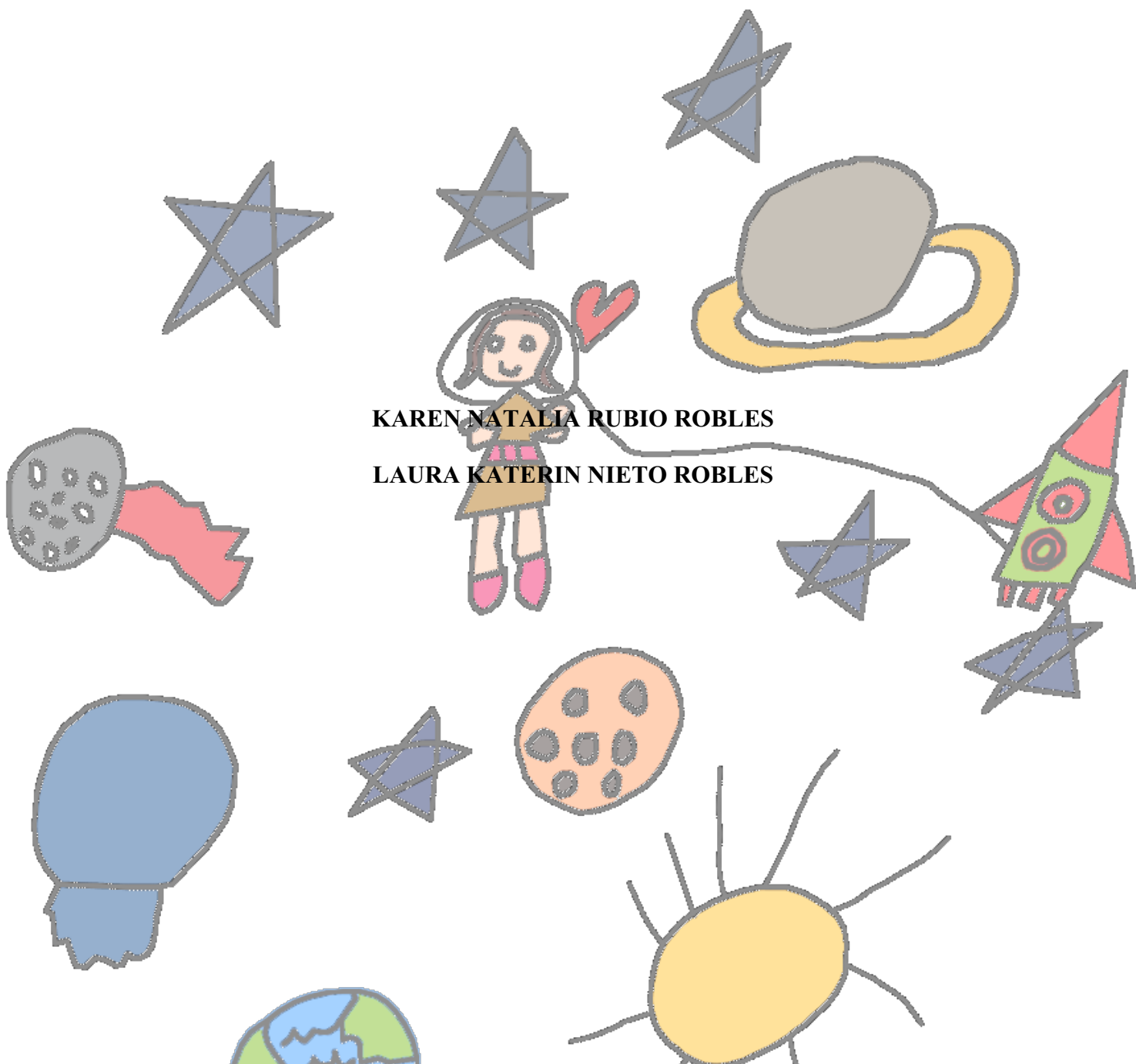


**EXPLOR-ARTE PARA ABRAZARTE**



**KAREN NATALIA RUBIO ROBLES**

**LAURA KATERIN NIETO ROBLES**

**UNIVERSIDAD DISTRITAL FRANCISCO JOSÉ DE CALDAS**

**FACULTAD DE CIENCIAS Y EDUCACIÓN**

**ESPECIALIZACIÓN EN DESARROLLO HUMANO CON ÉNFASIS EN PROCESOS**

**AFECTIVOS Y CREATIVIDAD**

**BOGOTÁ D.C, 2021**

**Explor-arte para abrazarte**

Karen Natalia Rubio Robles

Código: 20211176005

Laura Katerin Nieto Robles

Código: 20211176004

Asesorado por:

Jorge David Sánchez Ardila

Universidad Distrital Francisco José de Caldas

Facultad de Ciencias y Educación

Especialización en desarrollo humano con énfasis en procesos afectivos y creatividad

Diciembre, 2021

Bogotá D. C.

**Nota de Aceptación**

---

---

---

---

---

---

**Jurado**

---

**Jurado**

La Universidad Francisco José de Caldas no se hará responsable de las ideas expuestas por los estudiantes en sus trabajos de grado.

**Acuerdo 19 de 1998 del Consejo Superior Universitario, Artículo 177.**

## Resumen

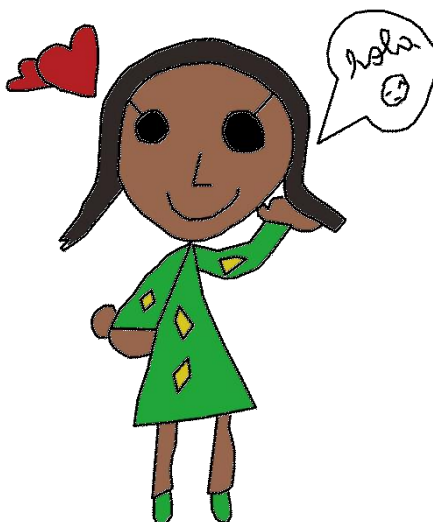
El presente trabajo de grado “Explor-arte para abrazarte” se encuentra bajo la modalidad de investigación creación en la Especialización en Desarrollo Humano con Énfasis en Procesos Afectivos y Creatividad.

