

**CARLES  
BAYOD**

**¡JUGUEMOS  
A SENTIR!**

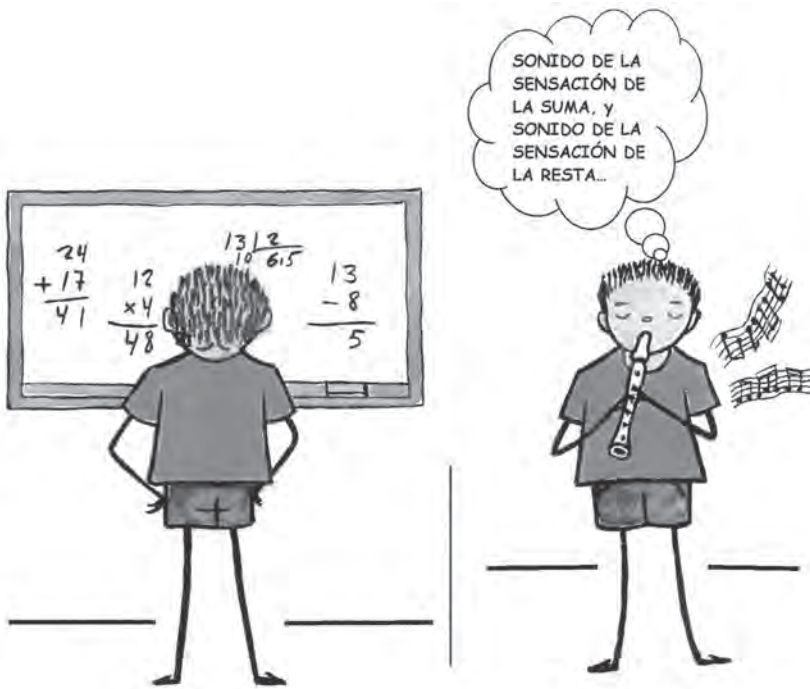
**DESCLÉE**



**APRENDER A SER  
EDUCACIÓN EN VALORES**

## ¡JUGUEMOS A SENTIR!

Una innovadora pedagogía a través de juegos didácticos de sensaciones, para desarrollar y armonizar las dos áreas del cerebro del niño: la que piensa y la que siente



© Por los textos y las ilustraciones: Carlos Bayod Serafini 2018

© EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A., 2018

Henao, 6 - 48009 Bilbao

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

[info@edesclée.com](mailto:info@edesclée.com)



EditorialDesclee



@EdDesclee

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos -[www.cedro.org](http://www.cedro.org)), si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

*Printed in Spain*

ISBN: 978-84-330-3013-9

Depósito Legal: BI-1678-2018

Impresión: Itxaropena, S.A. - Zarautz

**7 Propuestas para trabajar  
la convivencia en el aula**

Descárgalo gratis en [edesclée.info](http://edesclée.info) con el código:

**7PROPUESTAS3013**

# Índice

Introducción. . . . .	13
-----------------------	----

## PRIMERA PARTE

### LAS SENSACIONES

¿Qué es la sensología? . . . . .	19
Jugar y sentir; un objetivo de la sensología . . . . .	21
La inteligencia sensológica: el niño dialoga con su inconsciente . . . . .	23
Influencia de las sensaciones en el cerebro del niño . . . . .	25
Fijar las sensaciones en el tiempo . . . . .	30
¿Qué es un sensojuego? . . . . .	32
Sensojuegos y arte; un paso más en la evolución . . . . .	37
Jugar con las sensaciones . . . . .	40
Armonizar el cerebro del niño y el adolescente con los sensojuegos . . . . .	42
Desarrollo sensológico del niño a través de los sensojuegos . .	45

¡Juguemos a sentir!

