

Klaus W. Vöpel

# JUEGOS DE INTERACCIÓN PARA NIÑOS Y PREADOLESCENTES

Sentimientos.  
Familia. Amigos.

10

EDITORIAL CCS

0. **Manual para el animador de grupos.** Teoría y praxis de los juegos de interacción. Klaus W. Vopel. 2ª edición.
1. **Juegos de interacción para adolescentes y jóvenes.** Valores, objetivos e intereses. Escuela y aprendizaje. Trabajo y tiempo libre. Klaus W. Vopel. 3ª edición.
2. **Juegos de interacción para adolescentes y jóvenes.** Identidad, cualidades y capacidades. Cuerpo. Klaus W. Vopel. 2ª edición.
3. **Juegos de interacción para adolescentes y jóvenes.** Separación de la familia de infancia. Amor y amistad. Sexualidad. Klaus W. Vopel. 2ª edición.
4. **Juegos de interacción para adolescentes y jóvenes.** Programación de vida. Solución de problemas. Cooperación. Klaus W. Vopel. 2ª edición.
5. **Juegos de interacción para adolescentes, jóvenes y adultos.** Aceptación y eliminación del miedo. Crecimiento personal. Klaus W. Vopel.
6. **Juegos de interacción para adolescentes, jóvenes y adultos.** Percepción y comunicación. Influjo, poder y competitividad. Klaus W. Vopel.
7. **Juegos de interacción para adolescentes, jóvenes y adultos.** Motivación. Confianza. Sinceridad. Klaus W. Vopel.
8. **Juegos de interacción para adolescentes, jóvenes y adultos.** Relaciones interpersonales. Feed-back. Cooperación. Roles. Klaus W. Vopel.
9. **Juegos de interacción para niños y preadolescentes.** Contacto, Percepción, Identidad. Klaus W. Vopel.
10. **Juegos de interacción para niños y preadolescentes.** Sentimientos, Familia, Amigos. Klaus W. Vopel.
11. **Juegos de interacción para niños y preadolescentes.** Comunicación, Cuerpo, Confianza. Klaus W. Vopel.
12. **Juegos de interacción para niños y preadolescentes.** Escuela, Feed-back, Influencia, Cooperación. Klaus W. Vopel.

# JUEGOS DE INTERACCIÓN PARA NIÑOS Y PREADOLESCENTES

10

**Sentimientos, Familia, Amigos.**

Título original: *Interaktionsspiele für Kinder: affektives Lernen für 8-bis 12-Jährige - Teil 2: Gefühle-Familie und Freunde*  
© 1991 Aufl. – ISKOPRESS. Hamburgo

Adaptación italiana: *Giochi di interazione per bambini e ragazzi. Volume 2.*  
© 1996. Elle Di Ci -Leumann (Turín)

Traducción de la adaptación italiana: Jesús Carilla  
Dibujos: Anna Cola

*Primera edición: mayo 1997.*  
*Segunda edición: enero 1998.*

© Klaus W. VOPEL

© 1997. EDITORIAL CCS, Alcalá, 164 / 28028 MADRID

*No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático, ni la transmisión por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del Copyright.*

ISBN: 84-8316-005-6

Depósito legal: M- 1.178-1998

Imprime: LETTERGRAF (Madrid)

## Introducción

---

### ¿Cómo funcionan los juegos interactivos?

Mientras que los procesos tradicionales de enseñanza-aprendizaje interesan casi exclusivamente la dimensión cognoscitiva del niño, los juegos interactivos implican todo su ser, pensamientos y sentimientos, conocimientos y curiosidad, despertando sobre todo su motivación al juego.

La seriedad y la energía con que los niños se entregan al juego son motivo de renovada admiración para el adulto. Por ejemplo, respetan las reglas del juego mucho más escrupulosamente que no otras reglas, por ejemplo, las de la escuela o la familia.

El que en el juego infringe una regla no podrá contar con la comprensión que encuentra en los compañeros cuando molesta en clase.

El mundo de los juegos es un mundo mágico, con sus leyes de espacio y tiempo y sus normas de comportamiento.

Precisamente a estos efectos apuntan los juegos interactivos, que permiten a los animadores aprovechar el potencial de energía psíquica liberado en el juego a favor de procesos sistemáticos de aprendizaje.

Estas actividades lúdicas constituyen además un estímulo eficaz para la socialización y el desarrollo de la personalidad porque faci-

litan la integración de conocimientos, capacidades y habilidades. El uso de los juegos interactivos permite al educador realizar un amplio espectro de objetivos educativos en el ámbito psico-social, interesando la dimensión cognoscitiva y afectiva, en modo más incisivo que el que consiguen las acostumbradas estrategias didácticas.

¿Por qué los juegos interactivos son tan eficaces?

### **Participación activa**

Todo niño física y psíquicamente sano quiere tomar parte activa en el aprendizaje.

Desgraciadamente muchas situaciones didácticas están aún caracterizadas por la pasividad, como si el niño estuviese sólo para recibir. En consecuencia, se llena de nociones, impelido a responder a preguntas que jamás se ha planteado. No hay que extrañarse que situaciones didácticas de este tipo provoquen apatía y aburrimiento, pues no dejan espacio alguno a la curiosidad natural del niño y a su necesidad de exploración.

Sintiéndose forzado a aprender cosas que no cuentan con su interés, se defiende por todos los medios de los intentos de manipulación de los adultos.

Con los juegos interactivos, en cambio, el niño participa en primera persona, expresa espontáneamente sus sentimientos, se comunica a través de códigos verbales y no verbales, interpreta diversos roles, se mueve libremente, establece relaciones, se enfrenta a situaciones, toma decisiones. Puede experimentar un amplio abanico de acciones que influyen eficazmente en la vida del grupo. Así se hace sujeto activo del proceso educativo y no inerte destinatario de la «sabiduría» del educador.

### **Feed-back**

Los juegos interactivos permiten a los niños tomar conciencia de las modalidades del comportamiento propio y del de los de-

más y de las motivaciones que lo sustentan. El muchacho tiene además la posibilidad de experimentar inmediatamente las consecuencias de lo que hace, con notable refuerzo del aprendizaje. Es importante, en fin, subrayar la calidad del feed-back que se recibe en estas situaciones de juego. No es el artificioso, ofrecido en las situaciones didácticas tradicionales, que llega en forma de nota o juicio por parte del profesor. En un juego interactivo el feed-back es inmediato y espontáneo. Lo provoca la misma estructura del juego.

El comportamiento en su conjunto, las señales verbales y no verbales, todo se tiene en cuenta y se valora en sus efectos.

Uno se hace más consciente de sus propias sensaciones.

No se depende exclusivamente de la aprobación del animador, ni el único interés es ver si los resultados logrados son acertados o equivocados, sino que se buscan controles más puntuales y articulados.

### **Objetivos bien definidos**

Todo juego interactivo acaba con un momento de reflexión en que se discute sobre lo que ha pasado en el desarrollo del experimento. En la mayor parte de las situaciones didácticas tradicionales, el niño no se da cuenta de haber acabado un proceso de aprendizaje. Claro que una lección puede terminar también con una discusión que dé la impresión de haber alcanzado una meta, pero ordinariamente terminar un juego interactivo constituye una experiencia mucho más significativa.

Esto depende del hecho de que el juego interactivo responde a tiempos y contenidos muy precisos lo que provoca un despliegue de energías físicas e intelectuales del niño.

La fatiga que el niño siente al término de estas actividades es bien distinta de la causada por la pasividad y la frustración.

## Resultados abiertos

Mientras los objetivos de un juego interactivo son bien definidos, los resultados a que puede conducir son abiertos y también esto tiene gran importancia. La mayor parte de los niños se sentirían frenados en su iniciativa y creatividad, si pensarán que hay un resultado preestablecido. En un juego interactivo no se dan soluciones acertadas y equivocadas. Cada uno juzga, guiado por sus sensaciones y por el feed-back que recibe de sus compañeros, si un determinado comportamiento es adecuado o no a la finalidad.

## Interacción

Muchos juegos interactivos aprovechan precisamente aquellas energías que normalmente se consideran un obstáculo al aprendizaje, por ejemplo, las ganas de hablar y de moverse propias del niño. Algunos animadores pretenden que los niños sepan concentrarse, limitando al máximo el movimiento y la interacción con los compañeros.

Los juegos interactivos, en cambio, tienen en cuenta las necesidades del niño, que pueda moverse libremente, establecer contactos verbales o no verbales, dar libre escape a sus energías. Igualmente importantes son los procesos de comunicación que se establecen en el grupo, en el que cada uno aprende en contraste con los otros miembros, probablemente de modo más intenso y motivado que cuando todo se centra en el profesor. Existen pocas estrategias didácticas que favorezcan tanto las dinámicas interactivas.

El deseo natural de comunicación del niño es considerado frecuentemente como un atentado a la disciplina. Por el contrario los juegos interactivos utilizan para el aprendizaje las necesidades y energías naturales del niño, en vez de reprimirlos con fatiga y, en fin de cuentas, sin ningún resultado.

## Competitividad y colaboración

Muchos juegos interactivos tienen un componente de competitividad. Responden así a una necesidad natural del niño que hay que encauzar a objetivos constructivos, si no se quiere crear tensiones latentes que amenacen el clima del grupo.

Por otra parte, casi todos los juegos interactivos incentivan el espíritu de colaboración. Muchas actividades suponen trabajos por parejas o en pequeños grupos. Se tiene así en cuenta la disposición natural del niño a colaborar constructivamente.

## Posibilidad de participación para todos

En todo grupo hay sujetos particularmente dotados en que se polarizan las expectativas de los compañeros, que esperan de esta pequeña élite los mejores resultados, las ideas más brillantes. Quien no forma parte de este grupo privilegiado asume las más de las veces actitudes de renuncia que aumentan notablemente las probabilidades de fracaso.

Los juegos interactivos ofrecen nuevas posibilidades a estos sujetos que ven cómo soluciones espontáneas y originales son con frecuencia más apreciadas y eficaces que las respuestas estandarizadas.

La facilidad de palabra, casi siempre garantía de éxito, no es la única que se valora: son igualmente importantes la capacidad de trabar relaciones, la apertura y el espíritu de iniciativa, la osadía y la sensibilidad empática. Todo esto lo captan pronto los chicos, que pueden así concentrar serenamente su atención en el juego y no en la pregunta de si van a tener éxito.

## Hechizo

Los juegos interactivos se distinguen de modo sorprendente, no sólo de las tradicionales actividades didácticas, sino también de otras actividades en que el muchacho está normalmente implicado.

Su estructura, muy articulada, permite ver bajo una nueva luz situaciones y escenarios cotidianos y despierta en el niño sentimientos de sorpresa ante sí mismo y ante el mundo.

Muy frecuentemente son precisamente estos juegos ocasión de descubrimientos e intuiciones de gran interés.

### **Cohesión de grupo**

Frecuentemente a través de las normales técnicas didácticas es casi imposible convertir un cierto número de niños, que se encuentran casi al azar, en un verdadero grupo. Precisamente es esta una nueva fuerza de los juegos interactivos, que favorecen la cohesión y el acuerdo. Cada componente toma conciencia de ser parte del grupo, no sólo porque asume un determinado rol, sino en cuanto persona. Sintiendo aceptado, se capacita para aceptar y apreciar a los otros.

Satisfecha su necesidad de pertenencia, puede orientar su energía psíquica e intelectual al logro de los objetivos del grupo.

### **El rol del animador**

En el juego interactivo la función de guía del animador queda delegada a la misma estructura del juego. Los niños experimentan que el grupo es quien los estimula y sostiene, y descubren que pueden hacer experiencias significativas aun sin la ayuda del animador. Esto resulta particularmente importante para aquellos niños que manifiestan actitudes de excesiva dependencia de la autoridad o de injustificada rebeldía. No teniendo que preocupar de las reacciones del educador, están más libres para compartir con los compañeros la responsabilidad para el resultado del experimento. El alternar situaciones de aprendizaje centradas exclusivamente en el grupo, con otras en que el grupo aprende con la ayuda del animador (fase de evaluación) o con situaciones de aprendizaje centradas en el animador (fase de introducción) permite a los niños desarrollar una relación más elástica con la autoridad.

## **EN SÍNTESIS**

- Los juegos interactivos, por su naturaleza, estimulan a los niños a aprender, despertando el interés y el gusto por un aprendizaje fundado en la realidad.
- A través de estas actividades lúdicas, se crea un mayor equilibrio entre los niños más brillantes y los menos activos, que se sienten estimulados a una más intensa participación.
- Los juegos interactivos facilitan la introducción de nuevos códigos de comunicación y de comportamiento, con frecuencia descuidados en la cultura corriente.
- Ayudan al niño a verse a sí mismo y a los demás de modo más completo.
- A través de los juegos interactivos, el niño ejercita otras actitudes psicosociales: aprende a comunicarse abiertamente, a proponer iniciativas, a tomar decisiones, a ayudar a los compañeros, a colaborar y también a lograr colaboraciones; aprende a defender sus posiciones y a hacerse responsable de sus opciones.
- Los juegos interactivos, en situaciones especialmente favorables, pueden incluso modificar las actitudes de los niños que aprenden, por ejemplo, a aceptar con mayor tolerancia las opiniones y los valores de otros. Muchos descubren que pueden aprender más y de modo más eficaz y autónomo.
- Los juegos interactivos, precisamente porque el niño los toma como juegos, permiten abandonar aquellas defensas que frecuentemente se levantan ante los nuevos compromisos y nuevas exigencias.
- Estas técnicas pueden ser usadas aun en grupos bastante numerosos en que generalmente se privilegia la transmisión de informaciones mediante la lección magisterial.
- Los juegos interactivos reducen, sobre todo en la fase inicial, el miedo y la inseguridad y facilitan la cohesión del grupo.

## ¿Qué pueden aprender los niños con los juegos interactivos?

Entre los ocho y los doce años los conocimientos de los niños se amplían notablemente. Comienzan a asimilar conceptos abstractos, a pensar lógicamente y a crearse su sistema de valores.

En el campo relacional, pueden ya percibir con mayor objetividad los puntos de vista, las necesidades y los sentimientos de los otros.

Toman conciencia de los diversos roles sociales y de sus efectos.

Una visión más amplia del ambiente en que viven les empuja a explorar la realidad de modo cada vez más autónomo. A diferencia de los más pequeños, los muchachos de esta edad buscan crearse su propia competencia, sienten el orgullo de lo que logran hacer, de su agilidad intelectual y de su capacidad física. Sobre estos elementos se va construyendo el sentido de autoestima, que en la fase precedente dependía sobre todo de la relación con los padres. Un indicador significativo de este proceso de crecimiento es la gradual relativización de la figura de los padres.

Al mismo tiempo que el niño comienza a tomar conciencia de la multiplicidad de las relaciones en que está inmerso, a proponerse autónomamente objetivos, a definir sus competencias, comienza también a crearse sus convicciones y sus valores.

A este respecto se muestra particularmente importante la confrontación con el grupo de los de su edad.

Los muchachos, entre los ocho y doce años, se interesan mucho por temas como el poder, el éxito, las relaciones con el mundo de los adultos, etc.

Además vienen a conocer situaciones familiares y sociales diversas de las suyas, caracterizadas por diferentes criterios de comportamiento y estilos de vida.

Entran en escena figuras nuevas con nuevo prestigio que ponen en discusión la aureola de poder y omnisciencia de que antes goza-

ban los padres. A través de estas figuras tiene acceso a nuevas ideas y a diversas escalas de valores. Sin embargo, la relación con los adultos queda, en conjunto, parcial y frecuentemente poco satisfactoria, debido también a que nuestra cultura cierra a los menores toda responsabilidad en el mundo de los adultos. Los muchachos prácticamente no colaboran con los adultos y por tanto pueden difícilmente entender sus experiencias y sus problemas. Y así comienza un largo período de distanciamiento entre los adultos y los chicos. La sumisión y docilidad esconde no pocas veces una protesta, generalmente latente, que se expresa sólo en el período de la pubertad.

La fase de edad entre los ocho y los doce años es para los muchachos muy conflictiva, por la ambivalencia de su actitud ante la autoridad.

Si se someten a los padres, pierden la confianza en sí mismos y en los compañeros. Si se comportan como autónomos y rebeldes, sufren sentimientos de culpabilidad por haber rechazado a los padres y a otros adultos significativos. Esta fase evolutiva es igualmente difícil para los educadores que deben saber fijar objetivos precisos, pero también flexibles, de forma que se respete la autonomía y la iniciativa de los muchachos.

En este sentido hay que entender los objetivos educativos que pasamos a describir brevemente y que se pueden lograr con la ayuda de los juegos interactivos.

### **Desarrollo de la capacidad perceptiva**

Con esto se entiende la capacidad de percibir de modo más diferenciado y puntual las propias sensaciones, estados de ánimo, pensamientos, ideas, deseos, temores y necesidades, y al mismo tiempo la disponibilidad para acoger los estados de ánimo de las personas con las que vivimos.

## **Desarrollo del sentido de responsabilidad**

Se trata de desarrollar una importante actitud interior: la capacidad de no justificar siempre y a toda costa la propia conducta, sino de reconocer los errores y asumir la propia responsabilidad ante las opciones que se toman. Así nos descubrimos cada vez más protagonistas de nuestro propio destino.

El muchacho debe darse cuenta de que tiene la posibilidad de elegir y, si le parece, de modificar sus modelos de conducta, sus reacciones emotivas y sus criterios de valoración. De este modo aprende que los demás pueden influir sobre él sólo en parte y que, por tanto, no son los únicos responsables de lo que le sucede.

## **Expresión funcional de las sensaciones**

A través de los juegos interactivos, los muchachos experimentan que la expresión de las emociones y sentimientos no sólo es algo permitido, sino que positivamente se estimula. Así pueden concentrarse en sus propias sensaciones, tomar conciencia de ellas, y, si lo desean, también expresarlas a través de gestos y palabras. Aprenden además a darse cuenta de qué modalidades de expresión adoptan habitualmente.

## **Toma de conciencia de las propias motivaciones**

¿Qué me induce a comportarme de determinada manera? ¿Cuáles son mis objetivos? ¿Qué valores determinan mi comportamiento? Los muchachos se ejercitan en compararse con los otros y en reflexionar de manera cada vez más crítica sobre los motivos de sus actos.

## **Aceptación de sí mismo**

El objetivo es que los muchachos aprendan a aceptarse, desarrollen un mayor respeto hacia sí mismos y se vean como personas ca-

paces de crecer y de aprender. La conciencia del propio valer permite relativizar las expectativas de los mayores. La autoestima encuentra así su fundamento en uno mismo y ya no depende, de modo prevalente, de los juicios externos y de la adhesión a modelos de comportamiento no suficientemente interiorizados.

## **Aceptación de los otros**

Nos referimos a una actitud de respeto y de tolerancia para las opiniones, sentimientos y comportamientos de otros. Aceptar al otro significa, en fin de cuentas, reconocer al «tú» el derecho de ser él mismo, aunque sea distinto de mí. Aceptar al otro incluye además la disponibilidad a afrontar y resolver el posible conflicto.

## **Comportamiento interdependiente**

El muchacho debe entender que no se puede crecer sino en relación con los demás.

Se trata de suscitar en él el interés por la comunicación y la colaboración, en un equilibrio armónico de cercanía y distancia de los coetáneos y los adultos.

## **LAS CUATRO FASES DEL TRABAJO**

El modo mejor con que el animador puede ayudar a los niños que le son confiados es crear situaciones educativas que respeten los más importantes principios de un eficaz aprendizaje psico-social:

- El aprendizaje nace cuando queda implicada la emotividad de los niños. Para ello los niños deben hacerse activos, confrontarse con los otros y comprometerse en actividades comunes.

- La tarea del animador consiste en suscitar dentro del grupo un clima estimulante, caracterizado por la seguridad y la apertura. Todo niño debe poder desarrollar confianza con relación a sí mismo y a los demás pero sin abandonarse a una excesiva seguridad.
- Los juegos permiten al niño vivir «aquí y ahora»: sólo así aprenden a conocerse de veras a sí mismos y a expresar abiertamente sentimientos, pensamientos y sensaciones.
- Cada niño debe poder desarrollar un cuadro de referencia psicológica, aunque sea modesto, que le permita transferir sus experiencias didácticas desde el grupo a la vida cotidiana.
- Es tarea del animador equilibrar con un apoyo conveniente las frustraciones que el niño inevitablemente experimentará en el curso de la actividad didáctica.

Las cuatro fases que describiremos se relacionan con los principios que hemos expuesto.

#### FASE PRIMERA

### **Análisis de la situación del grupo**

Ante todo he de preguntarme: ¿Cuál es mi posición en cuanto animador? ¿Quién soy yo para este grupo? ¿Cuáles son mis exigencias personales y mis intereses? ¿Qué comportamientos de los niños me irritan o molestan, cuáles me gratifican?

Solamente después de haber respondido a estas preguntas se puede plantear: ¿cuál es la posición de los niños? ¿cuáles son sus exigencias e intereses? ¿qué dinámicas de grupo entran en juego? ¿cuáles son los elementos que estorban? ¿cuál es el objetivo que deseo conseguir con el juego que propongo? ¿qué trabajos propongo a los componentes del grupo?

Es necesario tener en cuenta que cada actividad que afecta a la dimensión psico-relacional pone en juego la imagen que el niño tiene de sí y de la realidad que lo rodea y precisamente por eso

puede movilizar las defensas del individuo y desencadenar la ansiedad. Por otra parte sólo así pueden llegarse a modificar de modo estable ideas y comportamientos. Al mismo tiempo hay que recordar que un nivel excesivo de ansiedad bloquea el aprendizaje. Graduar el deseo para que estimule y no frene el proceso de aprendizaje es otra tarea del animador.

#### FASE SEGUNDA

### **Introducción**

El modo como el animador introduce el juego y explica su desarrollo es muy importante para el éxito del experimento. Por esto, en todos los juegos interactivos, las instrucciones se proponen de modo muy detallado. Naturalmente que el animador puede explicar la actividad propuesta con palabras suyas, pero sin cambiar, sobre todo al principio, la estructura del juego.

