



FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

EDUCAR EN EMOCIONES: UNA HERRAMIENTA SOCIO-MUSICAL DISEÑADA PARA LOS/AS NIÑOS/AS DE LA NUEVA RINCONADA (PERÚ)

GRADO EN EDUCACIÓN SOCIAL

Autora: SANDRA PEDRIZA BARBADO

Tutora: YURIMA BLANCO GARCÍA

Curso 2017/2018



“Cuando digo controlar las emociones, quiero decir las emociones realmente estresantes e incapacitantes. Sentir emociones es lo que hace a nuestra vida rica”

Daniel Goleman.

RESUMEN

El presente Trabajo de Fin de Grado (TFG) aborda la educación emocional a través de la música típica de Perú como herramienta de aprendizaje, con niños y niñas del programa “Casitas”, en el cerro de La Nueva Rinconada, en Lima, Perú. Se toma en consideración la importancia de las emociones para el desarrollo de las habilidades sociales y personales y la relevancia de la música en ese ámbito. Todo ser humano a lo largo de la vida experimenta vivencias que se acompañan por una serie de emociones. Por ello, es imprescindible saber reconocerlas y utilizarlas de forma eficaz desde las primeras edades. El proyecto de intervención socioeducativa que se propone abordará los contenidos de forma lúdica y creativa, a través de elementos de la música autóctona de Perú, potenciando las nuevas estrategias y herramientas que ofrece el contexto.

PALABRAS CLAVE

Educación social, emociones, música peruana, niños y niñas de la Nueva Rinconada

ABSTRACT

In this Degree Project discusses deals with emotional education through the typical Peruvian music as a learning tool and it has been carried out with children from the “Casitas” program located in Lima’s hill “La Nueva Rinconada”, in Peru. The importance of emotions and the relevance of music in this field are taken into account to the development of social and personal abilities. Every human experience is linked to a series of emotions, so for that reason is important to know how to recognize and use emotions in an effective way since childhood. The socio-educational intervention project that is proposed will include creative and playful content through elements of the indigenous Peruvian music and, at the same time, it will enhance new strategies and tools offered by the context.

KEY WORDS

Social education, emotions, music peruvian, children of the Nueva Rinconada

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	7
1.1. OBJETO DE ESTUDIO	7
1.2. JUSTIFICACIÓN	7
1.3. OBJETIVOS	9
2. MARCO TEÓRICO	10
2.1. ¿QUÉ SE ENTIENDE POR EMOCIONES?	10
2.2. LA RELACIÓN DE LA MÚSICA CON LAS EMOCIONES	14
2.3. GÉNEROS MUSICALES DEL PERÚ	15
3. METODOLOGÍA Y ESTRUCTURA	18
4. CONTEXTO: LA NUEVA RINCONADA	20
4.1. SITUACIÓN SOCIOECONÓMICA DE LIMA, EL DISTRITO DE SAN JUAN DE MIRAFLORES Y LA NUEVA RINCONADA	20
4.1.1. La Nueva Rinconada o Pamplona Alta	24
4.2. SITUACIÓN DE LOS NIÑOS/AS Y JÓVENES DE LIMA Y LA NUEVA RINCONADA	26
4.3. EL PROGRAMA “CASITAS”.....	27
5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	31
5.1. INTRODUCCIÓN	31
5.2. CÓMO SON LOS Y LAS MENORES DEL PROGRAMA “CASITAS”.....	32
5.3. JUSTIFICACIÓN	33
5.4. OBJETIVOS	34
5.5. METODOLOGÍA	35
5.6. RECOGIDA DE INFORMACIÓN	36

5.6.1. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	38
5.7. ACTIVIDADES.....	42
5.7.1. Desarrollo de las actividades	43
5.8. TEMPORALIZACIÓN	52
5.9. EVALUACIÓN	53
6. CONCLUSIONES.....	54
7. BIBLIOGRAFÍA.....	56
8. ANEXOS	60

1. INTRODUCCIÓN

1.1. OBJETO DE ESTUDIO

La presente investigación estudia la situación de los niños/as que viven en uno de los cerros más nuevos de Lima, Perú y, de manera específica, se centra en la importancia de las emociones a través de la música como vehículo para el conocimiento de sí mismos/as. Debido a las necesidades detectadas dentro del barrio, se plantea una propuesta de intervención futura para la canalización de las emociones por parte de los/as niños/as de esta comunidad. Trabajar este tipo de competencias para el desarrollo personal y emocional de los niños/as a través de la música, constituye una necesidad debido al entorno desfavorecido y la situación de marginalidad en la que conviven, lo cual reproduce un entorno de vulnerabilidad y de exclusión social.

1.2. JUSTIFICACIÓN

En este trabajo de fin de grado se pretende investigar y conocer a los niños y las niñas de una de las zonas más pobres de Lima, la capital de Perú. Estos niños y estas niñas viven en uno de los cerros de la zona sur de Lima, sus familias hace varios años emigraron a la capital en busca de unas mejores condiciones de vida. Sin embargo, la situación no cambió mucho y las oportunidades seguían siendo escasas. Debido a ello, hace algunos años, las familias comenzaron a asentarse en terrenos que pertenecían al Estado o a propiedades privadas, como nadie ha reclamado dichos terrenos, han pasado a pertenecer a las familias asentadas. En la zona, la mayor parte de las familias asentadas, son personas sin estudios ni recursos. Estos niños y niñas viven situaciones continuas de marginación y violencia entre la propia familia y fuera de la misma. La mayor parte, no recibe ningún tipo de ayuda y crecen pensando que ciertas actitudes y valores son los adecuados. Además, tampoco se tiene muy en cuenta la opinión de estos/as menores y cuentan con un gran número de carencias emocionales.

Es importante trabajar este tema ya que muchos de los niños y las niñas que acuden al programa de “Casitas”, y del cual se hablará más adelante, presentan inestabilidad emocional, agresividad e impulsividad.

Por lo mencionado, muchos de ellos/as no consiguen realizarse como personas, ni conocen más allá del cerro en el que viven y crecen. Considero que es importante que estos/as niños se conozcan a sí mismos/as, se valoren y que además sepan transmitir a su entorno cómo se encuentran y sienten en diferentes circunstancias. Según diversos estudios, la música es una forma de comunicación universal. Esta, además, puede ser de gran beneficio psicológico, ya que contribuye a la estimulación de los recuerdos, mejora la expresión e incluso ayuda a que las personas se sientan mejor. Por ello, usar en conjunto la música y la emociones, como señala Mosquera (2013 p. 34-38), puede ayudar a expresar lo que una persona siente y/o desea, a la vez que va conociendo y aprendiendo a gestionar sus emociones.

El trabajo tiene como propósito elevar la conciencia de sí mismo/a de cada niño/a de forma que se pueda generar más seguridad, confianza, responsabilidad y libertad, utilizando la música peruana como medio para conseguir tal fin. El conocimiento de las emociones, contribuye a que las relaciones sean más cercanas, más humanas. Para la educación social, es una oportunidad para dar respuesta a parte de las necesidades de las comunidades, brindando herramientas para que las personas comprendan, se relacionen, desarrollen habilidades personales y sociales básicas para afrontar retos que ciertas situaciones generan.

En el presente TFG la propuesta de intervención social con los niños y las niñas se proyecta para una fase posterior, ya que no se ha podido llevar a cabo durante el Prácticum II por circunstancias organizativas relacionadas con el programa “Casitas”, debido al inicio del nuevo curso escolar¹ y a la planificación de tiempo. Sin embargo, pudimos detectar las necesidades con las que contaban los y las menores y recaudar la información pertinente acerca de cómo en este programa trabajan las emociones y qué se conoce de ellas. Todo ello nos ha servido para justificar y plasmar en este trabajo, la necesidad de tratar la educación emocional con estos/as niños y niñas y con las propias educadoras.

¹ En Perú, el año escolar transcurre entre marzo y diciembre.

1.3. OBJETIVOS

Los objetivos que se plantean en el Trabajo de Fin de Grado son los siguientes:

- Examinar la realidad social de la comunidad Nueva Rinconada, de Lima, Perú, a través de la detección de necesidades socioemocionales en la población menor destinataria.
- Realizar una propuesta de intervención socioeducativa, para una mejora de las competencias emocionales de los y las menores de la Nueva Rinconada, en el distrito de San Juan de Miraflores, Lima, Perú.
- Valorar la importancia de educar las emociones a través de elementos de la cultura autóctona.

En definitiva, se pretende contribuir al beneficio de la comunidad destinataria, desde la propia cultura y la participación en el diálogo entre las distintas partes implicadas: los niños y las niñas a los y las que se dirige la propuesta de intervención, las educadoras del programa “Casitas” y la educadora social.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. ¿QUÉ SE ENTIENDE POR EMOCIONES?

En las sociedades actuales la educación emocional no está lo suficientemente incluida dentro del currículo académico ordinario, dejando de lado una serie de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes que son imprescindibles para el desarrollo del individuo. Siendo algo tan importante para el desarrollo humano, sería necesario tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales que acontecen a lo largo de toda la vida.

“El desarrollo de las competencias emocionales se inicia en las primeras etapas de la vida y debe estar presente en todo el proceso de ciclo vital” (Bisquerra, 2003, p. 27). Entre estas competencias sobresalen: regulación de las emociones, autonomía emocional, competencias sociales y habilidades de vida y bienestar entre otras. Es por ello, que debería estar presente en todas las etapas y modalidades de la educación: educación infantil, educación primaria, educación de adultos, educación social, educación informal, entre otras.

Todo ser humano experimenta una serie de emociones que juegan un papel fundamental en su dinámica social. Todos y todas sabemos y experimentamos emociones diariamente y somos conscientes de la gran importancia que tienen en nuestras vidas.

¿Qué se entiende por emociones? Para cada autor, las emociones son y se manifiestan de forma diferente. Para Brody (1999, p. 2), las emociones son “sistemas motivacionales que tienen componentes fisiológicos, conductuales, experienciales y cognitivos”. Además, para este autor, las emociones tienen una valencia positiva o negativa (sentirse bien o sentirse mal), “que varía en intensidad y, que están provocadas por situaciones interpersonales o hechos que reclaman nuestra atención ya que afectan al bienestar de cada individuo” (Brody, 1999, p. 15).

También, se puede considerar que las emociones son orientaciones de respuesta con un valor adaptativo (Bericat, 2012, p. 8-9). Estas se manifiestan en el nivel fisiológico, en la

expresión facial, en la experiencia subjetiva o en el procesamiento de la información. Para Bisquerra (2003, p. 12), “una emoción se produce en tres fases; primero una serie de informaciones sensoriales llegan hasta los centros emocionales que se encuentran en el cerebro después, y en consecuencia de esto, se produce una respuesta neurofisiológica y por último, el neocortex interpreta dicha información”. De acuerdo a esto, “una emoción es un estado complejo del organismo, se caracteriza por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada”. Por lo tanto, las emociones se generan en respuesta a un acontecimiento o acontecimientos externos o internos.

Las emociones están relacionadas con las respuestas hacia uno/a mismo/a, hacia los demás y hacia el contexto; es por ello que, afectan tanto a la vida privada como a la vida escolar y profesional, así como a las relaciones sociales (Carpena y Darder, 2010, p. 27).

Si definimos las emociones desde el campo de la educación social, estas son consideradas por Sierra (2017, p. 152) como impulsos, son “una serie de energías que nos informan de ciertas situaciones que debemos atender; ya sean de invasión, de peligro, de celebración, etc., siendo sus principales funciones las de informarnos, prepararnos y darnos energía para el acto”.

“Las emociones son de importancia vital y es de gran necesidad tenerlas en cuenta, su función primordial es la supervivencia”. Dependiendo del contexto cultural y la historia de vida y del entorno en el que nos encontremos, podemos encontrarnos con personas que tienden a no expresar las emociones y a veces las evitan o las niegan. Todo ser humano está dotado de la capacidad de autorregulación y es capaz de dar respuestas a lo sentido, a la necesidad y a la respuesta del organismo, (Sierra, 2017, p. 152-153) Pero, en ocasiones, el entorno nos influencia y nace la inseguridad y los mandatos sociales en las formas de actuar, impidiendo la libertad de sentir ciertas emociones y el temor a expresarlas.

Las emociones humanas parecen algo simple, pero encierran abundantes complejidades, problemáticas y contradicciones. Las emociones sentidas por una persona no deben ser consideradas como respuestas mecánicas o fisiológicas a lo producido por el entorno. Sino que, tal y como han demostrado numerosas teorías, la experiencia emocional de una

persona dependerá de varios factores; de qué forma consciente o inconsciente valore los hechos, de a que o quien atribuya la causa de esos hechos, de la identidad social en cada momento, de sus expectativas ante la situación o de la identificación que tenga la persona con las otras personas, grupos o colectivos (Bericat, 2005, p. 4). Para la teoría de la apreciación de Brody (1999, p. 23), “el ser humano no es mecanismo biológico sintiente, sino que valoramos de forma cognitiva los elementos que nos rodean antes de expresar o experimentar cualquier emoción”. Es por ello que, resulta pertinente aprender que, dependiendo del contexto, la realidad y las relaciones sociales de cada persona, las emociones surgirán y se experimentarán de una manera u otra.

