

Carrera:
Psicología Educativa

Diplomado:
**Estrategias Para El Apoyo Y Recuperación Psicoafectiva En Tiempos De
Contingencias**

Proyecto:
**Guía de Apoyo Psicoafectivo en Tiempos de Contingencias para
Estudiantes del Nivel Inicial**

Autores:
**Grisbel Valdez Holguín (16-0691),
Brayhan Santos Almonte (16-9810) y
Mary Laura Vargas (16-9853)**

Facilitadora Acompañante:
Alexandra Aquino, MA

**Abril, 2021
Santiago de los Caballeros,
República Dominicana**

Presentación	iii
Introducción	iv
Objetivo General:	v
Objetivos específicos:	v
Actividades de Intervención	6
1. La estrella de mar y los tornados	6
2. “¿Quién soy ahora?”	6
3. Noche de diversión en familia	7
4. Caritas De Emociones	7
5. Cartelón de sentimientos y emociones	8
6. Salir de situaciones difíciles	9
7. Me divierto al ritmo del tambor	10
8. Resisto la risa	11
9. Me gusta cantar	11
10. Somos marionetas	11
11. Creamos títeres en familia y dramatizamos cuentos	12
12. La Mariposa Caprichosa	13
13. Círculos y Palillos	14
14. Formas Planas	15
Glosario	17
Referencias Bibliográficas	18
Anexos	20

En estos momentos estamos pasando por una pandemia que ha provocado muchos cambios y ha sido un gran desafío para nuestro país, tanto a nivel económico como social. Todo empezó el 17 de marzo del año 2020, cuando se declaró al país en estado de emergencia y se empezaron a tomar una serie de medidas para intentar detener el contagio del virus. Muchas personas perdieron sus empleos a raíz de la situación, además de las consecuencias psicológicas que ha causado en confinamiento, el miedo y el estrés en la población dominicana en general. También, los niños y adolescentes se han visto muy afectados por la violencia, lo que ha llevado a que en el hogar se presenten eventos difíciles de manejar con sus propios recursos emocionales.

A causa del estado de emergencia todos los negocios y escuelas estaban cerrados en toda la República Dominicana, solamente estaban laborando los establecimientos de productos de primera necesidad, como los supermercados y farmacias, con un horario limitado que se ha ido flexibilizando al pasar los días. Estando las escuelas cerradas la educación de nuestro país se vio paralizada durante varios meses, hasta que con el cambio de gobierno se informó que las clases del año escolar 2020-2021 serían de manera virtual, por tal razón, se puso en marcha un plan para capacitar el equipo de gestión de las escuelas de todo el país para iniciar a impartir las clases lo más antes posible, dicha modalidad inició el 2 de noviembre del 2020, luego de que el periodo educativo estuviera en peligro debido a la situación que impera en el país por el Covid-19.

Esta guía tiene como finalidad proporcionar estrategias para garantizar el apoyo psicoafectivo a los estudiantes del nivel inicial, de la mano con la orientación a las familias. Además, se busca presentar propuestas pedagógicas que sean útiles para los docentes, en donde se incluyan las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) con el objetivo de mejorar los procesos educativos, manteniendo un ambiente positivo en el aula, en donde se fomente el trabajo cooperativo y la socialización. También, se proponen actividades para lograr la sensibilización, en donde el juego y la estimulación tenga un papel primordial en el salón de clases.

Esta guía presenta el resultado de nuestra investigación sobre las actividades y estrategias sugeridas a padres y docentes para que puedan aplicarlas de manera inmediata y ofrecer apoyo psicoafectivo a los niños del nivel inicial en tiempos de contingencia.

Más adelante, se muestra el objetivo general y los objetivos específicos que conforman la finalidad de esta guía. Luego, se desarrollan una serie de actividades de intervención desglosadas paso a paso con sus respectivos objetivos, tiempo de aplicación, materiales a utilizar y su desarrollo. Estas actividades abarcan el manejo de emociones, relajación, desarrollo de la creatividad, afectividad, estimulación y uso de las TIC en el salón de clases.

