



María Jose Camiruaga

Los cuentos de Clementina: Una oportunidad para abordar las emociones con nuestros estudiantes

Frente a la crisis sanitaria que estamos viviendo a nivel mundial, se profundiza la inquietud de los padres por el estado socioemocional de sus hijos. En ese contexto es que nace Clementina, como una oportunidad para conversar con los estudiantes sobre las distintas preguntas y emociones que han ido surgiendo en tiempos de pandemia. En esta línea, los cuentos tienen como objetivo ayudar a los padres, tutores y docentes, para que puedan apoyar a los estudiantes en el contexto actual; fomentar el diálogo entre los padres, tutores y docentes y niños; y entregar herramientas de desarrollo socioemocional a los niños.

El primer cuento se llama **Clementina y el Coronavirus**, y en él se abordan las distintas emociones que han sentido los estudiantes en el último tiempo y las situaciones que empiezan a conformar la nueva cotidianidad.

La contención es fundamental ya que, en general, solemos hacerlo de manera física, sin embargo, debido al distanciamiento social se vuelve más difícil. De esta manera, es importante que los niños entiendan las razones del por qué las rutinas han cambiado con el objetivo de darle sentido y explicación a aquellas situaciones que le causan emociones incómodas.

El segundo cuento se llama **Clementina está confundida**, y su contenido se centra en la ansiedad, emoción que invade a la gran mayoría de los niños en el contexto actual. Hay que evitar subestimar el efecto que puede tener la crisis sanitaria en los estudiantes, ya que ellos perciben los efectos de la pandemia a partir de los pequeños cambios en las rutinas, por ejemplo. Cuando no se les explica por qué han ocurrido aquellos cambios, se produce ansiedad ya que no son capaces de darles explicación o, simplemente porque le dan razones equivocadas.

El tercer cuento se llama **Clementina está enojada**, y nace con el objetivo de abordar un sentimiento que rondaba entre los estudiantes cuando las cuarentenas se empezaron a extender por un largo periodo. También se puede trabajar con aquellos estudiantes que viven en comunas en las que tuvieron un periodo sin cuarenta, sin embargo, tuvieron que volver al poco tiempo. Además, hace importantes aclaraciones sobre el sentir de las emociones, por ejemplo, cuando se confunde el enojo con la rabia; muchas veces los niños se expresan como si tuvieran rabia cuando en realidad sienten miedo, pena o impotencia. En este sentido, verbalizar las emociones que sentimos es un factor protector.

A lo largo del cuento, también existe un correlato con las sensaciones físicas; cuando se identifican las sensaciones corporales es más fácil verbalizar y ser conscientes de lo que está expresando el cuerpo. Por esto, el cuento se vuelve una oportunidad para hablar de las propias expresiones corporales.

El cuarto libro se llama **Clementina descubre lo positivo**. También aborda el tema del bienestar y la salud mental, pero desde la perspectiva de identificar las herramientas para salir fortalecido de las experiencias vividas y se basa en la psicología positiva. Clementina va descubriendo elementos en su casa que la hace recordar todas las situaciones positivas que le permitió vivir la cuarentena, y que en los tiempos de normalidad hubiera sido más difícil que ocurrieran.

El quinto cuento se llama **Clementina ya puede salir**. Se redactó cuando varias comunas comenzaron a salir de la cuarentena y busca anticipar a los niños en el proceso de salida, ya que nuevamente implica un cambio de rutina, pero en un contexto en el que aún existe el virus y no hay vacuna para combatirlo. El tener conocimiento general sobre la situación a la que el estudiante se va a enfrentar disminuye sus niveles de ansiedad. En este sentido, también puede surgir la frustración frente a una realidad en la que ya se puede salir, pero no con las mismas condiciones que conocían anteriormente. Frente a esta emoción es importante plantear la crisis sanitaria como una época transitoria; esto le da un término, en el corto o largo plazo, y entrega esperanza.

Tal como se narra en el cuento, es importante conversar con los estudiantes día a día para reflexionar sobre lo que les está pasando, lo que están sintiendo y sus dudas respecto a las nuevas normas en la escuela. Incluso puede ser que los estudiantes no quieran salir de la casa. En este sentido, no es bueno obligarlos, pero si mostrarles los avances positivos que hemos tenido en materia de protocolos y procedimientos preventivos.

Es importante mencionar que no se puede esperar que todas las reacciones de la misma manera y al mismo tiempo; el ritmo es individual. Incluso a semanas de haber regresado a clases, los estudiantes pueden seguir sintiendo miedo o ansiedad. Frente a esto, es fundamental mostrarse como una fuente de contención; una fuente disponible.

En conclusión, si los adultos no sabemos cómo se están sintiendo, será muy difícil entregarles respuestas adecuadas y pertinentes a los estudiantes. En este sentido, los cuentos de Clementina son una oportunidad para que los niños puedan sentirse identificados y validen sus propias emociones. Lo anterior permite generar una conversación más espontánea, y profunda entre adultos y niños.