Dentro de las emociones encontramos dos grupos, las negativas y las positivas. Las emociones negativas (sentimientos desagradables, valoración de la situación como dañino) son inevitables que aparezcan, pero es importante aprender a regularlas de la forma más adecuada. Sin embargo, las emociones positivas (sentimientos agradables, valoración de la situación como beneficiosa) hay que buscarlas y hay veces que no se encuentran, es por ello que es necesario aprender a construirlas y la mejor manera es desde la educación emocional. El conocimiento y la buena gestión y canalización de las emociones hace que se tenga un bienestar emocional y contribuye a la salud mental. Cada persona debe ser capaz de construir su propio bienestar y de contribuir al bienestar general, junto con los demás sujetos. Es necesario para ello tener presente la regulación de las emociones negativas y la potenciación de las emociones positivas (Bisquerra, 2014, p. 1-5).

Como hemos apuntado, las emociones se clasifican en dos grupos; negativas y positivas, pero también se pueden clasificar en: emociones básicas o primarias y emociones complejas o secundarias. Las primeras se reconocen a través de las expresiones faciales, son emociones innatas y universales, no existe ninguna cultura en la que estas emociones no estén presentes, pueden usarse diferentes palabras o conceptos para definirlas, pero la expresión facial que las representa es la misma. No son aprendidas, simplemente forman parte de la configuración de todo ser humano. Podría decirse, que dentro de este grupo se encuentra; la alegría, la tristeza, la ira, el miedo, el asco y la sorpresa (Vivas, Gallego y González, 2007, p. 25-30)

Las emociones complejas, “se encuentra su origen en las culturas, son culturalmente específicas”. Estas emanan de las emociones primarias, y surgen del grado de desarrollo del individuo y sus respuestas son diferentes de unas personas a otras. Dentro de este grupo aparece un subgrupo que son las emociones sociales, “establecidas y creadas por las sociedades dependiendo del lugar geográfico y la época” (Vivas, Gallego y González, 2007, p. 25-30). A continuación, en la figura 1, puede verse de forma resumida y esquemática la clasificación de las emociones según Vivas, Gallego y González (2007, p. 30), y las diferentes emociones que se encuentran dentro de cada clasificación.



Figura 1: Tipos de emociones definidas por Vivas, Gallego y González, 2007, p. 30.

La educación emocional también debe estar presente en el ámbito familiar, ya que son uno de los pilares esenciales en el desarrollo de estas competencias en los y las menores. La primera educación emocional que recibe todo ser humano cuando es un bebé es la que se produce durante los primeros meses de vida en la interacción entre el individuo y sus progenitores. Es por ello que, debería trabajarse con las familias en este enfoque, aunque la propuesta presente se encuentre dirigida inicialmente a los niños y las niñas, sería necesario plantearse otra propuesta para los/as adultos/as.

2.2. LA RELACIÓN DE LA MÚSICA CON LAS EMOCIONES

Desde el comienzo de nuestra vida, incluso antes del nacimiento, las personas estamos rodeadas de sonidos que oímos, escuchamos e interpretamos. A ellos respondemos con movimientos y sonidos, de esa forma establecemos los primeros cimientos de lo que será la comunicación con el mundo que nos rodea. Existen infinitud de formas de experimentar la música, y más en un mundo interconectado y polifacético en el que nos encontramos. William James (1994) ha apuntado que el ser humano tiene una sensibilidad especial para la música, la cual podría afectarlo de manera positiva e incluso lograr efectos terapéuticos.

La música, según diversos estudios psicológicos (Corradini y Mosquera), tiene un gran poder para suscitar emociones. Las investigaciones sobre la música y las emociones han sido escasas hasta hace pocos años. Si bien es cierto que, ya desde la época de antes de cristo, se relacionó la música con las emociones y los sentimientos que todo ser humano experimenta a través ella.

Centrándonos en la relación que tienen la música y las emociones, cabe destacar que, desde tiempos inmemorables, la música ha venido mostrando una gran capacidad para incidir en la vida de las personas, afectando de una manera positiva o negativa en sus emociones, interviniendo en su mente y cuerpo.

El comportamiento que tiene una persona al escuchar una música, puede encontrarse influenciado por algún episodio del pasado. Esto puede deberse a que, una emoción inducida por la música podría ayudarle a recordar recuerdos personales de algún evento específico en su vida, estos pueden venir acompañados de fuertes conexiones emocionales (Mosquera, 2013, p. 34-35).

Las emociones tienen su centro en el sistema encefálico “cerebro emocional”, esta zona está compuesta por diferentes estructuras como la amígdala, el hipotálamo, el hipocampo y el tálamo. Todo el sistema se encarga de la expresión de las emociones (Vivas, Gallego y González, 2007, p. 20). Sin embargo, el papel encefálico en la comprensión musical no está completamente claro. “Existen diferentes zonas del cerebro que se encargan de realizar funciones específicas, pero, la apreciación o interpretación emocional de la

música no tiene un circuito cerebral propio, aunque estimula e involucra todas las zonas del cerebro cuando es escuchada” (Sáez, 2010, p. 35).

Es por ello que las personas cuando reaccionan a un estímulo musical experimentan en el cuerpo sensaciones muy diferentes, produciendo un cambio tanto fisiológico como psicológico, a esto se le reconoce como biomúsica. Para entender mejor este término, se utilizará la teoría de Mario Corradini (2017, p. 1), creador de esta disciplina para el crecimiento personal. Este autor dice; “la biomúsica es una disciplina que actúa sobre el equilibrio psicofísico de las personas, favoreciendo su desarrollo personal y social, fundando sus emociones, escuchando canciones y experimentando las sensaciones”. Pero, cabe mencionar que, la respuesta emocional que surge ante los estímulos musicales resulta muy diferente entre unas personas y otras. Dependerá, como ya se ha apuntado, de las experiencias individuales de cada ser y de sus previos aprendizajes (Mosquera, 2013, p. 35).

En definitiva, la música y las emociones se complementan la una a la otra. La música no es solo una actividad artística, sino que es una forma de lenguaje que comunica, evoca y refuerza las emociones. Es importante resaltar, que la música no evoca emociones por sí misma, sino que, es un conducto que está altamente conectado con las experiencias, las características personales y con los aspectos psicológicos y culturales de cada individuo (Zapata, 2014, p. 13-16). Por ello, se utiliza como método para causar y expresar emociones en cada niño y niña.

2.3. GÉNEROS MUSICALES DEL PERÚ

Dentro de los géneros musicales peruanos, podemos encontrar gran variedad, dependerá de la región geográfica de origen, del periodo histórico, del contexto sociocultural y de otros aspectos de la cultura. Los orígenes de la práctica musical en Perú están asociados a la música ritual, principalmente al culto a los dioses (Ministerio de Cultura de Perú, 2014).

Perú tiene una gran riqueza musical y en ella podemos encontrar diversidad de géneros. Durante el siglo XIX la práctica musical en Perú estuvo en contacto con las músicas

populares y tradicionales europeas, fue su principal modelo a imitar. Sin embargo, a pesar de que se imitaban los “modos de hacer” propios de los centros europeos, se combinaba con la búsqueda de la autenticidad, de las propias raíces y sobre todo de la originalidad. La identidad peruana llevó a componer obras patrióticas, marchas e himnos, e incluso danzas populares de cada zona (Petrozzi, 2010, p. 47-50).

En Perú, la música está presente en cada momento, etapa o lugar de la vida. Según un estudio de la compañía de investigación y encuestas GfK² (2017, p. 5), el 50% de los jóvenes escuchan música con bastante frecuencia en Lima. En Perú se celebran al año más de tres mil fiestas, la mayoría con carácter religioso, donde lo colorido y la originalidad se mezclan con lo más destacado, la música autóctona del Perú. La música en el país acompaña a las personas cada día, ya sea celebrando algo, llorando o disfrutando (Chang, 2007). El significado que le dan las personas peruanas a su música, ha ido cambiando con el paso del tiempo. Actualmente, para la cultura peruana la música refleja los cambios y las diferentes personas y etnias que conforman este país.

La música representa la opinión, los sentimientos, las creencias y las diferentes formas de expresarse de las personas. Es por ello que la música peruana se ha transformado en una forma de representación de los diferentes grupos de edades, étnicos, de las culturas y de la nación.

Para abordar los objetivos del TFG resulta pertinente conocer algunos de los estilos de música peruana más conocidos y escuchados en el país, que serán de referencia para la propuesta de intervención plasmada en este trabajo:

- *La música criolla*: el concepto “criollo”, ha ido variando a lo largo de la historia, aunque sí es cierto que esta tiene su origen en la música negra y surge del mestizaje entre los esclavos que llevaron los españoles durante la invasión americana. El criollismo involucra usos y costumbres, comida, música, cantos y bailes principalmente costeros y limeños. Algunas de sus figuras más representativas son Chabuca Granda o Jesús Vázquez (Benavides, 2015, p. 15).

² GfK-Nürnberg Gesellschaft für Konsumforschung, conocida por las siglas GfK, es una compañía alemana surgida en 1943, es la quinta compañía más grande del mundo en la investigación de mercados y encuestas.

- *La cumbia o chicha peruana*: este género proviene tradicionalmente de Colombia y Panamá y surge en el Perú de la fusión entre la cultura indígena de la costa y los esclavos africanos. Este género posee muchas variantes dependiendo de la zona geográfica y de la época. Tiene un ritmo alegre y festivo, además de una serie de pasos que se diferencia entre hombres y mujeres (Bailón, 2017, p. 3-7).
- *El festejo*: es el género que mejor representa a la cultura afroperuana surgida en el país, concretamente en la costa central. Se trata de una danza de ritmo erótico, vinculada a la fertilidad, juventud, virilidad, etc. Se suele escuchar en reuniones sociales o fiestas populares (Chang, 2007, p. 15).
- *La salsa peruana*: surge de la mezcla de varios estilos musicales, sobre todo de origen cubano (como la rumba, el son y el danzón), mezclado con jazz y otros ritmos estadounidenses. Se desarrolló en un medio social pluricultural y hostil a las tradiciones y costumbres (Rojas, 2016, p. 4)
- *El Tondero*: música del norte del país, tiene espíritu bandolero, rebelde y errante. Esta deriva de la música gitana traída desde el sur de España. Es el único género que destaca en guitarra y canto (Chang, 2007, p. 24).

Estos géneros musicales serán utilizados como parte de las actividades contenidas en la propuesta de intervención. En algunas de las dinámicas las canciones serán escogidas por los y las menores participantes, se combinarán y saldrán nuevos estilos y géneros musicales peruanos. Todo ello se utilizará como método para suscitar emociones y ayudar a los y las menores a reconocerlas, aprenderlas y entenderlas.

3. METODOLOGÍA Y ESTRUCTURA

La propuesta de intervención socioeducativa que se propone como resultado del Prácticum II, tiene su enfoque en una metodología activa, es decir, se dirige hacia la participación, la cooperación y la colaboración de todo el grupo de niños y niñas del programa “Casitas”. Se propondrá que ellos y ellas mismos y mismas sean los protagonistas, en todo momento, de su propio aprendizaje. Todas las actividades se desarrollarán en grupo, aunque haya parte de las sesiones que sean de reflexión y de autococimiento de cada niño o niña.

La educadora social junto con la educadora de cada “Casita”, serán las que realicen todas las sesiones, de forma animada incitando a todas las personas que participan a expresar aquello que sienten, sus opiniones y sus puntos de vista con respecto a cada sesión y en relación con ellos mismos/as, sin sentirse juzgados y juzgadas. Todo ello a efectos de evaluación y mejora para las sesiones posteriores. Los principios y valores de intervención educativos que se quieren conseguir con la propuesta, que se han de tener en cuenta y deben estar presentes a lo largo de la misma, serán los siguientes: autoconocimiento, empatía, reflexión, gestión de las emociones, reducción de conflictos interpersonales e intrapersonales, respeto hacia las opiniones de los y las demás.

Con respecto a la práctica educativa se pondrá especial énfasis en concienciar, sensibilizar y hacer reflexionar a cada menor sobre la importancia que tienen las emociones en cada uno/a de nosotros y nosotras, así como la importancia del respeto hacia las emociones de los y las demás personas. De esta forma se llevarán a cabo todas las sesiones desde el respeto y la empatía, de forma lúdica, animada y entretenida. Los niños y las niñas hacia los que se dirige la propuesta, irán construyendo su propio autoconocimiento, que será reforzado y apoyado por la educadora en todo momento. La educadora deberá saber reconducir las sesiones en el momento en el que los y las menores alteren la dinámica de las mismas, se nieguen a participar o realicen determinadas conductas inapropiadas. Para la realización de las actividades se utilizarán las artes plásticas, la creatividad, la imaginación, las dinámicas grupales, el dialogo, la visualización de imágenes y videos, los ejemplos de caso-situación, algunos contenidos teóricos mínimos sobre las emociones y, sobre todo, la música en todas y cada una de las sesiones.

