



PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

“JUEGO INTELIGENTE”

Manual del Facilitador

Autores:

María Alejandra Bravo

Augusto Salcedo

Karla Toro

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN “JUEGO INTELIGENTE” DESTINADO A DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL A TRAVÉS DEL JUEGO COOPERATIVO EN NIÑOS CON HOSPITALIZACIÓN PROLONGADA

Duración: Tres sesiones

Tiempo promedio por sesión: Dos horas.

Objetivos:

- **General:** *Que los niños con hospitalización prolongada desarrollen su capacidad de inteligencia emocional mediante la implementación de un programa de actividades para fomentar el juego cooperativo.*
- **Específicos:**
 - Operar sobre el conocimiento y entendimiento de las emociones que experimentan los participantes y cómo les afectan.
 - Potenciar las habilidades sociales de los participantes.
 - Facilitar herramientas para la solución de problemas y el alcance de metas.
 - Fomentar la práctica del autocontrol.
 - Que los participantes discriminen entre cómo se sienten y cómo quieren sentirse.

MANUAL DEL FACILITADOR

El facilitador del programa “Juego Inteligente” será el encargado de dirigir cada una de las actividades y momentos de la misma, con el fin de que los objetivos planteados puedan ser alcanzados con todos los participantes que se encuentren. Lo primero que el facilitador del programa debe verificar es que tenga a su disposición todos los materiales que correspondientes a la sesión y las actividades que aplicará. El taller está dividido en 3 sesiones, de dos horas cada una aproximadamente, compuestas por actividades diferentes, las cuales se explicarán a continuación:

SESIÓN 1

Objetivo de la Sesión: Que al finalizar la sesión los participantes sean capaces de reconocer los conceptos que les fueron explicados mediante la práctica.

Actividad 1: Rueda la Pelota.

Contenido: Solución de problemas, alcance de metas y autocontrol.

Recursos: Dos facilitadores, una pelota y participantes.

Duración: 15 minutos.

Descripción: Ubicar a todos los participantes en un círculo, incluyendo a los facilitadores; los cuales comenzarán con la actividad que consistirá en tener una pelota en las manos mientras se dice su nombre, apellido, edad y por qué están ahí. Una vez finalizado eso, se pasará la pelota a otra persona del círculo que no haya participado.

Instrucciones: Esta es la dinámica inicial del programa, es de tipo "Rompe-hielo" la cual permitirá a los participantes conocerse y realizar las primeras interacciones. Para esta, deberá colocar a los participantes en un círculo mientras sostiene la pelota en las manos, dará la siguiente instrucción "Para poder iniciar quisiera que uno a uno nos presentáramos, vamos a decir cómo nos llamamos, cuántos años tenemos y por qué estamos aquí, después le lanzaré por el piso la pelota a otra persona para que haga lo mismo. Deben recordar pasarle la pelota a quien no haya jugado" Una vez finalizada la instrucción se preguntará si alguien quiere comenzar, si no hay voluntarios, comienza uno de los facilitadores. Si los participantes no están siguiendo las instrucciones (como lanzar la pelota por el aire o no respondiendo a todas las preguntas) puede repetirlas o ejemplificarlas, la dinámica no debe durar más de quince minutos y el facilitador debe contemplar tener la pelota antes de iniciar la actividad.

Evaluación: Con la participación del 80% los integrantes.

Objetivo de la Actividad: Que los participantes se presenten y se conozcan entre ellos.

Actividad 2: Cambio de sitio.

Contenido: Habilidades Sociales.

Recursos: Dos facilitadores, participantes y un listado de preguntas.

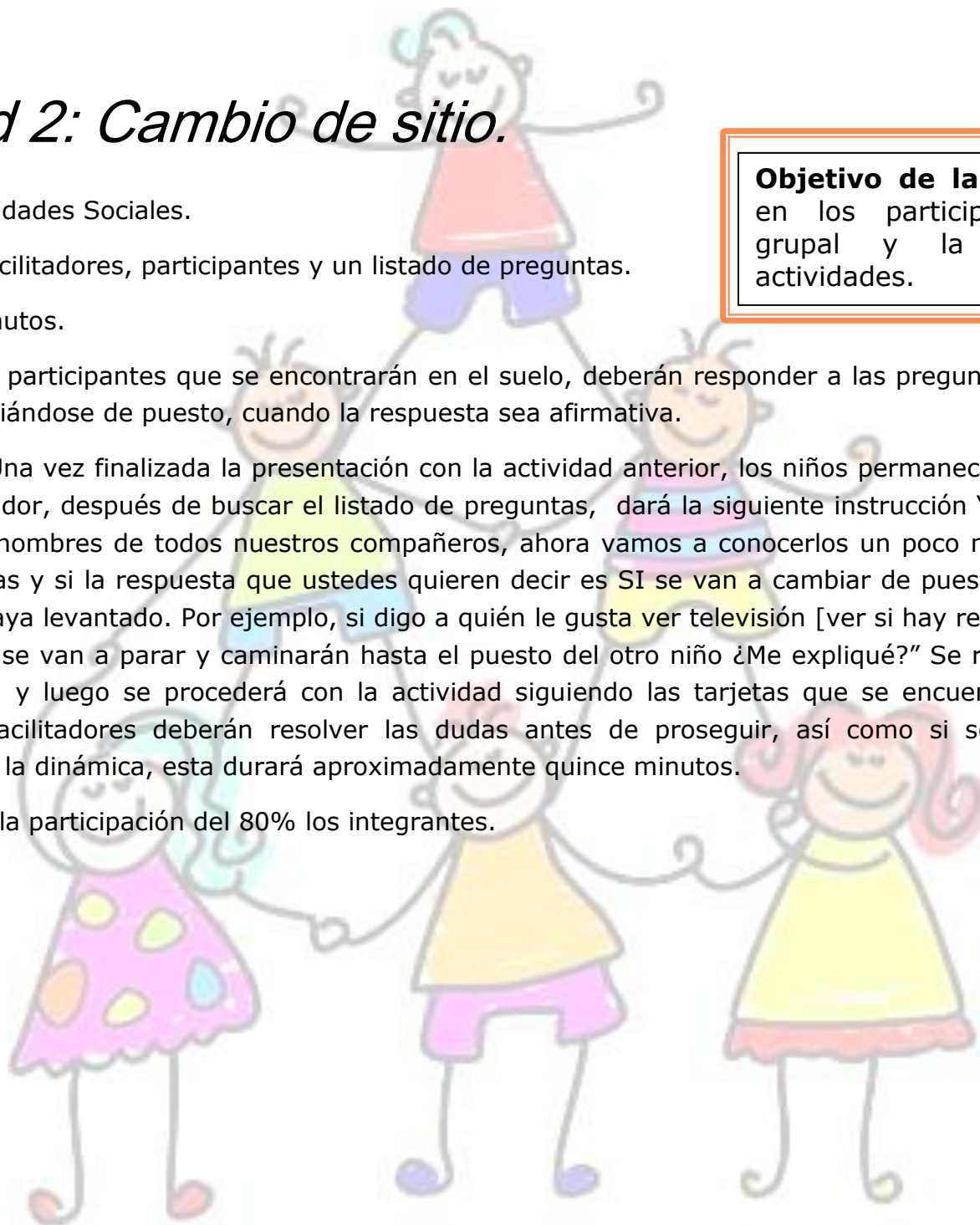
Duración: 15 minutos.

Descripción: Los participantes que se encontrarán en el suelo, deberán responder a las preguntas que realicen los facilitadores cambiándose de puesto, cuando la respuesta sea afirmativa.

Instrucciones: Una vez finalizada la presentación con la actividad anterior, los niños permanecerán sentados en el círculo y el facilitador, después de buscar el listado de preguntas, dará la siguiente instrucción "Muy bien, como ya nos sabemos los nombres de todos nuestros compañeros, ahora vamos a conocerlos un poco más. Yo les voy a ir haciendo preguntas y si la respuesta que ustedes quieren decir es SI se van a cambiar de puesto con otra persona que también se haya levantado. Por ejemplo, si digo a quién le gusta ver televisión [ver si hay reacción en los niños] entonces ustedes se van a parar y caminarán hasta el puesto del otro niño ¿Me expliqué?" Se realizarán un par de rondas de prueba y luego se procederá con la actividad siguiendo las tarjetas que se encuentran dentro de los materiales. Los facilitadores deberán resolver las dudas antes de proseguir, así como si se presentara algún problema durante la dinámica, esta durará aproximadamente quince minutos.

Evaluación: Con la participación del 80% los integrantes.

Objetivo de la Actividad: Fomentar en los participantes la integración grupal y la adherencia a las actividades.



Actividad 3: Iglú.

