidad (Las panteras), un centro de salud y un hospital de primer nivel.

En la concepción de lo eclesiástico Silvia cuenta con el Templo parroquial y la capilla de Belén; En el modelo educativo de saber entender y saber enseñar, es imprescindible recalcar que Silvia cuenta con 21 escuelas dentro del resguardo, en el recorrido se lograron identificar 3 sedes de bachillerato, 2 de estas cerca de la plaza central (en Silvia) y una sede en la vereda el pueblito; además de una sede de primaria una en la misma vereda. Una sede principal de la escuela San Pedro Peña del Corazón en la vereda Peña del Corazón. Por último, en el centro del pueblo, conservando la cultura y la memoria histórica, encontramos un amplio museo, lugar que cuenta la historia, la cosmogonía y la cosmología de las comunidades indígenas ancestrales.

2.2 ¿Quién nos acompaña?

Hablar de quién habita, de quién está y cómo está, de quién encontramos, es imprescindible saber quién camina a nuestro lado, durante el recorrido por Silvia; se logró identificar los diferentes tipos de comunidades que habitan y circulan en las distintas zonas del territorio, dejando su majestuosidad en cada paso y calidez de bienvenida y cordialidad por cada recóndito lugar que cobija su esencia. Desde comunidades campesinas, hasta comunidades religiosas, pasando por los estudiantes (primarios, secundarios y universitarios) que atraviesan las calles y los caminos cada día con el fin de aprender, estar y compartir conocimiento. También se ven las clases trabajadoras, las cuales en su mayoría son jóvenes que se dedican a los oficios del territorio (siembre, producción piscícola) y mantienen la función en temas de movilidad informal (carritos que transportan del pueblo a las veredas). Hablamos también de la comunidad de la tercera edad, que con su conocimiento y experiencia imparten desde la tulpa alrededor del fuego a los más jóvenes. La comunidad docente, las madres de familia que desde el cuidado educan, trabajan, tejen y escuchan dentro del resguardo, y los niños que desde su inocencia y concepción de infancia apoyan las labores agrícolas y comerciantes.

2.2.1 Esto nos hace ser

La comunidad Misak, al ser un gran representante de la conservación de tradiciones ancestrales, y portador orgulloso de las mismas, cuenta con una vestimenta tradicional, que incluye, el uso de prendas tejidas a mano con colores vibrantes y diseños simbólicos. Los hombres suelen llevar ponchos (chumbe) y sombreros, mientras que las mujeres visten faldas, y mantas llamadas "chumbes". La concepción de ancestralidad radica en las ceremonias y ritualidades de comunidad, que están arraigados en su cosmovisión y creencias espirituales. Estos rituales pueden estar relacionados con la agricultura, la conexión con la naturaleza, la sanación y otros aspectos de su vida cotidiana. El cuidado de la vida y lo fortuito desde una vista más amplia a la medicina tradicional y el consumo de cuerpo por medio de productos artificiales, se crea una propuesta alternativa, en donde la medicina, está basada en

conocimientos y plantas medicinales. Ellos, utilizan diferentes técnicas y remedios para tratar enfermedades y mantener el bienestar físico y espiritual del ser. (Muñoz y Tumiña, 2018)

La música y la danza trasciende desde el sentir y la expresión rítmica de lo propio, la música y la danza son elementos esenciales en la vida cultural de los Guambianos, ellos, utilizan instrumentos como la flauta de caña, la marimba y el tambor para acompañar sus bailes tradicionales, reflejan aspectos de la vida diaria, la conexión con la naturaleza y las celebraciones comunitarias.

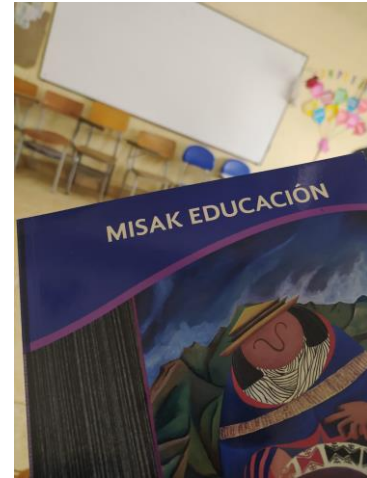
Por último, la minga, que es una tradición ancestral de trabajo comunitario en la cultura indígena Misak, se basa en la cooperación y en la solidaridad entre los miembros de resguardo o el grupo indígena, buscando llevar a cabo diferentes actividades que benefician a todos y todas. La minga, se crea para realizar tareas que requieren de la participación y el esfuerzo en conjunto, como la construcción de viviendas, la reparación de caminos, la siembra de cultivos o la organización de eventos, los miembros pertenecientes a la comunidad se reúnen para trabajar juntos, aportando su mano de obra de forma voluntaria y sin recibir ningún tipo de remuneración económica. Este es un espacio de intercambio cultural y de fortalecimiento de los lazos que promueve la solidaridad y el respeto mutuo. Esta práctica tiene un significado muy importante para los Misak, ya que representa la colectividad, el cuidado del territorio y la preservación de sus tradiciones ancestrales. Además de esto, la minga es una forma de resistencia y reafirmación de su identidad cultural frente a los desafíos que enfrentan en la sociedad actual.

2.3 ¿Cómo aprendemos a ser?

En tradición y en conservación se habla de la educación, la educación como punto de partida y referencia, como primer acercamiento al mundo y a las vistas del pasado que alimentan la proyección y el imaginativo del futuro. Que dan una rienda al sendero de la vida y permiten ser y decidir ser. ¿Cómo se fundamenta y se unifica desde el territorio la espiritualidad con la creencia?, ¿Cómo desde la escuela se construye, destruye o moldea la identidad?, ¿Cuál es

la proyección de la autonomía?, ¿Cómo existe la autonomía desde la comunidad? ¿Cómo se ve desde lo propio? Para un niño, la escuela es un mundo donde escapa, olvida, corre y juega.

Esta comunidad ve la educación de una forma más interactiva. Partiendo, desde la concepción de lo propio y la enseñanza por medio del conocimiento, busca integrar sus saberes a diversos espacios. A demás, de dar herramientas para la construcción en lo que se entiende por “externo”. Pensando en eso, y desde la articulación a un modelo educativo propio, se consolida el PEM (Proyecto Educativo Misak), cuyo fin es revitalizar y afianzar la importancia de la conservación ancestral tradicional, impartiendo el concepto de interior como algo sagrado. Uno de los puentes de partida es la reivindicación de autóctono, sin pasar por procesos trasformativos de occidentalismo tradicionalista.



PEM (Proyecto educativo Misak) (Escuela el pueblito. Silvia, Cauca 2023)

En la comunidad se abordan los temas educativos en relación con la naturaleza y el cosmos, todo esto desde la cosmogonía y cosmovisión Misak. Se dialoga desde la “pedagogía del territorio”, es decir, se busca plasmar su metodología aplicativa en el contexto y no en aquellas prácticas hegemónicas que se han globalizado. (UNICEF Colombia, Cabildo de Guambía y Grupo de Estudios en Educación Indígena y Multicultural (GEIM) de la Universidad del Cauca.

2.3.1 ¿Qué es ser profe aquí?

La intención del docente se fundamenta en buscar y fortalecer a través de su enseñanza el reconocimiento del territorio, mostrar la espiritualidad con una perspectiva amplia, generando así procesos de identidad cultural y demostrando la importancia de la autonomía en la escuela.

De forma más específica, es importante recalcar que la escuela, Institución Educativa El Pueblito cuenta con cuatro (4) docentes (2 hombres, 2 mujeres), docentes cuyo modelo de enseñanza, busca promover su lucha por la conservación del saber propio y ancestral, puesto, que a esta ser una escuela perteneciente a la comunidad Misak. En la cual prima el conocimiento y los valores que se inculcan conforme a la concepción de la cosmogonía y la cosmología de la comunidad, entendiendo así que sus tradiciones van desde el conocimiento a la lengua materna, trajes típicos y cuidado de la tierra y el agua.

2.3.2 Lo propio, lo único y lo de adentro

La esencia es aquello que nos hace ser, nos mantiene en la delgada línea de la identidad, la moral, la ética, el cuidado. El cómo me veo a mí, y como veo a los otros, son simples conductas que se forjan según la influencia por el lugar que habitamos. En las comunidades indígenas el tema de la ancestralidad no solo se constituye como algo “mágico”, se habla de la construcción del todo, la formación de la vida en lo social, de lo queda después, de que lo fue arrebatado por la historia que limita el acceso al conocimiento que pudiera cambiar la forma de ver y sentir el mundo.

En el paso por el campo y la cosecha, podemos resaltar cómo la comunidad Misak, ha desarrollado conocimientos profundos sobre la agricultura sostenible y el manejo de los recursos naturales. Entre sus vastos conocimientos, poseen técnicas tradicionales de cultivo, selección de semillas y uso de abonos naturales, basados en la observación de los ciclos naturales y la adaptación al entorno; este tema se ve transversalizado por la escuela, desde el cuidado en las huertas escolares y el alimento que proviene de las mismas (zanahorias, lechuga, cebolla).

Su cosmovisión explica el equilibrio y la armonía que existe entre los seres humanos, los elementos de la naturaleza y los espíritus ancestrales. La cura del alma y la cura del todo la vemos en la medicina tradicional, puesto que la comunidad Misak tiene un amplio conocimiento de esta, basándose en la implementación en plantas y prácticas ancestrales. Es increíble cómo ellos han aprendido a identificar y utilizar las propiedades curativas de

distintos elementos para tratar diversas enfermedades, y promover el bienestar físico y espiritual; es importante reconocer como la comunidad Misak, guía sus prácticas ceremoniales, rituales y formas de vida en comunidad, promoviendo el sanar desde el cuidado en conjunto al todo y a los todos.

La construcción artesanal y de tejido, demuestra entre cada puntada y cada giro la historia propia de quien trabaja, además del cómo y del porqué. Esta comunidad utiliza técnicas tradicionales de tejido en telares de cintura, para así crear prendas de vestir, mantas, mochilas y otros productos elaborados con hilos de diferentes colores y diseños simbólicos.



Visita Universidad Misak (Silvia, Cauca, 2023)

Uno de los centros de mayor concentración de conocimiento impartido y que a su vez abre el paso a la cuestión y a los nuevos métodos, es la Universidad Misak, fundada en 2008, es la primera Universidad Indígena de Colombia. Esta tiene como objetivo principal preservar la cultura y el conocimiento ancestral de los Guámbianos, promoviendo el desarrollo de la región a través de la educación superior. Esta es la propuesta de modelo educativo basado en la interculturalidad, la autonomía y la participación, además de promover diversas investigaciones, e innovaciones sociales por medio de herramientas para el desarrollo de la región y la preservación de la cultura.

3. Algo incómoda

3.1 Hablar es un tema de todos

¿Qué es el diálogo y para qué sirve en una comunidad? ¿Cuándo se volvió tan importante hablar y expresarse? Entendamos que el diálogo es importante para lograr transmitir no solo ideas, sino también sentimientos en la comunidad, ¿pero a quién se le es permitido hablar? Un ejemplo de esto es la *tulpa*, un ritual donde por medio del fuego se reúne la comunidad alrededor del fuego y comparte, escuchando a los sabios y los taitas (ancianos) entendiendo que el conocimiento que se transmite funciona en forma de espiral, pasando por la voz de unos y por el saber de todos, fundamentado sus pilares en la llama del todo, que se aviva con cada experiencia, cada risa, cada pregunta, cada aprendizaje. Estos diálogos permiten la transmisión de conocimientos y saberes tradicionales de generación en generación; los ‘Taitas’ y líderes comunitarios comparten sus experiencias, tradiciones, prácticas espirituales y sabiduría ancestral con los más jóvenes, esto ayuda a preservar, fortalecer y reproducir la identidad cultural de la comunidad Misak, generando en cada mente una valoración de la experiencia, por el beneficio de los consejos y la guía de los ancianos, quienes han vivido más tiempo y tienen una visión más amplia de la vida y la historia de la comunidad.



Cocina tradicional (Silvia, Cauca, 2023)

3.2 ¿Aún recuerdas tu infancia?

Muchas veces olvidamos lo que siente ser niño, tendemos a romanizar la niñez y pensamos que solo se trata de dulces, juegos y estudiar. Que los niños deben ser obedientes y actuar como adultos pequeños, impartimos la idea de la madurez, como una obligación, que nace de la necesidad adulta de ejercer control. Como adultos pensamos en que solo nosotros tenemos problemas, que con suplir las necesidades básicas de un niño (alimento, ropa, techo y estudio) estos ya no tienen problemas, limitamos sus emociones al estar feliz o hacer rabieta, espectáculo, molestar, los encasillamos en que son malcriados, en que “tanta

atención” le hizo daño, que es culpa del adulto que él o ella sean así, que eso pasa por darle mucho y no enseñarle a ganárselo, etc.

Los niños en esta comunidad solo son niños en el marco de la escuela, aquí juegan, aprender y conviven con otros niños, fuera de la misma, deben aportar a su comunidad, ayudan a sus padres en las siembras, cosechas, pesca. La concepción de niñez se ve tergiversada por las necesidades familiares y de sostenibilidad. No dejan de ser niños, ni de ver el mundo lleno de colores, magia y alegría, pero viven llenos de conductas que han sido normalizadas en el territorio. Además, es importante recalcar que una de las mayores fuentes de sostenibilidad económica, consta de la venta de alimentos o artesanías. Salir como padres para poder darles el mundo, y limitar su mundo a sentir el abandono por parte de sus padres, juega a la contradicción de que es lo que necesitan y que les puedo dar. Esto, lleva a lo que los niños crezcan imitando conductas de sus hermanos mayores o cuidadores. Poco se habla de cómo se ve afectada su emocionalidad, se les enseña a obedecer y sentirse “felices” dependiendo de cuándo hay alguien a su lado, y cuando no, no hay opciones, no se siente ni se pelea.

Pero esto no es culpa de los padres tampoco, no es fácil impartir lo que no se sabe y lo que nunca se aprendió, la crianza también se hereda, también se reproduce. Para el pueblo guámbiano existe una palabra que logra describir la concepción y la percepción que tiene de las infancias “Nu-Misak” que traducido al español es (gente grande) proyecta lo que va a ser el niño o niña, no se habla del presente o la infancia que se vive, se habla de lo que va a ser y como se debe de construir ese ser. Esto nos da una perspectiva de cómo se proyecta la idea de que el niño debe ser grande, de cómo su labor de reproducción y ocupación debe ser constante en el territorio

3.2.1 Aquí no todo es perfecto

Hablar de lo hermoso, de lo que engrandece y exáltese a un lugar no desmerita el hecho de que pasen actos de violencia, desastre y olvido en los mismos.

Los factores alrededor de la comunidad impulsan y demuestran esos puntos de falencia en el territorio, falencias que, como gritos de ayuda y auxilio, se posaron sobre la mirada y retumbaron en los oídos, de aquello que quieren escuchar más allá de lo que se observa con los ojos, como un enigmático choque entre el ideal y la realidad, llega la idea de que pasan cosas que pensamos solo eran problema de la ciudad, se idealiza y no se escucha, pero el amor y el cuidado también es percibir, escuchar y querer mejorar. La idealización del campo, de lo rural o de algunas prácticas sociales que rodean ciertas comunidades es común, cuando se tiene una perspectiva hegemónica y surrealista de la realidad que nace desde la habitabilidad de un territorio, pero es cambiante mientras se teje sobre el mismo.

No es solo la falta de diálogo alrededor del poco acceso a trabajos remunerados, que no radique en una actividad propia del resguardo. Ni la falta de cuidado o mantenimiento de las vías de transporte terrestre que conectan las veredas en donde habita la mayor parte de la población en Silvia, o la falta de planes de contingencia para la prevención de los desastres naturales, ni tampoco del complejo y limitado acceso de comunicación en temas de señal y conectividad a internet que tienen las veredas. Y obviamente ignorando temas sobre la falta de iluminación, medios y rutas de transporte para las comunidades indígenas y campesinas que habitan en el sector rural, ni mucho menos de la normalización de la constante habitabilidad de grupos armados en el sector que afectan el desarrollo de las actividades y a su vez se encargan de mantener el orden y la seguridad en el territorio.

Podría determinarse que estas complicaciones materiales afectan el desarrollo social de las comunidades, complican la conectividad de las veredas, imposibilitando los diferentes mecanismos sobre el acceso a educación, salud y seguridad. Es la idea de ver cómo todo esto no se habla, como se reprime el sentir y se crea una conciencia de obediencia desde la supervivencia, se ignoran las afectaciones emocionales y psicológicas que se puedan desarrollar y se buscan medios y rutas de escape alternas al diálogo o la regulación de emociones.

3.2.2 *¿La mente se cuida en Comunidad?*

La mente es un gran enigma de situaciones, ideas y composiciones que desde el alma radican en lo que somos y lo que queremos ocultar. Los diferentes pensamientos que se conectan con el alma y el ser resurgen inherentes como las flores en un campo cuando se asoma la primavera, las cuales en el invierno solo esperan a morir en la inmensidad, así mismo como un sueño que muere entre mil pensamientos que nacen a su alrededor. Pero no, no siempre fue así, al recorrer los vacíos que nacen en nuestra mente se pasa por el abismo que nos conduce a la infancia, ese único momento donde el universo se contemplaba como una oportunidad, en donde las ideas seguían inmersas en un mundo de imaginación y sueños, en donde todo era posible. Sin embargo, y como se plantea en el subtítulo anterior, hablar de la idealización de la infancia no argumenta por qué esta se es planteada como una problemática.

Al ser constantemente olvidada, no nos percatamos de esos problemas que desde niños han afectado de gran manera nuestro desarrollo del subconsciente y a su vez la capacidad de expresar, sentir, corresponder, amar o cuidar. Solemos creer que nuestros problemas son los únicos que merecen ser escuchados, que merecen tener atención y deben ser solucionados, pero ¿Qué pasa cuando dejamos de pensar que solo nosotros merecemos atención? Y nos situamos un paso atrás para observar el panorama y los factores que afectan lo que pasa realmente y provocan en el desarrollo emocional.

Teniendo esto en cuenta, y contemplando la visión que radica en cómo se entiende una problemática, y cómo un proceso transformativo se plantea más allá de la acción directa al “atacar de frente”. El tema de cuidado social y de salud física y mental en Silvia se hace nulo. Para el reconocimiento del cuidado, el acceso a servicios que trabajen este tema específicamente es muy limitado y casi inexistente. Así mismo, desde el énfasis de la escuela y el manejo de relaciones interpersonales con la comunidad, se logra evidenciar una clara afectación directa al entorno social por falta de conocimiento y tratamiento para con el tema. Puesto que este intercede con diversas acciones y reacciones de personas que al situarse en contexto social afectan la funcionalidad del ser en sus distintas áreas y contextos personales,

permitirse ser débil de forma abierta no es igual que serlo desde un viernes para recapacitar el volver al trabajo el día lunes.

Entonces, como son los niños, la mente del adulto limita y la del niño imita. No dejar expresar por no saber cómo expresarse es el problema, no se enseña lo que no se sabe, solo se pasa al siguiente tema y se sigue con la clase, o solo el regaño, el insulto o la ausencia se olvida con una cena rica.

3.2.3 ¿Y cómo podemos construir?

No se trata solo de hablar del problema, es ir más allá, es evidenciar y transformar. En la escuela resurgen voces que desde la comunidad expresan. Específicamente se habla de la conservación en las tradiciones (lengua nativa, traje de la comunidad, prácticas ancestrales), los jóvenes cambian y se olvidan, no se trasmite lo que no se siente, ¿Cómo se puede generar de nuevo sentir, esas ganas de aprender?

El escape de lo cotidiano lastimosamente se consta de la ayuda para olvidar lo que “da paz” se habla con la comunidad y esta pide consolidar programas y charlas de concientización referentes a la prevención del consumo de drogas en los jóvenes. Desde el inicio se habla, pero no de forma correcta, no se expresa el verdadero sentir, una solicitud por parte de la comunidad, dio cabida a la propuesta de este trabajo, sobre el cuidado emocional. Si se le enseña a un niño a cuidar y calmar su mente, de adulto no tendrá que ocultarse o huir para no escucharla. En la escuela se crea, se moldea y se forma el pensamiento, porque no aprender que todo se puede pensar y que todo se puede sentir.

