

Nube de Pensamiento

Un Recurso Gratuito

¿Qué tienes en mente en este momento?

Un lugar al que me gustaría ir

Algo que necesito en este momento.

Un sentimiento que he notado últimamente.

Algo que estoy disfrutando.

Algo que desearía poder dejar ir.

Algo que me ayuda a sentirme mejor.

Algo sobre lo que no estoy seguro(a).

Algo por que me hace sentir seguro (a)

Una pregunta en la que estoy pensando.

Algo que me emociona

Algo que me hace reír

Algo por lo que estoy nervioso (a)

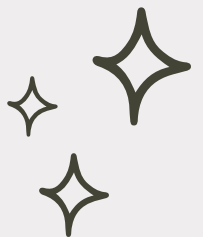
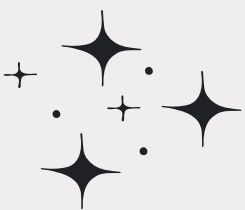
Algo por lo que estoy orgulloso (a)

© Thought Cloud - Elsa-Support 2021

Traducido al español por Jean Schmitz

A proposito de la Nube de Pensamiento

“Esta suave y reflexiva actividad de “Nube de pensamientos” es perfecta para fomentar la conciencia emocional en los niños. La hoja presenta una gran nube de pensamiento central rodeada de pequeñas nubes con indicaciones que ayudan a los niños a explorar lo que ha estado ocupando espacio en sus mentes.”

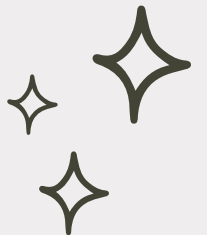
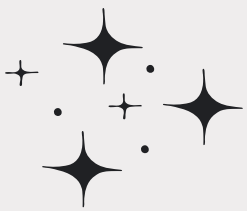


© Thought Cloud - Elsa-Support 2021

Traducido al español por Jean Schmitz

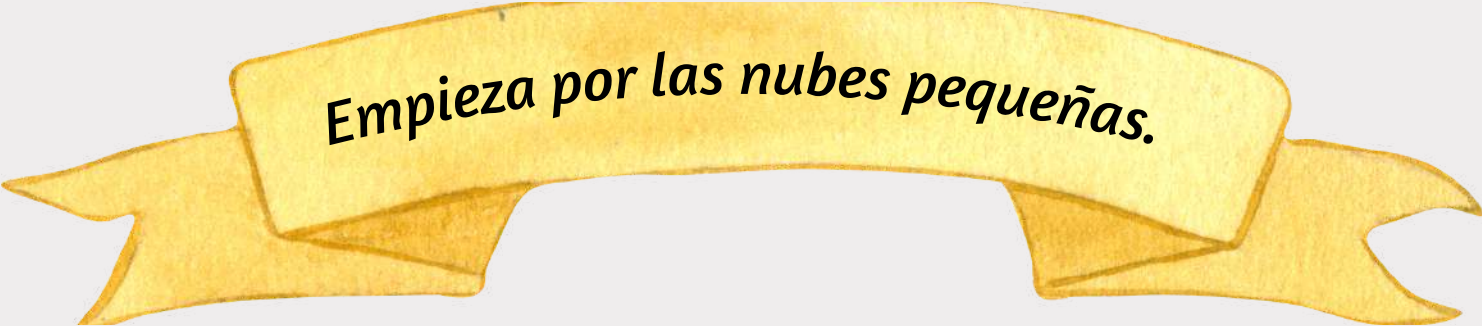
¿Cómo comenzar?

“Todos llevamos muchos pensamientos en **nuestra mente**, algunos grandes y otros pequeños. Esta nube nos ayuda a darnos cuenta de **lo que está pasando** dentro de nuestra cabeza hoy.”

