



Facultad Regional Multidisciplinaria, FAREM-Estelí

Compendio de técnicas metodológicas para facilitar el desarrollo emocional

Carrera: V año de Ciencias Sociales

Autoras

Elsis Meraris Hoyes Castellón

Migdalia Liseth Morales Matute

Olga Karelia Talavera Calero

Tutora

MSc. Tania Libertad Pérez Guevara

Estelí, diciembre de 2021

ÍNDICE

I.	INTRODUCCIÓN.....	1
II.	OBJETIVOS	2
III.	TÈCNICAS METODOLÒGICAS.....	3
	Nº 1. EL CABILDO:	3
	Nº.2. EL PASTEL DELICIOSO	4
	Nº.3. LA GALLINA EXPRESIVA.....	5
	Nº.4. LA HISTORIA COMENTADA	6
	Nº.5. EL AFICHE DEL SENTIMIENTO:.....	7
	Nº.6. TE VOY A CONTAR.....	8
	Nº.7. LA CAJA DEL ARTISTA	9
	Nº.8. LA PALABRA MOTIVACIONAL.....	10
IV.	CONCLUSIÓN.....	11

I. INTRODUCCIÓN

El presente documento especifica un compendio de técnicas metodológicas para facilitar el desarrollo emocional en los adolescentes. Tiene como finalidad plantear estas a docentes y otras instituciones educativas, para ser implementadas en el entorno áulico y así propiciar el bienestar de la conciencia emocional de los adolescentes. Dado que, hoy día es necesario trazar pautas para educar las emociones y así aprender a vivir con ellas de una manera productiva y no destructiva. Por ello, se considera importante la propuesta planteada porque induce a mejorar los procesos de aprendizaje en lo que concierne a las aptitudes emocionales.

Si bien, la adolescencia supone un tránsito evolutivo de la niñez a la edad adulta, al tiempo que se van produciendo los cambios fisiológicos del organismo que producen la maduración de los órganos sexuales, el adolescente va evolucionando otros aspectos básicos de su persona: el desarrollo del pensamiento, la profundización en su vida interior, el descubrimiento y formación de su identidad y su orientación al mundo de los valores. Por tanto, el desarrollo del pensamiento es el hecho que determina todos los demás puesto que este comienza a ser “más lógico, más abstracto, más hipotético y reflexivo o metacognitivo” (Moraleda, 1992) citado por, Zaldívar (2014)

Este documento está constituido de la siguiente manera: primeramente, se presenta la introducción, misma que particulariza la propuesta, su finalidad e importancia. Luego, presenta el objetivo primordial o propósito del documento. Enseguida, se describen ocho técnicas metodológicas donde cada una contempla su objetivo, pasos, material y tiempo.

II. OBJETIVOS

- ❖ Describir el proceso de aplicación de técnicas metodológicas para facilitar el desarrollo emocional en los adolescentes.

- ❖ Valorar la propuesta de técnicas metodológicas para facilitar el desarrollo emocional en los adolescentes.

III. TÉCNICAS METODOLÓGICAS

Nº 1. EL CABILDO: Esta técnica consiste en conversar sobre el tema de los cambios emocionales, donde se brinda la oportunidad para preguntas, respuestas y se aclaran ciertas dudas al respecto.



Objetivo: Brindar espacio de confianza para que los estudiantes expresen sus emociones e ideas sobre la temática.

Pasos:

- ✎ Reunir a los estudiantes
- ✎ Dar a conocer el tema
- ✎ Explicación de la técnica
- ✎ Espacio a preguntas y posibles respuestas.
- ✎ Aclaración de dudas y sugerencias

Material a utilizar

- ✎ Papel a color
- ✎ Lápiz
- ✎ Marcadores
- ✎ Papelógrafo
- ✎ Cuaderno
- ✎ Masquintey

Tiempo:

20-25 Minutos.

Nº.2. EL PASTEL DELICIOSO: Esta técnica permite el involucramiento de los estudiantes y facilita el desarrollo emocional en los mismos.



Objetivo: Promover en los estudiantes la motivación e interés por aprender sobre el contenido a través de la técnica a implementar.

Pasos:

- ✎ Presentar a los estudiantes un pastel
- ✎ Brindar nociones de lo que contiene cada pieza del pastel
- ✎ Incitar a los estudiantes a participar
- ✎ Se le pide a cada estudiante que elija una de las piezas y según lo que esta contenga al fondo el estudiante brindará su inquietud sobre el tema.
- ✎ Verificar los aportes y aprendizaje obtenidos
- ✎ Conclusiones generales

Material a utilizar

- ✎ Poroplas
- ✎ Cartón
- ✎ Imágenes impresas
- ✎ Pega
- ✎ Marcadores
- ✎ Tiras de papel a color

Tiempo:

15-25 minutos.

Nº.3. LA GALLINA EXPRESIVA: Esta técnica permite el involucramiento y la participación.



Objetivo: Despertar en los estudiantes la motivación e interés por aprender

Pasos:

- ✎ Elaborar una gallina con material del medio
- ✎ Presentar la técnica y brindar nociones
- ✎ Animar a los estudiantes a participar
- ✎ Seleccionar a los estudiantes por medio de fichas de tapones reciclables a color
- ✎ Conforme los colores de tapones cada estudiante participa y según el número procede a sacar de la gallinita una tira de papel que contiene una pregunta, una frase otra acción acerca del tema.
- ✎ Se realizan acciones finales según lo que expresa la gallina, estas expresiones están escritas en su bolsita que ella tiene.