La propuesta va dirigida a niños y niñas de entre 6 y 12 años, pertenecientes al programa “Casitas”, de los asentamientos humanos de la Nueva Rinconada en el distrito de San Juan de Miraflores, Lima, Perú. No se separará a los y las menores por edades, sino que se adecuarán las actividades a las necesidades de todo el grupo. Puesto que son grupos conformados por niños y niñas muy diferentes entre sí, se ha considerado esto como una oportunidad enriquecedora para que aprendan los/as unos/as de los/as otros/as y se apoyen entre todos y todas.

Para el planteamiento de la propuesta han sido necesarias dos fases: la primera consta del acercamiento a la realidad, el conocimiento de la misma, la detección de necesidades a través de la observación, la interacción y la recogida de información de los y las menores. Para la segunda fase, ha sido necesaria la documentación en profundidad de la zona, así como del tema propuesto; música y emociones, a través de diferentes autores como Bisquerra, doctor en Ciencias de la Educación y cuya línea de investigación actual es la educación emocional. Además, se han consultado varios estudios acerca de la relación entre la música y las emociones, así como de diferentes proyectos llevados a cabo con niños y niñas tanto en la educación formal como en la educación no formal.

A continuación, se presenta la propuesta de intervención, para ello ha sido necesario definir el contexto socio-económico de La Nueva Rinconada, fijándonos en los aspectos geográficos, económicos y sociales del entorno donde viven los niños y las niñas destinatarios/as del programa “Casitas”. También ha sido necesario señalar qué es el programa “Casitas” y cuál es la función del mismo.

Por último, se presentan las actividades: constan de un contexto o diagnóstico, una justificación de por qué es necesaria una propuesta en la Nueva Rinconada para trabajar las propias emociones de los y las menores; unos objetivos claros que pretenden alcanzarse con la música y las emociones, una metodología, una entrevista con las educadoras del programa “Casitas”, para la recopilación de información; una serie de actividades que cuentan con la temporalización, los objetivos y los materiales pertinentes. Y para finalizar, la propuesta de intervención incluye la temporalización del proyecto y una evaluación estructurada en tres fases para la mejora del proyecto en un futuro.

4. CONTEXTO: LA NUEVA RINCONADA

4.1. SITUACIÓN SOCIOECONÓMICA DE LIMA, EL DISTRITO DE SAN JUAN DE MIRAFLORES Y LA NUEVA RINCONADA

Lima es la ciudad capital de la República del Perú. Se encuentra ubicada en la costa centro oeste del país, a orillas del Océano Pacífico. Está conformada por una extensa y muy poblada área urbana, conocida como Lima metropolitana. En la actualidad, Lima es considerada como el centro comercial, financiero, cultural y político del país. A nivel internacional, la ciudad ocupa el quinto lugar dentro de las ciudades más pobladas de América Latina y el Caribe y es una de las treinta aglomeraciones urbanas más pobladas del mundo. Por su importancia geoestratégica, ha sido definida como una ciudad mundial de “clase beta” (Gálvez, 2017). La Provincia de Lima cuenta con una población de 9 millones 320 mil habitantes actualmente, repartidos entre los 43 distritos que conforman la capital del Perú. De esos 9 millones 320 mil habitantes con lo que cuenta la ciudad, 422 mil se encuentran en el distrito de San Juan de Miraflores. (INEI, 2018).

El presente estudio se enfocará en dicho distrito ya que se cuenta con acceso al mismo y será donde se llevará a cabo la propuesta de intervención plasmada este documento.

San Juan de Miraflores, es un distrito que se encuentra ubicado en la zona sur de Lima Metropolitana. Es parte del conjunto de distritos denominados Lima Sur. Tiene una extensión de 23.98 Km², su altitud oficial es de 141 m.s.n.m., aunque hay zonas del distrito con cotas que superan los 600 m.s.n.m., como la zona de Pamplona Alta o La Nueva Rinconada. El distrito fue fundado el 12 de enero de 1965 mediante la Ley N° 15382, y se encuentra dividido en 6 zonas para su mejor gestión (INEI; RENIEC, ONPE y otras). El distrito corresponde a la región climática tropical; sin embargo, se presentan ambientes desérticos, áridos y semiáridos (CODISEC, 2017).

San Juan de Miraflores es el séptimo distrito con mayor población, como se ha apuntado anteriormente cuenta con 422 mil habitantes, lo que representa el 4.8% de la población de la provincia de Lima. La proporción urbana respecto de la rural ha ido incrementándose

de modo que, a partir del 1993, se tiene una población prácticamente urbana (Acuña, Apaza, García y Medina, 2012).

En San Juan de Miraflores, la población femenina es mayoritaria, representada con un 50.8%, y la masculina es el 49.2% del global. Este distrito, según el INE (2018) se caracteriza por tener una población joven³.

El distrito de San Juan de Miraflores nace, por las invasiones realizadas en la víspera de la noche de Navidad de un 24 de diciembre del año 1954. Por el significado de esta fecha y los acontecimientos que antecedieron para dar inicio a esta gran ciudad se le bautizó con el nombre de “Ciudad de Dios” (Ocampo, 2012, p. 6).

Fue catalogada como la mayor invasión que se dio en las entonces abandonadas laderas de San Juan, donde miles de pobladores de diferentes puntos de la capital llegaron para tomar posesión de sus posibles terrenos (Ocampo, 2012, p. 6).

La realidad política del Perú, favoreció el surgimiento de este distrito tan popular. Algunos historiadores afirman que, por aquel entonces el débil liderazgo del presidente de la república y la poca importancia del General Manuel Odría, llevaron al fortalecimiento de la población. Además, durante el mandato del entonces presidente Fernando Belaunde el 12 de enero de 1965 por ley 15382, se consigue el reconocimiento formal, por parte del estado, a los Centros Poblados de Ciudad de Dios, Pamplona Alta, Pamplona Baja y la Urb. San Juan (todos ellos situados en el distrito de San Juan de Miraflores) (Ocampo, 2012, p. 5-6).

Tuvo como primer alcalde al Sr. Miguel Campos Hormaza, quien, aprovechándose del cargo, los escasos medios de control administrativo y supervisión del estado, realizó una serie de manipulaciones administrativas que llevaron al tráfico y apoderamiento de terrenos comunales (Ocampo, 2012).

La política del Perú, comenzó a cambiar con el ingreso del presidente Juan Velazco Alvarado. La idea nacionalista y la reforma agraria comienzan a formar parte del plano administrativo. Ante el desorden administrativo del distrito, en los años 70' los alcaldes

³ El 25.7% son menores de 14 años, y el 68.4% son personas de 15 a 64 y el 5.9% tiene más de 65 años (INE, 2018).

fueron propuestos por la Junta Militar de Gobierno. Es en este tiempo cuando se da uno de los más grandes conflictos entre el estado peruano y los pobladores de los nuevos asentamientos (Ocampo, 2012, .p. 12).

Es entonces cuando nace la figura popular del sacerdote Jesuita Luis Bambarén Gastelumendi, quien hace frente a los abusos que venía realizando la Guardia Civil. Tal hecho propició su detención y arresto un 04 de mayo. A consecuencia, de ello, miles de pobladores protestaron por los abusos y la presión social. Gracias a los medios de comunicación que sacaron a la luz lo sucedido, el jefe de la junta militar rectificó y el general Juan Velazco Alvarado destituyó a su ministro del interior Gral. Armando Artola Azcárate. Desde entonces se conoce a Mons. Bambarén como el “Obispo de los Pueblos Jóvenes”.

En el año de 1980, termina el mandato militar y se da el regreso del gobierno democrático con el segundo mandato del presidente Fernando Belaunde Terry. Para la elección de representantes municipales volvió la democracia, pero, sin embargo, para el crecimiento y desarrollo del distrito no significó gran avance. San Juan de Miraflores seguía creciendo con los nuevos asentamientos humanos, y la falta de servicios básicos era una realidad creciente de cada día. El desorden, la improvisación y los trámites burocráticos dificultaron las relaciones entre estado y comunidad (Ocampo, 2012, p. 7).

En la década de los años ochenta, se formaliza el nacimiento de las Pampas de San Juan, María Auxiliadora y Panamericana Sur. Familias de diversos puntos del país a consecuencia de la creciente violencia social ocupan estos espacios. Y, a su vez, por parte del estado, se promueven los denominados programas de expansión urbana (Ocampo, 2012, p. 7).

En el año 2000 se dio una estrategia similar a la ya mencionada para el nacimiento de Ciudad de Dios: aprovechar las fiestas de navidad y año nuevo. Es así que, en este contexto, en el sector de la Nueva Rinconada se da el nacimiento de nuevos asentamientos humanos. El pequeño territorio que tenía unos hermosos parajes de los cerros que se encontraban a los alrededores, cubiertos de verdor en los tiempos de invierno se perdió con la gran invasión de pobladores venidos de diferentes partes del Perú y algunos que habitaban en la ciudad de Lima o sus alrededores (Ocampo, 2012, p. 7).

Refieren algunos historiadores que cuando llegaron a invadir, las personas se asentaban según iban llegando, tomando posesión de los lotes de tierra. Los dueños de esas áreas al no poder hacer nada, cedieron.

Algunas de las personas que asentaron la tierra apuntan que por las noches se unían para defender sus lotes, porque decían que unos “matones” subirían a quitarles el espacio ganado. Pero no se dio un enfrentamiento directo; solo a nivel judicial para su reconocimiento, que continúa hasta el día de hoy (Ocampo, 2012, p. 7).

Dentro de la ciudad de Lima, se encuentran varios distritos donde gran parte de sus habitantes son personas que han emigrado de las zonas rurales, como apuntaba UNICEF anteriormente y se han asentado en los cerros de la periferia de la ciudad. En el presente estudio, únicamente se enfocará a la situación de uno de los cerros de la zona sur de Lima, uno de los asentamientos más recientes, La Nueva Rinconada o Pamplona Alta, situada en el distrito de San Juan de Miraflores. Puede observarse a continuación un mapa sectorizado del distrito, dividida cada zona de un color diferente, como se señala anteriormente el estudio se centra en la zona de Pamplona Alta, marcada con un 1 azul en la figura 2.



Figura 2: Distrito de San Juan de Miraflores por sectores⁴.

⁴ La zona del distrito de San Juan de Miraflores coloreada en azul (1), corresponde a la zona de Pamplona Alta, allí se localiza la Nueva Rinconada.

4.1.1. LA NUEVA RINCONADA O PAMPLONA ALTA

El sector “Pamplona Alta” o La Nueva Rinconada de San Juan de Miraflores, se encuentra ubicado en la parte norte del distrito de San Juan de Miraflores, en terrenos accidentados de los cerros del mismo nombre. En su interior albergan 5 Asentamientos Humanos, 3 Asociaciones de Vivienda, 26 Sectores Poblacionales y 45 Ampliaciones; con un total de 79 pueblos y unos 95,000 habitantes (19.000 familias). En esta zona se ubica el Cementerio Municipal, y se han detectado problemas serios de tráfico de tierras (PLSC, 2016).

Como zona invadida sin planificación alguna, los/as niños/as y jóvenes de Nueva Rinconada no tienen acceso a la educación local; solamente se pueden encontrar algunos colegios estatales que brindan la educación primaria y cursos como zapatería, costura o mecánica en la parte baja de Pamplona, el área urbanizada, a la que llegan a pie en casi una hora y donde hay pocas plazas para la matriculación (Oxfam, 2015). Ante el limitado acceso a la educación y el trabajo, hay jóvenes que han optado por la delincuencia y niños/as que trabajan en las calles.

La Nueva Rinconada es un área de “alto riesgo” debido a la construcción improvisada de las casas con bases inestables de piedras, además está la amenaza constante de la caída de rocas provenientes de las cúspides de los cerros (se estima que con un sismo de 8 grados podrían llegar a morir mil 169 personas en el área de Pamplona Alta, según el estudio de Predes y la Cooperación Suiza de 2009).

Dentro de esta área hay un total de 143 asentamientos humanos, los cuales se encuentran en una situación precaria. Muchas personas que conforman este asentamiento no cuentan ni con luz ni con agua.

