



♥ Mateo y el club de las emociones ☁



Versión
animada





El cuento narra cómo Mateo, un niño apasionado por el fútbol, se siente presionado a no llorar, hasta que se une al "Club de las Emociones". Con la ayuda de la Profe Alicia y amistades como Valentina, descubre que todas las personas tienen derecho a expresar sus emociones de forma saludable, sin importar si son niñas o niños. El club también enseña el valor de la corresponsabilidad, promoviendo que todas las tareas se compartan. Así, Mateo y su club celebran la diversidad y logran que su entorno respete las emociones y la forma de ser de cada quien.

Mateo y el club de las emociones

“Un cuento para dialogar sobre masculinidades positivas, gestión de las emociones y equidad de género”

Créditos:

Francisco Javier López R.

Investigación y redacción

Diseño y diagramación

Desarrollo audiovisual

Copyright (©): Arcoriris - Educación para el desarrollo

Con el apoyo de la Agencia Asturiana de Cooperación para el Desarrollo y el Gobierno del Principado de Asturias
(consejería de derechos sociales y bienestar)



Agradecimientos especiales a las niñas y niños participantes de los espacios de construcción colectiva y validación del cuento.

Mateo tiene 9 años y le encanta jugar fútbol. Es bueno, ¡muy bueno!. Pero hay algo que lo hacía sentir incómodo: cada vez que su equipo perdía, sus compañeros le decían que "los hombres no lloran" y que "tenía que ser fuerte".

Un día, después de perder un partido importante, Mateo se escondió detrás de las gradas y lloró. No porque fuera débil, sino porque había entrenado mucho y estaba triste.





De repente, escuchó una voz:

—¿Estás bien?. Era Valentina, una niña de su clase que jugaba en el equipo de básquetbol.

—Sí... es que... —Mateo se secó las lágrimas rápidamente—. No es nada.

—¿Te sientes triste? —preguntó Valentina sentándose a su lado.

Mateo asintió, mirando al suelo.

—Está bien sentirse triste —dijo Valentina—. Yo también lloré cuando perdimos la final del mes pasado. Las emociones son algo natural ¿sabes? Todos sentimos.

Esas palabras se quedaron grabadas en la mente de Mateo.

Al día siguiente, llegó a la escuela una nueva maestra de arte. Se llama “profe Alicia” y traía una propuesta diferente:

—Este mes vamos a crear el “Club de las Emociones”—anunció con una sonrisa—. Aprenderemos a reconocer lo que sentimos y a expresarlo de manera saludable.

Algunos niños y niñas se rieron. “¿Club de las emociones? ¡Qué aburrido!”, dijeron. Pero Mateo recordó las palabras de Valentina y tímidamente levantó la mano:

—Yo quiero participar. —dijo en voz baja—
Valentina también se apuntó, junto con otros cinco niños y niñas: Sofía, Diego, Luna, Carlos y Emma.





En la primera sesión, profe Alicia les dió hojas de papel de colores a cada quien.

—Vamos a hacer un ejercicio —explicó—. Piensen en algo que les dé mucho enojo. Luego, destruyan el papel con toda esa emoción. No se preocupen, no están lastimando a nadie.

Mateo pensó en todas las veces que le habían dicho que no podía llorar. Tomó el papel y lo rompió en pedacitos. Se sintió... liberado.

—Ahora —continuó profe Alicia— vamos a reconstruir. Con esos pedazos, vamos a crear algo hermoso, algo que les guste.

Mateo pegó los trozos formando un sol. Cuando terminó, se dio cuenta de que había transformado su enojo en algo positivo.

La semana siguiente, profe Alicia les propuso otro ejercicio:

Les entregó a cada niño y niña una hoja de papel y algunos colores y acuarelas —Dibujen un círculo y divídanlo en 8 partes; como un pastel. —Les dijo con voz amable. En cada trozo, escriban una emoción que hayan sentido esta semana.

Mateo se quedó pensando. Se había sentido:

Feliz - cuando jugó con su perro

Triste - cuando perdió el partido

Enojado - cuando su hermano rompió su juguete favorito

Asustado - cuando vio una película de terror

Orgullosa - cuando ayudó a su mamá

Nervioso - antes del examen

Emocionado - por el cumpleaños de su amigo Julián

Cansado - después de correr





Cuando compartieron sus pasteles, Mateo se sorprendió.

¡Todos y todas habían sentido emociones diferentes! Diego había escrito "celoso" porque su hermana pequeña recibió más atención. Luna había puesto "confundida" porque no sabía si quería jugar fútbol o practicar danza.

—Todas las emociones son válidas —dijo profe Alicia—. No hay emociones de niñas o de niños. Todas las personas sentimos de todo.

Un día, profe Alicia les pidió que dibujaran una flor con muchos pétalos. En el centro escribirían su nombre, y en cada pétalo, algo que les describiera, comenzando con "Soy...".

Mateo escribió:

- Soy futbolista
- Soy buen amigo
- Soy sensible
- Soy creativo
- Soy cariñoso con mi familia
- Soy curioso
- Soy valiente
- Soy responsable

Cuando terminó, se sintió extraño. Siempre le habían dicho que los niños debían ser rudos y fuertes. Pero él también era sensible y cariñoso. ¿Estaba mal?





Valentina le mostró su flor. Ella había escrito:

- Soy deportista

- Soy líder, fuerte, soñadora, valiente, amigable, inteligente y aventurera

—Mi papá dice que las niñas no deberían jugar deportes rudos —confesó Valentina—. Pero a mí me encanta el básquetbol. ¿Está mal?

—¡Claro que no! —dijo Mateo—. Eres increíble jugando.