Contenido: ¿Qué son las emociones?, ¿Cuáles son las emociones?
¿Cómo reconocer las emociones?, Entendimiento de las emociones y cómo les afectan, habilidades sociales y autocontrol.

Recursos: Dos facilitadores, participantes, dos sábanas y material didáctico.

Duración: 35 minutos.

Descripción: Los facilitadores presentarán la información pertinente, relacionada con las emociones (concepto, tipos, manera de reconocerlas, etc.) posterior a esto, los facilitadores dividirán al grupo en dos, y utilizando una sábana, se incorporarán con los participantes dentro de la misma, formando un iglú. Donde conversarán sobre los conceptos explicados y cómo se relacionan con ellos.

Instrucciones: Ya finalizada la ronda de preguntas, los facilitadores procederán a utilizar el material didáctico (Dos hojas de papel bond) para realizar una breve exposición sobre las emociones, deberá decir lo siguiente “Muy bien, niños, ahora les vamos explicar lo que son las emociones ¿Quién sabe qué son las emociones? ¿Cuáles son algunas de las emociones que sentimos? ¿Si estoy feliz dónde lo siento? ¿Si estoy triste? ¿Si estoy molesto? Se debe dejar que los niños expresen sus conceptos y luego proceder con la exposición, aceptando los aportes que puedan tener los participantes.

Una vez esta sea finalizada, se dividirá el grupo en dos y se tomará una de las sábanas haciendo que cada niño tome un extremo de ella, con la siguiente instrucción “Ya que terminamos de explicarles esto, ahora tenemos un juego ¿Saben que son los esquimales? Son las personas que viven en el polo norte, donde hace mucho frío, ellos viven en casitas de hielo que se llaman Iglú, como nosotros no tenemos hielo aquí, vamos a hacerlas con estas sábanas. Así que ahora nos dividiremos en dos grupos, uno que irá con mi compañero y uno que se quedará conmigo y vamos a tomar un lado de la sábana” Cuando cada niño tenga un extremo se añadirá “Ahora nos tenemos que meter todos debajo de ella” Cuando todos estén sentados bajo la sábana, el facilitador procederá a hacer preguntas referentes a la presentación oral y deberá contabilizar las respuestas de los niños, estas preguntas se encuentran dentro de los materiales. Si surge alguna duda los facilitadores deberán resolverla antes de proseguir con la dinámica. La dinámica debe durar como mínimo treinta y cinco minutos.

Evaluación: Mediante la respuesta correcta de los participantes en al menos 70%

Objetivo de la Actividad: Que los participantes adquieran los conceptos y precurrentes fundamentales de las emociones y su manejo.

Actividad 4: Adivina quién emocional.

Contenido: Entendimiento de las emociones.

Recursos: Dos facilitadores, participantes, tarjetas con distintas emociones.

Duración: 20 minutos.

Descripción: Los participantes deberán ubicarse en un semi círculo frente a los facilitadores, donde uno de estos últimos, sostendrá unas tarjetas que representen distintas emociones sobre la cabeza del otro facilitador, y este preguntará a los niños características acerca de la tarjeta que le permitan adivinar.

Instrucciones: Finalizado el "Iglú" se reunirán los dos grupos, antes divididos, para formar un semi-círculo en el suelo donde se sentará uno de los facilitadores de frente a los niños, mientras que el otro busca las tarjetas y se quedará de pie para dar la siguiente instrucción *"Vamos a ver que hemos aprendido, yo les voy a ir mostrando unas tarjetas donde van a ver a unas personas y mi compañero les hará unas preguntas para que ustedes les respondan con si y no para que él(ella) pueda identificarlo, las preguntas serán como "¿Tiene los labios hacia arriba? ¿Está llorando? ¿Tiene los cachetes rojos? Recuerden que ustedes solo pueden responder con si y no, así sabrá la emoción ¿Me expliqué?"* Se realizará una ronda de prueba y luego se procederá con la actividad, de existir alguna duda los facilitadores la solventarán y proseguirán, la actividad debe realizarse en el tiempo estipulado (veinte minutos).

Evaluación: Que los niños describan las características de las emociones correctamente en un 80%

Objetivo de la Actividad: Que los participantes aprendan a discriminar las emociones en otros y sepan comunicar de cuál emoción se trata.

Actividad 5: Sopa de Letras.

Contenido: Solución de problemas.

Recursos: Dos facilitadores, participantes, Sopa de letras
(Una copia para cada participante)

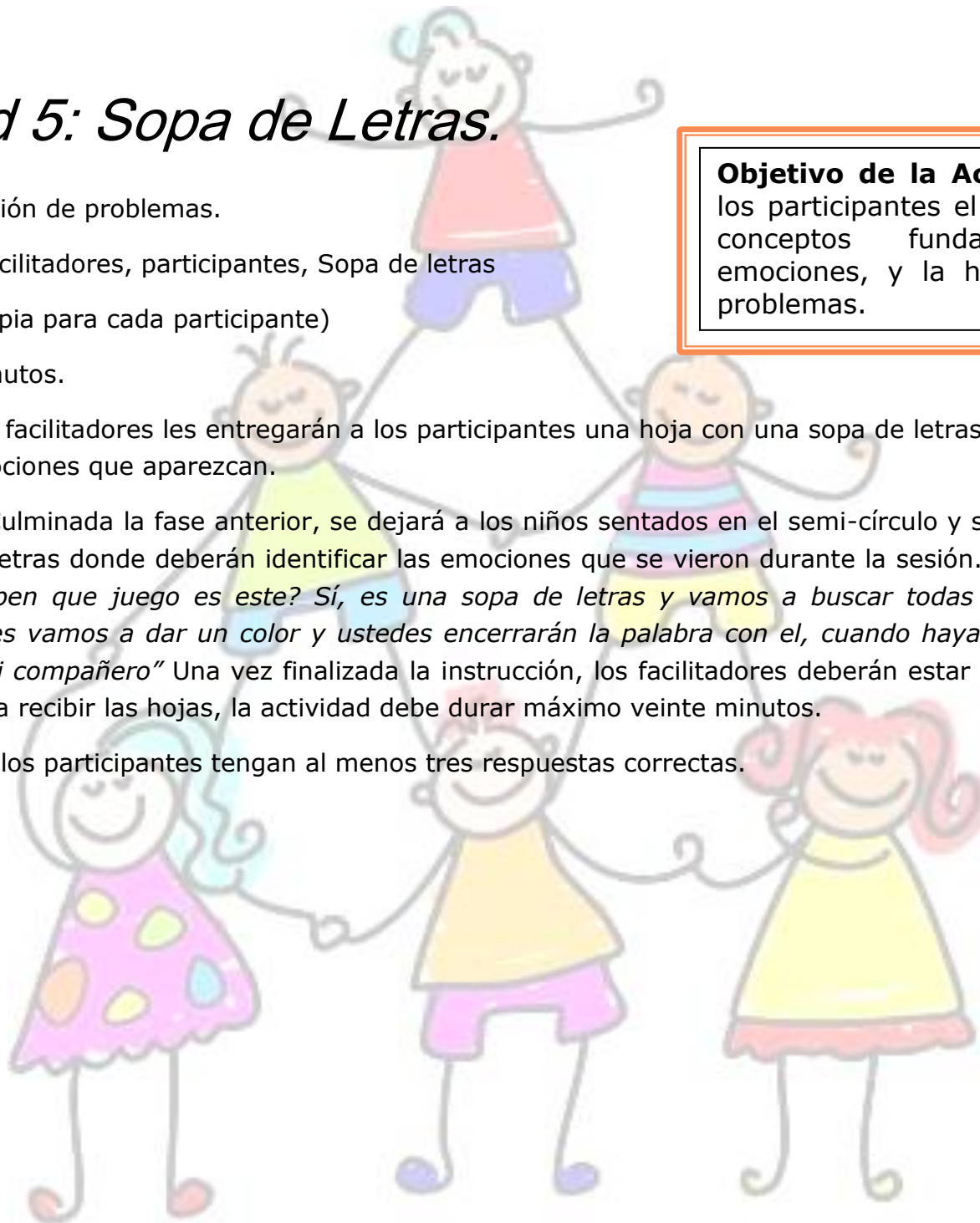
Duración: 20 minutos.

Descripción: Los facilitadores les entregarán a los participantes una hoja con una sopa de letras donde tendrán que identificar las emociones que aparezcan.

Instrucciones: Culminada la fase anterior, se dejará a los niños sentados en el semi-círculo y se les dará una hoja con una sopa de letras donde deberán identificar las emociones que se vieron durante la sesión. La instrucción será la siguiente *“¿Saben que juego es este? Sí, es una sopa de letras y vamos a buscar todas las emociones que prendimos hoy, les vamos a dar un color y ustedes encerrarán la palabra con el, cuando hayan terminado, me la darán a mi o a mi compañero”* Una vez finalizada la instrucción, los facilitadores deberán estar atentos a las dudas de los niños y para recibir las hojas, la actividad debe durar máximo veinte minutos.

