

Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Educación

El cuento como recurso para trabajar la emoción del miedo

Trabajo fin de grado presentado por: Shaila Alonso Fernández

Titulación: Grado de Maestro en Educación Infantil

Línea de investigación: Propuesta de Intervención

Directora: Juana María González García

Ciudad: Oviedo

[24 de junio de 2013]

Firmado por: Shaila Alonso Fernández



CATEGORÍA TESAURO: 1.1.9 Psicología de la educación

RESUMEN

Las emociones juegan un papel muy importante en la formación de la personalidad del niño y en su manera de interaccionar con el mundo con lo que es necesario aprender a reconocerlas y educarlas desde la Educación Infantil. En este trabajo se profundiza en la importancia de trabajar las emociones y más concretamente la emoción del miedo.

El cuento es uno de los recursos pedagógicos más utilizados en la Educación Infantil para trabajar el ámbito emocional del niño. Gracias a los cuentos los niños viven vidas diferentes a la suya (las de los personajes), así como pueden ver reflejadas sus propias emociones y sentimientos a través de estos. En este trabajo se presenta una propuesta de intervención para trabajar la emoción del miedo a través de los cuentos infantiles.

Palabras clave: Educación Infantil, emociones, miedo, cuentos, inteligencia emocional.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
2. JUSTIFICACIÓN	1
3. OBJETIVOS	3
CAPÍTULO II. SENTIMIENTOS Y EMOCIONES	3
4. ¿QUÉ SON LAS EMOCIONES?	3
5. ¿QUE SON LOS SENTIMIENTOS?	5
6. CLASIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES	7
6.1. Emociones primarias, secundarias, positivas, negativas y neutras	7
6.2. El miedo infantil	9
CAPÍTULO III. EL APRENDIZAJE EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN INFANTIL	12
7. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	12
8. LA EDUCACIÓN EMOCIONAL	13
9. IMPORTANCIA DE EDUCAR LAS EMOCIONES EN LA EDAD TEMPRANA	15
CAPÍTULO IV. LOS CUENTOS COMO RECURSO PARA TRABAJAR LAS EMOCIONES	16
10. LA IMPORTANCIA DE CONTAR CUENTOS	16
11. CÓMO CONTAR CUENTOS	18
12. EL MIEDO A TRAVÉS DE LOS CUENTOS	21
CAPÍTULO V. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	23
13. INTRODUCCIÓN	23
14. CRITERIOS DE SELECCIÓN DE LOS CUENTOS	24
15. OBJETIVOS DE LA PROPUESTA	24
16. ÁREAS Y CONTENIDOS A TRABAJAR	24
17. METODOLOGÍA	25
18. TEMPORALIZACIÓN Y CRONOGRAMA	26
19. EVALUACIÓN	27
20. ACTIVIDADES	33
CAPÍTULO VI. CONCLUSIONES Y PROSPECTIVA	45
REFERENCIAS	47
ANEXOS	51

1. INTRODUCCIÓN

Este trabajo se centra en el ámbito de la educación de las emociones y, concretamente, en la educación de la emoción del miedo en Educación Infantil. El trabajo se dividirá en cinco capítulos:

En el primer capítulo presentaremos el planteamiento del problema. En primer lugar, se justificará la elección del tema del trabajo y en segundo lugar, se nombrarán los objetivos que pretendemos conseguir con esta investigación.

En el segundo capítulo profundizaremos en la bibliografía relacionada con las emociones y sentimientos y estableceremos diferencias entre ambos conceptos. Asimismo, analizaremos la emoción del miedo y reflexionaremos sobre los principales miedos infantiles.

En el tercer capítulo indagaremos en qué es la inteligencia emocional así como en la importancia de la educación emocional desde la niñez.

En el cuarto capítulo exploraremos el uso de los cuentos como recurso para trabajar las emociones y nos centraremos en la importancia de contar cuentos, en cómo se deben contar y en la utilidad de los cuentos para educar el miedo infantil

En el quinto capítulo se presentará una propuesta de intervención para trabajar el miedo infantil a través de los cuentos. La propuesta se centrará en trabajar el miedo a la maldad, a la oscuridad, a dormir solo y a las pesadillas.

En el sexto capítulo se expondrán las conclusiones extraídas del trabajo, así como sus limitaciones y futuras líneas de investigación.

CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2. JUSTIFICACIÓN

Este trabajo presta atención a la educación de las emociones en Educación Infantil, concretamente, a la educación de la emoción del miedo. Esta elección se debe a tres motivos fundamentales.

En primer lugar, porque, desde nuestro punto de vista, la educación ha prestado más atención a lo largo del tiempo al desarrollo cognitivo del niño que a su desarrollo

emocional, sin tener en cuenta que ambos aspectos son necesarios para su desarrollo integral como persona. La escuela, como parte del entorno de estimulación y desarrollo del niño desde edades tempranas debe prestar atención a este aspecto fundamental y debe proponer estrategias y pautas de actuación relacionadas con el desarrollo emocional.

En segundo lugar, porque, como demuestran varios estudios científicos, una buena inteligencia emocional afecta positivamente en muchos aspectos de la vida de la persona, por lo que la educación emocional se debe comenzar lo antes posible incluso antes de nacer (Bisquerra, 2012).

En tercer lugar, porque las emociones tienen un papel importante en la conformación de la personalidad del niño y en su manera de interaccionar con el mundo con lo que es necesario aprender a reconocerlas y educarlas desde edades tempranas.

Una emoción que está presente en todos los niños y que repercute en la forja de su personalidad es la emoción del miedo. Esta emoción puede llegar incluso a condicionar su vida cotidiana, afectando a actividades como dormir solo, estar con animales o ir al colegio.

Uno de los recursos más interesantes para trabajar esta emoción en Educación Infantil son los cuentos. Desde la primera infancia vivimos inmersos en un entorno lleno de emociones que es necesario aprender a reconocer y a desarrollar de un modo equilibrado, y los cuentos pueden contribuir a ello enseñando a los niños a comprenderse a sí mismos, a los demás y al mundo que les rodea. En este sentido, Correa (2009) afirma:

El cuento permite al educando interpretar sus emociones, sus pensamientos, sus experiencias, ahonda el conocimiento hacia sus semejantes, le hace conocer sus tentaciones y fracasos, aspiraciones y éxitos, también escuchar los dominios de la imaginación infantil y del joven; le permite conocer un mundo nuevo, enriquece su vocabulario y vigoriza su poder de expresión (p.93).

En definitiva, contar cuentos no es sólo una manera de entretener sino también un método para transmitir valores y emociones o reflexionar sobre ellos. Por lo tanto la investigación que se pretende llevar a cabo trata sobre la importancia y la necesidad de trabajar las emociones y más concretamente el miedo infantil a través de los cuentos

3. OBJETIVOS

» Objetivo general:

Elaborar una propuesta de intervención para niños de 4-5 años en la que se trabaje la emoción del miedo a través de los cuentos.

» Objetivos específicos:

- Profundizar en la bibliografía sobre la emoción y los sentimientos y señalar algunas de las características de la emoción del miedo.
- Analizar qué es la inteligencia emocional y reflexionar sobre la importancia de la educación emocional en edades tempranas.
- Explorar la utilización de los cuentos como medio para educar la emoción del miedo.

CAPÍTULO II. SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

Con el fin de centrar bien nuestra propuesta de intervención, en este apartado profundizaremos en parte de la bibliografía sobre las emociones y los sentimientos con la idea de señalar algunas de las diferencias entre ambos conceptos. Además se realizará una clasificación de las emociones y se profundizará en la emoción del miedo.

4. ¿QUÉ SON LAS EMOCIONES?

Es necesario aclarar ante todo qué se entiende por emoción, y diferenciarlo de otros conceptos con los que se puede confundir (como, por ejemplo, sentimiento o sensación). Por tanto, en primer lugar —y como parte importante en este trabajo— examinaremos qué es una emoción.

