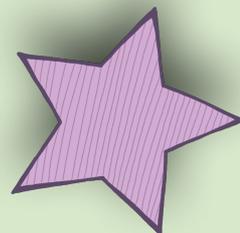
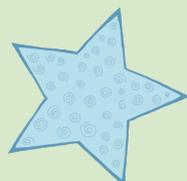


# Talleres de vivencia



*a través de los cuentos.*

---



“El alma humana tiene una necesidad inextinguible de que la sustancia de los cuentos fluya a través de sus venas, al igual que el cuerpo necesita tener sustancias nutritivas que circulan a través de él.”  
(Rudolf Steiner)



**Claudine Bernardes**

Especialista en cuentos y fábulas terapéuticas



Tel. 692179615  
acaixadeimaginacao@gmail.com  
www.lacajadeimaginacion.com



**Claudine Bernardes**

Especialista en cuentos y fábulas terapéuticas

[www.lacacajadeimaginacion.com](http://www.lacacajadeimaginacion.com)

# Talleres de vivencia a través de los cuentos.

---

## Propuesta de talleres

Flexible a la demanda de las necesidades de la entidad o grupo al cual va dirigido.

### ¿Qué es un taller de vivencia a través de cuentos?

En un taller de vivencia a través de cuentos, se invita a los participantes a experimentar las historias de forma sensorial. Los talleres buscan alcanzar un objetivo didáctico, por esta razón, son seleccionados cuentos y el material de apoyo apropiado para alcanzar el objetivo propuesto. Así que se trata de una actividad donde los cuentos invitan a los participantes a mirar hacia su interior, y buscar allí una respuesta a sus problemas, despertándose el deseo de dar pasos hacia un cambio de mentalidad, que se convertirá en un cambio de conducta.

### ¿Por qué a través de cuentos?

“El alma humana tiene una necesidad inextinguible de que la sustancia de los cuentos fluya a través de sus venas, al igual que el cuerpo necesita tener sustancias nutritivas que circulan a través de él.” (Rudolf Steiner)

Cuando escuchamos hablar de cuentos, siempre nos viene a mente la infancia, recuerdos tiernos y felices. ¡Es verdad! Los cuentos son un elemento esencial durante la infancia, pero también lo son en la adolescencia, la juventud, la vida adulta y en la vejez; porque los cuentos, llevan en sí la esencia humana, nuestra estructura de vida: un principio, un desarrollo y el fin.

Los cuentos, a través de sus metáforas, llegan a nuestro inconsciente, sorteando las defensas de la razón, y despertando el conocimiento almacenado en nuestra mente. Por este motivo, sirven como instrumento idóneo para educar las emociones, enseñar en valores, animar, fortalecer la resiliencia y la autoestima etc.

# Contenidos

Flexible a la demanda de las necesidades de la entidad o grupo al cual va dirigido.

*"La vida en sí es el más maravilloso cuento de hadas."*

Hans Christian Andersen

## Taller 1: Educación Emocional con Carlota

Es importante crear un ambiente que ayude a los niños y niñas a hablar de sus sentimientos con libertad. Un lugar para experimentar, donde puedan aprender a identificar sus propios sentimientos y los sentimientos de los demás. También deben ser capaces de expresar, de forma adecuada, sus propios sentimientos y saber gestionarlos.

Con base en el cuento "Carlota no quiere hablar" desarrollé un taller de emociones, donde utilizo metáforas, juegos, dinámicas y el Parchís de las Emociones para introducir los niños en el bello mundo de la educación emocional a través de los cuentos. Se trata de un taller vivencial de una hora de duración, que puede ser realizado en colegios, asociaciones, empresas de actividades extra-escolares, librerías, incluso en tiendas etc.

**Objetivo:** Identificar los sentimientos en si propios y en los demás. Ejercitar la empatía. Aprender a expresar adecuadamente los sentimientos y saber como gestionarlos.

**Público:** Niños y niñas desde los 3 a los 9 años.

**Duración de la sesión:** 1 hora



## Taller 2: Cuentos y metáforas para empoderar a las familias

Se trata de un taller muy emotivo, donde los adultos de la casa se conectan con su niño interior. A través de cuentos y metáforas invito a los padres a reflexionar sobre los retos que enfrentan diariamente, y que pueden mermar su autoestima.

Los participantes harán una auto-evaluación de sus conductas y carácter para identificar sus fortalezas y debilidades, con el fin de aprender a gestionar sus emociones y fluir hacia una mejor calidad de vida, junto a sus hijos. También recibirán herramientas para conectar con sus hijos en situaciones críticas, sin provocarles heridas emocionales.