De las 65 mil personas de Nueva Rinconada o Pamplona Alta, 59 mil 800, el 92% accede al servicio de agua por medio de camiones cisterna, les suponen un coste de 3 soles (unos 0,76 céntimos de euro) por 100 litros. Esta cantidad, le alcanza a una familia de aproximadamente 5 personas, para tan solo un día. En un mes pueden llegar a gastar 90 soles (unos 23€). Teniendo en cuenta que, en la zona baja de San Juan de Miraflores, las familias llegan a pagar 35 soles mensuales (unos 9€), la diferencia es significativa. Las

personas que se encuentran en los asentamientos humanos, generalmente trabajan en el mercado ambulante, son los que más gastan y lo que menos dinero ganan para subsistir (INEI, 2017)

Al problema del agua, se le suma la ausencia de un sistema de alcantarillado, que es reemplazado por silos, letrinas o el mismo campo libre. Cuando suben las temperaturas, esto ocasiona un olor insoportable y un gran foco de infecciones.

Tras la falta de respuesta del Estado, todo lo que se ha construido en la Nueva Rinconada ha sido fruto del trabajo de los/as mismos/as habitantes (el centro de educación infantil e incluso la nueva carretera para facilitar el acceso, así como las escaleras que llegan hasta lo más alto del cerro)

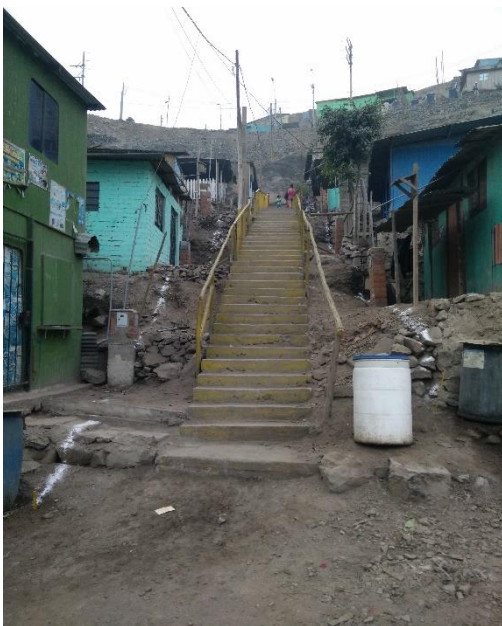


Figura 3: Vistas interior y panorámica de La Nueva Rinconada (2018). Fotografía de la autora.

4.2. SITUACIÓN DE LOS NIÑOS/AS Y JÓVENES DE LIMA Y LA NUEVA RINCONADA

Actualmente, hay un alto índice de menores que conforman la población Limeña, pues es el departamento con mayor población infantil de todo Perú. Según las estimaciones oficiales, en Lima viven 6 millones 922 mil 109 niños y niñas de entre 0 a 11 años de edad, los cuales representan el 22% de la población total⁵ (INEI, 2016). Estos porcentajes no son del todo acertados debido a las personas que se encuentran asentadas en las periferias de la ciudad y de las que no se tiene un registro y estudio total.

La situación de los y las menores ha mejorado de forma considerable en algunos ámbitos en los últimos años. La mortalidad infantil se ha reducido, se ha incrementado el control prenatal y el parto institucional, y, sobre todo, se ha aumentado el acceso a la educación. Sin embargo, otros problemas como la desnutrición crónica y la anemia infantil, los bajos logros de aprendizaje y la elevada incidencia de maltrato a niños/as y mujeres siguen siendo elevados y persistentes (UNICEF, 2017). En el Perú, hay una gran diversidad cultural, étnica, lingüística, socio-económica y geográfica, por lo que los promedios nacionales tienden a esconder la real magnitud de los problemas en las distintas zonas del país (UNICEF PERÚ, 2012).

En la provincia de Lima el 23% de sus niños/as y jóvenes viven en situación de pobreza, esto significa que casi 600.000 menores de entre 0 y 17 años de edad, se encuentran en dicha situación (INEI, 2017). En cuanto a la educación, Lima es uno de los departamentos del Perú que mejor se encuentra respecto a ello⁶. En lo referente a la maternidad temprana, el 11% de las adolescentes de entre 15 y 20 años de edad son madres en Lima (INEI, 2017).

Pero, ¿cuántos niños y niñas viven en la calle y sufren las consecuencias de ello? no se tienen estudios, ni cifras acerca de los y las miles de niños y niñas que se encuentran en esta situación dentro de la ciudad limeña. Menos datos se tienen aun de la Nueva Rinconada, debido a su reciente creación. Cabe destacar que, los y las menores son uno

⁵ Se estima que el 35,2% de los hogares limeños cuenta con al menos un menor de 12 años de edad.

⁶ El 83% de los/as niños/as concluyen a tiempo la primaria, frente al 72% de los y las adolescentes que concluyen la secundaria.

de los grupos más vulnerables y a los que más afecta la situación de pobreza, así como la violencia física y psicológica del hogar y del entorno, en familias con bajos recursos.

Esto trae consigo que, las experiencias de violencia que sufren estos niños y niñas afecten en el funcionamiento general del mismo/a en todos los aspectos de su desarrollo (social, emocional, intelectual, físico y motor). Además, a menos edad de la víctima y a mayor intensidad y frecuencia de maltrato, los efectos son más graves. Esto trae consigo graves consecuencias para las víctimas que lo sufren y repercute en el desarrollo de las sociedades en las que se encuentran (Fundación Marista por la Solidaridad Internacional, 2017). Dentro de las familias de la Nueva Rinconada, muchas de las problemáticas mencionadas están presentes en el día a día de los y las menores, repercutiendo en su pleno desarrollo personal, emocional y social.

Cabe destacar que el Estado peruano ha elaborado el “Plan Nacional de Acción por la Infancia y la Adolescencia 2012-2021 (PNAIA 2021)” el cual “constituye la política marco del Estado peruano en materia de infancia y adolescencia, se encuentra jurídicamente reconocido mediante Decreto Supremo N° 001-2012-MIMP, el cual fue elevado a rango de ley en noviembre 2015 mediante la Ley N° 30362”. Este Plan tiene como uno de sus objetivos garantizar la protección de las niñas, niños y adolescentes de 0 a 17 años de edad (Decreto supremo, 2012). Avance con el que cuenta el Estado peruano para mejorar la situación del alto número de niños y niñas que se encuentran en situación de desprotección.

4.3. EL PROGRAMA “CASITAS”

Debido a la baja calidad de educación que tienen los menores en la zona estudiada y analizada, se ha introducido un programa en el que los/as niños/as tiene la oportunidad de aprender, de conocer nuevos valores, de convivir con niños y niñas de diferentes edades y de aprender jugando.

El Programa “Casitas” está orientado a la atención integral de niños y niñas de entre 6 y 12 años de edad, del distrito de La nueva rinconada, donde viven en contextos de riesgo, problemas psicosociales y situaciones que les impiden la realización y el disfrute de sus

derechos. Dicho programa forma parte de Encuentros, Servicio Jesuita de la Solidaridad, donde integran programas de desarrollo educativo integral conjuntamente con otros programas a nivel nacional.

El programa “Casitas” apuesta por ser un espacio donde los niños y las niñas pueden jugar, crear y aprender a conocerse. A partir de dichas habilidades los niños y las niñas pueden convertirse en un agente de cambio para su comunidad y familias. El eje fundamental del programa es el desarrollo del mundo y la expresión creativa, considerando estas capacidades como una manera de enfrentarse a la vida de la mejor forma, aportando a la sociedad ideas desde su proceso reflexivo y crítico de la realidad que les rodea. Para la consecución de las mismas, “casitas” se basa en el Modelo Holístico de Kenneth Goodman (2003), dicho modelo se explica a través del área del lenguaje, considerando que el lenguaje es tanto personal como social. Está impulsado desde dentro, por la necesidad de comunicación y está moldeado desde afuera según las normas de la sociedad. Para Goodman (2003), se considera que el lenguaje otorga poder, y aprender el lenguaje es aprender a dar significado, aprender a encontrarle sentido al mundo en el mismo contexto en el que nuestros padres, nuestras familias y, en general, nuestras culturas se lo encuentran.

También se trabaja la autoestima y las habilidades sociales, hace tres años, se realizó un plan piloto para evaluar la autoestima de los niños y las niñas. Esta evaluación se basaba en el auto-concepto que tienen de su propia identidad, imagen, capacidades intelectuales, relaciones con el grupo de iguales, capacidad para hablar en público entre otras. A través de ello, se concretaron los niveles de autoestima de los niños y las niñas y se determinó un plan de acción basado en actividades didácticas, propuestas por el modelo de Feldman (2005), maestro argentino de didáctica y licenciado en Ciencias de la Educación. Se ha considerado que a través del desarrollo de la autoestima los niños y niñas podrán mejorar las habilidades sociales como la resolución de conflictos, la empatía, la comunicación, el autocontrol y la cooperación (ENCUENTROS SJS, 2016).

Además, cuentan con el sistema de ludoteca. En “Casitas” consideran que la mejor forma de recuperar la esencia de la infancia es proporcionando un espacio para jugar, crear y divertirse compartiendo con más niños y niñas de diferentes edades, personalidades e

intereses en un mismo entorno (ENCUENTROS SJS, 2016). El concepto de juego en el que se basa es el del Centro de Investigación y Capacitación en Recreación y Juego “La Mancha” en Uruguay, señala que: “El juego es una actividad libremente elegida que otorga el permiso de trasgredir normas de vida internas y externas; es un satisfactor sinérgico de necesidades humanas fundamentales, en una dimensión individual y colectiva, con alcance en el plano social, cultural y político”.

Como menciona este Centro, el derecho a jugar fue reconocido en la Declaración de los Derechos del Niño en 1959. Treinta años después, en la Convención de los Derechos del Niño, el artículo 31 reconoce “el derecho de los niños al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad y a participar libremente en la vida cultural y en las artes” (NACIONES UNIDAS, 1990, 31). Por ello, este programa apunta sus actividades hacia el conocimiento, la vivencia y la valoración de este derecho entre los/as niños/as del programa.

Se realizan diferentes actividades, juegos dirigidos, espacio de juego libre, talleres de manualidades, artes plásticas, baile, razonamiento lógico-matemático, entre otros. Todas ellas se relacionan a la visión y comprensión del mundo y la expresión creativa, desarrollo de la autoestima y habilidades sociales.

El objetivo general del programa es fortalecer las capacidades socio-emocionales y cognitivas de niños y niñas de 6 a 12 años de edad, favoreciendo el disfrute de su infancia a través de espacios lúdicos y culturales, así como su reconocimiento como sujetos de derechos.

Dicho objetivo se desglosa en otras cinco metas más específicas; acompañar a los niños y las niñas en el proceso de interiorización de una cultura de respeto, igualdad y tolerancia con independencia de su género, edad y proveniencia. Fortalecer la autoestima y seguridad personal de los niños y las niñas por medio del desarrollo de sus habilidades creativas y expresivas. Mejorar las habilidades sociales de ellos y ellas entre pares y dentro de la comunidad que los acoge. Fortalecer los aprendizajes cognitivos por medio de estrategias grupales y participativas. Desarrollar en los niños y las niñas habilidades para el trabajo en equipo (ENCUENTROS SJS, 2016).

La metodología con la que cuentan, se denomina ludoteca. Esta, encierra en y por sí misma una propuesta de educación popular, queriendo decir, que se instaura desde la necesidad de las comunidades y para la mejora de las mismas. Su principal medio de aprendizaje es el juego, donde los niños y las niñas participan de una forma activa, siendo en todo momento los y las protagonistas de su propio aprendizaje (ENCUENTROS SJS, 2016).

Las “Casitas” funcionan 3 días a la semana, miércoles, viernes y sábado. Dentro de las mismas se sigue un programa anual (POA) donde se establecen los temas a tratar de cada mes, en función de las necesidades detectadas en la zona, en este caso La Nueva Rinconada. Las estrategias a utilizar y las actividades que realiza cada “Casita” son adecuadas por la educadora, los/as estudiantes de prácticas y los/as voluntarios que apoyen cada casita, contextualizando las actividades en función de las características y expectativas de los niños y las niñas que asisten a la misma. Cada una de las actividades que se realiza, tienen un propósito claro dentro de la metodología de “Casitas”, las estrategias de cada educadora son diferentes, pero todas y cada una de ellas apuntan al mismo objetivo.

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5.1. INTRODUCCIÓN

En este proyecto se presentará una propuesta de intervención en el que se abordará la educación emocional desde la música propia del Perú, trabajándola desde la educación social. Se trata de un programa trimestral planteado como un sentido propositivo a partir del diagnóstico, la contextualización y conocimiento de esa comunidad. El trabajo se centra en dos ejes protagonistas: la música autóctona de Perú y las emociones, de ahí que las actividades giran en torno a esa propuesta.