Existe un gran número de trabajos científicos sobre la emoción. Entre los principales estudiosos de la materia cabe citar, en primer lugar, a Charles Darwin (1809-1882) quien en 1872 planteó por primera vez que las emociones humanas son universales e hizo el primer registro fotográfico de cada una de ellas. El autor observó, además, cómo los animales utilizaban las emociones para sobrevivir, de lo que se dedujo que éstas tenían una función adaptativa (Darwin, 1872).

A Darwin le sigue el psicólogo William James (1842-1910) quién en 1884 afirmó que las respuestas fisiológicas preceden y determinan la experiencia emocional. En este sentido, este autor concibe la emoción como una experiencia consciente que resulta de una respuesta automática del organismo ante un estímulo:

La emoción es una reacción principalmente biológica: las emociones se conceptualizan como agentes que movilizan a los sujetos hacia una acción específica, como en el caso de la huida, el enfrentamiento o el acercamiento (James, 1884, citado Cañoto, Csoban y Gómez, 2006, p.253)

Por su parte, el investigador danés Carl Lange (1834-1900), llegó a las mismas conclusiones que su colega William James, de ahí que el nombre de su teoría sobre las emociones llevase el apellido de ambos autores: teoría James-Lange. El modelo James-Lange es precursor de la moderna aproximación neuropsicológica de Antonio Damasio (2010), que veremos en profundidad más adelante.

La teoría de James-Lange forma parte de los llamados modelos fisiológicos, que son aquellos que tratan de definir las bases fisiológicas de la emoción; en concreto, esta teoría estudia la importancia de la percepción de los cambios del cuerpo como consecuencia de la aparición de la emoción. Otros modelos fisiológicos son la Teoría Cannon Bard, la cual trata la importancia de la amplia variedad de respuestas emocionales de los individuos ante un mismo estímulo y la Teoría feedback facial la cual profundiza en la relación de la respuesta de la musculatura facial con la emoción (Cañoto et al., 2006).

Sin embargo, además de dichos modelos fisiológicos, existen también otros modelos de análisis de la emoción como son los modelos cognitivos los cuales dan importancia a diferentes aspectos tales como la memoria, la intuición o la lógica en la construcción de la emoción. Los modelos fisiológicos y cognitivos no son contrapuestos, sino que se complementan: para los modelos cognitivos la emoción está constituida por una activación fisiológica y por una interpretación cognitiva (Cañoto et al., 2006).

Por otra parte, existen otras definiciones del término emoción en la literatura española, tales como las de Bisquerra e Ibarrola.

Para Bisquerra (2000) las emociones:

Son reacciones a las informaciones (conocimiento) que recibimos en nuestras relaciones con el entorno. La intensidad de la reacción está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre cómo la información recibida va

a afectar nuestro bienestar. Una emoción depende de lo que es importante para nosotros. Si la emoción es muy intensa puede producir disfunciones o trastornos emocionales (Bisquerra, 2000, citado en Vivas, Gallego y González, 2006, p.19).

Ibarrola (2009) define la emoción como:

Reacción que se vivencia como una fuerte conmoción del estado de ánimo; suele ir acompañada de expresiones faciales, motoras, etc. y surge como reacción a una situación concreta, aunque puede provocarla también una información interna del propio individuo (p.5).

En definitiva, se puede afirmar que la emoción es un proceso afectivo, intenso, automático, pero de corta duración, que tiene un carácter fisiológico aunque también cognitivo y que en cierta medida surge según las experiencias anteriores (según el aprendizaje y las relaciones interpersonales de cada persona). Y estas reacciones emocionales se diferencian de otras de carácter más complejo: los sentimientos. Veamos esta cuestión con más detenimiento.

5. ¿QUE SON LOS SENTIMIENTOS?

Muy a menudo al referirnos a emoción o sentimiento no hacemos distinción entre estos dos términos, pero ¿se puede afirmar que son conceptos equivalentes?

Antiguamente la emoción se relacionaba con el cuerpo, y los sentimientos con la mente, pero a raíz de las aportaciones de la neurociencia esta distinción carece de sentido en la actualidad y se puede decir que están relacionados estrechamente.

Según Damasio (2010) emoción y sentimiento no son dos conceptos antagónicos sino que son dos fases de la reacción humana ante determinados estímulos. Cuando una persona recibe un estímulo desencadena automáticamente una reacción involuntaria, que es a lo que llamamos emoción. Esta reacción que procesa el cerebro se refleja en el resto del cuerpo. Después esa reacción se acompaña de ideas y elaboraciones mentales que darán lugar a lo que conocemos como sentimiento. Por tanto, emoción y sentimiento no son dos conceptos excluyentes, sino que representan dos fases distintas de la respuesta humana ante determinados estímulos procedentes del exterior. Es decir, es una cuestión de fase (1º emoción y 2ª sentimiento) o grado (emoción como un estado básico y sentimiento como una elaboración más compleja que se realiza sobre la emoción).

A continuación se presenta una metáfora de Damasio (2005) de cómo sería la respuesta emocional del ser humano ante determinados estímulos:

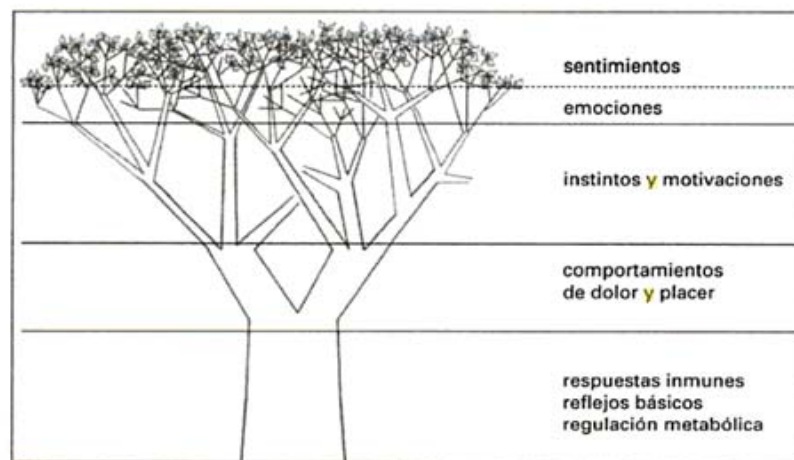


Figura 2. Niveles de la respuesta emocional del ser humano, extraído de Damasio (2005, p. 35)

Como puede verse en la figura, y tal como hemos afirmado anteriormente, emociones y sentimientos no son dos conceptos que se excluyen sino dos fases distintas de la respuesta emocional humana. Damasio también afirma que la emoción puede sustituir en algunas ocasiones a la razón, por ejemplo en caso de que el individuo reciba un estímulo que amenace su propia supervivencia. Es decir, por ejemplo, ante un coche que nos puede atropellar lo adaptativo es intentar esquivarlo o salir corriendo, respuesta que provoca el miedo de manera automática, porque de lo contrario (si nos paráramos a pensar qué hacer) el coche inevitablemente nos arrollaría antes de que pudiéramos hacer nada por evitarlo.

Hasta ahora hemos plasmado, principalmente, una visión científica de las emociones procedente de la psicología y las neurociencias, pero para los defensores de las teorías psicoanalíticas los sentimientos son concebidos de manera diferente. En concreto, para estos autores, los sentimientos son procesos conscientes, procesados y controlables, y la persona reconoce su origen, mientras que las emociones, a diferencia de lo anterior, pertenecen al plano de lo inconsciente o inaccesible. Por tanto, las emociones no son procesadas ni elaboradas mentalmente, y la persona no reconoce su causa ni tiene control sobre ellas (Cornejo y Levy, 2003), de ahí que necesite ayuda del terapeuta para aflorarlas a nivel consciente.

Así, para los modelos procedentes del psicoanálisis, la emoción pertenece al ámbito de lo inconsciente y no se tiene acceso a sus causas, y el sentimiento pertenece a la dimensión consciente cognitiva. Esto contrasta con los modelos procedentes de la neurociencia que hemos desarrollado al inicio del capítulo, y para los que emociones y sentimientos son elementos de una misma respuesta humana ante ciertos estímulos, y no pertenecen, como en el caso del psicoanálisis, a dos dimensiones distintas.