Material a utilizar

- ✎ Poroplas
- ✎ Madera
- ✎ Imágenes impresas
- ✎ Silicón
- ✎ Marcadores
- ✎ Tijera
- ✎ Tiras de papel a color

Tiempo:

20-30 minutos.

Estudiantes

Nº.4. LA HISTORIA COMENTADA: Se cuenta una historia breve, por parte de los estudiantes, acerca de los cambios emocionales



Objetivo: Lograr la concentración e imaginación a través de la historia comentada

Pasos:

- ✎ Leer una historia en voz alta sobre el tema de los cambios emocionales
- ✎ Un estudiante dirige y reparte tiras de papel en blanco a los demás compañeros
- ✎ Cada estudiante escribe lo que más le gustó de la historia y el estudiante que está dirigiendo lee en voz alta cada opinión escrita
- ✎ El docente mide el tiempo para cada participante
- ✎ Luego se comenta cada opinión en público hasta lograr la comprensión de la historia
- ✎ Se brindan aportes generales a manera de síntesis donde los demás participantes se imaginan otra historia.

Material a utilizar

- ✎ Papel bloc
- ✎ Imágenes impresas
- ✎ Marcadores
- ✎ Tijera
- ✎ Tiras de papel a color

Tiempo:

15-20 minutos.

Padres de familia

Nº.6. TE VOY A CONTAR: Esta técnica permite despertar habilidades de confianza y fraternidad



Objetivo: Crear un ambiente de confianza y armonía familiar

Pasos:

- ✎ El padre de familia procede a explicar la técnica
- ✎ Estimula a sus hijos mediante su participación
- ✎ Entrega a cada miembro de su familia un aspecto principal sobre el tema de cambios emocionales
- ✎ Cada uno de los participantes brinda explicación breve del aspecto correspondiente por medio de la técnica “Te voy a contar”
- ✎ Sucesivamente se repete la acción hasta que todos participan
- ✎ Por consiguiente, el padre de familia da su opinión y resume los aportes ofrecidos.
- ✎ Finalmente, se cierra la actividad con preguntas y respuestas estimulantes.

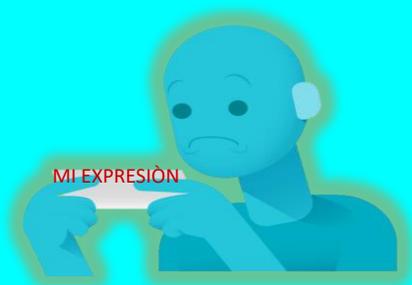
Material a utilizar

- ✎ Papel bloc
- ✎ Marcadores
- ✎ Lápiz
- ✎ Tijera
- ✎ Papelógrafo

Tiempo:

15-20 minutos.

Nº.7. LA CAJA DEL ARTISTA: En esta técnica se propicia la confianza y seguridad de los participantes al momento de dar sus opiniones.



Objetivo: Promover el entusiasmo por medio de cada expresión de los participantes.

Pasos:

- ✎ El padre de familia presenta una caja, la cual contiene preguntas, imágenes de artistas y otras particularidades
- ✎ Promueve la participación y explica la acción a realizar
- ✎ Pide a cada participante extraer de la caja del artista una imagen o una pregunta
- ✎ Cada participante realiza una acción concerniente a la imagen del artista o según la dirección de la interrogante, ya sea que exprese si ese artista es alegre, divertido y lo que más le atrae de este.
- ✎ Se involucran todos al final realizando una acción en conjunto, misma que trata de reflexionar sobre el tema abordado.
- ✎ Se hacen conclusiones y anotaciones finales.

Material a utilizar

- ✎ Papel a color
- ✎ Marcadores
- ✎ Lápiz
- ✎ Tijera
- ✎ Imágenes impresas

Tiempo:

15-20 minutos.

Nº.8. LA PALABRA MOTIVACIONAL: En esta técnica se incita la estimulación y el dinamismo



Objetivo: Promover la afectividad, la comprensión y creatividad.

Pasos:

- ✎ Reunir a los participantes
- ✎ Se dan pautas sobre la técnica
- ✎ Se les entrega una figurita (vaca, gato, águila, elefante) estas contienen palabras claves de manera oculta
- ✎ Se les pide revisar cada figurita
- ✎ Cada participante hace lo que esta contiene al reverso
- ✎ Otros imitan los gestos de dichas figuras
- ✎ Otros interpretan algunas palabras claves de estimulación
- ✎ Por último, se aclaran dudas y se hacen reafirmaciones

Material a utilizar

- ✎ Papel a color
- ✎ Marcadores
- ✎ Lápiz
- ✎ Tijera
- ✎ Imágenes impresas

Tiempo:

20-25 minutos

IV. CONCLUSIÓN

En la labor docente siempre es necesario contar con diversas técnicas de enseñanza-aprendizaje que, además de favorecer el avance de los estudiantes, les resulten atractivas y motivadoras. Esto evidentemente no es sencillo, y en ocasiones se pueden agotar las ideas, por lo que en este documento se comparte una serie de técnicas creativas que puedes implementar en clase, para desarrollo de las emociones en los adolescentes, ya sea en modalidad virtual o presencial, las cuales te pueden ser de utilidad.

Por tanto, siempre es recomendable implementar diversas técnicas didácticas en el aula para así evitar caer en la rutina y poder mantener a los estudiantes motivados. No olvidemos también la importancia de las actividades previas y posteriores, para que de esta manera la técnica no se limite sólo a la elaboración de un producto, sino que realmente sea benéfica para el aprendizaje del estudiante.