Desde la experiencia personal y formativa ha surgido la motivación para realizar este trabajo y enfocarlo hacia esta temática. Por un lado, todas las personas utilizamos la música con frecuencia en múltiples aspectos y épocas de nuestra vida. Podemos considerar que la música es fundamental para la formación integral de las personas. Además, puede considerarse una parte esencial de nuestra vida. Hay numerosos estudios que demuestran que es una herramienta muy poderosa para el aprendizaje en general que nos enriquece como personas. Desde un primer momento, hemos introducido la temática de las emociones ya que se ha considerado que, dentro de la nueva realidad en la que nos hemos encontrado, apenas se trabajan las emociones y los estudios acerca de las mismas son escasos. Teniendo en cuenta que la educación emocional es algo relativamente reciente que, poco a poco va cobrando importancia en los procesos de enseñanza y aprendizaje, y que se considera un ámbito imprescindible para el ser humano hemos decidido explorar este campo. Consideramos que la mejor forma de trabajar la educación emocional es a través de la música típica de la propia cultura, ya que es algo cercano, que está presente en todos los lugares, que comparten y conocen. La música será el hilo conductor para trabajar las emociones.

Como hemos podido comprobar a través de la observación, la documentación y la propia vivencia, Perú es un país muy rico musicalmente hablando. Tienen una amplia variedad y estilos musicales, que puedes ir escuchando a lo largo de todo un día y que va provocando multitud de emociones diferentes. Es algo que está presente en cada sitio de Perú; el camión de la basura tiene su propia canción, la marcha atrás de los coches lleva consigo el himno peruano, las lavadoras cuando terminan el programa te avisan con una

melodía que dura en torno a 1 minuto o en los supermercados y en los autobuses, se escucha todo tipo de géneros musicales.

Por todo lo expuesto, es por lo que se ha considerado la importancia de la música para trabajar las emociones, pues resulta un vínculo de comunicación que va mucho más allá que el lenguaje verbal. Muchas veces, a través de la música y del estilo de esta, podemos expresar lo que sentimos, y comunicarnos, a veces, con el resto de personas de una forma más clara y evidente que con las palabras.

La intención de este trabajo es dar muestra de algunas de las posibles estrategias metodológicas, así como de actividades relacionadas con la música, concretamente la música de la cultura peruana, como herramienta para trabajar las emociones en la educación social. El objetivo principal que se quiere conseguir es mejorar el aprendizaje del grupo de personas al que va dirigido, favoreciendo así su desarrollo integral y por supuesto, contribuir a la formación de personas socialmente equilibradas y sanas.

5.2. CÓMO SON LOS Y LAS MENORES DEL PROGRAMA “CASITAS”

Esta propuesta, se enfoca principalmente al conocimiento de las emociones y al aprendizaje de la canalización de las mismas, como una herramienta de comunicación. Va dirigido de niños y niñas de entre 6 y 12 años de una de las zonas más pobres de Lima, La Nueva Rinconada.

Centrándome en las características de los/as menores, el programa “Casitas” abarca varias etapas de desarrollo cognitivo. Por ello, nos encontramos con que algunos/as están aprendiendo a escribir y a leer, mientras que otros/as ya saben hacer operaciones matemáticas complejas. Hablando en términos de Piaget (Mercee, 2000) los/as niños/as de entre 6 y 7 años se encontrarían en la “etapa preoperacional”, donde la imaginación y la retención en la memoria de imágenes están en pleno desarrollo. Sin embargo, todavía no han empezado a considerar la realidad desde la perspectiva de otras personas. Mientras que los niños de 7 a 12 años ya se encuentran en la etapa de operaciones concretas, donde las capacidades para pensar de manera lógica y adoptar la perspectiva del otro ya comienzan a aparecer. A las diferencias de edades, se le suma que debido a la situación en la que viven, las oportunidades entre unos/as y otros/as son muy diferentes. Esto

ocasiona la diferencia en el desarrollo de cada niño/a. Todos y todas comparten algo en común, el espacio al que acuden y las ganas de aprender cosas nuevas cada día. Además, esas diferencias que caracterizan a cada participante es lo que hacen del programa algo enriquecedor para todos y todas.

Por lo general, estos/as menores suelen reclamar atención y cariño, y son bastante movidos. La mayoría tiene carencias familiares debido a que los padres y las madres trabajan desde temprano hasta tarde y pasan mucho tiempo solos/as. A nivel general, son muy educados/as, participativos/as, risueños/as y generosos/as con los/as compañeros/as. A nivel emocional, distinguen algunas de las emociones básicas y se ha tratado la felicidad y la tristeza en algún taller con ellos/as de forma puntual, pero nada de forma continuada, ni dando un interés concreto.

Musicalmente hablando, como he dicho anteriormente, disfrutaban mucho de la música, pues es parte importante e indispensable de su cultura. A la mayoría les gusta el reggaetón y el rap ya que son géneros ampliamente difundidos. Desde mi punto de vista, son géneros musicales poco educativos que transmiten valores contrarios al objetivo del programa en el que se presenta la propuesta. Es por ello, que ningún de estos estilos musicales aparecerán a lo largo de las actividades.

5.3. JUSTIFICACIÓN

La propuesta que se plantea en el programa “Casitas” de Pamplona Alta, surge de la necesidad de que los/as niños y niñas se conozcan a sí mismos y que aprendan a gobernar las emociones que les surgen en cada momento de su vida. Conocer las emociones de forma correcta para que puedan colaborar con su inteligencia, hace que las relaciones intrapersonales e interpersonales sean mucho más ricas.

Se ha considerado de gran importancia trabajar este ámbito, ya que dentro del POA (programa operativo anual) del propio programa no se han planteado el trabajar la inteligencia emocional. Además, las propias educadoras del programa “Casitas”, no tienen un concepto claro sobre las emociones y lo que produce en una persona el conocimiento de las mismas.

La inteligencia no garantiza el éxito en la vida cuando se dejan de lado las habilidades sociales, es decir, son las habilidades sociales y emocionales las que contribuyen a la estabilidad emocional y social y a nuestro equilibrio social y relacional. Además, las emociones y el conocimiento de las mismas, han permitido que las personas estén abiertas a otros ideales y modelos de persona que se encuentran dentro de toda sociedad. No todas las personas sienten y se relacionan igual, es de relevancia entender que cuando una persona se comporta de una determinada manera, detrás de ello le acompaña una emoción y un hecho que hace que actúe, o no, de tal forma. Se trata de empatizar consigo mismo y con las personas que se tiene alrededor.

5.4. OBJETIVOS

- **Generales:**

- Conocer e identificar algunas de las distintas emociones que sentimos, a través de la música típica de Perú y la comunicación, para aprender a gestionarlas en la resolución de conflictos.
- Mostrar nuevas estrategias metodológicas con carácter participativo, dinámico y flexible con la improvisación y la creación libre.

- **Específicos:**

- Mantener y dar la importancia pertinente a uno de los aspectos destacables de la propia cultura, la música.
- Profundizar en el conocimiento y la gestión de las emociones
- Aprender herramientas sociales para reducir los conflictos interpersonales e intrapersonales.
- Expresar los sentimientos a través de la expresión artística y la creatividad.
- Respetar la opinión y empatizar con las demás personas.

5.5. METODOLOGÍA

Todas las partes del trabajo que he llevado a cabo, responden a la revisión pertinente de artículos y estudios, así como la propuesta práctica, que se ha complementado con mi experiencia propia y las observaciones y los estudios realizados durante mi estancia en el nuevo contexto social. Las actividades propuestas han necesitado de una base teórica y, para ello, ha sido necesaria una búsqueda de información en torno al tema, tanto para poder fundamentar como para complementar esta propuesta musical y emocional.

Para ello, como he dicho anteriormente, he aprovechado fuentes primarias como recursos audiovisuales, la propia experiencia y la observación directa del colectivo al que se dirige; además de fuentes secundarias como artículos, tesis, libros y revistas relacionados con la temática de las emociones y con la temática de la música. La técnica que se ha empleado principalmente ha sido la documentación en profundidad del tema y la realización de una serie de actividades adecuadas a la situación y el contexto. Estas actividades, se han pensado en todo momento para llevarse a cabo en el programa con los niños y las niñas, a través de una metodología de carácter autobiográfica, es decir a través de su propia vida y de sus recuerdos y una metodología creativa y artística.

Para la elaboración de la propuesta, he intentado acercarme a los postulados de la investigación narrativa en educación para darle valor al elemento subjetivo poniéndolo en un primer plano a la hora del diseño de la propuesta. Además, la propuesta se ha elaborado en parte, por la falta de intervenciones de este tipo enfocadas a la educación social y a la educación no formal.

Con el presente proyecto, lo que se pretende evaluar y analizar la situación emocional de estos/as menores, siendo ellos y ellas los y las participantes en todo momento se su propio aprendizaje y del estudio. Se trabajará la educación emocional para cualquier momento de su vida, se conocerán y aprenderán las diferentes emociones a través del programa diseñado. Se relacionarán con la música para comprobar la conexión que existe entre emociones y música y la sencillez del aprendizaje a través de este método. Para todo ello, se han empleado diferentes herramientas, y se han adaptado a las diferentes dinámicas teniendo siempre en cuenta la realidad y el contexto hacia el que se dirige.

En todo momento debe haber una coherencia entre el trabajo que se hace y aquellas personas hacia las que va dirigido, y con las cuales, se pretende llevar esta propuesta a la práctica. Para ello, tanto para la fundamentación como para la propuesta de actividades, ha sido necesario conocer en profundidad a los/as menores, las necesidades de los/as niños/as, las formas en las que mejor aprenden y que es lo que se puede llevar a cabo en la realidad presente, siempre teniendo en cuenta el contexto en general. Por ello, la propuesta y las actividades en concreto, están planteadas desde un enfoque globalizador.

Creo que este tipo de planteamientos puede responder a la realidad de estos/as menores, los/as cuales no tienen que ver los/as unos/as con los/as otros/as, tienen ritmos de aprendizaje muy distintos o historias familiares diferente, entre otras cosas. Se ha considerado que la propuesta debe adaptarse a todas las diferencias que nos encontramos dentro de un grupo de niños/as con diferentes edades y formas de ser y actuar. Por ello, considero esta propuesta como un proyecto trimestral futuro, en el que los/as destinatarios van a observar y experimentar, van a trabajar de forma autónoma, cooperativa y participativa, y van a tener un proceso de socialización combinado con la búsqueda de las emociones. Todo ello, favorecerá en el crecimiento de todos los ámbitos, además, con la introducción de la música, se promoverá y facilitará el trabajo desde la creación y la improvisación artística.

5.6. RECOGIDA DE INFORMACIÓN

Para la realización de las actividades y de la propuesta en general, ha sido necesario conocer cómo se tratan las emociones dentro del programa “Casitas”: si son tratadas como parte del programa, de qué forma, que es lo que saben acerca de las mismas o la importancia que tienen o no dentro del POA, entre otros aspectos. Para ello, ha sido necesario recopilar la información a través de las propias educadoras de las “Casitas”, a través de una sesión lúdica y visual donde he podido obtener parte de la información necesaria para después complementarla con la que han propiciado las educadoras.

Lo que he pretendido es llevar a cabo una de las actividades plantadas en la segunda fase de la propuesta de intervención, adaptada hacia las educadoras, para comprobar cómo se

desenvuelven ellas mismas y cómo se podrían desenvolver los niños y las niñas. Por lo tanto, el caso práctico ha tenido dos funciones: una como recopilación de información y detección de necesidades y otra, como ejemplo de desarrollo de una de las sesiones planteadas.

La actividad que se ha utilizado ha sido **“La canción la uno con la emoción”**, y los objetivos que se perseguían han sido los siguientes:

- Conocer la concepción que tienen las educadoras acerca de las emociones.
- Conocer cómo ven las educadoras de importante trabajar las emociones con los/as niños/as de casitas.
- Realizar una de las sesiones de propuesta futura que se llevaría a cabo con los/as niños/as.
- Conocer si se trabaja con los/as niños/as y de qué manera, a través de su experiencia propia en la sesión y reflexionando acerca del trabajo en los centros.



Figura 3: materiales utilizados en la sesión “La canción la uno con la emoción”, La Nueva Rinconada, (2018). Fotografía de la autora.

La sesión de recogida de información, se ha llevado a cabo de la siguiente manera; primero, se han recopilado ocho imágenes icónicas, extraídas del libro *“Emocionario”*, Nuñez, P. (2013), que corresponden a las emociones que se trabajarán en todas las sesiones, estas son: alegría, tristeza, miedo, vergüenza, sorpresa, ira, calma y aburrimiento

(véase Anexo I). Después, se han buscado ocho canciones peruanas de diferentes estilos musicales que, a criterio personal, se adecuaban a cada una de las emociones. Con todo ello, lo que se perseguía es que según fueran escuchando cada canción, ellas mismas relacionaran las emociones, con las imágenes y con las canciones, según lo que le transmitiera a cada una de ellas. Para finalizar, se ha observado cómo cada una de las educadoras ha asociado una canción con una imagen y con la emoción que les transmitía y cómo no coincidieron conmigo y con sus compañeras.

