**ABRAZOTERAPIA EN EL AULA**

Justificación

¿Por qué es necesario fomentar la expresión de los afectos en el aula entre nuestro alumnado?

En algunas Pedagogías Alternativas el docente se sitúa en el umbral de la puerta cuando sus alumnos entran al aula, les dan la mano y les saludan de manera calmada y les desean una buena y feliz jornada.

El efecto de los mensajes positivos y las palabras cargadas de cariño es un revulsivo para el mejor estado de ánimo del niño y la mejora de su equilibrio emocional.

Cada vez, más a menudo, encontramos un mayor abanico de personalidades en el aula: niños inquietos, tímidos, niños con conductas disruptivas, desatentos…u otros poco integrados socialmente. Si profundizáramos en muchas de estas situaciones, descubriríamos la existencia de necesidades afectivas y emocionales. Un adecuado desarrollo y logro del equilibrio emocional en el infante.



Objetivos

. Mejorar el estado afectivo y emocional del alumnado.

. Crear hábitos y rutinas de expresión emocional en el aula.

. Crear identidad de grupo y el mayor conocimiento entre el alumnado y la maestra.

Contenidos

 . Tiempo del minuto inicial en el umbral de la puerta saludando

 . Toma de decisiones por parte del alumno/a.

 . Desarrollo de la capacidad de escucha

 . Respeto por el momento emocional que viva el alumno.

 . Aumento de la complicidad y relación entre alumnado y maestra.

Actividades y materiales

Tras la propuesta del día de la Paz de regalar abrazos en el recreo a niños y mayores, surgió la idea de trasladar la actividad de otra manera al aula y a la rutina diaria.

 . Se cuelga un cartel en la entrada al aula donde aparecen distintos saludos.

 . La maestra saluda y el niño elige una de las opciones.

 . Se observa la reacción del niño/a y si le agrada le agrada la propuesta y si verbaliza días después si le gusta la actividad o no.

 . Si el alumno no quiere nada, se respeta o saluda como “E.T. mi casa”.

 . En ocasiones algún alumno demanda un abrazo durante la sesión.

Efectos en el alumnado

Una semana o dos después de comenzar con la abrazoterapia en el aula, se pregunta por escrito y de manera individual a los alumnos y alumnas:

¿Qué sientes cuando das o recibes un abrazo?

Si hacemos un análisis de su respuesta, como una retroalimentación de la actividad, nos encontramos:

Feedback positivo: La gran mayoría de ellos se siente bien al dar y recibir un abrazo, diciendo que perciben cariño, amor, paz, compañía y tranquilidad, alegría, amistad y felicidad. Incluso una dice que cuando da abrazos tiene una subida de energía.

Feedback menos positivo: De manera esporádica, alguno dice que no siente nada o al menos no siente tristeza.

 Lucía Martín Gozalo