Objetivo General:

Proponer estrategias de apoyo psicoafectivo en tiempos de contingencias para estudiantes del nivel inicial.

Objetivos específicos:

Brindar a las familias estrategias para el manejo de las emociones mediante el juego con su(s) hijo(s).

Presentar propuestas pedagógicas para docentes que incluyan el apoyo psicoafectivo.

Ofrecer estrategias en el uso de las TIC para mejorar el desarrollo de los aprendizajes y para mantener un ambiente positivo y cooperativo.

Facilitar a los docentes actividades para fomentar la socialización y la reflexión en el salón de clases.

Plantear estrategias que garanticen la participación, la sensibilización, que favorezcan el juego y la estimulación.

Es muy importante que los niños puedan aprender a controlar sus emociones y a trabajar en sus habilidades sociales, así como también, que los padres puedan ayudar a su(s) hijo(s) practicando juegos divertidos en la casa. Por tal motivo Kelly (2014), propone las siguientes actividades:

1. *La estrella de mar y los tornados*



Para ver el video del desarrollo de la actividad presione “Ctrl + click en el botón de reproducir”

2. *“¿Quién soy ahora?”*

Objetivo: Desarrollar la autoconciencia y ayudar a identificar las fortalezas de su hijo.

Tiempo: 30 minutos.

Materiales: hoja de papel o cartulina, tijera, lápiz.

Desarrollo: Busque una hoja de papel o cartulina y recorte en cuatro partes, luego se le asigna al niño que dibuje imágenes de sí mismo haciendo

algo positivo, por ejemplo, ayudando a alguien. Luego conversar sobre el tipo de persona que es cuando realiza acciones positivas (Kelly, 2014).

3. Noche de diversión en familia

Objetivo: Ayudar a desarrollar la autoconciencia, tomar decisiones y ver otros puntos de vista, divirtiéndose en familia.

Tiempo: Dos horas.

Materiales: televisor, juegos a elección.

Desarrollo: En familia elijen un día para realizar actividades juntos en la noche. Los padres con su hijo o toda la familia se turnan para planificar una noche divertida. La persona responsable elige la actividad a realizar, lo que se va a jugar y comer. Al final de la actividad, cada uno se califica a sí mismo, de acuerdo con el comportamiento y comentan lo que desean mejorar y lo que hicieron bien (Kelly, 2014).

En este mismo orden, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y el Ministerio de Educación de la Republica Dominicana (MINERD), (2021), ofrece esta otra actividad para identificar emociones:

4. Caritas De Emociones

Objetivo: Con esta actividad se busca “reconocer e identificar, a través de las expresiones faciales, las distintas emociones que se deben trabajar” y “desarrollar la capacidad de autoobservación y de validar las diversas emociones como legítimas y propias de todos” (p. 94).

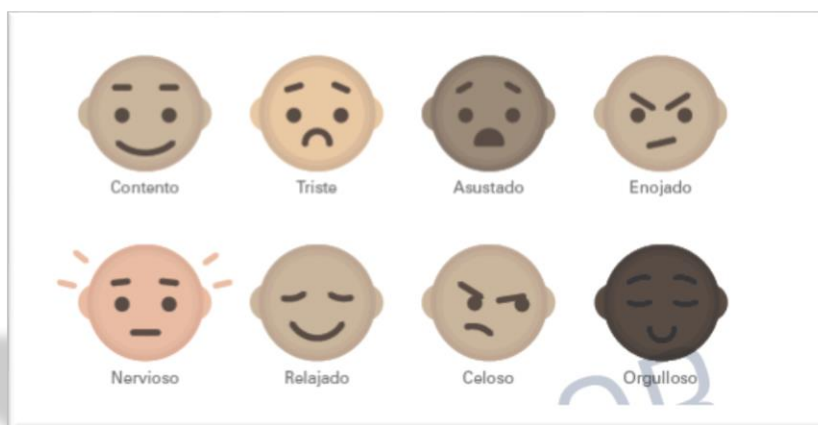
Tiempo: 40 Minutos.

Material: Hojas de cartulina, 8 tarjetas con una cara que representa una emoción, tijeras.

