

Kimochi, explorar emociones para promover la inclusión social a través de un juego

Pulpo, Nube, Mariquita, Gato, Blanca Paloma y Rosa Bella ayudan a los niños a manejar sentimientos y formarse para enfrentar y resolver conflictos a través de una iniciativa de vinculación de la UTPL que se aplica por primera vez en Ecuador.

C.T./PERSPECTIVAS. *Kimochi* es una palabra de origen japonés que significa, “emoción, sentimientos”, y que ha dado nombre a un programa que permite trabajar sobre las emociones y valores de inclusión con los niños. Luz Ivonne Zabaleta Costa y María Belén Paladines Costa, profesoras de Psicología en la UTPL, han importado el formato y lo han aplicado por primera vez en Ecuador, a través de un proyecto de vinculación que brinda la oportunidad de enlazar investigación e intervención en temas relacionados con el desarrollo de las habilidades socioemocionales en niños de tercero y cuarto año de Educación General Básica en las Unidades Educativas Municipales (UEM) de la ciudad de Loja-Ecuador. El proyecto tiene como finalidad que el desarrollo del manejo y administración de las emociones, forme parte del currículo escolar, como en algunas escuelas de Nuevo México-Estados Unidos. El programa está formado por los siguientes personajes principales: Pulpo es muy afectivo, en ocasiones invade el espacio de otros; Nube es un poco mal humorada e impredecible; Mariquita tiene miedo al cambio; Gato es un poco mandón; Rosa Bella es presumida pero insegura; Blanca Paloma es mediadora, y un total de treinta emociones que se trabajan a medida que aparecen y desaparecen de la interacción de los niños y los personajes.

“Lo característico de estos personajes es que cada uno de estos tiene una personalidad y eso nos permite que los niños elaboren sus narrativas sociales. Nosotros hacemos una función de orientadores, o sea, por dónde tiene que ir tu historia para trabajar la inclusión social a través de las emociones”, señala Luz Ivonne Zabaleta. “Por ejemplo –añade María Belén Paladines– pensemos que creamos una historia a partir de que en esta semana hicimos a un lado a Juanito porque no tenía para el recreo. En función de eso hacemos una historia, una narrativa que generaban los propios niños y nosotros orientamos por dónde tiene que ir y les dábamos los personajes. Pulpo tiene como distinción que le falta un tentáculo y nos permite trabajar temas de inclusión con los niños, en relación a las diferencias que tenemos como individuos. Pulpo se siente triste, y ponemos la tristeza en el bolso, porque se siente excluido por los compañeros, pero viene Blanca Paloma que es mediadora y habla con sus compañeros y dice: ‘debemos invitar a Pulpo porque todos somos diferentes y todos tenemos el derecho de disfrutar la hora del patio, la hora del recreo, ¿qué les parece si hacemos un juego en donde todos podamos participar?’ Pulpo se siente feliz y ahí cambiamos nuevamente la emoción, botamos la tristeza, hacemos el gesto de hacerla a un lado, y tomamos la otra emoción la felicidad”.



Docentes investigadoras

Mgtr. María Belén Paladines -

Mgtr. Luz Ivonne Zabaleta Costa

Sección Departamental Psicología Educativa

mbpaladines@utpl.edu.ec -

lizabaleta@utpl.edu.ec

Después de la historia, los niños se quedan con sus personajes, y los mediadores plantean preguntas a todos los niños sobre lo que ha ocurrido en la historia y relacionado a las emociones trabajadas. “Ellos comienzan a entender cómo es esa emoción en sus vidas, cómo la viven personalmente, cómo se ha resuelto el conflicto y a comprender qué piensan los niños que crearon la historia y los que la estaban viendo”, explica la profesora Zabaleta. Otras veces, la dinámica de trabajo es dejar una historia incompleta para que los niños trabajen alternativas y digan qué harían para dar una solución al conflicto planteado. Además de los personajes, hay un consejo Kimochis que se renueva cada semana: cinco niños que durante la semana observan las situaciones de conflicto que ocurren entre sus compañeros. Como señala la profesora Paladines, “ellos también tenían que colaborar porque si el conflicto entre sus compañeros no se soluciona, tienen que entrar como mediadores para llegar a acuerdos”. “La intención –añade Zabaleta– es que la maestra se convierta en canalizadora de este consejo, que les dé el espacio para solucionar los conflictos, tiene que mantenerse atenta y en actitud de observación”.

KIMOCHIS se centra en el desarrollo y administración de las emociones que intervienen en el procesamiento de la información, desarrollo de la comunicación, organización del apego, desarrollo moral, conocimiento social y desarrollo de destrezas que facilitan relacionarse consigo mismo y con los otros, y pueden considerarse la principal fuente de las decisiones que las personas toman a lo largo de la vida. Para la profesora Zabaleta Costa, “la formación de las habilidades socioemocionales en los primeros años es superimportante, porque eso determina nuestras formas de relacionarnos posteriormente, en la adolescencia y en la adultez”.

El trabajo en el aula no solo busca identificar y dar nombre a la emoción, sino analizar cómo la siente, cómo la expresa el niño y la pauta de comportamiento que sigue para re canalizarlas. Luz Ivonne Zabaleta y María Belén Paladines coinciden en señalar que el objetivo es saber como reaccionamos ante una emoción concreta para poder enfrentarnos a ellas de una forma emocionalmente inteligente. “La felicidad, el odio, la rabia, la frustración, la furia se somatizan de modo diferente. El cuerpo lo siente, se pone tenso, me pongo roja, el corazón me late más rápido, tiemblo, me río por nervios, me río y lloro a la vez... si yo aprendo a identificar cómo se comporta mi cuerpo, luego yo voy a aprender a manejarlo de mejor manera y, además, me permite administrar las emociones de tal forma que yo pueda proyectarme hacia el resto de manera más inteligente, más equilibrada, más adecuada”, señalan.

La experiencia, pionera e innovadora se desarrolló en Loja, pero se tiene la intención que se la pueda replicar en otros lugares del país, porque trabajar con inteligencia emocional para identificar y manejar las emociones es algo que interesa a todos y que debería estar presente en todas las escuelas.

“

(...) Las emociones de nuestros hijos son lo primero que tenemos que aprender a tratar. A veces llegaban a mi casa y me decían mira aprendimos esto: “yo soy un tesoro”, “nadie me tiene que tocar”. Son cosas muy valiosas que realmente yo agradezco de corazón que hayan participado con nuestros hijos en ese sentido.”

Madre de un niño participante

“

“Con KIMOCHIS se logró intervenir en un grupo en el que se daban problemas socioconductuales como son violencia, impulsividad, dificultad en las relaciones; niños con los que ya se habían intentado otras estrategias de intervención. Al finalizar el programa evidencié cambios de actitud y control, incluso en la maestra”.

Orientadora educativa