En él se desarrolla el cómo fortalecer las capacidades de la comprensión emocional, la libertad de expresión, la razón práctica y la afiliación (Nussbaum, 2012) desde la exploración de las emociones y los lenguajes artísticos.

Esto con la finalidad de potenciar el desarrollo humano de los niños y las niñas entre los 6 y 9 años desde la acción de elegir cómo gestionar y expresar sus emociones, a través de doce talleres en donde se trabajan las ocho emociones básicas propuestas por Goleman (s/f) navegando el yo, el otro y el nosotros.

Estos doce talleres se encuentran compilados en la guía “Explorarte para abrazarte. Guía para el docente”, allí se describe el paso a paso para la realización de los talleres junto con el material de apoyo y audiovisual para cada uno de ellos. A su vez se encuentra la bitácora “Explórate para abrazarte. Bitácora del estudiante”, la cual acompaña el proceso de cada participante en el taller permitiendo quedar plasmado su trabajo personal.

**Palabras claves:** Emociones, arte, talleres, desarrollo humano, guía, bitácora.



### **Abstract**

This degree work “Explor-arte para abrazarte” is under the modality of Investigación Creación of the Especialización en Desarrollo Humano con Énfasis en Procesos Afectivos y Creatividad.

It develops how to strengthen the capacities of emotional understanding, freedom of expression, practical reason and affiliation (Nussbaum, 2012) from the exploration of emotions and artistic languages.

This in order to enhance the human development of boys and girls between 6 and 9 years old from the action of choosing how to manage and express their emotions, through twelve workshops where the eight basic emotions proposed by Goleman are worked on ( s / f) navigating the self, the other and the us.

These twelve workshops are compiled in the guide “Explorarte para abrazarte. Guía para el docente”. There, the step-by-step for conducting the workshops is described along with the support and audiovisual material for each one of them. It also the blog “Explorate para abrazarte. Bitácora del estudiante” can be found, which accompanies the process of each participant in the workshop, allowing her/his personal work to be captured.

**Keywords:** Emotions, art, workshops, human development, guide, blog.

## Resumen analítico especializado, RAE

### 1) Nomenclatura interna:

| FECHA DE ELABORACIÓN |     |      | <b>AUTOR-A DEL RAE:</b><br>KAREN NATALIA RUBIO ROBLES,<br>LAURA KATERIN NIETO ROBLES |
|----------------------|-----|------|--|
| DÍA                  | MES | AÑO  |  |
|                      |     | 2021 |  |

### 2) Tipo de documento:

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| LIBRO   |  | INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PROFESIONAL        |   |
| ARTÍCULO DE REVISTA ESPECIALIZADA (indexada)    |  | TRABAJO DE GRADO MODALIDAD INVESTIGACIÓN CREACIÓN | X |
| ARTÍCULO DE REVISTA DE MISCELÁNEA (indexada)    |  | TESIS DE MAESTRÍA                                 |   |
| ARTÍCULO DE REVISTA ESPECIALIZADA (no-indexada) |  | TESIS DE DOCTORADO                                |   |
| ARTÍCULO DE REVISTA DE MISCELÁNEA (no-indexada) |  | RELATORÍA   |   |
| DOCUMENTO GRIS                                  |  | PONENCIA  |   |
| PAPER   |  | ESTADO DEL ARTE                                   |   |
| DOCUMENTO OFICIAL                               |  | OTRO (especifique):                               |   |
| PERIÓDICO                                       |  |   |   |

### 3) Tipo de soporte:

|                               |   |
|-------------------------------|---|
| TEXTO IMPRESO                 |   |
| PUBLICACIÓN VIRTUAL (DIGITAL) | X |
| FOTOCOPIA                     |   |
| MANUSCRITO                    |   |
| OTRO (especifique):           |   |

### 4) Tipo de edición:

| EDITORIAL COMERCIAL                     |   | DATOS ESPECÍFICOS DEL REFERENTE:   |                     |
|---|---|--|---------------------|
| EDITORIAL UNIVERSITARIA                 | X | Nieto, L. & Rubio, N. (2021). Explor-arte para abrazarte. Bogotá D.C. (Tesis de posgrado). Universidad Distrital Francisco José de Caldas, Bogotá, D.C., Colombia. |                     |
| EDICIÓN INSTITUCIONAL (especifique)     |   |  |                     |
| PUBLICACIÓN INDEPENDIENTE (especifique) |   |  |                     |
| OTRO (especifique):                     |   | TIPO DE CIRCULACIÓN  | GENERAL (ABIERTA) X |
|   |   |  | RESTRINGIDA         |

**5. Acceso al documento:**

Repositorio Institucional de la Universidad Distrital Francisco José de Caldas, RIUD:

<http://repository.udistrital.edu.co/>

**6. Palabras claves:**

Emociones, arte, talleres, desarrollo humano, guía, bitácora

**7. Descripción:**

El trabajo de investigación creación “Explor-arte para abrazarte” busca propiciar espacios para el fortalecimiento de la inteligencia emocional de los niños y las niñas entre los 6 y 9 años de edad.

El producto de este proyecto es una guía para el docente en donde se encuentran doce talleres y una bitácora para que le permita al estudiante llevar su proceso emocional; estos talleres trabajan las emociones a partir de la exploración de los lenguajes artísticos.

**8. Marco teórico:**

El presente trabajo nace de nuestra observación desde el rol docente al identificar una dificultad en los estudiantes del grado primero para expresar sus emociones, por esta razón, se hace necesario pensar en una estrategia que permita su desarrollo integral.

Para ello se realiza una exploración teórica de donde surgen cinco categorías (1) talleres retomada desde Loris Malaguzzi, (2) lenguajes artísticos abordados desde el documento del MEN, (3) la expresión desde los postulados de Loris Malaguzzi, (4) las emociones a partir de Llinás y (5) el desarrollo humano retomada desde Martha Nussbaum en su texto “Crear capacidades”.