Desarrollo:

En una hoja de cartulina grande la maestra pega tarjetas con imágenes que representen 8 emociones, que son: contento, triste, asustado, enfadado, nervioso, relajado, celoso y orgulloso. La maestra ayuda a los

niños a comprender e identificar estas emociones, hablando de ellas y poniendo ejemplos de la vida cotidiana, y también se pide a los niños que den ejemplos. Luego, retirar las tarjetas de la cartulina, mostrarlas una a una y jugar a las adivinanzas: qué emoción representan las caras. Se les reparte las tarjetas a los niños al azar, cada uno lee la emoción que le toca y la representa gestualmente para que los demás lo adivinen. (UNICEF y MINERD, 2021, págs. 94-95)



Unicef y MinerD (2021), Ilustración de las emociones. Recuperado del Manual para facilitadores lúdicos adaptado a la Covid- 19.

La Dirección de Orientación y Psicología (2020) establece las siguientes actividades para trabajar las emociones en el salón de clases o en sus hogares con su familia:

5. Cartelón de sentimientos y emociones

Objetivo: Desarrollar habilidades para la identificación y comunicación de los estados emocionales propios y de los demás.

Tiempo: 1 hora y media.

Materiales: Revistas y periódicos viejos, tijeras, pegamento, cartelón, marcadores gruesos.

Desarrollo:

Los niños con apoyo de su docente o familiares seleccionarán fotografías de adultos, niños o personajes que expresen las emociones básicas:

alegría, tristeza, enfado, miedo, asco, amor, calma. Con estas imágenes cada uno armará su propio cartelón de emociones. Cada niño y niña con su cartelón se sentará en el círculo, colocándose las sillas con la distancia recomendada para la seguridad de la salud. El o la docente animará un diálogo. (Dirección de Orientación y Psicología, 2020, p. 35)

Luego, se realizan las siguientes preguntas: ¿Qué emoción o sentimiento expresa esta fotografía? ¿Cómo lo sabes? ¿Qué puede provocar esa emoción? ¿Qué haces tú cuando sientes esta emoción? ¿Qué hacen las personas de tu familia cuando sienten esa emoción? ¿Qué nos ayuda a estar en calma? Con las respuestas de los niños, niñas y el o la docente se organiza un inventario de estrategias para calmarse. (Dirección de Orientación y Psicología, 2020, p. 35)

Además, la Dirección de Orientación y Psicología (2020) presenta la posterior actividad para que la docente identifique situaciones de vulnerabilidad.

6. Salir de situaciones difíciles

Objetivo: Identificar las opciones para resolver situaciones difíciles.

Tiempo: 1 hora y media.

Materiales: Episodio “Cuidado con el oso”, de la abeja Maya, lápices de colores y papel blanco.



Ilustración de la Abeja Maya. Recuperado de <https://www.abeja-maya.com/es>

Desarrollo: La docente presenta el capítulo de la abeja Maya, “Cuidado con el oso” (disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=v2O41rCvyjl>). Mientras los niños lo ven, la docente observa y anota comentarios que hagan los niños, prestando atención a frases de asombros o a las inquietudes.

Luego, se sugiere que el docente se guíe de las siguientes preguntas: “¿Qué pasó con la abeja Maya? ¿Cómo se sentía? ¿Cómo resolvió las situaciones difíciles? ¿Qué otras ideas le darías a Maya para resolver esas situaciones?” (Dirección de Orientación y psicología, (2020, p. 44)

Después de las preguntas, se les pide a los niños que expresen cómo resolvieron alguna situación difícil que se les haya presentado. Entonces, se les entrega lápices de colores y hoja de maquinilla para hacer un dibujo que represente una situación y la solución. Los niños compartirán su producción. Se resaltarán la importancia de decir siempre la verdad a las personas que nos aman, sobre todo resaltar que en momentos de peligro debemos hablar con un adulto. (Dirección de Orientación y Psicología, (2020, págs. 44-45)

Además, UNICEF (2010), ofrece la siguiente actividad para fomentar las relaciones de familiaridad entre los estudiantes.