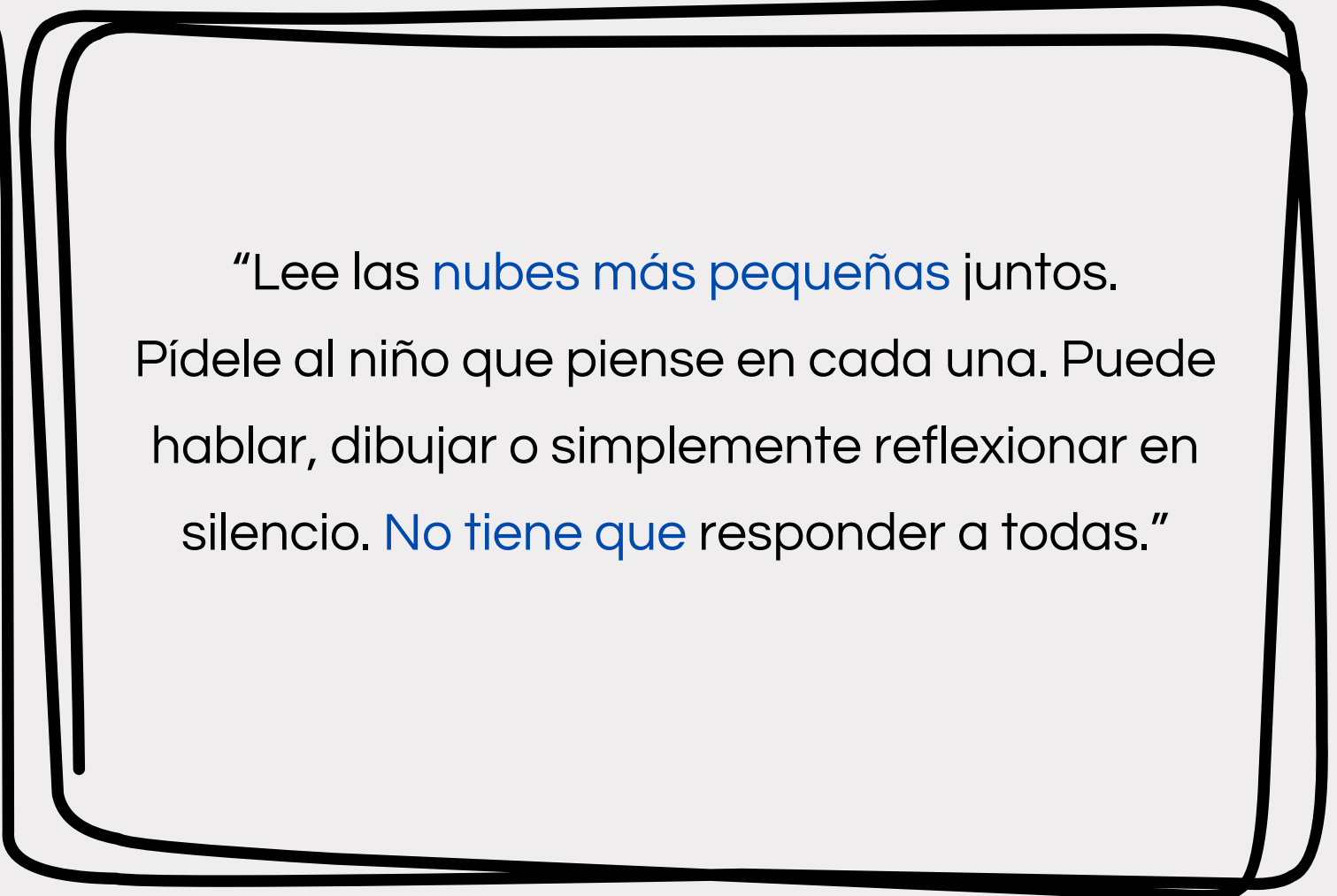


© Thought Cloud - Elsa-Support 2021

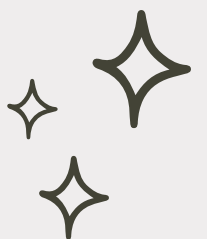
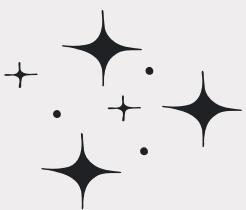
Traducido al español por Jean Schmitz



Empieza por las *nubes pequeñas*.

