

LIBRO PARA COLOREAR y REFLEXIONES para EL APRENDIZAJE SOCIOEMOCIONAL

James Butler, M.Ed.

ILUSTRADO POR
Becca Borrelli



LIBRO PARA COLOREAR
y REFLEXIONES para
EL APRENDIZAJE
SOCIOEMOCIONAL

James Butler, M.Ed.

ILUSTRADO POR
Becca Borrelli

TRADUCIDO POR
Elena Rodriguez

free spirit
PUBLISHING®



AGRADECIMIENTOS

Quisiera agradecer a las siguientes personas por su apoyo, sabiduría y guía. A Lindsay (la mejor pareja) y a Theo (el mejor perro). A mis antiguos estudiantes de las escuelas primarias *Winn Elementary*, *Barbara Jordan Elementary*, *T. A. Brown Elementary* y *Gullett Elementary*, en Austin, Texas, y de la escuela combinada *Mangetti Combined School*, en Mangetti, Namibia. A la increíble ilustradora de este libro Becca Borrelli. Al Dr. Paul Cruz, superintendente de Austin ISD (AISD). A Angela Ward, directora de raza y equidad en AISD. A Pete Price, director de Aprendizaje Social y Emocional (SEL por sus siglas en inglés) en AISD y a Caroline Chase, asistente del director de SEL en AISD. A mis asombrosos compañeros de equipo de AISD SEL. A Laurie Grossman y Donald Altman. A *Manchester University*. A Alyssa y Judd Absher y a mi familia, en especial a mis abuelos Butler.

—J.B.



Primero que todo, quiero dar las gracias a los miembros de mi familia Jason, Layla y Rose. A Andrea Schepis, mi extraordinaria maestra de arte y mentora. A mis antiguos estudiantes en las escuelas *Woodland Elementary* y *Highland Elementary* en Stow, Ohio. A Meagan Whiteley por comprar mi primer libro de colorear para adultos. A Tara, Ryan, Elliott, y Hannah Clifford. A Emma Borrelli y a mis padres Wayne y Margaret Borrelli.

—B.B.

Text © 2020 by James Butler, M.Ed.
Illustrations © 2020 by Rebecca Borrelli

All rights reserved under international and Pan-American Copyright Conventions. Unless otherwise noted, no part of this book may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without express written permission from the publisher, except for brief quotations and critical reviews. For more information, go to freespirit.com/permissions.

Free Spirit, Free Spirit Publishing, and associated logos are trademarks and/or registered trademarks of Free Spirit Publishing Inc. A complete listing of our logos and trademarks is available at freespirit.com.

ISBN: 978-1-63198-534-8

Free Spirit Publishing does not have control over or assume responsibility for author or third-party websites and their content.

Cover and interior design by Shannon Pourciau
Translation by Elena Rodriguez
Edited by Edgar Rojas, EDITARO

10 9 8 7 6 5 4 3 2 1
Printed in the United States of America
V20301219

Free Spirit Publishing Inc.
6325 Sandburg Road, Suite 100
Minneapolis, MN 55427-3674
(612) 338-2068
help4kids@freespirit.com
freespirit.com

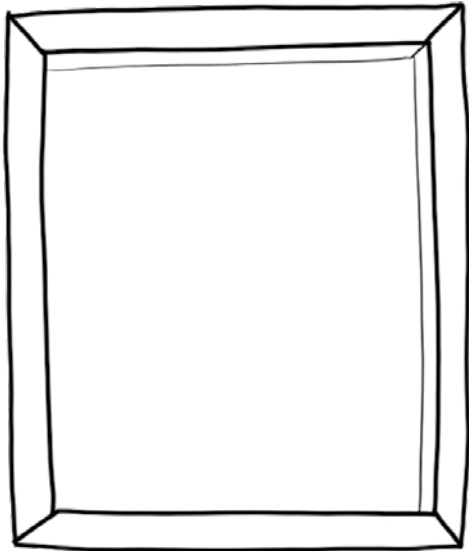
Free Spirit offers competitive pricing.

Contact edsales@freespirit.com for pricing information on multiple quantity purchases.

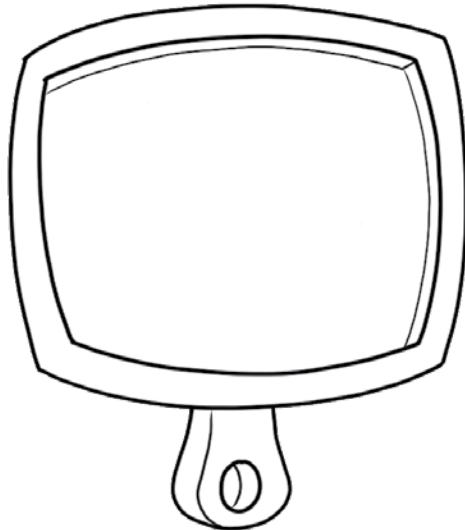
Este libro pertenece a _____.

Pon en práctica un diálogo interno positivo mientras te dibujas a ti mismo en los marcos. Por ejemplo, inhala profundamente y piensa: "Yo soy". Luego exhala y piensa: "Amable". Continúa respirando de esta manera mientras dibujas.