En particular el animador debe:

- *Informar sobre los objetivos didácticos*  
Si los niños conocen, aunque sea de modo imperfecto, los objetivos del juego, se mueven con más seguridad.
- *Dar instrucciones precisas sobre el desarrollo del juego*  
Instrucciones claras, breves y convincentes favorecen la participación activa de los niños.
- *Acentuar el carácter experimental de la actividad*  
El animador procurará corregir la tendencia del niño a juzgarse a sí mismo y a comportarse de modo excesivamente tímido o perfeccionista, con observaciones de este tipo: «No olvidéis que se trata de un juego, de un experimento. Fijaos en lo que sucede, sin preocuparos tanto de si lo hacéis bien. Procurad fijaros cómo reaccionáis, qué os viene a la cabeza o qué sentís».
- *Adoptar un estilo de dirección claro y decidido*  
Algunos animadores adoptan un equivocado estilo de dirección, tomando un aire pseudo-democrático, como excusándose por su rol de guía.

Cuando propongo un juego como animador, debo tomar un estilo relativamente directivo. No preguntará por tanto: ¿Queréis que probemos este juego?, sino que dirá más bien: «Os propongo este juego». Pues si pregunto a los niños si quieren probar o no un nuevo juego, les pongo en trance de asumir algo para lo que no están preparados: asumir una decisión común. Una pregunta de este tipo puede desencadenar potenciales conflictos y aumentar el nivel de ansiedad. Por otra parte hay que ser bastante flexibles para saber modificar los propios planes, cuando un buen número de participantes rechaza el experimento.

- *Acentuar el carácter de voluntariedad*

Ningún niño tiene que tener la impresión de tener que participar por fuerza en el juego. El animador ha de poner muy en claro que todo miembro del grupo tiene el derecho de decir que no y retirarse, si lo cree oportuno. Se puede destacar este derecho con una breve frase, por ejemplo: «Puede ser que algún niño no quiera jugar. Cada uno de vosotros tiene el derecho de ponerse aparte y quedarse mirando». Si no se subraya expresamente este derecho, hay el peligro de que algunos niños acojan las propuestas del animador como imposiciones y se espanten sin motivo.

Después de haber introducido el juego se pasa a la siguiente fase.

#### FASE TERCERA

### Fase de experimentación

El animador controla que los niños sepan realizar las actividades programadas, da nuevas instrucciones, aclara dudas y malentendidos, controla que se respetan los tiempos y las reglas del juego. Por fin observa atentamente el comportamiento de los participantes. De ordinario el animador no participa en el juego, precisamente para permitir al grupo una mayor autonomía.

Se puede después pasar a la última fase.

#### FASE CUARTA

### Fase de evaluación

Mientras que en la fase de experimentación el animador se sitúa al margen, en esta fase debe asumir un rol más activo y ayudar a los niños a evaluar su experiencia. Por tanto, deberá:

- *Encauzar la reflexión*

Al terminar la experiencia los niños deben tener ocasión de reflexionar sobre ella. Para facilitar este proceso de reflexión personal, el animador pone las preguntas de evaluación sugeridas para cada juego a fin de ayudar a los niños a tomar conciencia de lo que la experiencia ha provocado sea en el nivel cognoscitivo o en el emotivo. La habilidad del animador sabrá ocasionalmente encontrar preguntas más adecuadas al propio grupo o añadir otras.

- *Animar a comunicar las experiencias*

El educador invita a los niños, tanto a cada uno como al grupo, a comunicar las propias experiencias con preguntas de este tipo: «¿Quién quiere contarnos algo de su experiencia?» Es muy importante que todos tengan la posibilidad de comunicar. Habrá que dedicar bastante tiempo a la fase de evaluación.

- *Ayudar a comprender las experiencias*

Normalmente es importante que cada participante comunique espontáneamente sus experiencias. Así se hace más consciente de lo que hace, de cómo lo hace, de los efectos que su comportamiento provoca en los otros. El animador debe evitar que nadie sea criticado, pero debe procurar que todo el que lo desee reciba un feed-back de los compañeros. El animador debe además comunicar a cada niño sus observaciones personales y, según su competencia y la situación del grupo, dar discretamente su interpretación que permita al sujeto ampliar su punto de vista.

- Favorecer relacionar la experiencia lúdica y la vida de cada día. Se trata de un punto extraordinariamente importante, descuidado con frecuencia por los animadores: el transfer debe ya iniciarse en la evaluación del grupo. A este fin se han probado útiles preguntas como éstas: «¿Piensas utilizar esta experiencia en tu vida?» «¿Quieres sacar consecuencias?, ¿cuáles?» «¿Piensas que sería mejor comportarse de otro modo?, ¿cómo?» Para el animador la evaluación presenta el mayor reto. Hay que estar atentos a no prolongar demasiado esta fase e interrumpirla apenas el interés de los niños comienza a decaer.

Me doy cuenta de que mis advertencias pueden facilitar sólo en mínima parte la tarea de los animadores. Pero querría hacerles aún tres sugerencias. Sería muy bueno que el animador pudiera tomar parte en seminarios de formación que se refieran a los métodos de la psicología humanista.

Para entender mejor la tarea del animador, las dinámicas de grupo y las posibilidades de intervención sugiero el libro K. W. Vopel, *Manual para el animador de grupos*. Madrid, Editorial CCS, 1995, capítulos 3 y 4.

Finalmente, para acercarse a los fundamentos teóricos de la pedagogía humanista, sugiero la lectura de *Gestalt-Pädagogik. Konzepte der Integrativen Erziehung*, Múnich 1977 (La pedagogía de la Gestalt. Los conceptos de la educación integrativa).

---

# JUEGOS

---

## PARA LA EDUCACIÓN DE LOS SENTIMIENTOS

# 1

## EL LOBO Y EL CORDERO. AGRESIÓN (1)

K. VOPEL



### OBJETIVOS

Con este juego interactivo los niños pueden expresar de modo lúdico sentimientos de amistad y hostilidad. Pueden expresar además cómo viven el papel de agresor y el de agredido. Así aprenden a tomar contacto con dos importantes aspectos de su identidad: el orientado a la fuga y la defensa, y el que, en cambio, les empuja a agredir y dominar a los otros.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 8 años. Cualquier número de participantes.



### DURACIÓN

Se necesitan unos 20 minutos.



### ESPACIO

Se necesita mucho espacio: lo ideal sería disponer de un prado o un gimnasio.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Vamos a jugar al juego de «El lobo y el cordero». Vosotros representaréis animales que luchan entre sí. Imaginaos, para comenzar, que os convertís todos en lobos. Como sabéis el lobo es un animal muy fuerte. Se parece a un perro pastor alemán, es feroz y ataca a dentelladas a sus presas. Puede aullar, gruñir, rechinar los dientes. Sus movimientos son ágiles y veloces. Imaginaos ahora ser una manada de lobos que van de caza. Id en busca de vuestra presa (1 minuto).

Ahora aullad como hacen los lobos hambrientos (15 segundos).

Ahora sois lobos en actitud de ataque: gruñid feroces a otra manada de lobos con la que os cruzáis. Enseñad los colmillos amenazadores (1 minuto).

Cambiad. Ahora sois lobos agotados y ateridos de frío que se juntan y aprietan unos a otros para protegerse (1 minuto).

Ahora la manada se dispersa. Paraos y estiraos un poco (15 segundos).

Ahora transformaos en un rebaño de corderos. Como sabéis los corderos son animales tímidos y algo curiosos. Saltad alegremente en el prado. Balad dulcemente. Jugad dando de cabeza a vuestros hermanitos (1 minuto).

Os dais cuenta de que un enorme perro se acerca amenazador. Balad espantados y amontonaos unos sobre otros (1 minuto).

Ahora se dispersa el rebaño. Parad y estiraos un poco (15 segundos).

Ahora quiero que os transforméis en tiburones. Como sabéis el tiburón es un cetáceo de enormes mandíbulas con terribles dientes afilados. Nada veloz y silencioso a la caza de su presa. Imaginaos nadar en el océano. Abrid las fauces como los tiburones. Un banco de peces trata de huir deslizándose veloz entre las ondas. *Perseguidlos, pero... atentos a no chocar con otros tiburones (1 minuto).*

Imaginad ahora que os habéis tragado una gran cebo y que habéis quedado atrapados a la sirga de un cazador de tiburones. Tratad de impedir que os suba a su barca (15 segundos).

Romped la sirga con una violenta sacudida y escapad nadando a todo trapo (15 segundos). Paraos y estiraos un poco (15 segundos).

Transformaos ahora en un bonito pecesito rojo. Supongo que todos habéis visto un pez rojo en el aquarium o en la pecera de casa. Los peces rojos nadan lentos, pero pueden deslizarse también con mucha rapidez. Tiene una boca pequeña y, comparados con los tiburones, son peces muy pacíficos. Imaginaos, por tanto, ser peces rojos que nadan gozando de los rayos de sol que iluminan el acuario (15 segundos).

Alguien deja caer en el aquarium unas migas de pan. Todos los peces suben a la superficie tratando de comerse las migas que lentamente van cayendo al fondo (30 segundos).

Ahora separaos. Parad y estiraos un poco (15 segundos).

Transformaos ahora en un halcón. Como sabéis, el halcón es una ave depredadora de pico robusto, alas poderosas y afiladas uñas. Sois un halcón a la caza de su presa. Os cernís elevados en el aire y observáis atentamente el panorama que sobrevoláis. El aire resuena con vuestro graznido de caza. Inventáoslo (30 segundos).

Parad y estiraos un poco (15 segundos).

Transformaos ahora en un ánade e imitad su graznido (15 segundos).

Se acerca un perro de caza. Con un grito de espanto agitáis las alas y voláis a un pantano cercano (15 segundos).

Ahora nadáis tranquilos y, de cuando en cuando, metéis la cabeza en el agua buscando alimento.

Ahora imaginaos que ha llegado el otoño: voláis en bandada hacia tierras del sur. Voláis en formación (30 segundos).

Ahora romped la formación y estiraos un poco (15 segundos).

Ahora os invito a representar unas escenas. Elegid un compañero que quiera jugar con vosotros. El menor de la pareja será el

lobo y el mayor el cordero. Imitad el encuentro del lobo y del cordero (30 segundos).

Ahora cambiaros los papeles: el mayor es el lobo y el pequeño el cordero ¿Qué representaréis ahora? (30 segundos). Interrumpid la escena y despedíos de vuestro compañero. Buscaos otro.

Esta vez el más pequeño será el pececito rojo y el mayor el tiburón. Representad la escena con esos dos protagonistas. (30 segundos). Cambiaros los papeles. ¿Qué pasa ahora? (30 segundos).

Despedíos también de ese compañero. Buscaos otro.

Ahora seréis un ánade y un halcón. El más pequeño será el ánade y el mayor el halcón. ¿Qué hacéis? (30 segundos). Ahora cambiaros los papeles (30 segundos).

Tenéis ahora cinco minutos para comentar este juego.



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Con este juego los niños pueden expresar sus sentimientos amistosos y agresivos. Lo esencial es el juego: la evaluación puede ser muy breve.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué os ha gustado más de este juego?
- ¿Qué habéis encontrado desagradable?
- ¿Con qué animal me he identificado más fácilmente? ¿Era pacífico o feroz?
- ¿Cuándo he jugado mejor, cuando todos los niños personificaban el mismo animal o cuando mi compañero de juego era un animal enemigo?
- Cuando yo era una animal salvaje ¿he atacado a los otros animales?
- Cuando era un animal pacífico ¿me he defendido?
- ¿En qué ocasiones me muestro violento y agresivo?
- ¿En cuáles, en cambio, soy manso y pacífico?
- ¿Qué compañeros he elegido para los juegos de pareja?
- ¿He descubierto algo nuevo acerca de ellos?
- ¿Cómo me siento ahora?

## EL LOBO Y EL CORDERO AGRESIÓN (2)

Tradicional



### OBJETIVOS

Se trata de un clásico juego de agresión que ayuda a los niños a expresar de modo inocuo su enfado y su rivalidad. Se muestra particularmente válido en los casos en que los contendientes no son igualmente fuertes, ya que en este juego no cuenta tanto la fuerza física, como la decisión y rapidez de reflejos.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 8 años. Cualquier número de participantes.



### DURACIÓN

De 5 a 10 minutos.



### DIRECCIÓN DEL JUEGO

Os invito a jugar a la «Lucha de pulgares». Este juego os permitirá mediros con un compañero y descubrir lo decididos que

sois en la lucha. Lo bueno es que todos podéis participar sin peligro de haceros mal y quedar heridos, ni los niños que no tienen gran fuerza física. Al contrario, éstos tienen la posibilidad de vencer a un adversario más fuerte, pues este juego requiere sobre todo rapidez y decisión.

Elegid un compañero y mirad cómo se juega.

¿Quién quiere hacer la prueba conmigo? Nos ponemos uno frente al otro y extendemos la mano, como si quisiéramos saludarnos, pero los pulgares quedan levantados. Ahora prestad atención. Apretamos los cuatro dedos de la mano derecha. Doblamos un par de veces los pulgares, a modo de saludo: es el principio de nuestro pequeño duelo. Ahora ponemos los pulgares en posición horizontal, uno junto al otro, y los hacemos saltar, uno sobre el otro por tres veces. Este triple salto del pulgar constituye la primera parte del juego. Enseguida después del tercer salto, cada jugador procurará inmovilizar el pulgar del compañero durante *tres segundos*. El que lo consigue ha ganado el primer asalto.

Ahora comenzamos el juego. Tenéis *tres minutos* para vuestro duelo.



### HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Cómo me siento?
- ¿Cómo me he sentido durante el duelo?
- ¿Qué me ha divertido?
- ¿Qué me ha molestado?
- ¿A quién he elegido por compañero?
- ¿Me he empleado a fondo?
- ¿Y mi compañero?
- ¿Qué experimento ahora con relación a él?
- ¿He descubierto algo nuevo acerca de él?
- ¿Tenía alguna cuenta pendiente con él?

- ¿Quería ver quién podía más?
- ¿Quería conocerlo mejor?
- Para mí ¿es importante ganar? ¿mucho?
- ¿Me ha divertido este tipo de lucha?
- Este tipo de lucha y el boxeo ¿en qué se diferencian?
- Ordinariamente ¿cómo expreso la ira y la cólera? ¿me burlo del otro? ¿le pego?
- ¿Con qué otro chico del grupo me gustaría probar este juego?



### LA EXPERIENCIA NOS DICE...

Es un juego muy divertido, que consiente a los niños expresar sentimientos latentes de rivalidad y enfado, saneando así la atmósfera del grupo.

Generalmente el haber vencido o perdido pasa a un segundo plano, porque el juego es ya, de por sí, ocasión de diversión. Es importante que también el animador intervenga en un juego que le permite enfrentarse directamente con sus muchachos.

## 3

### ACTIVO Y PASIVO (1)

G. CASTILLO



#### OBJETIVOS

Con este juego los niños se familiarizan con los conceptos de actividad y pasividad, y descubren cómo y en qué circunstancias de la vida se comportan de manera activa o pasiva.

El juego puede ofrecer una ayuda a los chicos excesivamente pasivos y apáticos.



#### PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. Cualquier número de participantes.



#### DURACIÓN

Para este experimento se necesita cerca de una hora.



#### MATERIALES

Papel y pinturas.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Quiero ensayar con vosotros un juego que se llama «Activo y pasivo». Como sabéis todos nosotros podemos estar, según los momentos y circunstancias, de distinto humor. Unas veces nos sentimos vivos, somos dueños de la situación, exponemos con decisión nuestras ideas, proyectamos el futuro, nos mostramos emprendedores, en una palabra, nos sentimos activos. En otras ocasiones, en cambio, preferimos esperar que las cosas se muevan solas, que los otros nos digan lo que tenemos que hacer, que nos lleven, queremos evitar cualquier riesgo y decisión, en una palabra: estamos pasivos.

Este experimento os ayudará a daros cuenta de vuestros sentimientos y de cómo os comportáis cuando os sentís activos o pasivos.

Moveos libremente por la sala, sin preocuparos de lo que hacen los otros. Para no distraeros, podéis mirar al suelo: comportaos como si estuvierais solos (*1 minuto*).

Ahora paraos un momento y cerrad los ojos. Imaginaos ser una persona completamente pasiva, de las que esperan que sean los otros a decidirlo todo. Expresad vuestra pasividad con todo el cuerpo: en el modo de caminar, de tener los brazos, la cabeza, de mover los ojos, de respirar (*1 minuto*).

Intercambiad alguna palabra con vuestros compañeros, hablad con el tono de voz inseguro de quien no sabe nunca decidirse y espera que todo lo hagan los otros. Ya sabéis cómo se expresan estas personas: ¿Qué debo hacer? ¿A qué jugamos? Me aburro. ¡Qué tostón! Estoy tan cansado que no tengo ganas de nada. (*1 minuto*).

Ahora paraos, cerrad los ojos y daos un buena sacudida (*15 segundos*).

Imaginad ahora que sois una persona muy activa, de aquellas que siempre dominan la situación y que siempre quieren hacer cosas. Expresad esta disposición con todo vuestro cuerpo: en el

modo de andar, de mover los brazos y la cabeza, de mirar, de respirar (*1 minuto*).

Hablad ahora con vuestros compañeros, comunicad vuestros sentimientos, vuestras ideas, lo que queréis hacer, vuestros proyectos. Ya conocéis, de seguro, las frases típicas de las personas activas: ¡Qué grande es vivir! ¡Yo sé lo que quiero! No tengo tiempo que perder. Lo arreglaremos todo (*1 minuto*).

Paraos y cerrad un momento los ojos, después sacudíos de nuevo (*15 segundos*).

Ahora preguntaos cómo os sentís, en este preciso momento, si más bien activos o pasivos: ¿qué humor prevalece? (*10 segundos*).

Moveos por la sala según vuestro estado de ánimo (*15 segundos*).

Ahora sentaos tranquilamente. Cerrad los ojos y pensad en vuestra vida de cada día. ¿En qué situaciones os sentís más pasivos? ¿En qué ambientes? ¿En qué ocasiones? ¿Antes de hacer o después de hacer qué cosa? ¿Hay otras personas con vosotros? ¿Cómo os comportáis? ¿Cómo respiráis en esas ocasiones? Pensadlo bien (*1 minuto*).

Ahora pensad en qué situaciones de vuestra vida os sentís activos. ¿En qué ambientes? ¿En que circunstancias? ¿Antes o después de hacer qué cosas? ¿Hay otras personas con vosotros? ¿Cómo os comportáis? ¿Cómo respiráis en esas ocasiones? Pensadlo bien (*1 minuto*).

Ahora abrid los ojos y tomad una hoja de papel. Divididlo por la mitad: en la parte de la izquierda escribid ACTIVO, y en la de la derecha PASIVO. Dibujad a la izquierda una situación cotidiana en que os sentís activos y, a la derecha, una situación en que os sentís pasivos. Tenéis *20 minutos* para hacer los dibujos.

Ahora miradlo y dejadlo en vuestro sitio, mientras os dais una vuelta para dar una ojeada a los dibujos de vuestros compañeros. Si queréis podéis comentar vuestros trabajos, o por parejas, o en pequeños grupos. Disponéis de *20 minutos*.

Invitad a todo el grupo a hacer una evaluación conclusiva.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Cuándo me he sentido a mi aire en este experimento?
- ¿Cuándo me he sentido molesto?
- ¿Con qué compañero he comentado los dibujos?
- ¿Alguno ha querido hablar de mi dibujo?
- ¿Cómo me he comportado cuando caminaba, activa y pasivamente?
- En este grupo ¿soy más bien activo o pasivo?
- ¿Qué ventajas tiene el ser pasivo?
- ¿Y el ser activo?
- ¿Cuáles son las desventajas de una y otra actitud?
- Yo, en general, ¿soy demasiado activo o demasiado pasivo?
- ¿En qué noto que estoy pasivo? ¿Cómo respiro en esas circunstancias?
- ¿En qué puedo notar que estoy activo? ¿Cómo respiro entonces?
- ¿He aprendido algo nuevo acerca de algún compañero?
- ¿He descubierto algo nuevo acerca de mí mismo?
- ¿Cómo me siento ahora?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Tened presente durante la evaluación que la actividad y la pasividad son igualmente importantes para cada uno de nosotros: lo malo es exagerar una u otra actitud. Así, el que es constantemente activo, abusa de sus fuerzas, mientras el que se muestra siempre pasivo abusa, de la fuerza de los otros, porque vive a expensas del ambiente.

# 4

## ACTIVO Y PASIVO (2)

(Tradicional)



## OBJETIVOS

Con este experimento los niños toman conciencia de su grado de receptividad. Al contrario de la pasividad que no me permite captar ni mis exigencias, ni las de los demás (cfr. el juego anterior), la receptividad es la disponibilidad a abrirme a las propuestas de los otros y hacerlas mías.

Este experimento es conocido también con el nombre de «Paseo ciego».



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. Cualquier número de participantes.



## DURACIÓN

Se requieren unos 15 minutos.



## ESPACIO

De poder ser, es bueno jugar al aire libre.



## MATERIALES

Una bufanda para vendar los ojos a uno de cada pareja.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Os daré la oportunidad de descubrir hasta qué punto queréis siempre vosotros llevar la iniciativa y si sabéis admitir las sugerencias y que los otros os guíen.

Formad parejas. El más pequeño se vendará los ojos: será el ciego. El mayor será en cambio su lazarillo. Pasearos durante cinco minutos, sin hablar. El lazarillo decide dónde ir y qué cosas el ciego puede «ver» a través del oído, el tacto y el olfato.

El ciego depende totalmente del guía: no puede decidir nada. El lazarillo ha de cuidar que el ciego no tropiece y no se haga daño. Después de cinco minutos, cuando yo lo indique, cambiaréis los papeles, siempre en silencio. Esta vez es el mayor el que, vendado, se convierte en ciego; mientras el pequeño es el lazarillo que decide qué cosas quiere mostrarle. ¿Entendido cómo funciona el juego?

Vendad, pues, los ojos al más pequeño y comenzad vuestro paseo (5 minutos).

Cambiaos los papeles (5 minutos).

Ahora sentaos y comentad con vuestro compañero este experimento (5 minutos).