SEGUNDA PARTE  
LOS SENSOJUEGOS

Introducción a la segunda parte . . . . .	51
---	----

Nivel I

SENTIR Y EXPRESAR

Sensosiento 1 . . . . .	58
Juguemos a sentir el tacto y expresarlo con el cuerpo	
Sensohabla . . . . .	62
Juguemos a sentir el tacto y expresarlo con la forma de pronunciar una palabra	
Sensopinta 1 . . . . .	65
Juguemos a pintar un objeto a partir de dos sensaciones distintas	
Sensopinta 2 . . . . .	68
Juguemos a sentir el tacto y expresarlo dibujando y pintando	
Sensoolores . . . . .	72
Juguemos a sentir el olor y expresarlo a través del tacto	
Sensosabores . . . . .	75
Juguemos a sentir el tacto y expresarlo a través del sabor	

Nivel II

SENTIRSE Y EXPRESARSE

Introducción al segundo nivel . . . . .	79
Sensosiento 2 . . . . .	81
Juguemos a sentir nuestro cuerpo y expresarlo creando sonidos con la voz	
Sensopienso . . . . .	84
Juguemos a sentir nuestros pensamientos y expresarlos pintando	

## Índice

Sensoemociones 1 . . . . .	88
Juguemos a sentir nuestras sensaciones negativas y reemplazarlas por positivas	

### Nivel III

#### SENTIR A LOS DEMÁS Y EXPRESARLOS

Sensosiento 3 . . . . .	94
Juguemos a sentir a los demás y expresarlos creando sonidos con la voz	
Sensosiento 4 . . . . .	97
Juguemos a sentir; lo mío / lo del otro, y expresarlo pronunciando una misma palabra	
Sensoemociones 2 . . . . .	100
Juguemos a sentir; mis emociones / las emociones de otra persona, y expresarlas pintando	
Sensoespacios . . . . .	103
Juguemos a sentirnos dentro de un espacio y descubrir cómo somos en realidad	

### Nivel IV

#### SENTIR EL ENTORNO Y EXPRESARLO

Sensoentorno . . . . .	110
Juguemos a sentir el entorno y a expresarlo creando sonidos con la voz	
Sensomirada . . . . .	113
Juguemos a sentir la proyección de la mirada y a expresarla creando sonidos con un instrumento	
Sensomirar. . . . .	116
Juguemos a sentir la sensación de la mirada y a expresarla creando sonidos con la voz	

¡Juguemos a sentir!

Senso-sonido-espacio . . . . .	119
Juguemos a sentir sonidos moviéndose por el espacio y a expresarlos dibujando	
Senso-esculturas de espacio . . . . .	122
Juguemos a sentir y crear esculturas de espacio en el espacio a partir de sonidos creados con la voz	
Senso-espacio-sensación 1. . . . .	125
Juguemos a sentir y crear espacios sensación, a partir de . . . . sabores, modificando el entorno en el que nos encontramos	
Senso-espacio-sensación 2. . . . .	128
Juguemos a sentir y crear espacios sensación a partir de olores	
Senso-simultanear-espacios . . . . .	131
Juguemos a sentir espacios simultáneos y a expresarlos pronunciando una misma palabra	
Senso-simultanear-tiempos . . . . .	135
Juguemos a sentir tiempos simultáneos y a expresarlos pronunciando una misma palabra	

Nivel V

SENTIR LAS ASIGNATURAS Y EXPRESARLAS

Sensoasignaturas . . . . .	142
Juguemos a sentir las asignaturas y expresarlas con el cuerpo	
Sensomatemáticas . . . . .	145
Juguemos a sentir las operaciones matemáticas y expresarlas creando sonidos con un instrumento musical	
Sensogeografía. . . . .	149
Juguemos a sentir elementos de la geografía y expresarlos creando sonidos con un instrumento musical	
Sensonaturaleza. . . . .	152
Juguemos a sentir elementos de la naturaleza y expresarlos pronunciando una misma palabra	

## Índice

Sensolenguaje .....	155
Juguemos a sentir palabras y expresarlas con el cuerpo	

### Nivel VI

#### SENTIR EL ARTE Y EXPRESARLO

Vamos a jugar a sentir el arte .....	159
Sensosiento-arte 1 .....	165
Juguemos a sentir obras de arte y expresarlas con sonidos creados con la voz	
Sensosiento-arte 2 .....	167
Juguemos a sentir obras de arte y expresarlas en coro creando sonidos con la voz	
Sensosiento-arte 3 .....	170
Juguemos a sentir obras de arte y expresarlas con tablillas de texturas	
Sensosiento-arte 4 .....	173
Juguemos a sentir en grupo obras de arte y expresarlas con tablillas de texturas	
Sensocreio-arte 1 .....	176
Juguemos a sentir percepciones físicas de animales y expresarlas pintando	
Sensocreio-arte 2 .....	179
Juguemos a sentir percepciones físicas de un mismo animal y expresarlas pintando	
Sensocreio-arte 3 .....	182
Juguemos a sentir percepciones de elementos del entorno y expresarlas dibujando y pintando	
Sensocreio-arte 4 .....	185
Juguemos a sentir sensaciones positivas y sensaciones negativas y expresarlas dibujando y pintando	



¡Juguemos a sentir!