Evaluación: Que los participantes tengan al menos tres respuestas correctas.

Objetivo de la Actividad: Fomentar en los participantes el reconocimiento de los conceptos fundamentales de las emociones, y la habilidad de solucionar problemas.



Actividad 6: Nos inflamamos como globos.

Contenido: Autocontrol.

Recursos: Dos facilitadores, participantes.

Duración: 10 minutos.

Descripción: Los facilitadores situarán a los participantes en un semi círculo y les pedirán respirar de manera profunda con la instrucción de "inflarnos como globos".

Instrucciones: Para culminar la sesión, los facilitadores se sentarán con los niños en el semi-círculo en el suelo y dirán lo siguiente "Ya hemos terminado por hoy, pero como última actividad vamos a respirar tanto que nos inflaremos como globos. Vamos a tomar aire por la nariz y lo vamos a dejar ir por la boca lentamente, lo haremos tres veces" Se demostrará una vez y luego, tanto los facilitadores como los participantes, realizarán el ejercicio que durará diez minutos; luego, los facilitadores se acercarán a cada niño para que responda el cuestionario y para que exprese su opinión sobre esa sesión. En caso que el niño no sepa leer o escribir el facilitador realizará las preguntas y copiará su respuesta.

Evaluación: Con la participación de todos los integrantes que practicaron al menos dos de las actividades anteriores.

Objetivo de la Actividad: Reducir el nivel de activación producto de la sesión de los participantes, a través de la respiración diafragmática.

Evaluación de la Sesión: Al finalizar la sesión, los facilitadores utilizarán la respuesta correcta de la actividad del adivina quién emocional, y la sopa de letras como evaluación de la sesión.

SESIÓN 2

Objetivo de la Sesión: Que los participantes fomenten la inteligencia emocional mediante los potenciadores habilidades sociales, solución de problemas y alcance de metas.

Tiempo total: 140 minutos.

Actividad 1: La cámara de fotos emocional.

Contenido: Habilidades Sociales, entendimiento de las emociones y cómo les afecta.

Recursos: Dos facilitadores y participantes.

Duración: 15 minutos.

Descripción: Los participantes serán dispuestos en parejas, en donde se colocarán uno frente al otro. Uno de los dos cubrirá sus ojos con sus manos, mientras que el otro emitirá expresiones faciales que reflejen emociones previamente instruidas (sesión1). Los participantes que tengan sus ojos cubiertos los destaparán, e intentarán reconocer la expresión de su compañero.

Instrucciones: Al inicio de esta sesión los facilitadores deberán realizar un resumen de la sesión anterior, en la que le recuerden a los niños las actividades que realizaron, se dirigirán a ellos de la siguiente manera: “Buenos días, niños ¿Alguno recuerda cuáles actividades realizamos la sesión pasada?, muy bien, ¿Y cuál fue la actividad que más les gusto? Excelente, pues en la sesión de hoy seguiremos haciendo más actividades que nos ayudarán a conocer nuestras emociones”.

A continuación, deberán inicialmente dar la siguiente instrucción: “niños, ahora vamos todos a colocarnos en parejas, busquemos a algún amigo para que haga esta actividad con nosotros, vamos a colocarnos uno frente al otro, y uno de ustedes va a taparse los ojos con sus manos, mientras que nuestro compañero deberá expresarnos con su rostro alguna de las emociones que aprendimos la sesión anterior, luego, el compañero de los ojos tapados los destapará y deberá adivinar la emoción que quiere expresar su compañero, quedó claro?” En caso de que algún niño tenga dudas con la actividad los facilitadores deberán encargarse de solventar sus dudas antes de proseguir, posteriormente se realizará la misma dentro del tiempo establecido (quince minutos). Es importante que si algún niño queda sin pareja, uno de los facilitadores arme una con él.

Evaluación: Mediante la conformación adecuada de parejas y la participación del 90% del grupo y al menos tres respuestas correctas ante la expresión del compañero.

Objetivo de la Actividad: Que los participantes mejoren sus habilidades de reconocimiento de emociones en otros.

Actividad 2: En cadena.

Contenido: Habilidades Sociales, solución de problemas y alcance de metas.

Recursos: Dos facilitadores, participantes.

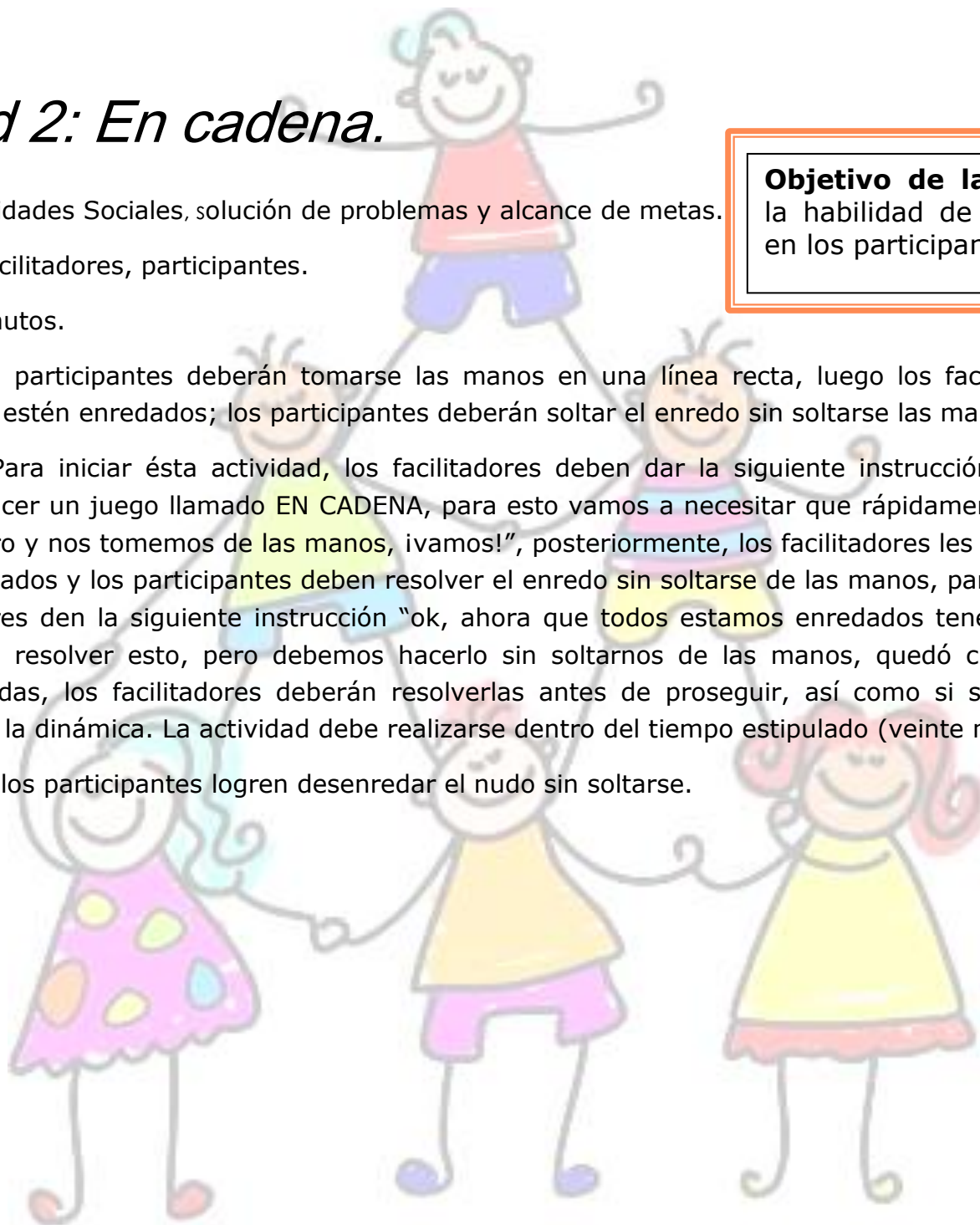
Duración: 20 minutos.

Descripción: Los participantes deberán tomarse las manos en una línea recta, luego los facilitadores les darán vueltas hasta que estén enredados; los participantes deberán soltar el enredo sin soltarse las manos.