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Cuándo me he sentido especialmente a gusto?
- ¿Cuándo me he sentido molesto?
- ¿He dejado que mi compañero me hiciera de guía?
- ¿Me he fiado de él?
- ¿Qué me ha ayudado a tenerle confianza?
- ¿Me he divertido guiando al ciego?
- ¿Qué me ha ayudado al guiarlo?
- Mi compañero ¿se ha fiado tranquilamente de mí?
- ¿Qué me ha divertido en particular?
- ¿Qué me ha gustado más: hacer de ciego o de lazarillo?
- En la vida de cada día ¿sé acoger las sugerencias de los otros?
- ¿Quiero ser siempre el que dirige?
- ¿Por quién me dejo guiar de cuando en cuando?
- ¿Qué me impide dejarme guiar?
- ¿Hay en el grupo un niño que me influye más que todos los otros?
- ¿Quién acoge y sigue más mis ideas y propuestas?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Mientras el experimento anterior («Activo y pasivo 1») ayuda especialmente a los niños excesivamente pasivos, este juego mira en primer lugar a los que tienen dificultad en ser receptivos y que quieren controlarlo todo y dirigir siempre.

«Activo y pasivo 2» aumenta además la capacidad de confianza del grupo.

K. VOPEL



## OBJETIVOS

Con este juego los chicos pueden descubrir si, de ordinario, son ellos los que toman la iniciativa o si, en presencia de determinadas personas, tienden a frenarse. El juego permite además discutir la distribución de los roles dentro del grupo.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. Cualquier número de participantes.



## DURACIÓN

Se necesitan unos 40 minutos.



## MATERIALES

Papel y bolígrafo.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Este juego os ayudará a descubrir en qué ocasiones asumís un comportamiento activo o pasivo. Haced una lista de diez actividades que habéis realizado con otros en la última semana. Por ejemplo: «He jugado con Olga, he hecho los deberes con Esteban, he ido de excursión con mis padres, he salido con mi hermana...» Tenéis *cinco minutos* de tiempo para hacer esa lista.

Ahora anotad junto a esa actividad, si habéis sido vosotros los que habéis tomado la iniciativa o si habéis aceptado la propuesta de los otros. Tenéis *tres minutos* de tiempo.

Ahora haced una lista de las personas con las que os encontráis a menudo para hacer alguna cosa: amigos, parientes, familiares, etcétera (*5 minutos*).

Escribid junto al nombre de cada uno si, en las cosas que hacéis con ellos, la iniciativa parte de vosotros o de ellos. Tenéis *tres minutos*.

Dividíos ahora en grupos de cuatro: leed y comentad lo que habéis escrito.

Ahora mirad vuestro comportamiento en este pequeño grupo. ¿Habéis hecho propuestas acerca del modo de trabajar juntos? ¿Os habéis limitado a esperar las propuestas de los otros? En esta ocasión ¿os habéis comportado como soléis hacerlo ordinariamente?

Discutid acerca de estas preguntas durante *cinco minutos*.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿He descubierto algo nuevo sobre mí mismo?
- ¿Qué se deduce de mi lista: soy prevalentemente activo o pasivo?

- ¿Con qué personas importantes soy prevalentemente activo o pasivo?
- ¿Qué personas me dan corte?
- ¿Ante quiénes me siento libre para hacer propuestas?
- ¿Quiero cambiar de aquí en adelante? ¿Ante quiénes? ¿En qué ocasiones?
- ¿Qué me puede ayudar a lograr mi propósito?
- ¿Cuándo soy activo y pasivo en este grupo?
- ¿Hay en este grupo personas ante las que me siento bloqueado?
- ¿Qué es lo que sobre todo me frena?
- ¿Cuáles son mis temores?
- ¿Tengo miedo del qué dirán, de hacer el ridículo?
- ¿Qué muchachos del grupo me parecen especialmente activos?
- ¿Quiénes más bien pasivos?
- ¿Qué podemos hacer en este grupo para disminuir la distancia entre los chicos activos y los pasivos?
- Si he descubierto que soy un tipo superactivo, ¿dejo a los otros suficiente espacio para expresar sus ideas y su deseos?
- ¿Qué quiero evitar, estando siempre activo?



### LA EXPERIENCIA NOS DICE...

Es un buen juego interactivo que complementa muy bien los experimentos «Activo y pasivo 1 y 2» reforzando el transfert a las situaciones cotidianas y al trabajo de grupo.

*Variante 1:* Después de haberse autoevaluado los muchachos se ponen en fila según el grado de su actividad. Un extremo de la fila representa el grado de máxima actividad, el otro el de actividad mínima.

*Variante 2:* Cada chico escribe el nombre de los tres compañeros que considera más activos y el de tres que tiene por más pasivos.

## 6

## ALEGRÍA Y TRISTEZA

K. VOPEL



### OBJETIVOS

Con este juego los niños toman conciencia de lo que les hace felices y de lo que les apena.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 8 años. Cualquier número de participantes.



### DURACIÓN

Se necesita un cuarto de hora.



### DIRECCIÓN DEL JUEGO

Os presento el juego que se llama «Alegría y tristeza». Naturalmente cada uno de vosotros a veces está alegre y, otras veces, triste. Vais a tener ocasión de hablar de lo que os pone alegres y de lo que os pone tristes.

Elegid un compañero con el que queráis intercambiar vuestras ideas. Sentaos el uno frente al otro. Ved quién es mayor y quién el más pequeño.

Ahora el más pequeño ha de hacer al otro esta pregunta:

*¿Cuándo te sientes feliz?*

El mayor responderá con una frase que siempre comienza así:

*Me siento feliz cuando...*

Puede decir, por ejemplo: «Me siento feliz cuando subo a las montañas rusas... cuando como pollo asado... cuando juego con mi padre... cuando hago las paces con mi amigo».

¿Entendido cómo funciona el juego? No habléis por libre, seguid la pauta de conversación que os he fijado: sólo así podréis descubrir las cosas que hacen feliz a vuestro compañero. Comenzad. Tenéis *dos minutos* de tiempo.

Ahora cambiaros los papeles. Ahora será el mayor el que preguntará al pequeño: «¿Cuándo te sientes feliz?» Y el pequeño responderá con unas frases que siempre comenzarán igual: «Me siento feliz cuando...» No discutáis las afirmaciones del compañero y repetid siempre la misma pregunta. Tenéis *dos minutos* de tiempo.

Ahora será otra la pregunta:

*¿Cuándo te pones triste?*

De nuevo es el pequeño quien repetidamente pregunta al mayor que responde cada vez con una frase que comienza así:

*Me pongo triste cuando...*

Podría decir: «Me pongo triste cuando mis padres se marchan... cuando mi perro se pone malo... cuando me riño con los amigos... cuando he hecho mal los deberes».

Comenzad. Tenéis *dos minutos* para este primer asalto.

Ahora cambiaros los papeles y tenéis otros *dos minutos*.

Parad y comentad este juego con vuestro compañero.

Tenéis *tres minutos*. Decid también por qué habéis elegido ese compañero. ¿Alguna de sus respuestas os ha llamado especialmente la atención? ¿A qué pregunta os ha sido más fácil responder: a la que se refería a la felicidad o a la tristeza? Después de este juego ¿conocéis a vuestro compañero mejor que antes? (*3 minutos*).



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Cómo se siente mi cuerpo cuando me siento feliz?
- ¿Y cómo se siente cuando estoy triste?
- ¿Cuándo ha sido la última vez que me he sentido feliz?
- ¿Cuándo ha sido la última vez que me he sentido triste?
- Cuando me siento feliz ¿a quién lo digo ordinariamente?
- ¿Cómo se dan cuenta los otros de que estoy triste?
- ¿Cómo me siento ahora?

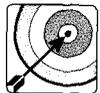


## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Este juego permite un primer acercamiento al tema de la alegría y de la tristeza. Para profundizar en esta problemática se puede utilizar un esquema semejante al del juego «Panorama de los sentimientos» nº 13.

# IRA SIN ARREPENTIMIENTO. IRA (1)

K. VOPEL



## OBJETIVOS

Con este juego los chicos toman conciencia de su actitud ante los sentimientos agresivos, como por ejemplo, la ira. Aprenden así que toda persona tiene derecho a expresar estas emociones.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 12 años. El número de participantes no debe superar los 16.



## DURACIÓN

Se necesitan unos 45 minutos.



## MATERIALES

El cuestionario «Mi ira».



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Hoy querría hablar con vosotros de la ira.

Os repartiré un cuestionario en que encontraréis algunas frases que completar. Tenéis 10 minutos para llenarlo.

Ahora dividíos en grupos de cuatro y discutid los resultados a que habéis llegado. Para eso tenéis 15 minutos.

La discusión en asamblea, que seguirá al trabajo de grupo, la abrirá el animador que contará cuál ha sido la última ocasión en que se ha encolerizado. Se referirá también a alguna ocasión en que se ha enfadado con un niño del grupo. Así todos se sentirán animados a hablar libremente.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- Cuando estoy enfadado ¿lo doy a entender o tengo dificultad en expresar mi disgusto?
- ¿Admito yo, al menos interiormente, que estoy enfadado?
- De ordinario ¿trato de reprimir mi cólera?
- ¿Qué sucede en estas situaciones?
- ¿Qué señales me envía el cuerpo para hacerme sentir que estoy enfadado?
- ¿Cómo me siento después de haber desahogado mi rabia?
- ¿Cómo desahoga su cólera la mayor parte de la gente?
- ¿Y mi padre?
- ¿Para qué sirve la cólera?
- ¿Con quién de este grupo me enfado fácilmente?
- ¿Soporto que los otros estén enfadados conmigo y que me lo hagan ver?
- ¿A quién hago rabiar más frecuentemente en este grupo?
- ¿Qué quiero de los niños a quienes hago rabiar?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE...

Nuestra cultura, aunque permite que tengamos sentimientos de cólera, prohíbe generalmente la manifestación directa.

Cuando estoy enfadado con el animador, por ejemplo, protesto de que las sillas son demasiado duras.

Existen muy pocas posibilidades, socialmente aceptadas, de expresar físicamente nuestra cólera y de aquí se derivan inquietud crónica, tensión muscular, malestar físico.

Ayudad a los chicos a tomar conciencia del hecho de que la cólera es un sentimiento importante que permite tomar contacto con los otros. En efecto, puedo enfadarme cuando alguien es importante para mí. Quien me es indiferente puede darme en los nervios, pero no hará que me enfade.

## CUESTIONARIO MI CÓLERA

Monto en cólera cuando .....

Cuando estoy muy, muy enfadado, entonces .....

Me pongo furioso con mi padre cuando él .....

Me pongo furioso con mi madre cuando ella .....

Me enfado con el animador de este grupo cuando. ....

Con los chicos de este grupo me enfado sobre todo cuando .....

En la última semana me he enfadado ..... veces.

Cuando me domina la ira siento en mi cuerpo como si .....

Entonces querría gritar - escaparme - morder - golpear - pisotear - arañar - romper cosas (subraya la acción que quisieras hacer).

En lugar de hacer eso, de ordinario me comporto así: .....

Siempre me enfado por .....

Me ponen fuera de quicio los niños que .....

Cuando quiero hacer rabiar a alguien, me comporto así .....

Hago enfadar, sobre todo, a .....

K. VOPEL



### OBJETIVOS

Con este experimento los niños pueden tomar conciencia de un enfado de tiempo atrás y expresarlo con un dibujo.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 8 años. Cualquier número de participantes.



### DURACIÓN

Para este experimento se necesita una media hora.



### MATERIALES

Hoja grande dibujo (A3) y pinturas.



### DIRECCIÓN DEL JUEGO

Os propongo hoy un juego que se llama «El insoportable».

Cerrad un momento los ojos y pensar en la persona que, en los últimos días, os ha hecho enfadar más veces (*1 minuto*).

Ahora abrid los ojos y dibujad a esa persona. Tenéis *10 minutos* de tiempo.

Ahora mirad vuestro dibujo y pensad intensamente en la rabia que habéis sentido en relación a ella. Dejad que aflore vuestra ira.

Ahora tomad el color que menos os guste y transformar el dibujo en una caricatura.

Podéis incluso embadurnarlo o hacer con él lo que os sugiera vuestra rabia (*3 minutos*).

Ahora firmad vuestra «obra de arte» e id a curiosear los dibujos de vuestros compañeros y comentadlos juntos. Tenéis para ello *10 minutos*.



### HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Cómo me siento ahora?
- ¿Qué sentimientos nutro con relación a mi «insoportable»?
- ¿Han cambiado algo?
- ¿He dicho alguna vez directamente al que tanto me da en los nervios que me tiene frito?
- ¿Alguno ha dibujado a uno del grupo?
- ¿Cómo expreso ordinariamente mi indignación?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Este juego permite a los niños descargar de modo inocuo y divertido la ira que llevan acumulada.

El juego es particularmente apto para introducir la temática que estamos tratando.



# 9

## NUESTROS DEFECTOS Y LOS DEL VECINO

GESTALT



### OBJETIVOS

Este juego ayuda a los chicos a darse cuenta de que lo que encuentran desagradable en otro, en eso mismo caen ellos. Comienzan así a familiarizarse con un concepto muy importante: que lo que nos molesta en los otros es precisamente lo que no sabemos aceptar en nosotros mismos.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. Cualquier número de participantes.



### DURACIÓN

Se necesitan unos 25 minutos.



### MATERIALES

Papel y bolígrafo.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Hoy os presento un juego llamado «Nuestros defectos y los del vecino». Tomad el bolígrafo y escribid todo lo que no os gusta en las personas que conocéis. Escribid siempre frases completas, que puedan justificar vuestras críticas. Escribid, por ejemplo: «Miguel es egoísta: no me da ni un caramelo». «María no es nada puntual: llega siempre tarde cuando tenemos un encuentro». «Vanesa se da mucha importancia: se ríe de mí porque tengo menos juguetes que ella». Escribid todas las frases que os pasen por la cabeza en *diez minutos*.

Volved ahora a leer vuestras frases y preguntaos a cada una de ellas: «¿Tengo también yo este defecto? ¿Cuál ha sido la última ocasión en que me he comportado así?» Si la frase es por ejemplo: «Miguel es egoísta», preguntaos si, de cuando en cuando, no lo sois también vosotros y preferís tenerlo todo para vosotros, en vez de compartirlo con los demás. Si eso sucede, poned una cruz en la frase que habla de Miguel. ¿Entendido lo que quiero decir? Ahora comenzad enseguida. Tenéis *10 minutos*.



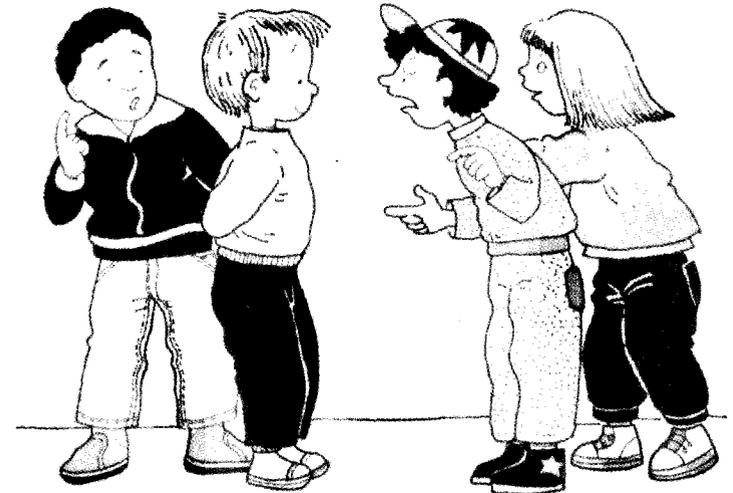
## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿He descubierto algo nuevo con este juego?
- ¿Cuáles son los defectos que veo en los otros y que he visto que también yo tengo?
- ¿Me había dado cuenta de eso antes?
- ¿Conozco algún refrán que se aplica a este juego? (Por ejemplo: «Es más fácil ver la paja en el ojo ajeno, que la viga en el propio»)



## LA EXPERIENCIA NOS DICE...

Es un juego sencillo, pero muy eficaz para fomentar sentimientos de autocritica y de tolerancia.



## EN EL PALO DEL SUPPLICIO. AGRESIÓN (3)

K. VOPEL



### OBJETIVOS

Es un sencillo rito de agresión que permite a los niños expresar con todo el cuerpo una ira guardada de tiempo atrás.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 8 años. Cualquier número de participantes.



### DURACIÓN

Bastan de 5 a 10 minutos.



### DIRECCIÓN DEL JUEGO

Vamos a probar un juego que se llama «En el palo del suplicio». Ante todo os lo explico. Me pondré en medio de la sala y me imaginaré que estoy atado al palo de la tortura. Todos vosotros seréis indios que alrededor ejecutáis una danza guerrera. Imaginaos que yo os haya causado un grave daño y que queráis vengaros.

Desahogad la rabia que me tenéis y que hasta ahora tenáis escondida. Yo trataré de soportarlo todo. Pero tenéis que prometer no tocarme: menos tocarme, podéis hacer todo lo que queráis. Podéis gritar, moveros, amenazarme: todo lo que queráis. Naturalmente el tiempo es limitado, porque yo no quiero que mi suplicio dure mucho rato. Tenéis 2 minutos de tiempo. ¿Entendido?

Un niño permanecerá neutral y, después de los dos minutos, vendrá a liberarme. Preguntad después si hay algún voluntario que desee imitar vuestro valor y aguante.



### HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Me ha gustado este juego?
- ¿Me ha salido de dentro mucha rabia?
- ¿Me he metido de veras en el juego?
- ¿Qué me parece la idea del animador de atarse el mismo al palo?
- ¿Qué habrá sentido durante este juego?
- ¿Qué habrán sentido los otros voluntarios?
- Nuestra danza de guerra ¿ha resultado expresiva?
- ¿Cómo me siento ahora?



### LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Es un juego muy sencillo y, al mismo tiempo, muy útil. De todos modos proponedlo sólo si tenéis bastante capacidad de autocrítica y aguante. Si os sentís incómodos, ¡cerrad los ojos!

*Variante:* Un animador con bríos puede invertir el proceso y ejecutar, él solo, una danza guerrera alrededor de todo el grupo. Para ello es indispensable que se haya creado una buena relación de confianza.

## EMPUJAR. AGRESIÓN (4)

(Tradicional)



### OBJETIVOS

También en vuestro grupo se pueden crear situaciones que desencadenan la ira de los niños, sentimientos de rivalidad, sentimientos que tienen repercusión no sólo psíquica, sino fisiológica. Si estos estados de ánimo no pueden expresarse a través del cuerpo, se crea una tensión muscular que puede bloquear notablemente a los niños física, intelectual y psíquicamente. La mejor solución es dar cauce a la agresividad de modo socialmente inocuo.

El juego que proponemos da a los niños esta oportunidad y además les permiten expresar sentimientos de rivalidad y de rabia, aun con relación al animador.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 6 años. Es necesario que los niños hayan participado ya en algunos juegos interactivos. Cualquier número de participantes.



### DURACIÓN

Se necesitan de 15 a 45 minutos, según se quiera realizar el juego completo o sólo alguna fase del mismo.



### ESPACIO

Se necesita espacio amplio. Mejor una campo de juego.



### DIRECCIÓN DEL JUEGO

Vamos a intentar un juego que quizá os parecerá un poco tonto. Se llama «Empujar».

Antes de empezar quiero confiaros una cosa. A veces me sucede que me enfado con uno, pero no puedo desahogar mi indignación. Decirle que estoy enfadado no basta: la ira se me queda dentro. Me vendrían ganas de arremeter contra él, de darle incluso un buen sopapo. Estoy seguro de que también a vosotros os ha pasado. Pues este juego os da la posibilidad de atacarme a mí o a un compañero, eso sí y es importante: sin hacerle daño.

Antes os haré ver cómo funciona. Invitaré a acercarse a mí a todos los niños que quieran rechazarme, empujarme. Me pondré en pie con los brazos tendidos adelante y las palmas como haciendo de parachoques. Se me acercará un niño que tratará de hacerme retroceder presionando sus manos contra las mías. Difícilmente un solo niño podrá desplazarme. Entonces podrá llamar en su ayuda a cuantos compañeros necesite.

¿Quién quiere comenzar? Puede ser uno que se ha enfadado contra mí hoy o ya hace tiempo, o puede ser simplemente uno que quiere medir su fuerza conmigo. ¿Quién viene?

Probad al principio con un solo niño.

¿Quieres que venga otro a ayudarte? Tú aferrarás con ambas manos mi derecha y el otro mi izquierda. ¿Quién quiere unirse a nosotros?

Probad ahora con dos niños. Probablemente ganaréis aún. Mientras empujáis, resoplad y decid lo que se os ocurra. Animad a los niños a hacer otro tanto.

Llamad después a otros dos a juntarse a los atacantes: tendréis así cuatro adversarios. Si aún podéis con ellos, llamad a otros dos. Si es el caso, llamad de uno en uno para que queden equilibradas las fuerzas de la fila de la derecha y de la izquierda... hasta que os logren abatir.

Podríamos ahora hablar un poco de lo que ha pasado. ¿Qué habéis sentido cuando empujabais? ¿Quién se ha ofrecido voluntario? ¿Os habéis divertido? ¿Qué se os ha ocurrido durante el juego? Yo os diré lo que he pensado yo.

¿Queréis probar este juego entre vosotros? Elegid un compañero con el que os hayáis enfadado hace poco.

Poneos el uno frente al otro a dos pasos de distancia. Extended los brazos hacia delante de modo que vuestras palmas choquen con las palmas de vuestro compañero. Teniéndolas así levantadas, a una señal mía, comenzaréis a empujar tratando de hacer retroceder a vuestro compañero. Si se os ocurren cosas que gritarle, hacedlo. Podéis también lanzar alaridos que lo espanten. Comenzad a empujar. Tenéis un minuto.

Ahora parad y hablad con vuestro compañero de juego. ¿Cómo os habéis sentido? ¿Qué se os ha ocurrido durante el juego? Podéis también deciros por qué estabais enfadados con él y por eso le habéis elegido. Vuestro compañero ¿se ha empleado a fondo en el juego? Resulta poco interesante empujar, si el otro apenas ofrece resistencia. Hablad un poco de estas cosas. Disponéis de dos minutos.

Ahora podéis continuar el juego con otro niño. Buscad a uno con quien os hayáis reñido y con el que queréis hacer las paces. ¿A quién elegís esta vez?

También ahora dejad un minuto para empujarse y dos para el intercambio de ideas.

Ahora elegíos un nuevo compañero. Poneos uno junto al otro y tratad de desplazarlos lateralmente con la cadera.

Ahora buscad un cuarto compañero y poneos espalda contra espalda. Empujad hacia atrás.