Sensocreo-arte 5 .....	188
Juguemos a sentir características de personas y expresarlas dibujando y pintando	
Conclusiones .....	193
Vocabulario básico de sensología .....	195

## Introducción

La finalidad de este libro es ayudar al niño a que esté en armonía consigo mismo, con los demás y con el entorno. Que sea capaz de integrar a su ser todos los conocimientos que vaya adquiriendo, que estos formen parte de él y que de él brote la creatividad que le permita evolucionar armónicamente.

Es un libro práctico, nuevo y eficaz, en el que incluyo importantes herramientas pedagógicas en forma de juego, así como su aplicación y utilidad para que el profesor, padre o tutor, se de cuenta de la necesidad de aplicarlas para un mejor desarrollo de la empatía, la inteligencia y la creatividad del niño.

En el libro se sientan dichas bases pedagógicas, a través de unos modelos prácticos en forma de sensojuegos (se incluyen treinta y seis sensojuegos) para que el niño aprenda jugando.

El profesor, padre o tutor, podrá aplicar los juegos del libro o crear variantes dirigidas a las experiencias que en aquel momento crea más necesario estimular y desarrollar en el niño.

Por tanto, este libro no es un tratado cerrado sino todo lo contrario, es la chispa que va a prender los fuegos de quienes busquen desarrollar potencialidades del cerebro del niño que hasta ahora han permanecido aletargadas.

¡Juguemos a sentir!

He pasado mi vida dedicado a la investigación de las sensaciones y observando su importancia para el desarrollo de la creatividad y la armonización de las dos áreas del cerebro; la que piensa y la que siente.

En nuestra cultura se ha dado mucha importancia al pensamiento, con predominancia en el hemisferio izquierdo del cerebro, quedando la parte que siente, con predominancia en el hemisferio derecho, como un bien residual que no sabemos demasiado qué hacer con él.

He creado la sensología, como ciencia que se ocupa del amplio mundo de las sensaciones no verbalizables, para activar y reforzar esta parte del cerebro que no entiende de palabras, solo de sensaciones, y devolverle la importancia que de verdad tiene en el desarrollo armónico y creativo de la persona.

A la vista de los resultados espectaculares en el desarrollo de los alumnos a lo largo de una vida de docencia, en la que me he dedicado a difundir la sensología a través de cursos y posgrados en diferentes centros y universidades de distintos países, escribir una docena de libros de pedagogía de las sensaciones y crear más de sesenta juegos que funcionan con sensaciones, he sentido la necesidad de hacer este libro dedicado a los niños con la convicción de su importancia en su presente y en su futuro.

El libro es fundamentalmente práctico, pues la sensología solo puede entenderse a partir de la experiencia práctica. Y dado que al niño le gusta jugar, he creado unos juegos especialmente para él; los sensojuegos, con los que desarrollará todas las facultades relativas al cerebro que siente, el desarrollo del cual reforzará y mejorará el cerebro que piensa.

En la primera parte del libro explico ampliamente lo qué es la sensología, lo qué es una sensación y la manera de fijarla y utilizarla para nuestro beneficio, así como, en qué consisten los mencionados juegos que funcionan a partir de sensaciones.

La segunda parte del libro es la parte práctica, que está dedicada a jugar con los sensojuegos.

## Introducción

A través de la práctica, jugando con los sensojuegos, el niño irá desarrollando sus diferentes niveles básicos: sentir; sentirse; sentir a los demás; sentir el entorno; sentir las diferentes asignaturas del colegio y sentir y comprender, de forma práctica, los procesos de la creación artística.

Al final, una pequeña conclusión dedicada a los extraordinarios beneficios que el niño puede obtener jugando con los sensojuegos y su repercusión en el desarrollo integral de su cerebro.