Es importante resaltar que no existe ningún tipo de cuidado o reconocimiento por la salud mental en el territorio, la total inexistencia de técnicas de cuidado y autorregulación emocional, recaen en la negación completa de las emociones se necesita aprender a sentir las emociones.

3.3 Una pregunta, una propuesta y tres formas de hacerlo

Por lo antes mencionado se formula una puesta pedagógica que reconozca la emocionalidad desde diversas formas. Con la finalidad de brindar herramientas de cuidado en la comunidad

3.3.1 Una pregunta (pregunta problema)

- ¿Cómo el arte posibilita la regulación emocional desde la aplicación de técnicas de cuidado por medio del reconocimiento emocional con los niños y niñas del resguardo Guambia en la Escuela Primaria El Pueblito?

3.3.2 Una propuesta (objetivo general)

Construir colectivamente un material didáctico por medio del arte que dinamice las técnicas de cuidado, reconocimiento e identificación emocional y su influencia en el aula, con los niños del resguardo Guambia de la Escuela Primaria El Pueblito.

3.3.3 Tres formas de hacerlo (objetivos específicos)

- Fomentar el reconocimiento de las diversas emociones que se vivencian en el ámbito educativo con los niños de la Escuela Primaria El Pueblito.

- Experimentar con distintas técnicas de cuidado mediadas por el arte que influyan en el reconocimiento emocional identificado por los niños de la Escuela Primaria, El Pueblito.

- Crear diversas prácticas por medio de diferentes técnicas de cuidado mediadas por el arte desde los laboratorios de creación que aporten a la regulación emocional identificada en el aula de clase con los niños de la Escuela Primaria El Pueblito.

4. ¿Qué se necesita saber para estar aquí?

En la teoría está la práctica, en la fundamentación el hecho y en el accionar el cambio. La esencia de una metodología es buscar integrar el conocimiento teórico con la acción práctica. En este apartado, el enfoque se basa en la idea de generar un impacto significativo en cualquier ámbito personal, se debe fundamentar no solo el cómo se entienden los conceptos y teorías, sino también cuál es la forma más certera para aplicarlos de manera efectiva en situaciones reales y diversas.

La teoría aquí formulada proporciona el marco necesario para comprender los fenómenos emocionales, y establecer su relación con la práctica que permite experimentar y ajustar conceptos a realidades específicas desde diversos hechos, propiciando una base sólida sobre la cual se pueden construir estrategias efectivas en las formas de aprendizaje.

Por consiguiente, en el desarrollo de este capítulo se evidenciará como la metodología se implementa y fundamenta durante la investigación de este trabajo y la construcción del material pedagógico, desde el aporte a la transformación y direccionando las formas en cómo se entiende y cuida la emocionalidad y la salud mental durante la infancia en un mismo contexto, destacando ejemplos concretos donde la teoría y la práctica se entrelazan para facilitar el cambio propuesto, promoviendo el desarrollo sostenible y equitativo en el entorno.

4.1 Hablemos del tipo de investigación: (Investigación Cualitativa)

La investigación cualitativa se puede definir, según Blasco y Pérez (2007, p.17) como la investigación que estudia la realidad en su contexto natural y cómo sucede, sacando e interpretando fenómenos de acuerdo con las personas que interactúan en el mismo. Señalan que esta utiliza una gran variedad de instrumentos para recoger información, entre estas las entrevistas, imágenes, observaciones, historias de vida. Se busca la manera

de plantear y conservar las rutinas y las situaciones problemáticas, así como los significados en la vida de los sujetos.

Este método de investigación se enfoca en comprender y explicar el comportamiento, las motivaciones y características de cierto grupo de personas. Esta, busca obtener información no cuantificable, como opiniones, percepciones y emociones. Por medio de la observación, interpretación y análisis de datos, establece la percepción propia del sujeto, empleando diversidad de instrumentos que busquen permitir a los participantes expresar libremente sus opiniones y experiencias

Alicia Guardián señala que “La investigación cualitativa se basa en un replanteamiento de la relación sujeto-objeto. La integración dialéctica sujeto-objeto es el principio articulador de todo el andamiaje epistemológico de la investigación cualitativa. (Guardián, 2007, p.7). Esta brinda una percepción más amplia de la idea desde la concepción en relación de los sujetos con los objetos significativos del entorno que rodean y como los mismos afectan sus relaciones, personales, laborales, sociales y académicas, que se pueden abarcar desde lo cognitivo y comportamental en distintos espacios.

4.2 ¿Cuál es el cómo de la investigación? (Apuesta pedagógica)

El buscar reconocer los diferentes tipos de conocimientos por medio de la investigación creación no debe impartirse solamente desde lo que hay, o lo que se encuentra en el aula. Es primordial ir más allá de estos "más bien, deben centrarse en la creación de nuevos mundos auto producidos", Córdoba, León, Sandoval (2023, P. 16). Entendiéndose la capacidad de creación como un mundo, en este caso uno en donde cada niño y niña, desde su interpretación y sus sentires, reflexione por medio de lo que este entiende y cómo lo relaciona a su entorno. Desde la construcción del conocimiento implementando no solo los sentidos, sino también buscando incentivar los mismos con herramientas desde lo artístico que radiquen en diferentes formas de abordar la reflexión, desde “la amplia cantidad de reflexiones sobre esta nueva propuesta para generar y gestionar el

conocimiento desde un componente plástico sensorial” Córdoba, León, Sandoval (2023, P. 18)

El espacio es un lugar de relevancia, no solo porque en el mismo se da el proceso de construcción, sino también porque en este nace la interacción que puede fomentarse entre lo sensorial y la investigación, por esto, se habla del laboratorio de creación y como “Se convierte en el espacio creativo ideal para trabajar en el territorio, debido, en gran parte, a las afectaciones que la experiencia creativa tiene en la transformación social” Córdoba, León, Sandoval (2023 p. 18).

Entendiéndose la transformación social como el resultado al proceso de creación, e interpretación que da paso a la reflexión la cual muestra desde donde se abordan las diversas metodologías que impulsan el desarrollo creativo, aplicados a los métodos en el aula, buscando así el aporte a la investigación desde lo cognitivo y práctico, buscando ir más allá de lo teórico.

4.2.1 Laboratorios de creación

Los laboratorios de creación se pueden describir como espacios en los cuales se busca incentivar la innovación desde la experimentación creativa que en conjunto a diversas disciplinas reúne las diferentes habilidades y conocimientos para así colaborar en proyectos creativos, desde el desarrollo de nuevas ideas y soluciones a problemas específicos. En este caso los laboratorios de creación reconocen el proceso emocional en la experimentación y producción artística, construyendo nuevas formas de expresión en conjunto que desafíe el arte convencional y de paso a la expresividad más allá del aspecto dialéctico verbal, promoviendo la reflexión crítica de distintos espacios y procesos creativos desde el análisis del impacto a las relaciones sociales en el entorno determinado. Con esta apuesta se generan oportunidades de aprendizaje y desarrollo en el ámbito de la representación artística.

En relación con el proceso de identificación emocional desde la asociación de reacciones y los aspectos que afectan en el entorno "... Se buscó que los ejercicios académicos propuestos bajo este nuevo modelo tuvieran conexión directa con entornos organizacionales, ya sea en su contexto de aplicación o desde las necesidades de grupos humanos particulares con los cuales los estudiantes se debían conectar de forma obligatoria" (Hernández, 2022, p.9) En este modelo los laboratorios de creación promueven la autorreflexión y el autoconocimiento desde la relación que se puede brindar del estudiante con su contexto y como se da él detone emocional del mismo basado en esa experiencia, se busca de manera saludable, la exploración emocional, respetando los procesos propios y colectivos del aprendizaje. Motivando el desarrollo creativo y motor desde la empatía y la comprensión, dando como resultado la autoaceptación y la aceptación del otro desde la emocionalidad que habita en su mundo con carácter integral y el enfoque holístico del proceso creativo.

4.3 Pedagogía del aula al Cauca (Fundamentación metodológica)

Este trabajo establece la fundamentación metodológica desde de la pedagogía potencia y la pedagogía de las emociones.

En primera instancia es importante definir cada concepto con la finalidad de que se más sencillo entender por qué estas dos ramas pedagógicas se entrelazan creando un puente en donde la enseñanza y el desarrollo cognitivo den paso a una construcción de cuidado en el aula y reconocimiento emocional con los estudiantes.

La pedagogía de la potencia se puede plantear como la capacidad de pensar y comprender el mundo desde una interpretación y comprensión que se desarrolla por medio de la activa búsqueda de conocimiento. Esta, habla del saber desde lo individual, además de cómo el proceso creativo y de aprendizaje, fomenta la construcción de la enseñanza con una mirada reflexiva y crítica, que va más allá de las estructuras educativas y pedagógicas.

Estela Quintar plantea que "... La pedagogía de la potencia, provoca el deseo de saber, impulsa a la búsqueda, a desarrollar la capacidad de pensar desde las funciones superiores del pensamiento, articulando, interpretando, aprendiendo y comprendiendo el nuevo mundo que se avista... (Salcedo, 2009, p.5). La pedagogía de la potencia proyecta la idea de ampliar la mirada más allá de la concepción propia, de la mirada simplista y académica, de lo que se asume y cree en la relación entre, la conciencia y el método, buscando mantener así la historicidad vinculada a la experiencia actual del estudiante.

El método experiencial de aprendizaje nos direcciona al cómo entendemos el mundo desde la historicidad de cada individuo. La reconstrucción de la memoria emocional establece diversos patrones de aprendizaje, que ejemplifican cómo es la interacción del estudiante no solo con el entorno sino también con el aula. En otras palabras, se puede decir que la relación del aprendizaje en el aula y lo emocional radica en la influencia del entorno social, la historicidad del territorio y cómo desde este se aplica la capacidad de contención, identificación y cuidado emocional de los sujetos. La forma de proyectar que es lo que se quiere decir y como se quiere decir influye de igual manera en cómo los estudiantes se relacionan entre sí y con su entorno.

Mientras que, desde la concepción de la pedagogía emocional, Daniel Goleman (1995) ha destacado la importancia de las competencias emocionales en el proceso de aprendizaje y el rendimiento académico, ya que las diversas emociones que se logran evidenciar pueden afectar ya sea de forma positiva o negativa los procesos mentales y cognitivos

Tras hablar de la capacidad de pensar y comprender el mundo desde la interpretación se debe plantear el cómo se gestiona y se aplica al contexto emocional, para esto, la pedagogía de las emociones se centra en el reconocimiento y la gestión emocional en el aula. En donde se busca mantener el objetivo de crear ambientes de aprendizaje más armoniosos, afectivos y seguros; que sean bordados desde la comprensión de cómo las emociones influyen en el proceso de aprendizaje y en la construcción de la identidad personal y social.

“En este sentido, la enseñanza se ve como espacio esperanzado y como promesa constante desde dónde poder contribuir al cambio de nosotros mismos para cambiar nuestro entorno,” (Salcedo 2009, p.6).

Como se logra ver, la relación cognitiva y realidad académica existen como espacio de construcción de conocimiento. En donde la comprensión del mundo surge a partir de establecer la conciencia histórica desde lo emocional, la historicidad del recuerdo de la emoción y la constante relación de afectos o abandonos que asocian de la emoción con la de los sujetos. Teniendo en cuenta que no se trata de negociar la voz de los niños o su mirada del mundo, si no establecer los distintos procesos pedagógicos, de aprendizaje y enseñanza, validando la experiencia y el reconocimiento emocional.

4.4 Cinco conceptos a tener en cuenta (Conceptos de entrada)

Aquí se mostraran los cinco conceptos en los cuales se considera que la investigación recae de forma pertinente, mientras se manejan de manera consistente durante toda la aplicación de la propuesta investigativa. Estos fueron optados después del reconocimiento al territorio y según las dinámicas evidencias por la comunidad.

4.4.1 Infancias y niñez

La infancia como categoría se puede definir desde un contexto amplio como el desarrollo humano abarca no solo el crecimiento físico y cognitivo, sino también la formación de la identidad, por medio de la interacción y la conexión con el entorno cultural y social. Desde este enfoque Philippe Ariès resalta que “las infancias no deben ser vistas como períodos aislados, sino como procesos dinámicos que se desarrollan en contextos específicos, donde los niños son agentes activos en su aprendizaje y en la construcción de su realidad” (Ariès, P, 1960, p 20)

Se entiende que cada infancia es única y está influenciada por diversos factores, como el contexto familiar, las tradiciones culturales y condiciones socioeconómicas. Con esta idea, es imprescindible aceptar que las infancias no deben ser vistas como períodos aislados, sino como procesos dinámicos, donde los niños son actores activos en su aprendizaje, aportando a la construcción de su realidad. La infancia es una etapa fundamental en el desarrollo humano que abarcan no solo el crecimiento físico y cognitivo, sino también en la formación de la identidad.

Desde este acercamiento a la definición de infancia para esta investigación se habla sobre la concepción de la misma en la cultura Misak, la cual, según los mayores y nuestros padres, “hablan de que el niño o la niña, aprende en el constante acompañar a sus padres hacia los diferentes sitios de trabajo, e igual manera el constante interactuar con lo que rodea; porque si a un niño se deja encerrado, este no tiene la oportunidad de recrear libremente su imaginación y su desarrollo psicomotriz” (Proyecto Educativo Misak, 2020, p 32). Entendiendo la infancia como un concepto adaptativo que incurre en las distintas tradiciones ancestrales. El niño aprende bajo una influencia que radica en el aporte a su comunidad, este crece para estar y coexistir con la misma.

“El niño misak en su proceso de socialización y construcción de conocimiento lo hace de la relación permanente, integrándose con el mundo, con los otros, con la naturaleza, con la familia, con la vida misma” (Proyecto Educativo Misak, 2020, p34)

Así mismo entre este aspecto de la tradicionalidad y la construcción de conocimiento cabe resaltar la expresión Nu-Misak que en la infancia se refiere a la comprensión y vivencia de la niñez dentro del contexto cultural y social del pueblo Misak, la cual busca asegurar que cada niño se desarrolle plenamente como miembro activo de su comunidad. El cual se concibe desde un proceso integral de formación que aporta al ciclo de vida del niño Guambiano. Dando inicio por el espacio familiar, específicamente en la cocina alrededor del fogón, y contemplando la ancestralidad de la enseñanza en el mismo, mismo en donde se transmiten saberes y valores fundamentales.

Este entorno familiar no solo es un lugar de sustento, sino también de aprendizaje, donde los niños observan y participan en las actividades cotidianas que refuerzan su identidad cultural. A medida que crecen, su desarrollo continúa en diversos espacios naturales y comunitarios, donde participan activamente en el trabajo familiar y en las prácticas colectivas. Brindando experiencias que les permiten aprender sobre la naturaleza, la convivencia y la importancia de la comunidad, fomentando un sentido de pertenencia y responsabilidad hacia su cultura y entorno.

“Con la cosmovisión Misak, el territorio es considerado la “Madre tierra”, lugar donde se enrolla y desenrolla la vida; por lo tanto, su modo de interpretar, actuar y vivir esta ligado con los comportamientos de la naturaleza, es decir, el ciclo de vida Misak” (Proyecto Educativo Misak, 2020, P 30). Se habla de que la educación y el aprendizaje en la infancia se realizan en contextos significativos, donde los niños son guiados por figuras como abuelos, sabedores y taitas, quienes “transmiten conocimientos y valores culturales desde el hogar, donde la construcción de los conocimientos parte de la realidad y su proceso de apropiación con la creatividad del niño como individuo” (Proyecto Educativo Misak, 2020, p 32)

4.4.2 Reconocimiento Emocional

La idea de reconocerla está desde el saber, saber qué pasa y en qué estamos. Habitar en un constante sentir después de obtener un regalo, de vivir un buen susto, de estar solo o de discutir.

El reconocimiento emocional se plantea como la habilidad crítica que consta de identificar, comprender y categorizar las emociones propias y de los sujetos externos que rodean u aportan en el desarrollo de la infancia. El reconocimiento emocional es el primer paso para llegar a la correcta regulación y gestión de emociones desde el autocuidado y la interacción de estas con el entorno del niño, buscando la constante aceptación de estas.

“La autoconciencia emocional como la capacidad de reconocer y comprender nuestras propias emociones. Esta habilidad es esencial para poder gestionar nuestras reacciones y comportamientos de manera efectiva. La autoconciencia permite a los individuos tener una comprensión profunda de cómo sus emociones afectan sus decisiones y acciones” Goleman (1995, p. 275). La percepción del yo, desde como el individuo se logra sentir en un entorno, radica en identificar que emociones mantienen como un constante en el niño o niña, no solo evidenciando el comportamiento que llegan a tener en representación a estas, sino también la influencia del entorno es lo que se establece como emoción y reacción permitida.

Esta habilidad crítica se desarrolla en los primeros periodos de la infancia “A medida que crecen, los niños desarrollan una mayor complejidad en su reconocimiento emocional, pudiendo identificar una gama más amplia de emociones y comprender matices emocionales en diferentes contextos” (Lagerlof y Djerf, 2009, p.5). Teniendo un gran impacto en el proceso de cuidado y regulación emocional, aportando no solo a las interacciones sociales y el bienestar general de los niños, sino también contribuyendo al desarrollo emocional y la prevención de problemas emocionales.

4.4.3 Técnicas de cuidado

No solo se trata de saber, sino de saber mantener lo que pasa en la mente y fluye por el ser hasta llegar a la flor de la expresión, para esto se habla de las técnicas de cuidado emocional en el marco del trabajo presentado radican en torno al cómo se protegen las emociones desde el reconocimiento emocional y su forma de tramitar las mismas, incentivando la autonomía en los distintos espacios y legitimando los sentires expresados por los niños.

Estas técnicas constan de establecer diversas pautas de cuidado dependiendo de las emociones reconocidas, presentadas e identificadas en los espacios, con la finalidad de apoyar el trámite al reconocimiento y el proceso de aceptación emocional, más allá

del ideal de conducta. Buscando la forma de erradicar la “forma correcta” en que se debe y lo que se es o no permitido sentir.

Estas técnicas son estrategias diseñadas que buscan incentivar el reconocimiento y la comprensión de que es una emoción y como aprendo a sentir la misma. Desde el cómo siento lo que veo ya sea de forma externa u interna.

La educación emocional parte de crear con dinámicas la relación por asociación de conductas en el estudiante, desde “el desarrollo de habilidades emocionales, como la autoconciencia y la empatía, entendiendo que es fundamental para el bienestar personal y social” Goleman (1995, p. 43)

“Los niños deben aprender a identificar y comprender sus propias emociones para poder gestionarlas adecuadamente. Esto incluye reconocer cómo sus sentimientos afectan su comportamiento y decisiones.” Goleman (1995, p.271) Las técnicas de cuidado se abordan buscando facilitar la identificación de qué estrategias pueden llegar a categorizarse de formas tanto positivas como negativas, partiendo del contexto y la influencia del entorno, además como esta se refleja en su comportamiento y a su vez en sus formas de expresividad, facilitando así el proceso de regulación y gestión emocional.

Las técnicas de cuidado no solamente se dan desde lo individual, de igual manera debe fomentarse y establecerse el proceso colectivo “Fomentar la empatía es crucial en el desarrollo emocional. Los niños deben aprender a reconocer y comprender las emociones de los demás, lo que les permite construir relaciones más saludables y efectivas.” Goleman (1995 p.11) La construcción de manera colectiva permite lograr identificar los factores que de forma común se ven reflejados en el territorio y afectan la emocionalidad de los niños, así mismo esto se puede lograr a través de actividades que promueven la discusión sobre emociones y experiencias compartidas

4.4.4 Regulación emocional

Ver, mantener y gestionar. No estallar es muy complejo y más para la mentalidad de un niño, es más práctico motivar un aspecto que le enseñe la forma de hacerlo, en donde el desborde emocional no se explicitó. Plantear cómo desde su capacidad se puede cuidar a sí mismo y a su vez a los otros. Para esto, el proceso de regulación y gestión emocional se establece como es el resultado descrito tras la identificación y el reconocimiento de las emociones. Este se refiere al punto culminante en donde se busca incentivar la comprensión y el manejo emocional de manera efectiva. Proyectando y ejecutando herramientas que permitan la reacción más controlada y correspondiente a diversas situaciones que motiven las relaciones saludables con las personas al alrededor del territorio. Resaltando la existencia del proceso y cómo en este se puede gestionar e incentivar el auto escuchar y la escucha desde la empatía, apreciando las emociones, validando sus sentires y reflexionando desde las formas que se puede sentir.