7. Me divierto al ritmo del tambor

Objetivo: Establecer entre los participantes una relación de mayor familiaridad entre los estudiantes.

Tiempo: 30 minutos

Materiales: Tambor o cualquier instrumento para hacer ruido (maraca, pandero).

Desarrollo: El docente sale al patio del centro educativo y toca un ritmo regular en un tambor o golpear las palmas de las manos. Se les pide a los alumnos que caminen al ritmo de diferentes toques, sin mezclarse. Cuando se detiene el toque del tambor, se indica a los niños que se queden dónde están. Se toca un ritmo diferente en el tambor, y se les pide que se muevan por el lugar nuevamente. Esto se repite tres veces. Luego, se invita a los niños a encontrar su lugar donde estaban en un primer momento.

El psicólogo Castellero (2012), recomienda las siguientes actividades de relajación, que se pueden aplicar en el aula.

8. Resisto la risa

Objetivo: Lograr la relajación mediante la risa.

Tiempo: 20 minutos.

Desarrollo: La docente pide a los niños que miren a otra persona permaneciendo en todo momento quieto y mantener la compostura intentando no reírse, mientras que la otra persona debe hacer todo lo posible por hacerle reír. Sirve desde intentar sostener la mirada o hacer bromas, manteniendo la distancia (Castillero, 2012).

9. Me gusta cantar



Alonso, M (2017) Ilustración de niña cantando. Recuperado de <https://www.guiainfantil.com/articulos/ocio/cuentos-infantiles/alicia-quiere-ser-cantante-cuentos-infantiles-sobre-el-esfuerzo/>

Objetivo: Mejorar el estado de tensión y relajar a los niños.

Tiempo: 20 minutos.

Materiales: Computadora, bocinas, internet.

Desarrollo: La maestra coloca una música en donde los niños deben de improvisar una canción inventada por ellos (Castillero, 2012).

10. Somos marionetas

Objetivo: Relajar el cuerpo a través del juego.

Tiempo: 10 minutos.

Desarrollo: Se les orienta a los niños que son marionetas que están siendo controlados por un marionetista, y que llevan un hilo en diversas partes del cuerpo. Se les dice que el marionetista va halando de las diferentes cuerdas con el fin de que vayan haciendo diferentes gestos y acciones.

Sin embargo, pasado un rato se les dice que el marionetista en cuestión es torpe y de vez en cuando deja caer una de las cuerdas, con lo que deben dejar totalmente muerta la parte del cuerpo correspondiente durante unos segundos. Esta segunda parte se mantiene durante varios minutos. El juego termina diciendo que al marionetista se le caen todas las cuerdas a la vez y/o deja las marionetas, teniendo que destensar todo el cuerpo. (Castillero, 2012)

11. Creamos títeres en familia y dramatizamos cuentos.

La siguiente actividad se trata de cómo podemos brindar apoyo psicoafectivo mediante el uso de las TIC.