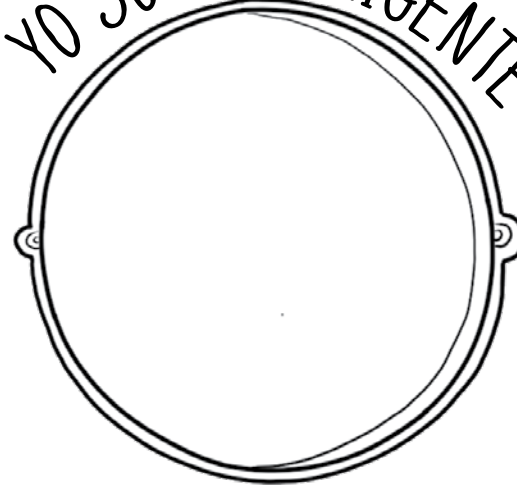
YO SOY AMABLE



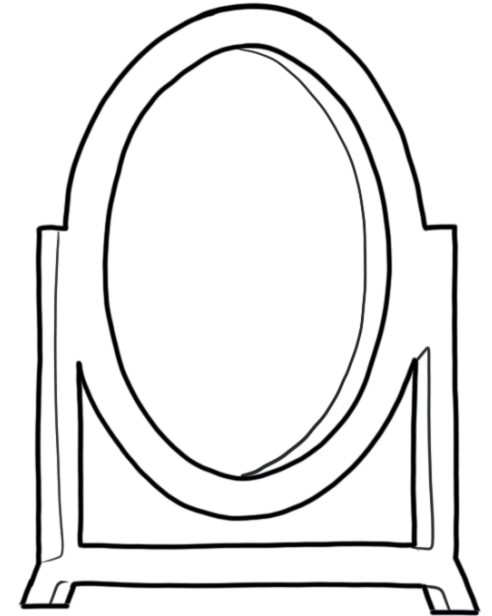
YO SOY FUERTE



YO SOY INTELIGENTE



YO ME QUIERO





NOMBRA TUS SENTIMIENTOS

Es importante hablar sobre tus sentimientos para que tú y otras personas puedan entender como te sientes. ¿Te acuerdas cuáles sentimientos tuviste ayer? ¿Cuáles sentimientos sientes en este momento?



¿Cuáles sentimientos vez ilustrados en este dibujo?



RESPECTO MUTUO

El respeto mutuo significa tratar a otras personas de la manera como quieres que te traten. ¿Por qué crees que es importante el respeto mutuo?
¿Cuándo puedes demostrar respeto mutuo?



¿Cómo se demuestra el respeto mutuo en esta ilustración?

SUGERENCIAS PARA UTILIZAR ESTE LIBRO CON LOS NIÑOS

El *Libro para colorear y reflexiones para el aprendizaje socioemocional* fue escrito basado en mis catorce años de experiencia como maestro y dos años como especialista en atención plena del equipo de aprendizaje social y emocional para la escuela *Austin Independent School District*. (SEL AISD por sus siglas en inglés). Los temas de aprendizaje social y emocional y las preguntas de reflexión son extractos de mi libro *Mindful Classrooms™: Daily 5-Minute Practices to Support Social-Emotional Learning (PreK to Grade 5)*—por el momento solo disponible en inglés. Puedes usar este libro para colorear junto con la guía para maestros o de manera independiente. También puede ser utilizado en el salón de clases o en la casa.

Los treinta y seis temas en el libro representan las treinta y seis semanas del año escolar, en el caso que quieras implementar esa pauta para su uso. Los temas están escritos en un orden específico pero puedes tratarlos de manera individual según el tópico deseado. Cada tema consta de dos páginas. La página izquierda es para reflexionar por medio de la escritura o el dibujo y la página derecha muestra el arte para colorear. Esto fue hecho a propósito para representar el lado izquierdo del cerebro que es más lógico y el lado derecho que es más creativo. A continuación presentamos cinco sugerencias para cada tema de aprendizaje social y emocional. Recomiendo dedicar por lo menos algunos minutos para cada actividad.

1. **Discusiones en el salón de clases o con la familia.** Habla sobre el tema y las preguntas de reflexión.
2. **Reflexionar en el arte.** Cada obra de arte tiene una pregunta que conecta el arte con el tema de aprendizaje social y emocional. Guía a los niños a que reflexionen sobre el arte mientras piensan en las preguntas. Comparte las respuestas con todo el grupo.
3. **Colorear con plena atención.** Dedicar el tiempo necesario para colorear. Guía a los niños a que enfoquen toda su atención en colorear. Si son interrumpidos por pensamientos, permite que reconozcan la interrupción de manera calmada. De esa forma pueden dejar que los pensamientos se alejen como las nubes en el cielo, luego podrán respirar profundamente y empezar a colorear otra vez.
4. **Reflexión escrita.** Pide a los niños que escriban o dibujen sus respuestas a cualquiera de las preguntas en la página de reflexión (la página en blanco al lado izquierdo).
5. **Reflexión sobre el tema de aprendizaje social y emocional.** Pide a los niños que reflexionen en silencio o que hablen con sus compañeros de clase o con sus familias sobre todo lo que has hecho en cuanto a los temas de aprendizaje social y emocional.

Para más información y recursos, incluyendo una guía de *Mindful Classrooms*, por favor visita freespirit.com o envía un correo electrónico a help4kids@freespirit.com.