Instrucciones: Para iniciar ésta actividad, los facilitadores deben dar la siguiente instrucción "muy bien niños, ahora vamos a hacer un juego llamado EN CADENA, para esto vamos a necesitar que rápidamente nos coloquemos uno al lado del otro y nos tomemos de las manos, ¡vamos!", posteriormente, los facilitadores les darán vueltas hasta que queden enredados y los participantes deben resolver el enredo sin soltarse de las manos, para esto es necesario que los facilitadores den la siguiente instrucción "ok, ahora que todos estamos enredados tenemos que buscar la mejor manera de resolver esto, pero debemos hacerlo sin soltarnos de las manos, quedó claro? Si algún niño expresa tener dudas, los facilitadores deberán resolverlas antes de proseguir, así como si se presentara algún problema durante la dinámica. La actividad debe realizarse dentro del tiempo estipulado (veinte minutos).

Evaluación: Que los participantes logren desenredar el nudo sin soltarse.

Objetivo de la Actividad: Fomentar la habilidad de solución de problemas en los participantes.



Actividad 3: Búsqueda del tesoro.

Contenido: Habilidades Sociales, solución de problemas, autocontrol y alcance de metas.

Recursos: Dos facilitadores, participantes, las pistas elaboradas, recompensa final o tesoro.

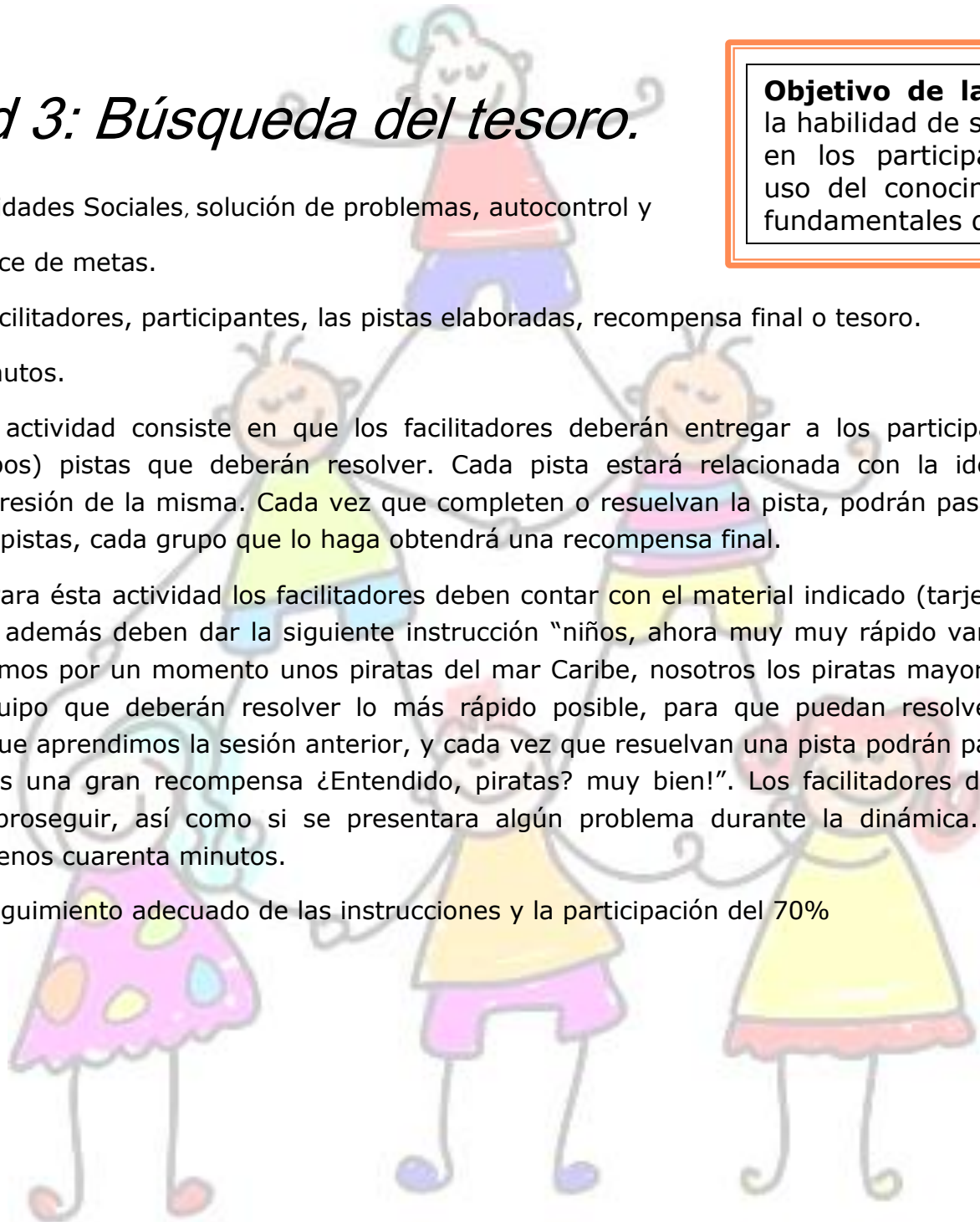
Duración: 40 minutos.

Descripción: La actividad consiste en que los facilitadores deberán entregar a los participantes (que estarán divididos en grupos) pistas que deberán resolver. Cada pista estará relacionada con la identificación de una emoción, o la expresión de la misma. Cada vez que completen o resuelvan la pista, podrán pasar a la siguiente. Al finalizar todas las pistas, cada grupo que lo haga obtendrá una recompensa final.

Instrucciones: Para ésta actividad los facilitadores deben contar con el material indicado (tarjetas con las pistas y la recompensa) y además deben dar la siguiente instrucción "niños, ahora muy muy rápido vamos a dividirnos en dos equipos, seremos por un momento unos piratas del mar Caribe, nosotros los piratas mayores les vamos a dar pistas a cada equipo que deberán resolver lo más rápido posible, para que puedan resolverla deben intentar recordar todo lo que aprendimos la sesión anterior, y cada vez que resuelvan una pista podrán pasar a la siguiente y al final ganaremos una gran recompensa ¿Entendido, piratas? muy bien!". Los facilitadores deberán resolver las dudas antes de proseguir, así como si se presentara algún problema durante la dinámica. La actividad debe realizarse en al menos cuarenta minutos.

Evaluación: El seguimiento adecuado de las instrucciones y la participación del 70%

Objetivo de la Actividad: Fomentar la habilidad de soluciones de problemas en los participantes mientras, hacen uso del conocimiento de las nociones fundamentales de las emociones.



Actividad 4: Laberinto.

Contenido: Solución de problemas y alcance de metas.

Recursos: Dos facilitadores, participantes, una hoja con la actividad para cada participante.

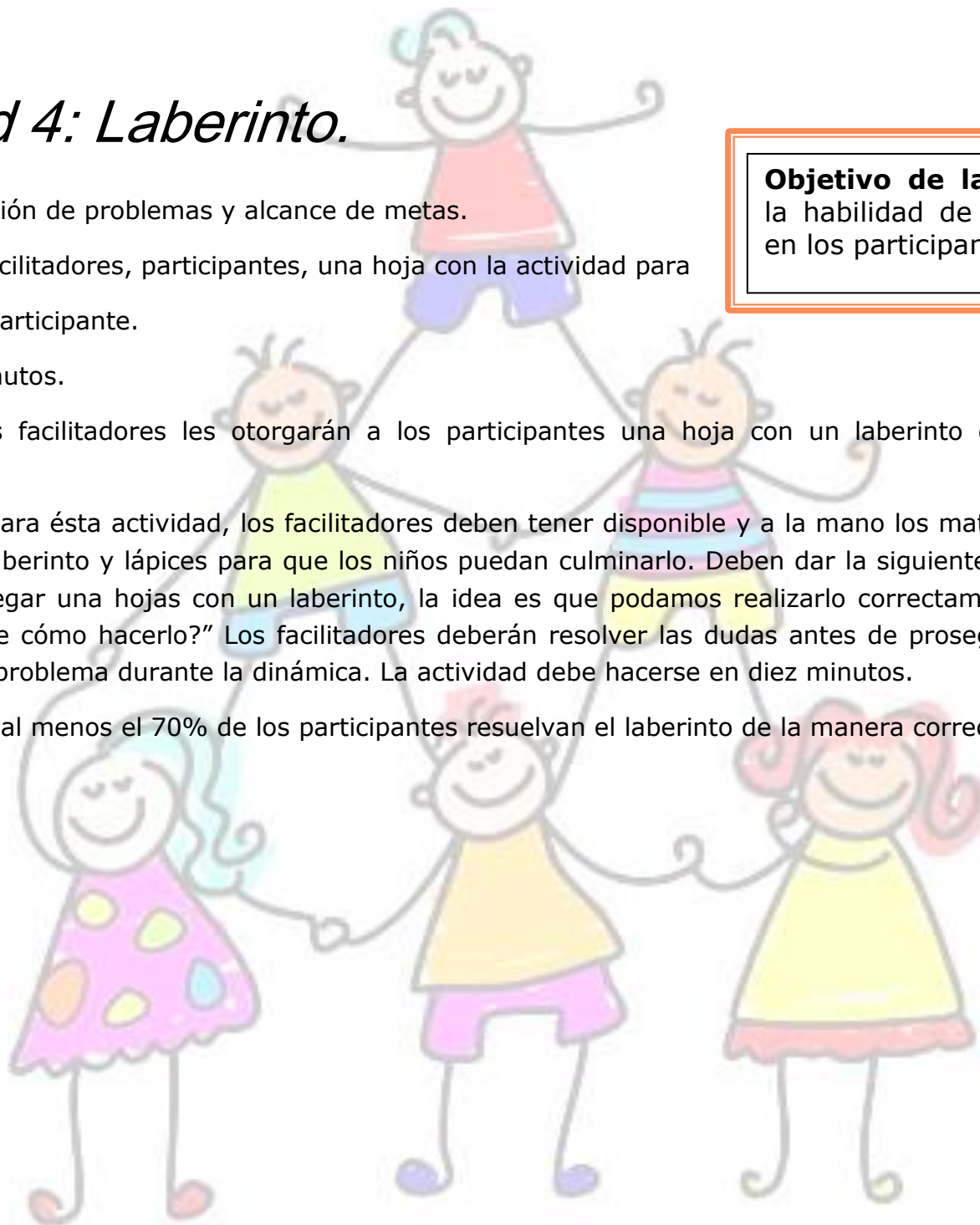
Duración: 10 minutos.