Para ello utilicé muchos cuentos y la cuentoterapia con sus herramientas, en un taller de hora y media de duración.

Al final del taller los padres se sienten con sus



fuerzas renovadas y animados a seguir en su bella labor de amar y educar a sus hijos de forma amable, responsable y consciente. Además aprenden a reconocer los cuentos como herramienta idónea para conectarse emocionalmente con sus hijos, y compartir con ellos los valores familiares.

Este taller suele ser contratado por tiendas que quieren servir a sus clientes a través de algo diferente; Asociaciones de Padres; grupos de padres; entidades religiosas, empresas de actividades extra-escolares; etc.

**Objetivo:** Fortalecer la autoestima de padres y madres. Dotarlos de herramientas para una educación amable, responsable y consciente a través de cuentos y metáforas.

**Público:** Padres, madres, y otros familiares que intervienen en la crianza (este taller tiene una versión especial para Padres de niños con TDAH)

**Duración:** 1h30min

### Taller 3: Padres e hijos conectados a través de cuentos

#### Primera parte:

Padres e hijos participarán de una vivencia a través del cuento “Carlota no quiere hablar”, donde serán guiados a comprender la importancia de expresar y gestionar las emociones de forma apropiada.

Segunda parte:

- NIÑOS: A través de los materiales preparados por la autora, los niños realizarán actividades y juegos para reconocer los sentimientos y ejercitar el uso de herramientas de gestión de las emociones. Además conocerán y jugarán el parchís de las emociones. Todo de una forma lúdica y divertida, para que sea una experiencia inolvidable para los peques.
- PADRES: Empoderamiento familiar a través de los cuentos. La crianza de los hijos supone un reto, principalmente en situaciones críticas, cuando tanto hijos como padres tienen sus emociones desbordadas. Para no provocar heridas emocionales en nuestros hijos, es importante responder de forma equilibrada a tales situaciones. En este taller recibirás herramientas prácticas para: 1 - aprender a gestionar tus emociones; 2 - utilizar y crear metáforas terapéuticas para conectar con tus hijos en situaciones críticas. 3 - transformar la mente de tu hijo en un “terreno fértil”; 4 - utilizar el método socrático para crear en tu hijo una mente crítica y positiva.



**Objetivo:** Niños: Identificar los sentimientos en si propios y en los demás. Ejercitar la empatía. Aprender a expresar adecuadamente los sentimientos y saber como gestionarlos. Padres: Fortalecer la autoestima de padres y madres. Dotarles de herramientas para una educación amable, responsable y consciente a través de cuentos y metáforas.

**Público:** Niños a partir de los 3 años y sus padres o familiares que intervienen en la crianza.

**Duración:** 1h30

## Taller 4 “Maestros Fascinantes”

*Ven a aprender a ser un “encantador de alumnos”.*

Cada vez más conectados a las nuevas tecnologías y sobreestimulados por la cantidad de información que reciben a diario, los niños e niñas de la actualidad han sufrido un gran cambio en la forma como reaccionan a los estímulos educativos. Por esa razón, el educador actual necesita manejar herramientas que le ayuden a cumplir su misión. A través de este taller práctico aprenderás a utilizar los cuentos, metáforas e historias para transformar la vida de tus alumnos:

1. Conectándose emocionalmente con los alumnos a través de los cuentos;
2. Más allá de los cuentos: cuentos en todas las materias, ¿por qué no?
3. La metáfora terapéutica en el aula.
4. El método socrático en la cuentoterapia.
5. Análisis simbólico de los cuentos
6. Educación Emocional a través de cuentos.
7. El poderoso inconsciente y la plasticidad cerebral: Las últimas descubiertas científicas y como utilizarlas en la educación a través de cuentos.
8. Sorprende a tus alumnos: Las técnicas de la cuentoterapia aplicadas más allá de los cuentos, para encantar a tus alumnos y actuar en momentos críticos.



Además, los asistentes participarán de una vivencia a través del cuento interactivo “Carlota no quiere hablar” y recibirán de regalo el “Proyecto Educación Emocional con Carlota” (que cuenta con más de 70 páginas – en pdf) para que lo desarrollen en sus clases.

**“Si quieres que tus alumnos te escuchen, háblales a sus corazones y aún que pasen los años tus palabras sonarán en ellos y a través de ellos.”**

(Claudine Bernardes)

**Objetivo:** Dotar a los educadores de diversas herramientas para desarrollar su labor con creatividad, a través de los cuentos.