Existe pues una disparidad de opiniones. Para unos autores (ceranos al psicoanálisis) los sentimientos son el componente cognitivo y subjetivo de las emociones, y para otros, el sentimiento es el paso de la emoción a un estado racional que se prolonga en el tiempo (aproximación cercana a la neuropsicología).

6. CLASIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES

Una vez explicada la diferencia entre emoción y sentimiento vamos a clasificar las distintas emociones según diversos autores.

Cada uno de ellos tiene su correspondiente clasificación empleando para ello diferentes criterios con el fin de ubicar las emociones en diferentes categorías, tales como: primarias o secundarias; negativas, positivas o neutras, etc. Veamos estos criterios con mayor profundidad.

6.1. Emociones primarias, secundarias, positivas, negativas y neutras

De cara a clasificar emociones, es importante puntualizar que tanto las expresiones faciales, como los gestos o incluso la voz son partes importantes de la emoción y la ausencia de esta expresividad genera confusiones al interpretarlas (Myers, 2005). La mayoría de autores hacen una distinción general entre emociones primarias y emociones secundarias.

Ekman fue el primer autor en proponer una clasificación de las emociones primarias, que para el autor son las siguientes: felicidad, tristeza, sorpresa, miedo, disgusto y cólera (Ekman, 1978, citado en Martín de Diego, Serrano, Conde y Cabello, 2006, p. 111). Ekman calificó a este grupo de emociones con el término de emociones primarias, en función de un número limitado que él identificó, porque tienen un valor adaptativo y porque se combinan para formar emociones más complejas. Además, estas emociones primarias se producen ante estímulos similares y se manifiestan y se reconocen en todas las culturas.

Por otra parte, y a diferencia de las emociones primarias, las emociones secundarias están influenciadas por la razón y la cultura. Precisamente por eso surgen en un contexto de interacción social, es decir, se dan en relación con los demás. Entre las emociones secundarias están la vergüenza, la envidia, los celos, el amor o la culpa (Bosch, 2009).

Existen otras propuestas de clasificación de las emociones. Entre ellas la que arranca de la clasificación de Baruch Espinoza (1744) quien habló de emociones positivas y negativas, relacionadas con el dolor o con el placer (Espinoza, 1744, citado en Bosch, 2009, p. 326). En interpretaciones posteriores de esta clasificación, se ha afirmado que las emociones positivas producen placer y bienestar y ayudan al logro de las metas mientras que las emociones negativas se asocian al malestar e interfieren en la consecución de las metas (Avía y Vázquez, 1998, citado en Bosch, 2009, p.326). Por otra parte, y tal como afirma Bosch (2009), se puede decir que existe un número mayor de emociones negativas que positivas, ya que las emociones negativas ayudan a la supervivencia.

Otra propuesta es la de los autores Fernández- Abascal, Martín y Domínguez (2001, citado en Vivas, et al., 2006, p.24) cuya clasificación es la siguiente:

- Emociones primarias: son las que tienen la carga genética aunque se pueden modificar según el aprendizaje y las experiencias de cada uno.
- Emociones secundarias: son las que dependen del desarrollo de cada individuo por lo que pueden ser muy diferentes en unas personas y en otras.
- Emociones negativas: implican que la situación vivida se valore como desagradable y dañina. Ejemplos de este tipo de emociones son el miedo, ira, asco y tristeza.
- Emociones positivas: implican que la situación se valore como agradable y beneficiosa. Ejemplo de la felicidad.
- Emociones neutras: no valora la situación ni como positiva ni negativa, pero facilitan que aparezcan estados emocionales. Un ejemplo de este tipo de emoción es la sorpresa.

Como conclusión, se puede observar que cada autor aporta su clasificación pero siempre atendiendo a la percepción y a las reacciones psicofisiológicas que se producen en el individuo.

6.2. El miedo infantil

Después de haber profundizado en las distintas clasificaciones de las emociones, a continuación vamos a reflexionar sobre la emoción del miedo. El miedo es una emoción primaria de carácter negativo que aparece de manera espontánea cuando las personas se sienten amenazadas ante situaciones desconocidas e inciertas.

En concreto, podemos definir el miedo como un conjunto de sensaciones desagradables que se manifiestan ante la aparición de peligro dando lugar a respuestas protectoras. Esas respuestas son reacciones fisiológicas, motoras-comportamentales y cognitivo-subjetivas (Pérez, 2000). Las reacciones fisiológicas desencadenan taquicardia, sudoración, dificultades para respirar, temblores. Todos estos síntomas preparan el organismo para enfrentarse o huir del peligro. En este sentido, y como ya se explicó anteriormente, el miedo es, además, una emoción útil para la supervivencia de la especie (Darwin, 1872).

En las reacciones motoras-comportamentales se pueden presentar variedad de patrones desde la huida y excitación motriz hasta la muerte fingida. Se trata de la dicotomía en inglés fly-or-fight-response (o también fight-or-flight-or-freeze response), que o bien nos prepara para permanecer en la situación que nos atemoriza y combatir ("fight"), para salir huyendo ("fly"), o incluso para entrar en un estado de catatonia en el que fingimos estar muertos ("freeze"). Estas reacciones ocurren de manera muy rápida y son empleadas inconscientemente por el individuo para hacer frente a la situación de estrés que el miedo provoca. Por tanto, las manifestaciones cognitivo-subjetivas pueden consistir en bloqueo de pensamiento, sensación de impotencia, etc.

Como hemos mencionado en apartados anteriores, el miedo es una emoción universal y espontánea común a todos los seres humanos, sin embargo, los estímulos que provocan esa reacción son muy diferentes en cada individuo. En este sentido, se hace necesario abordar los estímulos capaces de desencadenar la emoción del miedo de cada niño y ayudarles a reconocerlos y reflexionar sobre ellos con la idea de que aprendan a controlar la emoción de miedo que estos estímulos les provocan.

Por otra parte, y como se ha comentado anteriormente, toda emoción tiene dos componentes fundamentales: un componente fisiológico y un componente mental o cognitivo. Es decir, la reacción inmediata del individuo ante ciertos estímulos se acompaña de una serie de imágenes mentales recuperadas de nuestra memoria y fruto de la experiencia y que el cerebro asocia con este estímulo.

La reacción fisiológica es espontánea e incontrolable, aunque puede educarse a través de técnicas que trabajen con el cuerpo. Por ejemplo, en el caso de la emoción del miedo, se podrían utilizar técnicas de relajación corporal para prevenir la aparición de la emoción; esto es, ejercicios de respiración, cercanía física del adulto (caricias, abrazo, etc.)

En cuanto al componente mental o cognitivo, sí puede abordarse desde el ámbito educativo porque, aunque en el aula no se puedan recrear las condiciones de aparición de una emoción, precisamente por esa distancia puede reflexionarse sobre las imágenes o recuerdos que se relacionan habitualmente con dicha emoción, etc. y de este modo enseñar a tener un mayor control sobre la emoción en caso de presentarse.

Por ejemplo, en el caso del miedo, son muy útiles las actividades que permitan descontextualizar situaciones, personajes, figuras, o ideas que provoquen la aparición del miedo y tratar de reflexionar sobre las posibles causas de la emoción y profundizar en las imágenes mentales que los niños asocian a determinado estímulo y que desencadenan su reacción emocional.

Un recurso muy útil a este respecto son los cuentos infantiles porque, además de permitir esa descontextualización, los niños ven reflejados en ellos sus propias emociones. Los cuentos pueden representar situaciones parecidas a las de su vida cotidiana aunque de una forma metafórica, lo que les permite reflexionar sobre ellas sintiéndose a salvo. El cuento invita a los niños a ponerse en la piel de los personajes y experimentar en cierta manera lo que personajes sienten o las situaciones a las que los personajes se enfrentan.

