

Amor

Cuando alguien me importa mucho

«Quiero abrazar.»

El abrazo que se cuenta hasta cinco

5 a 10 minutos

Niñas y niños de 4 a 9 años

En familia



QUÉ NECESITAN

Esta hoja, colores y un rato juntos.

PASO A PASO

- 1 Siéntense cerca. Cada quien pone una mano en el pecho y respiran tres veces, despacito.
- 2 Cuéntale: «Cuando alguien me importa mucho, siento calorcito aquí». Deja que tu peque muestre dónde lo siente.
- 3 Coloreen a Ojai con el color que tenga hoy el cariño.
- 4 Terminen con un abrazo largo, contando juntos hasta cinco.

UNA FRASE PARA DECIRLE

«Te quiero cuando ríes y también cuando lloras.»



PARA CONVERSAR MIENTRAS COLOREAN

¿Quién te hace sentir calorcito en el pecho?

Lo que ya haces: Cada abrazo de buenas noches y cada rato de escucha ya le enseñan cómo se siente el amor. Ninguna emoción es buena ni mala: todas caben en casa.

Ojai acompaña; no sustituye apoyo profesional.

Si una niña o un niño está en riesgo, en Colombia llama al 123 o a la Línea 192, opción 4; en otro país, al número de emergencias local.

@ojai.artstudio
ojaiartstudio.com