"El autocontrol emocional –retrasar la gratificación y reprimir la impulsividad– están detrás de cualquier tipo de logro". Esta habilidad es crucial para evitar reacciones impulsivas que pueden ser perjudiciales Goleman (1995 P.10). Se habla desde la capacidad de gestionar y controlar las emociones y comportamientos en distintas situaciones y entornos.

Para esto, se busca por medio de las interacciones sociales facilitar la regulación y la gestión emocional en los niños, aportando no solo a la mejora en la relación con el entorno, sino plasmando a su vez el autocontrol de su propio espacio habitado, desde la autonomía y el crecimiento

Las estrategias son claves para el proceso de regulación emocional, ya que en estas radican diversas formas no solo de representación, sino de contención emocional. Según a como estas sean requeridas, la respiración profunda, la respiración controlada, la respiración con el diafragma son formas de contención emocional desde lo individual que aporta al control por medio de diversas técnicas de relajación plena que posibilitan el manejo de emociones como la frustración o el enojo en la niñez.

La regulación emocional puede plantearse como un aspecto fundamental del desarrollo infantil que impacta en la salud mental y el bienestar general de los niños.

Fomentar estas habilidades desde una edad temprana no solo les ayuda a manejar sus propias emociones, sino que también mejora su capacidad para interactuar con otros y enfrentar desafíos en la vida cotidiana.

4.4.5 Mediación artística

Por último, se habla del cómo, de entre todas las formas cuál es la más conveniente para hablar si hablar, como enseñar a ser, si nunca se permitió hablar y pensar desde el dolor o la ira, para esto se muestra el arte como una herramienta que aplicada a diversos ambientes permite la expresividad desde distintos campos de vista, dando paso a la libre interpretación. El arte tiene la capacidad de mediar en variedad de aspectos, aplicando este más allá de lo verbal, siendo mediando desde la creatividad y la imaginación.

La mediación de este desde un enfoque comunicativo plantea a la expresividad como aspecto de representación, analizando la influencia del entorno y los actores que rodean al mismo; en este caso hablamos de cómo “En la creación, el sujeto transforma el espacio donde interviene y mientras lo hace deposita en sus creaciones emociones y significados. [...] El proceso creador permite la aparición de lo que somos y de cómo actuamos, poniendo en juego la memoria, el saber, la percepción, la experiencia, lo consciente y lo inconsciente. La obra de arte funciona como metáfora del mundo en la que las representaciones son la (re)presentación de algo ya presentado, de algo anterior que se actualiza. Comporta una mirada atrás y un reajuste. Es repetición de las primeras imágenes y creación, [...] que permite la concreción de lo mismo, pero de otra manera, reestructurando el “yo” (Moreno, 2016, p.1). El territorio genera de forma directa la relación del espacio con él, detone emocional; a su vez, este limita la capacidad de expresión en el mismo.

El arte como práctica libera, más allá de la premisa del actuar en comunidad, permite la interacción individual del ser, proyectando a la misma como un puente entre las emociones propias y la relación desde lo colectivo, por medio del entendimiento y la empatía.

Algunas de estas técnicas se establecen, optan desde la comunicación no verbal, buscando una expresividad del pensamiento y el sentimiento sobre el artículo de la mediación, legitimando el lenguaje alterno para optar por trasmisión de emociones complejas, planteando distintas formas de expresión.

Esta práctica valiosa combina la creatividad y la comunicación con el fin de facilitar el entendimiento emocional entre los actores desde el reconocimiento individual y colectivo, proyectando un cambio social hacia el entendimiento. Factores como la música, la lectura de cuentos se relacionan a las experiencias sensoriales, desde la asociación y por creación a la capacidad de representación emocional en contextos seguros.

4.5 Como y desde que lugar se analiza la emoción (técnicas de recolección de la información)

La propuesta de recolección se basa en adquirir la información desde el autor reconocimiento por parte de los estudiantes, implementando diversas herramientas que permitan generar y establecer puentes entre el desarrollo creativo y la identificación emocional, buscando optimizar el proceso de gestión emocional. Para esto, nos centramos en fomentar la relación entre la representación emocional con lo sensorial (tangibilidad de la emoción).

Desde la articulación con la parte creativa y cognitiva del estudiante, Meece, J. (2000), “Desarrollo del niño y del adolescente” citando a Piaget (1982) en su obra “teoría del desarrollo cognitivo”. Propuso, cuatro etapas del desarrollo cognitivo: el período sensorio motor, preoperacional, operaciones concretas y operaciones formales.

En la etapa de las operaciones formales, Judith Meece (2000 P.5), citando a Piaget, establece que “ocurre entre las edades de 7 y 11 años, y se caracteriza por el uso adecuado de la lógica.” Durante este estadio, los procesos de pensamiento de un niño se vuelven más maduros y “como un adulto”. Empieza solucionando problemas de una manera más lógica... Solo pueden aplicar esta nueva comprensión a los objetos concretos (aquellos que han experimentado con sus sentidos). Es decir, los objetos imaginados o los que no han visto, oído, o tocado, continúan siendo algo místico para estos niños, y el pensamiento abstracto tiene todavía que desarrollarse. (Piaget, 1982)

Piaget establece que la infancia de los individuos es fundamental para el crecimiento mental y físico, desde la estimulación sensorial y experiencial, en donde se fortalece la parte cognitiva del niño.



Con este panorama se buscan que, mediante diversas herramientas de recolección, fomente el desarrollo sensorial, creativo e incentivar al autoconocimiento y la identificación. Para esto, se trabajará con los laboratorios de creación, actividades de desarrollo creativo y se aplicará método de observación participante.

4.5.1 Laboratorios de creación:

Estos se proyectan como espacios de experimentación y aprendizaje que desde la individualidad o colectividad permiten al niño no solo explorar sus habilidades, sino también las relacione con el entorno, buscando incentivar el pensamiento creativo por medio de la experimentación y el aprendizaje de creaciones que faciliten la identificación emocional desde la interacción con lo sensorial (tangibilidad emocional).

Tabla No. 1 Diario de campo # 10

Actividad	Desarrollo creativo	Resultado
El mundo para un niño existe desde la inmersión de la conciencia que posee del mismo; la contemplación no tiene finalidad sin la	Recorre las emociones y crea. Con arcilla o plastilina pídeles a tus estudiantes que creen, esculpan, proyecten y moldeen las emociones,	


<p>construcción del objeto. Así mismo, el proceso de creación e ilustración completa la identificación emocional en torno a “dar cara” desde la imaginación y no desde el objeto generador o detonador de la misma.</p> <p>En esta fase de creación emocional se establece la idea de cómo volver tangibles las emociones para que estas, sean trabajadas desde los sentidos, lo dinámico y lo creativo. Con la finalidad de dinamizar las emociones, de crear desde la perspectiva individual la consolidación de la emoción, buscando el diálogo mediado por el arte</p>	<p>desde el sentir, y la experiencia. Dale total libertad a la hora de trabajar, no existen las formas, nada está bien ni mal y celebra la diferencia de creaciones entre ellos. Permite que el proceso creativo no tenga límites, da parámetros y lleva el hilo de creación participante, construye desde sus ideas.</p> <p>Cierre</p> <p>En un círculo de la palabra muestra las creaciones, pregunta por qué la forma y el color, pídeles, darle un nombre a la emoción y una característica de cómo creen que ella actuaría si pudieran hablar con ella, qué le preguntarían y cómo creen que reaccionaría su fuera real</p> <p>Plantea un diálogo con la emoción, una cuestión entre lo que me hace sentir y cómo lo siento, si creen que es bueno o malo y qué opinan estas de la misma.</p>	<p>Crear y dar nombre a las emociones, ayuda a fomentar el diálogo entre el sujeto, el objeto</p>  <p>y la creación del mismo les ayuda a entender cómo se construye una emoción no solo de forma interna, sino también desde cómo esta habita en nosotros y cómo podemos</p>  <p>hablar con ellas sin que sean malas o buenas</p>
--	---	--

Fuente: Elaboración propia

4.5.2 Actividades de desarrollo creativo:

Se establecieron, por medio de la creación de propuestas en donde el arte direcciona las sesiones con los estudiantes, brindando espacios seguros de escucha y reflexión; dirigidos por preguntas problematizadoras que guíen el desarrollo de las actividades surgidas en estos. Estas, con la intencionalidad de orientar al sujeto y potenciar su capacidad para construir problemas desde la realidad concreta, con la finalidad de que el reconocimiento personal de la apertura al otro que, en diálogo, permita ver y verse, conocer y conocerse. Siempre respetando la autonomía de creación de los estudiantes y sus formas de expresión.

Tabla No 2. Diario de campo #8

Actividad	Desarrollo creativo	Resultado
<p>Se buscará establecer una relación entre el entorno y la emocionalidad, por medio de la relación de estímulos, entre objetos u/o acciones. Con el fin de identificar los factores detonantes que habitan en el entorno.</p> <p>La identificación por medio de la construcción orientada y el reconocimiento del entorno plantea el componente que afecta y direcciona el comportamiento de los estudiantes. ¿Cómo se habla de esto? ¿Cómo direcciono el sentir en el conocimiento?</p>	<p>Así yo muestro mis emociones</p> <p>Tratemos de relacionarnos con lo que tenemos, con lo que vemos y sentimos, como nuestro alrededor genera, modifica y motiva las emociones y sentires</p> <p>Inicia la actividad de respiración y observación del entorno, direcciona con preguntas ¿Qué puedes ver? ¿Qué te gusta de lo que ves? ¿Qué imaginas que hay más allá de lo que no puedes ver?</p> <p>Usemos el cuaderno.</p> <p>Trasforma las herramientas, dales otro significado. Y para esto, en la actividad de hoy diseña unos pequeños cuadernos con hojas de papel, marca una emoción distinta en cada hoja (alegría, tristeza, furia, miedo, calma) pídeles a tus estudiantes que con recortes decoren las hojas con objetos o acciones que suelen detonar y generen estas emociones en su cotidianidad</p> <p>Cierre</p> <p>Recoge los cuadernos y dialoga alrededor de los objetos o situaciones, porque esos y lo que se siente cuando viven estas experiencias</p> <p>Ten presente que no todos querrán hablar en público, respeta sus límites y hazles sentir que participar no siempre significa hablar en público, estamos en un espacio seguro.</p>	<p>Que somos y que nos construye. Los niños hablan desde lo que sienten, ven, perciben, construyen y relacionan el entorno con su continuidad y dan nombre a lo que los hace</p>  <p>sentir bien y mal.</p> <p>El direccionamiento es primordial para orientar los sentires. Ellos logran ver qué les hace sentir de formas distintas y a su vez cómo llevarlo y que está bien dejarlo ser</p>


Fuente: Elaboración propia

4.5.3 Observación participante:

El método de observación participante permite, por medio del análisis comportamental y participativo, evaluar o entender cómo los estudiantes se desenvuelven durante las sesiones o en diversas situaciones, dentro y fuera del aula.

Involucrándose activamente en las dinámicas de la comunidad y registrando aquellos datos relevantes que aporten no solo a la investigación sino también a mejorar el proceso creativo

Tabla No. 3 Diario de campo #3

Actividad	Desarrollo creativo	Resultado
<p>Este ejercicio tiene como finalidad demostrar las distintas y diversas caras de una emoción que se manifiestan y detona por diferentes factores. A demás, busca plantear la expresión y postular el cómo se exterioriza un sentimiento o una emoción en un momento o forma determinada, ya sea de forma consciente o inconsciente, logrando alterar el estado de niño y detonando emociones y comportamientos.</p>	<p>Vincula la emoción con el espacio. Prepara preguntas en donde las emociones se vean reflejadas por los sentidos, se mezclen las emociones y pueda sentir una con la otra, vincula su contexto social y espacio que habita. Analiza sus reacciones y respuestas, sus comportamientos y hazlos conscientes de lo que sienten y cómo se puede alterar el estado de amigo según lo que observa, escucha y vive.</p> <p>Ahora, con pintura, papel y un poco de música, los niños plasmarán sus sentires y deseos. No busques las respuestas en sus palabras, búscalas en su forma de pintar, en cómo lo hacen.</p> <p>Coloca el papel en el piso y se consiente del espacio en el que habitas, mientras, reproduces distintas piezas musicales, pídeles que pinten, que cierren los ojos e imaginen y se dejen llevar por los sonidos del ambiente.</p>	<p>Los niños notan los cambios de ambiente, de emoción y nostalgia, se generan diversos aspectos y reacciones al ver cómo se pueden transitar entre una emoción y otra.</p>  <p>Como el hábitat emocional, transforma y en un mismo ambiente, genera diversos sentires desde lo propio y la influencia que se da en colectividad</p>

Fuente: Elaboración propia

4.6 Trabajemos con (Población)

La presente propuesta se enfoca en trabajar con la comunidad indígena Misak, ubicada en el municipio de Silvia, Cauca, específicamente en el resguardo de Guambia, en la vereda El Pueblito. Este entorno comunitario es rico en tradiciones y conocimientos ancestrales que son fundamentales para el desarrollo integral de sus miembros. La

intervención se dirigirá a un grupo de 10 estudiantes de grado tercero, con edades comprendidas entre 7 y 9 años, que asisten a la Escuela Primaria El Pueblito.

Se busca fomentar desde estas edades y por medio de las emociones un aprendizaje significativo que respete y valore la cosmovisión de la comunidad Misak, integrando sus saberes y prácticas. A través de actividades lúdicas y pedagógicas, que no solo fortalezcan las habilidades académicas de los estudiantes, sino también promover su identidad cultural y su conexión emocional con el entorno. De esta manera, se espera contribuir al desarrollo de una educación inclusiva y contextualizada que responda a las necesidades y aspiraciones de la comunidad.

4.7. El orden del trabajo emocional (fases metodológicas)

Se desarrollarán 3 etapas de aplicación para las actividades, en donde se establezca el reconocimiento emocional mediante el manejo de conceptos básicos con los estudiantes y la consolidación de espacios seguros, que promuevan el diálogo y la reflexión. Se proyectan estas actividades dirigidas al cuidado emocional mediante la creación artística y de desarrollo del pensamiento creativo, en donde se oriente la práctica en el territorio.

Es imprescindible recalcar que cada sesión estará dividida en distintas fases a desarrollar ¿Cómo me emociona una emoción?, El teatro de la emoción y Así me muestro yo. Cada una de estas etapas está diseñada para que busquen consolidar un proceso de reconocimiento, identificación y gestión emocional. Los tiempos de aplicación se centrarán en establecer la autonomía de los estudiantes, desde los límites que orienten la investigación a cumplir con su objetivo.

4.7.1 Fase 1 ¿Cómo me emociona una emoción?

Para esta fase se tendrá en cuenta la faceta emocional y cómo la educación emocional busca generar en los estudiantes habilidades de comprensión emocional, desde la identificación y la aceptación. Implementando los sentidos de la vista y aditivos en el desarrollo de cada una

de las actividades como componente clave en la pedagogía emocional. Fomentando la capacidad para regular su propio aprendizaje, la confianza en sus aptitudes y conocimientos, desde el desarrollo de la creatividad y la iniciativa personal, impulsando la comprensión en primera instancia de las causas y prácticas cotidianas que se tienen en torno al cuidado emocional.

Se buscará reconocer, evidenciar y esclarecer, como los distintos conceptos e interrogantes del autocuidado emocional; Desde preguntas guías que dirección el contexto de la sesión ¿Qué es la emocionalidad?, ¿Cómo se entiende la gestión emocional (por medio de la inteligencia emocional)?, ¿Cómo se entiende el cuidado al otro y la empatía? ¿Se logran manifestar estos conceptos en el contexto social y educativo de los estudiantes? Para esto se plantea una primera visita y se aplicará durante el desarrollo de las primeras 4 sesiones en el territorio.

4.7.2 Fase 2 El teatro de la emoción

Etapa está fundamentada desde lo experiencial. Buscará llevar un total manejo emocional desde el arte y el desarrollo del pensamiento artístico, por medio de creaciones que ayuden a exponer las emociones como muestra tangible de expresión. Ya que las diversas muestras simbólicas creadas por los niños permitirán crear un diálogo desde lo sensorial con la parte cognitiva, facilitando su proceso de identificación emocional.

Esto lo podemos fundamentar desde la idea de que Estela Quintar plantea “En estos registros se devela el mundo simbólico y existencial del sujeto a la vez que se captan: disonancias cognitivas, contradicciones entre sistema de creencias y supuestos teóricos que se explicitan, barreras afectivas y todo aquello que obtura posibilidades de potenciación del sujeto en la construcción de conocimiento como conciencia histórica.” (Salcedo, 2009, p.10). Se establece cómo desde el análisis simbólico se pueden devenir diversas estructuras en los sujetos. Para así, lograr identificar qué tipos de problemáticas rodean a la comunidad y, en este caso, condicionan a los niños a lo que podría denominarse contención emocional. Se trabajará en 8 sesiones durante el tiempo de ejecución en el territorio

- Generar espacios seguros de cuidado y escucha desde el respeto y la empatía al otro, por medio de actividades artísticas que estimulen el pensamiento creativo por medio de lo sensorial. En donde, se buscará volver tangibles las emociones, para así darles cara y contribuir al diálogo desde lo que se ve y el cómo se ve.
- Se manejarán las caras de las emociones buscando el representarlas de diversas formas. Una idea de esto se fundamenta en cómo, desde el simbolismo de objetos, sensibles al oído, al tacto, al gusto o la vista, en los niños despierta su aceptación o rechazo, por lo que el actuar atribuido que despierta la emoción, desde la proyección de una imagen mental, proyectada al tacto.
- En este punto la clasificación emocional se hace relevante, no solo para el estudiante, sino también para el docente por eso mismo se propone, manejar un diccionario de emociones permitiendo clasificar, ordenar, y categorizar diversos cuadros emocionales y patrones comportamentales en los estudiantes; así, cuando el sentimiento pasa el estudiante puede evaluar sus acciones para ser consciente de las mismas en eventos futuros, logrando una gestión emocional en distintos campos de acción.

4.7.3 Fase 3 Así me muestro yo

La última fase de aplicación consta de la regulación emocional. Tras reconocer e identificar las emociones, se buscarán los medios de regulación establecidos desde las perspectivas de los niños, además de crear y aplicar técnicas en el aula para mejorar la validación emocional de estos espacios.

Teniendo presente la educación afectivo-emocional y artístico-creativa, se busca que el proceso establezca el poder hablar a las emociones a través de las propias emociones, con la

finalidad de aumentar la comprensión de sus causas y la práctica de estrategias para regularlas. El tiempo estimado de trabajo será durante 8 sesiones aplicadas en el territorio.

- Se trabajará la regulación emocional como resultado de un camino que surge desde la identificación, el reconocimiento, la gestión y sobre todo la técnica de cuidado más apropiada para cada individuo. Estas técnicas de cuidado emocional surgen desde la aplicación según como cada persona se siente segura a la hora de adquirir un acompañamiento desde contención emocional, que evite el desborde de estas.

- Como último método aplicativo se conformará conforme a la recolección de la información y las evidencias suministradas por los actores de la comunidad, se consolidará la creación de una cartilla en donde se plasmen no las técnicas de autorregulación emocional aplicadas en el aula de clase, además de establecer la concepción de emocionalidad, identificación, gestión y contingencia de estas en los niños del resguardo de Guambia de la escuela Institución Educativa El Pueblito.

5. Así se vive el Cauca

Una muestra del mundo, una que más allá de mi imaginación, una que une al infante con el espectáculo de la adultez. Vivir es más que solo coexistir en un lugar, más que solo recorrer calles y lugares baldíos llenos de incertidumbre, pero ignorando las preguntas y acciones del entorno.

El Cauca es mucho más que una imperceptible muestra de espacio verde y café, más que la inevitable mezcla entre lo irreal y lo fantástico. Vivir implica salir, habitar, cuestionar. Experimentar el miedo, la felicidad, la ira y el dolor. Vivir es experimentar y deambular entre lo que construye el pasado y proyecta el futuro.