A continuación abordaremos el mundo de los miedos infantiles, atendiendo a la variedad que se pueden dar según la edad, así como a las diferentes reacciones que el miedo produce. Nótese aquí que el término “miedos infantiles” no hace referencia a la emoción, sino al término que sirve coloquialmente para nombrar a los estímulos capaces de desencadenar la emoción del miedo en el niño y a los que el niño ya tiene asociadas una serie de imágenes mentales en función de su experiencia.

Según diversos estudios y autores como Pearce (1995) los miedos infantiles más frecuentes son:

- Entre los 8 - 22 meses temen a los extraños y a la separación de familiares.
- Entre los 2 - 4 años el miedo más frecuente es a los animales.
- Entre los 4 - 6 años temen a la oscuridad y a los seres imaginarios.

Según Franco (1988) no todos los niños padecen los mismos miedos ya que existen diversos factores que los pueden condicionar, entre los más destacados se encuentran:

- La inteligencia: los niños que tienen mayor madurez tienen miedos de personas más mayores que los de su edad.
- Status social: los niños de clase media/alta tienen menos miedos que los de clase inferior.
- El sexo: se puede decir, en general, que los niños sienten menos miedos que las niñas.
- Las condiciones físicas: los niños que no tienen buenas condiciones físicas tienen más miedos.
- La personalidad: los niños seguros de sí mismos tienen menos miedos.

Los miedos van apareciendo en el niño a medida que se enfrentan a nuevas situaciones tanto introducidas por los adultos (como puede ser ir a la escuela,) como situaciones generadas por ellos mismos. Un factor importante a tener en cuenta y que puede desencadenar el miedo es la imaginación, esto puede hacer que tengan miedo a la separación de sus padres, a la oscuridad, etc.

Los miedos de los niños van evolucionando o desapareciendo a medida que van creciendo y madurando, y resulta frecuente que en los niños más pequeños exista más de un solo miedo. A partir de los seis años estos miedos van disminuyendo, ya que a partir de esta edad los niños van aprendiendo a evaluarlo y para ello desarrollan estrategias de afrontamiento (Pérez, 2000).

En conclusión, el miedo es una emoción normal que se presenta de manera espontánea en el niño frente a determinados estímulos. Para que el niño sepa controlar esta emoción es importante reflexionar sobre los estímulos que provocan el miedo, así como sobre las imágenes mentales que el niño asocia con ese estímulo y de este modo ayudarle a desarrollar una inteligencia emocional sana que le permita forjar una personalidad equilibrada. En este contexto, cuando coloquialmente nos referimos a los miedos infantiles no se está haciendo mención solamente a la emoción, sino tanto a los estímulos que provocan ese miedo, a la emoción misma y al sentimiento derivado de esa primera reacción emocional.

En este trabajo vamos a tratar de indagar en algunos de los estímulos que provocan una reacción emocional de miedo en los niños, así como en plantear actividades que trabajen las imágenes mentales que los niños asocian a ese estímulo. De este modo, los niños podrán reflexionar en un contexto diferente sobre las causas que provocan su reacción emocional para aprender a regular sus emociones. Para ello emplearemos diversos cuentos infantiles.

CAPÍTULO III. EL APRENDIZAJE EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN INFANTIL

Una vez fundamentado el marco conceptual de las emociones pasaremos a describir que es la inteligencia emocional, las teorías de las inteligencias múltiples, así como también explicaremos las competencias necesarias a desarrollar y la importancia de la educación emocional desde la niñez.

7. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

El término “Inteligencia emocional” fue introducido por Salovey y Mayer (1990, citado en Bisquerra, 2008a, p. 158) aunque sólo empieza a tener relevancia en el ámbito educativo después de la publicación en 1995 del libro de Daniel Goleman “La inteligencia emocional”. Según el autor, “cada emoción nos predispone de un modo diferente a la acción” (Goleman, 1995, p.36), lo que significa que una persona que posee una inteligencia emocional sana es capaz de elegir la mejor manera de actuar ante determinadas emociones.

Un referente igualmente importante a Goleman en el ámbito de las emociones es Howard Gardner, quien desde su teoría de las inteligencias múltiples explica que en el ser humano

se diferencian varios tipos de inteligencias, entre ellas la inteligencia intrapersonal y la interpersonal, formando ambas parte de la inteligencia emocional (Gardner, 1995, citado en Bisquerra, 2008b, p. 145).

Relacionadas con la inteligencia interpersonal se encuentran las relaciones sociales que un individuo tiene con los demás, tales como la empatía. Por otra parte, la inteligencia intrapersonal engloba el conocimiento de sentimientos y emociones propias, su reconocimiento y su expresión, es decir, todo lo relacionado con el conocimiento de uno mismo.

Según Bisquerra (2008a) para que el individuo consiga tener una buena inteligencia emocional y haga un uso adecuado de las emociones debe desarrollar unas competencias emocionales y estas deben tener la siguiente estructura:

- Conciencia emocional: es la capacidad para reconocer los sentimientos y emociones propias y la de los demás y ponerle nombre a esas emociones.
- Regulación emocional: consiste en saber regular el comportamiento que produce una emoción, regulando así la impulsividad, tolerando la frustración y persiguiendo logros todo esto utilizando estrategias de autorregulación.
- Competencia emocional: consiste en comunicarse con los demás y respetarlos es decir mantener buena relación con las personas que forman la sociedad.

El ámbito emocional debe de educarse y trabajarse. En este sentido, la educación emocional es un ámbito importante en el proceso de aprendizaje del niño que debe de comenzar desde edades tempranas.

8. LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

El desarrollo de las competencias emocionales que, a su vez, son parte imprescindible de la inteligencia emocional, se consigue con la educación emocional. Tal y como indica Bisquerra (2012):

La educación emocional es la habilidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las demás personas y la capacidad para regularlas. La conciencia emocional es el requisito para poder pasar a la regulación. La autorregulación emocional consiste en un difícil equilibrio entre la impulsividad y la represión (p.8)

En este sentido, podemos definir la educación emocional como un proceso continuo a lo largo de la vida de una persona que pretende optimizar el desarrollo personal y social de un individuo. Se trata de una prevención primaria que trata de potenciar las tendencias constructivas y minimizar las destructivas. En definitiva, la educación emocional contribuye a reconocer y expresar las emociones, así como ayuda a solucionar los distintos conflictos que se pueden presentar a lo largo de la vida.

Bisquerra (2008a), además, hace una distinción entre la inteligencia emocional y la educación emocional y afirma que “si la inteligencia emocional es un constructo hipotético de la psicología, la educación emocional son las aplicaciones prácticas, centradas en el desarrollo de las competencias sociales” (p.166)

En este sentido, la educación emocional se ocupa de plantear los objetivos y estrategias necesarios para ir conformando en la persona una inteligencia emocional sana y mejorar así su interacción con el mundo que le rodea.

Los objetivos de la educación emocional son los siguientes:

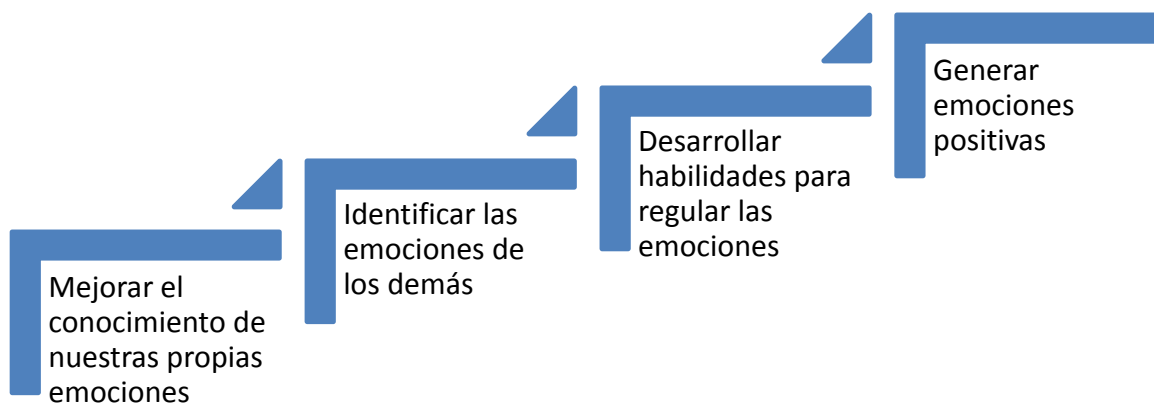


Figura 3. Objetivos de la educación emocional extraídos de Bisquerra (2012, p. 27). Elaboración propia.

