



# JUEGOS PARA TRABAJAR LAS EMOCIONES



## ¿Donde siento mis emociones?

---

El niñ@ deberá escoger 4 colores asociados a 4 emociones (alegría, tristeza, miedo y rabia). El juego consiste en dibujar una persona y pintar con el color que asocie a la emoción, la parte del cuerpo donde siente esa emoción. Con este juego motivamos a que el niñ@ hable y reconozca sus emociones.

## El juego de la pizza

---

El juego consiste en dibujar 6 porciones de una pizza (el número de porciones puede variar en función de la edad). El niñ@ asignará a cada porción una emoción y dibujará o escribirá una situación donde haya sentido dicha emoción.

Con este juego ayudamos a que el niñ@ relacione emociones con situaciones y cómo estas emociones pueden afectar a su comportamiento, pensamiento, estado físico etc...



## El juego del globo

---

El niñ@ tendrá que escribir o dibujar dentro de un globo situaciones que le produzcan rabia y hablar sobre cómo actúa, piensa etc.. cuando siente esa emoción.

Utilizando el símil del globo, se intenta que el niñ@ comprenda la importancia de expresar las emociones para no "explotar". Se intentará ofrecer alternativas para expresar la rabia de una forma adecuada

**¿Estas listo para comenzar a jugar?**