No se trata de correr de forma inerte por un espacio. Cada visita al Cauca trajo consigo variables y acciones que modificaron la percepción del espacio, influenciado por muestras de comportamiento en donde se aislaba la felicidad o motivaba el miedo.

Leer es un transporte que entre cada letra y sílaba direcciona por el mar de las emociones, de lo que se sentía estar o no en un lugar, del miedo, la alegría, emotividad, entusiasmo con él que se trata de escribir.

Solo queda decir, prepárate para entre cada letra sumergirte entre la magia de Silvia, la naturaleza, cultura. El suave clima, la hospitalidad de la gente y el miedo que invoco la majestuosidad del espacio. A interpretar la huella sembrada entre el espíritu indomable, que por el río fluye sin detenerse.

5.1 Escapar para sentirse bien

Entre el ajetreo de la ciudad, la constante búsqueda de la tranquilidad se reduce a una inevitable fantasía. Una que idealiza los momentos de “calma”, y romantiza el daño con tal de satisfacer un instante de placer carnal. Entre estas ideas, trabajos y vivencias, el 28 de abril

de 2023, encrucijada en el nudo de la cordillera. Rodeada de los causes y las vertientes de la vida líquida. Se levantan las miradas, se abren los ojos y dilatan las pupilas al departamento que abriría sus puertas y mostraría sus caminos a quienes la ignorancia les nublaba el sentido.

El recuerdo es tan vivido como la presencia misma en el territorio, la intriga y la curiosidad se apoderaba de cada sentido, las ganas de conocer, los nervios de presentarse como ciudadanos, y la majestuosidad que nos rodeaba, ampliaba la dicha y ratifica ese destino que me puso en el lugar en donde siempre debí estar. Los primeros recorridos eran acompañados de corazones llenos, con un aura de entusiasmo que sometía el miedo y la vergüenza. Las ganas de mostrarnos su comunidad y la belleza de su ser, ser que en la tradición ancestral Misak guiaba al encuentro entre lo común y lo especial, la ficción con lo literal.

Las flores cuyo rocío perfumaban el aire, los árboles que acompañaban desde su imponente majestuosidad los bordes de las casas, la escuela y los caminos, las rocas que como livianas pasajeras eran empujadas por el río y limitaban el paso de la fuerza del caudal, lo cerca de las montañas y lo azul del cielo, era irreal. Lo irreal que se vuelve subjetivo al tacto y la vista, a la idea contemplativa de lo que existe solo por el egoísmo que permite imaginar, poseer o solamente aspirar a pertenecer a él, pensando que sin nosotros no da marcha a su perpetuidad.

La naturalidad de su entorno y su gente. La belleza del páramo y sus costumbres, del estar estancado y ver cómo, pasa el tiempo sin hacer estragos. Como el tiempo se vuelve tiempo, no prisa, no angustia ni dolor. El mundo más allá de sus cabidas, Silvia dio la bienvenida a una escapada, ese lugar alterno, ese rincón del mundo. Que con sus paisajes y murales, pinta de colores la vida, que, con hospitalidad, colorea el alma, con su agua enfría la conciencia y con el fuego de sus cocinas calienta el ser.

Los lugares en este territorio cuentan historias. La mía en este bello territorio no se sabe cuándo termina, pero sí cuando comienza. Cuando entre sus caminos a caballo me sentí

libre, cuando en sus cafés me sentí a gusto, cuando en sus parques estuve cómoda, y en sus rincones acogida.

La casita grande, la casita donde todos cabemos, la casita para aprender, aprender a ser, aprender a ser con el otro, a ser sin el otro, a que el otro sea sin mí. A saber qué quiero ser y qué aspiro que sea el otro. Otro nombre: la escuela, mi hogar y el hogar del otro. Un refugio de la niñez, del juego, de la alegría y sobre todo de la edad. Una sobrevaloración constante de lo que hago y lo que tengo que hacer. Lo que como adultos perdemos con el paso del tiempo, qué feroz, devora, mata y castiga el deseo del afán, del crecer para existir y elegir. En mi paso por la escuela aprendí a ver con calma, a entender la naturaleza con los sentidos, caminar con el asombro y la idea de poder ser. Ser en la identidad de la cultura, ser en el territorio, pero sobre todo en ser un bombero, un piloto, un profesor, un campesino, un médico, un agricultor, un soñador, un espía o un militar; Increíblemente esto se sentía sentarse un pupitre, un pedazo de metal y plástico que se ve como una silla o un cordón para someter la “hiperactividad” del alumno. Para ellos, es un mundo en donde no son gente grande, no son hermanos mayores, un espacio en donde ellos eligieron ser.

Como docente en formación, el concepto de educación radica en lo que se enseña; la verdadera pregunta es: ¿Qué es lo que voy a enseñar? La educación propia amplía esta visión, a una en donde la realidad del niño debe interactuar con el mundo externo y el pensamiento con lo cotidiano. El conocimiento de herencia, el ancestral, el que nace alrededor del fuego, en una comida, y el externo, del que se consigue afuera, convergen en un punto, en una secuencia de cuidado y aprendizaje que habla desde el saber en las raíces del conocimiento mismo.

El deseo de querer conocer y aprender en el éxtasis de sabiduría, de experiencias robadas por la vida, me llevaron a las montañas recorridas por el sonido de las yeguas, las lagunas profundas que reflejaban el cielo en un espejo que contempla la infinidad del mismo. La existencia y la compañía que sana, las tradiciones que enseñan y curan; abriendo puertas y ventanas permite acompañar a la existencia en un proceso de transformación, de ver correr a los demás, de ver el paso que se pierde ante la distancia de lo que se es y lo que este lugar sabe lo que se necesita ser. El bello Cauca me dio un primer recorrido, uno que mostró el

caos que desata la belleza, que ignora la compleja parte de aceptar la existencia y la idea del cómo se quiere crecer.

¿Qué falta? ¿Lo que falta no existe o solo no ha llegado? Estas preguntas invadían mi cabeza como la oscuridad al atardecer, mientras que el frío cobija el calor del último rayo de sol. Tal vez fue la influencia de mi estado mental y emocional, la paz del lugar o el deseo de ratificar una lucha constante entre cómo percibía la niñez sin ignorar lo importante de aprender en esta, pero, la mente me fue invadida por un pensamiento estremecedor, llenó de sueños idealizados cómo el escuchar, ver y enseñar. Pensar en la niñez estaba bien, en que está bien, no sentirse bien.

Colombia, aunque mágica y soberana, no enseña a escuchar, a valorar el ser, el agradecimiento del esfuerzo, y no hablo del esfuerzo del obrero, hablo de la esencia del ser, la que existe en una constante huida al pensamiento invasor, que se ocupa para no pensar y no permitirse sentir el dolor. Esta idea naciente no era solo influenciada por el entorno, ni tampoco una solicitud de interés permanentemente planteada por la comunidad. Esta es una búsqueda de atención, una señal de alerta y una propuesta de cuidado a la niñez. Dar un paso de fe en técnicas y atenciones que proyecten a los niños, que no les permitan detenerse, pero siempre tengan presente que es permitido hacerlo.

Con esta idea en mente hablar de cuidado emocional en un entorno donde las vivencias y experiencias radican solamente en lo físico y alrededor del trabajo, no es tan fácil. La verdadera cuestión estaba en el cómo desarrollar esto, cómo poder decirle a un niño que está bien, no querer estar en clase, no querer participar, que sentirse más agotado de lo habitual, no siempre es falta de sueño. Como dejar surgir las palabras en ellos, palabras que anhelan ver la luz del sol, pero que sin oídos que estén dispuestos a escuchar, solo son gritos en el vacío espacio que habita en su ausencia, se hacen notar.

Durante este recorrido, la fauna y la flora se hicieron notar, me acompañaron y alertaron de los imprevistos que, como una sombra, habitan por el camino. Fue inevitable no

contagiarse de la magia y la ilusión, no alimentar con cada día que pasaba la idea del mañana, donde la intriga del siguiente ocaso guiaba el anhelo del constante amanecer.

Con el paso de los días, despedirse no fue lo más difícil. Era contener el deseo de cómo volverse a sentir vivo, ameno y feliz. Aquel lugar que apartado del mundo me dio una nueva razón para vivir la vida, una que no era falsa o impuesta, una que no se pierde entre los andares del cemento o la soledad de las compañías líquidas y pasajeras de la ciudad, una en donde no solo esperaba el fin de la existencia para habitar en el manto del descanso.

5.2 ¿Para qué volvimos?

Era casi inevitable el no volver, volver con ideas, con una propuesta de trabajo llena de entusiasmo. Volver al frío, al sol, a la alegría contagiosa, a los colores que resaltan en la montaña, al sonido del río y al rocío de las flores. Volver se sintió como una luz de calidez, la bienvenida de la gente, de los niños y los maestros, me recordó él por qué tenía que estar aquí. Volver al camino cuya senda guio mis pasos una vez, se sintió de nuevo como una ruta al comienzo, un comienzo que esperaba fuera distinto, uno que no iniciara con “había una vez”.

Durante esta visita, la idea principal no solo se trató de lograr generar una identificación emocional por parte de los niños, también, era buscar, cómo formar ese lazo de seguridad en el espacio, un lugar para hablar y ser escuchados, en donde todo es válido y se puede aprender a sentir. Pero ¿cómo iniciar? ¿Cómo hablar con los niños? La forma más mediática de expresar emociones no es por medio del diálogo, pues, para esto se necesita tiempo y confianza. Sin embargo, una cuestión constante es cómo hablar desde lo que no se sabe cómo expresar. Para esto, el arte fue la herramienta usada para formar, deformar, expresar, dejar, sentir y fluir en los niños. Esto fue primordial, ya que podían hablar y gritar con un pincel, con pintura, papel y un lápiz.

Hablar con los niños de su forma de pensar y de mostrar el mundo me brindó un panorama más amplio hacia mi idea de trabajo. La influencia del entorno en el desarrollo emocional de los niños era tan obvia que la belleza del espacio se quedaba corta en su

pequeña mirada. Así, su percepción de la falta de compañía no sentía que afectara tanto su diario vivir. Pero, la tristeza, frustración y el malgenio, fueron tres emociones que resaltaron en el espacio y para esto, los niños incentivaron el pintar para sanar y dibujar, para liberar.

Entender las dinámicas del territorio y como estas transformaban las miradas de los niños, implicó aceptar como la sostenibilidad económica de los mismos se daba mayormente a las afueras del mismo espacio, *“Es que no siempre se puede estar ahí profe, no ve toca comer y para eso toca trabajar”* (Neider, 8 años). Mientras cada día pasaba, comencé a entender que, no se trata de vivir a su lado, se trata de comer en compañía. No se trata de estar en la presencia de la madre o el padre siempre, es jugar, salir, estar reunidos en ciertos momentos de auxilio y confusión. La unión se da, así como en un campo de flores donde se necesita de la otra para sobrevivir y sobresalir. El cambio radical de comportamiento y semblante es una muestra de cómo con algo tan básico como una pregunta *“¿Cómo te fue hoy, me quieres contar?”*, se pueden cambiar las percepciones de un niño.

Lograr identificar la falta de empatía emocional, me llevo a evaluar el papel de la diferencia en la brecha generacional y como la falta de comunicación del entorno, detonaba en que la emocionalidad no es un tema de interés, ni uno constante que habite o deambule por los pasillos, aulas, caminos o en distintos espacios. La forma de interacción que más cerca se da es una relación entre obediencia, comportamiento y acto.

La palabra Nu-Musik, o en español adultos pequeños, es un ejemplo de lo anteriormente nombrado. En este espacio las infancias no van más allá de la idea del trabajo, no son permanentes o perpetuas. Por el contrario, la escuela se veía como un espacio en donde se es permitido ser niño. Fue en ese momento en que otra pregunta invadió mi mente. *¿Qué es ser un niño?*; No hablo de jugar o correr, de hacer preguntas o trabajos; hablo de la imaginación, de qué se siente ser un niño, de cómo ve, vive, o se percibe desde el sentir. Dejando de lado la romanización de la niñez, también hablo de cómo habita la cuestión de los sentires del miedo, el dolor, la frustración, la rabia e impotencia, sí, estas también están en los niños.

Durante las siguientes sesiones trabajadas, busque la forma de hablar sobre las emociones de una forma mediada y asociada al color, con la idea de facilitar el proceso de identificación. La acción y la sensación que se generaron eran claves para ver en que formas los niños y niñas podían expresarse y darles nombre a las emociones de la manera más sencilla y cómoda.

El arte seguía siendo mediador del entorno. Desde la creación de material gráfico, el músico terapia se optimó la relación entre el cuerpo y las distintas formas de expresión emocional que van más allá de lo que hago, veo, siento y hablo. Lograba aportar de manera positiva en el proceso para identificar las emociones en el contexto. En este punto, las acciones de cuidado mental en los niños comenzaron a proyectarse desde una forma de autoexaminación. Aquí supe e identifiqué que el niño se comporta según cómo se siente.

El entorno del niño tiene una influencia evidente, en cómo se puede reaccionar desde el sentir, no solo desde lo individual, sino también en colectivo, como las emociones nacen de diversas formas, aun estando todos en un mismo espacio. Además de buscar el patrón de conducta que detona en el espacio la reacción, la misma que varía, ya sea desde la interpretación del lenguaje corporal, su relación con el otro y cómo la emoción del otro también detona en sí mismo.

La comprensión, identificación y aceptación emocional trabajadas, dieron como resultado un mejor acercamiento del niño a entender cómo se siente y sobre todo qué es lo que siente. Para entender que mi habitar es propio y no está en el otro, llevo a ver la manifestación de distintas emociones y reacciones a situaciones en un mismo espacio. El arte como herramienta fundamental de expresión creativa fue, como se dijo anteriormente primordial, *“profe, es más fácil pintar que hablar”* (Daniela, 8 años), facilitó la interacción en el entorno, con la emocionalidad y en las relaciones sociales.

Como investigadora fue inevitable vincularme con ellos, no generar afectos a sus actos o simpatizar con sus acciones e historias. Habitar en el alma mater y no contagiarse de su esencia es como venir a Silvia y no sentirse conmovido por su belleza, su magia y misticismo. Es como no dejar que el sol caliente, el manto frío del viento y la brisa fresca, es

como no dejar que sus juegos y sonrisas alumbren el alma, o esperar que el brillo en los ojos en cada niño no muestre el mundo desde su mirada.

5.3 Algo que no se borre de su mente

Construir e ir, navegar y esperar. Las emociones, como pequeños corazones, son un mundo de sentimientos que comienzan a florecer. Desde la alegría y su opuesto en la tristeza; el miedo y la furia que limita su existencia; la calma que sobresale como un escape muy adentro del corazón. Ver a esos niños que, con ojos curiosos y corazones cubiertos, buscan descubrir el mundo y poder gritar sus sentimientos más profundos. En su mundo siempre hay una sonrisa que ilumina el día, una risa que contagia, un abrazo que protege y una valentía que llega como luz en la sombra del ausente.

En este pequeño mundo de la infancia y la construcción del ser, las emociones de los niños y sus experiencias sin filtro ni muro me guiaron por el camino del conocimiento para saber ser y regular las emociones del ser. Llegar a la regulación es solo el resultado de un proceso de escuchar y prestar atención. Para entender el niño primero debemos escuchar que es lo que quiere decir el niño. No es solo estar, no solo es hablar, es ver más allá y legitimar el acto mismo de existir y lo que esto implica en sí.

La niñez no es romántica, ni debe sublimar a la existencia por el hecho de “ser pequeño”, en esta se exaltan los colores, los olores o las vistas, pero esta, no es eterna. La niñez es una vida que no vive del miedo, de atareos y ataduras. Es una experiencia que vive de reacciones, sensaciones y experiencias, del estar por un momento, sin pensar en cómo me hace sentir. No guarda rencor, no huye, se enfrenta con el miedo mientras se olvida de este con un juego de escondidas en la montaña.

Desde el momento en el que llegue a este lugar en donde la infancia no es más que una puesta en escena con un corto acto de apertura, encontré un problema, uno desde el adulto centrismo y como si no existiera nadie más, este pareciera crear un límite sobre la capacidad

y la forma en que se proyecta de vida de los más pequeños. Pero con todo esto, ¿cómo actuar ante esto? ¿Cómo seguir llevando este proceso? ¿Cómo devolverles la infancia a los niños?

En este punto, quiero hablar del tiempo, de sentir en el tiempo, de la existencia en el tiempo. En Silvia, Cauca, el tiempo es una constante latente de la memoria entre lo que se construye y la naturaleza en sí. La relación del entorno con la influencia del comportamiento es notable; esta se basa en el vínculo del territorio con la niñez. No les puedes devolver o enseñar a vivir algo a un niño, solo le das el tiempo para que este entienda, para expresarse, y para ayudarlo a construir.

Esta visita cambió la perspectiva, muestra algo más allá del ideal creado por una realidad casi imperceptible. Trabajar en el reconocimiento emocional y en el proceso de gestión emocional, consta de permearse del territorio, de vivir en forma directa en el contexto y las problemáticas que invaden al mismo, afectando, influyendo y detonando en distintas emociones. No se habla de la naturaleza, o la conexión de los actores con el territorio, sino de la influencia del ambiente que choca con las ganas de seguir, el verdadero límite invisible, del que nadie habla porque “ya está aquí” y por qué es “normal”, por primera vez entendí que es callar, no expresar y seguir trabajando.

Hablar desde la expresión, del liberar, de lo que está bien sentir y legitimar el acto de estar, siendo externo al contexto, es más fácil decirlo que hacerlo; pero, callar por seguridad, no es igual que callar por obediencia.

¿Qué hizo que esto pasara? La influencia del abandono, de lo que es permitido y lo que no, del querer ser y no poder, es un factor de influencia presenciado en la niñez. No se trata de solo jugar en la calle con los zapatos al revés, en el frío y con una pelota, es observar con precaución y anhelar que no pasa nada. Desde los ojos de la niñez es distinto, pues, todo pasa y nada duele, todo se olvida jugando y se puede volver a iniciar 10 veces en un día.

Aunque para algunos niños es más fácil adaptarse, participar y hablar, para otros, no es así. En un proceso emocional, cada reacción, comportamiento, gesto y energía dice algo

de cada uno y de la forma en que se maneja así mismo. Al inicio siempre existe una distancia, una precaución de lo externo, de lo que no se conoce, es normal, pero con el tiempo este tipo de cosas se transforman, desde escuchar comentarios, a tener conversaciones completas y pasar por las lágrimas. Para ellos era algo nuevo, eran emociones nunca vistas, era saber que no era normal siempre sentirse de una forma y que podía haber más maneras de hacerlo, que muchos comportamientos o acciones que suelen realizar de manera inconsciente se asocian a una emoción.

Dialogar con las emociones fue nuevo, intrigante y gracioso. *“Profe, ¿qué le puedo preguntar a mi emoción?”* (Axel, 8 años). Creer que las emociones estaban y eran parte de ellos fue un tema de gran interés. No ver los sentimientos desde lo bueno o lo malo permitió que los niños pudieran sentirse cansados, decir que no entendían, esperar el espacio en que podían ser ellos. *“Profe, ¿a qué hora nos vas a dar el taller hoy?”*. Me cuestiono en cuánto conocía mis emociones. Para ellos, identificar, reconocer y ver las emociones fue una muestra de poder sentirse diferente y un niño que se siente diferente se comporta de otra forma

Cada sesión realizada trajo grandes aprendizajes *“profe, hoy no me siento bien, pero eso está bien ¿verdad?”* (David 8 años) *“profe yo entendí que las emociones no son ni buenas ni malas”* (Ana 9 años) *“profe, es que me da mucha rabia que los hombres no escuchan”* (Daniela 8 años). Los niños son un mundo que sin matices se abre ante los oídos y ojos correctos. No es fácil habitar en un espacio nuevo en donde no se tiene ninguna guía, cualquier paso en falso puede cerrar el puente haciendo que seas expulsado de su mundo.

Se dejaron ideas, métodos, formas, reflexiones y maneras. Si le dejas a un niño en la mente la idea de que puede ser el mimo y está bien sentirse mal, es muy probable que lo largo de su vida no sienta culpa por cómo se siente. El poder detenerse a respirar y pensar antes de actuar como adultos lo creemos algo casi imprescindible, es algo de “Madurez” así que ver a los niños detener y respirar para hablar en clase, enseñarse entre ellos mismos las diversas formas de respiración controladas que aportan a la regulación, es algo que motiva a la enseñanza y al cuidado. A pesar de todo, esto es algo que me motiva a seguir siendo docente del ámbito comunitario.

