



Moodboard

sueña en grande

Introducción



un. *Moodboard.*

es una nueva oportunidad de activar nuestra creativa con un canva en blanco.

Se traduce como un muro de inspiración, siendo una **herramienta** visual que permite proyectar ideas, conceptos o pensamientos tanto laborales como personales. Es útil para tener una experiencia de autoconocimiento y comunicación de ideas abstractas o alinear visiones.

Su intención principal es representar los elementos que componen un proyecto o una meta laboral, grupal o personal. Se caracteriza principalmente por integrar una serie de elementos visuales, formando un **collage** que evoca sentimientos, ideas e intensiones.

moodboard **Ayni**



Basado en nuestro modelo **Ayni**, acompañamos a los niños y sus familias en crear su propio moodboard de forma conjunta y divertida. Será una herramienta que nos ayudará a imaginar y proyectar nuestros deseos, metas e intereses.

¡Es una forma divertida y creativa de soñar juntos como familia!

Además, su intención es fomentar la conexión con los deseos emocionales de cada miembro. A través de la dinámica, se fortalece además la comunicación, el conocimiento mutuo, la empatía y trabajo en equipo.

El moodboard de Ayni integra **cinco** elementos que componen a cada persona:

- Actividades y diversión
- Académico y nuevos aprendizajes
- Familia
- Amigos y
- Emociones.



Instrucciones

Las instrucciones se dividirán en tres pasos para crear de forma conjunta nuestro Moodboard Ayni.

Paso 1:

Preparar espacio creativo y materiales

Elige tu espacio creativo

Encuentren un lugar cómodo donde todos puedan trabajar juntos. Pongan música agradable para inspirarse y organicen los materiales.

Materiales:

- Una cartulina, canva u hoja grande
- Tijeras y pegamento
- Revistas y / o material decorativo
- Marcadores, crayones y lápices
- Una o varias fotos de miembros de la familia.
- Las hojas impresas que se comparten dentro de esta guía.

Paso 2: Proyectando cada aspecto importante



a) Actividades y diversión

Los hobbies no solo son una fuente de entretenimiento, sino también una forma de expresar nuestra creatividad y de liberar estrés. Al incluir actividades que disfruten como individuos y como familia, fomentan el bienestar y refuerzan la conexión entre todos.

¿Qué actividades les encanta hacer o quisieran hacer más a menudo?

:

Utilizar la hoja #1 de actividades; recortar y pegar las actividades que consideren divertidas para realizar durante este año.

No hay límite, si hay alguna otra actividad que no aparezca en la hoja, dibújala o pega un recorte de revista que represente eso que les gustaría hacer.

Reflexión

¿Cómo imagino sentirme al realizar esta actividad?

a) Académico y nuevos aprendizajes

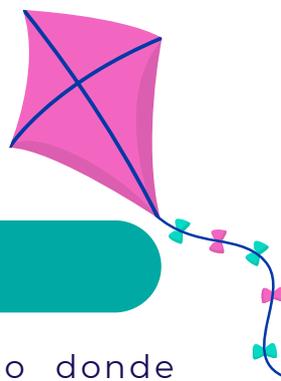
Aprender algo nuevo no solo nos mantiene mentalmente activos, sino que también refuerza la confianza en nuestras capacidades. En el contexto familiar, compartir aprendizajes crea momentos de colaboración y enriquecimiento mutuo.

¿Qué me gustaría aprender este año?

:

Hay muchos temas que engloban nuestra vida. Para este apartado, queremos invitarles a encontrar un tema de interés, el cuál puedan investigar, explorar y sentirse expertos. Puede ser un tema que aprendamos en el colegio, o un tema que nos llame la atención: historia, tecnología, artes, mecánica, etc.

Utilizar las tiras que te compartimos en la hoja #2; elige un tema de tu interés o de interés familiar y escríbelo en el lado izquierdo. En el centro, dibuja o pega un recorte que represente ese tema o nuevo aprendizaje. Finalmente, en el cuadro de la derecha escribe o dibuja una estrategia de cómo volverse experto en el tema.



c) Familia

El núcleo familiar es el espacio donde aprendemos los valores esenciales y recibimos apoyo emocional. Dedicar tiempo para fortalecer estos lazos genera un ambiente seguro y amoroso, crucial para el desarrollo integral de todos los miembros.

