CARVEYTEACH / GUÍA ILUSTRADA / ESPAÑOL

Grandes emociones, manos seguras

Actividades paso a paso para acompañar la frustración, los conflictos, los golpes y las mordidas.



12 actividades · 48 escenas ilustradas

Uso principal: 3 a 6 años · Adaptaciones para 2 a 3 años

Carmina Veytia | CarveyTeach | Edición 2026

Qué aportan los estudios

Tres investigaciones publicadas; tres formas distintas de evidencia.

R1 · Hemmeter, Snyder, Fox y Algina (2016)

Ensayo aleatorizado con 40 docentes y 494 niños de preescolar. La formación y el acompañamiento a docentes apoyaron la implementación del Modelo Piramidal; se reportaron mejores habilidades sociales y menos conductas desafiantes en los grupos de intervención.

Lectura para esta guía: planificar, practicar y recibir apoyo adulto importa. El estudio evaluó un modelo completo con desarrollo profesional, no estas láminas por sí solas.

R2 · Domitrovich, Cortes y Greenberg (2007)

Ensayo aleatorizado de PATHS preescolar en 20 salones de Head Start durante nueve meses. Los resultados apoyaron mejoras en conocimiento emocional y competencia social en los grupos de intervención.

Lectura para esta guía: dar oportunidades repetidas para reconocer emociones y resolver situaciones. No se reproduce PATHS ni se afirma que esta guía tenga sus resultados.

R3 · Denham y colaboradoras/es (2003)

Estudio de 143 preescolares que examinó expresión, regulación y conocimiento emocional. La competencia emocional a los 3 a 4 años se relacionó con competencia social en ese momento y en kindergarten.

Límite: es una asociación observacional; no demuestra que enseñar una tarjeta produzca un resultado específico.

Se consultaron resúmenes públicos y registros bibliográficos. Esta es una selección práctica de fuentes, no una revisión sistemática ni una validación de CarveyTeach. Las referencias completas están en las páginas 42 a 44.

Si alguien puede lastimar

Esta secuencia es para el adulto. En una crisis no se enseña una lección larga.

1

1. Protejo

Acércate y crea distancia segura entre cuerpos y objetos. Si hay otro adulto, pide apoyo sin dejar al grupo sin supervisión. No dependas de que el niño use una tarjeta para detener el riesgo.

2

2. Atiendo y acompaño

Da atención inmediata a quien resultó lastimado y sigue los procedimientos de salud del programa. Mantén a otro adulto disponible para el niño que necesita apoyo; si estás sola, prioriza protección y pide ayuda.

3

3. Digo un límite breve

«No voy a dejar que lastimes. Estoy aquí». Baja el volumen y reduce instrucciones. Ofrece espacio y cercanía según tolerancia. No exijas hablar, respirar, mirar a los ojos o aceptar contacto.

4

4. Enseño después

Cuando esté disponible, ensaya una alternativa sencilla: pedir ayuda, espacio u otra opción. Revisa lo ocurrido en privado con los adultos y ajusta la prevención. La reparación llega sin forzar afecto.

Qué evitar

No golpear, morder de vuelta, amenazar, humillar, dejar solo o encerrar. Esta guía no enseña sujeciones físicas. No uses contacto para forzar obediencia; ante peligro inmediato sigue el protocolo de emergencia, la capacitación autorizada y las reglas aplicables.

Síntesis y secuencia original de CarveyTeach apoyada en R5, R6, R8, R10 y R11. Necesidades médicas o peligro inmediato requieren la respuesta de emergencia correspondiente.

Pongo nombre a lo que siento

Todas las emociones tienen lugar.



1. Observo sin adivinar

2. Ofrezco dos palabras

3. Escucho su respuesta

4. Buscamos un apoyo

Miren las escenas en orden. Los materiales y la aplicación están en la página siguiente.

Pongo nombre a lo que siento

Propósito: Ofrecer una forma de reconocer y comunicar una emoción sin exigir que el niño hable.

Materiales: Lámina de esta actividad, tarjetas de emociones de la página 34 y dos apoyos a elegir.
Tiempo: 3 a 5 minutos.

1. Observo sin adivinar. Acércate con calma. Describe un hecho: «Tu torre se cayó». Evita decidir por el niño cómo se siente.

2. Ofrezco dos palabras. Muestra dos opciones: «¿Enojada, triste o de otra manera?». También puede señalar, gesticular o no responder.

3. Escucho su respuesta. Acepta su elección: «Te sientes enojada». Si dice otra emoción, úsala. Las caras no permiten saber con certeza lo que alguien siente.

4. Buscamos un apoyo. Ofrece ayuda para construir o una pausa. Acompaña la opción; no pidas que deje de sentir para recibir apoyo.

Palabras que puedes usar

«Puedes estar enojada. Estoy aquí. ¿Quieres ayuda o una pausa?»

2 a 3 años: A los 2 a 3 años, modela una sola palabra y un gesto. No conviertas las tarjetas en una prueba.

4 a 6 años: A los 4 a 6 años, invita a añadir: «Me siento… porque…». No es obligatorio explicar.

Cuida esto: No hagas que un niño represente tristeza o enojo delante del grupo. Permite pasar u observar.

Qué observar: ¿Señaló, miró o usó un gesto para comunicar algo? Anota qué apoyo eligió.

Conexión con fuentes: R2, R3, R6. La actividad practica vocabulario emocional; no mide ni diagnostica emociones. Actividad original; no evaluada de forma independiente.

Puedo mostrar cómo me siento

Señala, mira, usa una palabra o elige «de otra manera». Las expresiones son ejemplos, no una prueba.



Me siento alegre



Me siento triste



Me siento enojado/a



Me siento tranquilo/a

Me siento de otra manera

Puedo dibujarlo, decirlo, señalarlo o no responder ahora.

Imprime esta página completa o recorta las tarjetas con ayuda adulta. Enséñalas primero en calma. Cualquier niño puede usar cualquier emoción o varias a la vez.