6. ¿Cómo fue que se vio este mundo?

Lo que se espera al llegar a un nuevo lugar, viene lleno de ilusión y entusiasmo, de alegría y misterio. Lo desconocido se abre como un telón que abarca a la obra de la vida y del cambio, de la ayuda, del poder hacer y del querer cambiar. Como investigadores, dejarse cegar de la belleza y la paz del ambiente es muy sencillo. Es confiar en el lugar que te da paz, que te llena y motiva a trabajar. Poco se habla de cómo cambian las cosas que se creen perpetuas, de cómo el tiempo causa estragos con su paso y se lleva aquello que se cree inamovible; como las ideas se convierten en promesas y las promesas en fantasías. No es mala la realidad, esta es necesaria y efusiva, verídica y cambiante.

Aquí comienza la respuesta al cómo emocionar una emoción, cómo podemos motivar e impulsar el trabajo por medio del miedo, sin perder el sentido de lo que se espera lograr y lo que se trasmite al enseñar. No solo es estar, es habitar y vivir, despojarse del todo y comenzar con él nada, moldearse al contexto sin la ilusión y sin el brillo en los ojos. Es darse cuenta de que el proceso, con su paso largo, evidenció la verdad del presente, dio el punto de partida en el pasado y proyectó una puesta al futuro.

6.1 ¿Qué pasa antes de llegar a ver por qué?

Hablar del reconocimiento emocional y su forma de enunciarlo es fácil. Pero, vivir y tramitarlo es lo difícil, es el cambio al que no se está acostumbrando. Desde la idealización de las infancias, en este contexto no es común ver formas de reconocimiento y validación emocional. Los problemas no se ven como problemas. En la infancia, se tiene la creencia de que no hay aspecto lo suficientemente relevante como para ser escuchados o permitir una expresión efusiva de ciertos tipos de comportamiento. El problema del niño siempre se ve, es de menor interés, fácil de resolver o solo se muestra como “cosas de niños”. El territorio escucha la voz de los que no hablan. Ven los ojos del que con su mirada grita. Sin embargo, en la adultez no se ayuda al que no grita y no se ve al que no aporta.

El primer resultado presentado va más allá de lo que podría denominarse silenciamiento emocional, claramente este reluce de una forma no tan tradicional en la infancia. Se muestra como un estado en donde los niños sienten, pero no pueden articular lo que están sintiendo. La falta de voz y expresión es muy peligrosa, tiende a detonar en ansiedad, depresión o problemas de comportamiento. Cuando las emociones no se expresan, pueden llevar al encierro por elección, al encierro del sentir, o al límite de la capacidad de expresión emocional.

En los niños los patrones de comportamiento están direccionados desde sus contextos, sociales y familiares. La tendencia de la comunidad puede denominarse como adulto centrista. El adulto siempre tiene la razón, las formas, los medios y la capacidad de opinar. La voz de los niños no va más allá del poder contestar una respuesta en la escuela, o responder a sus padres en casa. Pero esta problemática no solo se forma porque sí. Invadido por el conflicto, resulta en el negativo desarrollo expresivo, emocional y psicológico de los niños. *“Profe yo no voy a gritas”, “profe yo hablo pasito” “es que no me gusta decir lo que pienso” “profe eso no importa”* o solo *“se guarda silencio ante la inconformidad”* (Comentarios presentados por estudiantes entre 7 y 9 años durante la primera sesión de trabajo en la escuela). En este caso en especial se habla de una forma de expresión silenciosa y delimitada que según (Goleman, 1995, p. 131) *“Se Suele conseguir mediante un proceso de modelado, con el que los niños aprenden lo que tienen que hacer viendo lo que hacen los demás”*. Desde la imitación se crea la capacidad de expresión y a su vez las formas en que desde la visión de los adultos se permite el comportamiento de los niños en el ambiente.

El contexto social habla de una relación directa, pero no constante, de los actores armados en el territorio. Actores que influyen el comportamiento justificando el mismo desde la seguridad y el orden que se mantiene en la zona. La influencia de este en el desarrollo emocional en la infancia se logra evidenciar en cómo los niños adoptan patrones de comportamiento dados por distintas dinámicas. El conflicto cambia completamente la percepción que se tiene del mundo *“Para los niños, la guerra o el conflicto representa una alteración fundamental de la ecología social y la infraestructura que apoya el desarrollo infantil, además del riesgo de peligro físico persona”* (Betancourt, 2009, p. 2). Así mismo,

no sé haba de cómo se ve el mundo, sino de cómo se normalizan las acciones en el contexto que se altera según las dinámicas presentadas en el mismo. En la infancia no solo se absorbe el conocimiento, sino también todo aquello que brinde “calma”, así esta detone de forma física en la reacción de la acción. En otras palabras, la infancia, es como una esponja que, luego de solo absorber sin detenerse, debe ser exprimida. El conflicto en la infancia es como el agua que no se detiene y corre libremente, empapando la esponja sin parar, dejando en esta, marcas de caída y chorreando solo lo que se logra desbordar.

“Estudios longitudinales de referencia sobre el desarrollo infantil han demostrado que la existencia de una relación de apoyo con al menos un adulto afectuoso fuera de un hogar con problemas se asociaba con mejores resultados sociales y emocionales incluso en los niños más desfavorecidos” (Betancourt, 2008, p. 4).

Aun analizando el contexto anterior, además de entender que la emocionalidad se ve directamente afectada por el conflicto, y la experiencia culmina en la detonación del trauma. (Betancourt, 2024) Se establece que los niños generan vínculos que desde su inocencia les permitan experimentar la seguridad antes mencionada. En esto, en búsqueda, se generan mecanismos de adaptación y supervivencia. Hablar del trauma puede entenderse como una afectación directa al desarrollo en la infancia. La seguridad se entiende como algo que vas más allá de lo que se ve, se vive y de la forma en que se calla; de habitar un refugio construido por el miedo; es asignarle la calma a lo comprensible. Lo inevitable se vuelve costumbre; la certeza se da en la reacción del comportamiento ante un acto.

Retomando un poco la relación de la infancia, la seguridad y el vínculo parental dado en el territorio, este se enuncia desde la construcción social de la comunidad. “*Profe, me da malgenio que los hombres no escuchan*” (Daniela, 8 años). Se hace importante reconocer cómo, durante el proceso investigativo, las mujeres y niñas responden al rol de cuidado dentro y fuera del hogar. “A pesar de su papel crucial, las mujeres indígenas enfrentan desafíos significativos, incluyendo la carga desproporcionada del trabajo de cuidado no remunerado. Este trabajo limita su acceso a oportunidades económicas y su participación en espacios públicos y políticos”. (Fayad J 2021, p. 12). Es imprescindible reconocer que estas

prácticas de cuidado son neta responsabilidad de las mujeres. Desde muy pequeñas se les da labores de escucha, limpieza, cocina y orden en una mayor frecuencia que a los niños. Mientras los hombres pueden discutir, las mujeres en silencio cuestionan el no poder ser escuchadas. Por el contrario, el papel de los hombres se ve más en proveer el sustento económico; a este se le asigna el rol de autoridad mayor, de orden y autonomía. *“Él puede hacerlo porque es hombre”, “eso es cosa de hombre”*. Históricamente, la caracterización de los cuidados y la protección de la infancia se hace reproduciendo las preocupaciones de las madres y padres por sus hijos en los momentos del nacimiento, la alimentación, el destete, la dentición, el llanto, el andar, el hablar, el dormir, la vacunación, como evidencias de interés en los pequeños (Fayad J 2021 p. 5). No se habla de que estas cuestiones de cuidado en el territorio sean innecesarias, solo se logra, tras un determinado análisis, evidenciar cómo en el ámbito emocional y sentimental se permiten unos tipos de expresión dependientes al género o al rol asignado en su entorno.

Si es bien sabido que las prácticas de responsabilidad no remplazan las dinámicas de cuidado emocional, es importante hablar cómo en el territorio la comprensión de cuidado va desde lo físico y lo material. Las cuestiones de trabajo constan para suplir las necesidades básicas de cada familia; la emocionalidad no es una preocupación contante. Si no se enuncia la emoción, esta no existe. Nombrar emociones no solo permite su reconocimiento, sino que también facilita la comunicación, el entendimiento y la regulación. Fomentar un entorno donde las personas puedan expresar sus sentimientos es esencial para el desarrollo personal y social saludable.

Durante las primeras visitas, el reconocimiento emocional desde el ámbito educativo no era un tema que se hablara o tuviera un tipo de antecedente en el espacio. Las emociones solo son palabras, no hay variedad en ellas y todas habitan según el comportamiento de los niños. Es importante reconocer que se entienden por emociones aquellas cosas que nos hacen sentir bien, mal o estar enojados. No se habla desde la experiencia o la emoción como estado, sino de las cosas que detonan estas mismas. Esto se debe a que la educación se arraiga a un tipo de entendimiento y enseñanza que se replica basada en aspectos que la comunidad considera como relevantes. No se piensan a las infancias de forma distinta a lo que siempre

ha sido. “Los niños indígenas no son iguales que los de hace 10 años, tienen otras necesidades y problemáticas, considero que igual que a los niños bogotanos, se debe crear muchos diálogos con las familias para generar entornos protectores” (Maguared, 2018 p. 2)

Existe la creencia de que los niños solo son feliz, hacen rabieta o se ponen triste “haciendo show” “encontramos el papel del reconocimiento de las sensaciones, sentimientos y percepciones sobre lo simbólico, cultural e imaginarios con que se forma a la infancia” (Fayad J 2021. P. 8) La emocionalidad no se reconoce como aspecto, es una imitación del contexto.

Sin embargo y hasta este punto, se entiende que cambiar el contexto social es algo casi imposible. En el desarrollo de las actividades pedagógicas, se vio una transformación a la hora de aceptar las diferentes expresiones emocionales. Como todo proceso, se toma un tiempo en generar una confianza que garantice que el niño pueda hablar sin temor a ser juzgado o rechazado por sus sentires. Los niños tienen la capacidad de hablar cuando se entiende que su mundo va más allá de una escuela o de un hogar. La idea de transformar va desde adentro, aceptando el sentir antes de que este explote. “*Profe, entonces no hay emociones malas*” (Ana, 7 años). Desvincular lo positivo y lo negativo del sentir y reafirmar la necesidad emocional como una expresión natural del cuerpo. Este es el primer paso antes de llegar a un proceso de regulación. Las emociones no son buenas ni malas, y en el aula los niños demostraban asertivamente el poder tener diálogos con las mismas. Ya no solo era el silencio inminente o el temor de expresar la incomodidad. “*No te enojas, profe... "Pero, hoy me siento aburrido*” (David, 8 años). Legitimar la expresión y respetar a la misma ayuda a generar espacios seguros, en donde la transformación emocional va más allá de aceptar la misma. En la clase se cuestiona el sentimiento.

6.2 Expresar sin hablar

El constituir técnicas que aporten al cuidado emocional durante el proceso de reconocimiento del mismo es una tarea que debe vincular los espacios y las formas de interpretación en el contexto social. Desde la comunidad indígena Misak no se tiene presente el cuidado emocional, pero su posición cultural promueve las “*casas del taita Payan*”, que son espacios

que representan la relación ancestral desde las prácticas culturales. Estos son espacios donde se implementa el NuIsuk, o pensamiento propio, que representa la tradición cultural que se recibe desde que inicia cada persona su ciclo de vida, que está presente en el diario vivir del Misak, ya que con ellos se logra el Pishintø Waramik que es “vivir en armonía entre nosotros mismos y con todas las formas de vida de la naturaleza” (Cabildo Ancestral Misak. Programa de Educación, 2016, p. 46). Aunque no se consta de un proceso emocional de cuidado y reconocimiento individual. Sí, se habla desde lo colectivo, del habitar en la naturaleza con el otro. Una armonía que promueve el cuidado en la sociedad.

“Se cuenta también con el espacio de las etapas del ciclo de vida requieren de una relación estrecha con los astros, cometas, estrellas, nubes, rayos, con las aguas, lagunas, ríos, quebradas, lluvias, los minerales, la flora y fauna, las plantas medicinales, la agricultura, la alimentación, los animales, viviendas, la música, la danza, los tejidos, la oralidad, la educación, la salud, todo son lenguajes naturales que permiten a los Nu-Misak orientar de manera integral los procesos de formación para la vida, en el tiempo y en el espacio” (Cabildo Ancestral Misak. Programa de Educación, 2016, p. 47).

El vínculo que se da desde el entorno y lo que nace de la misma influencia el estado emocional (los lugares). Emociones como la calma se ven desde el silencio, las montañas o los ríos, los niños los determinaban y describían como estados de paz, mismos que proyectan esa idea de “lugares seguros”. *“profe, yo en las montañas me siento mejor después de que me regañan o estoy triste”* (Paula, 8 años). *“Profe, eso no se preocupe y mejor vamos al río”* (Gladis (años)). Las emociones en las infancias indignas son un aspecto fundamental para entender su desarrollo integral. Reconocer y validar estas emociones dentro del contexto cultural es esencial para fomentar una educación emocional relevante que respete y vincule su identidad y tradiciones.

Las formas de expresión emocional se logran ver en muchos aspectos y acciones. Un ejemplo de esto es la danza tradicional, misma que se ve como forma de liberar y canalizar energías en los niños. Aspecto que ellos reconocen como “me siento mejor”. Profe, bailar me hace sentir bien. *“Vamos a bailar hoy”* (Paula, 9 años). El conocimiento cultural particular parte de la idea de que hay una concepción de herencia genética, de cosmovisión, de relaciones de energías, de influencias culturales, de sentidos ancestrales, sobre cómo cuidar

y acompañar el crecimiento, este saber cultural aporta en una concepción muy particular del reconocimiento de las infancias y en la identidad cultural. (Fayad J. 2021, P.7). Es inevitable trabajar la emocionalidad sin un enfoque ancestral y cultural; la relación de los niños con su entorno no solo se da de forma negativa. La idea de la paz desde determinados lugares, guiada por el juego y la ilusión, es una puesta de trabajo casi nunca contemplada. Se trata de habitar en su entorno, no llevar uno nuevo al que ellos no pertenecen.

Durante distintas sesiones se evidenció que, aunque en los niños las emociones fuertes no son permitidas, *“Profe, yo no quiero, pero ya lo hago”* (Karen, 8 años). Ellos expresan su emocionalidad desde su silencio, desde la contención. Las emociones fuertes son llevadas al silencio, y recaen en el cambio de actitud, en donde de igual manera se realiza la acción, así ellos estén molestos. La queja, la rebeldía o el refutar no están permitidas en los niños. Aun así, ver cómo los niños y niñas adaptaban las técnicas propuestas a su contexto, cómo las traían en ejemplos, e historias. Todo su mundo se mostraba a partir de su conciencia, ya no habitaba en su silencio. La imaginación surgió como mecanismo de trabajo y jugó un papel fundamental en el aula de clase, dio la opción de expresar sin hablar. Habitar un espacio te hace pensar que, como este, todo es igual. Las técnicas de reconocimiento debían habitar y andar en esta dirección. Mostrar que hay más allá de la vista o lo entendible, que, aunque todo se vea igual, hay diversas formas para decir, expresar y sentir.

6.3 Volvamos al espacio en donde está bien no estar bien

¿Qué pasó en el lugar? ¿Cómo este se volvió un espacio? Cada clase, cada taller, cada momento y cada palabra que nació en su momento, dirección al espacio. El espacio acogedor y seguro en donde era permitido sentir, expresarse, no querer hablar, estaba bien. El espacio en donde por primera vez estuvo bien no se sintió bien.

Para llegar a esto, el proceso de mediación emocional se enfocó en implementar las diversas formas artísticas, que facilitaron la expresión y comprensión de las emociones desde la comunicación no verbal y la creación para motivar el diálogo, entendiendo a cada emoción como una parte que habita en dentro de sí mismos.

Así mismo, el arte proporciona un lenguaje no verbal y simbólico que va más allá de las palabras, permitiendo que las partes involucradas se expresen de manera más auténtica y profunda. Pinturas, esculturas, música, teatro, danza y otras formas artísticas son herramientas poderosas que pueden desbloquear emociones reprimidas, generar empatía y fomentar la creatividad en el proceso de mediación. (Esmediadores. 2023. Mediación y arte)

En este contexto, el arte, sobre todo la música y la pintura, fue una forma de expresión que permitió el diálogo con lo emocional sin la necesidad de que exista algún tipo de crítica sobre la misma. Brindo una herramienta al espacio que aporta a la empatía, el comportamiento y el control de la emoción trabajada.

Es imprescindible reconocer el arte como formas de expresión que no se pueden ubicar de la misma manera en la ciudad que en la vereda. En el proceso de trabajo se da la adaptación de mecanismos de cuidado reflejados en cómo los niños entienden y reconocen la emocionalidad, propiciando así un espacio de regulación en el mismo.

Como se resalta en párrafos anteriores, existen espacios de cuidado desde lo propio que surgen en el contexto en donde crecen los niños. Las formas de entender la emocionalidad deben optar por estas apuestas de cuidado propio vinculadas al territorio. En el proceso se ve cómo no se debe buscar adaptar la regulación a mecanismos externos. El arte brinda la oportunidad de ampliar la vista, de imprimir el contexto en la emoción, dejando ser la misma.

Una forma de expresión con gran aporte en la aplicación de la propuesta es el teatro con títeres. Este se recibió de una forma muy buena en el espacio; daba la opción de que los niños mostraran quienes son más allá de lo que se les permite expresar. Es decir, pueden ser lo que quieran con la voz que quieran sin sentirse juzgados o criticados. Así mismo, implementar los títeres como herramienta pedagógica en la muestra artística, que aporta al desarrollo de la inteligencia emocional

“La reflexión apunta al abordaje y comprensión profunda de las primeras etapas del proceso educativo en nuestro país se deben incluir diferentes estrategias didácticas y pedagógicas que fomenten la creatividad, reflexividad, el trabajo en equipo y la criticidad, entre un sinnúmero de valores necesarios para la sana convivencia. (León, 2023, p.5).

Los títeres permiten a los niños representar sus emociones de manera segura y creativa. Un enfoque en la expresión emocional que ayuda a los estudiantes a distinguir emociones mediante gestos y movimientos. Estas actividades incluyeron y vincularon el juego de roles, la observación y comunicación efectiva entre los mismos.

El arte y el espacio en donde este se daba, brindaron la opción de ser a los niños. El juego, la imaginación y el contexto, se vincularon de la forma más asertiva posible. “El títere quiere decir algo... *"No me gusta cómo me hablas"* (Neider 8 años). *"Profe, yo pinté esto porque la verdad la canción no me hizo sentir bien"* (Daniela, 8 años) *"Me gusta pintar, me hace sentir mejor"* (Axel, 8 años) *"Profe, estas son emociones y las hice así porque todas pueden estar juntas y llevarse bien"* (David, 8 años)

7. ¿Qué nos llevamos de todo esto? (conclusiones)

La Escuela Primaria El Pueblito es un espacio cuya forma de enseñanza está directamente relacionada al entorno. Desde las comunidades indígenas, la conexión con el ambiente, la huerta y la tierra trasversaliza las diferentes clases que se imparten en la escuela.

Se enseña desde lo que existe en el medio y no solo se limita al aplicativo de un currículo en el aula. A esto, se le suma la relación de expresividad en donde los estudiantes asocian aspectos de su vida cotidiana a las formas de interacción entre la emoción y su cotidianidad. Por lo mismo, y tras dos años de aplicación de esta investigación se establece que el medio en el que se desarrollan las emociones debe estar totalmente asociado a las formas y objetos significativos en el entorno, ya que en la comunidad esto es de vital importancia, no solo desde la influencia que el mismo aporta a la infancia, sino también para lograr así un diálogo entre lo que se ve y lo que se siente de una forma más sencilla y efectiva.

