

# PADRES

Y COLEGIOS



## Talambote, un cuento para aprender emociones

*Una buena herramienta para que padres y profesores inicien a los más pequeños en la alfabetización emocional. Porque aprender emociones es tan importante como aprender a leer.*

Por Eva R. Soler

Igual que les enseñamos a leer letras, hay que enseñarles a leer emociones. En eso consiste la alfabetización emocional, según explica Pax Dettoni, la autora del cuento y creadora del método "En sus zapatos", un programa de educación emocional que se imparte en 57 centros escolares y que se dirige a toda la comunidad educativa (docentes, escolares y familias).

En este contexto, para que los niños de entre tres y seis años se inicien en el aprendizaje de las emociones Pax Dettoni ha escrito Talambote. Un cuento que los profesores utilizan como herramienta de educación emocional y que a los padres les sirve para conectar íntimamente con sus hijos. Según su autora, "es un cuento sencillo que permite estimular rápidamente la imaginación de los más pequeños para que aprendan las emociones básicas (miedo, tristeza, rabia, alegría) a la vez que les cuenta una historia en la que la bondad es el motor, así como el cuidado de los seres vivos y la amistad".

El cuento persigue dos objetivos, añade Dettoni: Por un lado, muestra la idea de que el mundo es bueno y los niños y las niñas se preocupan de ayudarse y cuidar a los seres vivos, como el protagonista hace con Talambote, un perrito. Y por otro, ayuda a los más pequeños a dar los primeros pasos en su alfabetización emocional, es decir, aprenden a leer y a escribir sus propias emociones: “La educación emocional empieza aprendiendo a reconocer (“leer”) lo que sentimos y a ponerle nombre para expresarlo (“escribir”)”. Con Talambote, los niños y las niñas pueden hacer muy fácilmente este aprendizaje, pues las emociones se representan como personajes diferentes al protagonista, siendo estos mismos personajes los que el niño o la niña puede imaginar cuando siente las emociones en su vida cotidiana, teniendo en cuenta que las emociones no son ni buenas, ni malas: “De esta forma, se establece un lenguaje entre los niños y sus padres o maestros para hablar de su mundo interior. Un lenguaje que permite que el adulto pueda ayudarles en este proceso de educación emocional que, si bien empieza con la capacidad de nombrar y expresar lo que se siente, seguirá con el desarrollo de la capacidad de gestionar esas emociones”. Un proceso que durará toda la vida, pero que es muy positivo educarlo desde la infancia, sostiene la autora del cuento.

## Noah, el primer lector de Talambote

“La experiencia nos muestra que Talambote se convierte en una llave que facilita a los hijos expresar mejor lo que sienten a sus padres y viceversa. Por ello, es importante que la lectura del cuento vaya acompañada después de preguntas sobre cada una de las emociones y como ellos las sienten y las viven”, apunta Dettoni. Y así lo hizo Lina Miñarro con su hijo Noah, de cuatro años: “Un niño pequeño entiende perfectamente las emociones con el cuento. Noah y yo lo leímos juntos y me sorprendió muchísimo cuando en la parte final, donde hay que identificar emociones con colores, él enseguida relacionó el azul con la tristeza y el resto de las emociones con su color correspondiente”. Además, continúa Lina, esto dio pie a que me contara en qué momentos se siente triste (por no poder ver a sus abuelos por esto del covid), cuándo enfadado (me contó que un día se había molestado con un compañero de la guardería porque no le había prestado un juguete), el miedo que le provocan algunas pesadillas y la alegría que sintió al final del cuento, cuando Talambote encuentra, por fin, una familia que le adopta (Y perdón por el *spoiler*).

Como dice Lina, este libro, además del aprendizaje emocional, favorece mucho la comunicación madre e hijo: “Cuando al salir del cole le pregunto qué tal el día no me cuenta tantas cosas como cuando leemos el cuento, por eso recorro una y otra vez a su lectura, para que me cuente sus alegrías, preocupaciones, miedos o tristezas”.

## Talambote en el cole

El cuento ha sido también utilizado como herramienta de educación emocional en medio centenar de centros escolares. El estudio de evaluación realizado por la asociación Teatro de Conciencia, fundada por Pax Dettoni para implementar el programa de educación emocional "En sus zapatos", muestra que el 100% de los participantes han realizado algún aprendizaje de la formación recibida y el 97% han implementado cambios en su práctica docente. Por ejemplo, Carmen Acosta, es maestra de Educación Infantil en Getafe y el año pasado participó de forma presencial en el programa "En sus zapatos" y el pasado trimestre en el formato virtual de los cursos para profesores. Con la versión cuentacuentos, el método se adapta a los más pequeños. Acosta explica que su participación en ambos cursos le ha supuesto un cambio de mirada respecto a los alumnos, sus familias y a sus compañeros de trabajo. "Si un niño muestra un determinado tipo de actitud, no lo focalizo en él, sino que entiendo que detrás hay una emoción y él no sabe expresarla de otra forma". Además, si surge un conflicto, aplico una escucha activa y empática con las familias para solucionarlo. He trabajado en el aula con el cuento y el manual didáctico que le acompaña y mis alumnos han aprendido a identificar emociones y ponerles nombre. En clase, apenas hay conflictos, utilizamos técnicas de relajación para instaurar la calma y realizamos actividades participativas y dinámicas que en Infantil siempre vienen bien", concluye Acosta.