Se hace necesario abordar el tema de las emociones y el manejo de las mismas desde edades tempranas puesto que esto permite orientar el proceso personal en relación con la



inteligencia emocional de los niños y las niñas.

Los talleres son espacios que promueven otras experiencias que difieren de las dinámicas de la educación tradicional, en el presente proyecto, el taller se vinculó con los lenguajes artísticos que fueron un vehículo en el transitar de los procesos emocionales ya que permiten la exploración de las emociones dando lugar a la expresión de las mismas por medio del cuerpo, la música, la escritura, el dibujo y la palabra.

La guía del docente y la bitácora del estudiante es un camino posible que permite el fortalecimiento en la gestión de las emociones a partir del autoconocimiento y del encuentro con el otro, estos espacios fueron desarrollados durante el transitar del proyecto.

## Tabla de contenido

|   |    |
|---|----|
| 1. Objeto de creación.....                                | 11 |
| 2. Justificación.....                                     | 11 |
| 3. Base conceptual.....                                   | 12 |
| 3.1 Desarrollo humano.....                                | 12 |
| 3.2 Emociones.....  | 14 |
| 3.2.1 ¿Dónde se generan nuestras emociones?.....          | 15 |
| 3.2.2 Emociones primarias.....                            | 15 |
| 3. 2. 3 ¿Existen emociones buenas y emociones malas?..... | 16 |
| 3.3. La frontera indómita.....                            | 16 |
| 3.4 El taller y los lenguajes artísticos.....             | 17 |
| 3.4.1 La expresión.....                                   | 18 |
| 3.4.2 Lenguajes artísticos.....                           | 18 |
| 3.4.2.1 La música y las emociones.....                    | 20 |
| 3.4.2.2 La danza y las emociones.....                     | 21 |
| 3.4.2.3 La literatura infantil y las emociones.....       | 22 |
| 4. Descripción del proceso de creación.....               | 23 |
| 5. Resultados.....  | 27 |
| 6. Referencias bibliográficas.....                        | 28 |

## 1. Objeto de creación

El presente proyecto titulado “Explor-arte para abrazarte” tiene como finalidad crear una serie de doce talleres mediados por lenguajes artísticos que permitan el fortalecimiento en la gestión de las emociones de los niños y las niñas; estos serán plasmados en una guía para el docente en donde se encuentra el paso a paso para su realización e implementación junto con el material sonoro, visual y pedagógico. Por otro lado, se realizó una bitácora emocional dirigida a los estudiantes para la realización de los talleres.

Los talleres se dividen en tres etapas: (1) *Emoción-Arte*, en donde se busca saber qué emociones conocemos y cómo expresamos esas emociones; (2) *Explor-Arte para Abraz-Arte*, en esta etapa se inicia el acercamiento a nuestras emociones primarias (Goleman, s.f.), a partir de las siguientes preguntas orientadoras ¿Qué son?, ¿Cómo las sentimos?, ¿Cómo se sienten estas emociones en nuestro cuerpo?, ¿Cómo hablan estas emociones?; por último, se encuentra la etapa (3) *Encontr-Arte en construcción contigo y en comunidad*, allí se pretende generar una reflexión a partir de lo que se ha vivido en el proceso en pro de suscitar en los niños y las niñas empatía y comprensión de las emociones de los demás.

## 2. Justificación

El tema de investigación surge a partir de pensarnos el desarrollo emocional de las personas puesto que a lo largo de nuestra práctica docente hemos evidenciado una dificultad en nuestros estudiantes relacionada con la gestión de las emociones. A partir de nuestra observación hemos notado que los niños y las niñas las exteriorizan por medio del cuerpo junto con un “estoy bien” o un “estoy mal”, esto genera una limitación en su capacidad de expresión emocional.

En nuestra situación sanitaria actual (confinamiento a causa del Covid-19), en la modalidad de “Educación en casa” hemos notado que la virtualidad ha limitado la socialización de nuestros estudiantes ya que al dialogar con las personas que conviven y con las profesoras a partir de un tema establecido, se dejan de lado los vínculos afectivos y sociales que surgen desde la espontaneidad con sus pares en el ambiente escolar; en los espacios de dirección de grupo con los estudiantes del grado primero del colegio Liceo Carrión se encontró una dificultad en la expresión emocional de los estudiantes puesto que en diversas ocasiones al preguntarles sobre cómo se sentían después de realizar algunos ejercicios sus respuestas eran limitadas mencionado un “bien” o “mal”.

Por esta razón nos cuestionamos sobre cómo desde nuestro rol docente podemos contribuir a un fortalecimiento en la gestión de las emociones de nuestros estudiantes en diversos contextos, situaciones sociales, ambientales o sanitarias; por consiguiente nos surge la siguiente pregunta problematizadora ¿cómo los talleres mediados por los lenguajes artísticos fortalecen la expresión de las emociones?, a partir de esta pregunta se pretende crear y aplicar con los estudiantes del grado primero del Colegio Liceo Carrión el proyecto “Explor-arte para abrazarte”.

### **3. Base conceptual**

#### **3.1 Desarrollo humano**

Dentro de nuestro proyecto “Explor-arte para abrazarte” consideramos pertinente retomar la perspectiva de desarrollo humano expuesta por Martha Nussbaum (2012) puesto que se pensó en pro de fortalecer las capacidades relacionadas con la comprensión emocional, la libertad de expresión, la razón práctica<sup>1</sup> y la afiliación<sup>2</sup> a partir de las emociones.

---

<sup>1</sup> Libertad de pensamiento

<sup>2</sup> Relaciones sociales y empatía, buen trato desde los espacios sociales

Nussbaum plantea que el ser humano es el fin en sí mismo y no un medio para realizar y alcanzar las cosas materiales que considera son necesarias para su desarrollo, el existir oportunidades y posibilidades en el contexto social en el que el ser humano se encuentra inmerso permite que desarrolle capacidades en pro de su propia libertad.