¿Qué valoro más de cada miembro de mi familia?

:

Utilizar las fotografías de la familia para agregar al moodboard aquellas personas importantes con las que deseamos compartir momentos únicos y especiales.

¿Cuál es la característica más especial de esta persona?

Junto con la fotografía, escribe o dibuja la característica más especial, lo que más disfrutas con esta persona o lo que deseas seguir compartiendo juntos.

d) Amigos

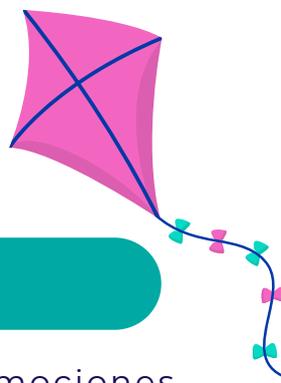
Las amistades son fundamentales para el crecimiento social y emocional. Para los niños, aprender a cultivar relaciones saludables es una habilidad que llevarán toda la vida, y para los adultos, los amigos son un pilar de apoyo y alegría.

¿Cómo les gustaría pasar tiempo con sus amigos o fortalecer amistades?

¡Una invitación es el primer paso para una gran experiencia! Para este segmento del moodboard, utiliza las invitaciones que compartimos en la hoja #3. Imagina qué actividad o evento quisieras planificar para compartir con amigos y escríbelo. Incluye en la invitación quienes serían las personas con quienes quisieras compartir este momento especial.

Reflexión:

¿Conversar a nivel familiar cuándo y cómo se pueden llevar a cabo estas actividades?



e) Emociones

Reconocer y expresar nuestras emociones es clave para la salud mental. Al trabajar juntos en el manejo de emociones, las familias crean un ambiente de comprensión, empatía y respeto, lo que fomenta un mayor equilibrio emocional en el hogar.

¿Qué emociones quiero que sienta mi corazón?

Todos podemos vivir situaciones emocionalmente incómodas, pero lo importante es cómo vamos a sobrepasarlas y manejarlas. Para esta actividad, recorta los corazones que compartimos en la hoja #4. Los corazones de la columna izquierda serán las emociones *incómodas* y los corazones de la columna derecha serán las emociones *cómodas*.

Reflexiona y comunica qué situaciones nos pueden hacer sentir emociones incómodas: enojo, miedo tristeza o vergüenza y escríbelo en el centro del corazón y pégalo en el moodboard.

Luego, decide qué emoción querrás poder poner encima como emoción cómoda y resolución amorosa: alegría, confianza, calma u orgullo. Escribe qué puedes hacer para lograr encender esta emoción y pega este corazón encima de la emoción incómoda que desees cubrir.

Paso 3: Reflexión y cierre

Cuanda hayas terminado con todos los aspectos del moodboard, comparte con algún ser querido un resumen de lo que has proyectado, incluido e imaginado.

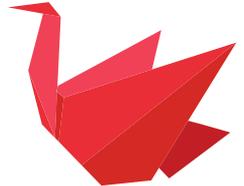
Coloca tu moodboard en algún lugar visible y especial.

Recuerda recoger los materiales que no se utilizaron y dejar todo en orden.

Agradece la oportunidad de realizar esta linda actividad 🌟.



Actividades





Nuevos Aprendizajes

Instrucciones:

- 1) elegir un nuevo aprendizaje
- 2) representarlo
- 3) estrategia para ser máster

Ejemplo:

Este año me gustaría aprender sobre:

Los
egipcios



Ver un
documental de
Nat Geo

Este año me gustaría aprender sobre:

Este año me gustaría aprender sobre:



Invitaciones

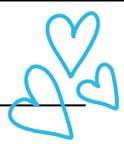


Amigos: _____ 



Actividad: _____



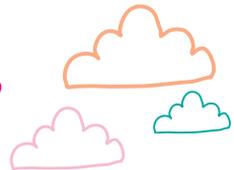
Amigos: _____ 

Actividad: _____



Amigos: _____

Actividad: _____





Emociones



tristeza



alegría



miedo



confianza



enojo



calma



vergüenza



orgullo



sueña en grande

Moodboard

*¿Cuál es el
siguiente paso?*

 www.habieserra.com

 byhabieserra@gmail.com

 [by.habieserra](https://www.instagram.com/by.habieserra)

 [by Habie Serra](https://www.facebook.com/HabieSerra)