Se evidenció, como para los niños es más fácil entender las emociones desde lo cotidiano que por el contrario con objetos u actores con los que interactúan esporádicamente. Durante una actividad de la fase de regulación llevada a cabo en el aula de clase, se aplicó un “semáforo emocional” esto con la finalidad de que los niños y niñas relacionaran un objeto que secuencialmente evitara un desborde emocional y direccionara el detone de la misma de forma segura, el primer error fue llevar un objeto que para ellos no habita en su contexto, no es relevante. Ellos entienden las emociones y las vinculan más con factores detonantes que habitan y están en un constante movimiento a su alrededor. Ejemplo de esto, sería hablar desde el estado de maduración de una fruta, imaginar la fruta cuando se puede ingerir y cuando no, es una buena opción a la hora de hablar de regulación emocional. Las relaciones sociales parten del territorio y las formas de llevarla radican en el mismo.

Aparte, según el análisis realizado durante la aplicación de este trabajo de grado y en torno a la pregunta problema, el arte aplicado desde los laboratorios de creación posibilitó de una forma asertiva la aplicación de técnicas en el cuidado, reconocimiento e identificación emocional. Este, logro mediar las emociones exteriorizadas por los estudiantes de forma

segura en espacios que vinculaban desde la construcción comunitaria el arte de manera individual, dio paso a una representación tangible, optando por como el desarrollo creativo libera desde lo individual lo que se construye en comunidad.

Con esto en mente, estando bajo los factores de influencia emocional y al tener un contacto directo con el espacio no solo del aula sino también el de la vereda El Pueblito, pude notar diversos aspectos que influyen en el desarrollo emocional de los niños, por esto es impórtate abarcar desde la escuela el concepto de respeto y cuidado emocional en casa, ya que en el hogar el vínculo paterno y materno para los niños es una influencia notable que ayuda a conservar e identificar los cambios y mejoras en la aplicación de técnicas para el reconocimiento e identificación emocional.

Analizando esto formular espacios desde el diálogo es complejo, ya que se evidencia cómo las relaciones entre los adultos y los niños son de poder y conocimiento. En una comunidad adulto centrista los niños gritan desde el silencio del comportamiento. Considero óptimo que deben majarse este tipo de relaciones de formas más abiertas desde la escucha y promoviendo la validación real de las emociones por parte de los maestros hacia los estudiantes y de los padres y abuelos para con los niños.

Teniendo esto en cuenta también se hace importante recalcar que por falta de tiempo y recursos en el territorio estos aspectos no fueron en su totalidad abracados, el diálogo integrador con las familias debe apostarse desde un trabajo constante de escucha y reflexión, que trasverzalice y problematice las acciones en el hogar que intervienen en la emocionalidad desde el sentir y la reacción de forma directa. Desde el aula, el proceso continuo debe motivar escuchar en el sentir del niño y la reflexión no solo abordando la perspectiva que el adulto llega a tener sobre cómo se desarrolla el “orden” del aula. Se debe entender que el silencio no siempre significa orden, y no se puede interpretar la quietud como “paz” en el espacio.

Por último se concluye que en este trabajo de grado desde el ámbito emocional los niños y niñas de la Escuela Primaria El Pueblito dieron paso a la formulación de apuestas

pedagógicas mediadas por el arte, que aportaron a la identificación de comportamiento y acciones que pueden llegar a direccionarse de forma negativa cuando no se sabe lo que siente y por qué se siente.

La idea de dar cara a la emoción brinda una seguridad en el niño de saber que lo siente no es malo, que existe y puede verlo y este caso tocarlo.

Al crear en un espacio seguro, los niños y las niñas no poseen una mala intención, en el aula los niños demostraron como las emociones pueden habitar y coexistir en un mismo ambiente, dieron la importancia y relevancia sobre el reconocimiento que cada uno posee como individuo. Este motivo diferentes aspectos a tener en cuenta para profundizar en investigaciones futuras, abordando diversos conceptos como el arte desde mediación en relación con el entorno, e interactuando con la naturaleza como forma de expresión en el ámbito rural.

Así se logró evidenciar como regulación emocional durante el proceso de aplicación se dio de una forma más sencilla; pues desde el momento en que se distingue que factores detonan la emoción y se logra una relación asertiva a la reacción que se siente cuando esta explota, desde lo individual se evita el desborde emocional, aplicando la contingencia artística en cada integrante.

8. Bibliografía

- Goleman, D. (2016). La inteligencia emocional . Instituto Universitario YMCA. <https://iuymca.edu.ar/wp-content/uploads/2022/01/La-Inteligencia-Emocional-Daniel-Goleman-1.pdf>
- Blasco Mira, JE, & Pérez Turpín, JA (2009). Ciencias de la actividad física y el deporte: Ampliando horizontes . <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/12270/1/blasco.pdf>
- Gurdíán-Fernández, A. (2007). El paradigma cualitativo en la investigación socioeducativa . Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana (CECC). <https://ice.ua.es/pt/documentos/recursos/materiales/el-paradigma-cualitativo-en-la-investigacion-socio-educativa.pdf>
- Moreno, A. (2020). La mediación artística: Arte para la transformación social, la inclusión social y el desarrollo comunitario . Eduso. https://eduso.net/res/wp-content/uploads/2020/06/medicionartistica_res_25.pdf
- Salcedo, J. (2009). Pedagogía de la potencia y didáctica no parametral. Entrevista con Estela Quintar . Revista Interamericana de Educación de Adultos, 31(1), 119-133. <https://www.redalyc.org/pdf/4575/457545096006.pdf>
- Piaget, J. (2002). Teoría del desarrollo cognitivo . Terapia Cognitiva. <https://www.terapia-cognitiva.mx/wp-content/uploads/2015/11/Teoria-Del-Desarrollo-Cognitivo-de-Piaget.pdf>
- Del Valle López, Á. (2010). Educación de las emociones . Dialnet. <https://www.redalyc.org/pdf/4575/457545096006.pdf>
- Betancourt, T. S., & Williams, T. (2008). Resilience in children affected by armed conflict: An ecological perspective. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 49(3), 234-245. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC2613765/>
- Comillas CIHS. (2024). Las consecuencias de los conflictos armados en la salud mental infantil. <https://www.comillas.edu/noticias/las-consecuencias-de-los-conflictos-armados-en-la-salud-mental-infantil/>
- Antonia Agreda. (n.d.). Perfil de Antonia Agreda. Maguared. <https://maguared.gov.co/perfil-antoniaagreda/>

- Cabrera, J. A., & González, R. (2021). La importancia de la educación emocional en el desarrollo integral del estudiante. *Ciencia Matria*, 7(2), 45-58. <https://cienciamatriarevista.org.ve/index.php/cm/article/view/1030/1711>
- Fayad-Sierra, J. A. (2021). Las infancias indígenas como configuración diferencial de las concepciones de infancia. *Revista Colombiana de Educación*, 1(83), 1-20. <https://doi.org/10.17227/rce.num83-11900>.
- Esmediadores. (n.d.). Mediación y arte. <https://esmediadores.com/mediacion-y-arte/>
- Yela Muñoz, D. A., & Tumiña Paja, L. E. (2018). *Cuerpo y territorio en el pueblo Misak*. Universidad del Cauca. <http://repositorio.unicauca.edu.co:8080/bitstream/handle/123456789/4064/Cuerpo%20y%20territorio%20en%20el%20pueblo%20Misak.pdf?isAllowed=y&sequence=1>
- UNICEF Colombia. (n.d.). Proyecto Educativo Misak: Desde la cosmovisión y las relaciones interculturales para la educación inicial - preescolar (transición) a básica. Autoridad Ancestral del Pueblo Misak, Grupo de Estudios en Educación Indígena y Multicultural - GEIM, Universidad del Cauca. <https://www.unicef.org/colombia/media/256/file/Proyecto%20Educativo%20Misak%20Rosario.pdf>
- Ortiz López, R. (2017). La importancia de la educación emocional en el desarrollo integral del alumno de primaria (Trabajo de Fin de Grado). Universidad de las Islas Baleares. https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3952/Ortiz_Lopez_Raquel.pdf
- González, M. (n.d.). *Momento III: Recorrido epistemológico metodológico*. Universidad Rafael Belloso Chacín. <https://virtual.urbe.edu/tesispub/0101167/cap03.pdf>
- Guao. (n.d.). *Teoría del desarrollo de Piaget*. <https://www.guao.org/sites/default/files/portafolio%20docente/Teor%C3%ADa%20del%20desarrollo%20de%20Piaget.pdf>
- Córdoba Cely, C., Sandoval Sarmiento, L., & León Blanco, D. (Eds.). (2023). *Investigación + creación: Reflexiones y prácticas desde las autonomías*

territoriales, creativas y tecnológicas (2ª ed.). Editorial Universidad de Nariño. <https://sired.udenar.edu.co/9333/2/9333-5.pdf>

9. Anexos

- Se anexan algunos diarios de campo y evidencia fotográfica realizada durante las sesiones desarrolladas a cabo en el territorio
- **Anexo 1:**
Diarios de campo

¿Cómo me emociona una emoción?

(09 abril de 2024)

Asistencia:

12 niños

8 niñas

Total: 20 estudiantes

Durante la primera sesión se abarcaron tres emociones básicas (alegría, tristeza y rabia) estas, fueron relacionadas con distintas ilustraciones entregadas por los estudiantes, en donde se aplicó una simbología que busca representar las distintas ideas que se construyen según la percepción del niño en la misma.

Durante la sesión se logró evidenciar como diversas situaciones relacionadas con el abandono y la falta de atención por parte de las figuras paternas se manifiesta como una influencia notable ante las diferentes propuestas de expresión emocional que logra “representar” el estudiante. Estas se desarrollan de manera negativa en la cotidianidad del niño, siendo asociadas con la tristeza, frustración y malgenio. Por otra parte, acciones de cuidado como, comer en compañía, estar en la presencia de la madre, jugar o salir del espacio comúnmente generan reacciones positivas que a su vez cambia el estado comportamental del alumno, no solo en el aula sino en su cotidianidad, evidenciándose de forma directa en su capacidad de expresividad emocional.

La tristeza desde la percepción de las infancias guambianas es relacionada con acciones como, la soledad “cuando estoy solo”, la falta de acompañamiento parental por temas laborales “cuando mis papás no vuelven del trabajo”. Asociada a la inapropiada referencia verbal hacia ellos “cuando me hablan feo”, y la responsabilidad de cuidado y

maternización que obtienen los hermanos mayores en el entorno. Estas hacen que las relaciones familiares de los niños sean netamente referidas a los mismos y en un espacio de poco contacto al afecto físico. Este tipo de acciones han logrado no solo que los estudiantes asuman su autoridad moral y el sostenimiento del hogar desde muy jóvenes, si no también ha generado diversos patrones de represión emocional que van direccionados a conductas mediadas por respuestas afectivas que responden al comportamiento y a esa responsabilidad.



La falta de empatía emocional que se diversifica en torno a la diferencia intergeneracional de la comunidad, genera que el trámite emocional sea frustrante y con un alto margen de explosividad, que no suele ser tratado de manera asertiva, sino que, por el contrario, suele haber una represión direccionada a la violencia física, verbal y psicológica. Una reacción violenta ante la mala contención o conducta emocional del infante, solo da como resultado un bloqueo o represión emocional que en diversas situaciones llega a la pérdida de control. En el desarrollo de la actividad la acción de estar enojado se ve como algo malo, la falta de atención, el gritar o el golpe, solo genera desconfianza en el niño, así que este prefiere evitar el tema y limitarlo a “profe, me enoja cuando no me dan lo que quiero”.

Entorno y la emoción (10 de abril de 2024)

Asistencia:

6 niños

6 niñas

Total: 12 estudiantes



En el transcurso de la segunda sesión llevada a cabo con los estudiantes, se logró no solo desarrollar la actividad de manera asertiva, también se evidenció una clara participación e identificación asociada a la colorimetría de las emociones por parte de los estudiantes en torno a la expresividad y discusión emocional. El espacio logró demostrar como la relación entre emocionalidad asociada a un aspecto de

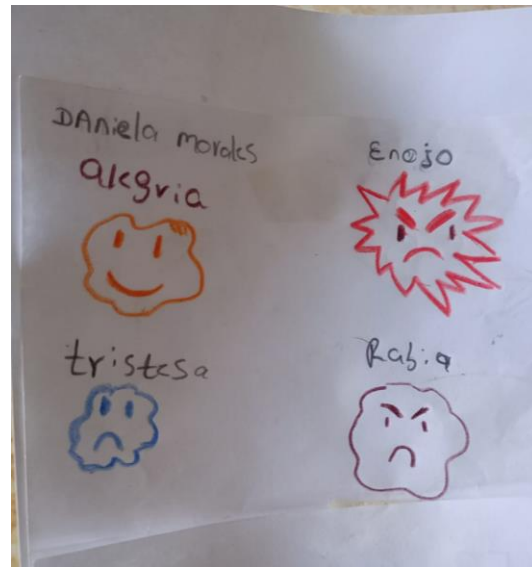
tangibilidad hace que el niño pueda interpretar más fácil lo que está sintiendo, la concepción de lo físico por medio de los sentidos relaciona la acción a la condición. Durante la sesión el proceso de reconocimiento emocional se volvió más sencillo, no solo con el movimiento físico que determinaba cada palabra, también la estimulación auditiva y visual logra establecer una capacidad de diferenciación emocional.

La expresión por medio del arte permite al estudiante ir más allá del diálogo, la cual no siempre suele ser bien aceptada o asimilada por los niños, este método facilita y genera un entorno seguro, donde, la falta de patrones y márgenes de limitación a lo que quiere ser le permite evidenciar claramente sus gustos, dolores, tristezas, rabia e indiferencia. A la hora de pintar se hace más asequible para el docente reconocer el estado emocional del estudiante dependiendo si plasma en el papel algo que lo hace feliz, algo que lo pone triste o algo que libere de su cuerpo una reacción a la rabia o frustración contenida.

Las acciones de cuidado mental en los niños se reconocen hasta que ellos evalúan su comportamiento durante el estado emocional que presentan. Así mismo, al momento de preguntarles que acciones los hacen “sentir mejor” y cuáles no, se ve como la felicidad está direccionada a la estimulación física o visual o auditiva “*Me siento feliz y relajado cuando escucho música*”. Y como la tristeza se expresa en estados de quietud hasta llegar

a ignorar el sentir de la emoción “cuando estoy triste duermo mucho y no me gusta salir”.

La expresividad trata de pintar, bailar, escribir o hablar; teniendo presente la constante pregunta de ¿Cómo me siento haciendo esto? Con la finalidad de no solo olvidar el sentimiento y emoción que se estaba vivenciando, puesto que hacer consiente de la emocionalidad al niño permite que este la gestione y autorregule con el acompañamiento adecuado.



Así yo muestro mis emociones (05 de septiembre de 2024)

Asistencia:

4 niños

6 niñas

Total: 10 estudiantes

¿Qué es eso que vemos y nos genera una emoción? ¿Qué son esas cosas que detonan en un sentir? Se es necesario reconocer no solo el comportamiento que habita en la emoción, sino también desde lo físico y lo tangible, qué me hace sentir, que lugar me cambia, el humor y el ánimo, a donde o que acudo para sentirme mejor, y que evito tener o ver para conservarme “feliz”.

La sesión se desarrolló de forma compleja. La tarde anterior se les había pedido a los niños llevar recortes, revistas y materiales que tuvieran en su casa para realizar la actividad. Sin embargo, solo 4 de ellos llevaron el material. La mayoría decidió compartir, no tuvo inconveniente, pero dos niñas (Elizabeth 8 años) (Paula 9 años) mostraron un descontento ya que la opción alterna a los recortes era dibujar. Ellas no pidieron compartir y solo se aislaron porque no llevaron el material de la actividad. Decidieron quedarse quietas hasta que alguien se acercó a ellas para trabajar.



Las emociones son momentáneas en este caso, pero nunca hubo un trámite de las mismas “es que ellas tienen que compartir. Los niños no pueden ser envidiosos”. Esto género en mí diferentes cuestionamientos ¿En qué momento el no querer suplir la irresponsabilidad del otro se volvió envidia? ¿Estoy obligado a saber que los otros necesitan ayuda? ¿Los demás deben saber cuándo ayudarme sin que yo lo diga?

Tras este evento la clase se llevó con normalidad, cada niño y niña entrego su material, me explico que significa y sorprendió algunas de sus respuestas y relaciones, emociones y con los objetos.

Tristeza- Imágenes de. Regaños, gritos, hermanos menores, soledad (muchas asociadas a figuras bíblicas)

Felicidad- Imágenes de. Dinero, familias unidas,

juguets

Miedo- Imágenes de. Oscuridad, bosque, insectos, la playa (miedos recurrentes o a lo desconocido)

Calma- Imágenes de. Montañas, el río.

Ira- Imágenes de. Peleas, conflicto, robo.

La sesión cerro bien, se direccionó de buena manera y el inconveniente se manejó de la manera más tranquila, los niños salieron de forma tranquila y para sus sentires quedo de forma muy perpetua el reconocimiento de los objetos y lugares con los que pueden sentir

Esto es lo que pude ver en ti (06 de septiembre de 2024)

Asistencia:

4 niños

6 niñas

Total: 10 estudiantes

Desde la interpretación emocional lograr que los participantes desarrollen la capacidad de identificar emociones por medio de acciones que se realizan de forma ya sea consciente e inconsciente detona en el proceso sobre generar el reconocimiento emocional por medio del arte, en este caso la actividad se dio con la finalidad de incentivar el cuidado al otro con las diferentes acciones que afectan la emocionalidad y pueden abordarse las mismas desde el teatro libre y en las personas a su alrededor.

Durante el desarrollo de la sesión, los niños lo entendieron muy bien, el cuento y la dinámica de las emociones fue para ellos una forma de expresión nunca antes vista. El poder crear desde 0 cada una de sus marionetas, ayudarse entre ellos y darle vida a cada emoción fue una experiencia emocionante.



A la hora de actuar pensé que tal vez la vergüenza o la pena no permitiría que ellos se desarrollaran de la mejor forma. Sin embargo, y para mi sorpresa ellos crearon hasta las voces que ocupaba cada personaje.

El teatro fue una forma de expresión que les permitió hablar más allá de ellos, nadie los juzgo, se rían juntos y podían expresar y cuestionar el modo en que las emociones se mostraban en la lectura. Los títeres fue una de las mejores técnicas utilizadas durante la aplicación de la

propuesta pedagógica.

Fue una actividad hermosa, llena de aprendizajes que se entienden y dan paso a evidenciar todo el proceso de trabajo emocional en el aula. Mientras exista la pregunta y la interpretación los niños siempre tendrán la opción de cuestionar lo que pasa y por qué pasa; en este caso que se siente y por qué se siente así, pero sobre todo ¿Cómo yo transformo ese sentir?

**Recorre las emociones y crea.
(10 de septiembre de 2024)**

Asistencia:

4 niños

6 niñas

Total: 10 estudiantes



Como crear, como ver y como dialogar. Volver tangibles a las emociones para que estas, sean trabajadas desde los sentidos, lo dinámico y lo creativo, da paso a la libertad creativa. A ver como ellos muestran y comparten su mundo. Mundo que para un niño existe desde la inmersión de la conciencia que posee del mismo, en donde la contemplación no tiene finalidad sin la construcción del objeto. “dar cara” desde la imaginación y no desde el objeto generador o detonador de la emoción, no las determina como buenas o malas, solo en el hecho de que existen.

En esta sesión se dio el cierre de la fase interpretativa y de creación emocional, con esto se vieron grande avances, pero sobre todo fue darle una cara, forma, cuerpo, personalidad a todo lo que se venía trabajando

es un gran avance. “porque te sientes triste” David 8 años. Los niños cuestionaron y vieron que las emociones no son malas, que pueden habitar todas juntas y ser amigas, que “no tiene la culpa de ser así” se dio un espacio de diálogo en donde hablaron con ellas.

Crear por medio del proceso artístico dio a entender que algo que yo hice y está en mí no es malo, está bien saber cómo se siente la emoción.

Cada niño estaba emocionado por mostrar los colores, las formas y el porqué de su emoción. Cuáles eran más bonitas y que caras tienen, cuáles eran esas diferencia la una de la otra.

Cada forma única de expresión llevo a reconocer la diversidad que se

podía presentar en las emociones, no existe solo una y la mía no es la misma que la del otro. “profe, yo solo puedo hablar con mis emociones, las de compañero solo las entiende el” (Axel 8 años) El proceso de reconocimiento implica que desde lo colectivo todos somos parte y tenemos similitudes, pero en lo individual cada proceso es diferente y único.