En su planteamiento “Crear capacidades: propuesta para el desarrollo humano” (2012), el concepto de capacidad se comprende como la acción y la libertad de elegir, siendo la libertad la finalidad, en este sentido, entre más capacidades tenga una persona mayores serán sus libertades, esta libertad da cabida a que la persona pueda determinar qué conocimientos y sentires quiere compartir con los otros, permitiendo que cada sujeto pueda crear su propia autodefinición y tenga su libertad de expresión.

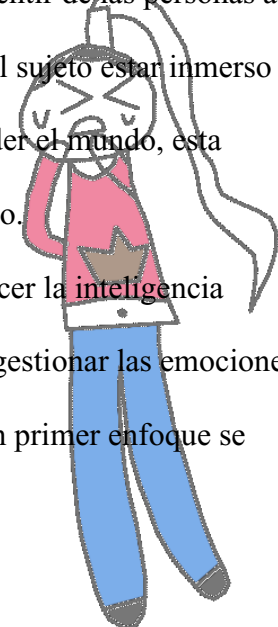
En su propuesta Nussbaum realiza una clasificación de las capacidades existentes de acuerdo a su procedencia, en primer lugar menciona las capacidades básicas que son las facultades que las personas traen consigo al mundo, las que hacen posible su desarrollo y su formación; continua con las capacidades internas, las cuales son los “rasgos y aptitudes entrenadas y desarrolladas en los entornos en que habita el sujeto” (p, 41), estas capacidades en el sujeto se pueden perder si no existen oportunidades en el contexto que le permita potencializarlas; por último menciona las capacidades combinadas, en donde el sujeto tiene oportunidades de elegir y actuar desde los espacios que habita (las condiciones sociales) teniendo presente sus aptitudes desarrolladas (capacidades internas).

Desde la perspectiva de Nussbaum el proyecto “Explor-arte para abrazarte” buscaba potenciar las capacidades internas de los niños y las niñas (relacionadas con la escucha, el conocimiento de sus emociones junto con la expresión corporal y verbal) por medio de doce talleres mediados por los lenguajes artísticos que fomenten el desarrollo de las capacidades combinadas en los niños y las niñas dando paso a la elección desde el autoconocimiento del cómo desean expresar y compartir sus emociones.

Por otra parte, Nussbaum presenta diez capacidades centrales que conllevan al cumplimiento de la justicia social y dan paso a la dignidad humana, como se mencionó anteriormente en los talleres realizados se abordaron cuatro de estas capacidades, siendo estas: la capacidad “sentidos, imaginación y pensamiento”, esta hace referencia a las experiencias sensibles y estéticas que permiten la libertad de expresión teniendo en cuenta la educación desde lo exacto y el arte, estas experiencias se llevaron a cabo con los niños y las niñas a partir de la danza, la música y la literatura infantil, de igual forma, se abordó la capacidad “emociones” siendo un medio para reconocerlas y comprenderlas, allí se reconocieron las emociones, las formas de responder a ellas junto con la importancia de saber cómo gestionarlas; por otro lado, la capacidad de la “razón práctica” se encuentra relacionada con la libertad de pensamiento, durante nuestros talleres, al finalizar cada uno de ellos se realizó un círculo de la palabra en donde los niños y las niñas compartían su sentir y pensamientos frente a las acciones realizadas, por último, la capacidad de “afiliación” la cual pretende tener unas buenas y empáticas relaciones sociales en donde prime el buen trato desde los entornos sociales, en los talleres realizados se propicia la reflexión sobre el sentir las emociones expresándolas de distintas formas a partir de nuestra subjetividad.

### 3.2 Emociones

Entendemos las emociones como un cambio transitorio en el sentir de las personas a partir de situaciones ocurridas en el entorno en el que se encuentran. Al sujeto estar inmerso en su contexto socio cultural se configuran maneras de ver y comprender el mundo, esta inmersión genera una relación bidireccional entre el sujeto y el contexto. Siguiendo a Goleman y Senge (2016) consideramos importante fortalecer la inteligencia emocional intra e interpersonal, entendiéndolas como la capacidad de gestionar las emociones en busca del desarrollo personal y social; siguiendo a los autores, en un primer enfoque se



encuentran las emociones a nivel personal en donde el sujeto las siente en su cuerpo como consecuencia de sucesos externos a él, es aquí en donde el sujeto debe saber qué hacer con sus emociones y cómo poder gestionarlas; en el segundo enfoque se da un acercamiento y conexión hacia las otras personas, en donde se comprenden y se conocen otras realidades que permiten ampliar nuestro panorama de posibilidades. El objetivo en este enfoque es poder dialogar, compartir y trabajar con los otros sin sentir la necesidad de imponer nuestras formas de ver y percibir la realidad.

### ***3.2.1 ¿Dónde se generan nuestras emociones?***

De acuerdo con los planteamientos de Llinás (2002) en el libro “El cerebro y el mito del yo” las emociones son la razón del deseo de sobrevivir, eso que nos inspira a diario y nos mueve, es decir, las emociones generan la acción.

En cuanto al funcionamiento en el sistema interno y el externo, menciona que las emociones se efectúan en nuestro cerebro específicamente en el rinencéfalo y las regiones corticales asociadas con la amígdala, cabe aclarar que todo lo que pasa de manera interna lo podemos percibir en el exterior y así mismo de manera contraria, es decir, la emoción surge en el interior, se expresa en el cuerpo y se percibe por quienes nos rodean.

Por otra parte, Llinás menciona el “yo emocional” el cual genera estados emocionales, estos se encargan de sincronizar nuestro comportamiento motor con la emoción que estamos sintiendo, es decir, que asocia lo que sentimos con el movimiento, el gesto y las acciones, siendo esto lo que nos hace ser humanos. Cuando experimentamos una emoción solo podemos estar en este estado, no podemos sentir o estar en dos estados emocionales al mismo tiempo, ya que, el sistema nervioso escoge la más importante y la prioriza.

### ***3.2.2 Emociones primarias***

Siguiendo a Goleman (s.f.) las emociones primarias son aquellas que sentimos de manera espontánea, estas son la alegría, la tristeza, la ira, el miedo, el asco, la sorpresa, la vergüenza y el amor; en muchas ocasiones estas emociones nos llevan a tomar decisiones inmediatas que la razón nos ayuda a mediar y controlar.