Descripción: Los facilitadores les otorgarán a los participantes una hoja con un laberinto donde tendrán que resolverlo.

Instrucciones: Para ésta actividad, los facilitadores deben tener disponible y a la mano los materiales estipulados, las hojas con el laberinto y lápices para que los niños puedan culminarlo. Deben dar la siguiente instrucción "Ahora les vamos a entregar una hojas con un laberinto, la idea es que podamos realizarlo correctamente, ¿alguno tiene alguna duda sobre cómo hacerlo?" Los facilitadores deberán resolver las dudas antes de proseguir, así como si se presentara algún problema durante la dinámica. La actividad debe hacerse en diez minutos.

Evaluación: Que al menos el 70% de los participantes resuelvan el laberinto de la manera correcta.

Objetivo de la Actividad: Fomentar la habilidad de solución de problemas en los participantes.



Actividad 5: El libro sobre la cabeza.

Contenido: Entendimiento de las emociones y cómo les afectan, habilidades sociales, solución de problemas, alcance de metas.

Objetivo de la Actividad: Desarrollar las habilidades sociales en los participantes y el trabajo en equipo.

Recursos: Dos facilitadores, participantes, libros, un espacio amplio.

Duración: 30 minutos.

Descripción: Se tomarán unos libros (también se pueden usar bloques de plástico, cartucheras, etc.) Los facilitadores ubican a los participantes a un extremo del sitio donde se desarrolla la actividad, y luego colocarán un libro sobre la cabeza de uno de ellos, mientras se le indica que se pasee por la sala intentando que no se le caiga. Si se le cae se queda quieto como una estatua sin moverse hasta que otro participante (que tendrá un libro sobre su cabeza también) recoge el libro del suelo y se lo pone sobre la cabeza. Entonces ya puede seguir moviéndose. La finalidad es que todos los participantes crucen de un extremo a otro ayudándose entre ellos cuando se les caiga el libro.

Instrucciones: Los facilitadores deben tener disponible y a la mano el material a utilizar, en este caso son libros (también se pueden usar bloques de plástico, cartucheras, etc.) deben ubicar a los participantes a un extremo del sitio donde se desarrollará la actividad, y luego colocarán un libro sobre la cabeza de uno de ellos y darán la siguiente instrucción "en nuestras cabezas tenemos un libro, y el reto de esta actividad es que seamos capaces de cruzar esta sala sin que se nos caiga, pero si se nos cae debemos quedarnos paralizados como estatuas hasta que otro de nuestros compañeros llegue con su libro en la cabeza a des-paralizarnos y para eso debe ponernos en la cabeza el libro que se nos cayó y poder movernos de nuevo ¿Entendido? Muy bien" La finalidad de la dinámica es que todos los participantes crucen de un extremo a otro ayudándose entre ellos cuando se les caiga el libro. Los facilitadores deberán resolver las dudas antes de proseguir, así como si se presentara algún problema durante la dinámica. La actividad debe realizarse dentro del tiempo estipulado (treinta minutos).

Evaluación: Con la participación del 80% de los niños y que los participantes puedan cruzar de un extremo a otro.

Actividad 6: Adivinar acciones.

Contenido: Habilidades Sociales y autocontrol.

Recursos: Dos facilitadores, participantes, tarjetas con emociones.

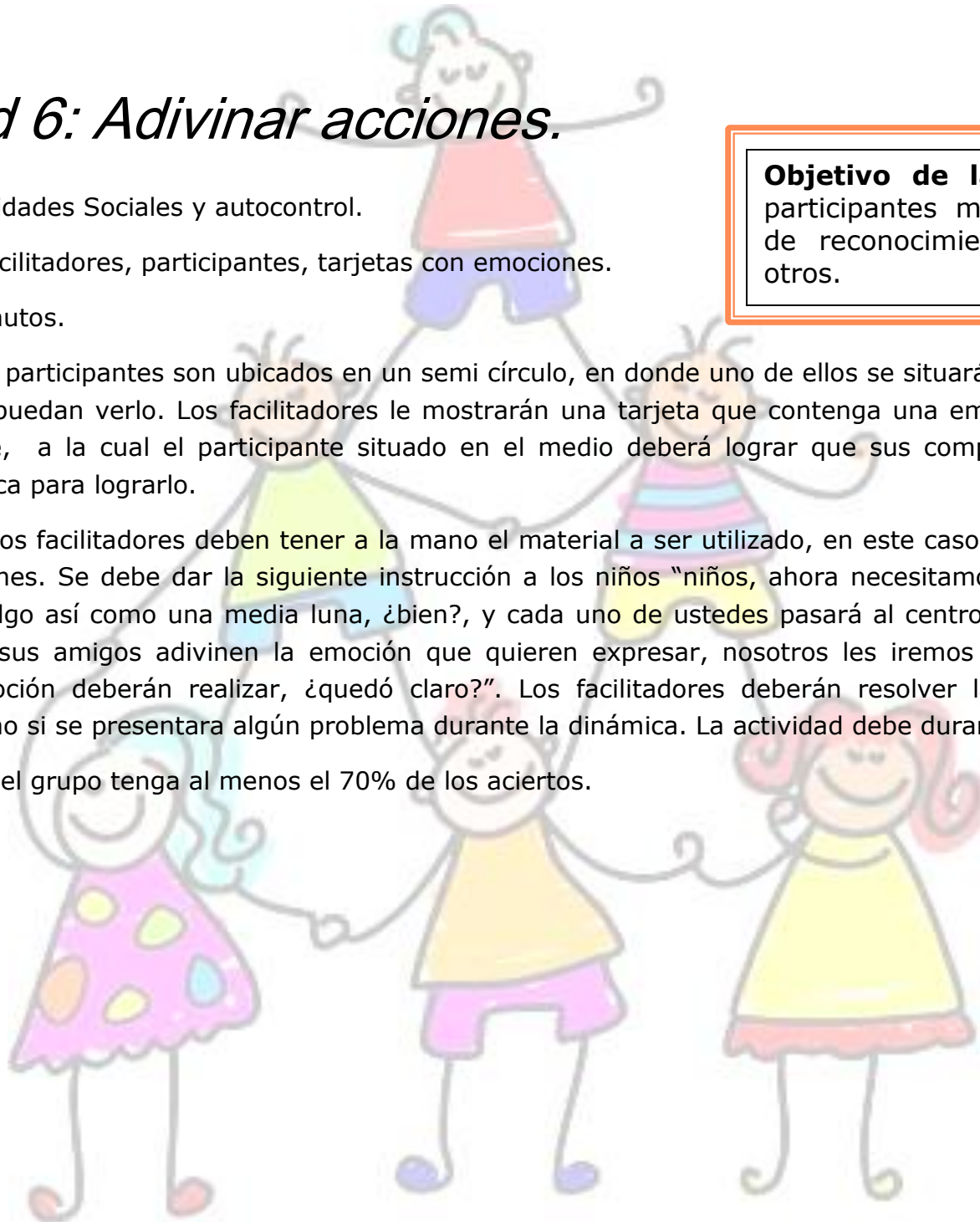
Duración: 20 minutos.