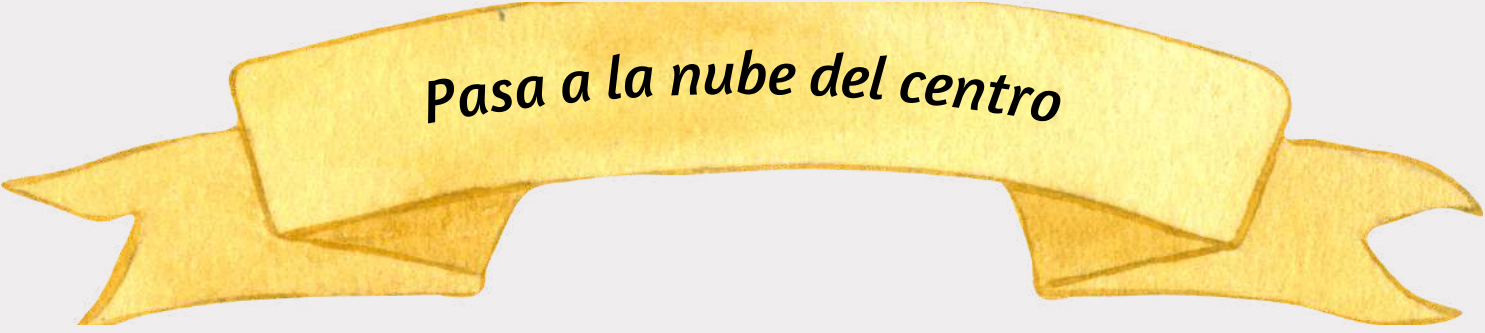


“Lee las *nubes más pequeñas* juntos.
Pídele al niño que piense en cada una. Puede
hablar, dibujar o simplemente reflexionar en
silencio. *No tiene que* responder a todas.”