### **3. 2. 3 ¿Existen emociones buenas y emociones malas?**

Las emociones son una construcción social, generalmente se encasillan en “buenas” y “malas”, esta clasificación quita la importancia que tiene cada una de ellas y en muchas ocasiones nos crea una barrera para dejarnos sentir las.

Así como lo encontramos en la página de PsicoEmocionat en donde dice que: “Las emociones son respuestas psicofisiológicas que da nuestro cuerpo ante un estímulo real o imaginado” y que toda emoción es necesaria para el diario vivir, “debemos aprender a mirar cómo estas emociones nos ayudan a protegernos y ponernos fuera de peligro.”; imagine que viviera sin miedo, seríamos todos como aquel personaje ciclista que se hizo famoso en una entrevista de los noticieros locales al cual le preguntaron por qué se pasaba el semáforo en rojo y él respondió: “me gusta vivir la vida al extremo, me gusta la adrenalina” o bueno algo así, el punto es que sin estas emociones (las llamadas “malas”) interpretaríamos el mundo desde una percepción diferente y nos pondríamos en constante peligro en diferentes situaciones.

En este sentido, consideramos pertinente, abordar en nuestro proyecto “Explor-arte para abrazarte” la importancia de todas nuestras emociones primarias ya que cada una tiene una función particular para nuestra sobrevivencia.

### **3.3 La frontera indómita**



La frontera indómita (Montes, 1999) es el lugar de encuentro entre la subjetividad y la cultura del sujeto, es la zona de intercambio entre el adentro y el afuera, es allí en donde se da la creación y construcción de nuevas cosas a partir de la experiencia con lo otro, con los otros. Consideramos necesario ensanchar la frontera indómita de los sujetos, en este caso de los niños y las niñas por medio de talleres mediados por los lenguajes artísticos como la danza, la música, la literatura infantil, la escritura y el dibujo.

### **3.4 El taller y los lenguajes artísticos**

Comprendemos el taller desde los postulados de Loris Malaguzzi (Hoyuelos, 2013) quien propone el taller como un espacio en donde converge el ámbito pedagógico con el ámbito artístico dando paso a una búsqueda constante de nuevas formas de ser y de estar a partir de la exploración con diversos lenguajes artísticos, esta exploración fortalece las relaciones empáticas hacia las demás personas y formas de vida generando una interrelación cognitiva y expresiva ya que el sujeto logra expresar de forma verbal o no verbal las emociones y pensamientos que lo acompañan, en palabras del autor “el taller nace para reconocer que la especie humana tiene el privilegio de manifestarse en una pluralidad de lenguajes, y que cada lenguaje tiene el derecho de realizarse completamente, sin jerarquías” (p 147).

Hoyuelos (2013) retoma a Elliot (2004, pp. 239-253) quien menciona la importancia del arte en la educación, ya que, el arte nos permite proyectar múltiples respuestas a una misma pregunta y diversas maneras de ver y expresar nuestras emociones y pensamientos, es decir, que el arte enriquece nuestra experiencia para dar libertad a nuestro pensamiento; por las razones mencionadas anteriormente consideramos pertinente que los lenguajes artísticos sean un medio, una provocación para posibilitar el desarrollo humano de los niños y las niñas desde su propia subjetividad y su propia libertad de expresión.

### ***3.4.1 La expresión***

La experiencia se enriquece de las situaciones vividas por el sujeto, es importante que esta experiencia se encuentre acompañada por un proceso reflexivo para que cobre sentido y pueda generar en el sujeto una conciencia de su accionar y una transformación en su manera de habitar y comprender un espacio o un lugar.

Cuando el sujeto ya es consciente de sus experiencias se da paso a la expresión, entendida como la “acción de expresar. Manifestar con palabras o por medio de otros signos exteriores lo que uno piensa o siente” citado por Hoyuelos (2013: p. 141), para Malaguzzi la expresión es generada por un impulso interno o externo que provoca una emoción y se refleja en el cuerpo, es decir que, la expresión requiere de las experiencias del sujeto, no puede haber expresión si no hay experiencias previas.

Para Malaguzzi, la expresión tiene dos etapas, la primera consiste en un proceso en donde se encuentran la expresión y la reflexión (¿qué quiero expresar?, ¿por qué quiero expresar esta situación?, ¿cómo quiero expresar mi experiencia?), en la segunda etapa se da la materialización de la expresión por medio de un lenguaje artístico, en donde la expresión transmite un significado y recrea lo vivido de la experiencia.

### ***3.4.2 Lenguajes artísticos***

Para hablar de una educación integral en donde se exploran las emociones se hace necesario trabajar todas las capacidades de los niños y las niñas, el arte bajo la experiencia es un vehículo para la expresión y un facilitador del desarrollo de capacidades, permitiendo que a través de la exploración artística se potencialice la sensibilidad, la creatividad, junto con la



forma en que ellos reconocen y hablan de sus emociones, es por ello que los lenguajes artísticos como la danza, la música, la literatura infantil, la escritura y el dibujo son parte fundamental del proyecto “Explor-arte para abrazarte”. Como lo dice en el documento del MEN 2014

*Por naturaleza, el ser humano es creador y para poder comunicar y expresar sus ideas, pensamientos y sentimientos recurre a una diversidad de lenguajes que emplean diferentes símbolos y códigos que representan, organizan y agrupan significados y significantes: notaciones musicales, paleta de colores y alfabetos, entre muchos otros más. A través del arte las ideas, emociones, inquietudes y las perspectivas de ver la vida se manifiestan por medio de trazos, ritmos, gestos y movimientos que son dotados de sentido.*

El arte cargado de este sentido para los talleres crea un espacio propicio que se construye y aporta al desarrollo de las emociones. En este sentido, en la exploración con los lenguajes artísticos se establece una conexión con su ser interior, sensible y creador en un ejercicio liberador que genera placer, autonomía de pensamiento y auto reconocimiento de lo que siente en cada momento y a su vez con aquello que lo conecta con su cultura, con el contexto en el que se está desarrollando, con la colectividad al realizar los talleres en grupo y con la familia permitiendo que sea una experiencia vital en el fortalecimiento de su inteligencia emocional.