*Primera parte*

## LAS SENSACIONES

## ¿Qué es la sensología?

Creé la sensología, porque me di cuenta de que se necesitaba una ciencia que se ocupara del amplio mundo de las “sensaciones no verbalizables”.

Una ciencia que diera vida y personalidad a cada una de las sensaciones de nuestra vida.

Una ciencia que desarrollara por igual la parte de nuestro cerebro que piensa y la parte de nuestro cerebro que siente.

Una ciencia que propiciara una pedagogía de integración para que el niño aprendiera a sentir cada asignatura al tiempo que aprendía a pensarla.

Una ciencia que nos diera herramientas para que pudiéramos fijar nuestras sensaciones y modificarlas cuando nos fueran perjudiciales.

Y, básicamente, una ciencia para que el niño supiera quién es y hacia dónde sentía ir para ser feliz.

Había observado, que la predominancia en nuestra cultura del pensamiento por encima de la sensación, creaba unas deficiencias en el desenvolvimiento de la persona. Estas deficiencias, normalmente, eran paliadas con más pensamiento y más palabras, cuando el problema correspondía al ámbito de las sensaciones no verbalizables, que no pueden ser expresadas a través del lenguaje porque, una sensación, solo puede ser expresada a través de otra sensación.

Un niño es un ser enormemente complejo, que si no se observa desde las dos vertientes; la del pensar y la del sentir, no se le puede comprender y ayudar a que se desarrolle como un ser único, libre y creativo.

¡Juguemos a sentir!

Una educación basada en el pensar, dejando el sentir como algo accesorio, es un error que vemos frecuentemente.

El niño tiene que ser educado de forma integral. Cada asignatura debe darse de forma integral; pensándola y sintiéndola. Por lo cual, cada nivel de desarrollo del niño debe considerarse también desde los dos aspectos: lo que piensa el niño y lo que siente en cada momento de su vida. De esta forma se le ayuda a que despierte en sí la chispa de la autoconciencia.

En la sensopedagogía, que es la parte de la sensología dedicada a la educación, el respeto a la verdad y a la personalidad íntima del niño es básico. Cada niño es distinto y es el propio niño el que tiene que dar la pauta de lo que necesita para su realización personal. Y, la sensología, ha creado herramientas para que lo pueda conseguir.

De la sensología ha derivado también la sensoterapia, con eficaces adaptaciones aplicables a la enseñanza. Con sensoanálisis en los que se le dan herramientas divertidas para que sea el propio niño el que, jugando, de forma rápida, y sin que se dé cuenta, sea su propio terapeuta.

Solamente, el propio niño, puede sentir lo que está pasando dentro de sí y, con las herramientas sensológicas que se le proporcionan, si lo necesita y de forma muy rápida, puede superar sus problemas.

Y, para lograr los fines que persigue la sensología en su vertiente pedagógica, he concebido los sensojuegos.

Jugar es lo que suele gustar más a los niños, por lo que, los sensojuegos, como juegos que funcionan con sensaciones, son ideales para que el niño, a través de ellos, pueda desarrollar sus medios de percepción / expresión, en todos los ámbitos y niveles, y armonizar su cerebro que piensa con el que siente... y su inteligencia se lo va a agradecer.

Este “aprender a sentir”, base de la sensología, hace que esta parte silenciosa del cerebro del niño que solo sabe sentir, adquiera voz, una voz hecha de sensaciones, y armonice con la que piensa con palabras, con el fin de enriquecer cada una a la otra, y así lograr el efecto: “cerebro total”.

## Jugar y sentir; un objetivo de la sensología

Jugar, es lo que más le gusta a un niño. Es la fiesta de la libertad. Es dar rienda suelta a la imaginación y llenar su vida de creatividad.

El juego, en una edad temprana, es una característica que se repite en todos los animales superiores, aunque se ha observado también en otros mamíferos y en algunas aves, peces, reptiles y anfibios.

Ver a un cachorro jugando con sus hermanos o compañeros es una verdadera fiesta. Jugando, los animales aprenden a ser adultos, aprenden a relacionarse, a descubrir su naturaleza, a sentir la del otro y a descubrir cuál es el lugar de cada uno en su mundo.

En los niños sucede lo mismo, pero con una diferencia sustancial. En el ser humano el proceso es más complejo pues hay un elemento que en los animales no existe; el arte.