Una última oportunidad de empujaros de modo muy especial. Formad dos grupos. ¿Cómo os dividís? Disponed en dos líneas que se enfrenten la una a la otra. Agarraos por el brazo y tratad de empujar a los niños de la otra formación. Podéis empujar con el abdomen, el pecho, hasta con la cabeza, pero con cuidado, sin dar golpes. Acompañad el empujón con un lacerante grito de guerra. Mirad bien qué sucede.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

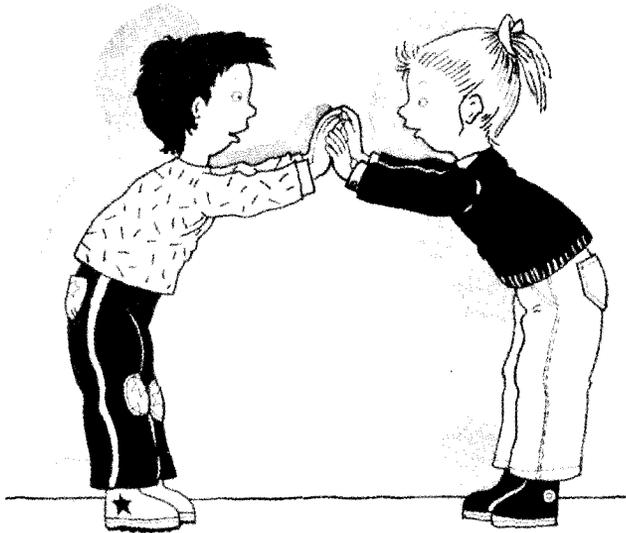
- ¿Qué me ha parecido este juego?
- ¿Qué me ha divertido?
- ¿Ha habido algo que me haya dado miedo?
- ¿Me he enfadado con alguno?
- ¿Me he acordado de los chicos con quienes estaba enfadado? ¿He ido a buscarles para jugar con ellos?
- Ordinariamente ¿cómo exteriorizo mi enfado? ¿Me lo trago, me peleo, protesto, digo palabrotas?
- ¿En qué sentido es preferible este juego a pelearse?
- ¿He procurado empujar con todas mis fuerzas o me he contenido?
- ¿Qué efecto me ha producido empujar en grupo?
- ¿Qué me ha divertido más, empujar por parejas o en grupo?
- ¿Qué efecto me ha producido empujar al animador?
- ¿He colaborado? ¿había algo que me bloqueara?
- ¿Cómo expreso mi indignación con relación a los mayores?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

En general los niños, después de este juego, se sienten más distendidos y libres. Naturalmente el animador ha de estar atento a los posibles peligros, de forma que nadie se lastime. Este juego permite dar desahogo a muchos sentimientos que, si no, bloquean la espontaneidad de los niños. Decid a los niños que pueden jugar a empujarse cuando quieran, con tal que respeten reglas bien precisas. Les ofrecéis así un rito que expresa sentimientos de ira y de rivalidad, sin tener que llegar necesariamente a la lucha violenta.

Es muy importante que también vosotros al principio participéis en el juego, a fin de que los niños se persuadan de que no es un truco para imponerles una disciplina, ya que antes habéis tragado la medicina que prescribís a los otros.



# 12

## PANORAMA DE SENTIMIENTOS (1)

K. VOPEL



### OBJETIVOS

En este juego los muchachos pueden tomar conciencia de las emociones que experimentan cotidianamente y de su actitud ante ellas. Aprenden además a utilizar un lenguaje capaz de expresar emociones y sentimientos.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 12 años. El número de participantes no debería superar los 16.



### DURACIÓN

Hacen falta de 45 a 60 minutos.



### MATERIALES

Papel y bolígrafo.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Hoy quiero que hablemos de los estados de ánimo y de los sentimientos que experimentamos a lo largo de una jornada cualquiera. Tomad una hoja y escribid, en tres minutos todas las emociones que recordéis.

Decidme qué habéis sentido cuando os he dado esta tarea. Podéis decir, por ejemplo: «Estaba un poco excitado... Tenía curiosidad... Notaba que me sudaban las manos... Me sentía cansado...»

Ahora cada uno de vosotros nos podrá leer su hoja. Recogemos todos esos datos en la pizarra y los confrontaremos entre ellos.

¿Qué os parece: por qué unos han enumerado muchos más sentimientos que otros? (5 minutos de discusión).

Mirad ahora cuántos de los estados de ánimo que habéis enumerado están relacionados con la felicidad y el amor, y cuántos están más cercanos a la tristeza y a la ira. ¿Qué tipo de sentimientos prevalece en vuestra lista?

¿De qué puede venir que alguno de los niños ha enumerado sobre todo sentimientos alegres y otros, en cambio, sentimientos tristes? (5 minutos de discusión).

Ahora quiero ver qué sentimientos dominan en nuestro grupo.

Pondremos en la pizarra todos los sentimientos que habéis nombrado.

¿Cuáles son los sentimientos más repetidos?

¿A qué puede ser debido? (5 minutos de discusión).

Ved ahora ¿cuáles de los sentimientos más repetidos figuran también en la lista que cada uno ha hecho? ¿Están todos o sólo algunos? ¿Cuáles faltan? ¿Por qué?



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué sentimientos (cólera, tristeza, ira, amor, miedo, ansiedad, ternura) experimento más frecuentemente?
- ¿Cómo los reconozco?
- ¿Qué sentimientos expreso sobre todo con palabras?
- ¿Cuáles con mi cuerpo?
- ¿Por qué es importante que me dé cuenta de lo que experimento?
- ¿Qué sucede cuando una persona no manifiesta nunca sus sentimientos? ¿Conozco alguna?
- Y yo ¿hablo a menudo de mis sentimientos?
- ¿Hablo en este grupo de lo que siento?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Se trata de un juego relativamente fácil que permite un contacto, prevalentemente conceptual, con el mundo de los sentimientos. En un segundo momento podéis explicar a los muchachos que los sentimientos se pueden reconocer también por el cuerpo. Por ejemplo, modifican la tensión muscular, la temperatura corporal, nos hacen enrojecer, palidecer etc.

K. VOPEL



## OBJETIVOS

Este juego refuerza los objetivos de la actividad anterior, haciendo conocer a los muchachos mejor el panorama de los sentimientos que experimentan habitualmente, el modo cómo los manifiestan y sus distintas formas de reaccionar ante ellos.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 12 años. El número de participantes no debe superar los 16.



## DURACIÓN

Se necesita alrededor de una hora.



## MATERIALES

Cuestionario.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Hoy hablaremos de algunas emociones que, sin duda, todos habéis experimentado. Me refiero a sentimientos importantes como el miedo, la ansiedad, la tristeza, la cólera, la ira, el amor, la ternura, la atracción sexual. Os pido que completéis el cuestionario.

Escoged uno de estos sentimientos: *cólera-tristeza-miedo* y escribidlo arriba en el cuestionario que os he entregado. Ahora leed atentamente el módulo y comprobad si habéis entendido cómo debéis rellenarlo (*2 minutos*).

¿Alguna pregunta?

Ahora recordad una situación en que hayáis experimentado el sentimiento que habéis elegido. Responded detalladamente a la pregunta 1, y después a la 2 y la 3. Podéis hacerlo en *10 minutos*.

Ahora formad grupo con los compañeros que habéis escogido el mismo sentimiento. Comentad juntos vuestras respuestas, Tenéis otros *10 minutos*.

Los grupos han de estar formados por 5 muchachos al máximo. Hablemos ahora todos juntos del resultado de vuestros grupos (*5 minutos* de discusión).

Haced analizar, según este esquema, también los otros dos grupos de sentimientos:

*tristeza-alegría-ira amor-ira-ansiedad.*



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Me ha gustado este juego?
- ¿Cómo me siento en este momento?
- Durante el trabajo de grupo ¿he expresado libremente mis sentimientos?
- ¿Qué sentimiento he elegido tratar?
- ¿Me he negado a tratar determinados sentimientos porque me molesta hacerlo?
- ¿Qué compañeros han elegido mis mismos sentimientos?
- En el grupo ¿se han elegido más sentimientos tristes o alegres?
- ¿Qué sentimientos se expresan con más frecuencia en este grupo?
- ¿Cuáles, en cambio, muy raramente?
- ¿Que pasaría si expresara mis sentimientos con más frecuencia y más claramente?
- ¿En que circunstancias tengo más dificultad en manifestar mis sentimientos?
- ¿Hasta qué punto puedo manifestarlos en este grupo?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Es un juego muy importante que permite adquirir mayor autoconciencia de los propios sentimientos. Ayudará a los muchachos a entender que los sentimientos se manifiestan en el cuerpo y son registrados en el cerebro. En segundo lugar advertirles de que una respiración superficial no permite tomar conciencia de los propios estados de ánimo. Es necesario, pues, aprender a respirar de modo profundo y consciente.

## CUESTIONARIO

### UN SENTIMIENTO IMPORTANTE

#### 1ª PREGUNTA

¿Qué señales me envía el cuerpo cuando me domina este sentimiento?

¿En qué parte del cuerpo lo advierto? ¿qué siento? ¿cómo respiro? Describe todos los síntomas físicos de este sentimiento.

(Un ejemplo para el sentimiento de miedo: *se me contrae el estómago, me sudan las manos, etc. Respiro afanosamente*).

Respuesta:

.....

#### 2ª PREGUNTA

¿En qué situaciones me siento así? Describe la situación.

¿Qué me ha provocado esta sensación? ¿De qué tengo miedo o qué espero? ¿Estoy solo o con otros?

(Ejemplo: *En la clase de matemáticas, el profesor me llama a la pizarra, no he entendido el problema y temo la riña*).

Respuesta:

.....

#### 3ª PREGUNTA

¿Cómo trato este sentimiento?

¿No lo manifiesto a nadie y me lo tengo para mí? ¿Hablo de él con las personas afectadas? ¿Lo confío a alguno? ¿A quién? ¿Exteriorizo físicamente mi sentimiento? ¿Lo notan los otros aunque yo no diga nada? ¿Por qué se dan cuenta?

(Ejemplo: *No digo al profesor que tengo miedo. Trato de disimular esta impresión y de olvidarme de que tengo miedo. Pienso que mis compañeros lo notan por la inseguridad de mi voz. Al fin de la hora cuento a mi amiga lo que me ha pasado*).

Respuesta:

.....

K. VOPEL



## OBJETIVOS

Este simpático juego permite que los muchachos se den cuenta de que cualquier estado de ánimo puede expresarse con la mímica facial.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 12 años. Cualquier número de participantes.



## DURACIÓN

Se necesitan unos 20 minutos.



## MATERIALES

Colores y láminas de dibujo.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Os propongo un juego en el que tendréis que dibujar vuestros sentimientos.

Ante todo dividíos en dos grupos. Decidid vosotros con qué compañeros queréis colaborar. Cada grupo tendrá a su disposición una zona de la sala: os aconsejo que os reunáis alrededor de una mesa.

Tengo aquí la lista de los principales sentimientos: miedo, alegría, tristeza, cólera, ira, amor, ternura. Antes de cada asalto, cada grupo me enviará un representante que serán los encargados de dibujar. Los dos representantes se pondrán de acuerdo acerca de qué sentimiento quieren ilustrar. Volverán después a su grupo para dibujar un rostro que exprese ese sentimiento. Hay que guardar estas dos reglas.

El dibujante no puede hablar. Ni siquiera hacer un gesto afirmativo o negativo. No puede escribir. Puede sólo dibujar rostros. El grupo que adivina primero el sentimiento dibujado gana 10 puntos. No debéis lanzaros a adivinar, pues por cada respuesta equivocada se os quitarán 10 puntos. Sólo se tendrán en cuenta las respuestas que el grupo me presente por escrito; si queréis, podéis antes discutirlos en el grupo. Apenas me deis la solución acertada, comenzará el segundo asalto.

¿Entendido cómo va el juego?

Dejad jugar a los chicos unos *20 minutos*.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué me ha divertido en este juego?
- En cambio ¿qué me ha fastidiado?
- ¿Qué sentimientos ha sido fácil representar?

- ¿Cómo los han representado los dibujantes?
- ¿Qué rasgos del rostro han dibujado?
- ¿Qué aspecto toman los ojos cuando expresan distintos sentimientos?
- ¿Qué aspecto toma la boca?
- ¿Y la frente?
- ¿De qué rasgos de mi rostro se puede ver qué sentimientos me dominan?
- ¿Qué niños de nuestro grupo «llevan escritos en la cara» sus sentimientos?
- ¿Quiénes, en cambio, tienen un rostro impenetrable?
- ¿Por qué es importante mirar a la cara de aquel con quien hablamos? ¿Lo hago yo así?
- ¿Cómo hemos colaborado en nuestro pequeño grupo?
- ¿Durante el juego me he dado cuenta de tener particulares sentimientos?
- ¿Me he enfadado con algún compañero y no se lo he dicho?



### LA EXPERIENCIA NOS DICE...

Hay que insistir en que no deben dibujar rostros técnicamente perfectos: se trata de dibujar particulares características. Haced que el grupo no supere el número de 8; si es necesario, formad más de dos grupos.

Durante la evaluación utilizad los diversos retratos pintados por los niños y poned, vosotros y los niños, cuantas caras distintas sepáis.

Como este juego sólo se fija en la mímica facial, exige gran atención y participación, ofrece además estupendas posibilidades para aclarar la relación entre los estados de ánimo y el lenguaje del cuerpo.

## 15 PANORAMA DE SENTIMIENTOS (4)

K. VOPEL



### OBJETIVOS

Inventando y representando algunas escenas, los chicos aprenden a entender mejor los varios sentimientos y su influjo en las relaciones interpersonales.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. Cualquier número de participantes.



### DURACIÓN

Se necesitan unos 45 minutos.



### MATERIALES

Preparad unas tarjetas que lleven cada una de ellas el nombre de un sentimiento: miedo, alegría, ira, amor, ternura, tristeza, pavor. Si los jugadores son más de 14, haced una doble serie de tarjetas y dobladlas como si fueran números de una rifa.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Hoy haremos un poco de teatro: elegid un compañero con quien actuar. Cada pareja extraerá una tarjeta en que está escrito un importante sentimiento. No digáis a nadie qué sentimiento os ha tocado. El trabajo consiste en preparar una escena que represente el sentimiento en cuestión. Si, por ejemplo, habéis sacado el sentimiento «ira», no podréis decir: «Estoy rabiando por lo que me has hecho, Carlos» o «No quiero verte: la ira me haría perder el juicio», pero podéis decir cosas tan poco amables como:

«¡Qué a gusto te despedazaría, pedazo de animal!» Debéis dramatizar una situación que exprese bien ese sentimiento.

Siempre a propósito de la cólera, por ejemplo, podríais representar una escena en un restaurante: el camarero derrama la salsa en el vestido de una señora que salta y propina al pobre hombre un bofetón. Es indispensable que los espectadores puedan darse cuenta de la situación que provoca tal emoción.

Tenéis *15 minutos* para preparar vuestra escena que deberá durar al máximo tres minutos.

Dad la oportunidad de representar a cuantas parejas podáis. Invitad a los espectadores a adivinar qué sentimiento se representa.

- ¿Lo hemos expresado con el lenguaje del cuerpo?
- ¿De dónde hemos sacado la idea para nuestra escena?
- ¿Qué dramatización me ha impactado más?
- ¿Cómo me siento ahora?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Este experimento sale mejor si antes se han hecho otros juegos de este capítulo. Permite comprobar en qué grado los chicos han desarrollado cierta sensibilidad en relación con el mundo de los sentimientos.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿A quién he elegido como compañero?
- ¿Qué me ha divertido más?
- ¿Cómo nos hemos preparado?
- ¿Cómo hemos representado nuestro sentimiento?

K. VOPEL

**OBJETIVOS**

El juego permite a los niños controlar su comportamiento frente al miedo. Los niños caen con frecuencia en la misma trampa que los adultos: tienen miedo al miedo y, por tanto, lo reprimen. Con este experimento aprenden que cada uno tiene todo el derecho a tener miedo, y a través de la confrontación con los compañeros, se ejercitan en buscar estrategias para sacar provecho de esta emoción.

**PARTICIPANTES**

Edad mínima: 8 años. Cualquier número de participantes.

**DURACIÓN**

Unos 45 minutos.

**MATERIALES**

Cuestionario: «¿Qué es el miedo?»

**DIRECCIÓN DEL JUEGO**

Os propongo un juego que se refiere a un sentimiento muy conocido, el miedo. Os entregaré un cuestionario que debéis contestar. Formad grupos de cuatro y comentad las afirmaciones del cuestionario. Tenéis *20 minutos* de tiempo. Ved sobre qué afirmaciones estáis de acuerdo y sobre cuáles no. Si encontráis una frase con la que no estáis de acuerdo, modificadla hasta que quede a vuestro gusto.

Os pongo un ejemplo. Supongamos que la frase sea: «Un hombre nunca llora». Cada uno dice si le parece verdadera o podrá aportar ejemplos que la contradigan. Algunos niños podrán decir tal vez: «Mi padre alguna vez ha llorado». Otro podrá decir: «Cuando murió el abuelo, vi llorar a papá». Otro: «En una película del oeste vi que un hombre lloraba porque había disparado contra un amigo». Entonces quizá tengáis que modificar la frase y uno podrá proponer escribir: «También los hombres pueden llorar alguna vez».

¿Me explico por dónde va la cosa?

Si lográis poneros de acuerdo en cómo modificar la frase, uno de vosotros la escribirá en la hoja roja que os daré. Indicad también el número de la frase que habéis modificado. Si, en cambio, no os ponéis de acuerdo sobre la nueva frase, cada uno escribirá la que prefiera en su propio cuestionario.

¿Alguna pregunta? Ahora buscad tres compañeros con quienes formar grupo.

En la evaluación decid individualmente a cada niño que completen la frase: «Yo tengo miedo cuando...» Así la discusión se hará más concreta y ofrecerá nuevos motivos para responder a la pregunta: «¿Cómo puedo superar el miedo?»



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué me ha parecido importante en este juego?
- ¿En qué momentos me ha interesado más?
- ¿En cuáles me he aburrido un poco?
- ¿He aprendido algo nuevo acerca del miedo?
- ¿Qué piensa mi padre del miedo?
- ¿Y qué piensa mi madre?
- ¿Y mi mejor amigo?
- ¿He tenido alguna vez miedo en este grupo?
- Si tengo miedo ¿reconozco que lo tengo? ¿se dan cuenta los otros?
- ¿Qué hago cuando tengo miedo?
- ¿Con qué medios se puede vencer el miedo?
- ¿Cómo puedo vencer mi miedo?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Este juego permite afrontar el tema del miedo sin excesiva ansiedad.

Es especialmente importante guiar a los niños a enfrentarse con la pregunta: ¿Cómo puedo afrontar mi miedo de modo constructivo? También aquí vale la importante regla: sólo si reconozco mis sentimientos sin reprimirlos, puedo modificarlos. Es bueno, por tanto, que yo tome profunda conciencia de mi miedo y clarifique sus motivos, para entender cuáles son reales y cuáles, puramente imaginativos. Descubriré además que puede ser de gran alivio hablar de mi miedo con las personas a quienes más temo.

*Variante:* (edad mínima 12 años) «Elogio del miedo». Explicad con cuatro frases por qué el miedo es una emoción importante.

## CUESTIONARIO

### ¿QUÉ ES EL MIEDO?

¿Con cuál de estas afirmaciones estáis de acuerdo?

1. Una persona mayor no tiene nunca miedo: Correcto/falso
2. El mejor medio de vencer el miedo es no pensar en él
3. Un hombre sensato no tiene miedo
4. El miedo es un sentimiento negativo
5. Sólo los cobardes tienen miedo
6. Los chicos inteligentes no tienen miedo
7. Cualquier persona puede tener miedo
8. El que tiene miedo es un tonto

Estas frases, a mi entender, deberían modificarse así:

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....

Fecha ..... Nombre .....

# 17 MIEDO (2)

K. VOPEL



## OBJETIVOS

Este juego ayuda a los niños a considerar el miedo como una emoción natural, a reconocer los síntomas físicos del miedo y a hablar con los otros de cosa tan desagradable.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 8 años. Los niños deben haber participado ya en algunos juegos interactivos y debe reinar en el grupo un buen clima de confianza.



## DURACIÓN

Se necesitan unos 25 minutos.



## MATERIALES

Cada niño necesita un ejemplar del cuestionario «Inventario del miedo»



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Hoy nos ocuparemos de un tema importante: el miedo.

Como sabéis, podemos reconocer con claridad nuestros sentimientos sólo si estamos atentos a las señales que nos envía nuestro cuerpo. Si, por ejemplo, me doy cuenta de que aprieto los dientes, me tiemblan las manos y me arde la cabeza, entiendo que estoy furioso, encendido en ira.

Os reparto una hoja en la que están indicadas diversas manifestaciones del miedo. Elegid las que habéis experimentado vosotros y señaladlas con una cruz. Tenéis 5 minutos.

Ahora dividíos en grupos de cuatro.

Decíos ante todo por qué os habéis elegido como compañeros (3 minutos).

Comentad después el cuestionario sobre el miedo y decid al grupo qué señales notáis cuando tenéis miedo. Contaos en qué ocasiones tenéis miedo y qué hacéis para superarlo. Tenéis 15 minutos de tiempo.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿He encontrado interesante este juego?
- ¿He descubierto qué señales me envía mi cuerpo para advertirme que siento miedo?
- ¿Qué querría hacer cuando tengo miedo?
- ¿Atacar o echar a correr?
- ¿Qué siento cuando hablo de mis miedos?
- ¿Qué situaciones me dan más miedo?
- En este grupo ¿hay alguno que me da miedo?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE...

La ventaja de este juego consiste en que los niños, con la ayuda de la lista de los miedos y ayudados por el clima de confianza que se establece en el pequeño grupo, pueden tomar conciencia de cómo su cuerpo reacciona ante los peligros, sean reales o imaginarios. De este modo se acostumbran a captar más inmediatamente la relación entre las emociones y sus reacciones corporales, aprenden a ver el miedo como una emoción natural que deben afrontar de modo constructivo. Mientras los niños vean el miedo como algo anormal e indeseable, gastarán buena parte de sus energías en ocultarlo a sí mismos y a los demás; y tal energía debe emplearse en mejor causa.