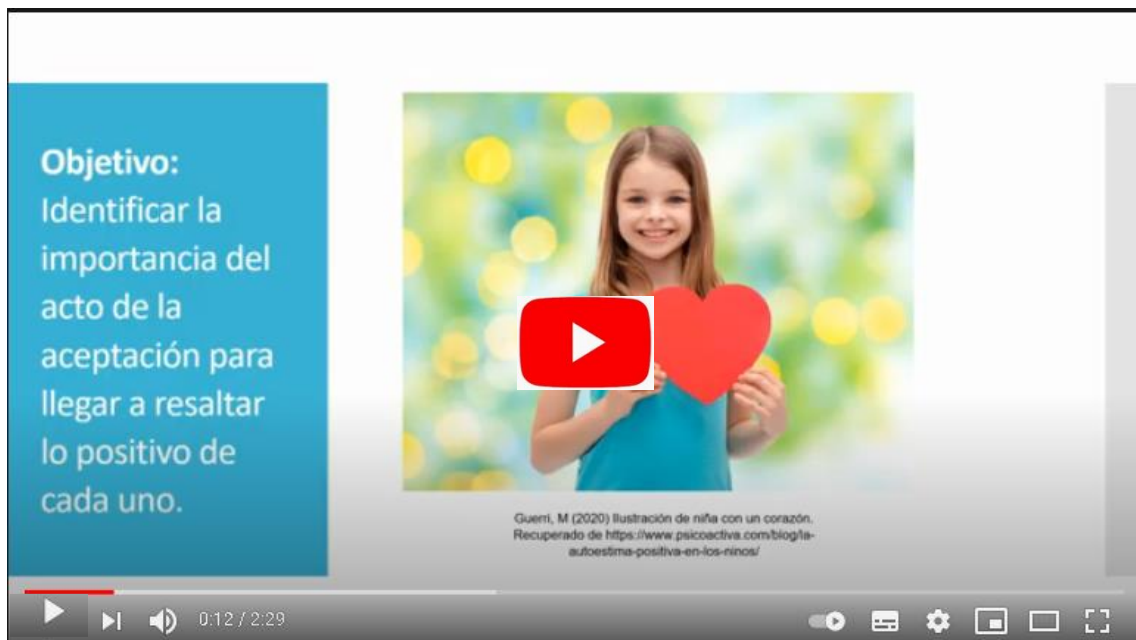
Para ver el video del desarrollo de la actividad presione “Ctrl + click en el botón de reproducir”

Tutorial de cómo hacer el títere



Para ver el video del desarrollo de la actividad presione “Ctrl + click en el botón de reproducir”

12. *La Mariposa Caprichosa*



Para ver el video del desarrollo de la actividad presione “Ctrl + click en el botón de reproducir”



Para ver el video del cuento La Mariposa Caprichosa, presione “Ctrl + click en el botón de reproducir”

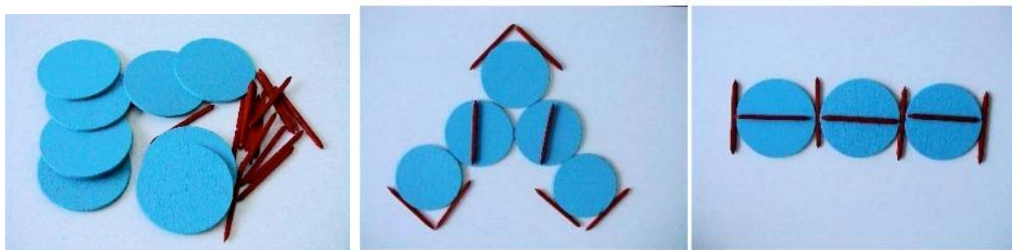
La Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED), presenta la siguiente actividad para estimular la creatividad en los niños mediante el juego, útil tanto para maestras como padres y madres.

13. Círculos y Palillos

Objetivo: Estimular la creatividad y la memoria, así como, desarrollar la estructuración y organización espacial.

Tiempo: 1 hora.

Materiales: 8 círculos de cartón o cartulina del color de preferencia y 20 palillos del mismo tamaño y del color de preferencia.



UNED, Ilustración de figuras de cartón y palillos. Recuperado de <https://www2.uned.es/cemav/juegos/pdf/4a5.pdf>

Desarrollo: Se entrega a los niños los 8 círculos de cartón o cartulina para que jueguen y realicen figuras de manera libre y dejando que utilicen la creatividad.

Se puede asignar la realización de esta actividad de distintas maneras: los niños pueden crear una figura mostrada por la persona que está dirigiendo la actividad, hacer el modelo del compañero del lado o enseñarles el modelo de una figura por unos pocos segundos y que los niños lo realicen después de dejar de mostrárselo.

14. Formas Planas

Objetivos: Desarrollar la imaginación creadora e iniciar en el descubrimiento de las letras y los números. Además, es útil para estimular el aprendizaje de los colores y la memoria.

Materiales: Piezas de cartón de forma rectangular y de diferentes colores. 10 piezas de cartón de 8 cm. de largo por 2 cm. de ancho en los siguientes colores: verde, rosado, amarillo, naranja, rojo, azul, blanco. También, 10 piezas de 15 cm. por 2 cm. en color amarillo y 10 piezas en forma de herradura de 8 cm. por 2 cm. de ancho en color rojo.