Como conclusión, la educación emocional es necesaria para el desarrollo integral de los individuos y tiene como finalidad mejorar tanto el bienestar personal como social.

9. IMPORTANCIA DE EDUCAR LAS EMOCIONES EN LA EDAD TEMPRANA

Dada la importancia de la educación emocional para la vida de un individuo es necesario comenzar lo antes posible. Los niños cuando nacen ya crean sus primeros vínculos afectivos, especialmente con sus padres, y estos vínculos se van reforzando y desarrollando a medida que el bebé crece en edad.

Padres e hijo se comunican entre sí y transmiten sus estados emocionales. Cuando se observa a un bebé se pueden ver las diferentes expresiones de su cara que nos indican si está “contento”, “enfadado”, etc. Para que padres e hijo puedan desarrollar su relación emocional, ambos deben comprender las señales que se envían mutuamente. Al mismo tiempo el niño va creando lazos afectivos con otras personas y analizando la actitud de éstas hacia él, de esta manera van afianzando su identidad.

Las emociones están presentes en todos los ámbitos de la vida como es la familia, el grupo de amigos y, por lo tanto, también están presentes en la escuela. Así pues, el currículo educativo debería integrar contenidos relacionados con la inteligencia emocional.

Como es lógico la escuela no puede responsabilizarse de toda la educación emocional de los niños por lo que se debe establecer una estrecha relación entre padres y educadores para una educación coherente. Los padres y educadores son los referentes principales del niño y el modo en el que expresen sus emociones y el modo en el que las gestionen es en lo que el niño se fijará. Es decir, estos referentes que adquiere en el entorno familiar le ayudarán o no a tener control emocional y a comportarse de una u otra manera en cada situación.

Los niños aprenden a través de la observación y la imitación por lo que siempre están pendientes de lo que los adultos hace. Bandura considera que el aprendizaje por observación es un proceso muy importante en el desarrollo del individuo (Bandura, 1986, citado en Shafer y Kipp, 2007, p. 55). Para que este aprendizaje sea efectivo es necesario prestar atención a la conducta del modelo, asimilarlo y almacenarlo en la memoria para luego imitar lo observado. Si un niño ve a las personas de su alrededor felices posiblemente él también lo estará más fácilmente.

Antes del primer año de vida los niños ya sienten, expresan y, además, empatizan con las emociones de los demás. A partir de segundo año mejoran sus capacidades cognitivas y emocionales. Entre los cuatro y cinco años, el niño ya es capaz de atribuir correctamente

estados mentales a otros tales como creencias, deseos o intenciones. El niño descubre que lo que le sucede a los otros y, por lo tanto, lo que desencadena sus emociones, está relacionado con los objetivos que las personas persiguen (Izquierdo, 2000).

El desarrollo de las emociones es, por tanto, un proceso gradual. A medida que los niños van creciendo van variando sus estrategias de control de las emociones: cuanta más comprensión tienen de las causas de sus emociones mejor se enfrentan a ellas (Dueñas Buey, 2002).

Cuando los niños llegan a la escuela es muy importante seguir educando esas emociones. Es necesario que los educadores conozcan mejor todo lo que rodea el mundo emocional del niño e intervenir en él de manera planificada para que realmente desde el currículo se pueda contribuir al desarrollo de su inteligencia emocional.

No todos los individuos tienen las mismas habilidades emocionales por lo que desde la escuela se debe estar atento a educar atendiendo a las necesidades de cada niño. El docente deberá pensar en estrategias que hagan posible este acercamiento personalizado al mundo emocional de cada niño y establecer un contacto estrecho con las familias que le permita trabajar esta área del mejor modo desde la escuela.

Finalmente apuntaremos que, tener una vida emocional positiva en la niñez ayuda a tener una buena sincronización emocional en la edad adulta. Por ese motivo desde la escuela se ha de pensar en recursos que permitan trabajar esta área del desarrollo del niño en el aula.

CAPÍTULO IV. LOS CUENTOS COMO RECURSO PARA TRABAJAR LAS EMOCIONES

Tras haber profundizado en la inteligencia emocional y la educación emocional y haber reflexionado sobre la importancia de educar las emociones en la edad temprana, en este capítulo nos vamos a centrar en la importancia de contar cuentos, en cómo se deben contar y en la utilidad de los mismos para educar las emociones y concretamente, la emoción del miedo en los niños.

10. LA IMPORTANCIA DE CONTAR CUENTOS

Los niños desde su más tierna infancia necesitan desarrollar su imaginación y fantasía y nada mejor que los cuentos para conseguir este objetivo. Los buenos relatos les

entusiasman, les hacen sentir empatía con los personajes, les hacen vivir emociones y sentimientos y les trasladan a mundos fascinantes.

Según Montoya (2003) “la fantasía es, como muchas otras cosas, un derecho legítimo de todo ser humano, pues a través de ella se halla una completa libertad y satisfacción” (p.17). Para Rodari (2008), por otra parte, la fantasía es libre y permite al niño imaginar con lo que establece una relación directa entre fantasía, imaginación, creatividad, lectura y escritura.

Los cuentos constituyen el primer contacto de carácter literario que los niños tienen con la lengua; transmiten conocimientos al presentar situaciones que los personajes han de resolver y ayudan a desarrollar la imaginación, la curiosidad y el pensamiento.

El mundo de los cuentos es, por otra parte, una forma de acceder al sistema emocional del niño y está estrechamente relacionado con la vida de las personas. Que a un niño le cuenten un cuento le ayuda a manejar sus propias emociones y a identificar las situaciones que pueden ayudar o las que le pueden dañar (Gutiérrez y Moreno, 2011).

Los cuentos tienen la facultad de afectar a las emociones, a través de la utilización de un lenguaje muy metafórico. Gutiérrez y Moreno (2011) enumeran las potencialidades del uso de la metáfora en los cuentos:

- Las historias son vividas como creíbles.
- Se da sentido al mensaje y se facilita a los niños extraer conclusiones pudiendo recordar el mensaje más fácilmente.
- Se puede modificar la emocionalidad, así como proponer nuevos medios para la exploración de la realidad y reflexionar sobre ella.

Por otra parte Abril (2010) destaca la gran importancia que tienen los cuentos para los niños y nos habla de los “dones de los cuentos”:

- » Don del afecto. Ayudan al niño a sentirse querido.
- » Don del acercamiento a la realidad. Se cuenta la verdad de otra manera.
- » Don de la fuga. Liberan tensiones y viajan a otros mundos.
- » Don del consuelo. Alivian las penas.

- » Don de la palabra. Las palabras tienen significado y enseñan a hablar.
- » Don de la identificación. Los niños se ven reflejados en los cuentos.
- » Don del deseo a leer más. Despiertan el interés hacia la lectura.
- » Don de la atención. Si el cuento les engancha, la atención es máxima.
- » Don del conocimiento y de la imaginación. Los niños adquieren conocimientos y desarrollan su imaginación.

En este sentido es importante recalcar que en muchas ocasiones cuando a los niños se les cuenta una historia no se les da la oportunidad de reflexionar sobre lo escuchado y por lo tanto sus impresiones desaparecen. Sin embargo, cuando se les hace meditar y pensar sobre el cuento se llega a una conversación que descubre las posibilidades del cuento desde el punto de vista emocional.

Los cuentos son, por tanto, arte literario y fuente de cultura y de recursos, motivan a los niños y son fundamentales en infantil para desarrollar valores, trabajar emociones y despertar el gusto literario.