## CUESTIONARIO INVENTARIO DEL MIEDO

### Cuando tengo miedo...

- ... se me seca la boca.
- ... aumenta la salivación.
- ... me pongo colorado.
- ... me aparecen manchas rojas en la cara y en el cuello.
- ... se me erizan los pelos y se me pone piel de gallina.
- ... me tiemblan las rodillas.
- ... se me calientan mucho las manos.
- ... se me hielan las manos.
- ... las manos se me calientan y sudan.
- ... siento en la manos un sudor frío.
- ... tengo sensación de calor.
- ... siento calor en la cabeza.
- ... la voz se me atipla.
- ... me pongo ronco.
- ... se me contrae el estómago.
- ... se me ponen rígidos la espalda y el cuello.
- ... me tiembla todo el cuerpo.
- ... respiro afanosamente.
- ... el corazón me palpita a lo loco

(Poned una cruz donde convenga)

Fecha ..... Nombre .....

# 18 MIEDO (3)

K. VOPEL



## OBJETIVOS

Con este juego los niños aprenden a reducir el miedo que sienten a una persona concreta, a admitir las ganas que tienen de atemorizarla y a reconocer que, bajo otros puntos de vista, son más fuertes que esa persona que tanto les impone.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. Cualquier número de participantes.



## DURACIÓN

Se necesitan unos 25 minutos.



## MATERIALES

Hojas de dibujo y colores.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Os propongo un experimento que puede ayudaros a tener menos miedo a determinadas personas.

Cerrad un momento los ojos y pensad en las personas a quienes habéis tenido miedo, o aún lo tenéis ahora. *(15 segundos)*.

Procurad ver a estas personas delante de vosotros, miradles bien a la cara. Daos cuenta del miedo que les tenéis. ¿A quién teméis más? ¿A quién no tanto? *(15 segundos)*.

Ahora identificad en este grupo a una persona a la que no queríais tener tanto miedo. Tratad de ver quién es *(15 segundos)*.

Os invitaré a entablar una lucha con esa persona, usando papel y colores. Ahora abrid los ojos.

Estad muy atentos. Ante todo debéis hacer un dibujo en que aparezca por qué esa persona peligrosa os da miedo. Escoged un color fuerte, «peligroso», apropiado y dibujadla. Después escoged un color débil que exprese vuestro miedo y haceos un autorretrato. Poned, por título, a vuestra obra éste:

*Así... (fulano) me da miedo.*

En el dibujo exagerad la peligrosidad de esa persona. ¿Entendido lo que quiero? Sólo tenéis *10 minutos*, por tanto, debéis moveros...

Tomad ahora otra hoja y escribid con título:

*Así meto miedo yo a... (su nombre).*

Ahora os invito a hacer algo que seguramente os extrañará. Imaginaos que sois vosotros los que dais miedo a la persona que teméis. Usad para dibujaros el color más violento y «peligroso» y dibujad al otro con el color que antes habíais elegido para vosotros. Dibujaos en el acto de darle un susto, de causarle terror. Tenéis otros *10 minutos*.

Ahora mirad los dos dibujos. ¿Qué sentíais cuando dibujabais? ¿Qué dibujo os ha divertido más? ¿Qué diría vuestro «enemigo»

si viera el segundo dibujo? Tratad de imaginaros el miedo que os tiene. ¿Hay algún aspecto en que realmente sois más fuertes que él? ¿Tenéis algo que no tiene él? ¿Querría él alguna cosa que vosotros podéis negarle? ¿Tenéis cualidades de que él carece? ¿Cómo, hasta ahora, os habéis vengado de él? Escribid debajo del segundo dibujo lo que os venga a la mente a este propósito. Tenéis otros 5 minutos de tiempo.

Pedid a los chicos que comuniquen al grupo lo que han escrito.



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Ayudar a los niños a distinguir entre los temores fundados (por ejemplo, miedo del padre borracho que le maltrata) y temores imaginarios causados por el narcisismo o fantasías de omnipotencia (por ejemplo, miedo de un chico que le toma el pelo). Al final del juego se puede dejar tiempo para dar una ojeada a los dibujos de los compañeros.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué he sentido durante este juego?
- ¿A quién he querido dibujar?
- Exactamente ¿por qué le tengo miedo?
- ¿Qué es lo peor que me puede hacer?
- ¿Le he dicho que le tengo miedo?
- Si se lo dijera ¿cómo reaccionaría?
- ¿En qué aspectos soy más fuerte que él/ella?
- ¿Había pensado alguna vez antes en darle miedo?
- ¿De qué modo trato de molestarle?
- En realidad ¿qué hay de peligroso en él/ella?
- ¿No exagero su peligrosidad?
- ¿Con quién hablo de esta persona peligrosa?
- ¿Trato de hablar con ella alguna vez? ¿Me siento capaz de hacerlo?



GESTALT

**OBJETIVOS**

Con este ejercicio de imaginación dirigida, los niños pueden expresar simbólicamente sentimientos de amor y de odio. Aprenden además a descubrir algunos aspectos positivos, aun en el que tienen por enemigo.

**PARTICIPANTES**

Edad mínima: 10 años. Cualquier número de participantes.

**DURACIÓN**

Unos 50 minutos.

**MATERIALES**

Hojas de papel y colores.

**DIRECCIÓN DEL JUEGO**

Hoy os propongo un juego que se titula «Amor y odio».

Poneos de pie y cerrad los ojos. Ahora levantad los brazos, manteniendo cerrados los ojos.

Levantaos sobre las puntas de los pies como si quisierais tocar el techo con la punta de los dedos. Tratad de llegar más arriba... un poco más (*10 segundos*).

Ahora abrid los ojos y sentaos o tumbaos cómodamente.

Cerrar los ojos y tenedlos así hasta que os avise.

Buscad la posición más cómoda posible.

Respirad profundamente: imaginad que el aire se os mete hasta en las piernas y los brazos.

Ahora expirad bien, de modo que echéis fuera todo el aire.

Pensad ahora en una persona que sentís como enemiga. Imaginad que esa persona se transforma en un animal. Contempladlo delante de vosotros a una cierta distancia (*10 segundos*).

Pensad ahora en una persona que os es muy querida. Imaginad que, también ella, se transforma en un animal. Miradlo bien (*10 segundos*).

Imaginad ahora que también vosotros os transformáis en un animal. ¿En qué animal os habéis convertido? (*10 segundos*).

Imaginad ahora que los tres animales se encuentran en la selva. En un claro de la selva hay un hermoso prado. El animal que os representa y el que representa a vuestro enemigo se encuentran en el prado. Desde la selva os mira el animal que es la persona a quien tanto queréis. Observad bien lo que sucede: mirad la escena como si se proyectara un film ante vuestros ojos (*2 minutos*). Ahora abrid los ojos y dibujad lo que habéis visto (*15 segundos*).

Cerrad los ojos otra vez e imaginaos que os encontráis de nuevo en el prado dentro de la selva, siempre en figura de animales

(10 segundos). Esta vez os encontráis en medio con el animal que representa la persona a quien queréis. A distancia espera el animal enemigo. Observad lo que sucede. Tenéis *dos minutos* para ver esta segunda filmación.

Dibujad también esta escena. Tenéis *15 minutos* a vuestra disposición.

Ahora, en pequeños grupos de cinco, comentad vuestros dibujos y lo que habéis visto en vuestra fantasía. ¿Qué animales habéis escogido? ¿Cómo os habéis comportado con vuestro enemigo? ¿Y con vuestro amigo? ¿Qué habéis sentido? Tenéis otro cuarto de hora.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué me ha gustado en este juego?
- ¿Qué, por lo contrario, me ha puesto triste?
- ¿Qué me ha excitado?
- En este momento ¿estoy aún tenso?
- ¿Cómo me siento?
- ¿He descubierto algo importante acerca de mí o acerca de personas importantes para mí?
- ¿He descubierto algo nuevo acerca de mis compañeros?
- ¿Qué es lo que me gusta en la persona que prefiero a todas las demás?
- ¿Hay algo que me guste en la persona que siento como enemiga?
- ¿En qué animal me he transformado yo?

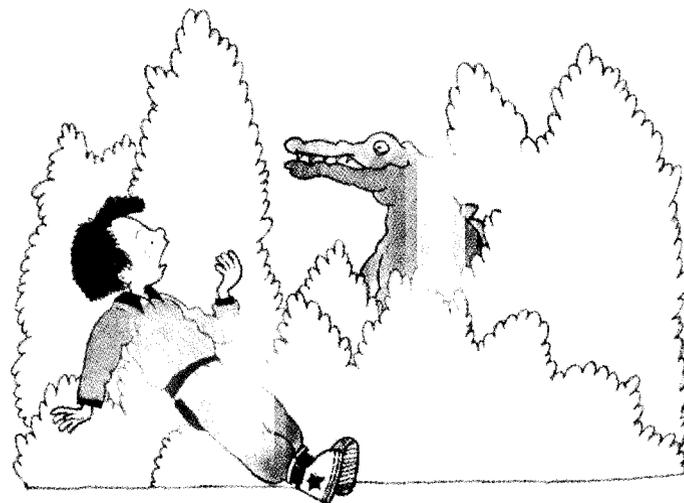


## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Se trata de un experimento que requiere en el animador paciencia y competencia para ayudar a los niños a superar las dificultades que puedan surgir durante su desarrollo. Es un experimento excelente, en particular para los grupos de orientación terapéutica. Los niños que han expresado en su fantasía sentimientos de amor y de odio, pueden descubrir que, aun las personas odiadas, presentan aspectos positivos.

*Variante 1:* (para los más pequeños) Es preferible una única escena de fantasía: los tres animales se encuentran juntos en el prado.

*Variante 2:* (para niños a partir de los 10 años) Se puede añadir una tercera situación: el animal amigo y el enemigo se encuentran en el prado mientras el animal-niño espera a la entrada de la selva.



D. MALAMUD

**OBJETIVOS**

Este juego ofrece a los muchachos la posibilidad de acercarse de modo más consciente a situaciones en que se han sentido heridos o mortificados.

**PARTICIPANTES**

Edad mínima: 11 años. Número de participantes: no más de 16.

**DURACIÓN**

Un cuarto de hora.

**MATERIALES**

Lo necesario para escribir.

**DIRECCIÓN DEL JUEGO**

Os propongo un experimento interesante. Os pido que escribáis diez frases en que entre la palabra «herido». Tenéis cinco minutos de tiempo.

A ver: uno que nos lea a todos las frases que ha escrito.

Distinguid las frases en que la palabra «herido» tiene sentido físico -cuando es el cuerpo el que está herido- y aquellas en que tiene sentido metafórico o psíquico.

Elegid ahora un compañero con el que comprobéis en qué frases habéis hablado de heridas en sentido físico y heridas psíquicas. Señalad éstas con un cruz. Tenéis *10 minutos* de tiempo.

Por fin cada uno de vosotros comunicará al grupo cuántas veces se ha referido a heridas físicas y cuántas a heridas psíquicas.

**HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS**

- La palabra «herido» en conjunto ¿ha sido usada más en sentido físico o psíquico?
- ¿Tengo dificultad de hablar de mis heridas psíquicas?
- ¿Puedo hablar de esto en casa?
- ¿En qué situaciones soy más vulnerable?
- ¿Cuál es mi punto flaco, vulnerable?
- ¿Quién puede hacerme más daño, herirme más?
- ¿Cuántas veces me he sentido herido en estos últimos tres días?
- ¿Cuántas veces me he sentido herido hoy?
- ¿A quién he herido en estos tres últimos días?
- ¿He herido hoy a alguien?

- ¿Quién me ha herido en este grupo?
- ¿Cómo reacciono cuando alguien me hiere?
- ¿Cómo me tomo el desquite?
- ¿Ante qué personas prefiero batirme en retirada?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

La mayor parte de los niños y de los adultos tiene gran dificultad en admitir que se sienten heridos, ya que la vulnerabilidad es tenida como signo de debilidad. A eso se suma el hecho de que las personas con que nos relacionamos frecuentemente reaccionan irritadas si les decimos que nos han herido.

Ayudad a los niños a comprender que en las relaciones interpersonales ser heridos es algo natural y frecuente. Cada uno de nosotros puede sentirse herido por los otros, adrede o no, e igualmente nosotros podemos herir a los demás sin darnos cuenta. La reacción más frecuente cuando nos sentimos heridos es la de esconder la herida y atacar a quien la ha producido. De aquí nacen un sin fin de conflictos.

Animad a los niños a decir con sencillez cuándo se sienten heridos en casa, en el juego, en la vida normal de cada día.

# 21

## ME HAS HECHO MAL. OFENSAS (2)

K. VOPEL



### OBJETIVOS

Con este juego los niños pueden comprobar quién se ha sentido herido en el grupo, por quién y en qué circunstancias. Este juego puede seguir inmediatamente al anterior.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 11 años. Cualquier número de participantes.



### DURACIÓN

Unos 15 minutos.



### MATERIALES

Dos cartoncitos de formato A6 para cada niño.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Vamos a probar un juego llamado «Me has hecho daño». Os entregaré a cada uno dos tarjetas. Escribid en una de ellas, arriba:

*Mensaje a.....*

*Me has herido cuando...*

¿Qué muchacho del grupo será el destinatario de este mensaje?  
¿Quién os ha herido, sin que vosotros aún se lo hayáis dicho nunca? Completad la tarjeta con vuestro mensaje, la firma y fecha de hoy. Tenéis *cinco minutos*.

Tomad ahora la otra tarjeta y escribir arriba:

*Mensaje a .....*

*Me parece que te herí aquella vez que...*

Pensad bien quién será, dentro del grupo, el destinatario de vuestro mensaje. Añadid, también esta vez, la firma y la fecha. Tenéis *cinco minutos*.

Ahora cada uno de vosotros entregará sus mensajes a sus destinatarios.



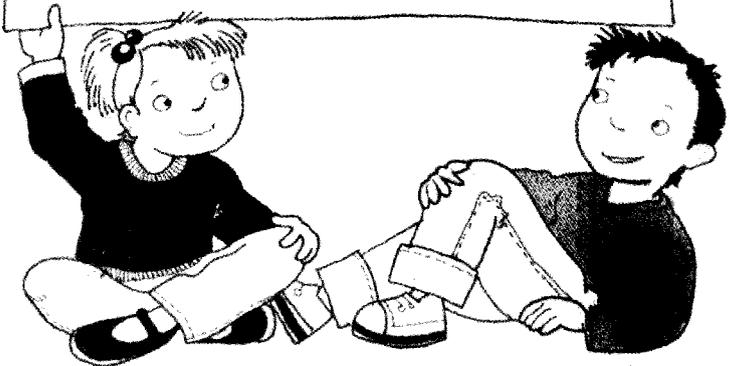
## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué he sentido durante este juego?
- ¿Qué ha sido importante para mí?
- ¿Me han resultado fáciles las dos tareas?
- ¿He recibido mensajes?
- Si no ha sido así ¿cómo me lo explico?
- ¿Me han sorprendido los mensajes que he recibido?
- En este grupo ¿es frecuente que la gente se sienta herida?
- ¿Hago el propósito de decir con espontaneidad cuando me siento herido?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

En general este experimento mejora el clima del grupo. Procurad que, de aquí en adelante, los chicos tengan posibilidad de comunicar cuando se sienten heridos.



## MI TALÓN DE AQUILES. OFENSAS (3)

K. VOPEL



### OBJETIVOS

Con este juego los muchachos toman conciencia de sus puntos flacos y se preparan a admitirlos con naturalidad. En el juego aumentan la confianza en sí mismos y su autoestima.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 11 años. El número de participantes no debe ser superior a 16.



### DURACIÓN

Para este experimento se requieren unos 40 minutos.



### MATERIALES

Cuestionario: «Mi tendón de Aquiles».



### DIRECCIÓN DEL JUEGO

Nuestro juego de hoy se llama «Mi tendón de Aquiles», esto es, lo que consideramos nuestro punto débil, lo que nos hace más vulnerables, no en sentido físico, sino psíquico.

¿Alguno sabe poner un ejemplo?

Aseguraos de que los chicos han comprendido de qué se trata. Si es necesario poned el ejemplo de un punto débil personal vuestro.

Ahora os repartiré un cuestionario. Leedlo con atención.

Tendréis *10 minutos* para rellenarlo. Dividíos en grupos de cuatro.

¿Por qué habéis elegido precisamente a estos compañeros? ¿Qué esperáis de ellos? Hablad juntos *algunos minutos*.

Ahora leed y comentad lo que habéis escrito en vuestros cuestionarios. Decid también cómo habéis reaccionado o cómo hubierais reaccionado, si alguno os dijera en serio lo que habéis escrito en el cuestionario. Tenéis un *cuarto de hora* para hablar de eso.

Ahora me gustaría que cada uno revelara a sus compañeros cuál es su punto débil. Si alguno prefiere callárselo, es muy libre de hacerlo. Pero habrá de decirnos qué teme le podría suceder si nosotros llegáramos a saberlo.

Haced esta propuesta sólo si en el grupo existe suficiente relación de confianza recíproca.



### HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué he aprendido de nuevo en este juego?
- ¿Cómo han reaccionado mis compañeros ante mis puntos débiles?

- ¿Quién tiene puntos débiles semejantes a los míos?
- ¿Cómo me siento ahora?



### LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

La toma de conciencia y la verbalización del propio «talón de Aquiles» consiente a los chicos aceptar con más facilidad sus puntos flacos. Al mismo tiempo estas confidencias aumentan el clima de respeto y confianza recíproca.

### CUESTIONARIO MI TENDÓN DE AQUILES

Las cosas que prefiero oírme decir son éstas:

1. ....  
.....
2. ....  
.....
3. ....  
.....

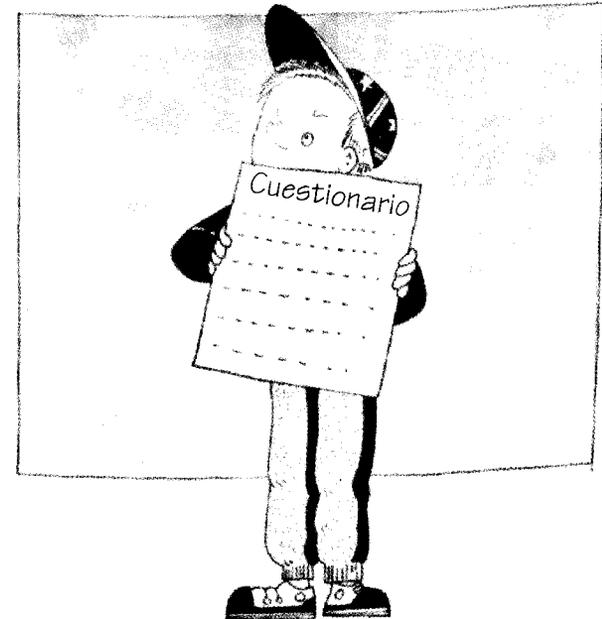
Me siento ofendido cuando alguien dice de mí:

1. ....  
.....
2. ....  
.....

3. ....  
.....

La peor cosa que alguno podría decir de mí, sería:

1. ....  
.....
2. ....  
.....
3. ....  
.....



D. MALAMUD



## OBJETIVOS

Se trata de un simpático rito que consiente a los niños expresar su ira de un modo relativamente inocuo y aceptar las críticas sin atrincherarse en excusas y defensas inútiles.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 8 años, con tal que ya hayan experimentado algunos de los juegos de este capítulo. Cualquier número de participantes.



## DURACIÓN

De 10 a 20 minutos.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Vamos a probar cómo va este juego en el que podréis soltar toda la ira que guardáis a un compañero que os haya hecho enfadar.

Se juega así. Quien está dispuesto a jugar comienza con esta fórmula:

*Te deseo una vida larga y feliz*

Después dice al compañero qué le molesta en él y qué ha hecho para ponerle furioso. Así Esteban podrá decir a Sergio: «Sergio, te deseo una vida larga y feliz. Y me enfado cuando me empujas mientras jugamos en el patio». Ahora le toca a Sergio responderle y la respuesta será siempre la misma. Ésta:

*Te agradezco lo que me has dicho.*

*Pero yo no estoy en el mundo para ser como tú quieras.*

Ya que es la primera vez que jugamos a este juego, escribiré en la pizarra estas dos fórmulas fijas.

¿Entendido cómo funciona la cosa?

Propongo hacer una primera vuelta. Comenzaré yo mismo, después mi vecino de la derecha y así sucesivamente. Cuando todos hayan tenido ocasión de manifestar su enfado, los que tengan otra queja en la punta de la lengua podrán comenzar otra vuelta.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Me ha gustado este juego?
- ¿Me ha sido fácil expresar mi enfado?
- ¿Se han quejado de mí?
- Si no ¿me he sentido marginado?

- ¿Cómo me he sentido cuando he oído que uno estaba indignado conmigo?
- ¿Ha habido algo que me ha sorprendido?
- ¿Quiero tener en cuenta, en lo futuro, alguna crítica que me han dirigido?
- ¿Quiero responder a las críticas? ¿cómo?
- En nuestro grupo ¿es fácil expresar la indignación?
- ¿Me gusta la respuesta que tenían que dar los que habían sido criticados?
- ¿Cómo me siento ahora?



### LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Este juego es un excelente instrumento para descargar la ira guardada desde tiempo. Habría que repetirlo con cierta periodicidad, de modo que todos tengan ocasión de expresar con libertad sus enfados.

Discutid con los niños, sobre todo, la fórmula de respuesta. Nadie debe cambiar su comportamiento sólo porque a otro le fastidie. Tenemos el derecho de hacer enfadar a los otros.

Después de la primera vuelta continuad hasta que la cosa proceda con soltura, pero no lo prolonguéis demasiado.

Invitad a los participantes a expresar posibles comentarios y correcciones sólo al terminar el juego.

# 24

## ESTÁS ENFADADO CONMIGO. IRA (5)

M. SHEPHARD



### OBJETIVOS

Con este experimento los chicos se dan cuenta de que el enfado que atribuimos a otros, a veces, es sólo la proyección de nuestro mal humor.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 9 años. Cualquier número de participantes.



### DURACIÓN

Se necesitan unos 50 minutos.



### MATERIALES

Papel y bolígrafo.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Hoy os traigo un juego que se llama «Estás enfadado conmigo».

Pensad cinco situaciones en que habéis pensado (aunque no hayáis hablado de ello) que alguno la tenía contra vosotros. Escribid el nombre de la persona en cuestión y, junto, el presunto motivo de su enfado. Podéis escribir, por ejemplo: «Mi amigo Jorge. Pienso que ayer estaba enfadado conmigo, porque no he querido jugar con él». ¿Entendido? Pues escribid esos cinco casos que se os ocurran. Tenéis *cinco minutos*.