Los lenguajes artísticos que se manejan en el proyecto “Explor-arte para abrazarte” permiten que quien transite en los talleres apropie herramientas para interpretar y representar su realidad por medio de la creación, la imaginación, la expresión y la comunicación. En cada taller la interdisciplinariedad y el juego se entrelazan posibilitando experiencias significativas.

Como se menciona en el documento del MEN (2014) en donde retoma a Garden quien dice:

*El niño canta mientras dibuja, baila mientras canta, relata historias al tiempo que juega en la bañera o en el jardín. En lugar de permitir que cada forma artística progrese con relativa independencia de las demás, los chicos pasan con desenvoltura, y hasta con entusiasmo, de una forma a otra, las combinan o las oponen entre sí. Comienza así una etapa de sinestesia, un período en el cual, más que en ningún otro, el niño efectúa fáciles traducciones entre distintos sistemas sensoriales, en que los colores pueden evocar sonidos y los sonidos pueden evocar colores, en que los movimientos de la mano sugieren estrofas poéticas y los versos incitan a la danza o al canto (2005: 177).*

**3.4.2.1 La música y las emociones.** La música está presente en todo momento de nuestra vida, desde que el sujeto se encuentra en la etapa de desarrollo embrionario en donde está conectado al sonido y ritmo de los latidos del corazón de la madre, en este sentido, la música permite conectar con la vitalidad y las emociones del ser humano, por esta razón se hace importante el acompañamiento de ella en el proyecto “Explor-arte para abrazarte”.

La música es un estimulante que permite movilizar el área auditiva y motora, a nivel subcortical, moviliza las respuestas emocionales, en palabras de la musicoterapeuta Inmaculada Herrera Membrilla (2017)

*La música es clave para estudiar las capacidades y funcionalidades del cerebro, especialmente las relacionadas con las emociones, algo realmente complejo que moviliza todos nuestros recursos y que está en permanente estado de investigación, además, permite indagar acerca de la organización cerebral, siendo una inestimable oportunidad para estudiar las funciones más desarrolladas del ser humano.*

*La unidad presente en el fenómeno musical, se refleja en todas sus dimensiones (física, emocional, vivencial y cognitiva) y se corresponde con la unificación e*

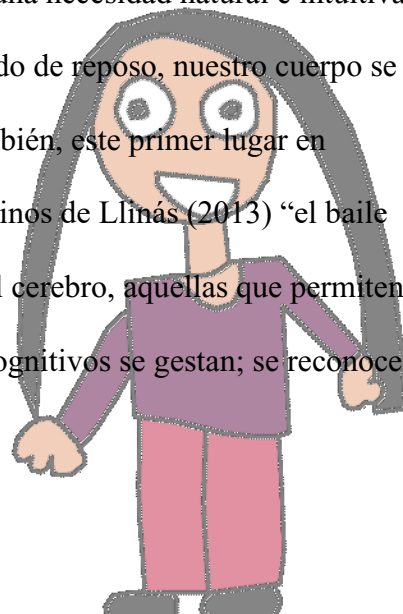
*integración de los procesos cerebrales. No sorprende, pues, que la música sea considerada como un poderoso estímulo multisensorial.*

Dentro del proyecto “Explor-arte para abrazarte” la música permite trabajar con la memoria emotiva, la conexión con los lugares, situaciones y momentos a partir de los sonidos ambientales, con la música se logra relacionar el ritmo con los ritmos corporales, el sonido de la percusión, del tambor y las vibraciones que se relacionan y se conectan con el latido del corazón.

Michel Chion (2012), nos habla sobre la música empática y el cómo la música (el ritmo, melodía y armonía) que se esté escuchando genera en la persona diferentes emociones, conectándolo a situaciones y recuerdos, dice que la música se mueve entre dos paralelos, el empático y el anempático, el factor empático se encarga de evocar emociones en el ser humano y por su parte el anempático se encarga de los sonidos ambientales que rodea el individuo.

Teniendo en cuenta lo anterior, la música que se escoge para cada taller se piensa desde la relación con la emoción que se pretende evocar y trabajar, de esta manera la música es un motor de creatividad que evoca emociones y permite tener un equilibrio entre mente, cuerpo y emoción.

**3.4.2.2 La danza y las emociones.** El movimiento es una necesidad natural e intuitiva en el ser humano, estamos en movimiento así estemos en estado de reposo, nuestro cuerpo se mueve por dentro y por fuera, por supuesto nuestra mente también, este primer lugar en donde generamos nuestras emociones y movimientos, en términos de Llinás (2013) “el baile de las neuronas”. En este baile, esas cualidades dancísticas del cerebro, aquellas que permiten que este sea un sistema autorreferencial en que los procesos cognitivos se gestan; se reconoce



su habilidad para reorganizarse en estructura, en funcionamiento y en sus características de adaptación, supervivencia y anticipación a partir del contexto en el que se desenvuelve; es ese movimiento activo el que posibilita la neuroplasticidad en la red neuronal.

Ahora bien, el cerebro ha entrenado oportunamente para unificar lo aprendido con acciones: movimiento, este entrenamiento ligado al tiempo del foco atencional sea del mundo interno o externo, es por esto, que la experiencia es fundamental en la transformación de esos patrones de respuesta de la red neuronal y así de las representaciones que se tengan sobre la existencia.

Entonces vemos la danza como facilitador de expresión de emociones a través del movimiento y de respuestas motoras, pero también como el medio en donde se logra conectar la mente, el cuerpo y el sentir de cada sujeto, como vehículo de comunicación, como lugar de contacto con el mundo que lo rodea.

La danza como medio de evocación emocional, como encuentro con uno mismo, a través de movimientos libres que permitan la expresión del sentir en un espacio seguro, donde el sujeto entra en confianza, conocimiento y respeto de su propio cuerpo y de su movimiento en relación con el otro, con lo otro.