UNED, Ilustración de figuras piezas de cartón. Recuperado de <https://www2.uned.es/cemav/juegos/pdf/4a5.pdf>

Desarrollo: La maestra o los padres entregan los materiales a los niños para que realicen composiciones libres y desarrollen su imaginación. Se puede sugerir también que reproduzcan el modelo dado, números o letras, o que cambien los colores de la figura presentada.



UNED, Ilustración de figuras piezas de cartón. Recuperado de <https://www2.uned.es/cemav/juegos/pdf/4a5.pdf>

Autoconciencia: Se considera como el conocimiento que la conciencia tiene de sí misma, o la representación del yo como objeto conocido por la conciencia, o el conocimiento del yo acerca de sí mismo.

Confinamiento: Es un plan de intervención comunitario que implica permanecer refugiado el mayor tiempo posible, bajo nuevas normas socialmente restrictivas.

Psicoafectivo: Se refiere a los aspectos emocionales, motivacionales y actitudinales de la persona.

TIC: Son el conjunto de tecnologías desarrolladas para gestionar información y enviarla de un lugar a otro.

Vulnerabilidad: Es la incapacidad de resistencia cuando se presenta un fenómeno amenazante, o la incapacidad para reponerse después de que ha ocurrido un desastre.

- Bech, L (2020), *Ilustración de títere*. Recuperado de <https://images.app.goo.gl/7XsQbkjeAT5NtrqC6>
- Carballo, A (2015), *Ilustración de Marionetas como recursos educativos para niños*. Recuperado de <https://images.app.goo.gl/jte5nNhJ5WCCgXEn8>
- Castillero, O. (2012) *14 ejercicios de relajación para niños*. Recuperado el 11 de abril del 2021 de (<https://psicologiymente.com/desarrollo/ejercicios-relajacion-ninos>)
- Concha, A (2020) *Ilustración de La Mariposita Caprichosa*. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=cxvsBiamRg4>
- Concha, A (2020) *Ilustración del cuento La Mariposita Caprichosa*. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=cxvsBiamRg4>
- Concha, A. (29 de mayo del 2020) *La Mariposita Caprichosa*. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=cxvsBiamRg4>
- Dirección De Orientación Y Psicología, (2020) *Estrategia Para El Apoyo Y Recuperación Psicoafectiva En El Contexto Del Covid-19*. Ministerio de Educación.
- Funes, A. (26 de Julio del 2019) *Cómo Hacer títeres o marionetas con calcetines, El Español*. Recuperado el 12 de abril del 2021 de https://www.elespanol.com/como/hacer-titeres-marionetas-calcetines/415709155_0.html
- Guerri, M (2020) *Ilustración de niña con un corazón*. Recuperado de <https://www.psicoactiva.com/blog/la-autoestima-positiva-en-los-ninos/>
- José, M (2020) *Ilustración de familia dramatizando con títeres*. Recuperado de <https://images.app.goo.gl/aakRNwAD3yHUJykLA>
- Kelly, K. (2014) *5 juegos de aprendizaje socioemocional para jugar con su hijo*. Recuperado el 11 de abril del 2021 de <https://www.understood.org/es-mx/school-learning/learning-at-home/games-skillbuilders/social-emotional-activities-for-children>

Planeta Junior (23 de agosto del 2019) *La abeja Maya Cuidado con el Oso*. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=v2O41rCvyjl>