Releed vuestra lista y preguntaos si tal vez vosotros estabais enfadados con aquella persona. Mirad si estabais molestos, irritados o de veras furiosos contra ella. Pongo un ejemplo: Podéis escribir: «Estaba enfadado con Jorge porque me había tirado arena».

Escribid ahora en relación con qué personas citadas en vuestros ejemplos, habéis tenido sentimientos poco amigables. No es necesario que sea así en todos los casos. Tenéis otros *cinco minutos*.

Ahora me gustaría que discutiéramos juntos acerca de lo que habéis escrito (*10 minutos* de discusión).

Pensad ahora y tratad de recordar un caso en que hayáis creído que uno de nuestro grupo la tenía contra vosotros. Escribid su nombre y el posible motivo de su enfado. Por ejemplo: «Creo que Susana está enfadada conmigo porque no le invité a mi cumpleaños». Tenéis *dos minutos* de tiempo. Comprobemos ahora la exactitud de vuestras suposiciones.

Pedid a los niños que lean en alta voz lo que han escrito e invitad a los interesados a confirmar o negar las hipótesis lanzadas.

Cada vez que la suposición resulta equivocada, el niño que la ha hecho deberá preguntarse si no tiene algún resentimiento en relación a aquel compañero.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Me ha gustado este juego?
- ¿Ha habido algo que me ha sorprendido?
- ¿Me pasa a menudo que pienso que alguno está enfadado conmigo? ¿En qué lo advierto?
- ¿Son indicios evidentes?
- ¿Cómo puedo conocer de veras si uno está enfadado conmigo? ¿Se lo pregunto o me quedo con mi idea?
- ¿Cómo es eso que, a veces, pienso que uno está enfadado conmigo cuando no es verdad?
- Si no verifico mi suposición ¿qué consecuencias puede tener esto?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Si pienso que uno está enfadado conmigo, puedo estar en lo cierto; pero también puede ser que ese presunto enfado no sea más que una proyección del mío. Esto quiere decir que soy quien se la tengo a esa persona y me cuesta reconocerlo y por eso proyecto en el otro mi resentimiento. Las ventajas de tal proceder son evidentes: así me puedo sentir moralmente mejor que el otro, que es «el malo»; puedo distanciarme de él y tengo buen motivo para hacerlo. Son igualmente evidentes las desventajas de la ira proyectada: la capacidad de relación interpersonal disminuye, y en los casos más agudos se desarrolla un fuerte miedo ante los demás.

K. VOPEL

**OBJETIVOS**

Los niños toman conciencia de lo que piensan acerca del amor y qué esperanzas y qué miedos asocian a este sentimiento.

**PARTICIPANTES**

Edad mínima: 8 años. Los niños deben tener ya cierta familiaridad con algunos de los juegos de este capítulo. El número de participantes no debe superar los 16.

**DURACIÓN**

Se necesitan unos 20 minutos.

**DIRECCIÓN DEL JUEGO**

Hoy hablaremos de un sentimiento muy importante: el amor. Inventaos un cuento de amor. Puede ser muy corto. Tenéis *15 minutos* de tiempo. Leed el cuento y comenzad la evaluación.

**HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS**

- ¿Qué cuento me ha gustado más?
- ¿Qué cuentos se parecen?
- ¿Cuáles son tristes?
- ¿Cuáles son felices?
- ¿Qué me ha impulsado a escribir mi historia?
- ¿Qué personajes aparecen en ella?
- ¿Conozco otras historietas en que el amor sea el tema central?

**LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...**

Este juego pone enseguida en evidencia el concepto que, de momento, tienen los niños del amor. Hay que proceder con mucho tacto y empatía, ya que, para los niños de ocho a doce años, la temática del amor es impactante.

Invéntate una historia de amor.

K. VOPEL



## OBJETIVOS

En este juego los chicos se preguntan acerca de las personas que les aman y si se siente suficientemente amados.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. Cualquier número de participantes.



## MATERIALES

Cuestionario: «El inventario del amor».



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Quiero que hablemos hoy de un argumento muy importante: el amor.

Para facilitaros la cosa he preparado un breve cuestionario que guiará nuestra reflexión. Rellenadlo en silencio siguiendo el orden de las preguntas.

Disponéis de 20 minutos.

Elegid un compañero con el que queréis comentar vuestras respuestas durante 10 minutos.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Me ha gustado este experimento?
- ¿Cómo me siento ahora?
- ¿Qué compañero he elegido? ¿Por qué?
- De ordinario ¿con quién hablo de este tema?
- ¿Cómo se dan cuenta los otros de que me siento feliz?
- ¿Cómo me hago querer de mis padres?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Tratar este tema requiere necesariamente un clima de sinceridad y de confianza. Cuanto mayores sean las carencias afectivas de los niños, tanto más difícil les será expresarse libremente acerca de este tema.

En cualquier grupo podrá haber niños que se sienten poco amados por sus padres. Para ellos, hablar del clima afectivo que hay en la familia es, por una parte doloroso; por otra, puede ayudarles a tomar conciencia de su situación y a buscar en otra parte la atención que les niegan sus padres. El animador puede contribuir a realizar experiencias capaces, hasta cierto punto, de equilibrar la situación.

CUESTIONARIO  
**EL INVENTARIO DEL AMOR**

Escribe tres frases en que aparezca la palabra amor:

- 1 .....
- 2 .....
- 3 .....

Entre todas las personas que conozco las que más me quieren son: (Escribe todas las que te vengan a la cabeza)

.....  
Mi papá muestra que me quiere cuando .....

.....  
Mi mamá muestra que me quiere cuando .....

.....  
¿Cuál es la palabra más afectuosa que podrían dirigirme? .....

.....  
Entre todos los gestos amables, yo prefiero .....

Yo creo que:

- soy bastante querido;
- me gustaría que me quisieran más;
- querría que me quisieran más, mucho más.

Fecha ..... Nombre .....

# JUEGOS

---

## ACERCA DE LA FAMILIA Y LOS AMIGOS

**OBJETIVOS**

Con este juego los niños toman conciencia de algunas características de su familia y hablan de ellas con sus compañeros.

**PARTICIPANTES**

Edad mínima: 9 años. No más de 16 participantes. Es bueno que los niños hayan realizado ya otros ejercicios de imaginación guiada, por ejemplo los del capítulo acerca de la percepción.

**DURACIÓN**

Unos 40 minutos.

**MATERIALES**

Papel y bolígrafo



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Vamos a ensayar un juego que se titula «Una familia normal».

Poneos de pie y cerrad los ojos. Ahora levantad los brazos como si quisierais tocar el techo con la punta de los dedos. Tratad de llegar un poco más arriba... un poco más (10 segundos).

Ahora abrid los ojos, sentaos o tumbaos cómodos.

Ahora volved a cerrar los ojos y tenedlos así hasta que os diga que los abráis.

Buscad una posición cómoda.

Inspirad profundamente e imaginad que el aire se os mete hasta en las piernas y los brazos.

Ahora expirad bien, de modo que echéis fuera todo el aire.

Ahora imaginad que estáis viendo con el mayor interés un programa de televisión. Están proyectando una película que trata de una familia normal.

Podría ser una familia desconocida, o también la vuestra.

La familia está cenando. ¿Quiénes la componen? ¿Qué hay sobre la mesa? ¿Cómo está preparada? ¿De qué se habla? ¿Qué clima se nota? ¿Cómo se dirigen los niños a los adultos y los adultos a los niños? (1 minuto).

La cena se ha acabado. ¿Qué sucede ahora? ¿Qué hace cada uno? Se quedan todos juntos o se va cada uno por su cuenta? ¿Cómo pasan la velada? (1 minuto).

Ahora podéis ver a cada miembro de la familia antes de dormirse. ¿Qué sentimientos expresan sus rostros? ¿Qué impresión da cada uno, así, visto en su intimidad? ¿Qué piensa de su jornada? ¿Está satisfecho por algo? ¿Qué le preocupa? Miradlos uno a uno (2 minutos).

Ahora despedíos de esa familia y recordad bien lo que habéis visto (10 segundos).

Abrid los ojos y tomad papel y bolígrafo.

Ante todo, escribir como título:

*Una velada en familia*

Ahora contad todo lo que os parece importante. ¿Quiénes forman esa familia? ¿Cómo se sienten? ¿De qué hablan durante la cena? ¿Cómo transcurre la velada? ¿Qué piensan antes de dormirse? Tenéis 15 minutos para escribir todo esto.

Dividíos ahora en grupos de cuatro.

Decíos, ante todo, por qué os habéis escogido como compañeros de grupo (2 minutos).

Ahora leed lo que habéis escrito y hablad de eso juntos. ¿Qué cosas de la película que habéis visto en la televisión son exactamente igual que en vuestra familia? ¿Qué es distinto? (15 minutos).



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

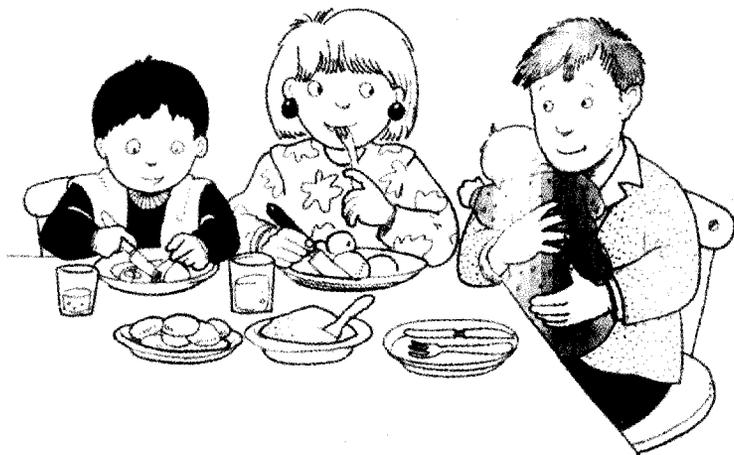
- ¿Qué me ha gustado en este experimento?
- ¿Qué se me ha hecho más difícil?
- ¿He logrado, con la fantasía, ver claramente el film?
- De lo que he visto ¿qué es distinto en mi familia?
- ¿Qué era lo más importante para la familia presentada en el film?
- ¿Cuántas personas componen mi familia? ¿Están todas? ¿Quién falta?
- ¿De qué se habla más frecuentemente en mi familia?
- ¿Hay algo que nos preocupa?
- ¿Compartimos proyectos importantes?
- Los miembros de mi familia ¿hablan de sus experiencias y de sus estados de ánimo?
- ¿Se nota interés por la vida de cada familiar?
- ¿En qué se nota?

- ¿Qué hacemos después de cenar?
- ¿En qué pienso antes de dormirme?
- ¿En que piensan mis familiares? ¿Puedo imaginármelo?
- ¿He hablado de esto con alguno de ellos?
- ¿De quién, sobre todo, me cuesta imaginarlo?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Este juego ofrece una entrada relativamente fácil a la temática familiar. Después del trabajo de grupo concentrad la discusión sobre todo en las familias reales de los niños. El juego puede ser revelador: evitad afrontar en profundidad los posibles graves problemas que pueden venir a flote.



## OBJETIVOS

Con este ejercicio de imaginación guiada, los chicos aprenden a desmitificar un poco la figura paterna y a conocer al niño que su padre había sido y que todavía pervive en él. Es un paso importante para superar sentimientos de rivalidad y para redescubrir la necesidad de afecto que todo hijo siente con relación a su padre.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. El número de participantes no debe pasar de 16.



## DURACIÓN

Unos 35 minutos.



## MATERIALES

Papel y bolígrafo.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Os propongo un juego que se llama «Así era mi papá de pequeño».

Poneos de pie y cerrad los ojos. Ahora levantad los brazos manteniendo los ojos cerrados.

Levantaos sobre la punta de los pies como queriendo tocar el techo con la punta de los dedos. Procurad llegar un poco más arriba... más arriba (10 segundos).

Ahora abrid los ojos y sentaos o tumbaos cómodos.

Ahora volvéis a cerrar los ojos y mantenedlos cerrados hasta que yo os diga.

Buscad una posición más cómoda.

Inspirad profundamente: imaginad que el aire se os mete hasta las piernas y los brazos.

Ahora expirad bien, de modo que echéis fuera todo el aire.

Imaginad ahora que os habéis quedado solos en casa. Es un día lluvioso. No tenéis ganas de entreteneros con los juguetes de siempre y os ponéis a curiosear por toda la casa, buscando los viejos recuerdos de vuestros padres. En un armario encontráis una caja en que está escrito «filmaciones antiguas». Llenos de curiosidad por ver aquellos cortos, sacáis el proyector y colocáis en él la primera cinta. Oscurecéis la habitación. Tenéis suerte: sobre la pared aparecen las primeras imágenes.

Mirad a vuestro padre cuando era niño, más o menos de vuestra edad. Las imagen está un poco desenfocada y la cinta en no muy buen estado. ¿Qué aspecto tiene vuestro padre en la cinta? ¿Quién está con él? ¿Qué hace? ¿Está contento? ¿Triste?

Dejad que los niños piensen *un minuto*.

¿Cómo es su vida de familia? ¿Se ven también su padre y su madre? ¿Cómo se comportan con él? (1 minuto).

La película ve va acabando. Saludad a vuestro padre, apagad el proyector y devolved cada cosa a su sitio. Recordad dónde habéis puesto todo, así podréis volver a ver esa película cuantas veces queráis.

Ahora abrid los ojos y escribid una pequeña historia que tenga por título:

*Imágenes de la infancia de papá*

Si alguno de vosotros no ha logrado ver el film, no importa. Reflexionad igualmente sobre el título y describid un par de situaciones en las que imagináis a vuestro padre siendo niño. Tenéis 15 minutos.

Elegid ahora un compañero con quien hablar de este experimento.

Leed lo que habéis escrito. Hablad de la relación que mantenéis con vuestro padre, de lo que hacéis con él, de lo que habláis. ¿Alguna vez habéis hablado con él de su infancia? ¿Alguien os ha hablado de la infancia de vuestro padre? ¿Os ha parecido interesante? Tenéis 10 minutos de tiempo.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Cómo me siento ahora?
- ¿Ha sido importante para mí este juego?
- ¿He podido ver el film claramente?
- ¿He aprendido algo nuevo con relación a mi padre?
- ¿Qué he encontrado bonito en su infancia?
- ¿Ha tenido que afrontar situaciones difíciles?
- ¿Qué relación tenía con sus padres?
- ¿Qué diría mi padre si le hablara de este juego?
- ¿Qué siento en estos momentos por mi padre?
- ¿Le enseñaré la historia que he escrito?

- ¿Qué es lo que más me gustaría que me hiciera mi padre?
- Mi padre ¿se da cuenta de que le quiero?
- ¿Cómo se lo demuestro?



### LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Este ejercicio de imaginación guiada favorece una mayor comprensión y empatía con relación al propio padre.

En aquellos niños que tienen una difícil relación con su figura, el juego puede suscitar interés, enfado e incluso un resuelto rechazo.

Una más profunda comprensión del padre permite al niño reconocer y expresar la necesidad de ternura que siente con relación a él. La mayor parte de los niños, en efecto, siente al padre más extraño y lejano que la madre.

# 29

## CARTA A PAPÁ Y MAMÁ

K. VOPEL



### OBJETIVOS

El juego enseña a comunicarse con los padres de modo más sincero y profundo. Los niños toman conciencia de todas las cosas importantes que a veces callan a los padres.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. Los participantes no han de ser más de 16.



### DURACIÓN

Una media hora.



### MATERIALES

Papel y bolígrafo.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

El juego que os presento os hará pensar en vuestros padres.

Imaginad que han emprendido un largo viaje del que no pueden volver porque han quedado bloqueados en un país extranjero. No volverán antes de un año.

Vosotros les podéis escribir sólo un vez y sólo a uno de los dos. ¿A quién de los dos escribiríais? ¿Qué diríais?

Tenéis un cuarto de hora para escribir esa carta.

Ahora elegid un compañero. Leeros vuestras cartas. Tratad de descubrir qué os ha inclinado a escribir precisamente al padre o la madre. ¿En vuestra carta habláis de las pequeñas cosas de cada día o de cosas realmente importantes? ¿Hablaís también de vuestros sentimientos? Intercambiad alguna idea con vuestro compañero. Tenéis *diez minutos*.

Terminad vuestra conversación y haceros a vosotros mismos esta pregunta: ¿Qué he callado a mis padres?

¿Hay algo importante que no les he querido decir?

La respuesta quede en secreto (*1 minuto*).



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué he encontrado importante en este juego?
- ¿He escrito cosas importantes en la carta?
- ¿Qué sentía?
- En realidad ¿hablo alguna vez de cosas importantes con mis padres?
- ¿Hablo libremente con ellos?
- ¿Qué es lo que hace difícil la conversación con mis padres?
- ¿Qué cosa la facilita?

- ¿Qué ventaja se sigue si, a pesar de la dificultad, intento hablar con mis padres?
- ¿Cómo hago difícil el diálogo con ellos?
- ¿Cómo reaccionarían mis padres si hablara con ellos más libremente?
- ¿Pienso hacer ver esta carta a mis padres?
- ¿Qué consecuencias podría tener?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Imaginar la ausencia de los padres estimula a los chicos a concentrarse en aspectos importantes de la relación que mantienen con ellos. Si el grupo es pequeño (una decena) vale la pena variar el proceso y hacer que cada niño lea su carta a todo el grupo.

Discutid con los niños si quieren enseñar la carta a sus padres y cuáles pueden ser las consecuencias. Desgraciadamente aún hay padres que soportan mal una conversación sincera con sus hijos y reaccionan no sólo con irritación, sino incluso con violencia. En este caso se crea en el niño un grave conflicto entre las normas del grupo y las de la familia.

K. VOPEL



## OBJETIVOS

Los chicos tienen ocasión de afrontar una cuestión importante: ¿Qué piensan de mí mis padres?.

Después de responder a esta pregunta con la fantasía, podrán animarse a proponérsela a sus mismos padres.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. Cualquier número de participantes.



## DURACIÓN

Unos 15 minutos.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Hoy os presento un juego que se llama: «Conversación entre los padres».

Poneos de pie y cerrad los ojos. Ahora levantad los brazos manteniendo cerrados los ojos.

Levantaos sobre las puntas de los pies como si quisierais llegar al techo con la punta de los dedos. Mirad de llegar más arriba... un poco más (*10 segundos*).

Ahora abrid los ojos y sentaos o tumbaos cómodamente.

Ahora volved a cerrar los ojos y mantenedlos así hasta que os avise.

Buscad una posición más cómoda.

Inspirad profundamente: imaginaos que el aire se os mete hasta en las piernas y los brazos.

Ahora expirad bien, de modo que echéis fuera bien todo el aire.

Imaginaos que es un atardecer de invierno. Fuera está nevando. Dentro de casa tenéis muy buena calefacción. Vosotros os habéis ido pronto a la cama.

Por algún motivo os despertáis de pronto y os levantáis. Os dais cuenta de que en la sala de estar está encendida la luz. Os acercáis poco a poco a la puerta entreabierta. Veis a vuestros padres que hablan entre ellos. Tenéis gran curiosidad.

Os dais cuenta de que precisamente están hablando de vosotros. ¿Qué dicen? Quedaos a escuchar sin hacer ningún ruido (*2 minutos*).

Os encontráis ahora en un disyuntiva: salir de vuestro escondite y decir a vuestros padres lo que habéis oído o volveros a la cama. Haced como más os guste (*2 minutos*).

Grabad en vuestra mente la experiencia que habéis vivido y dentro de pocos instantes, volvéis entre nosotros, al grupo (*1 minuto*).

Abrid los ojos y mirad alrededor.

Ahora formad parejas. ¿Con quién queréis ir? Buscad un compañero con quien os guste hablar de estos temas.

Tenéis *10 minutos*.

Al principio de la evaluación, invitad a los chicos a responder a esta pregunta: ¿Habéis ido a hablar con vuestros padres o habéis vuelto a la cama?



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Estoy contento con mi elección?
- ¿Cómo he sido recibido por mis padres?
- ¿Se han alegrado? ¿Me han reñido?
- ¿En qué momento del juego me he sentido particularmente feliz?
- ¿Cuándo, en cambio, me he sentido deprimido o triste?
- ¿Qué me ha sorprendido?
- ¿De qué hablaban mis padres?
- ¿Estaban de acuerdo? ¿Han discutido?
- ¿Sobre qué han manifestado opiniones contrapuestas?
- ¿Mis padres están contentos de mí?
- ¿Están contentos de que yo sea hijo suyo?
- ¿Les causo preocupaciones? ¿Por qué?
- En general ¿hablo libremente con mis padres?
- ¿Qué es lo que más deseo de mi padre?
- ¿Y de mi madre?
- ¿Qué desea mi madre de mí?
- ¿Y mi padre?
- ¿Me gustaría contarles lo que he imaginado hoy?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Si sabéis que algunos niños no viven con el padre y la madre, decid bien claro al principio que la conversación podrían tenerla el padre con quien vive y un amigo de la familia o el abuelo. Ayudad a los niños a descubrir si, y hasta qué punto, es fluida la comunicación dentro de la familia y, si os parece oportuno, discutid con ellos cómo mejorarla.



K. VOPEL

**OBJETIVOS**

Lanzándose a imaginar esta historia fantástica, los chicos descubren la relación que liga al hijo con el padre o a la hija con la madre y aprenden a analizarla, primero de modo indirecto y después, en la evaluación, de modo más claro y preciso.

**PARTICIPANTES**

Edad mínima: 10 años. No más de 16 participantes.

**DURACIÓN**

Se necesita una hora.

**MATERIALES**

Papel y bolígrafo.

**DIRECCIÓN DEL JUEGO**

Os presentaré un juego que se llama «Padre e hijo» y que se podría llamar igual «Madre e hija»: enseguida entenderéis por qué.

Cada uno de vosotros escribirá una breve narración, de 10 frases al máximo, que se titulará «Padre e hijo» si el autor es un niño, y «Madre e hija» si es una niña quien la escribe.

Tenéis *20 minutos* para escribir un primer episodio, tal como os lo imagináis. Completad la hoja con vuestro nombre y la fecha, después me lo entregáis.

Ahora sacaré al azar dos narraciones y os diré quiénes son sus autores, pero sin precisar quién es el autor de una u otra: esto tenéis que descubrirlo vosotros. Los dos autores tienen que estar muy atentos a lo que dicen sus compañeros; pero no están autorizados a hablar.

