



TÍTULO
DIARIO DE LAS EMOCIONES

AUDIOVISUAL
<http://smarturl.it/u4z1a0>



VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR
Identificación y Expresión emocional.

ÁREA CURRICULAR
Educación plástica, Visual y Audiovisual

CONTEXTO ESCOLAR
Convivencia.

EDAD RECOMENDADA
De 12-14 años

SINOPSIS
En 2015 Pixar produce "Del revés", una película de animación cuyos protagonistas son 5 seres de colores que habitan la mente de una niña de 11 años llamada Ryley, y rigen su comportamiento.

Cada muñeco animado representa una emoción básica y es de un color diferente.

REFERENTE TEÓRICO: El reconocido psicólogo Paul Ekman, nacido en 1934, hablaba ya en 1972 de la existencia de 6 emociones básicas: el miedo, la alegría, la tristeza, la ira, el asco y la sorpresa.

En nuestro sistema académico la mayor parte de las asignaturas están destinadas a adquirir conocimientos. Es importante, dotar a los alumnos de estrategias que les ayuden a identificar cómo se sienten y a mostrar sus sentimientos. En ocasiones, se suelen juzgar o calificar las emociones como "buenas" o "malas"; sin entender que todas son necesarias y enriquecedoras.

Es necesario practicar para ser conscientes de las emociones sentidas en cada momento y contar con herramientas para poderlas expresar de forma adaptativa. Pues es posible aprender a transitar por las emociones y canalizarlas.

El arte es un vehículo maravilloso para poder expresar emociones. Como decía Kant: "El arte y el juego tienen en común la libertad y la despreocupación".

RAZÓN DE SER: A través de los colores y de la pintura

es posible dejar salir las emociones con el objetivo de jugar y divertirse haciéndolo.

Es importante saber que el objetivo no es llegar a ser grandes pintores o pintar cuadros maravillosos, lo importante de esta dinámica es darse cuenta de que se pueden expresar emociones o inquietudes a través de la pintura sin miedo o exigencia hacia el resultado.

El profesor invitará a los alumnos a NO PENSAR durante la dinámica y a dejarse llevar por lo que sientan sin juicio. Se trata de ayudarles para sentir lo que se hace.

DESARROLLO

1ª Fase

El profesor proyectará el vídeo del tráiler de la película "Del revés". Y les realizará alguna pregunta:

- ¿Qué emociones aparecen en el vídeo?
- ¿Qué otras emociones creéis que hay?
- ¿Vosotros sentís habitualmente esas emociones?
- ¿Cuál de ellas creéis que sentís más habitualmente?
- ¿Qué opináis de que cada emoción sea de un color en la película?

2ª Fase

En la segunda fase los alumnos dibujarán en un folio o cartulina A3 una silueta de un niño o niña, según sea cada uno, por delante y por detrás. Y recibirán unos botes de pintura de dedos de cinco colores.

Cada color representará una emoción:

Ira	Rojo
Tristeza	Azul
Miedo	Morado
Alegría.....	Amarillo/naranja.
Asco o desagrado.....	Verde
Sorpresa	Rosa

3ª Fase

El profesor explicará que el trabajo consiste en lo siguiente:

Todos tendrán que estar atentos a sus emociones, a cómo se sienten. Y cuando sientan ira o rabia, tristeza, miedo, alegría o asco, dibujar el color de cada emoción en el lugar de la silueta donde lo sientan en el cuerpo.

Al final del día hacer un repaso de cómo ha sido el día y, si han sentido alguna emoción que se les haya pasado, plasmarlo igualmente en la silueta.

Esto durará una o dos semanas según considere el profesor.

Al final de las dos semanas en clase repasarán cómo ha sido este periodo en cuanto a las emociones, viendo qué colores predominan y en qué porcentaje.

Por ejemplo un 50% de amarillo, un 20% de rojo, un 10% de verde, un 10% de azul y otro 10% de morado.

4ª Fase

Pasadas las dos semanas los alumnos prepararán los botes de pintura de dedos con los porcentajes que hayan tenido. Si han tenido, por ejemplo, un 80 % de ira, llenarán el bote rojo más o menos en un 80 %, y así con todos los colores.

Entonces prepararán los botes y una cartulina A3 encima de su mesa de trabajo.

El profesor pondrá música evocadora y ellos con los dedos pintarán un cuadro.

Es importante que el profesor les indique que lo importante no es pintar bien o mal, que ni siquiera se trata de pintar algo realista. Se trata de dejarse llevar por lo que sientan en ese momento a través de los colores que simbolizan cómo se han sentido esa o esas dos semanas.

5ª Fase

Después de dejar secar los cuadros, al día siguiente, cada alumno se pondrá delante del suyo a observar lo que ha pintado y lo que ese cuadro le transmite.

Y por último cada uno compartirá con el resto de la clase lo que ve de su cuadro:

- *¿Qué colores predominan?*
- *¿Qué formas?*
- *¿Qué le sugiere el cuadro?*
- *¿Qué emoción siente al ver el cuadro?*
- *¿Qué título le pondría?*

6ª Fase

El profesor enseñará cuadros seleccionados de Pollock, Tapies, Miró, Kandinski, Paul Klee, Chagall, y el grito de Munch.... Y los alumnos reflexionarán sobre ellos respondiendo a las siguientes preguntas:

- *¿Qué emociones os transmiten?*
- *¿Qué emociones sentís al verlos?*
- *¿Qué os evocan?*
- *¿Qué imagináis cuando los veis?*