

## **INTRODUCCIÓN:**

Desde El Puente Salud Mental Valladolid apostamos por una educación basada en los valores, que trabaje la diversidad y la inclusión y que tenga en cuenta los retos de una sociedad que cambia a una velocidad de vértigo, para que se consiga una salud mental más positiva de las generaciones futuras.

Entendemos por educación inclusiva un sistema donde se provee al alumnado aprendiz de espacios, entornos y apoyos efectivos para que concurra en una verdadera igualdad de oportunidades. En un medio inclusivo es el sistema quien trata de adaptarse al individuo con diferentes condicionantes, y en él se promueve un ambiente de respeto, de valores, de reconocimiento a las necesidades particulares; ya que todos formamos parte de la sociedad y del futuro. No son importantes los déficits, sino las proyecciones.

Cabe decir que todas las personas somos sujetos participantes del proceso educativo: escuela, familia, amigos, medios de comunicación, sanitarios... Si todos adoptamos una actitud de cooperación y apoyo, podremos decir que la salud mental siempre estuvo ahí, y que quizá fue un regalo. No se trata solo de atender a los que presenten dificultades, sino de explicar las bases para una buena salud mental del conjunto.

De la educación depende la adquisición de conocimientos, la competencia profesional, y el avance de la técnica, pero también el sentido de pertenencia, el respeto a la diversidad, la inclusión, y el desarrollo de los derechos fundamentales. La educación es el principal instrumento de cambio hacia horizontes más justos y equitativos.

La memoria de un niño, de una niña, es como un libro en blanco, que permanece abierto en la edad de los descubrimientos. Llenemos entonces sus páginas con palabras de comprensión, acaso la mejor medicina. Introduzcamos en el ciclo educativo elementos de juicio que ayuden a valorar la experiencia vital de las personas, sea cual sea su condición.

La mente es un órgano en constante creación; formado por los pensamientos, por las luces que son los recuerdos, o por las emociones. Es un órgano preparado para el aprendizaje, para organizarnos en sociedad, y para la superación.

Sin embargo, aún hoy, una diferencia en la capacidad de respuesta ante los problemas que genera la vida diaria es motivo de rechazo. Con la educación inclusiva se trataría de pasar de una actitud instintiva, como es el estigma o rechazo, hacia modos más evolucionados, como serían la paciencia o el amor.

## **OBJETIVOS:**

Esta baraja está pensada para contribuir a desarrollar la habilidad de escribir historias, narraciones o breves relatos y luego poder convertirlos en historias de aprendizaje o historias de vida. Su objetivo es servir de impulso para los procesos creativos ayudando a mejorar destrezas para la escritura creativa.

Nombre del juego ha sido diseñado como apoyo didáctico para favorecer la adquisición de unas herramientas que permitan a los niños expresar sus emociones y aprender a gestionarlas y encauzarlas adecuadamente

- Explicar el contenido de veinte emociones con un lenguaje sencillo y comprensible.
- Dar herramientas a los niños para que puedan identificar y expresar sus emociones y sentimientos.
- Ayudar a los niños a que canalicen adecuadamente sus emociones.
- Profundizar en el reconocimiento y la expresión de cada una de las emociones que se dan en las viñetas
- Mejorar la comprensión escrita de los niños como medio para incrementar su autoconocimiento.

- Ayudar a los adultos (padres, profesores, psicólogos) a trabajar la educación emocional de los niños.
- Contribuir al fomento de la imaginación y creatividad de los niños.

## **CONTENIDO**

Nombre del juego consta de una baraja de 20 ilustraciones, donde (Nombre del personaje), va experimentando diferentes emociones.

## **MODO DE EMPLEO:**

**El objetivo de nombre del juego es crear historias con (nombre del protagonista), experimenta y gestiona diferentes emociones.**

Nombre del juego se trata de un material creativo, con múltiples variantes de uso, individual o grupal.

En primer lugar, la persona que dinamizará la actividad procederá a dar las instrucciones al grupo.

### **Instrucciones:**

Os presento a (**nombre del personaje**), a continuación, vamos a jugar con (**nombre del personaje**), creando historias acerca de sus vivencias y cómo se siente.

Os iré repartiendo unas cartas donde (**nombre del personaje**), experimenta una emoción. A continuación, iremos explicando cómo se siente (**nombre del personaje**), y el motivo por el que puede sentirse así, como podríamos ayudarle si pensamos que necesita ayuda... pensaremos también si alguno de nosotros nos hemos sentido como nombre del personaje y qué hicimos.

Con todo esto, después, escribiremos una pequeña historia acerca de nombre del personaje.

A la hora de escribir la historia, nos basaremos en la imagen y en lo que hemos hablado y habrá que tener en cuenta que nuestra historia tiene que tener una introducción, un nudo y un desenlace. Podemos pensar en ¿qué ocurre? ¿cuándo? ¿dónde? ¿con quién o a quién? ¿cómo?...

A la hora de la dinamización de la actividad, podemos escoger alguna de estas variantes:

### **Modo 1: Construir una historia individual**

Cada persona elegirá una carta donde el personaje experimenta una emoción.

En una primera fase, cada participante explicará la emoción, que le ha tocado, el resto del grupo podrá hacer aportaciones si así lo desea.

La explicación de cada emoción puede ilustrarse con vivencias personales del grupo en las cuales hayan experimentado esa emoción y cómo reaccionaron.

A continuación, la persona construirá una historia a partir de la carta que le ha tocado. Pueden repartirse más cartas si el grupo es pequeño y realizar las mismas instrucciones, así como la creación de la historia con varias emociones.

### **Modo 2: Construir una historia grupal**

Se divide el grupo grande en grupos más pequeños, o directamente si es un grupo pequeño (de entre 3-6 participantes) se trabajará con el mismo grupo.

Se reparten en el grupo varias tarjetas (1 por participante), entre todos, irán explicando las emociones, ilustrando si se desea con vivencias propias. A continuación, entre todos elaboraran una historia con inicio, nudo y desenlace.