Y no es que cada niño tenga que pintar *Las Meninas* o componer *La Quinta Sinfonía*. Lo que da un plus evolutivo a la mente del cachorro humano, son los complejos mecanismos cuánticos que la especie ha ido desarrollando en su cerebro.

Estos mecanismos le han servido al ser humano para “exteriorizar” determinados estímulos evolutivos por medio de estructuras expresivas llamadas arte, que “percibimos como sensaciones” a través de los cinco sentidos.

Los animales evolucionan pero no saben que evolucionan. No pueden exteriorizar sus mecanismos evolutivos.

El ser humano, gracias a la aparición de la capacidad de hacer arte, ha adquirido una nueva forma de conciencia, ha evolucionado, se ha hecho consciente de su mundo interior, de su historia y de su evolución y ha creado los medios para compartirlo con los demás.

Esta capacidad de evolucionar a través de los estímulos profundos del arte, junto a la necesidad de compartir los descubrimientos de cada uno con los demás, ha sido la base de la humanización de nuestra especie y su rápida evolución.



¡Juguemos a sentir!

En nuestra sociedad occidental, tendemos a no dar importancia al cerebro derecho y a ponderar la importancia del cerebro izquierdo, porque es el que piensa, el que lee, el que escribe, el que filosofa..., pero también el que nos puede mantener en una cárcel intelectual y nos puede hacer víctimas y esclavos de nuestros propios pensamientos y creencias.

El cerebro derecho vive, siente. El cerebro izquierdo describe lo que vive y lo que siente.

El cerebro derecho es una buena comida. El cerebro izquierdo la receta de cocina.

La educación, en nuestra cultura, está más basada en recetas que en vivencias. En pensar lo que debemos ser, que en sentir lo que realmente somos.

De lo que se trata en este libro es de dar la misma importancia a ambas formas de trabajar el cerebro, “unir pensamiento y sensación” y, con esta unión, y a través de juegos que funcionan con sensaciones, potenciar en el niño las dos áreas cerebrales.

## La inteligencia sensológica: el niño dialoga con su inconsciente

El desarrollo de esta parte no verbalizable del cerebro es muy importante para la plena madurez mental y emocional del niño pues, de este nivel no verbalizable depende una buena parte de su mundo emocional, su capacidad intelectual y creativa y el equilibrio de su inconsciente.

El inconsciente se nos hace inaccesible porque se pretende penetrar en él con palabras, como en muchas psicoterapias que se realizan introduciéndose en el pasado de los pacientes a través de las “palabras”, para liberarlo de las malas “sensaciones”, de vivencias archivadas de su pasado, pero que está sufriendo hoy.

El inconsciente no entiende de palabras, solo de sensaciones. Y, la realidad, es que el trauma lo tiene “ahora” porque, las malas sensaciones, las está viviendo “ahora”, y por lo que recurre a estas terapias, no es por un problema de las ideas o del pensamiento, sino porque lo que le perturba es una sensación, un archivo emocional de su inconsciente que le trastorna ahora. Es cierto que ya lo tenía ayer y desde hace tiempo. Pero para las sensaciones solo existe una realidad: “ahora”. Y es en este ahora que tiene que buscarse la solución. Pero, su problema emocional, con el tiempo, le ha producido una impregnación en su cerebro y “se ha olvidado de cómo sentía cuando estaba bien”.

Muchísimas personas se acostumbran a vivir con sus malestares emocionales que llegan, resignadas, a tomarlo como su estado natural. Y, lo que necesitan, es “hacer revivir a su cerebro la experiencia de estar bien”, impregnarlo de este “estar bien”, más que haciéndole revivir las experiencias de cuando estaba mal.

Su cerebro necesita vaciar las neuronas cargadas con experiencias negativas y llenarlas de buenas sensaciones. Que sus neurotransmisores activen las buenas sensaciones de su vida y que los axones y dendritas de cada neurona se conecten con más neuronas positivas.

Los sensojuegos con los que va a jugar el niño producen este efecto en su cerebro al hacerle vivenciar su estado natural y positivo, al descubrirle, mostrarle y reconciliarle con su auténtico Yo.

¡Juguemos a sentir!

Una de las cosas importantes que va a aprender el niño en este libro, es la forma de establecer un diálogo con su inconsciente en su lenguaje sin palabras.