**3.4.2.3 La literatura infantil y las emociones.** Como es mencionado por Graciela Montes (1999) la literatura da paso al ensanchamiento de la frontera indómita, al momento de la creación desde aquello otro, en el caso del proyecto “Explor-arte para abrazarte” desde la exploración de los lenguajes artísticos.

La literatura infantil y la narración oral se disponen como un medio que posibilita la comprensión de otras subjetividades emocionales, generando un encuentro entre el “otro” y el “yo” comprendiendo que cada sujeto siente y expresa sus emociones de maneras diversas, reconociendo que al encontrarte puedes construir vínculos y espacios en comunidad.

El dibujo se entreteje para generar palabras, el dibujo infantil permite generar un acercamiento a la realidad, a la fantasía, a la creación y a su vez genera una provocación para llegar a la palabra, en donde el sujeto puede dibujar su emoción, la forma en que siente y logra traducirla a la palabra escrita y oral.

#### **4. Descripción del proceso de creación**

El proceso creativo se desarrolla a partir de la dificultad que se evidencia en los estudiantes del grado primero del colegio Liceo Carrión en expresar sus emociones y algunos pensamientos. Para esto se pensó en una estrategia que facilitara la gestión de sus emociones, por tanto, se crearon doce talleres mediados por los lenguajes que se compilan en la cartilla “Explorarte para abrazarte. Guía para el docente”.

Los talleres se piensan desde la observación e interacción con los niños y las niñas junto con la exploración de la base conceptual. El proceso de creación de cada taller se escribió de manera individual, es decir, se crea y se escribe el taller, se realiza con los estudiantes y a partir de lo sucedido se da la creación y escritura del siguiente. Cabe resaltar que los talleres se fueron modificando a partir de la experiencia y aplicación con los estudiantes, permitiendo corregir su estructura antes, durante y después de realizarlos en el encuentro con los estudiantes.

La guía del docente se dividió en tres etapas, en cada una de ellas se encuentran los talleres pertenecientes, el nombre del taller junto con su objetivo, los materiales a utilizar, el apoyo visual, sonoro o audiovisual según sea requerido y el desarrollo del taller en donde se describe paso a paso la realización. A continuación, se adjunta un cuadro en donde se encuentra la estructura general de los talleres.

| <b>Etapas</b> | <b>Taller</b> | <b>Objetivo</b> | <b>Conceptos teóricos</b> |
|---------------|---------------|-----------------|---------------------------|
|               |               |                 |                           |

|   |                                 |  |                                 |
|---|---------------------------------|--|---------------------------------|
| <p><b>Emoción-arte</b></p> <p>Enlace en donde se encuentra el material audiovisual necesario para la realización de los talleres</p> <p><a href="https://drive.google.com/drive/folders/1Y0lqfU_uRElFmk83QmTR5wgtHNdrvYo2?usp=sharing">https://drive.google.com/drive/folders/1Y0lqfU_uRElFmk83QmTR5wgtHNdrvYo2?usp=sharing</a></p>               | 1. El guardián de las emociones | Reconocer por medio de la literatura infantil cuáles son nuestras emociones.                           | Emociones primarias             |
|   | 2. El cofre de mis emociones    | Reconocer a través de la narración oral que las emociones no son “buenas” ni “malas”                   | Emociones negativas y positivas |
| <p><b>Explor-arte para abrazarte</b></p> <p>Enlace en donde se encuentra el material audiovisual necesario para la realización de los talleres</p> <p><a href="https://drive.google.com/drive/folders/1bZwG22v4YilRd4uELZbz4UG9cM0Cm8j4?usp=sharing">https://drive.google.com/drive/folders/1bZwG22v4YilRd4uELZbz4UG9cM0Cm8j4?usp=sharing</a></p> | 3. La alegría de sentir         | Recordar por medio de la danza en qué parte del cuerpo hemos sentido la alegría                        | Emoción: Alegría                |
|   | 4. Hoy hablará mi tristeza      | Reconocer, encontrar y hablar la importancia de sentir la tristeza en nuestro cuerpo y cómo manejarla. | Emoción: Tristeza               |
|   | 5. Paralizados                  | Reconocer nuestros miedos para identificar cómo podemos superarlos.                                    | Emoción: Miedo                  |
|   | 6. Oso amoroso                  | Exteriorizar por medio del dibujo y de las caricias el amor que habita en nuestro cuerpo               | Emoción: Amor                   |



|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  | 7.<br>Sorprendentement<br>e asqueroso           | Reconocer, encontrar y<br>hablar de las emociones,<br>asco y sorpresa   | Emoción:<br>Sorpresa y asco   |
|  | 8. Escribiendo mi<br>ira y mi vergüenza         | Expresar por medio de la<br>escritura situaciones<br>relacionadas con las<br>emociones de ira y<br>vergüenza            | Emoción: Ira y<br>vergüenza   |
|  | 9. Fiesta de las<br>emociones                   | Exteriorizar con el cuerpo<br>las emociones exploradas<br>en los talleres anteriores.                                   | Las emociones<br>en nuestro<br>cuerpo   |
| <b>Encontr-arte en<br/>construcción contigo y<br/>en comunidad</b> | 10. ¿Las otras<br>personas tienen<br>emociones? | Reconocer las emociones<br>de mis compañeros.   | Las emociones<br>en los demás   |
|  | 11. Una carta para<br>mi compañero              | Expresar las emociones<br>por medio de la escritura.  | Expresar<br>nuestros<br>pensamientos y<br>sentimientos a<br>uno de nuestros<br>compañeros |
|  | 12. Círculo de las<br>emociones                 | Crear de forma colectiva<br>la mándala emocional y<br>artística a partir de las<br>experiencias de los<br>participantes | Experiencias<br>que tuvimos<br>durante el<br>proceso                                      |

En los talleres se trabajaron procesos relacionados con la danza, la música, la literatura infantil, la escritura y el dibujo en pro de fortalecer la gestión de las emociones.