Descripción: Los participantes son ubicados en un semi círculo, en donde uno de ellos se situará en el medio donde todos los demás puedan verlo. Los facilitadores le mostrarán una tarjeta que contenga una emoción o una acción que la represente, a la cual el participante situado en el medio deberá lograr que sus compañeros la adivinen utilizando la mímica para lograrlo.

Instrucciones: Los facilitadores deben tener a la mano el material a ser utilizado, en este caso, serán tarjetas que contienen emociones. Se debe dar la siguiente instrucción a los niños "niños, ahora necesitamos que hagamos un semi círculo, es algo así como una media luna, ¿bien?, y cada uno de ustedes pasará al centro a hacer mímicas o gestos para que sus amigos adivinen la emoción que quieren expresar, nosotros les iremos diciendo con estas tarjetas cuál emoción deberán realizar, ¿quedó claro?". Los facilitadores deberán resolver las dudas antes de proseguir, así como si se presentara algún problema durante la dinámica. La actividad debe durar veinte minutos.

Evaluación: Que el grupo tenga al menos el 70% de los aciertos.

Objetivo de la Actividad: Que los participantes mejoren sus habilidades de reconocimiento de emociones en otros.



Actividad 7: Nos inflamamos como globos.

Contenido: Autocontrol.

Recursos: Dos facilitadores, participantes.

Duración: 10 minutos.

Descripción: Los facilitadores situarán a los participantes en un semi círculo y les pedirán respirar de manera profunda con la instrucción de "inflarnos como globos".

Instrucciones: Para culminar la sesión, los facilitadores se sentarán con los niños en el semi-círculo en el suelo y dirán lo siguiente "Ya hemos terminado por hoy, pero como última actividad vamos a respirar tanto que nos inflaremos como globos. Vamos a tomar aire por la nariz y lo vamos a dejar ir por la boca lentamente, lo haremos tres veces" Se demostrará una vez y luego, tanto los facilitadores como los participantes, realizarán el ejercicio que durará diez minutos; luego, los facilitadores se acercarán a cada niño para que responda el cuestionario y para que exprese su opinión sobre esa sesión. En caso que el niño no sepa leer o escribir el facilitador realizará las preguntas y copiará su respuesta.

Evaluación: Con la participación de todos los integrantes que practicaron al menos dos de las actividades anteriores.

Objetivo de la Actividad: Reducir el nivel de activación producto de la sesión de los participantes, a través de la respiración diafragmática.

Evaluación de la Sesión: Al finalizar la sesión, los facilitadores se basarán en las respuestas correctas de las actividades como la cámara de fotos emocional, la búsqueda del tesoro, el laberinto y adivinar acciones para evaluar la sesión.

SESIÓN 3

Objetivo de la Sesión: Que al finalizar la sesión los pacientes sean capaces de reconocer las emociones tanto en sí mismos como las de los demás.

Tiempo total: 140 minutos.

Actividad 1: Espejo emocional.

Contenido: Entendimiento de las emociones y cómo les afectan, cómo se sienten y cómo quieren sentirse.

Recursos: Dos facilitadores, tarjetas con emociones y participantes.

Duración: 15 minutos.

Descripción: En esta actividad los participantes deberán agruparse en parejas (en caso del grupo ser impar, uno de los facilitadores hará pareja con un niño) donde uno expresará las distintas emociones que uno de los facilitadores dirá para que el otro niño la copie. Luego se intercambiarán los papeles.

Instrucciones: Al inicio de esta sesión los facilitadores deberán recordar a los niños que hicieron en las dos sesiones anteriores. Le preguntarán cosas como “¿Qué recuerdan de las dos días anteriores en los que hemos trabajado? ¿Cuál ha sido su actividad favorita hasta ahora?”. Deberá también incluir preguntas orientadas hacia actividades claves del programa, como la cámara de fotos o la búsqueda del tesoro, preguntando “¿Alguien se acuerda en qué consistía la actividad donde había que buscar pistas? ¿Cuál era el propósito?” Y felicitar cada respuesta correcta.

Luego, agruparán a los participantes en parejas, donde los facilitadores, quienes deberán tener las tarjetas en las manos, darán la instrucción “atención muchachos, busquen un compañero con el cual formar una pareja”. En caso de que uno de los niños quede sin pareja uno de los facilitadores deberá ser parte de la actividad. Posterior a esto se deberá dar la instrucción de “Bueno, niños, fíjense lo que vamos a hacer, ahora nosotros (los facilitadores) les vamos a decir a los compañeros que se encuentran ubicados de este lado (señalar una de las dos filas de niños situada uno frente al otro) una palabra, que describirá una emoción; el trabajo de los compañeros de este lado (señalar la fila de niños contraria a la inicialmente señalada) es adivinar de cual emoción se trata”, “¿Todos entendieron?”; de no entender los facilitadores podrán usarse a ellos mismo para ejemplificar la actividad. Se deberán distribuir los facilitadores al grupo de niños para poder dar las pistas, la actividad no tiene que durar más de quince minutos.

Evaluación: Que al menos el 70% de los niños participen en la actividad y sean capaces de imitar las emociones que dicta el facilitador de forma correcta.

Objetivo de la Actividad: Que los participantes sean capaces de expresar como entienden sus emociones.

Actividad 2: Rompecabezas en grupo.

Contenido: Solución de problemas, habilidades sociales, alcance de metas, autocontrol, cómo se sienten y cómo quieren sentirse.

Recursos: Dos facilitadores, participantes, el rompecabezas.

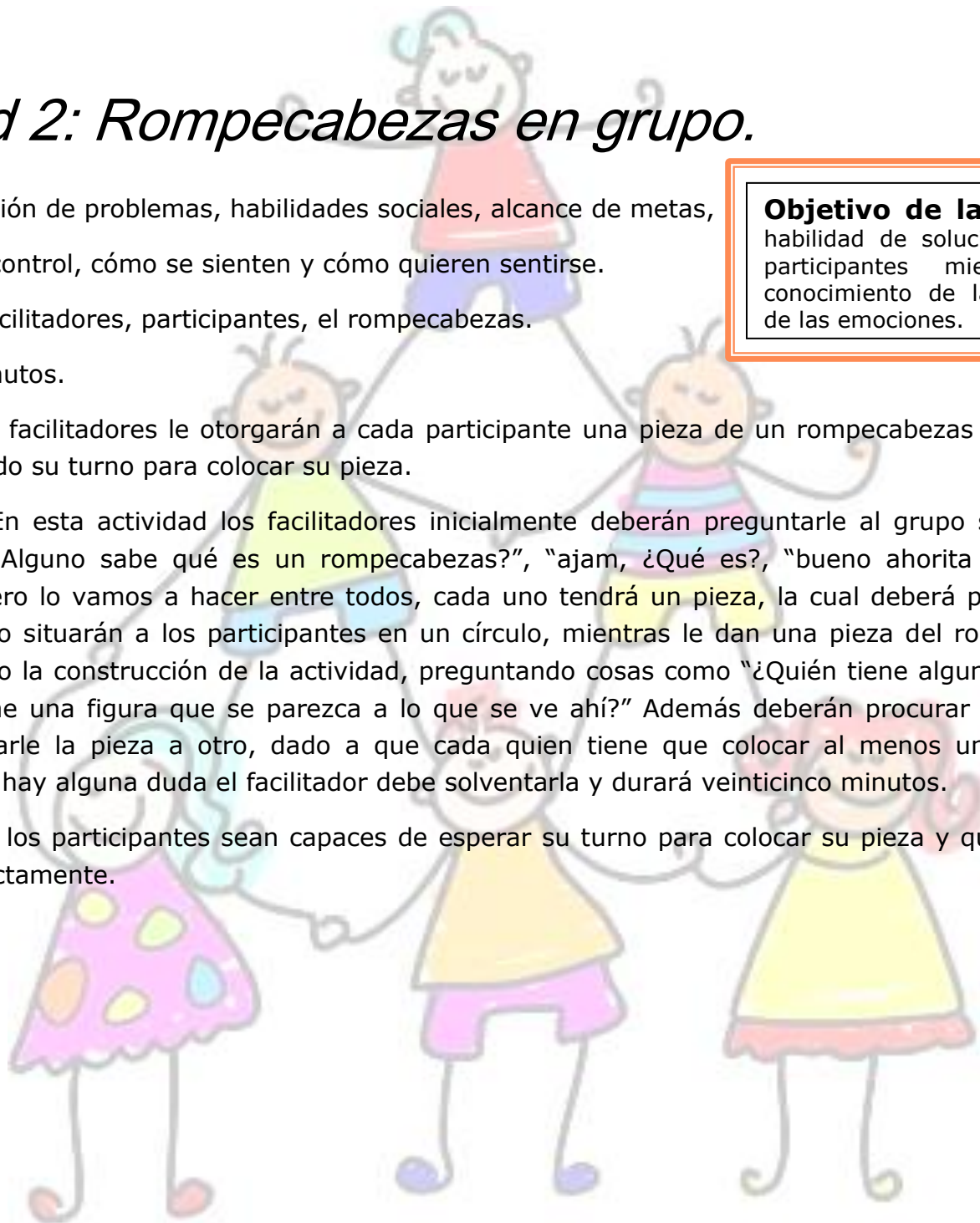
Duración: 25 minutos.

