



Inclusión

Apoyo TEA

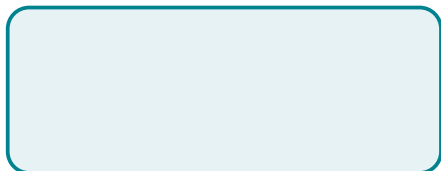
Reconoce las emociones

Ficha para leer caras, ponerles nombre y saber qué hacer.
Se mira, se dibuja y se habla. Descárgala e imprímela gratis.

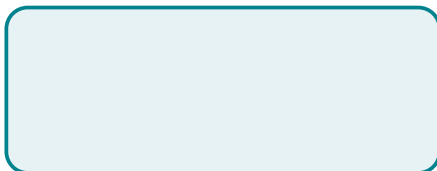


Cada emoción se nota en la cara y también en el cuerpo. Vamos a mirar las dos cosas.

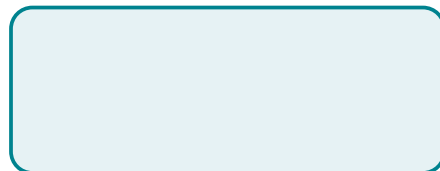
1. DIBUJA la cara de cada emoción. Fíjate en la boca y en las cejas.



contento

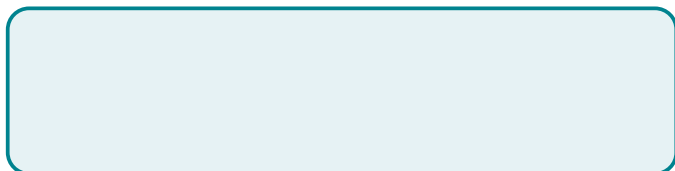


triste

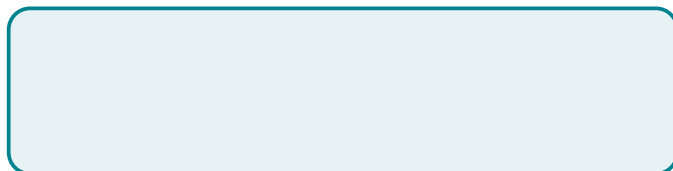


enfadado

2. DIBUJA estas dos.



asustado



nervioso



3. UNE cada emoción con lo que nota el cuerpo. Dilo en voz alta.

enfadado → calor y puños apretados

asustado → corazón deprisa

nervioso → no puedo estarme quieto

4. DIBUJA qué te ayuda cuando estás nervioso.

5. DI qué puedes hacer si ves a alguien triste.



Para el adulto

Qué se trabaja. Reconocer emociones en una cara y relacionarlas con lo que se nota en el cuerpo. Ese segundo paso es el que suele faltar y el más útil: notar el calor o el corazón acelerado avisa antes de que la emoción se desborde.

Por qué el cuerpo. Muchos niños con TEA identifican mejor una sensación física que una expresión facial. Empezar por «tengo calor en la cara» y llegar después a «estoy enfadado» funciona mejor que al revés.

Qué observar. Contento y triste se reconocen pronto. Enfadado y asustado se confunden, y nervioso es el más difícil porque no tiene una cara clara. Si los mezcla, es lo esperable y no hay que corregirlo con prisa.

Con fotos, mejor que con dibujos. Si puede, use fotos reales de personas conocidas en vez de caritas esquemáticas. Las caras dibujadas son más fáciles pero no se parecen a las que hay que leer en el patio.

Qué NO hacer. No pedirle que adivine cómo se siente otra persona en mitad de un conflicto. Eso se trabaja en frío, con la ficha delante y sin nadie implicado.

Para seguir. Al terminar el día, cada uno nombra una emoción que haya sentido y dónde la notó en el cuerpo. Que el adulto empiece, y que incluya alguna incómoda: sirve para que el niño vea que todas se pueden decir.