Por último, se cerró la sesión con un grupo de discusión acerca de las emociones, se plantearon una serie de preguntas abiertas donde cada una era libre de opinar lo que sentía, pues ninguna respuesta era correcta o incorrecta. En el transcurso del grupo de discusión, fueron surgiendo nuevas preguntas que se reflejaron en el análisis de la sesión, estas se plantearon de forma abierta. enriqueciéndose durante el debate:

- ¿Qué es para ellas una emoción?
- ¿En qué creen que les puede beneficiar a estos/as niños/as conocer y aprender las emociones para su día a día?
- ¿Creen que los/as niños/as conocen lo que son las emociones y cómo se manifiestan dependiendo de los acontecimientos que les ocurre en su vida?
- Piensan que trabajando las emociones junto con la música peruana (algo característico de su propia cultura), puede ayudar al conocimiento de ellos/as mismos/as, que aprendan a comunicarse y decir cómo se sienten sin que piensen que está mal.
- ¿Creen que el conocimiento de emociones se podría complementar con la empatía de estos/as niños/as hacia las demás personas?

5.6.1. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Antes de comenzar la sesión, se explicó a las educadoras que no se trataba de indagar sobre si les gustaban o no las canciones y las imágenes, sino de lo que les transmitían de forma individual a cada una de ellas, según escuchaban las canciones y visualizaban las distintas imágenes. En las siguientes ilustraciones se documenta la sesión realizada con las educadoras (Figuras 4 y 5):



Figura 4: Educadoras del programa “Casitas” realizando la sesión de las emociones, La Nueva Rinconada, (2018). Fotografía de la autora.



Figura 5: Educadoras del programa “Casitas” observando los resultados de la sesión, La Nueva Rinconada (2018). Fotografía de la autora.

Los resultados que se han obtenido han sido los esperados, ninguna de ellas ha coincidido conmigo en la relación canción-imagen-emoción, y tampoco han coincidido entre ellas. A excepción de la emoción de la ira, en la que todas ellas han coincidido en la misma canción, pero no en la misma imagen. Tras observar los resultados obtenidos, se ha llegado a la conclusión de que para cada persona las emociones significan, se sienten y se manifiestan

de diferente manera. También, que las emociones se manifiestan de una forma u otra dependiendo de cómo se encuentre una persona ese día y en un momento determinado.

Después, he querido que cada una de ellas me definiera qué es una emoción y qué significaba para ellas. Las respuestas han sido: para Z. E., “Una emoción es cómo te sientes en un momento, puedes sentir alegría, tristeza, etc., dependiendo lo que veas ese día cambias de emoción”. Para M. A.: “Una emoción es un sentimiento, expresar si estas alegre o triste, lo que sientes, no lo manifiestas lo haces sentir, a veces estando con personas ellas entienden que estas mal o estas enfadada” y para B. R., “Una emoción es una reacción emotiva que viene “al toque”⁷, mediante que te da esa acción, esa experiencia que también se va rápido. Es algo “fugaz” por así decirlo”. Todas ellas coinciden en que una emoción es igual a un sentimiento y tienen relación, pero, la verdad es que son cosas diferentes. Un sentimiento lleva consigo una emoción más un pensamiento, pero una emoción dura menos que un sentimiento y no tienen por qué venir acompañada de un pensamiento.

Como ellas mismas han apuntado, el que los niños y las niñas conozcan lo que son las emociones y como se manifiesta les puede beneficiar; (M. A.) “Sobre todo les beneficia en diferenciar que es una emoción, el por qué les viene de esa manera tan rápida, por qué no dura.” (Z. E.) “Creo que les puede beneficiar y aprovechar en su día a día”. Ellas han considerado que los niños y las niñas si conocen sus propias emociones, (M. A.) “conocen cuando están alegres, cuando están tristes, cuando algo les molesta o les aburre”. (B. R.) “Hemos trabajado unas dos veces, la alegría y la tristeza con ellos y ellas. Esas si las saben, yo creo”. Sin embargo, aunque creen que conocen algunas de ellas, están de acuerdo en que hay otras emociones que no saben bien cuales son.

Ven como un aspecto positivo el trabajar con ellos y ellas a través de la música, las educadoras, en algunas de sus sesiones ponen la radio y han comprobado que les anima y les crea un estado de motivación, incluso, alguna de ellas apunta que les ve más atentos/as; (Z. E.) “la música les gusta mucho, “al toque” se les ve felices y animados/as cuando hacemos algún taller que nos les gusta”, (B. R.) “yo pienso que usar la música sería bueno, nunca he hecho un taller con música. Si he puesto música en la radio alguna

⁷ Expresión peruana para decir que algo viene o se hizo rápido.

vez mientras hacían una manualidad, pero no más”. Creen también que es importante anteponer la música tradicional de su país al reggaetón que es casi lo único que los jóvenes escuchan; (M. A.) “las de reggaetón las cantan todas, pero luego no conocen la chicha peruana o la música criolla”, (Z. E.) “además, esas canciones dicen cosas bien feas que ellos y ellas cantan”.

Por último, todas las educadoras están de acuerdo en que conocer las emociones propias, por qué nos surgen y cómo se manifiestan en cada uno de nosotros y nosotras, es de gran relevancia para tener respeto hacia los compañeros y las compañeras y hacia las demás personas que conviven con ellos y ellas. (M. A.) apunta “creo yo misma nunca había pensado si Z. E. por ejemplo, se pondría feliz con algo con lo que yo me pongo feliz”. (Z. E.): “ellos y ellas no han pensado qué siente su amiguito o amiguita ese día que llega a la “Casita”, si está enfadado/a o triste tampoco saben por qué está así ni le dicen nada para que se sienta mejor”. Por último, las educadoras son conscientes de que ciertos niños y niñas tienen problemas de diversos tipos dentro de la familia, como manifiesta (B. R.): “muchas veces vienen tristes o muy callados/as porque algo ha pasado en su casa, pero yo no les pregunto, me imagino que es por eso”. No se han detenido a pensar que quizás se encuentren así por otro motivo, el cual se puede trabajar y colaborar en la “Casita”.

Como conclusión, las emociones no se tratan en los talleres de las “Casitas”, desconocen hasta qué punto los niños y las niñas son conscientes de las emociones que emergen a lo largo de todo un día y el por qué. Consideran relevante trabajar el ámbito de las emociones y creen que la música podría enriquecer el aprendizaje y hacerlo más divertido y ameno. En la actividad planteada se han mostrado receptivas y participativas en todo momento, y han disfrutado con ella. Han considerado que esta sesión debería plantearse con los niños y las niñas una vez se hayan trabajado bien las diferentes emociones, lo que son cada una de ellas y cómo se manifiestan en cada persona. Valoración con la cual coincido: es relevante afianzar primero los conocimientos, por ello, esta actividad forma parte de la segunda etapa, cuando ya saben diferenciar y distinguirlas.

5.7. ACTIVIDADES

La propuesta de intervención constará de 12 sesiones, repartidas a lo largo de 3 meses (abril-junio). Todas ellas contarán con una duración aproximada de 1h o 1h y 30', menos la última que durara 2h.

Las actividades de la propuesta de intervención constarán de tres etapas: la primera, se centrará en el conocimiento de las emociones, saber distinguir las y afianzamiento de las mismas. La segunda, parte constará de actividades relacionadas con el arte, la creatividad y la imaginación teniendo como tema presente en todo momento las emociones y la música. En esta segunda parte se tratará de encontrar y sentir las diferentes emociones de forma tanto individual como grupal. En la tercera y última parte, los niños y las niñas ya conocen las emociones y distinguen en qué situaciones podrían aparecer, se trata de mostrar a los y las demás sus sentimientos con diferentes actividades.

A continuación, se desarrollarán parte de las diferentes sesiones propuestas, concretamente dos de cada fase, marcadas a través de una secuenciación en el desarrollo de las actividades con los siguientes apartados:

1. Nombre de la sesión.
2. Etapa de la actividad
3. Nombre de la actividad.
4. Temporalización.
5. Objetivos.
6. Materiales.
7. Presentación y desarrollo de la actividad.

Todas las sesiones comenzarán con una “mini sesión” de relajación de aproximadamente 10 minutos, para que los/as niños/as se relajen y puedan hacer las actividades estando bien atentos/as a las canciones que se presentarán cada día. Además, se les explicará antes de cada sesión que no se trata de si les gusta o no la canción que están escuchando, sino que se trata de reconocer la emoción que les transmite al escucharlas.

5.7.1. DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES

La propuesta de intervención consta de 12 sesiones, de las cuales únicamente se desarrollarán 6, dos de cada una de las fases en las que se han estructurado las actividades.

Primera fase; presentación y conocimientos de las emociones.

“CONOCEMOS LAS EMOCIONES”

- **Objetivos:**
 - Dar nombre a las propias emociones.
 - Saber reconocer las diferentes emociones.
 - Tomar conciencia de las emociones.
 - Reflexionar sobre las propias emociones.
 - Experimentar emociones positivas.

- **Materiales:**
 - Proyector u ordenador
 - Reproductor de música

Inicio de la sesión:

- *“Presentamos a las emociones” (15’)*

Se presentarán las emociones que se trabajarán durante toda la propuesta de intervención: vergüenza, ira, calma, miedo, aburrimiento, alegría, tristeza y sorpresa. Para hacerlo de forma visual, se usarán fotografías que representen de forma precisa las emociones que nos interesa tratar. De esa forma, se conseguirá llamar la atención de los y las menores que nos ayudarán en definir cada emoción de la imagen que aparece.

Desarrollo de la sesión:

- *“Explicamos las emociones” (35’)*

Una vez presentadas las emociones, se pasará a explicar que son cada una de ellas, siempre con la ayuda de los niños y las niñas, pues lo que queremos es hacerles en todo momento protagonistas de su propio aprendizaje. Consistirá en conocer cada una de las emociones mencionadas y como se manifiestan en nuestro cuerpo por dentro y por fuera (expresiones faciales).

Se especificará que no todas las personas sienten las emociones de igual forma y, seguramente todos ellos y todas ellas las sientan y las manifiesten de forma muy diferente. Es muy importante entender y respetar a los y las demás antes, durante y después de las sesiones.

Una vez explicadas las emociones entre todos y todas, se les hará reflexionar acerca de diferentes situaciones que hayan vivido en su vida, donde hayan experimentado algunas de las emociones que hemos conocido. De esta forma, podremos conocer ejemplos reales donde los y las demás niños y niñas se puedan sentir identificados o incluso donde se muestren diferentes formas de sentir una emoción.

Cierre de la sesión:

- “*Nos relajamos*” (15’)

Para finalizar la sesión, se hará una relajación guiada con una música tranquila (instrumento, flauta de pan) donde deberán pensar en un lugar que les guste, que les haga sentir bien, que les recuerde algo agradable, que les transmita calma y felicidad.

Una vez finalizada la relajación, se les preguntará como se han sentido durante toda la sesión, y que es lo que más les ha gustado y por qué.

“A LA MEMORIA”

- Objetivos:
 - Mejorar la concentración en las actividades.
 - Reflexionar sobre las propias emociones.
 - Respetar a las emociones sentidas por los y las compañeros/as.
 - Experimentar emociones a través de una canción típica del país.

- Materiales:
 - Reproductor de música.
 - Fotocopias.
 - Lapiceros o bolígrafos.
 - Pinturas.

Inicio de la sesión:

- “*Mini relajación*” (10’)

Todas las sesiones comenzarán con una pequeña relajación guiada, para lo cual se escogerá una música de tiempo lento y acorde a ese ambiente. Lo que se persigue con esta actividad es que los niños y las niñas se relajen y estén concentrados/as en las actividades que vamos a realizar. Puesto que son niños y niñas muy movidos/as que suelen venir bastante excitados/as del día, se ha considerado necesaria y acertada esta actividad.

Desarrollo de la sesión:

- “*Atentos y atentas*” (30’/40’)

Después de la relajación, se pasará a realizar la primera dinámica de la sesión. Se pondrá una de las canciones más típicas del Perú sin decir nada más, únicamente deberán escucharla. Mientras la escuchan (las veces que sean necesarias), se les repartirá una fotocopia donde se encontrarán las siguientes preguntas:

- a. ¿Qué **sentimientos** y **emociones** te transmite esta canción?
- b. Si esa emoción fuese un **color**, ¿cuál sería?
- c. Si fuese una **persona**, ¿cómo sería? Descríbela y dibújala.
- d. Si fuese una **película**, ¿de qué trataría?

Deberán ir contestando las preguntas según tengan la fotocopia de forma individual y sintiendo la canción escogida.

Cierre de la sesión:

- “*Compartimos con los y las demás*” (20’)

Después de escuchar la canción y contestar a las preguntas, se hará una puesta en común y se verán las diferentes respuestas que han surgido entre los/as compañeros/as, siempre respetándolas y entendiendo el porqué. Esta dinámica es una forma de presentación y sirve también para poder conocer más a los/as niños/as. Se les preguntará qué es lo que más y lo que menos les ha gustado de la sesión y por qué.

Segunda fase: nos emocionamos a través del arte y la creatividad.

“MUSICOCIÓN”

- **Objetivos:**
 - Expresar las emociones de forma artística.
 - Respetar a los y las demás.
 - Afianzar el conocimiento de las emociones.