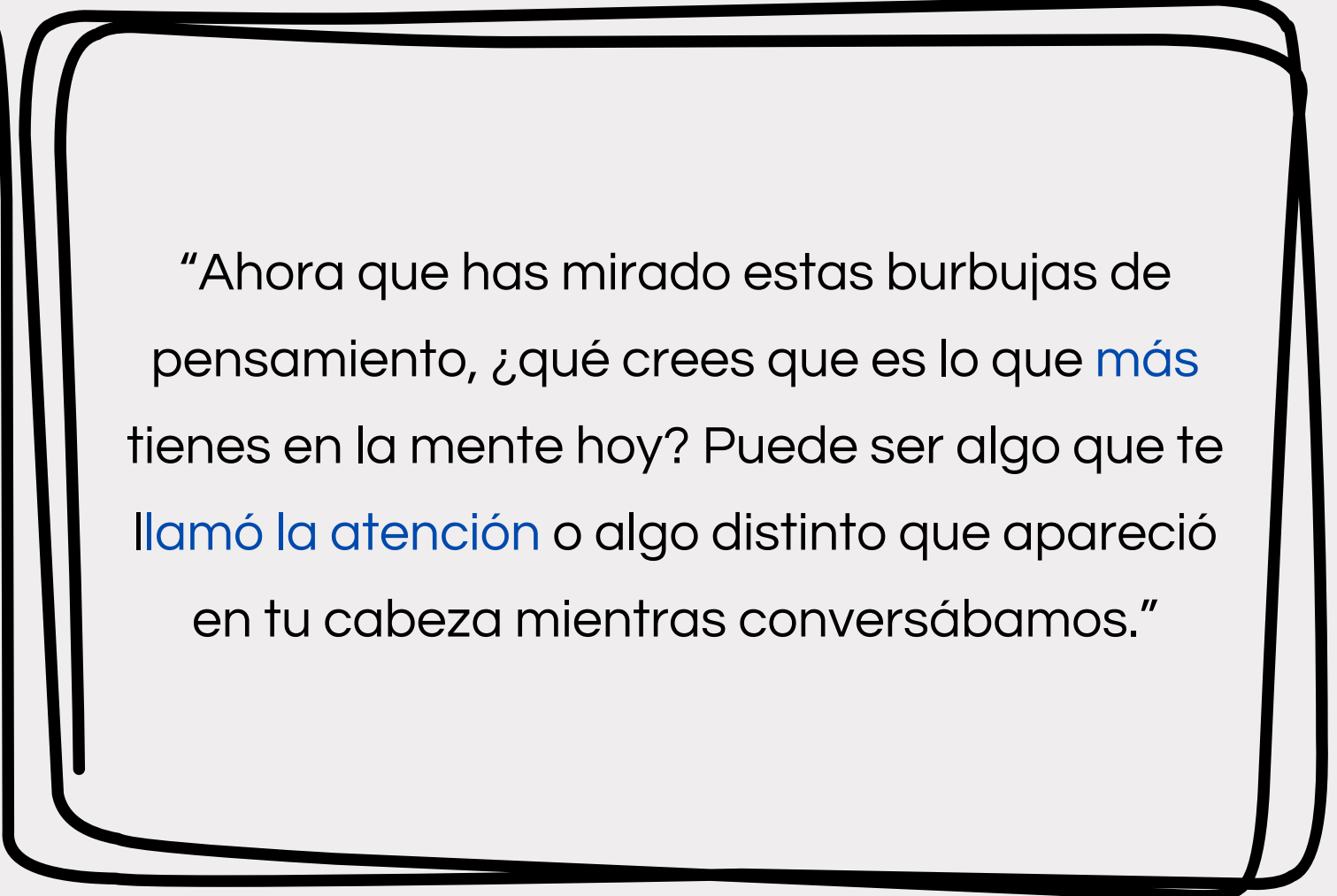


© Thought Cloud - Elsa-Support 2021

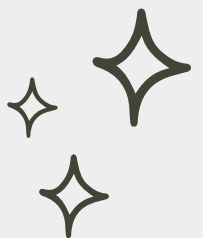
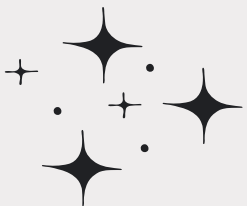
Traducido al español por Jean Schmitz



pasa a la nube del centro



“Ahora que has mirado estas burbujas de pensamiento, ¿qué crees que es lo que **más** tienes en la mente hoy? Puede ser algo que te **llamó la atención** o algo distinto que apareció en tu cabeza mientras conversábamos.”



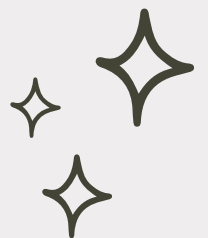
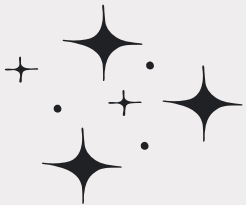
© Thought Cloud - Elsa-Support 2021

Traducido al español por Jean Schmitz

Sea creativo

“Los estudiantes pueden **dibujar, escribir, garabatear, colorear o incluso hacer un collage** dentro de la nube más grande.

Asegúrate de **tener materiales** como crayones, marcadores, lápices de colores, calcomanías y **música tranquila** durante la actividad.”



Hacer un seguimiento

“¿Te gustaría hablar sobre el pensamiento de tu nube grande?”

Reflexiona con el estudiante si se trata de un pensamiento ligero o pesado. **Crea un plan de seguimiento** si ese pensamiento resulta difícil o persistente.

