



FICHAS PARA TRABAJAR EL CUENTO

Y ahora, ¿Qué hacemos?

*Por Beatriz Bermejo
Y Mansura de la O*

Y ahora, ¿Qué hacemos?

Un cuento, para este momento.

Por Beatriz Bermejo y Mansura de la O

*“No podemos hacer grandes cosas,
solo pequeñas cosas con amor”*

Madre Teresa

A mis dos “pajarines”, que todo lo hacen posible.

Fichas para pájaros

A

l igual que al hacernos una herida, vivir un trauma, deja una cicatriz.

Como sea esa cicatriz va a depender de cómo la curemos y cuidemos mientras la herida está abierta.

Este cuento y estas fichas, nacen con la idea de que ayudemos a los más pequeños a que la herida que se ha abierto con el coronavirus, deje en ellos una cicatriz bien curada y un gran aprendizaje.

Como las heridas al abrirse, hay algo que entra en nosotros y también hay algo que sale de nosotros al exterior. Entre todos hagamos que lo que entra en nosotros nos nutra y lo que salga cree un mundo mejor.

No tengamos miedo a respirar, porque si no respiramos...

Kit de limpieza de heridas

1.-Valorar el estado de la herida.

Es importante que sepamos qué información tiene el niño, no tengamos miedo de preguntar, siempre siempre, saben más de lo que muestran.

Podemos pedirle que nos dibuje en papel lo que sabe del coronavirus, que se disfrace de él, que lo modele en plastilina... usemos la imaginación!

Podemos preguntarle cosas, como ¿Qué es el coronavirus?, ¿Qué forma tiene?, ¿Qué te hace sentir?, ¿En qué parte de tu cuerpo lo sientes?.

Se trata de que lo exteriorice, que si hay algo que no entiende o le molesta, pueda salir fuera.

2.-Desinfectar la herida.

En este segundo momento, es importante que saquemos todo lo que se pueda infectar y hacer pupa después.

Ahí sacamos lo que nos puede hacer daño del coronavirus, podemos bailarlo, expulsarlo soplando, rompiendo el dibujo, lo que le sirva estará bien.

Pero sobre todo es importante explicar bien las cosas, por si hay algún mal entendido.

No debemos mentir, pero tampoco hace falta que demos más información de la necesaria, estamos ante una situación nueva para todos, y hay muchas cosas que no sabemos y nos asustan, tenemos que hacernos cargo de nuestros miedos, para no convertirlos en sus miedos.

3.- Curar la herida.

Cuando vemos que la herida está limpia. Ya podemos cerrarla.

Para ello podemos hablar de las cosas que hemos aprendido durante la cuarentena.

Ver lo que más nos ha gustado.

Ver lo que menos nos ha gustado.

Valorar en qué creemos que ha cambiado nuestro mundo.

Y hacer unas cuantas respiraciones profundas para relajarnos juntos.

Si vemos que hay algo en la herida que nos llama la atención es importante pedir ayuda a un profesional, para evitar que se infecte.

*El cerebro es sabio y sabe cómo limpiar, pero a veces se atasca, y necesita un pequeño “reset”.
Y cuanto antes , mejor.*

DIBUJA UN CORONAVIRUS

¿QUÉ PIENSO CUANDO LO VEO?

¿QUÉ SIENTO CUANDO LO VEO?

EMOCIONES

¿En qué parte del cuerpo? Señala.

Dónde quiero colocarla para que no me moleste

¿Cómo es ahora mi mundo?
Cosas que he aprendido