Descripción: Los facilitadores le otorgarán a cada participante una pieza de un rompecabezas que deberán armar en grupo esperando su turno para colocar su pieza.

Instrucciones: En esta actividad los facilitadores inicialmente deberán preguntarle al grupo si saben qué es un rompecabezas. "¿Alguno sabe qué es un rompecabezas?", "ajam, ¿Qué es?", "bueno ahorita vamos a hacer un rompecabezas, pero lo vamos a hacer entre todos, cada uno tendrá una pieza, la cual deberá poner cuando vea la posibilidad". Luego situarán a los participantes en un círculo, mientras le dan una pieza del rompecabezas a cada uno e irán guiando la construcción de la actividad, preguntando cosas como "¿Quién tiene alguna de las esquinas?, Ahora ¿Quién tiene una figura que se parezca a lo que se ve ahí?" Además deberán procurar que ninguno de los niños quiera quitarle la pieza a otro, dado a que cada quien tiene que colocar al menos una pieza dentro del rompecabezas. Si hay alguna duda el facilitador debe solventarla y durará veinticinco minutos.

Evaluación: Que los participantes sean capaces de esperar su turno para colocar su pieza y que el rompecabezas sea armado correctamente.

Objetivo de la Actividad: Fomentar la habilidad de soluciones de problemas en los participantes mientras, hacen uso del conocimiento de las nociones fundamentales de las emociones.



Actividad 3: ¿Cómo me siento?

Contenido: Cómo se sienten y cómo quieren sentirse.

Recursos: Dos facilitadores, participantes, una hoja con la actividad para cada participante.

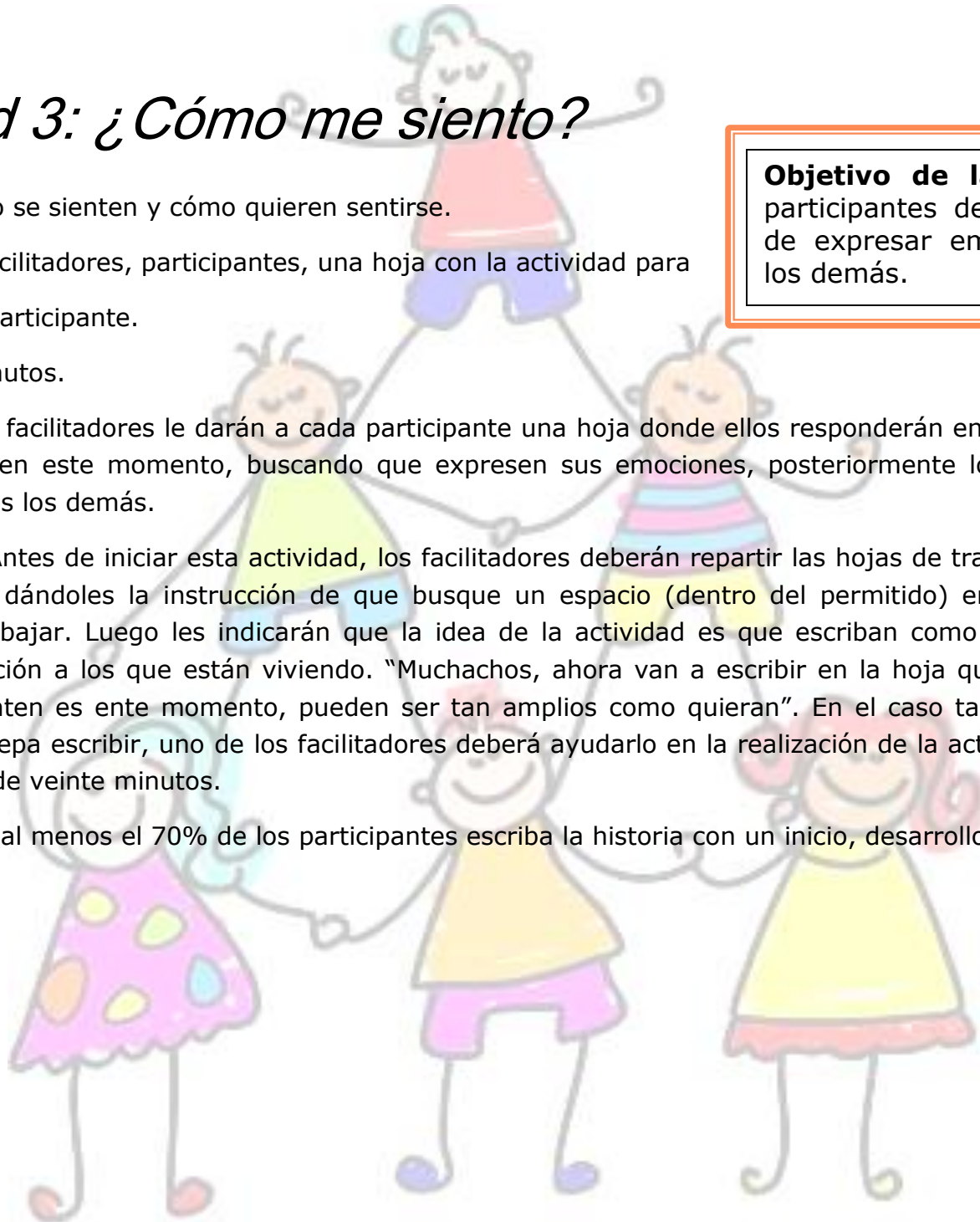
Duración: 20 minutos.

Descripción: Los facilitadores le darán a cada participante una hoja donde ellos responderán en ella la pregunta de cómo se sienten en este momento, buscando que expresen sus emociones, posteriormente lo escrito puede ser compartido a todos los demás.

Instrucciones: Antes de iniciar esta actividad, los facilitadores deberán repartir las hojas de trabajo a cada uno de los participantes, dándoles la instrucción de que busque un espacio (dentro del permitido) en donde se sientan cómodos para trabajar. Luego les indicarán que la idea de la actividad es que escriban como se sienten en este momento en relación a los que están viviendo. "Muchachos, ahora van a escribir en la hoja que les acabamos de dar, cómo se sienten en este momento, pueden ser tan amplios como quieran". En el caso tal que alguno de los participantes no sepa escribir, uno de los facilitadores deberá ayudarlo en la realización de la actividad. La actividad durará alrededor de veinte minutos.

Evaluación: Que al menos el 70% de los participantes escriba la historia con un inicio, desarrollo y final.

Objetivo de la Actividad: Que los participantes demuestren su habilidad de expresar emociones propias antes los demás.



Actividad 4: ¿Cómo me quiero sentir?

Contenido: Cómo se sienten y cómo quieren sentirse.

Recursos: Dos facilitadores, participantes, una hoja con la actividad para cada participante.