- **Materiales:**
 - Instrumentos musicales.
 - Papel.
 - Lapiceros o bolígrafos.
 - Papel continuo.

Inicio de la sesión:

- *“Mini relajación” (10’)*

Todas las sesiones comenzarán con una pequeña relajación guiada, para lo cual se escogerá una música de tiempo lento y acorde a ese ambiente. Lo que se persigue con esta actividad es que los niños y las niñas se relajen y estén concentrados/as en las actividades que vamos a realizar. Puesto que son niños y niñas muy movidos/as que suelen venir bastante excitados/as del día, se ha considerado necesaria y acertada esta actividad.

Desarrollo de la sesión:

- *“Dale ritmo” (40’/50’)*

Algunos/as de los niños y las niñas contarán con un instrumento musical (maracas, pandeteras, flautas) y otros/as harán sonidos con las diferentes partes del cuerpo (piernas, manos, pies, boca). Se dividirán por grupos (3/4), dependiendo de los/as que hayan acudido ese día, cada grupo contará con 1 o 2 instrumentos y los/as demás harán sonidos con el cuerpo. A cada grupo se les propondrá un par de emociones y con ayuda de las educadoras, deberán crear una secuencia donde ellos/as expresen esa emoción. Los/as demás compañeros/as la escucharán un par de veces, y después deberán dibujar de forma

muy sencilla aquello que les ha transmitido esa secuencia poniéndole un título descriptivo y la emociones que han sentido. Deberán hacerlo con las 8 emociones que se están trabajando.

Cierre de la sesión:

- *“Mural emociónate” (10’/15’)*

Una vez se hayan realizado todos los dibujos, con los niños y las niñas crearemos un mural uniendo todas las fichas con las creaciones de las emociones. Observaremos que le ha transmitido a cada niño/a cada secuencia y como lo han expresado de forma artística y con la imaginación.

Después, se les preguntará que es lo que más y lo que menos les ha gustado de la sesión y por qué, para la evaluación de la sesión.

“EN MI MÚSICA”

- **Objetivos:**
 - Expresar las emociones de forma artística y creativa.
 - Respetar a los y las demás.
 - Afianzar el conocimiento de las emociones a través de la música, la naturaleza y la expresión artística.
- **Materiales:**
 - Reproductores de música.
 - Auriculares.
 - Papel continuo.
 - Témperas.
 - Camiseta vieja (para que no se manchen).

Inicio de la sesión:

- *“Mini relajación” (10’)*

Todas las sesiones comenzarán con una pequeña relajación guiada, para lo cual se escogerá una música de tiempo lento y acorde a ese ambiente. Lo que se persigue con esta actividad es que los niños y las niñas se relajen y estén concentrados/as en las

actividades que vamos a realizar. Puesto que son niños y niñas muy movidos/as que suelen venir bastante excitados/as del día, se ha considerado necesaria y acertada esta actividad.

Desarrollo de la sesión:

- *“Con mi musicomural” (40’/50’)*

A cada niño/a se le proporcionará un reproductor de música con sus respectivos auriculares (en caso de no poder contar con un reproductor para cada uno/a se utilizará un reproductor común amplificado para todos/as). Además, se les dará también un pedazo de papel continuo, lo suficientemente grande y pinturas (temperas). Después, cada uno/a saldremos a un espacio al aire libre, donde cada niño/a escogerá un sitio donde poner su papel y sus pinturas, donde permaneceremos a lo largo de toda la sesión. A todos y todas se les pondrán las mismas canciones dentro de su reproductor, según las van escuchando deben ir creando todo aquello que vayan sintiendo y lo que esa música les transmita o les hagan recordar. Toda la sesión será de forma individual, no sirve ver lo que hace el compañero/a, ya que a cada uno/a experimentará diferentes emociones según la música que esté escuchando y que será diferente a la del compañero/a.

Esta dinámica es una forma de reflexión del propio niño/a con herramientas como el arte, la naturaleza y la música.

Cierre de la sesión:

- *“Me abro a los y las demás” (10’/15’)*

Una vez realizado el musicomural, nos sentaremos todos/as en un círculo con nuestras obras creadas. Explicarán a los/as compañeros/as que es lo que han creado, como se han sentido y por qué lo han expresado así. De esta forma, los/as demás podrán entender cómo se han sentido y cuál ha sido la forma de transmitirlo de cada uno/a.

Después, se les preguntará que es lo que más y lo que menos les ha gustado de la sesión y el por qué para la evaluación de la misma.

Tercera fase: compartimos y afianzamos nuestras emociones con los y las demás.

“¿LO HE VIVIDO!”

- **Objetivos:**
 - Tomar conciencia de las propias emociones.
 - Respetar a los y las demás.
 - Manejar las propias emociones a través de fragmentos musicales.

- **Materiales:**
 - Reproductores de música.
 - Bolígrafos y lapiceros
 - Fotocopias.

Inicio de la sesión:

- *“Mini relajación” (10’)*

Todas las sesiones comenzarán con una pequeña relajación guiada, para lo cual se escogerá una música de tiempo lento y acorde a ese ambiente. Lo que se persigue con esta actividad es que los niños y las niñas se relajen y estén concentrados/as en las actividades que vamos a realizar. Puesto que son niños y niñas muy movidos/as que suelen venir bastante excitados/as del día, se ha considerado necesaria y acertada esta actividad.

Desarrollo de la sesión:

- *“A que me recordará...” (30’/40’)*

La educadora elegirá 8 canciones diferentes, una para cada emoción, que desde su propio criterio a ella le causen cada una de las emociones trabajadas. A cada niño/a se le repartirá una ficha donde habrá diferentes apartados:

1. Qué emoción me transmite la canción.
2. A qué situación vivida me recuerda.
3. Cómo me he encontrado al escucharla y al acordarme de la situación.
4. Qué me hace pensar esta emoción.
5. Qué hice cuando experimenté la emoción en esa situación.

Las canciones se escucharán dos veces, una con los ojos cerrados, dejándose llevar, concentrándose en escuchar cada canción y pensando que emoción les suscita cada una de ellas. La segunda vez, escucharán las canciones con los ojos abiertos mientras responden la ficha. Entre canción y canción, la educadora dejara unos 5' para que los niños y las niñas puedan responder tranquilamente. Una vez terminadas las fichas, las educadoras las recogerán y comprobarán que todo y todas hayan terminado.

Cierre de la sesión:

- *“Cómo se siente mi compañero/a” (20'/25')*

Una vez realizada la ficha, se dirán en voz alta algunas de las situaciones reales que los niños y las niñas hayan escrito con la canción correspondiente. Después se les preguntará a los/as demás, como creen que se ha sentido esa persona en esa situación que le ha llevado a recordar esa canción. Comprobaremos las diferentes respuestas que se dan y se dará la respuesta real que el niño o la niña haya puesto en su ficha. Entenderán así que, compartir con los/as demás el cómo me siento yo, hace que me puedan entender mejor, que me respeten, que se pongan en mi lugar y que nos ayude a sentirnos mejor. Para finalizar se les preguntara que les ha parecido la sesión, si les ha gustado o no y el por qué.

“ARTEMOCIÓN”

- **Objetivos:**
 - Tomar conciencia de las propias emociones de forma individual.
 - Respetar a los y las demás.
 - Manejar las propias emociones a través de fragmentos musicales.
- **Materiales:**
 - Reproductores de música
 - Auriculares
 - Bolígrafos y lapiceros
 - Folios reciclados

Inicio de la sesión:

- *“Mini relajación” (10')*

Todas las sesiones comenzarán con una pequeña relajación guiada, para lo cual se escogerá una música de tiempo lento y acorde a ese ambiente. Lo que se persigue con esta actividad es que los niños y las niñas se relajen y estén concentrados/as en las actividades que vamos a realizar. Puesto que son niños y niñas muy movidos/as que suelen venir bastante excitados/as del día, se ha considerado necesaria y acertada esta actividad.

Desarrollo de la sesión:

○ *“Déjame enseñártelo” (40’/50’)*

Se dividirá a los niños y las niñas por parejas de forma aleatoria, de tal modo que no pongan siempre con el compañero/a que más apego tienen. Cada niño/a deberá haber escogido 3 canciones el día anterior con ayuda de la educadora, esta las habrá anotado y descargado previamente. Se proporcionará un reproductor de música, unos auriculares, para cada pareja, un bolígrafo y un papel. Se trata de que los/as niños/as escuchen las canciones que sus compañeros/as han elegido y viceversa, siempre con los ojos tapados (se les vendará los ojos con un pañuelo para evitar que los abran). Deberán estar 100% concentrados/as en lo que están escuchando, ya que mientras tanto deben ir dibujando aquello que les transmita, así hasta realizar 3 dibujos cada uno/a. Serán dibujos abstractos, donde solo podrá verse la intensidad con la que han apretado y como son las líneas que dibujan, únicamente sabrán lo que significan esos dibujos cada niño/a y los/as demás podremos reflexionar acerca de qué nos transmite.

Cierre de la sesión:

○ *“Mi artemoción” (20’/25’)*

Una vez hayan finalizado todos/as nos pondremos en círculo, cada niño/a mostrará a sus compañeros/as que es lo que le han transmitido las canciones que su compañero/a ha elegido. Conociendo también, cuál era la emoción que su compañero/a había elegido para cada canción. De esta forma, seguiremos interiorizando las diferentes emociones que sentimos y como las sienten los y las demás.

Para finalizar se les preguntará como se han sentido haciendo la sesión de hoy, que es lo que más les ha gustado, lo que menos y por qué.

5.8. TEMPORALIZACIÓN

La presente propuesta de intervención socioeducativa se pretende llevar a cabo en el primer semestre de 2019, ya que es cuando el programa “Casitas”, podrá incluir la presente propuesta en su planificación.

Concretamente se establecerá en un trimestre, es decir, de abril a junio. Puesto que las vacaciones de verano en Perú terminan casi a mediados de marzo, se ha considerado la posibilidad de comenzar en abril, de esta forma se contará con todos y todas los y las participantes desde un principio.

El proyecto tendrá una duración de 18 horas, repartidas una vez por semana (cada semana se realizará una actividad). Se ha establecido así ya que las “Casitas” funcionan 3 días a la semana (miércoles, viernes y sábado), unos de los días deberán tratar el tema del POA (Programa Operativo Anual), otro de los días se centra en el deporte, y, por lo tanto, solamente quedaría un día para llevar a cabo la presente propuesta. Cada día se asistirá a una de las “Casitas”: miércoles, “Casita Defensores”, viernes, “Casita las Torres” y sábado, “Casita Virgen de Guadalupe”. Para ello, se realizarán diferentes actividades; dinámicas y educativas, siempre coordinadas por la educadora social con apoyo de las respectivas educadoras de las tres “Casitas”.

Como ya se ha apuntado, la propuesta se realizará un día a la semana, dependiendo de la planificación de cada “Casita”, con una duración aproximada de 1h y 30’. Se irá alternando contenido lúdico y contenido con carácter más formativo (los tipos de emociones), así se logrará una mayor participación y el resultado será más positivo.

5.9. EVALUACIÓN

La evaluación de esta propuesta de intervención tiene como finalidad conocer los posibles conocimientos adquiridos, así como la consecución y desarrollo de los objetivos planteados y las mejoras pertinentes que haya que introducir durante y después del proyecto. Se realizará en tres fases, ya que se ha considerado que es más sencillo reunir la información y, a la vez, será más completa; una evaluación inicial, una evaluación intermedia o de seguimiento y una evaluación final. Será una evaluación global, continua y abierta, ya que se adaptará a los diferentes contextos.

La evaluación inicial, se realizará para conocer las necesidades previas de los niños y las niñas que acuden a las “Casitas”, así como el conocimiento que tienen acerca del tema que se va a tratar. De esta forma se podrán hacer variaciones y adecuar el plan de trabajo. Para ello, se utilizarán diferentes herramientas como entrevistas con la educadora de cada casita y el dialogo a través de los niños y las niñas.

La evaluación intermedia o de seguimiento consistirá en recoger información al final de cada actividad y de cada sesión, a través de la observación constante, registro anecdótico, una rejilla de observación y conocer como han ido las sesiones a través de las opiniones de los niños y las niñas, con un grupo de discusión ameno, claro y conciso. Todo ello será recogido en un diario de campo, del cual se desarrollará un informe posterior que se complementará con los cuestionarios cuantitativos o cualitativos que se le realizarán a cada educadora del centro.

La evaluación final, trata de recolectar los informes mensuales y toda la información recaudada antes y durante de las sesiones, para analizar todo ello y plasmarlo en una memoria final. Dentro de dicha memoria encontraremos las conclusiones que se han sacado con la realización de la intervención, los testimonios de las personas implicadas en el programa, las propuestas de mejora que se hayan detectado para una mejor ejecución de las sesiones en un futuro y, por último, el impacto que esto ha ocasionado en los niños y las niñas y de qué manera.