¿Entendido de qué se trata?

Leeré ahora los dos primeros relatos, que han escrito... y...

¿Qué os han parecido? ¿Os han gustado? ¿Habéis entendido de qué hablan? Pensad un poco en el niño que ha escrito esa narración: ¿Qué relación tendrá con su padre/madre? ¿Es un muchacho feliz? ¿Qué experiencias ha tenido con sus padres? Sólo después de haber respondido a estas preguntas, podéis pensar en adivinar el autor del escrito (unos *5 minutos* de discusión).

Haced lo mismo con todas las narraciones.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué me ha parecido importante en este juego?
- ¿He aprendido algo nuevo acerca de mí mismo?
- ¿Qué niño ha escrito una historia parecida a la mía?
- ¿Qué tipo de historia he escrito?
- ¿Qué sintonía existe entre padre e hijo? ¿Tienen dificultades?
- ¿Se hablan con libertad?
- ¿Para el hijo, el padre es un modelo a imitar?
- ¿El padre tiene bastante tiempo para su hijo?
- ¿El hijo tiene bastante libertad?
- ¿La historia que he escrito se parece a mi vida? ¿En qué?
- Mis compañeros ¿han adivinado enseguida que yo era el autor de mi escrito?
- ¿Cómo me siento ahora?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Este juego es largo y por eso hay que hacerlo con un grupo reducido.

Si trabajáis con un grupo mayor, podéis limitaros a comentar sólo algunas redacciones y leer simplemente las demás. Haced de modo que los niños no se limiten a adivinar quiénes son los autores, sino que comenten bien cada historia.

# 32

## LLUVIA DE MILLONES

K. VOPEL



### OBJETIVOS

Con este juego los chicos pueden darse cuenta de la importancia que su familia da al dinero y qué actitud tienen ellos mismos ante el dinero.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. Cualquier número de participantes.



### DURACIÓN

Media hora.



### MATERIALES

Papel y bolígrafo.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Hoy quiero jugar con vosotros a «la lluvia de oro». En este juego, sin esperarlo, se os viene encima una gran fortuna, una extraordinaria lluvia de millones.

Imaginad que a cada miembro de vuestra familia le toque un premio de un millón por cada año que tiene. Por tanto si la mamá tiene 40 años, le han tocado 40 millones, si vosotros tenéis 10 años os tocan 10 millones y así a todos. Tomad papel y bolígrafo y ya estáis escribiendo lo que hará, según vuestro parecer, cada miembro de vuestra familia con el dinero que le ha tocado. Tenéis 15 minutos. Ahora formad grupos de cuatro y comentad vuestros escritos.

- ¿Quién lo administra?
- ¿Se habla muchas veces de dinero?
- Yo ¿tengo dinero? ¿cuánto?
- ¿Es muy importante el dinero para mí?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Es un juego muy útil para acercarse al tema del dinero. Podría ser un buen arranque para tratar estos problemas también en la familia, siempre que los padres estén dispuestos. Invitad después a los niños a hablar en el grupo.

*Variante:* «Encuentro en el tren a un hombre rico a quien cuento mi vida. Cuando nos separamos me regala una cartera. ¿Cuánto dinero contiene? ¿Qué hago con él?»



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Me ha gustado el juego?
- ¿Cómo me he sentido?
- ¿Qué momento me ha gustado más?
- ¿Me he sentido triste en algún momento?
- ¿Cómo he usado el dinero que me ha tocado?
- ¿Cómo lo han usado los de mi familia?
- ¿Cada uno ha gastado el dinero para sí mismo o ha pensado en otros?
- ¿Qué decidiría mi familia?
- ¿Cómo y para qué gastaría el dinero?
- ¿Tiene mi familia suficiente dinero?
- ¿Tenemos problemas económicos?
- ¿Cuánto dinero necesitaría mi familia para no tener más problemas?
- ¿Quién trae el dinero a casa?

M. SHEPHARD

**OBJETIVOS**

Se trata de un juego importante que enseña a pensar en las dificultades en que pueden encontrarse los padres.

Los chicos tienen ocasión de verse desde otro punto de vista, no desde el suyo propio.

**PARTICIPANTES**

Edad mínima: 10 años. Es preciso que los chicos hayan experimentado algunos juegos interactivos acerca del tema de la percepción y de las emociones. Cualquier número de participantes.

**DURACIÓN**

Unos 35 minutos.

**MATERIALES**

Papel y bolígrafo.

**DIRECCIÓN DEL JUEGO**

Hoy os propongo un juego que se titula «Luces y sombras».

Imaginad qué escribirían vuestros padres si les propusiera este tema: «Dificultades y alegrías que encuentro en la educación de mi hijo».

Los niños imaginarán que es el padre que escribe sobre este tema; las niñas que es la madre. Tratad de veros, por una vez, con los ojos de vuestros padres.

¿Entendido lo que quiero?

Comenzad. Tenéis *15 minutos*.

Ahora formad grupos de cuatro y leed lo que habéis escrito. Decid si, a vuestro parecer, los compañeros han interpretado de modo convincente a sus padres. Tenéis *20 minutos*.

En la evaluación, haced de modo que cada niño pueda comunicar brevemente cuáles son las satisfacciones y los problemas más graves que su padre/madre tiene por su causa.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué me ha parecido interesante en este juego?
- ¿Habíais pensado alguna vez en eso?
- ¿He podido imaginar fácilmente qué habría escrito mi papá/mamá?
- ¿Me he empeñado en el trabajo?
- ¿Cuál es la preocupación más grave que mi padre/madre ha tenido por mí?
- ¿Cuál la mayor satisfacción que les he dado?
- ¿Enseñaré este tema a mis padres?
- De aquí en adelante ¿quiero portarme de otra forma? ¿en qué?
- Cuando yo tenga un hijo o una hija ¿qué querré hacer distinto de lo que han hecho mis padres conmigo?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Este juego sólo resultará si los niños ya han desarrollado cierto interés por el mundo interior de los otros. En este caso puede aportar importantes estímulos y solicitar a los niños a dar una aportación más constructiva a la solución de los problemas familiares.

34

## ¡QUÉ FUERZA TIENES, PAPÁ!

K. VOPEL



## OBJETIVOS

Este juego ayuda al niño a reconocer las cualidades de su padre y a darse cuenta de lo que éste le aprecia. De este juego cabría tomar pie para un interesante cambio de ideas con los mismos padres.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 8 años. Cualquier número de participantes.



## DURACIÓN

Media hora.



## MATERIALES

Papel y bolígrafo.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Os presento un juego en que entran vuestros padres. Pensad bien lo que vuestra madre (las niñas) o vuestro padre (los niños) aprecian más en vosotros y vosotros en ella o en él.

Escribid una carta dirigida a vuestra madre/vuestro padre en la que les diréis todo lo bueno que encontráis en ellos, sean cosas grandes o pequeñas. Comenzaréis la carta con un «Querida mamá» o «Querido papá» —o como habitualmente os dirigís a vuestros padres— y no os olvidéis de firmarla. Tenéis *10 minutos* de tiempo.

Imaginad ahora que vuestro padre/madre os contesta. Os agradecen vuestra carta y también ellos os dicen todo lo que aprecian en vosotros. ¿Entendido cómo funciona el juego?

Escribid ahora esa segunda carta, la carta de respuesta. Disponéis de otros *10 minutos*.

Ahora elegid un compañero a quien leer vuestras cartas para comentarlas juntos. Tenéis otros *10 minutos*.

Durante la evaluación invitad a los niños a responder a esta pregunta: ¿Qué es lo que mi padre/madre aprecia más en mí y qué es lo que yo más aprecio en ellos?

- ¿He aprendido algo importante acerca de mí mismo?
- ¿He aprendido algo importante acerca de un compañero?
- En las cartas ¿he escrito alguna cosa de la que en casa no se habla nunca?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Este juego ayuda a que los niños desarrollen un concepto positivo de sí mismos. A este fin es necesario que reconozcan los rasgos positivos del padre/madre.

Si hay tiempo, una experiencia estimulante es hacer leer a cada niño sus dos cartas ante todo el grupo. Comprobad juntos qué se valora más generalmente, si las cosas materiales o los comportamientos, las cualidades de carácter.

*Variante:* Este experimento resulta aún más significativo si los niños invitan a sus padres a que les escriban una verdadera carta de respuesta. Pedid a los niños que lean tales cartas al grupo y comentadlas.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué me ha gustado de este juego?
- ¿Qué he encontrado difícil?
- ¿Cómo me siento ahora?
- ¿Me ha costado más escribir la primera carta o la contestación?
- ¿Qué es lo que más aprecio en mi padre/mi madre?
- ¿Qué es lo que más aprecia en mí mi padre/mi madre?

# 5 SORPRESA

K. VOPEL



## OBJETIVOS

Este juego estimula a los niños a ver a sus padres no sólo como personas de las que recibir, sino también como personas a quienes dar conscientemente.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 8 años. Cualquier número de participantes.



## DURACIÓN

Unos 45 minutos.



## MATERIALES

Láminas de dibujo y colores.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Vamos a probar un juego que se llama «Sorpresa».

Imaginad por un momento que sois unos magos y que queréis dar una sorpresa a vuestros padres. Pensad bien a cuál de los dos, en este momento, querríais dar la sorpresa (*1 minuto*).

Ahora pensad qué cosa le haría más ilusión. Podría ser un coche nuevo, compañeros de trabajo más agradables, otro hijo, un trabajo más interesante, un hermoso viaje: podéis elegir cualquier cosa que se os ocurra. Para materializar mágicamente lo que pensáis, debéis dibujarla. Disponéis de *20 minutos* para eso.

Ahora dejad el dibujo en vuestro sitio e id a echar una ojeada a los dibujos de vuestros compañeros (*10 minutos*).

Pedid a cada niño que enseñe su dibujo al grupo explicándolo brevemente.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué me ha divertido en este juego?
- ¿Me ha sido fácil encontrar un regalo adaptado?
- ¿Cómo me siento en este momento?
- ¿A cuál de mis padres he querido dar la sorpresa?
- ¿Por qué he elegido precisamente a él/ella?
- ¿Enseñaré mi dibujo a mis padres?
- ¿Qué dirán?
- ¿Qué especie de regalos ha hecho el grupo?
- ¿Conozco los deseos de mis padres?
- ¿Cómo llego a conocerlos?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE...

Es bueno que propongáis a los niños que hablen con sus padres de este juego; en otra reunión les invitaréis a que refieran cómo se ha desarrollado la conversación.



# 36

## LA FAMILIA ENCANTADA

P. RATRAY



### OBJETIVOS

Con la ayuda de este juego los niños pueden darse cuenta de cómo desearían fuera su familia y de las expectativas y deseos tienen con relación a su padres.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. Es necesario que en el grupo haya un buen clima de confianza.



### DURACIÓN

Se necesita como una hora.



### MATERIALES

Papel y bolígrafo.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

El juego de hoy se titula «La familia encantada».

Debéis escribir un cuento acerca de vuestra familia. En el cuento podéis lanzar un encantamiento sobre todos los miembros de vuestra familia, por ejemplo, si vuestro padre actualmente anda muy ocupado y no tiene tiempo para vosotros, en la historia podría convertirse en un padre que está siempre a vuestra disposición. Podéis transformar a vuestro hermano mayor en un hermano más pequeño que vosotros, etc. Describid también lo que hace vuestra familia encantada, cómo vive, cómo se comporta, escribid todo lo que se os ocurra.

¿He explicado bien lo que os pido? Tenéis *15 minutos* de tiempo.

Ahora querría que leyeráis vuestro cuento al compañero que se sienta junto a vosotros. Escuchad también el suyo y hablad de ellos durante *6 minutos*.

En la evaluación, pedid a algunos niños que vuelvan a leer su cuento.

- ¿Qué dirían mis padres si les leyera este cuento?
- ¿Se lo leeré?
- Si pudiera cumplir un solo deseo ¿qué querría cambiar en mi familia?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE...

El juego da ocasión a que afloren a la conciencia deseos inconscientes con relación a la vida familiar y de poder contrastarlos con los de los compañeros.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Cómo me he sentido cuando escribía mi cuento?
- ¿Cómo me siento ahora?
- ¿Qué me ha divertido más?
- ¿Me he puesto algún momento triste o enfadado?
- ¿Qué me he inventado en el cuento distinto de la realidad?
- ¿A qué persona he encantado?
- ¿Me he encantado también a mí mismo?
- ¿Qué ha hecho mi familia?
- ¿Qué niños han escrito un cuento parecido?

# 37 ESCOGIENDO FAMILIA

D. MALAMUD



## OBJETIVOS

Con este juego los niños se dan cuenta de las cualidades que, a su parecer, debería tener un padre y en qué medida tales cualidades se dan en los compañeros.

El juego da ocasión a un feed-back dentro del grupo.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 8 años. Cualquier número de participantes.



## DURACIÓN

Se requieren de 30 a 45 minutos.



## MATERIALES

Cada niño necesita dos tarjetitas y lápiz.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Os presento un juego llamado «Escogiendo familia».

Imaginaos que vuestros compañeros son ya todos adultos. Miradlos bien y después preguntaos:

*Si tuviera que elegirme en este grupo un papá y una mamá ¿a quién escogería?*

Dad un minuto a los niños para que puedan reflexionar en silencio.

Ahora tomad dos tarjetitas. En una escribid el nombre de la niña que querríais tener como madre; escribid, por ejemplo. «Susana, te elijo para mamá». En la otra poned el nombre del niño que elegiríais como padre; escribid, por ejemplo: «Andrés, te elijo como papá». Escribid vuestro nombre en ambas tarjetas, precisamente en la esquina derecha de abajo.

¿Me he explicado bien? Pues, escribid lo que os he dicho (2 minutos).

¿Habéis acabado? Ahora cada uno entrega sus tarjetas a los niños que ha elegido. Las que hayáis recibido ponedlas en el suelo delante de vosotros.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué cualidades tienen los niños que me he elegido como padres?
- ¿A mí me han elegido? ¿muchos?
- ¿Me lo esperaba?
- ¿Me ha sorprendido que alguno me eligiera?
- ¿Quién me gustaría que me hubiera elegido?
- ¿Quién ha sido elegido más veces?

- ¿A quién no le ha elegido nadie?
- ¿Qué sentirán esos niños?
- ¿Qué clase de mamá/de papá me gustaría ser?
- ¿Cómo me siento ahora?



### LA EXPERIENCIA NOS DICE...

Es bueno que, al comenzar la evaluación, invitéis a los niños a explicar los motivos de su elección. Haced de modo que, aun los que no han sido elegidos ninguna vez, puedan recibir feedback que les explique el bajo índice de aceptación.

# 38

## ESCENAS DE FAMILIA

K. VOPEL



### OBJETIVOS

Los niños pueden darse cuenta de cómo viven determinadas situaciones problemáticas dentro de la familia.

Con la ayuda de sencillos juegos de simulación, aprenden a destacar y analizar su propio comportamiento ante determinados problemas.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 9 años. Cualquier número de participantes.



### DURACIÓN

De 30 a 60 minutos: depende del número de escenas que se quieran representar.



### MATERIALES

Escribid las situaciones problemáticas que se enumeran en tiras de papel de diversos colores. Cada tira estará dividida en tantos

trozos cuantas sean las personas que intervienen. La de la situación primera, por ejemplo, deberá estar dividida en tres trozos, etcétera. Podéis proponer las situaciones problemáticas que sean necesarias para que todos los niños puedan participar en el juego.

### Situaciones problemáticas

1. Un niño de 12 años vuelve a casa con tres horas de retraso. Encuentra que su papá y su mamá están esperándole.
2. Papá en un accidente, del que es responsable único, ha dejado completamente inservible su coche recién estrenado. La mamá y sus dos hijos, a los que ha dado la noticia por teléfono, esperan su vuelta.
3. La mamá queda ingresada en una clínica. El papá y sus dos hijos vuelven a casa y se despiden de ella.
4. Primer día de vacaciones. Cada uno quiere hacer una cosa: la mamá quiere tomar el sol, el papá quiere ir a pescar, el hijo quiere ver la tele y la hija quiere hacer deporte.
5. La familia, compuesta de papá, mamá y tres hijos, está organizando una fiesta a la que hay que invitar a parientes y amigos.
6. El papá ha quedado en el paro porque su empresa ha quebrado. Da la mala noticia a su mujer y a los dos niños pequeños.
7. El papá y la mamá discuten acerca de la escuela en qué matricular a su hijo.
8. Un muchacho ha perdido en el supermercado diez mil pesetas. Cuenta el caso a su mamá.



### DIRECCIÓN DEL JUEGO

Quiero que hoy escenifiquéis distintos episodios de vida familiar. Ya he preparado lo necesario. Tomad cada uno un papel de estos. Juntaos con otros niños que hayan escogido papel del mis-

mo color. Juntando los trozos, podréis saber qué escena os ha tocado representar.

Todos los grupos se han formado ya. Distribuíos por la sala y poneos de acuerdo sobre cómo vais a representar la escena. ¿Qué dirán los personajes? ¿Qué harán?

Me interesa saber qué grupo representará primero su escena.

Dad a dos o tres grupos la posibilidad de hacer su representación y pasad a la evaluación.



### HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué me ha interesado más en este juego?
- ¿Me he aburrido? ¿cuándo?
- ¿Estoy contento de mis compañeros de grupo?
- ¿Nos ha sido fácil preparar la escena?
- ¿Me han gustado las representaciones de los otros grupos?
- En mi familia ¿se dan problemas semejantes a los que se han representado? ¿cuáles?
- ¿Qué problema se vive más frecuentemente en mi familia? ¿cómo me comporto yo?
- ¿Cómo me siento ahora?



### LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

El juego ofrece a los niños una buena ocasión de enfrentarse, de modo lúdico e indirecto, con problemas que se dan en la vida familiar.

G. CASTILLO

**OBJETIVOS**

Con la ayuda de este juego los niños toman conciencia de la necesidad que tienen de amistad y de su modo de vivirla. La amistad es un tema central para los niños de esta edad que comienzan a distanciarse de los adultos de referencia, para buscar en el grupo de iguales apoyo y seguridad.

**PARTICIPANTES**

Edad mínima: 8 años, con tal que los niños hayan participado ya en otros juegos interactivos.

**DURACIÓN**

Como una media hora.

**DIRECCIÓN DEL JUEGO**

Poneos de pie y cerrad los ojos. Levantad los brazos manteniendo los ojos cerrados.

Levantaos sobre las puntas de los pies como si quisierais tocar el techo con la punta de los dedos. Tratad de llegar más arriba... un poco más (*10 segundos*).

Ahora abrid los ojos y sentaos o tumbaos cómodamente.

Cerrad de nuevo los ojos y matenedlos cerrados hasta que os avise.

Buscad una posición más cómoda.

Inspirad profundamente: imaginad que el aire se os mete hasta en las piernas y los brazos.

Ahora expirad bien, de modo que echéis fuera todo el aire.

Ahora pensad en un amigo vuestro. Si no tenéis ninguno, inventádslo. Observadlo atentamente. ¿Qué aspecto tiene? ¿Es muy alto? ¿De qué color tiene el pelo? ¿Cómo son sus ojos? Miradlo bien (*15 segundos*).

Ahora imaginaos que jugáis con él. ¿Dónde estáis? ¿Qué hacéis? (*15 segundos*).

Imaginaos que vuestro amigo está en este grupo. ¿Qué os gustaría hacer junto con él? Hacedlo en vuestra fantasía (*15 segundos*).

Ahora tomad a vuestro amigo de la mano y acompañadle a casa. Despedíos (*15 segundos*).

Volved aquí y abrid los ojos. Mirad en torno.

¿Tenéis amigos también en este grupo? ¿Qué niños son amigos vuestros?



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué amigo he encontrado en la fantasía?
- ¿Qué significa ser amigo mío?
- ¿Me encuentro bien entre mis amigos?
- ¿Qué hago preferentemente con ellos?
- ¿Tengo a veces alguna dificultad con mis amigos?
- ¿Qué valoran más en mí?
- Una persona mayor ¿puede ser amigo mío?
- ¿Conozco personas mayores que querría fueran amigos míos?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Este juego permite analizar aspectos importantes de la amistad entre niños.



# 40

## MI AMIGO (2)

K. VOPEL



### OBJETIVOS

Con este juego los niños pueden descubrir qué esperan de un verdadero amigo.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. Es necesario que el grupo haya logrado un buen nivel de comunicación.



### DURACIÓN

Una media hora.



### DIRECCIÓN DEL JUEGO

Hoy vais a tener la oportunidad de hablar de lo que esperáis de vuestros amigos.

Buscad un compañero con el que queráis discutir este tema.

Sentaos uno frente al otro mirándoos a los ojos.

Ved quién es el mayor y quién el más pequeño de los dos. Éste hará tres veces al mayor esta pregunta:

*¿Cómo te parece que tiene que ser un buen amigo?*

No comentéis las respuestas.

¿Entendido cómo comienza el juego? Pues comenzad (2 minutos).

Ahora cambiáros los papeles. Ahora será el mayor el que preguntará tres veces lo mismo. Tenéis otros dos minutos.

Ahora comentad durante cinco minutos las respuestas que os habéis dado. ¿Cuáles os parecen especialmente importantes? ¿Habéis descubierto algo nuevo acerca de vuestro compañero? ¿Hay algo que no hayáis entendido bien? Hablad de esto (5 minutos).



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿He aprendido algo nuevo acerca de mí mismo?
- ¿Y acerca de mi compañero?
- ¿Cuál es la cualidad más importante que ha de tener un amigo?
- ¿La tengo yo?
- En este momento ¿cuántos amigos tengo?
- ¿Qué podría hacer para conquistar nuevos amigos?
- ¿Yo soy un buen amigo? ¿para quién?
- ¿Cuántos amigos tiene mi padre, mi madre?
- ¿Cómo me siento ahora?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Este juego exige buena capacidad de concentración. Si advertís algún cansancio, podéis introducir esta variante: «Inventa un cuento en ocho frases con el tema: dos amigos».

# 41 MI AMIGO (3)

K. VOPEL



## OBJETIVOS

Los chicos imaginan que realizan una entrevista a sus mejores amigos. Así aprenden a identificarse con otra persona y, al menos una vez, observar el mundo desde su punto de vista.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. Es necesario que el grupo tenga ya cierta experiencia de juegos interactivos.



## DURACIÓN

Unos 45 minutos.



