

Perriverso de las emociones

Tarjetas de emociones · Lámina 1

Tarjetas grandes para recortar y plastificar



Alegría



Tristeza



Enfado



Miedo



Calma



Sorpresa

Perriverso de las emociones

Tarjetas de emociones · Lámina 2

Tarjetas grandes para recortar y plastificar



Orgullo



Vergüenza



Frustración



Nervios



Ilusión



Decepción

Perriverso de las emociones

Tarjetas de acción

Saca una tarjeta de emoción y otra de acción.



Mímica

Sin hablar. Hazlo con la cara y el cuerpo.



Mímica

Sin hablar. Hazlo con la cara y el cuerpo.



Sonido

Haz un sonido, un suspiro, una risa o un tono de voz. Sin decir la emoción.



Sonido

Haz un sonido, un suspiro, una risa o un tono de voz. Sin decir la emoción.



Historia

Cuenta una historia cortita sobre qué le puede pasar a ese perrito, sin decir la emoción. El resto la adivina.



Historia

Cuenta una historia cortita sobre qué le puede pasar a ese perrito, sin decir la emoción. El resto la adivina.



Una guía breve para jugar, expresar emociones y acompañarlas con cariño.

1 Qué es este juego

- ♥ Un juego para reconocer, expresar y hablar de emociones.
- ♥ Se juega con tarjetas de emociones y tarjetas de acción.
- ♥ Sirve en casa, en el aula o en terapia.

2 Qué significa cada tarjeta de acción



Mímica: representa la emoción con la cara y el cuerpo, sin hablar.



Sonido: representala con un sonido, un suspiro, una risa o un tono de voz, sin decir la emoción.



Historia: cuenta una historia cortita sobre qué le puede pasar a ese perrito, sin nombrar la emoción.

3 Cómo se juega

- 1 Mezcla las tarjetas de emociones.
- 2 Mezcla aparte las tarjetas de acción.
- 3 Saca una de cada montón.
- 4 Representa la emoción según la tarjeta de acción.
- 5 El resto adivina y después habláis un momento sobre ella.

4 Ajusta el nivel según la edad

3-4 años: usa pocas emociones y las más básicas.

5-6 años: añade orgullo, frustración o nervios.

7-8 años: incorpora emociones más precisas, como vergüenza, decepción o ilusión.

No hace falta usarlas todas: puedes regular la dificultad.

5 Preguntas que ayudan



- ♥ ¿Qué crees que siente este perrito?
- ♥ ¿Qué le habrá pasado?
- ♥ ¿Qué le ayudaría?
- ♥ ¿Te ha pasado alguna vez?

6 Importante para el adulto

Aunque estemos hablando de los perritos, a veces el juego da pistas sobre cómo está el niño por dentro.

Si al jugar aparece muchas veces tristeza, miedo o malestar propio, y además se repite en el tiempo o interfiere en su día a día, conviene escucharlo con calma y valorar ayuda profesional.

A veces un juego abre la puerta a una conversación importante.