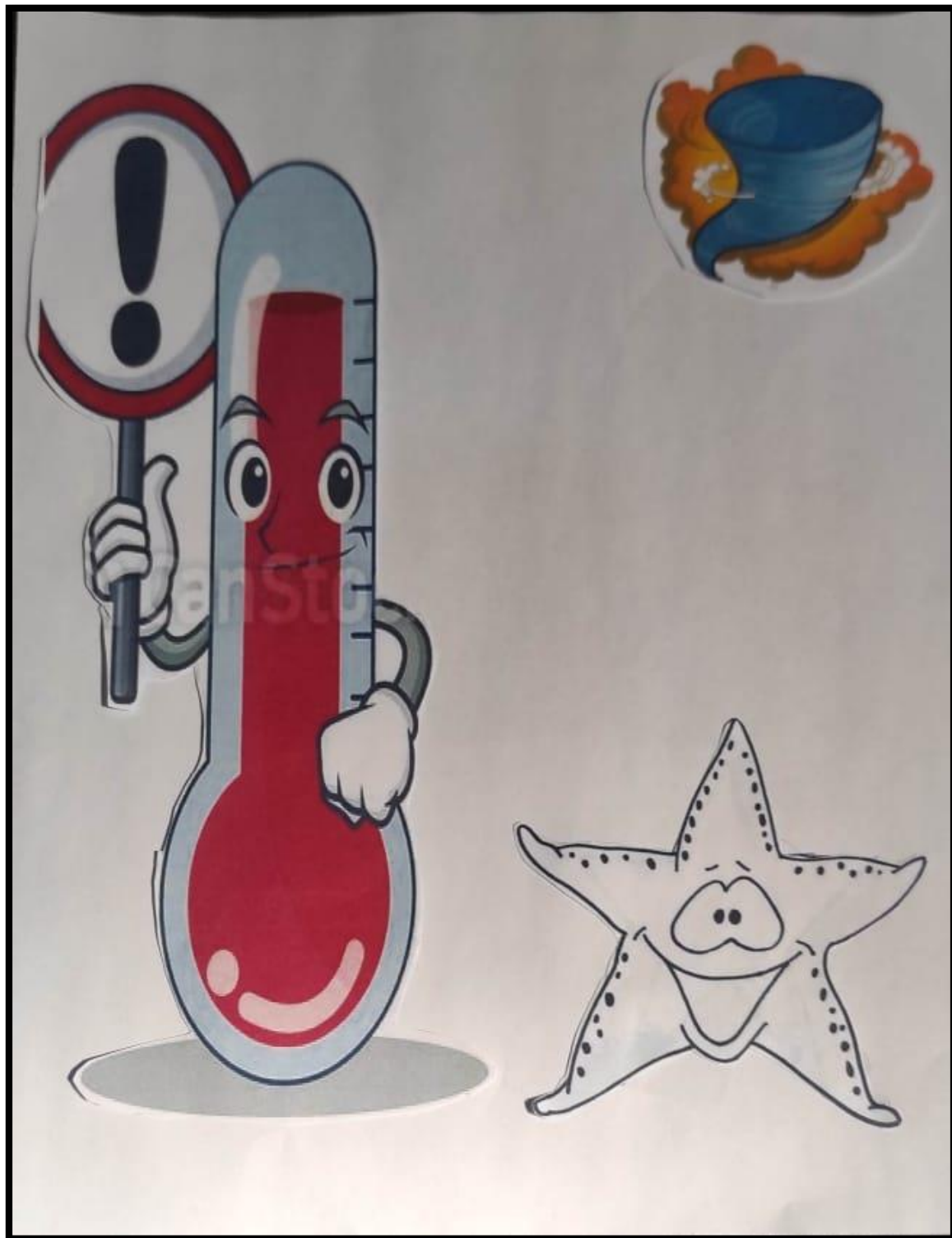
UNED, *Ilustración de figuras de cartón y palillos*. Recuperado de <https://www2.uned.es/cemav/juegos/pdf/4a5.pdf>

UNED, *Ilustración de figuras piezas de cartón*. Recuperado de <https://www2.uned.es/cemav/juegos/pdf/4a5.pdf>

UNICEF (2010) *El retorno a la alegría. Manual de Capacitación*.
Consejería de la Presidencia.

UNICEF y MINERD (2021) *Manual para facilitadores lúdicos adaptado a la Covid- 19*. Ministerio de Educación.

Actividad 1:



Actividades que lo hacen sentir en calma

1. Practicar algo que le guste
2. Brincar una pelota
3. Tener Juguetes



Cosas que lo hacen sentir con una conducta acelerada

1. Estar encerrado en casa
2. No tener actividad física
3. No tener con quien jugar

