

JUEGO DE LAS EMOCIONES

PROGRAMAS LA SALLE
hara

Te ofrecemos una dinámica de Hara para poner en juego las emociones de toda la familia. Preparados, listos, ¡YA!

¿Qué necesito?

- Una mesa.
- Un corazón dibujado en papel, lo más grande posible. En este corazón puedes poner un mensaje positivo que la familia decida. Será nuestro tablero de juego.

FASES DEL JUEGO:

1º. Hablemos de las emociones. En todo el mundo y sea la cultura que sea, somos capaces de reconocer cinco emociones básicas; alegría, tristeza, rabia, miedo y sorpresa. En una primera fase del juego vamos a escenificar esas cinco emociones. Podemos jugar a mímica, para que los demás puedan adivinar de qué emoción se trata. Una vez que tenemos claro las cinco emociones pasamos a la segunda fase.

2º. Un miembro de la familia va a ser el dinamizador del juego y marcará los tiempos. En esta segunda fase, va a dar cinco minutos, ni uno más, ni uno menos, para que cada miembro elija un objeto de la casa, relacionado con cada emoción. Cada uno buscará un objeto que le represente alegría, tristeza, miedo, rabia y sorpresa.

3º. Pasado el tiempo todos se reúnen a la mesa con sus objetos. Y empezamos con una emoción. Cada uno enseña cuál es su objeto y explica por qué le supone esa emoción. Y lo pone en el centro encima del corazón. Es importante que cada uno pueda explicarse bien. El objetivo es que pueda expresar la emoción y el por qué de ella. Evitaremos aconsejar o dar solución. Vamos a animar y a dejar el tiempo para que cada uno hable desde el corazón.

Una vez que todos los miembros han enseñado sus objetos y expresado sus emociones, el animador/a del juego, invita a un abrazo colectivo y se hacen una foto con el tablero. Podéis compartir vuestra foto o tan solo la foto del tablero con los objetos, por Instagram con el hashtag:

#JuegoDeLasEmocionesLaSalle