11. CÓMO CONTAR CUENTOS

Después de haber analizado la importancia de contar cuentos a continuación pasaremos a explicar cómo se deben contar los cuentos. Una parte muy importante a la hora de trabajar con los cuentos y de transmitirles a los niños sensaciones y emociones es la forma de contarlos, ya que es necesario hacerlo de manera que los niños sean capaces de vivirlos con su imaginación.

García (1999) afirma que: “contar un cuento no es sino traducir imágenes y emociones en sonidos y movimientos. Para ello, contamos con nuestra voz y nuestro cuerpo. Bueno será recorrer todo lo que puedan dar de sí y de qué manera” (p.163)

La mayoría de los cuentos siguen la estructura clásica formada por tres partes:

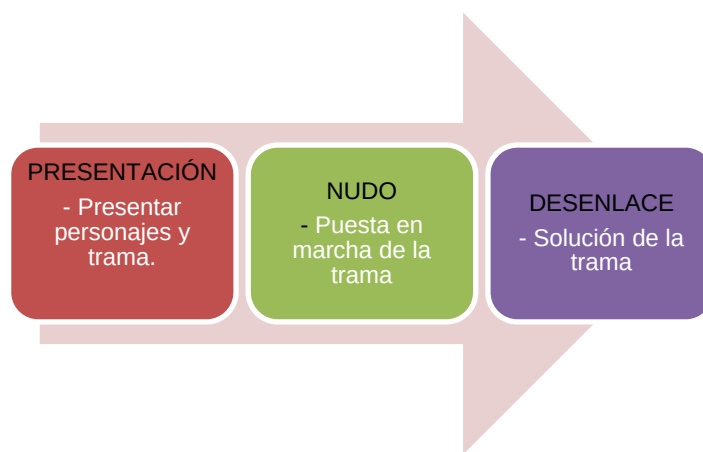


Figura 3. Partes del cuento. Extraído de Gutiérrez y Moreno (2011), figura de elaboración propia.

Como afirman Gutiérrez y Moreno (2011) en la presentación se debe captar la atención de los niños presentando los personajes y la trama. Se explica cómo se forma el conflicto y lo que desencadena los acontecimientos. En el nudo la trama se pone en marcha y los acontecimientos deben suceder uno a continuación de otro, rápidamente pero sin provocar intranquilidad ni aceleración. No deben producir angustia, miedo o intranquilidad, solamente deben canalizar emociones positivas. Por último debe tener un desenlace, es decir el conflicto se debe solucionar tranquilizando y a la vez sorprendiendo a los niños.

Para que una historia llegue al corazón y los niños la escuchen e interioricen es necesario contarla bien y para ello hay que tener en cuenta la voz y los gestos. Leer sin entonación o sin gesticulación impide acceder al canal emocional del niño.

A continuación presentaremos algunas pautas a seguir para contar cuentos:

- » Mantener el contacto ocular y gesticular con la boca para lograr captar y mantener la atención de los niños.
- » Utilizar dibujos, juguetes y música de fondo que mantengan la atención del niño.
- » Emplear frases cortas y sencillas que puedan comprender.
- » Intentar que no se produzcan interrupciones para evitar la distracción de los niños.
- » No distorsionar la elaboración emocional: la persona que narra debe controlar su estado anímico.
- » Concretar la emoción que queremos focalizar.

- » Crear un ambiente que evoque el cuento para así hacerlo más creíble.

Lage (2005) también nos da a conocer diferentes estrategias para llevar a cabo a la hora de contar un cuento:

- » Dejar el cuento en suspense y cambiar el final
- » Contar el cuento en dos momentos. Primero entero y seguido, y en otro momento con equivocaciones intencionadas.
- » Contar un cuento con ayuda de algún “objeto mágico” relacionado con él. Ejemplo: *Blancanieves*, un espejo o *Los tres bandidos*, una capa.

Es importante enfatizar que no es lo mismo “leer un cuento” que “contar un cuento”. Contar un cuento significa meterse en la piel de los personajes, sentir que se ha vivido para poder transmitir las distintas emociones; es un acto libre y espontáneo en el que la utilización de los gestos corporales se considera una parte importante. Sin embargo el acto de leer es menos espontáneo ya que el lector está dirigido por el texto (Montero, 2010)

La mayor de los autores que han trabajado este tema recomiendan el “cuento contado” frente al “cuento leído”. Bryant (1995), por ejemplo, se decanta por el cuento contado frente al leído porque dice que tiene más encanto. El narrador es más libre, más espontáneo, interactúa más con el oyente y transmite mejor sus emociones.

Lage (1994) también se inclina por el cuento contado. Al contar el cuento estás mirando al niño, observas sus reacciones y puedes interactuar con él. Si estás leyendo el cuento, la vista se centra en el texto y no en los ojos del niño.

El papel del narrador es fundamental para que un cuento surta efecto, ya que la participación del adulto enriquece significativamente las reflexiones que el niño puede extraer. Por ello, al contar un cuento el lector debe vincularse emocionalmente con la historia.

Los cuentos pueden ofrecer apoyo a los niños si tienen un problema que solucionar. Esto no se consigue la primera vez que se lee un cuento ya que variedad de cosas le resultan extrañas por lo que en un primer momento no se llega a las emociones más íntimas. Será capaz de sacarle el máximo partido a la historia en lo que se refiere a sí mismo después

de haberlo escuchado en varias ocasiones. Es entonces cuando realiza las asociaciones necesarias para lograr enfrentarse a las situaciones que le preocupan (Bettelheim, 1977)

En resumen es fundamental prestar atención a cómo se cuentan los cuentos para poder transmitir las emociones de una manera efectiva, fomentar la participación tanto del adulto como del niño en la narración, y repetir el cuento varias veces para que los niños puedan interiorizarlo.

12. EL MIEDO A TRAVÉS DE LOS CUENTOS

Finalmente, tras conocer la importancia de contar cuentos y cómo se deben contar dedicaremos este epígrafe a concretar cómo los cuentos pueden ayudar a trabajar la emoción del miedo en los niños.

El miedo es una de las emociones más frecuentes y que más angustia crea en la etapa de infantil. Los niños suelen tener miedo a la oscuridad, a los animales, a los ruidos, a las personas desconocidas y en general a multitud de situaciones cotidianas.

Es importante que los niños aprendan a controlar el miedo desde pequeños para que puedan desarrollar una personalidad más segura, y para ello los cuentos infantiles pueden ser un recurso de gran utilidad.

En la literatura infantil el miedo ocupa un lugar importante. En sus inicios ya estaba presente en la mayoría de los cuentos, se buscaba generar temor y enseñar a los niños a diferenciar entre el bien y el mal. A diferencia de esta literatura inicial, la actual no busca despertar miedos sino que lo que busca es desprenderse de ellos.

Los niños suelen experimentar sentimientos de soledad y de angustia, y por lo general no son capaces de expresar esas emociones y sentimientos directamente por lo que los sugieren indirectamente: miedo a algún animal, a la oscuridad, etc. Cuando los adultos se dan cuenta de que los pequeños sufren estas emociones tienden a quitarles importancia pensando que así sus miedos desaparecerán. Por el contrario la mayoría de los cuentos infantiles se toman muy en serio estos temores y hacen hincapié en ellos ofreciendo soluciones a las historias cuya comprensión está al alcance de los niños.

Los cuentos infantiles que ayudan a tratar el miedo tienen unas características comunes:

1. Los protagonistas son niños, frecuentemente frágiles, desprotegidos e inseguros que se enfrentan a grandes retos y dificultades o experimentan algún tipo de miedo

que consiguen superar con éxito. A través de estos personajes, los niños ven expresadas sus propias emociones y miedos incluso aquellos que no son capaces de verbalizar y tienen un modelo de superación.

2. Suelen aparecer personajes malvados como brujas, lobos, monstruos y seres de diverso tipo, que representan la maldad humana de una manera metafórica. Estos personajes producen una emoción negativa inicial y plantean un conflicto, que sin embargo siempre se resuelve de un modo positivo. Con la derrota de estos personajes el niño se ve liberado de sus temores.
3. Presentan personajes creíbles que se ajustan a los esquemas de los niños y que les ayudan a identificar distintas emociones.