## MATERIALES

Papel y bolígrafo.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Os doy la ocasión de entrevistar a vuestro mejor amigo. Imaginaos que debéis hacerle una entrevista para un periódico de gran tirada. Esta entrevista va a ser un poco rara: el entrevistador (cada uno de vosotros) no sólo debe formular las preguntas, ha de contestarlas también.

Podéis preguntarle todo lo que queráis. Podéis preguntar, por ejemplo: «¿Qué música prefieres? - ¿Cuándo te sientes especialmente feliz? - ¿Qué piensas hacer en vacaciones? - ¿Dónde veranea tu familia? - ¿Qué es lo que más te fastidia? etc. Para cada pregunta debéis buscar la respuesta que os daría vuestro amigo. Hacedlo con orden. Escribid la primera pregunta y después la respuesta, sólo después pasad a la otra pregunta. ¿Entendido?

El tipo y el número de las preguntas es cosa vuestra. Procurad, eso sí, para responder identificaos con vuestro amigo. Tenéis 20 minutos para hacer esa entrevista.

Invitad a leer alguna de ellas.

- ¿Se la daré a leer?
- ¿Cuáles de esas preguntas me gustaría que me las hicieran a mí?
- ¿Trato alguna vez de identificarme con otra persona?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

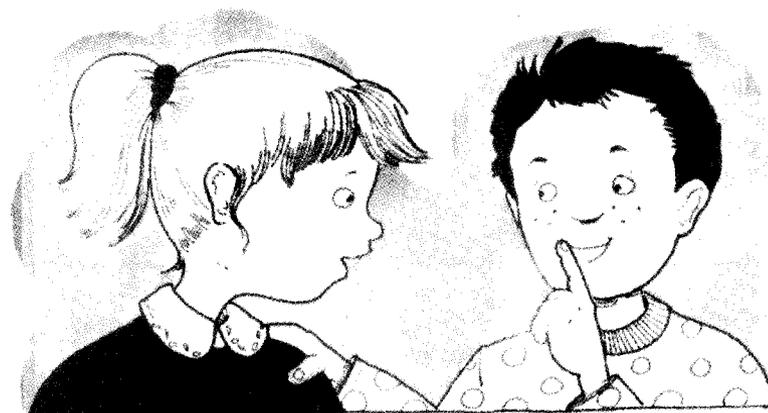
Es un juego excelente y que resulta aún más eficaz en la siguiente variante.

*Variante:* Cada entrevistador responde a todas las preguntas, pero, esta vez, según su propio punto de vista.. Después compara sus respuestas con las que ha inventado de su amigo para ver en qué coinciden y en qué se diferencian.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Qué me ha divertido en este juego?
- ¿Qué me ha sido más difícil?
- ¿Qué amigo he escogido?
- ¿Cuál ha sido la pregunta más importante que he hecho a mi amigo?
- ¿A qué preguntas me ha costado más responder?
- ¿Conozco bien a mi amigo?
- ¿He aprendido algo nuevo acerca de él?
- ¿Qué diría mi amigo si leyese esta entrevista?



K. VOPEL



### OBJETIVOS

Los chicos pueden comprobar cómo ven la personalidad de un amigo suyo y descubrir hasta qué punto la imagen que de él se forman coincide con la que el amigo tiene de sí mismo.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años.



### DURACIÓN

Unos 45 minutos.



### MATERIALES

Dos hojas de papel y un bolígrafo para cada chico.



### DIRECCIÓN DEL JUEGO

Hoy querría que os ocuparais de un amigo que tenéis aquí en el grupo.

Escoged a un niño que os gusta, del que sois amigos. Sentaos juntos y hablad durante *cinco minutos* de lo que queráis.

Ahora separaos y volved a vuestro sitio.

Imaginaos que vuestro amigo quiera poner un anuncio para buscar un chico o una chica con quien establecer una amistad epistolar. Vosotros estáis encargados de preparar ese anuncio que debe animar a quien lo lea a responder enseguida.

El anuncio no ha de tener más de 10 frases y para redactarlo sólo tenéis *10 minutos*.

¿Queda claro? Pues, comenzad.

Ahora os pido que redactéis otro anuncio del mismo tipo para vosotros. ¿Cómo os describiréis? Tenéis *10 minutos* de tiempo. También este anuncio deberá tener 10 frases.

Sentaos de nuevo junto a vuestro amigo e intercabiáros los anuncios en los que cada uno ha descrito al otro. Comparad ahora los anuncios en que cada uno se describía a sí mismo. Subrayad los elementos semejantes. Subrayad con un línea ondulada los elementos que se contradicen. Pensad cuál de las dos afirmaciones es más conforme con la realidad. Tenéis para ello *5 minutos* de tiempo.

Ahora empezad la evaluación en asamblea e invitad a los chicos a leer algunos de los anuncios.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Me ha divertido este juego?
- ¿Qué he encontrado más difícil?
- ¿A quién me he elegido por compañero?
- ¿He aprendido algo nuevo acerca de mí?
- ¿He aprendido algo nuevo acerca de mi amigo?
- ¿Hay algún aspecto de mi personalidad que él juzga de modo distinto que yo?
- ¿Me es fácil decir algo positivo acerca de mí?
- ¿Me siento comprendido por mi amigo?
- «Mi mejor amigo es el que me entiende mejor» ¿Estoy de acuerdo con esta frase?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Los chicos encuentran este juego simpático y divertido, porque afronta un aspecto de la amistad muy importante para ellos, esto es, la mutua comprensión. El experimento puede resultar difícil para aquellos chicos que se sienten derrotados.

# 43

## AMIGOS Y ENEMIGOS

K. VOPEL



## OBJETIVOS

Con este juego los chicos experimentan cómo viven, en el nivel físico, los sentimientos de amistad y enemistad. Al mismo tiempo aprenden a relativizar estos conceptos tan cargados emotivamente, al darse cuenta también de las desventajas de la amistad y de las ventajas de la enemistad.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años.



## DURACIÓN

Unos 45 minutos.



## MATERIALES

Dos hojas de papel y bolígrafo para cada chico.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Hoy os traigo un juego que se llama «Amigos y enemigos». Necesitamos mucho espacio para jugar. Comenzad por moveros libremente (1 minuto).

Ahora imaginaos que os transformáis en un amigo vuestro, esto es en uno a quien queréis y que se alegra cuando las cosas os salen bien. Moveos como quien está animado por sentimientos de amistad. ¿Qué sentís en vuestro cuerpo? ¿Cómo os movéis? (1 minuto).

Ahora paraos un momento. Transformaos ahora en un enemigo. Caminad como una persona que está animada de sentimientos hostiles. ¿Cómo se siente vuestro cuerpo? (1 minuto).

Paraos de nuevo y buscad un compañero. El más pequeño de los dos hará el papel de enemigo y el mayor el papel de amigo. No habléis entre vosotros. Comportaos sólo como un amigo y un enemigo. El que hace de amigo debe tratar de hacerse simpático de forma que incite a su compañero a tomar una actitud amigable.

Ahora cambiaros los papeles. Después de un par de minutos, sentaos juntos y comentad el juego. Tenéis tres minutos a vuestra disposición.

Volved a vuestro sitio y pensad, ahora en silencio, durante algún minuto acerca de la amistad y la enemistad. Tomad una hoja y escribid como título: «Amigo». En la otra hoja poned como título: «Enemigo». Ahora dividid las dos hojas de arriba abajo en dos partes. En la columna de la izquierda escribid: «Ventajas» y en la de la derecha «Desventajas». Enumerad todas las ventajas que os ofrece un amigo y también todas las desventajas. Haced lo mismo en la otra hoja con el término «enemigo». Disponéis de 20 minutos. Después hablaremos todos juntos de este experimento.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿He aprendido algo nuevo con este juego?
- ¿Ha sido divertido?
- ¿Ha sido aburrido?
- ¿Cómo se siente mi cuerpo cuando soy atento y amigable?
- En cambio, ¿cómo se siente cuando me muestro desagradable a alguno?
- ¿Cuál, me parece, que es la mayor ventaja de la amistad?
- ¿Cuál es la mayor desventaja?
- ¿Quién es actualmente mi mejor amigo en este grupo?
- ¿Y mi mayor enemigo?
- ¿Qué me aporta ese amigo?
- ¿Qué me aporta ese enemigo?

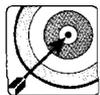


## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Este juego da una visión muy equilibrada de la amistad y la enemistad. Ayudad a los chicos a entender que ambos sentimientos forman parte del patrimonio psíquico de toda persona.

# 4 FORMAR UNA FAMILIA

K. VOPEL



## OBJETIVOS

Este juego ayuda a los chicos a darse cuenta de lo que esperan de sus familiares y qué tipo de familia desearían. Es buena ocasión para experimentar y afrontar varios aspectos de la dinámica familiar.



## PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. Los chicos han de tener cierta práctica de juegos interactivos. Cualquier número de participantes.



## DURACIÓN

Unos 45 minutos.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

El juego que os propongo se llama: «Formar una familia». Mirad cómo funciona. Podéis formaros a vuestro gusto una familia, pequeña o grande. Una familia puede estar compuesta por solo

el hombre y la mujer, por los padres y un niño, otra puede tener dos, tres o más hijos. Pero también podéis formar familia en que, además de los padres e hijos, entren los abuelos u otros adultos.

Comenzad por escogeros los compañeros con los que queréis formar familia y decidid qué papel va a ocupar en ella cada uno. Tenéis *15 minutos*.

Ahora, sentados con vuestra familia, pensad en estas preguntas:

- ¿Cómo os habéis reunido?
- ¿Quién os ha elegido?
- ¿Habéis sido rechazados por alguno?
- ¿Habéis rechazado a alguno?
- ¿Estáis contentos en vuestra familia?
- ¿Por qué habéis elegido a determinados niños para determinados papeles?
- ¿Estáis contentos de la dimensión de vuestra familia?

Si hay niños que aún no forman parte de ninguna familia, pueden reunirse para cambiar sus impresiones acerca de su estado de ánimo, si están contentos o no de no pertenecer a ninguna familia. Tenéis *15 minutos* para reflexionar.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Me ha gustado este juego?
- ¿Cómo me he sentido durante su desarrollo?
- ¿Cómo me siento ahora?
- ¿Cuál ha sido el mejor momento?
- ¿Cuál ha sido el momento más desagradable?
- ¿He entrado a formar parte de un familia?
- ¿He formado familia con los compañeros que quería?
- ¿Cuál de ellos querría tener como padre o madre?
- ¿Qué papel he asumido?

- La familia que he formado ¿tiene parecido con mi verdadera familia?
- ¿He aprendido algo importante sobre alguno de mis compañeros?
- ¿Que tipos de familia se han formado?
- ¿Para qué sirve la familia?
- ¿Qué significa la familia para mí?



### LA EXPERIENCIA NOS DICE...

Este juego da ocasión de afrontar el tema de la familia. Si tenéis tiempo, podéis introducir esta variante: cada familia escenifica durante 10 minutos la vida de familia.

# 45

## LOS REGALOS

K. VOPEL



### OBJETIVOS

El juego da ocasión a los chicos para ver qué regalo deberían hacer a sus familiares.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años. Es importante que en el grupo se haya logrado un clima de confianza. 16 participantes como máximo.



### DURACIÓN

Se necesitan unos 45 minutos.



### DIRECCIÓN DEL JUEGO

Hoy os propongo un juego de imaginación guiada que os ayudará a descubrir que os agradecería regalar a vuestros familiares.

Poneos de pie y cerrad los ojos. Ahora levantad los brazos. Levantaos sobre la punta de los pies y tratad de tocar el techo con

la punta de los dedos. Estiraos un poco más... un poquito más (10 segundos).

Ahora abrid los ojos y buscad una posición cómoda. Podéis sentaros o tumbaros. Cerrad de nuevo los ojos y mantenedlos así hasta que os diga. Poneos aún más cómodos.

Ahora inspirad y expirad profundamente (15 segundos).

Imaginad que estáis de excursión con vuestra familia en la montaña. Camináis por un camino a la sombra de árboles centenarios. Es un hermoso día de verano y estáis muy contentos de pasarlo en medio de la naturaleza. Sabéis además que éste es un día especial, muy especial, ya que estáis invitados a un castillo y os preguntáis qué os espera allí. Ya os acercáis al castillo que se levanta junto a un pueblecito. Veis de lejos los altos muros y las pequeñas torres. Ya estáis frente al portón. Un viejo mayordomo os franquea la puerta y entráis en un amplio zaguán. Aquí encontráis a otra persona de servicio que os introduce a la sala de visitas y os ruega que os acomodéis.

Os sentáis en unas hermosas sillas talladas y miráis en torno. Esta sala quizá tiene ya 200 años. De las paredes cuelgan antiguos retratos de familia. En el hogar arde un hermoso fuego.

De pronto la puerta se abre y el señor del castillo entra sonriente. Es un anciano de blanca cabellera. Os agradece haber aceptado su invitación y os dice: «Hoy es un día especial. También mi castillo es especial y también yo soy bastante original. Mi ocupación es ayudar al que entra en mi casa a obtener lo que falta en su vida». Os dice también que en este día de verano le ha tocado precisamente a vuestra familia obtener lo que nunca ha tenido en su vida. En fin, algo de fábula.

Después el señor del castillo os invita a pasar a otro salón. Allí encontráis unas cestas que contienen las cosas que hasta ahora faltaban en la vida de cada uno de vuestros familiares. Pero el señor del castillo añade, poniendo una condición: «Quiero que no os pongáis a abrir cajas todos a la vez, sino que, cada vez uno abra una caja. Da lo mismo quién comience, pero tenéis que abrir las cajas uno después de otro y una por una. Cuando hayáis terminado, volved a la sala de visitas».

El señor del castillo, con estas palabras, se retira. Vosotros comenzáis a abrir cajas. En cada una de ella hay algo muy importante para quien la abre, algo que hasta ahora ha faltado en su vida (3 minutos).

Ahora que habéis abierto todas las cajas y habéis sacado todos vuestros regalos, volved al señor del castillo. Agradecédselo uno tras otro. El os dice que os lo podéis llevar todo, pero que le debéis dar algo también a él. ¿Qué le daréis? Podéis darle cualquier cosa que llevéis con vosotros, todo menos dinero. Pensad un poco.

Ahora despedíos de él y abandonad el castillo. Si los regalos son demasiado pesados podéis pedir a un criado que os ayude. Mirad por última vez el castillo y volved con vuestros regalos a esta sala.

Recordad bien los regalos que han recibido los otros miembros de vuestra familia. Tenéis aún un minuto para mirarlos. Después os invitaré a que abráis los ojos y que nos contéis vuestra aventura.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Cuál ha sido el momento más bonito de este juego?
- ¿Cuándo me he sentido triste o distraído?
- ¿Cómo me siento ahora?
- ¿Qué regalos he recibido?
- ¿Y mis familiares?
- ¿Qué he regalado al señor del castillo?
- ¿Qué le han regalado mis familiares?
- ¿Qué cambiaría en mi vida si, de veras, recibiera ese regalo?
- ¿Qué cambiaría en la vida de mis familiares si recibieran aquellos regalos?
- ¿Qué doy a mis familiares en la vida cotidiana?
- ¿Qué recibo de ellos? ¿Qué me niego a darles?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Este juego de fantasía representa un válido instrumento para enfrentarse con la dinámica del dar y tener que está vigente en la familia. El juego puede suscitar importantes estados de ánimo y llevar a importantes tomas de conciencia. Procurad dar a cuantos más chicos podáis ocasión de hablar de su viaje imaginario.



# 46

## MI FAMILIA

K. VOPEL



### OBJETIVOS

Con este juego los chicos pueden descubrir las características de su familia y contrastar con sus compañeros temáticas familiares.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 10 años.



### DURACIÓN

De 45 a 60 minutos.



### MATERIALES

Cuestionarios: «Mi familia».



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Hoy os propongo un nuevo juego que se llama «Mi familia».

He preparado un cuestionario en el que hay que completar unas frases. Espero que os ayude a entender algunos aspectos de la vida familiar, de lo que os gusta, de lo que no os va, para después hablar con los compañeros. Tenéis media hora para llenar el cuestionario.

Leedlo y pedid explicaciones si no entendéis algo.

Dividíos en grupos de 4 y leed las respuestas que habéis dado. Para este trabajo tenéis *10 minutos*.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Cómo me he sentido durante este trabajo?
- ¿Cuándo he estado más a gusto?
- ¿Cuándo, en cambio, me he sentido deprimido?
- ¿Cuál es el descubrimiento más importante que he hecho?
- ¿Qué ha sido lo más interesante que han contado los compañeros?
- ¿Qué podemos hacer en mi familia para estar más unidos?
- ¿De qué se habla en mi familia?
- ¿Enseñaré el cuestionario a mis padres?
- ¿Cómo me siento ahora?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE QUE...

Es importante que los chicos se den cuenta de qué temas se tratan en la familia. Pensad también cómo podéis estimular a los padres a discutir con los hijos sobre problemas familiares.

### CUESTIONARIO MI FAMILIA

Completa las siguientes frases:

A mi padre le gusta de mí .....

A mi madre le gusta de mí .....

De mi padre me gusta .....

De mi madre me gusta .....

En cuestiones de dinero decide .....

A mi padre, en su trabajo, le gusta .....

A mi madre le gusta en su trabajo .....

Mis padres realizan en común estas ocupaciones .....

.....

Yo tengo ..... hermanos.

Para mí esto significa .....

.....

Mi padre espera de mí que .....

.....

Mi madre espera de mí que .....

.....

Las tres reglas más importantes en mi casa son

1. ....
2. ....
3. ....

Me siento muy solo cuando .....

Mi madre se siente muy sola cuando .....

Mi padre se siente muy solo cuando .....

Me siento especialmente feliz cuando .....

Mi madre se siente feliz cuando .....

Mi padre se siente feliz cuando .....

Me enfado sobre todo cuando .....

Me madre se enfada sobre todo cuando .....

Me padre se enfada sobre todo cuando .....

Para mi familia desearía sobre todo .....

Si mi familia fuera una animal, sería .....

Si fuese un edificio, sería .....

Si fuese un color, sería .....

Nuestros amigos y conocidos piensan que mi familia es .....

.....

Fecha ..... Nombre .....



### OBJETIVOS

En este juego los chicos pueden darse cuenta de cómo imaginan una familia feliz. Tienen también ocasión de comparar una familia normal de nuestra cultura con la de otros países.



### PARTICIPANTES

Edad mínima: 11 años.



### DURACIÓN

Hacen falta unos 30 minutos.



### MATERIALES

Papel y bolígrafo.



## DIRECCIÓN DEL JUEGO

Hoy os presento un juego que se llama «Familia feliz». Viajaremos a un país imaginario y trataremos de descubrir cómo vive la gente de ese país. Ninguno de nosotros ha llegado nunca a una tierra tan lejana, donde viven pueblos tan distintos de los nuestros. Bien sabéis todos que existen países muy distintos de España. Por ejemplo hay tribus que viven una vida muy primitiva, sin dinero, sin máquinas, sin escuelas y, a pesar de todo, la gente allí es feliz.

Os invito a hacer con vuestra fantasía un viaje al país que queráis. Después cada uno de vosotros nos dirá cómo vive una familia en aquel lugar. Nos diréis cómo pasa el día. Cuáles son los acontecimientos más importantes para esa gente, qué piensan y qué hacen. Tenéis *30 minutos* para inventaros todo eso.

Al final dejad que un buen número de chicos cuenten sus historias.



## HABLEMOS DE TODO ESO JUNTOS

- ¿Me ha gustado este juego?
- ¿Lo he encontrado difícil?
- ¿Me ha sido difícil imaginarme una familia extranjera que vive feliz?
- ¿Qué es mejor en aquel país que en el nuestro?
- ¿Qué puedo aprender de esa familia?
- Esa familia ¿es distinta de la mía? ¿en qué?
- ¿Se parece también en algo?



## LA EXPERIENCIA NOS DICE...

Es un juego que interesa. Es oportuno que, como conclusión, deis a conocer a los chicos algunos aspectos de las culturas lejanas, por ejemplo, de aquellos pueblos que han sido visitados y descritos por la famosa antropóloga M. Mead.



# ÍNDICE

<i>Introducción</i> .....	5
---------------------------	---

## JUEGOS PARA EDUCAR LOS SENTIMIENTOS

1. El lobo y el cordero - Agresión (1) .....	23
2. Lucha de pulgares - Agresión (2) .....	28
3. Activo y pasivo (1) .....	31
4. Activo y pasivo (2) .....	35
5. Activo y pasivo (3) .....	38
6. Alegría y tristeza .....	41
7. Ira sin arrepentimiento - Ira (1) .....	44
8. El insoportable - Ira (2) .....	48
9. Nuestros defectos y los del vecino .....	51
10. En el palo del suplicio - Agresión (3) .....	54
11. Empujar - Agresión (4) .....	56
12. Panorama de sentimientos (1) .....	61
13. Panorama de sentimientos (2) .....	64
14. Panorama de sentimientos (3) .....	68

15. Panorama de sentimientos (4) .....	71
16. Miedo (1) .....	74
17. Miedo (2) .....	78
18. Miedo (3) .....	82
19. Amor y odio .....	86
20. Diez frases - Ofensas (1) .....	90
21. Me has hecho mal - Ofensas (2) .....	93
22. Mi talón de Aquiles - Ofensas (3) .....	96
23. Te deseo una vida larga y feliz - Ira (4) .....	100
24. Estás enfadado conmigo - Ira (5) .....	103
25. Amor (1) .....	106
26. Amor (2) .....	108

43. Amigos y enemigos .....	163
44. Formar una familia .....	166
45. Los regalos .....	169
46. Mi familia .....	173
47. Una familia feliz .....	177

## JUEGOS ACERCA DE LA FAMILIA Y LOS AMIGOS

27. Una familia normal .....	113
28. Así era mi papá de pequeño .....	117
29. Carta a papá y mamá .....	121
30. Conversación entre los padres .....	124
31. Padre e hijo .....	128
32. Lluvia de millones .....	131
33. Luces y sombras .....	134
34. ¡Qué fuerza tienes, papá! .....	137
35. Sorpresa .....	140
36. Escenas de familia .....	143
37. Escogiendo familia .....	146
38. Escenas de familia .....	149
39. Mi amigo (1) .....	152
40. Mi amigo (2) .....	155
41. Mi amigo (3) .....	157
42. Mi amigo (4) .....	160