Profe Alicia se acercó:

—¿Saben qué? No hay una sola forma de ser niño o de ser niña. Cada uno de ustedes es una persona única y especial. Mateo puede ser futbolista y ser sensible. Valentina puede ser deportista e inteligente. No tienen que elegir.

Después de varias semanas, Profe Alicia les propuso a todas las niñas y niños un proyecto final:

—Vamos a organizar una “Feria de las Emociones” para toda la escuela -exclamó-. Cada quien va a poder mostrar lo que ha aprendido.

El Club de las Emociones se puso manos a la obra. Pero surgió un inconveniente: había que dividir las tareas.

Carlos dijo rápidamente -sin pensarlo-:

—Las niñas pueden decorar y los niños cargamos las cosas pesadas.

Valentina frunció el ceño:

—¿Por qué? - le preguntó- Yo también puedo cargar cosas pesadas y Carlos puede decorar si es algo que le gusta. -dijo entusiasmada-

—Eso se llama ****corresponsabilidad**** —explicó profe Alicia—. Significa que todas las personas compartimos las responsabilidades sin importar si somos niños o niñas.





En grupo decidieron que:

- Mateo y Luna diseñarían los carteles (les gustaba dibujar)
- Valentina y Diego organizarían los juegos (eran buenos líderes)
- Sofía y Carlos prepararían las presentaciones (les gustaba hablar en público)
- Emma coordinaría todo (era muy organizada)

Las niñas y niños hicieron de todo: decorar, cargar, diseñar, organizar. Y descubrieron que era más divertido cuando participaban en todas las tareas.

Llegó el gran día. El patio de la escuela se llenó de niños y niñas con mucha curiosidad.

El club de las emociones había preparado diferentes estaciones:

- El collage de emociones:

Las personas visitantes podían romper papel pensando en algo que los enojaba, y luego crear arte con los pedazos.

- El pastel de las emociones:

Cada persona dibujaba su propio pastel emocional de la semana.

- Teatro de responsabilidad afectiva:

El club representó escenas mostrando la diferencia entre expresar emociones de manera saludable y lastimar a otras personas.





Mateo estaba nervioso cuando le tocó hablar frente a toda la escuela:

—Yo... antes pensaba que llorar era ser débil — confesó—. Pero ahora sé que expresar mis emociones me hace más fuerte. Los hombres y las mujeres tenemos emociones. Todas las personas sentimos alegría, tristeza, enojo, miedo... y está bien.

Valentina continuó:

—Y también aprendimos que no hay tareas de niñas o de niños. Podemos hacer de todo. No tenemos que elegir quiénes ser.

Diego añadió:

—Lo más importante es cuidar nuestras emociones y las emociones de las demás personas con nuestras palabras y acciones.

Llegó el gran día. El patio de la escuela se llenó de niños y niñas con mucha curiosidad.

El club de las emociones había preparado diferentes estaciones:

- El collage de emociones:

Las personas visitantes podían romper papel pensando en algo que los enojaba, y luego crear arte con los pedazos.

- El pastel de las emociones:

Cada persona dibujaba su propio pastel emocional de la semana.

- Teatro de responsabilidad afectiva:

El club representó escenas mostrando la diferencia entre expresar emociones de manera saludable y lastimar a otras personas.





En casa, Mateo ayudaba a cocinar y a limpiar. Su papá al principio dijo: "Deja eso, esa no es una tarea para ti". Pero Mateo respondió:

—Papá, en el club de las emociones aprendimos que la corresponsabilidad significa que todos y todas compartimos las tareas del hogar. ¿Me enseñas a cocinar?

Su papá sonrió y juntos prepararon la cena.

Al finalizar el año escolar, el club de las emociones hizo un acuerdo. Lo escribieron en un cartel grande que colgaron en el salón:

“Nuestro acuerdo de las emociones”

1. Expresaremos nuestras emociones de manera saludable, sin lastimarnos a nosotros mismos ni a otras personas.
2. Seremos responsables, cuidando las emociones de quienes nos rodean con nuestras palabras y acciones.
3. Practicaremos la corresponsabilidad, compartiendo las tareas en casa y en la escuela sin importar si somos niños o niñas.
4. Apoyaremos los sueños de todos y todas, sin decir que algo "es de niñas" o "es de niños".





5. Reconoceremos que todas las personas somos diferentes, y eso nos hace especiales.

6. Usaremos nuestra voz para hablar cuando algo no está bien, y escucharemos cuando alguien necesite ser escuchado.

7. Trataremos a todas las personas con respeto, reconociendo que cada quien tiene su propia forma de ser.

Todo el club firmó el acuerdo con sus huellas de colores y junto con profe Alicia, pintaron un mural que les recordara siempre al club de las emociones.

Preguntas para reflexionar:

¿Qué sentía Mateo cuando le decían que "los hombres no lloran"? ¿Alguna vez alguien te ha dicho que no debes sentir algo?

Cuando Mateo rompió el papel por el enojo y luego hizo un sol con los pedazos, ¿qué nos enseña esto sobre las emociones como el enojo o la tristeza?

¿Qué es la corresponsabilidad y por qué es importante que las niñas y los niños compartan las tareas en la casa y en la escuela?

Cuando Mateo y Valentina compartieron sus flores de "Soy...", descubrieron que no hay una sola forma de ser niño o niña. ¿Qué cosas escribiste en tu flor que te hacen especial?

Al final, los compañeros de Mateo se acercaron a preguntarle si estaba bien después de perder. ¿Qué significa "ser responsable afectivamente" y cómo puedes cuidar las emociones de tus amistades con tus palabras?