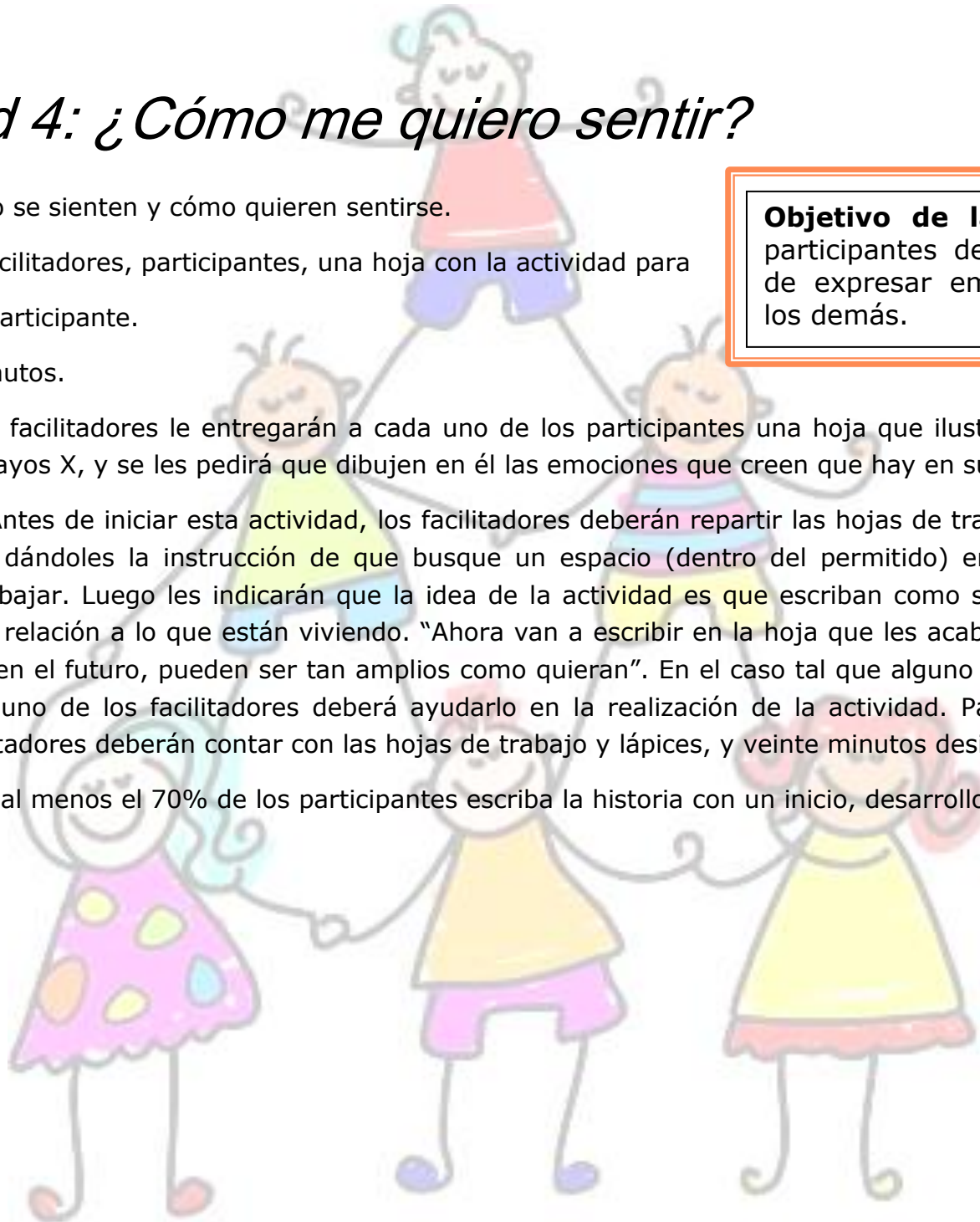
Duración: 20 minutos.

Descripción: Los facilitadores le entregarán a cada uno de los participantes una hoja que ilustra un muñeco bajo una máquina de rayos X, y se les pedirá que dibujen en él las emociones que creen que hay en su interior.

Instrucciones: Antes de iniciar esta actividad, los facilitadores deberán repartir las hojas de trabajo a cada uno de los participantes, dándoles la instrucción de que busque un espacio (dentro del permitido) en donde se sientan cómodos para trabajar. Luego les indicarán que la idea de la actividad es que escriban como se quieren sentir en este momento en relación a lo que están viviendo. "Ahora van a escribir en la hoja que les acabamos de dar, cómo se quieren sentir en el futuro, pueden ser tan amplios como quieran". En el caso tal que alguno de los participantes no sepa escribir, uno de los facilitadores deberá ayudarlo en la realización de la actividad. Para desarrollar esta actividad los facilitadores deberán contar con las hojas de trabajo y lápices, y veinte minutos designados para ella.

Evaluación: Que al menos el 70% de los participantes escriba la historia con un inicio, desarrollo y final.

Objetivo de la Actividad: Que los participantes demuestren su habilidad de expresar emociones propias antes los demás.



Actividad 5: Rayos X.

Contenido: Solución de problemas y alcance de metas.

Recursos: Dos facilitadores, participantes, una hoja con la actividad para cada participante.

Duración: 20 minutos.

Descripción: Los facilitadores le entregarán a cada uno de los participantes una hoja que ilustra un muñeco bajo una máquina de rayos X, y se les pedirá que dibujen en él las emociones que creen que hay en su interior.

Instrucciones: En continuación con las dos actividades anteriores, los facilitadores les proporcionarán otra hoja a los participantes en el sitio en el que estén. Explicándoles en que consiste la nueva actividad. "Bueno, muchachos, ¿todos ven el dibujo de la hoja?, ¿alguien me puede decir qué es?, ahora lo que vamos a hacer es dibujar en el muñeco lo que creemos que está sintiendo". Para esto se repartirán colores y lápices, se realizará en veinte minutos.

Evaluación: Que al menos el 70% de los participantes dibuje dentro de la silueta.

Objetivo de la Actividad: Que los participantes demuestren su habilidad de reconocer sus emociones.



Actividad 6: Máscara de las emociones.

Contenido: Cómo se sienten y cómo quieren sentirse, entendimiento de las Emociones y cómo les afectan.

Recursos: Dos facilitadores, participantes, una hoja con la actividad para cada participante.

Duración: 20 minutos.

Descripción: Los facilitadores entregarán a los participantes colores y una hoja con una silueta que ellos deberán completar con la expresión facial de la emoción que estén experimentando en ese momento, posteriormente la mostrarán al grupo que adivinará la emoción.

Instrucciones: En esta actividad nuevamente los facilitadores deberán entregar una hoja de trabajo que contendrá un rostro sin expresión. Cuando todos los participantes tengan una hoja de trabajo, se les explicará lo siguiente: "¿Todos pueden ver lo que hay en la hoja?, ¿quién me puede decir qué es?, Bueno lo que vamos a hacer con eso, es que le vamos a dibujar las cosas que le hacen faltan para que ese muchacho/a que está en la hoja pueda mostrar una emoción, le vamos a poner cejas, ojos, boca y todo para que se pueda ver cómo se siente ¿Quedó claro lo que vamos a hacer?" En caso de que no se haya entendido las instrucciones se repiten nuevamente. Para desarrollar esta actividad, se necesitará la hoja de trabajo y lápices de colores. Se hará en veinte minutos.

Evaluación: Con la participación del 80% de los niños y que dibujen dentro de la silueta entregada.

Objetivo de la Actividad: Que los participantes demuestren su habilidad de expresar emociones propias ante los demás.

Actividad 7: Nos inflamamos como globos.

Contenido: Autocontrol.

Recursos: Dos facilitadores, participantes.

Duración: 10 minutos.

Descripción: Los facilitadores situarán a los participantes en un semi círculo y les pedirán respirar de manera profunda con la instrucción de "inflarnos como globos".

Instrucciones: Para culminar la sesión, los facilitadores se sentarán con los niños en el semi-círculo en el suelo y dirán lo siguiente "Ya hemos terminado por hoy, pero como última actividad vamos a respirar tanto que nos inflaremos como globos. Vamos a tomar aire por la nariz y lo vamos a dejar ir por la boca lentamente, lo haremos tres veces" Se demostrará una vez y luego, tanto los facilitadores como los participantes, realizarán el ejercicio que durará diez minutos; luego, los facilitadores se acercarán a cada niño para que responda el cuestionario y para que exprese su opinión sobre esa sesión. En caso que el niño no sepa leer o escribir el facilitador realizará las preguntas y copiará su respuesta.

Evaluación: Con la participación de todos los integrantes que practicaron al menos dos de las actividades anteriores.

Objetivo de la Actividad: Reducir el nivel de activación producto de la sesión de los participantes, a través de la respiración diafragmática.



Actividad 8: Entrega de diplomas.

Contenido: N/A.

Recursos: Dos facilitadores, participantes, diplomas.

Duración: 10 minutos.

Descripción: Al finalizar la sesión se le entregará un diploma a cada participante (previamente elaborado por los facilitadores)

Instrucciones: En esta actividad, se les explicará a los participantes que las sesiones han terminado. "Muchachos ya hemos terminado nuestras sesiones de trabajo con ustedes, es decir que ya no nos veremos más. Pero para felicitarlos por su esfuerzo y haber sido tan comprometidos con cada una de las actividades, tenemos algo para ustedes". En este momento se les pedirá que formen una fila y se irá llamando por nombre mientras se hace entrega del diploma de reconocimiento previamente elaborado. Para ello se debe contar con los diplomas y diez minutos de tiempo.

Evaluación: N/A.

Objetivo de la Actividad: Recompensar a los participantes por la participación en el programa.

Evaluación de la Sesión: Con la participación acertada del setenta por ciento de los participantes y el entendimiento de los ejercicios se podrá tener una buena evaluación. Adicional a esto, se pedirá la opinión de los participantes sobre la sesión y el programa en general.

Evaluación del Programa: Se aplicará el TMMS-24 para medir la inteligencia emocional y se realizará una comparación entre la primera medición y esta; si los niveles de inteligencia emocional aumentaron, el programa habrá funcionado.