- A continuación se anexa la cartilla la cual hace parte y es el resultado entregable de esta propuesta como material pedagógico

Anexo 2:



Mucho Gusto.

Somos las Emociones

Samantha Rodriguez
Lic. en Educación Comunitaria



Mucho gusto, somos
LAS EMOCIONES

por Samantha Rodríguez



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA
NACIONAL

Educadora de educadores



ÍNDICE

1

Bienvenidos a este nuevo mundo

1-3

2

¿Nacemos del cuidado o somos quienes cuidan?

4-9

2.1

¿En dónde estamos?

8-9

3

Si cuidas lo de adentro se ve mas bonito lo de afuera

10-13

3.1

¿Venga y eso como se usa?

13

4

Actividades de desarrollo

14-47

4.1

Fase 1 Como me emociona una emoción

15-23

4.2

Fase 2 El teatro de la emoción

24-36

4.3

Fase 3 El arte de pensar, sentir y respirar

25-47

5

Anexos

48-57

6

Bibliografía

58-60

No te preocupes, aquí vas a encontrar de forma más rápida lo que estés buscando



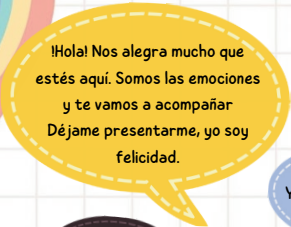
1. BIENVENIDOS A ESTE NUEVO MUNDO




Esta cartilla es el resultado de la investigación realizada, en el marco del trabajo de grado, ¿Cómo se siente una emoción? Aportes pedagógicos que faciliten el reconocimiento, la identificación y la regulación emocional por medio del arte y se encuentra dirigida principalmente a los niños y niñas de la Escuela Primaria El Pueblito en el resguardo de Guambia. Aunque la propuesta se desarrolla en el ámbito rural, se busca apoyar el desarrollo de las infancias y aportar a la validación emocional en la niñez.

La propuesta de conocer las emociones por medio de las mismas, busca generar una reflexión, desde el diálogo y la interacción, sobre cómo se perciben las emocionalidades en las infancias. Las emociones aquí presentadas llevarán al lector por la senda del entender, del saber, aportando a la transformación de los procesos en el cuidado, a la salud mental.

Cada actividad encontrada en este material fue creada y desarrollada en conjunto con la comunidad infantil de la Escuela Primaria El Pueblito, ubicada en departamento del Cauca, en el municipio de Silvia. Los doce (12) talleres se trabajaron en 3 fases distintas; fase 1 ¿Cómo me emociona una emoción?, la cual tuvo en cuenta la faceta emocional y su vinculación con la educación, buscando generar en los estudiantes habilidades de comprensión, desde la identificación y la aceptación. Fase 2, el teatro de la emoción, la cual se fundamenta desde lo experiencial y vivencial mediando las emociones por el arte. Fase 3, el arte de pensar, sentir y respirar, en la cual se gestiona y valida la regulación emocional.



¡Hola! Nos alegra mucho que
estés aquí. Somos las emociones
y te vamos a acompañar
Déjame presentarme, yo soy
felicidad.



Yo soy tristeza



Soy miedo



Soy enojo



Hola, soy calma



2. ¿NACEMOS DEL GUIDADO O SOMOS QUIENES GUIDAN?



Como adultos constantemente tratamos de seguir el ritmo que la ciudad entre la majestuosidad de sus altos edificios y la soberanía de las calles llenas de miedo, nostalgia y el polvo que dejan los afanados. La vista del mundo se proyecta desde lo que vemos, desde lo que entendemos y del conocimiento del yo, del supuesto sobre cómo me siento, que no va más allá de la existencia del otro o de lo que alcanzamos a imaginar;



¿Imaginar? La imaginación es algo que solo tiene un niño, el adulto disocia, el adulto perdió la fe en que pueda pasar algo mágico. Pero el niño, el niño, aún cree en la fantasía, en la magia y la ilusión, en el poder y la seguridad.



Entonces, ¿Qué pasa?, porque al crecer estas ideas solo se tornan en anhelos o memorias llenas de nostalgia y de emociones vacías que ocultamos, perdemos mientras vamos creciendo. Las respuestas de esto se ocultan en un cofre cerrado y almacenado en el subconsciente, olvidado y reprimido. Me refiero al porqué cuesta creer, porque es tan difícil parar, porque no podemos ver más lejos de lo que alguna vez quisimos ser, de ese niño interior.

Ese refugio interno, el lugar tranquilo y lleno de ilusiones, el que es feliz cuando hacemos algo que reprimimos por olvido o por afán de que habla la sociedad cuando se trata de crecer. Ese niño es el mismo que bloqueamos con frases como “deje de llorar”, “cállese”, “no moleste”, “con llorar que va a solucionar”, Compórtese, “mire la edad que tiene”, “quédese quieto que lo están mirando”. Expresiones que más que “educar” marcan, se posan en un altar de juicios morales y éticos, de autolesiones y constantes reclamos direccionados a como adultos decir “No hay tiempo pa’ sentirse mal”. Estas constantes expresiones hacen que el niño interior, casi de forma imperceptible, grite por ayuda, provocando una pregunta en el presente, una que podría cambiar esa percepción propia, la emocionalidad. Y si esos gritos fueran palabras que de niños hubiéremos querido escuchar, ¿Qué te crees que te hubieran dicho?




Con esta pregunta, comienza a nacer una idea de dar, dar la opción de cuidar lo que decimos a los otros, de sentir, de respetar, de interpretar y aprender a gestionar. Si se le da la oportunidad a un niño de hablar, y se le valora por ser, este podría explicarnos como se delimita su mundo, de qué color es, que sabor tiene y cuál es su olor. Nos enseña a cuidarlo. No se trata de salvarlos de sí mismo, sino enseñar que está bien estar mal, que podemos estar mejor, y sobre todo estar ahí para que nuestros niños estén mejor..


Buscando llevar un total manejo emocional mediado por el arte y el desarrollo del pensamiento artístico, por medio de creaciones que ayuden a exponer las emociones como muestra tangibles de expresión y la fase 3, el arte de pensar, sentir y respirar, en donde se busca la regulación emocional por medio de las perspectivas de los niños, aplicando técnicas en el aula para mejorar la validación emocional de estos espacios.



Es por ello que este material busca ampliar las diferentes perspectivas que se tienen desde el conocimiento emocional. Implementando la mediación del arte, como forma de desarrollo creativo. Facilitando así el proceso de reconocimiento e identificación desde los sentidos, caracterizando a las emociones y trayendo sus aspectos individuales al diálogo colectivo.



Estamos aquí para enseñarte que todas las emociones son importantes, ninguna es buena o mala

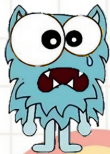


No me hagas volverlo a repetir

Con esta semilla en tierra, pensar en cómo desde la infancia todo es posible, verla como un espacio en donde se puede sentir con libertad, y expresarse desde esa esencia que un día dejamos atrás. Esa misma que puede ayudar al adulto a parar, a cuidar de sí mismo, de aceptarse desde la emocionalidad y no como una debilidad, si no como un mecanismo de validación. Pensando en que cuidar el presente de un niño salve el futuro, que el adulto del presente deje olvidado en su pasado.

2.1 ¿En dónde estamos?

¿Por dónde se puede iniciar?. La vida es solamente la respuesta de acciones y consecuencias que llevamos a lo largo de una trayectoria, en donde cada línea de tiempo nos muestra un resultado diferente. Esa pregunta fue la que me llevo a parar en un municipio que con sus verdes caminos, amable gente, clima que te abraza, paisajes llenos de esperanza y emoción dieron la oportunidad de ver, de trabajar, de ayudar y más importante de escuchar.



Así llegamos a Silvia, Silvia hermosa que desde la distancia asemeja a las grandes e imponentes montañas en Europa, que escondida entre los altibajos y niebla de las cordilleras, abres sus alas a quienes quieren tener paz, a quienes conocer la simpleza de la belleza y estruendoso del corazón. Aquí, aquí, comenzaría a brotar esa semilla, que llego a donde debía geminar, a donde lo largo de sus raíces y lo bello de sus hojas no opacara el cielo o secura la tierra que se unía a su alrededor.

Un proceso de creación consta de la capacidad que se tiene de adquirir conocimiento y el cómo este se plasma para replicar y esparcir, así como las flores al polen, el conocimiento a quien lo necesite.

Así nace esta cartilla, de la recolección de formas, acciones y reflexiones desde y con la comunidad, que buscan evidenciar el proceso de resignificación y validación emocional desde las veredas, la escuela y sobre todo sobre el cómo quieren ser cuidados y escuchados los niños.



Las emociones son de todos y todas, está bien hablar de ellas y no te preocupes, aquí puedes aprender como hacerlo

**3. SI CUIDAS LO DE ADENTRO SE VE
MÁS BONITO LO DE AFUERA**



Durante los primeros años de vida es crucial fomentar la conciencia emocional en los niños y niñas, ya que estos principios de inteligencia emocional ayudando a prevenir problemas de salud mental.

La inteligencia y el cuidado emocional no solo son fundamentales en las etapas del desarrollo cognitivo en el niño, sino que también, se ve reflejada en los aspectos, académicos, sociales y personales del mismo.

Hablemos de la inteligencia emocional como "... Un conjunto de habilidades que hemos dado en llamar inteligencia emocional, habilidades entre las que destacan el autocontrol, el entusiasmo, la perseverancia y la capacidad para motivarse a uno mismo" (Goleman D. 1995) En otras palabras se entiende por inteligencia emocional la capacidad de reconocer, comprender y gestionar las emociones propias y del otro, con una visión empática y de la manera más efectiva. Esta implica darse cuenta, entender y actuar sobre las mismas de la manera más afectiva, en torno al cuidado colectivo e individual.



Recordemos que no solo se habla de salud mental como proceso de cuidado, también, se hace como esta ayuda por medio de la comprensión y control emocional. Se busca que el niño genere diversas herramientas para prevenir y mejorar emociones como el estrés, la frustración, en el estado de ansiedad o depresión. La fomentación de actividades que desarrollen el cuidado emocional también fortalecen el manejo de relaciones interpersonales, ya sea con amigos, familiares o compañeros.

En esta cartilla aplicará el arte como medio de expresión emocional, ya que aporta gran validez al desarrollo cognitivo, impactando positiva y significativamente en el cuidado de salud mental, permitiendo reflejar experiencias y estados mentales por medio de construcciones que desde lo sensorial y la estimulación motora, ayudan a la mejora de la autoestima y la emocionalidad.

En el aula de clases, estas habilidades de desarrollo personal y cognitivo tienden a facilitar la comprensión del estudiante en diversos temas. La inteligencia emocional facilita la concentración y abren paso a manejar la frustración desde diversas formas de aprendizaje. La inteligencia emocional debe buscar en el niño conservar su bienestar mental, social y académico, mantener y respetar los límites emocionales.



3.1 Venga, y eso, ¿cómo se usa?

Esta herramienta habla desde la vista de los niños, sus vivencias y sentires, aportando a la construcción y desarrollo cognitivo, aumentando y fortaleciendo los procesos y el pensamiento creativo. Se busca implementar el arte como medio de expresión, que desde lo sensorial brinda una experiencia de estimulación motora con los estudiantes.



Desde su aplicación se busca establecer cuáles son las distintas emociones presentadas en el aula, como estas se perciben, evidencian y se pueden contener durante el proceso de aprendizaje.

Desde la caracterización emocional, se logra crear una variedad de estrategias de cuidado que aportan a la gestión emocional. Se entiende que cada niño es único, y por eso los procesos de cuidado pueden ser direccionados desde sus perspectivas, manejándolo a su vez desde la colectividad, creando espacios de reflexión y autoconocimiento, inviten a la constante búsqueda de nuevas muestras de cuidado entre ellos.

Se habla desde el diálogo entre las emociones, sus formas de comportamiento y muestras emocionales, que lleven a la exteriorización desde las distintas áreas de aplicación en la escuela.

4. ACTIVIDADES DE DESARROLLO



FASE 1

¿CÓMO ME EMOCIONA UNA EMOCIÓN?

SESIÓN 1

ACTIVIDAD 1

Este primer ejercicio iniciaremos el proceso de personificación y reconocimiento emocional en los estudiantes. Es primordial establecer lo que ellos saben para determinar el punto de partida del trabajo y así construir un puente entre las ideas y el conocimiento, desarrollando la ruta de trabajo más apropiada.



Escucha siempre lo que tienen por decir y crea desde sus ideas, no plantees la equivocación como algo negativo

¿Pero qué es una emoción?



Para dar inicio es imprimible conocernos, hablarnos, saber quiénes somos y que nos gusta de eso, de donde estamos.

Juguemos a romper el hielo

Una buena idea para esto es el tingo-tingo-tango. Realiza un círculo con tus estudiantes y cada uno dirá su nombre y algo que le guste del lugar donde vive.



ACTIVIDAD CENTRAL

Una mesa redonda aporta cercanía y confidencialidad a la relación que de vital importancia crear con los estudiantes. Por eso, Ven, siéntate, escucha lo que tiene por decir. Aquí te dejo unas opciones de preguntas orientadoras

- ¿Qué tipos de emociones crees que hay? ¿Cómo crees que se ven?
- ¿Estas pueden estar en mi casa o solo las tengo yo?



"Recuerda vincular las emociones al contexto, relacionales con su cotidianidad, no olvides que son niños"

El arte es fundamental para la identificación emocional, por eso, media usando este en el espacio. Con una hoja de papel pídele a cada estudiante que dibuje en ella el cómo cree que se ve la emoción, que color y forma tiene.(motiva los detalles) y TÚ también realiza el ejercicio.

Materiales

Hojas

Colores

Marcadores


Cartulina para realizar
"el muro de la emoción"

**CIERRE**

Es importante, en lugar seguro en la emocionalidad, uno donde entremos todos y todas. Socializa los dibujos y pégalos en "el muro de la emoción", háblales de como en ese espacio todas las emociones pueden convivir y ninguna es más importante que la otra

Muro de la emoción: Espacio que determina un lugar de reconocimiento y apropiación emocional.

Este ejercicio tiene como finalidad demostrar las distintas y diversas caras que puede tener una emoción, la cual se manifiesta y detona por diferentes factores. Además Busca plantear la expresión como acción válida y postular el cómo se exterioriza un sentimiento u emoción de forma acertada en un momento o forma determinada



Hablemos del entorno y
la emoción

Inicia con

La asociación con colores es una muy buena idea a la hora de trabajar emociones, no solo por el significado del color, sino por lo que al niño le suscita los mismos.

Para la siguiente actividad, le daremos un color u acción a cada emoción de forma específica. Posteriormente, y conforme se va contando una historia, ellos deberán ir realizando ya sea el gesto para expresar la emoción o la acción



Aquí te dejamos una forma de hacerlo y no te preocupes que puedes preguntar



Ejemplo:

Azul: Tristeza

Amarillo: Alegría

Morado: Ira

Naranja: Miedo

Rojo: Correr

Gris: Saltar

Negro: Dar vueltas

El inicio del día comenzó mirando el cielo AZUL (los niños hacen cara triste) que los pájaros al saludar hacían que brillara lo AMARILLO (cara de alegría) del sol con su luz. Mientras al fondo se escucha aletear las mariposas, un oso NEGRO (los niños dan vueltas) jugaba a esconderse entre las rocas. El rosal del fondo que con su color ROJO (los niños corren) relucía y el NARANJA (poner cara de miedo) del ocaso que del día nos despedía.

Ahora, veamos la relación del espacio con nuestra actividad central



Actividad central*Vincula la emoción con el espacio*

Prepara preguntas en donde las emociones se vean reflejadas por los sentidos, se mezclen las emociones y pueda sentir una con la otra, vincula su contexto social y espacio que habita.

Ahora, con pintura, papel y un poco de música, los niños plasmarán sus sentires y deseos. NO busques las respuestas en sus palabras, búscalas en su forma de pintar, en como lo hacen.

Coloca el papel en el piso y se consiente del espacio en el que habitas, mientas, reproduces distintas piezas musicales, pídeles que pinten, que cierren los ojos e imaginen y se dejen llevar por los sonidos del ambiente.

Aquí te dejamos algunas muestras musicales y su posible relación emocional que te pueden ayudar

- Preparaos, El Rey León Miedo. .
- En marcha estoy, Tierra de Osos Alegría.
- Me llama, Mohana Esperanza.
- Bárbaros, Pocahontas Enfado.
- Recuérdame, de Coco Tristeza.
- Quiero mover el bote, Madagascar Entusiasmo



CIERRE

Habla con ellos de cómo se sintieron, de porqué pintaron, que imaginaban, cuando lo hacían y que querían lograr.

Pregunta cómo se sentían antes y como lo hacen después, pídeles que vean los dibujos de sus compañeros.



SESIÓN 3

ACTIVIDAD 3

Desde esta actividad se busca establecer el reconocimiento de las emociones en distintas perspectivas. Evidenciando como una emoción puede ser influenciada según la situación o el contexto. Plasmando como un mismo espacio puede detonar diferentes sentires.

¿Así que todos podemos sentir?

Si, hablemos de cómo nos sentimos convenido en un mismo espacio. Hablemos con los niños sobre la empatía, que es, como se siente y que entienden por la misma.

"Pensemos en las emociones que existen en el otro, que habitan junto a las mías" piensa espacios que detonen diversas emociones para hablar de la habitabilidad de las mismas.



MATERIALES
Videos donde se presenten las diversas emociones
Baffle
Proyector

ACTIVIDAD CENTRAL

Todas las formas de expresión son válidas, por eso trata de aplicar la emocionalidad desde lo visual. Para esto te proponemos por medio de una serie de video trabajar las distintas percepciones emocionales que nacen o germinan en diversas situaciones.



Ejemplos:

- Película Bambi
- Madagascar
- Hotel Transilvania 3

Habla con los niños de como podemos sentir algo distinto todos, aunque estemos juntos. Resalta que no está mal el sentir del otro, ya que todos somos y sentimos de distintas maneras. El espacio genera muchos sentires ¿Cuál crees que es el correcto?

CIERRE

Habla de las emociones y como se sienten, como sin que me las digan, puedo identificarlas por comportamientos o actitudes que tenemos; en este caso desde lo que vemos y como nos influencia. El sentir del otro.

Válida los sentires de los demás y NO los des por hecho.

FASE 2 EL TEATRO DE LA EMOCIÓN**SESIÓN 4**
ACTIVIDAD 1

En esta etapa del trabajo es de fundamental importancia fortalecer los conceptos emocionales para dar inicio a la representación y creación gráfica en donde se busca establecer la relación de cada emoción con el vínculo artístico.



Recordemos
como sentir

Reúne a los niños y salúdalos,
recuerda que no hay nada más
impactante para un niño que lo
vivo y lo dinámico.



Para esto te propones que hagas grupos según la cantidad de participantes, y les des un rompecabezas de una emoción distinta a cada uno, realiza una competencia para ver quién puede solucionarlo más rápido, socializa entre todos que características físicas detona cada emoción y relacionalas con aspecto de su cotidianidad.



Recomendación

vincula su cotidianidad a las emociones y los sentiré, asocia recuerdos y sentires con el espacio, direcciona sus pensamientos hacia la emocionalidad.

ACTIVIDAD CENTRAL

Juguemos a la ¡LOTERÍA!

Hablemos de emociones desde las emociones.

Reparte a cada jugador un cartón, explica que iras sacando las fichas y conforme estas vayan saliendo deberán tapparlas en sus tableros y el primero en completar su tablero ganara la partida (repite cuantas veces quieras y completando las formas que quieras)



Esta es una buena idea para hablar de esas emociones que nacen desde la ramificación de nuestras emociones base (tristeza, alegría, miedo, ira y calma)

CIERRE

Después de la risa es momento de hablar, pídeles te expliquen cómo se sienten, dialoga, en torno a las emociones que giran alrededor de lo antes visto, si conocían todas las que encontramos, etc.



Materiales
- Rompecabezas
- Lotería
(No te preocupes al final encontraras los links de todo el material)

SESIÓN 5

ACTIVIDAD 2

Se buscará establecer una relación entre el entorno y la emocionalidad, por medio de la relación de estímulos, entre objetos u/o acciones. Con el fin de identificar los factores detonantes que habitan en el entorno.