**Duración:** Los temas pueden ser resumidos en un taller de dos horas o dos talleres de hora y media.

## Talleres para un público variado:



### 6. ¿Sueños o castillos en el aire?

Los sueños son el combustible que hace que la vida siga adelante, pero cuando pasa el tiempo y no los alcanzamos, estos sueños se transforman en castillos en el aire y son motivo de frustración. A través de este taller los participantes identificarán aquellos sueños que pueden realizar a corto y medio plazo. También recibirán la motivación necesaria para dar los primeros pasos hacia su realización.

Si has construido castillos en el aire, tu trabajo no se pierde; ahora coloca las bases debajo de ellos. (George Bernard Shaw)

**Objetivos:** Nombrar los sueños; identificar las cualidades para que sean sus fortalezas y las debilidades para dar pasos hacia el cambio. Identificar los primeros pasos y herramientas necesarias para alcanzar los sueños.

**Público:** Adolescentes; adultos; grupos de drogodependientes; trabajadores de empresas; grupo de personas buscando re-colocación profesional, etc.

**Duración:** 1h30m

### 7. Para días nublados, paraguas de colores

Manejo de la ira y la búsqueda del optimismo. A través de cuentos y dinámicas los participantes comprenderán como actúa la ira, lo que pasa cuando sucumbimos a su poder y como utilizar herramientas para gestionarla sin provocar daños a uno mismo y a los demás. También utilizaremos dinámicas de “role playing” para ejercitar la empatía y experimentar las emociones desde un punto seguro. Para completar la experiencia, los asistentes recibirán herramientas para fomentar un estilo de vida optimista, para alcanzar una vida más equilibrada y feliz.

**Objetivo:** Comprender y gestionar la ira. Aprender a vivir de forma más optimista.

**Público:** Niños (7-12 años), adolescentes y adultos, mayores, grupo de drogodependientes, colectivos de padres.

**Duración:** Sesiones de 45 minutos o de hora y media (de acuerdo al público)

## 8. Un mundo de emociones

*Educar la mente sin educar el corazón no es educar en absoluto.*

(Aristóteles)

No existen emociones buenas o malas. Las emociones son agradables o desagradables, pero hay que conocerlas, experimentarlas y elegir aquellas que nos ayudarán a crecer como personas. Pero, a veces no es tan fácil identificar las emociones en el mismo momento que las estamos sintiendo. Por otra parte, no siempre comprendemos los sentimientos experimentados por los demás. Los sentimientos se confunden, se mezclan y se disfrazan, por lo que es necesario mirarlos más de cerca, para poder comprenderlos. A través del presente taller, los asistentes escucharán cuentos; harán juegos de Role Playing y experimentarán diversos sentimientos para aprender como reconocerlos y gestionarlos.

**Objetivo:** Reconocer los diversos tipos de sentimientos y aprender a ser más empáticos.

**Público:** Niños a partir de 10 años, adolescentes (especialmente recomendado), adultos, personas en riesgo de exclusión, mayores, colectivos de padres, etc.

**Duración:** 45min o 1h30 (de acuerdo al público asistente)

## 9. Lo que te hace único es...

¿Sabes que eres único e irrepetible? En la teoría todos lo sabemos, pero cuando ocurren cosas que merman nuestra auto-estima, empezamos a tener una visión distorsionada de nosotros mismos. A través de un cuento precioso, de metáforas visuales y de una actividad llamada “La Caja de la Auto-estima”, los participantes comprenderán que “amarse a uno mismo” es el paso anterior a “amar al otro”, porque nadie puede dar lo que no tiene. En este taller los participantes se reconocerán en los ojos de aquellos que le aman; y recibirán mensajes que harán caricias en su alma, para que se reconozcan como seres únicos e irrepetibles.

**Objetivo:** Fomentar el amor propio, una visión realista de si mismo y una auto-estima equilibrada.

**Público:** Niños a partir de los 7 años, adolescentes, adultos, mayores. Grupos de drogodependientes, personas en riesgo de exclusión.

**Duración:** Desde 45 min. Hasta 1h30 (en virtud del grupo al que se destina).

LOS CUENTOS DE HADAS SON BIEN CIERTOS. NO PORQUE NOS DIGAN QUE LOS DRAGONES EXISTEN, SINO PORQUE NOS DICEN QUE PODEMOS VENCERLOS.

GILBERT KEITH CHESTERTON

Los talleres serán adaptados a las circunstancias particulares de los asistentes, para que la experiencia sea más eficaz.

Por lo general, el material utilizado está incluido en el precio de contratación del taller.

Si deseas hacer un presupuesto o recibir más información, no dudes en entrar en contacto.

**Claudine Bernardes**

Tel. 692179615 - [acaixadeimaginacao@gmail.com](mailto:acaixadeimaginacao@gmail.com)