6. CONCLUSIONES

Realizar el Trabajo de Fin de Grado ha supuesto un ejercicio de reflexión acerca de los conocimientos, conceptos y aprendizajes estudiados a lo largo de estos cuatro años de carrera. Durante mi estancia en el programa “Casitas” en Lima, pude observar una serie de conflictos interpersonales e intrapersonales en los niños y las niñas que asisten al mismo, derivados de una falta de adquisición de ciertas habilidades sociales. Parte de la dificultad que tienen estos/as menores para expresar sus emociones o pensamientos proviene de las dificultades familiares, personales y sociales que cada uno/a presenta. Esto requería por mi parte diseñar una propuesta de intervención que fuera realista y pertinente a la hora de aplicarla a esta nueva realidad socioeducativa.

En el presente Trabajo de Fin de Grado se ha analizado y demostrado la importancia de trabajar de manera socioeducativa las emociones, a través de la música tradicional de la propia cultura, en el distrito de San Juan de Miraflores, concretamente en la zona de La Nueva Rinconada o Pamplona Alta, dentro del programa “Casitas”. El ámbito de las emociones nos ofrece gran variedad de contenidos, dándonos así la oportunidad de generar propuestas de intervención novedosas y adaptadas a los diferentes colectivos con los que se trabaje.

Mi intención desde un principio ha sido llevar a cabo la propuesta de intervención en La Nueva Rinconada, para comprobar su funcionamiento y sentido en ese contexto. Sin embargo, por razones organizativas del programa “Casitas” y de la comunidad, no se pudo llevar a cabo ni comprobar los resultados de trabajar las emociones con la música en los niños y las niñas de la capital de Perú. Gracias al diagnóstico, la contextualización, la recogida de información con las educadoras del programa y el desarrollo de algunas dinámicas he podido constatar la necesidad que reviste este proyecto, centrado en la educación socioeducativa de los niños a través de la música tradicional de su país.

Los objetivos propuestos se han cumplido. He conocido una nueva realidad social, el cerro de La Nueva Rinconada en Lima, Perú y he convivido en ella como si fuera una más. Gracias a ello, he podido detectar las necesidades socioemocionales que acompañaban a los niños y a las niñas del programa “Casitas”. Y, además, he realizado

una propuesta de intervención para llevar a cabo en un futuro próximo y que hago extensiva a las educadoras para su aplicación práctica. He tomado en cuenta durante todo el proceso de investigación la coherencia con el contexto en el que me encontraba, para conseguir una posible mejora en las competencias emocionales de estos y estas menores. Se ha valorado la importancia que tiene la educación emocional y mantener los elementos de la cultura autóctona hacia la que se dirige.

Por último, desde el punto de la educación social, lo que se ha buscado con este trabajo ha sido fomentar el auto conocimiento, la exploración de la creatividad y el trabajo colectivo, a través del cual se promueve la participación de todos y todas las integrantes y se fomenta un pensamiento crítico, generando procesos educativos variados, novedosos, desde el respeto y adaptados a la realidad y al entorno social. A modo de conclusión, señalo que la Educación Social junto con la Educación Emocional pueden generar proyectos creativos, sacándole partido a las nuevas estrategias y herramientas que los contextos generan.

7. BIBLIOGRAFÍA

- Acuña, G., Apaza, G., García, C. y Medina, L. (2012). Planeamiento Estratégico del Distrito de San Juan de Miraflores (tesis de postgrado). Pontificia Universidad Católica del Perú, escuela de posgrado.
- Alvarado, L. (2014). Ministerio de cultura de Perú. 50 textos de música peruana que dan muestra de nuestra diversidad cultural. Información de las artes (p. 4-50)
- Bailón, J. (2004). La chicha no muere ni se destruye, solo se transforma. *Dialnet*.
- Benavides, B. (2015). El criollo en mí, crónica auto-reflexiva de una producción etnográfica visual. *Dialnet*.
- Bericat, E. (2012). Emociones. *Sociopedia.isa*. Universidad de Sevilla, España, 2012.
- Bisquerra, R. (2018). Concepto de emoción. *Artículos grupo de recerca en orientació psicopedagógica*.
- Bisquerra, R. (2014). Educación emocional e interioridad. En L. López, Maestros del corazón. Hacia una pedagogía de la interioridad (p. 223-250). Madrid: Wolters Kluwer.
- Bisquerra, R. (2014). Educación emocional, aprender a ser educación en valores. *Desclée de Brouwer*. Aprender a ser, educación en valores (p. 1-14).
- Bisquerra, R. (2003). EDUCACIÓN EMOCIONAL Y COMPETENCIAS BÁSICAS PARA LA VIDA. Revista de Investigación Educativa, 2003, Vol. 21, n.º 1, págs. 7-43
- Brody L (1999) Gender, Emotion, and the Family. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Cabrelles, M^a.S. (2007). Las emociones y la música. Biblioteca virtual Miguel Cervantes.
- Carpena, A. y Darder, P. (2010). Educación emocional y salud y bienestar profesional. En F. López, la salud física y emocional del profesorado (p. 25-30).
- Chang, J.A. (2007). Ministerio de educación de Perú. Educación por el arte. *Documento oficial del Ministerio de Educación*. Serie 2 para estudiantes de Secundaria Historia del Arte Peruano, 2007 (p. 3-34).

- CODISEC (2017). Plan local de seguridad ciudadana de San Juan de Miraflores 2017. Recuperado de: http://www.munisjm.gob.pe/CODISEC/codisec_2017/PLSC_SJM2017_PROYE_CTO_ENERO_2017.pdf
- Corradini, M. (2017). Un poco de historia sobre biomúsica. *Google académico*.
- DECRETO SUPREMO N° 001-2012-MIMP, (2012). Mujeres y poblaciones vulnerables. Mimp. Gob.
- ENCUENTROS SJS (2016). “Casitas: caminando y construyendo la vida con amor”. Programa “Casitas”, el Agustino 2016. *Servicio Jesuita de la Solidaridad*. Recuperado de: <https://mundoencuentros.files.wordpress.com/2016/09/manual-casitas-ea.pdf>
- Feldman, R.S. (2005). “Psicología: con aplicaciones en países de habla hispana”. (Sexta Edición) México, McGrawHill.
- Ferrer, V., Carmona, M. y Soria, V. (2012) El Trabajo de Fin de Grado. *Guía para estudiantes, docentes y agentes colaboradores*. Madrid: McGrawHill.
- Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), (2011). Estado de la niñez en el Perú. Documento oficial UNICEF 2011, (p. 8-192).
- FUNDACIÓN MARISTA POR LA SOLIDARIDAD INTERNACIONAL (2017). Examen periódico universal 2017 Perú. *Google académico*.
- Galvez, L.E. (2017). Historia de Lima, información útil sobre Lima-Perú. Acción popular. Recuperado de: <https://luisenriquegalvez.com/2017/11/06/historia-de-lima-informacion-util-sobre-lima-peru/>
- García, C., Lledó, E. y Hadoy, P. (2013). Filosofía para la felicidad Epicuro. *Dialnet*.
- GfK Perú (2017). Las preferencias musicales de los peruanos. Encuesta Nacional Urbano Rural. Recuperado de: https://www.gfk.com/fileadmin/user_upload/country_one_pager/PE/documents/GfK_Opinio__n_Enero_2017-_Los_peruanos_y_la_musica_2.pdf
- Hernandez, A. (2012). La música y su concepción filosófica. *UDEP*.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), (2018). Principales indicadores. Página oficial. Recuperado de: <https://www.inei.gob.pe/>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), (2016). Principales indicadores. Página oficial. Recuperado de: <https://www.inei.gob.pe/>

- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), (2014). Una mirada a Lima Metropolitana. *Libro oficial digital*. Recuperado de: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1168/libro.pdf
- NACIONES UNIDAS (1990). Convención sobre los derechos del niño. Artículo 31 (p. 10).
- Meece, J. (2000) Desarrollo del niño y del adolescente. Compendio para educadores, SEP, México, D.F. pág. 101-127.
- Ministerio de cultura de Perú (2014). La diversidad cultural en el Perú. *Ministerio de cultura*. Recuperado de: <https://centroderecursos.cultura.pe/sites/default/files/rb/pdf/LadiversidadculturalenelPeru.pdf>
- Mosquera, I. (2013). Influencia de la música en las emociones. *Realitas, Revista de Ciencias Sociales, Humanas y Artes*, 1 (2), 34-38.
- Oncampo, A. (2013). Memoria institucional año 2012. Acuerdo de concejo n° 034-2013/MDSJM (p. 2-46). Gobierno local de San Juan de Miraflores.
- Petrozzi, C. (2010). Identidades en la música peruana del cambio de milenio. *Dialnet*.
- PLSC 2016. Plan Local de Seguridad Ciudadana de San Juan de Miraflores 2016. Municipalidad distrital de San Juan de Miraflores.
- Sáez, C. (2010). Música y Neuronas. Recuperado de: <http://cristinasaez.wordpress.com/2010/12/20/musica-y-neuronas/>
- Sierra, F. (2016). Educación emocional “una herramienta para la educación social”. *Revista de educación social, Eduso.net*.
- SOS-PEÑA, M. R. y MAYOR, L. (1994): La obra de William James y su teoría de las emociones en las ciencias sociales. VII Symposium de la Sociedad Española de Historia de la Psicología (S.E.H.P.).
- UNICEF (2006). Convención sobre los derechos del niño. *Un.org*. Recuperado de: <http://www.un.org/es/events/childrenday/pdf/derechos.pdf>
- Vivas, M.; Gallego, D. y González, B. (2007). *Educación de las emociones*. Libro académico 2° edición, 2007, (p 13-142).

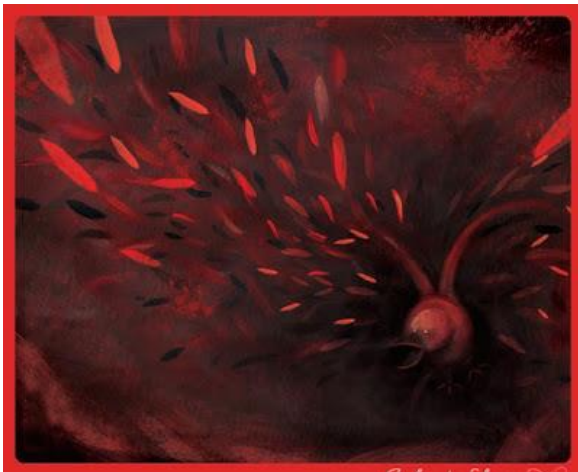
- Zapata, W.I. y Maya, S. (2014). Música y emoción. *Dialnet*. Recuperado de: http://200.24.17.74:8080/jspui/bitstream/fcsh/344/1/ZapataWilson_musicaemoci on.pdf

8. ANEXOS

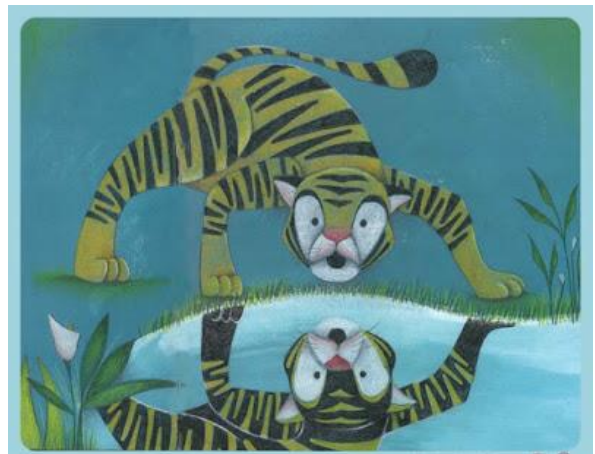
7.1. ANEXO I

Imágenes iconicas, extraídas del libro “*Emocionario*”, Nuñez, P. (2013).

IRA



SORPRESA



ALEGRÍA



VERGÜENZA



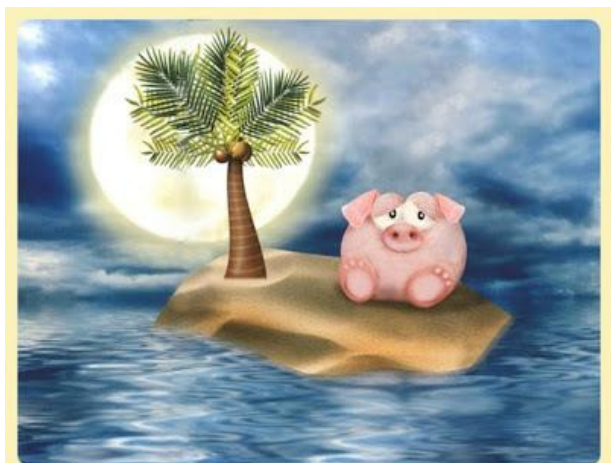
MIEDO



TRISTEZA



ABURRIMIENTO



CALMA