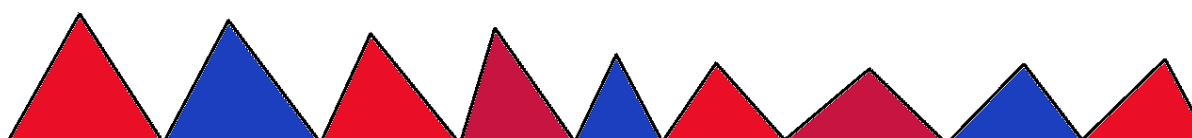
A continuación, se adjunta el enlace en donde se encuentran los talleres creados y realizados con los estudiantes: “Explorarte para abrazarte. Guía para el docente”

<https://docs.google.com/document/d/1o8RNSiL-F2Ft1Oa4SMGpUIHoszLEqQa1G0z5-bKd6Xk/edit?usp=sharing>

Por otro lado, se crea “Explórate para abrazarte. Bitácora del estudiante”, se realiza en el programa Canva, a nivel visual se trabaja con una temática estelar, usando imágenes de estrellas, mundos y un cohete, simulando el viaje que recorrerá cada estudiante; esta bitácora se realiza para acompañar el proceso en cada uno de los talleres, en ella se encuentran los elementos necesarios para el desarrollo, al mismo tiempo que sirve como bitácora de las emociones permitiendo al estudiante dejar marcadas sus coordenadas, su recorrido y sus creaciones artísticas. Esta también permite dar cuenta del punto de partida, el desarrollo, logros, avances y por último el punto de llegada durante el proyecto, es importante mencionar, que al finalizar el proceso cada uno de los participantes continúa en su propio desarrollo emocional a partir de las provocaciones suscitadas.

Se encuentra también una guía de los “círculos de las emociones” los cuales se decoran, recortan y se plasma la emoción que el niño siente a diario, la intención es guardarlas en el cobre protegido por “El guardián de las emociones” que crea cada niño en el primer taller; este guardián protegerá las emociones desde el primer día hasta la parada final en donde cada niño podrá realizar su creación artística más grande con los círculos que hacen parte de su camino emocional hasta ese momento. Cada taller es una parada estratégica dentro de la bitácora y las imágenes acompañan el objetivo principal del taller.

**A continuación, se adjunta la bitácora:**



## 5. Resultados

Consideramos que el primer resultado del proyecto “Explor-arte para abrazarte” es la creación que se realizó a partir de la exploración teórica junto con las necesidades de los estudiantes, lo que dio lugar a la guía para el docente y la bitácora de las emociones dispuesta para el estudiante. Los doce talleres creados están dispuestos para que el docente que se encuentre interesado pueda realizarlo con sus estudiantes.

El segundo resultado se encuentra vinculado con la realización de los talleres con los estudiantes del grado primero del colegio Liceo Carrión, el desarrollo de cada uno de los talleres permitió modificar y crear el taller posterior a partir de las experiencias transitadas.

El último resultado está en relación con la experiencia de los estudiantes y de nosotras, desde nuestro rol docente sentimos que se dio un aprendizaje bidireccional con los estudiantes, aunque nosotras realizamos la creación y escritura de los talleres al momento de desarrollarlos, la experiencia nos permitió sentir desde nuestro ser presente la reflexión y el autoconocimiento de nuestras propias emociones.

En cuanto al proceso de los estudiantes fue gratificante el poder ver cómo los talleres potenciaron la expresión de sus emociones desde los lenguajes artísticos trabajados, a partir de nuestra observación consideramos que cada estudiante logró transitar su emoción desde su afinidad con un lenguaje artístico, en este proceso evidenciamos que algunos se sentían más cómodos con el dibujo, otros con la danza y otros con la palabra, esto les permitió reconocerse y relacionarse con los demás desde su propio sentir.

Como evidencia del proceso se tomó registro fotográfico, se recopilamos algunos audios de las intervenciones de los niños y se tomaron varios de los dibujos realizados en los talleres creativos que fueron empleados como recurso visual para el producto final creativo de la guía para el docente y la bitácora del estudiante, acompañando el escrito con parte del proceso transitado, dándole un alma y quedando plasmado un pedacito del trabajo creativo.

## 6. Referencias bibliográficas

- Chion, M. (2012) *La audiovisión: Introducción a un análisis conjunto de la imagen y el sonido*. Barcelona: Nathan.
- Goleman, D. (s.f.) *Inteligencia emocional*.  
<https://drive.google.com/file/d/1kkvZLvo0ZtFXSQLRxTjjHaGubAZ1DNhh/view?usp=sharing>
- Goleman, D. & Senge P. (2015). *Triple focus*. España: Ediciones B, S, A.
- Herrera, I. (2017) *Influencia de la música en las emociones humanas*.  
<https://www.asociacionsanjose.org/influencia-la-musica-las-emociones-humanas/>
- Hoyuelos, A. (2014). *La estética en el pensamiento y obra pedagógica de Loris Malaguzzi: Primera estrategia del principio estético 2: El taller (pp. 125-173)* España: Limpergraf, s.l.
- Llinás, A. (2003) *El cerebro y el mito del yo*. Colombia: Norma
- MEN (2014). *El arte en la educación inicial*. Colombia: Panamericana Formas e Impresiones S.A.
- Montes, G. (1999) *La frontera indómita (pp. 49-59)* México: Fondo de cultura económica
- Nussbaum, M. (2012) *Crear capacidades: Propuesta para el desarrollo humano*. España: Paidós
- PsicoEmocionat. España: <https://www.psicoemocionat.com/las-emociones-negativas-no-existen/>

## **Anexos**

Autorización uso de material realizado por los estudiantes para la animación del trabajo presente, la bitácora de las emociones y la guía para el docente.

[https://docs.google.com/document/d/1V2g5HXCbw-J63tawpE-sC8k\\_TjDZwyUQBYLk3XKjucA/edit?usp=sharing](https://docs.google.com/document/d/1V2g5HXCbw-J63tawpE-sC8k_TjDZwyUQBYLk3XKjucA/edit?usp=sharing)