

¿Qué emoción soy?

Reconocer las emociones es una parte clave de la inteligencia emocional y una habilidad que ayuda a los niños a navegar las interacciones sociales con mayor fluidez. Para evaluar la idoneidad de una respuesta en una situación específica, los niños primero deben comprender y poder relacionarse con los sentimientos de los demás. *¿Qué emoción soy?* Es un juego de adivinanzas que enseña a los niños a distinguir emociones a través de expresiones faciales.

Para jugar, necesitará algo como una diadema, banda elástica o algo similar que los niños puedan usar para mantener una tarjeta pegada a sus cabezas. Necesitará dibujar o descargar algunas *fichas de emociones*, como los ejemplos en PDF que se proporcionan [here](#) (aquí).

Después:

Revuelva las fichas y colóquelas en el centro del grupo. Invite a cada niño a elegir una ficha y a colocarla en la diadema o banda elástica. El objetivo es que todos los demás jugadores puedan ver la tarjeta, pero no el niño que la lleva; muévase por la mesa. Cuando sea el turno de un jugador, puede hacer una pregunta sobre su ficha, pero no puede utilizar nombres de emociones reales (preocupado, nervioso, sorprendido, etc.). Por ejemplo: "*¿Me sentiría así si me golpeara la cabeza?*". "*¿Sentiría esto si estuviera abriendo un regalo?*". Los demás jugadores darán entonces una respuesta afirmativa o negativa.

Una vez que un niño crea que está listo para identificar correctamente la emoción en su ficha, puede aprovechar su turno para hacerlo. Luego ganarán esa ronda, pero el juego continúa hasta que se haya descubierto cada ficha de emoción.