Según Gutiérrez y Moreno (2011), algunos de los miedos que se pueden tratar en los cuentos son:

- » Miedo a la muerte (especialmente si los niños han experimentado pérdidas de animales o de personas queridas que deben ser aceptadas).
- » Miedo a la oscuridad (en particular dado que se suele relacionar la oscuridad con soledad y desamparo)
- » Miedo a quedarse solo, a no ser querido o no ser aceptado (sobre todo en casos de separaciones familiares)
- » Miedo al colegio (en algunos niños se puede producir el rechazo a ir a la escuela por algún tipo problemas con compañeros o incluso con el profesor).
- » Miedo a que quieran más a su hermano (temor que puede manifestarse a través de los celos hacia un hermano recién nacido).

A modo de ejemplo podríamos nombrar el cuento de “Hansel y Gretel” ya que da forma a ciertos temores y además ofrece seguridad frente a los mismos. La angustia que ocasiona la bruja o el temor a la separación son temores que pueden darse en los subconscientes de los niños y están reflejados en el cuento. En otros personajes también se refleja la seguridad que una persona puede ofrecer, en este caso el hermano esparciendo migas para que tanto él como su hermana pudiesen volver a casa.

Otro personaje que suele aparecer en los cuentos es el lobo, animal que se relaciona con el miedo ya que siempre destruye. La maldad del lobo es algo que el niño reconoce en su interior, y su deseo de devorar es algo que le produce angustia. El lobo es una representación de la maldad. En estos cuentos donde aparece este animal como puede

ser “El lobo y los siete cabritos” el niño queda satisfecho y se libera cuando el lobo recibe su castigo

A continuación enumeraremos algunos cuentos que se pueden utilizar para trabajar los distintos miedos infantiles: *El monstruo peludo* (Bichonnier, 2002) [Miedo a los monstruos]; *Pictogramas en cosas de Brujas* (Candel, Garín y López, 1997) [Miedo a las brujas]; *¡No tengo miedo de la escuela!* (Delaroché, 2002) [Miedo a ir a la escuela]; *Dije buenas noches* (Hansson, 1986) [Miedo a la oscuridad, a los ruidos, a dormir solo]; *Libro con sombras que asustan* (Meesukhon, 2008) [Miedo a las sombras]; *La bruja Gertrudis* (Mora, 2000) [Miedo a las brujas]; *¿Qué hay debajo de mi cama?* (Stevenson, 1986) [Miedo a los ruidos, a las sombras a la oscuridad].

Como conclusión podemos decir que los niños sienten y experimentan muchos miedos, sin embargo, la literatura es un espacio en el que el niño puede reflexionar sobre dichos miedos sintiéndose a salvo. La actitud del narrador es, en este sentido, muy importante ya que aunque el cuento sea un poco aterrador, el niño disfrutará emocionalmente si se siente protegido en esos momentos.

CAPÍTULO V. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

13. INTRODUCCIÓN

En esta propuesta de intervención vamos a trabajar la emoción del miedo a través de distintos cuentos infantiles. Los miedos a trabajar serán: (i) Miedo a la maldad: representado en el lobo, la bruja, los fantasmas; (ii) Miedo a la oscuridad. (iii) Miedo a dormir solo; (iv) Miedo a las pesadillas. Los cuentos elegidos para trabajar el miedo con los alumnos de 4-5 años son:

El lobo y los siete cabritos (Grimm, 1989)

Hansel y Gretel (Grimm, 1980)

Juan sin miedo (Grimm, 1988)

Tragasueños (Ende y Fuchshuber, 1978)

14. CRITERIOS DE SELECCIÓN DE LOS CUENTOS

La elección de los cuentos adecuados es la primera decisión que hay que tomar antes de contar un cuento. En esta propuesta de intervención los criterios de selección de estos cuentos han sido los siguientes:

- Que la narración fuera sencilla y fácil de comprender.
- Que el vocabulario estuviera adaptado a los niños en la etapa de infantil.
- Que los niños se identificaran fácilmente con los personajes.
- Que en todos los cuentos se tratara alguno de los miedos a trabajar.
- Que existiera variedad de personajes con los que los niños pudieran empatizar.
- Que se representaran episodios de la vida diaria.
- Que los cuentos tuvieran un final feliz, donde los personajes superasen sus miedos y pudiera proponerse a los niños como un modelo a imitar.
- Que los cuentos tuvieran imágenes variadas y motivadoras que los niños pudieran observar.

15. OBJETIVOS DE LA PROPUESTA

» Objetivo general:

- Trabajar la emoción del miedo a través de cuatro cuentos infantiles

» Objetivos específicos:

- Ayudar a los niños a que entiendan qué es el miedo y a que se enfrenten a sus propios miedos
- Identificar situaciones que producen miedo y reflexionar sobre ellas
- Trabajar cuatro tipos de miedo infantil: miedo a la oscuridad, miedo a la maldad, miedo a dormir solo, miedo a las pesadillas.

16. ÁREAS Y CONTENIDOS A TRABAJAR

Según establece la Ley Orgánica de Educación 2/2006, de 3 de mayo y el Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre “los contenidos educativos de la Educación Infantil se organizarán en áreas correspondientes a ámbitos propios de la experiencia y del desarrollo infantil y se abordarán por medio de actividades globalizadas que tengan interés y significado para los niños” (p. 475). Estas áreas son las siguientes: Conocimiento de sí mismo y autonomía personal, Conocimiento del entorno, Lenguajes: Comunicación y representación.

Sin embargo, en esta propuesta de intervención nos centraremos principalmente en el área de **Conocimiento de sí mismo y autonomía personal**. Esta área hace referencia a la construcción gradual de la propia identidad y de su madurez emocional, al establecimiento de relaciones afectivas con los demás y a la autonomía personal como procesos inseparables y necesariamente complementarios. Los contenidos de esta área adquieren sentido desde la complementariedad con el resto de las áreas (Real Decreto, 2006, p.476).

Se atenderá al desarrollo de la afectividad, potenciando el reconocimiento, la expresión y el control progresivo de emociones y sentimientos, centrándonos sobre todo en la emoción del miedo.

17. METODOLOGÍA

A la hora de llevar a cabo esta propuesta se tendrá en cuenta los siguientes principios metodológicos:

1. El aprendizaje será **significativo**. Se buscará un aprendizaje por descubrimiento que sea significativo para el niño, que contribuya a su desarrollo. Las actividades serán motivadoras, tendrán un sentido claro para él y atraerán su atención.
2. El aprendizaje tendrá un enfoque **globalizador**. Cada niño es un ser único en el que se engloban todas sus capacidades, sin separación, y que tiene unos conocimientos globales del mundo que le rodea. Se aproximará al niño a lo que ha de aprender desde una perspectiva integrada, diversa y realista, estableciendo relaciones significativas entre los conocimientos previos que ya posee y los nuevos aprendizajes que va adquiriendo, construyendo así significados más amplios y diversificados.

El maestro actuará como mediador, procurando una conexión entre las actividades y entre las áreas del currículo para conseguir el objetivo principal, que es “superar el miedo”.

3. El aprendizaje será **activo**. El niño será el protagonista de su aprendizaje y participará de forma activa en todas las actividades.
4. El aprendizaje será **flexible**. Las actividades se adecuarán a los ritmos de aprendizaje de los alumnos.

5. **Afectividad y socialización.** Se procurará que haya un clima tranquilo en el aula y se establezca una relación de confianza entre los alumnos y que se sientan seguros y queridos.
6. Se partirá siempre de los conocimientos previos de los alumnos que averiguaremos a través de la conversación, de la observación y de la participación.
7. Los agrupamientos de alumnos serán variables dependiendo de la actividad:
 - **Gran grupo:** narración del cuento, conversación, dramatizaciones, bailes, canciones, juegos, etc.
 - **Pequeño grupo:** talleres, rincón del miedo, murales, etc.
 - **Individual:** dibujos, recitado de poesías, observación y lectura de cuentos, etc.