Tratemos de relacionarnos con lo que tenemos, con lo que vemos y sentimos, como nuestro alrededor genera, modifica y motiva las emociones y sentires

Salgamos.

Te recomendamos iniciar con una actividad de respiración y observación del entorno, direcciona con preguntas ¿Qué puedes ver? ¿Qué te gusta de lo que ves? ¿Qué imaginas que hay más allá de lo que no puedes ver?



Luego de esto hagamos un dibujo descompuesto. Pídeles a los participantes que realicen 2 filas; entrégale una hoja y un lápiz a cada uno, luego le esto los últimos de cada fila comenzaran a realizar un dibujo apoyado en la espalda de su compañero, sin hablar en secuencia cada uno seguirá dibujando lo que siente en su espalda hasta llegar al primero de la fila, se comparan los dibujos y el equipo que llegue al final con el mismo dibujo será el ganador.

Pídeles que realice los dibujos sobre su contesto y su alrededor, algo que quieran hacer o ver.

ACTIVIDAD CENTRAL

Usemos el cuaderno.

Trasforma las herramientas, dales otro significado. Y para esto, en la actividad de hoy diseña unos pequeños cuadernos con hojas de papel, marca una emoción distinta en cada hoja (alegría, tristeza, furia, miedo, calma) pídele a tus estudiantes que con recortes decoren las hojas con objetos o acciones que a ellos les generen estas emociones.



Materiales

- Papel, Grapadora, Recortes, Revistas, Colores, Pinturas, Colbon, Tijeras

CIERRE

Recoge los cuadernos y dialoga alrededor de los objetos o situaciones, porque esos y que se siente cuando viven estas experiencias.


Ten presente que no todos querrán hablar en público, respeta sus límites y hazles sentir que participar no siempre significa hablar en público, estamos en un espacio seguro.

Mira este bonito ejemplo , para que te sientas mas tranquilo de como va a quedar



SESIÓN 6
ACTIVIDAD 3

Desde la interpretación emocional se busca lograr que los participantes desarrollen la capacidad de identificar emociones representadas en acciones conscientes e inconscientes en los sujetos a su alrededor. Esta actividad se da con la finalidad de incentivar el cuidado al otro con las diferentes acciones que afectan la emocionalidad de las personas a su alrededor



Esto es lo que pude ver
en ti
¡LEAMOS!

Comencemos con un saludo y demos inicio a una actividad que va un poco más a la atención en el detalle, del cuidado, de la interpretación.

Leamos un cuento, aquí te recomendamos uno (La cola del dragón- Mireira Canals-Sandra Aguilar) Pregúntales que entendieron, cuáles eran los personajes y que emociones pudieron identificar

Ahora creemos. Por grupos, y con materiales como bolsas de papel, lana, pintura, colbon y tijeras pídele a tus estudiantes crear títeres según las emociones identificadas en la lectura, y con esta crear una pequeña interpretación en el aula sobre como ellos entendieron las emociones vistas y reflejadas por los personajes y como cambiarían el final de la historia.

Materiales

- Cuento La cola del dragón- Mireira Canals- Sandra Aguilar, Bolsas de papel, Tijeras, Colbon, Papel de colores, Lana, Pintura

**CIERRE**

Pon atención a las muestras en escena, mira forma de hablar con las emociones y sobre las emociones, reflexiona en los gestos y las acciones que nos hacen identificarlas e invítalos a ver como ellos en medio de su día tienen estas acciones según su manera de sentir.

SESIÓN 7
ACTIVIDAD 4

La calma no es solo un estado de la mente y del cuerpo, también se puede trabajar como emoción detonante a diversas formas de expresión. Hablar de emocionalidad no solo implica un proceso propio, también se debe establecer cuáles son los vínculos cercanos e influyentes de los estudiantes, por ende temas como la empatía, la solidaridad, la escucha asertiva son indispensables.

Esta actividad busca en medio del trabajo emocional agradecer las pequeñas acciones que pasan desapercibidas en la cotidianidad, pero salvan, ayudan, cuidan y atienden a las necesidades de los otros, desde el cariño y el compañerismo.

Es bueno dar gracias por la cosas que pensamos los otros deben hacer. Estar, ayudar escuchar, hacer reír también son actos de cuidado y de ayuda al otro

**GRACIAS POR ESTAR AQUÍ**

¿Qué es la empatía? ¿Mi amigo siempre debe estar para mí?
¿Cómo demuestro mi cariño? ¿Qué es un amigo y que hace?



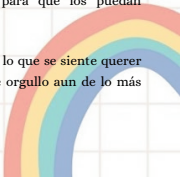
Iniciemos la sesión con estas preguntas, hablemos de la compañía, de la empatía, de cómo puedo estar para los demás y como agradezco las cosas que hacen que sin darse cuenta me ayudan a estar bien.

ACTIVIDAD CENTRAL

Durante este proceso de reflexión pídeles a tus estudiantes reunirse por parejas y pensar en su pareja, en que han hecho juntos y qué cosas agradece de él o ella.

Ahora creemos, diseñemos una carta para que los puedan expresar estos sentires y agradecer.

Reflexiona desde la emocionalidad, desde lo que se siente querer a alguien y lo importante que es sentirse orgullo aun de lo más pequeño.



SESIÓN 8

ACTIVIDAD 5

La fase de creación emocional consta de volver tangibles a las emociones para que estas, sean trabajadas desde los sentidos, lo dinámico y lo creativo.

El mundo para un niño existe desde la inmersión de la conciencia que posee del mismo, la contemplación no tiene finalidad sin la construcción del objeto. Así mismo, el proceso de creación e ilustración completa la identificación emocional entorno a “dar cara” desde la imaginación y no desde el objeto generador o detonador de la misma.

Es hora de ver y hablar con las emociones, de sacar de la caja y volverlas parte de nosotros. Los niños van a crear como quieran

Cada emoción tiene algo que decir. No lo olvides

ACTIVIDAD CENTRAL

Recorre las emociones y crea.

Con arcilla o plastilina pídeles a tus estudiantes que creen, esculpan y proyecten las emociones, desde el sentir, y la experiencia. Dales total libertad a la hora de trabajar, no existen las formas, nada está bien ni mal y celebra la diferencia de creaciones entre ellos



CIERRE

En un círculo de la palabra muestra las creaciones, pregunta porque la forma y el color, pídeles darle un nombre a la emoción y una característica de como creen que ella actuaría si pudieran hablar con ella, que le preguntarían y como creen que reaccionaría si fuera real

Plantea un dialogo con la emoción, una cuestión entro lo que me hace sentir y como lo siento, si creen que es bueno o malo y que opinan estas de la misma.

Así se construyen las emociones

Materiales
Arcilla o plastilina, Pintura,
Pinceles



FASE 3 EL ARTE DE PENSAR, SENTIR Y RESPIRAR**SESIÓN 9****ACTIVIDAD 1**

El espacio seguro es una herramienta fundamental al momento de hablar de cuidado e identificación emocional. El proceso de autorregulación se genera de manera inmediata a la hora de establecer los límites de contención y accionar emocional, es importante direccionar las técnicas de forma segura que los niños puedan crear su propio límites emocionales e incentivar la independencia del entorno aplicando una asertiva gestión emocional.

¿CON QUÉ ME SIENTO BIEN?

Hablemos de las cosas que nos hacen sentir bien, que nos ayudan a tener calma, con las que podemos distraernos. Realicemos una rueda en el piso y pídele a cada estudiante que en una hoja dibuje o escriba 6 cosas que lo hagan sentirse bien o cómodo. (Habla desde el significado de comodidad, de paz)



ACTIVIDAD CENTRAL

Trabaja la expresión con el cuerpo. Hoy bailamos, con distintas piezas trabajemos la expresión por medio del movimiento guiado, pídeles que guíen algunas de ellas, sé que lo que sientes y dejen llevar de los sonidos

La música queda a tu total libertad. (Recuerda siempre que distintas piezas generas diversos sentires).



Materiales
Hojas, Lápices, Colores,
Bafle, Música

Te recomendamos para esta actividad iniciar con unos ejercicios de respiración, guiada, acompañarlos con ambientación musical.

CIERRE

Habla de lo que sintieron, de que pensaron y si les ayudo de alguna manera los ejercicios a calmar su mente.

Invítales a usarlos en cualquier momento del día.

SESIÓN 10

ACTIVIDAD 2

El proceso de regulación se plantea desde la selección emocional. No se habla de las emociones buenas o las, sino de cómo se pueden manejar estas para llevar una contención más segura de aquellas que logran detonar sin contención. Así mismo, se deben categorizar las emociones desde las perspectivas propias para lograr establecer técnicas apropiadas según las necesidades individuales.

ANTES DE EXPLOTAR



Ver, analizar e interactuar.

Un video-cuento es una buena forma de aprender mediada por las tecnologías, para esto te invitamos a presentar con tus estudiantes el video (Sofía, la vaca que ama la música- geoffroy de pennart) para ver un poco sobre las emociones que nacen. Pídele a tus estudiantes que escriban todas las emociones que puedan sobre lo visto en el video; cada una en un papel distinto.

ACTIVIDAD CENTRAL

El volcán de las emociones, una gran idea para categorizar emociones.

Inicia la actividad con una preguntas guías.

¿Qué emociones nos hacen explotar?

Dibuja en medio pliego de cartulina un volcán a punto de hacer erupción, y otro en calma, pídele a tus estudiantes que pongan en este las emociones que los hacen estallar o que ellos creen que pueden ser detonantes y en el otro las que sienten que manejan mejor.

**CIERRE**

Analiza las emociones y hablemos de estas, genera una pregunta de cierre en donde hablemos de que podemos hacer antes de “hacer erupción” en los momentos de desborde emocional.

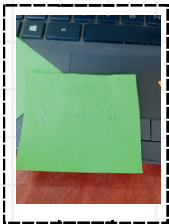
Por último que te parece una actividad de respiración dirigida con el diafragma, maneja la relajación e incentiva el cuidado





Materiales
Papel, Lápices, Volcanes en
cartulina, Bafle

Mira estas muestras
de volcán para
trabajar



SESIÓN 11

ACTIVIDAD 3

Como último, se plantea una estrategia para establecer un método de contención y regulación en donde por medio de la respiración y las pausas, los participantes puedan direccionar la emocionalidad según la expresión de la misma o delimitar límites emocionales.

SEMÁFORO EMOCIONAL

Juguemos afuera.

Organiza varios equipos y ubícales en un lado del espacio, al otro lado coloca 5 vasijas vacías cada una con una emoción distinta (alegría, tristeza, furia, miedo, calma) prepara una serie de situaciones hipotéticas y preguntas relacionadas con las características de las emociones cuya finalidad sea que los niños deban pensar que emoción les genera la situación. Luego, deberán pasar por una serie de obstáculos con un vaso de agua hasta llegar al otro lado de la pista y llenarán la vasija de la emoción que consideren se da en la situación



Aquí te dejamos algunos ejemplos de pregunta y situaciones:

¿Qué emoción me hace sentir una presión en el pecho cuando estoy en un lugar oscuro?

Respuesta: El miedo

Juan y María pelean muy fuerte y María empuja a Juan en un momento de la discusión, ¿Qué sintió María antes de empujar a Juan?

Respuesta: Enojo

Repite el circuito varias veces y dale un punto al equipo que más emociones acierte, gana el equipo con más puntos



Actividad central

Previamente, alista un semáforo emocional, dibújalo en cartulina y ponle los colores que utilizaremos para trabajar (rojo, amarillo, verde)

Sentémonos y descansemos; hablemos de que sentimos durante las competencias, y demos el tiempo de reflexionar

Es el momento que saques tu semáforo, explica que cada color contiene un significado:

Rojo: ¡Alto! Piensa antes de actuar

Amarillo: ¡Piensa! Que más puedes hacer

Verde: ¡Sigue! Ya puedes hablar o seguir

Pon situaciones y emociones presentadas en la mesa para la discusión y juntos realicemos el ejercicio de ver a qué acciones debes decir alto, y pensar para luego ejecutarlas; aplica estas al contexto de la escuela, en el aula, los amigos y en el hogar.

Cierre

Retroalimentemos lo vivido, has ejercicios de respiración, habla de lo aprendido. Da gracias por la escucha y los espacio, respiremos y sigamos.

Materiales
Semáforo, Vasos, Vasijas,
Cuerdas, Conos



ACTIVIDAD 1

SESIÓN 12

(ACTIVIDAD DE FORMACIÓN EMOCIONAL DOCENTE)

¿Cómo hablar de emociones sin estar listos para tramitar las nuestras?

La somatización emocional es un factor constante que habita en la cotidianidad docente y adulta. Para esto, debemos fomentar el proceso de identificación y regulación emocional docente con la intención de poder habitar en el espacio con los estudiantes de manera efectiva en torno al manejo emocional, la regulación y gestión emocional.



Los profes también podemos sentir. Hablemos de identificación y relación con aspectos cotidianos no solo en el aula de clase, sino también desde nuestros hogares o espacio de habitar constante.

Realizaremos un dominó un poco especial, uno en donde cada ficha contiene, en la parte derecha, el nombre de una emoción y en la parte izquierda una situación que puede provocar otra emoción.

La idea del juego es ordenar las emociones y relacionarlas según distintos aspectos y situaciones que se puedan relacionar entre la situación y la emoción.



El cuidado de las emociones es un tema de todos, hablemos y dejemos hablar

CIERRE

Hablemos, tomemos la palabra y hagámosla nuestra. Por medio de preguntas dialoguemos en como veo una emoción, como puedo identificarlas en los niños y si en la cotidianidad lo hago desde el ámbito personal.

La finalidad de este taller es trabajar la emocionalidad propia desde los aspectos de reconocimiento y auto cuidado del docente, para así mismo lograr identificar diversos comportamientos en el aula.

Materiales
Domino



DEJEMOS TAREA

Como proyecto personal, cada docente deberá hacer un “diario emocional” la idea de este es que cada día evalúen y anoten las emociones vividas durante el paso de las horas. Mantener un registro de cuidado incentiva a la autorreflexión propia y en relación con el entorno.

Al final podremos identificar patrones de conducta y asociación emocional a contextos y personas.



Las emociones son un tema de todos y todas, aquí puedes aprender a dejarlo salir



5. ANEXOS



NO TE ESTRESES QUE AQUÍ ESTA

Aquí vas a encontrar material para que desarrolles estas actividades y puedas ampliar tu conciencia emocional
 Recuerda que no estás obligado a usarlos, aquí te dejamos ser

Aquí están los links de las canciones que necesitas para llevas a cabo la sesión



ACTIVIDAD 2 SESIÓN 2

- https://youtu.be/BqFjjslBKkU?si=zx_7w4MKCivmOHuY
(Preparaos, El Rey León)
- <https://youtu.be/wEFEtFK4-C0?si=ZpgGpsiWorCRzgzL>
(En marcha estoy, Tierra de Osos)
- <https://youtu.be/ftNOCfqoIjO?si=kTZPU1BZIDYKfimF>
(Me llama, Mohana)
- https://youtu.be/4V_UyxDhAM4?si=FksVncSdKcHaSdzT
(Bárbaros, Pocahontas)
- https://youtu.be/rSWj_OmHis?si=capXMuo0cyqDPUxXT
(Recuérdame, de Coco)
- https://youtu.be/BUEp9zeDRlw?si=K4tAFSljyQ2_rtYj5
(Quiero mover el bote, Madagascar)

ACTIVIDAD 3

SESIÓN 3

Aquí están los links
de las películas que
necesitas



- <https://youtu.be/E7Irdz7xVxo?si=ZIt5NeEy8G1dUfzi>
(Película Bambi)
- <https://youtu.be/jqgm-mQeLVo?si=K6Osg6k2Zky6K3R3>
(Madagascar)
- <https://youtu.be/4fD9XhbroeU?si=ly5kh3XJkdcwrlLA>
(Hotel Transilvania 3)

ACTIVIDAD 1

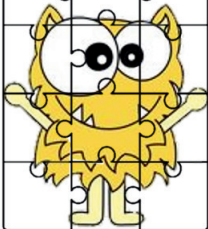
SESIÓN 4



Aquí encontraras los
rompecabezas que
corresponden a cada
emoción y la lotería para
el juego



ALEGRÍA



TRISTEZA



CALMA



RABIA



QR de la lotería
de las
emociones



En esta lotería podrás
crear tus propias
emociones para
trabajar



SCAN ME



Para la hora de
lectura, aquí
encuentras los
cuentos.



SCAN ME



Puedes usar los cuentos
que quieras. Pero en esta
selección, este nos
agradó.

Aprender a respirar es muy bueno para la gestión emocional de la mejor manera. por eso aquí te dejamos unos ejemplos



[HTTPS://YOUTU.BE/T96BL1MD_OC?
SI=RB6TX3QNGS5N89UQ](https://youtu.be/T96BL1MD_OC?SI=RB6TX3QNGS5N89UQ)



ACTIVIDAD 1
SESIÓN 12

Aquí encontrarás el
material de la actividad
para los profes



Te han hecho una entrevista de trabajo y te dicen que hay muchas posibilidades de contratarte	Enamora- miento	Tengo un calzado nuevo y cómodo pero me compro otro porque es de una marca más famosa	Esperanza
En un pueblo, dos familias están enemistadas a muerte por un conflicto de límites de sus parcelas	Sorpresa	Un blanco rico y fuerte mira con mucha superioridad a un negro pobre, afectado por el sida	Odio
Vas a entrar en tu calle con el coche y ves inesperadamente que hay un zanja	Aburrimiento	No me gusta el fútbol y mi padre se empeña en que estemos todos con él viendo el partido	Angustia
Existe una persona única, con que me gustaría compartir toda mi vida	Asco	Voy por la calle y veo que alguien ha vomitado en la acera	Orgullo
Quieres ir a Inglaterra y empiezas a estudiar inglés con mucha energía	Capricho	Una chica muy guapa de mi clase es admirada por los compañeros, pero a mí no me tiene en cuenta	Entusiasmo

Te dan la nota de un examen difícil y estás aprobado

Desprecio

Tienes que operarte y te dicen que hay riesgos graves

Alegría

Confiabas mucho en una persona y de pronto te das cuenta de que te ha engañado

Miedo

Veo a la chica con la que salgo bailando cariñosamente con otro

Desengaño

Te dicen que a tu perro lo ha matado un camión

Vergüenza

Alguien te demuestra en público que dijiste una mentira muy grande por presumir

Celos

Jugando golpeo sin querer a un compañero y éste me insulta con la palabra que más hiere

Envidia

Tengo un examen mañana y todavía me queda por estudiar la mitad de la materia

Ira

Llevas 2 meses en el extranjero y te acuerdas de una persona a quien echas mucho de menos

Fobia

Me molesta mucho encerrarme en un ascensor

Tristeza

Saco muy buenas notas y me río de una compañera suspendida

Amistad

Hay una persona especial con quien puedo compartir mis alegrías y tristezas

Nostalgia

6. BIBLIOGRAFÍA



- Goleman, D. (2016). La inteligencia emocional . Instituto Universitario YMCA. <https://iuymca.edu.ar/wp-content/uploads/2022/01/La-Inteligencia-Emocional-Daniel-Goleman-1.pdf>
- Moreno, A. (2020). La mediación artística: Arte para la transformación social, la inclusión social y el desarrollo comunitario . Eduso. https://eduso.net/res/wp-content/uploads/2020/06/medicionartistica_res_25.pdf
- Piaget, J. (sin fecha). Teoría del desarrollo cognitivo . Terapia Cognitiva. <https://www.terapia-cognitiva.mx/wp-content/uploads/2015/11/Teoria-Del-Desarrollo-Cognitivo-de-Piaget.pdf>
- Del Valle López, Á. (2010). Educación de las emociones . Dialnet. <https://www.redalyc.org/pdf/4575/457545096006.pdf>
- Cabrera, J. A., & González, R. (2021). La importancia de la educación emocional en el desarrollo integral del estudiante. Ciencia Matria, 7(2), 45-58. <https://cienciamatriarevista.org.ve/index.php/cm/article/view/1030/1711>
- Esmediadores. (n.d.). Mediación y arte. <https://esmediadores.com/mediacion-y-arte/>



LAS EMOCIONES