Todas las cosas que el niño percibe, piensa o expresa, las vive también como sensación. Le hacen sentir, al tiempo que le hacen pensar.

Es muy difícil penetrar en el inconsciente con palabras. Y relativamente fácil hacerlo a través de sensaciones, que es el lenguaje que le es propio. Pero, normalmente, se le ha enseñado al niño a dar mucha más importancia a lo que piensa, quedando lo que siente, como un subproducto o residuo desechable de la experiencia.

Algunos de los sensojuegos que va a realizar el niño en capítulos posteriores son, precisamente, para armonizar su inconsciente a través de sensaciones.

La inteligencia es estimulada continuamente por sensaciones.

Podríamos decir que la inteligencia es estimulada por una “pre-inteligencia” no verbal; la “inteligencia sensológica”, que todos los niños deberían aprender a utilizar como parte de su formación básica.

La “inteligencia sensológica” se ocupa de la parte no verbalizable de nuestra mente.

Generalmente, la inteligencia sensológica está muy poco desarrollada en la mayoría de las personas, excepto en los artistas que la usan de forma natural para realizar sus creaciones.

## Influencia de las sensaciones en el cerebro del niño

Una “sensación”, es la percepción de una recepción de estímulos provenientes del exterior, de nosotros mismos y de nuestro interior.

El neuropsicólogo ruso Alexander Luria, clasificó las sensaciones como “exteroceptivas, propioceptivas e interoceptivas” (provinientes del exterior, de nosotros mismos y del interior).

El niño percibe las sensaciones de muchas maneras. Las hay que le llegan desde el exterior y las percibe a través de sus cinco sentidos. Otras provienen de él mismo y las percibe a través de sus múltiples sistemas sensoriales físicos. Y luego, hay otras que provienen de un pensamiento, una idea, un sentimiento, una emoción, el espacio y el tiempo o de vivencias que están en su inconsciente y que no sabe a ciencia cierta de donde vienen.

El cerebro es el receptor de las sensaciones, que después organiza y traduce a percepciones. Vg.: Pasa de estímulos físicos y mecánicos, a sabores, olores, sonido, tacto, etc.

Los juegos para desarrollar la capacidad de sentir que van a realizar los niños al jugar con los sensojuegos, siguen esta misma mecánica. Pero, al principio, en lugar de hacer el cambio de percepción física a sensación, que su cerebro ya lo hace automáticamente, serán, básicamente, para poder expresar una sensación ya elaborada con otra sensación ya elaborada; Vg.: de sensación de sonido a sensación de grafismo, de sensación de tacto a sensación de olor, etc., para que, en este cambio, “aprendan a concentrarse en la naturaleza de la sensación” y aprendan a fijarla en el tiempo.

¡Juguemos a sentir!

Es muy importante saber fijar una sensación.

Una sensación es como un puñado de agua que en el acto de cogerlo ya se escurre entre los dedos. Por eso es tan importante, aprender a fijar la sensación en el tiempo, para luego poder “contemplantarla”, “sentirla”, “analizarla” y “cambiarla” cuando nos sea nociva.

Una sensación es básicamente abstracta o virtual. No tiene forma, color, etc., son los sentidos y su percepción los que le imprimen un carácter y una personalidad y le dan un color, una forma... A estos elementos, Vg.: color, forma, textura, olor, etc., que le sirven para vestir a la sensación y concretarle una personalidad, los vamos a llamar “soporte expresivo de la sensación” o, simplemente, “soporte expresivo”.

Un tacto puede expresar infinitas sensaciones lo mismo que un color, un aroma, etc., pero, el tacto en sí, igual que los demás “soportes expresivos”, no es más que el vehículo al que se puede subir cualquier sensación.

A través de los juegos de sensaciones, el niño aprenderá a dominar este cambio de “soporte expresivo” (una misma sensación que cambia de vehículo), que le ayudará a configurar su vida y a desarrollarse como persona.

Vemos un ejemplo de cómo, una sensación, al ser expresada por un soporte expresivo distinto (diferentes sentidos), produce reacciones muy significativas en el cerebro.

Estos dos dibujos de un cerebro humano, ilustran el resultado de dos TEP (tomografía por emisión de positrones) del cerebro. Uno hecho con una estimulación normal y, el otro, estimulado por un “cambio de soporte expresivo”.