18. TEMPORALIZACIÓN Y CRONOGRAMA

La propuesta de intervención se desarrollará durante seis semanas. Se comenzará en el mes de octubre y se terminará en noviembre, haciéndole coincidir con la fiesta de Halloween.

La primera semana se llevará a cabo la “evaluación inicial”. Cada semana, de las cuatro siguientes, se dedicará a un cuento y a sus actividades. La última semana se dedicará a la “evaluación final”.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES							
MES	SEMANA	CUENTO	L	M	X	J	V
OCTUBRE	1	EVALUACIÓN INICIAL	1 Conversación sobre los diferentes miedos	2 Conversación y registro sobre los miedos concretos de cada alumno	3 Dibujar “el miedo” 4 Representar escenas de miedo	5 Conversación sobre qué les gustaría saber sobre el miedo	6 Preparación del “Rincón de los miedos”
	2	EL LOBO Y LOS SIETE CABRITOS	1 Narración del cuento y conversación sobre el mismo 2 Dibujar el lobo	3 Narración del cuento apoyado en imágenes 4 Observar otros cuentos con imágenes de lobos	5 Maquillar la cara imitando lobos y cabritos	6 Dramatización del cuento	7 Mural sobre el cuento 8 Evaluación del cuento
	3	JUAN SIN MIEDO	1 Narración del cuento y conversación sobre el mismo	2 Visionado y comentario de la película “Monstruos SA”	3 Dibujar monstruos y confeccionar un libro con los dibujos	4 Confeccionar caretas de miedo	5 Canción “Jugando al escondite” 6 Juego “El escondite” 7 Evaluación del cuento
	4	HANSEL Y GRETEL	1 Narración oral del cuento y conversación sobre el mismo	2 Narración del cuento en la oscuridad	3 Narración del cuento con objetos e imágenes	5 Ordenar y comentar secuencias del cuento	7 Dibujo sobre lo que más miedo les dio del cuento

					4 Observar otros cuentos de brujas	6 Memorizar frase embrujada	8 Evaluación del cuento
NOVIEMBRE	1	TRAGASUEÑOS	1 Narración oral del cuento y conversación sobre el mismo	2 Memorizar y recitar la poesía del Tragasueños	3 Preparar calabazas de Halloween	4 Canción y baile "los esqueletos"	5 Juego con sombras 6 Evaluación del cuento
	2	EVALUACIÓN FINAL	1 Conversación sobre el cuento de miedo que más les gustó	2 Elaboración de galletas sobre personajes de los cuentos	3 Decoración terrorífica del aula para la fiesta	4 Celebración de la "Fiesta del miedo"	5 Visionado y comentario de las fotografías de la fiesta. Valoración final

19. EVALUACIÓN

La evaluación es una fuente de información que nos sirve para valorar el proceso educativo y para conocer el nivel evolutivo en el que se encuentra el alumno.

En nuestro caso se hará una evaluación que se dividirá en dos apartados: **Evaluación del alumnado** y **Evaluación de la intervención educativa**.

1. Evaluación del alumnado.

Esta evaluación consta de una evaluación **inicial**, una evaluación **continua** y formativa y una evaluación **final**.

- Evaluación inicial:** Antes de comenzar a contar los cuentos se dedicará una semana a la evaluación inicial donde se realizarán distintas actividades para saber los conocimientos previos que tienen los alumnos sobre el miedo y cuáles son sus miedos principales (ver registros en las actividades de la evaluación inicial).
- Evaluación continua o formativa:** Una vez que se sabe cuáles son los conocimientos previos de los alumnos se comienza a contar los cuentos y realizar las actividades. Día a día se observa si se van alcanzando los objetivos propuestos. Esta evaluación tendrá una duración de cuatro semanas (ver registros en la evaluación final de cada cuento).
- Evaluación final:** La última semana se realizarán actividades variadas para ver si los objetivos propuestos se han conseguido y en qué grado. Todos los resultados quedarán reflejados en una ficha de evaluación final de cada alumno (ver registros en las actividades de la evaluación final).

Las evaluaciones inicial y final se organizarán de la siguiente manera:

1. EVALUACIÓN INICIAL

Objetivos:

1. Averiguar qué saben los alumnos sobre el miedo.
2. Elaborar una tabla con los miedos de cada alumno.
3. Identificar y representar sus propios miedos.

Secuenciación:

1ª Sesión

Actividad 1: ¿Has sentido miedo alguna vez?

Se iniciará la sesión con una “lluvia de ideas” sobre el “miedo”. Sentados en la alfombra y en un ambiente relajado se entablará una conversación con los niños, procurando que participen todos y tomando nota de todo lo que se comente para tenerlo en cuenta en sesiones posteriores. Se harán preguntas encaminadas a conocer sus vivencias con el miedo y la emoción que les producen (ver Anexo 1).

Duración: 45 minutos

Recursos y materiales: Cuaderno, lápiz, registros.

Objetivos:

- Averiguar qué saben los niños sobre el miedo
- Identificar los principales miedos de cada alumno

2ª Sesión

Actividad 2: Los miedos de los alumnos

Se continuará hablando de los miedos con los alumnos y se hará una tabla, primero en la pizarra y después sobre papel, donde quede reflejado a qué tiene miedo cada alumno/a. Esta información se tendrá en cuenta en las siguientes sesiones y se irá modificando a medida que se vayan alcanzando los objetivos (ver Anexo 2)

Duración: 45 minutos

Recursos y materiales: Pizarra, tiza, cuaderno, lápiz, registros.

Objetivos:

- Elaborar una tabla con los miedos de cada niño

3ª Sesión

Actividad 3: Representación del miedo

Cada niño dibujará “el miedo” (lo que interpretan ellos por miedo) sobre un folio.

Duración: 15 minutos
Recursos y materiales: Folios, lápices, colores.
Objetivos: • Identificar y representar sus propios miedos

Actividad 4: Representación de escenas de miedo

Cada alumno representará escenas de miedo con su propio cuerpo: con la cara, haciendo mímica, emitiendo sonidos.

Duración: 15 minutos
Recursos y materiales: El propio cuerpo
Objetivos: • Identificar y representar sus propios miedos

4ª Sesión

Actividad 5: ¿Qué más te gustaría saber sobre el miedo?

Se iniciará una conversación para conocer los intereses de los alumnos acerca del miedo, qué más les gustaría saber. Aportarán sus ideas que se irán anotando y de las que se sacarán conclusiones, como pueden ser: cuentos que les gustaría escuchar, qué personajes quieren que intervengan, cómo les gustaría que fueran, a quién les gustaría representar, cómo de disfrazarían, qué hacer para controlar mejor los miedos, etc.

Duración: 45 minutos
Recursos y materiales: Cuaderno, lápiz
Objetivos: • Averiguar qué saben los alumnos sobre el miedo

5ª Sesión

Actividad 6: “El Rincón de los miedos”

Se prepara un rincón en el aula donde se irán colocando los materiales relacionados con los cuentos y el miedo: disfraces, dibujos, libros, objetos, etc. y que se llamará “El Rincón de los miedos”. En este rincón se colocará una caja grande que se pueda cerrar bien. Se

pintará de negro y en ella se irán metiendo todos los personajes y objetos a los que cada niño tenga miedo y así hacerles desaparecer y no verlos nunca más. Pueden traer objetos o dibujos de miedo de sus casas.

Duración: 45 minutos

Recursos y materiales: Caja grande de cartón, témpera negra, dibujos, imágenes y cuentos de miedo, disfraces.

Objetivos:

- Identificar y representar sus propios miedos

2. EVALUACIÓN FINAL

Objetivos:

1. Comprobar la comprensión global de los cuentos.
2. Reflexionar sobre los diferentes miedos trabajados y sacar conclusiones para aplicarlas a la vida cotidiana.
3. Ayudar a los niños a que se enfrenten a sus propios miedos.

Secuenciación:

1ª Sesión

Actividad 1: ¿Cuál fue el cuento que más te gustó?

Se entablará una conversación sobre los cuentos y actividades realizadas, haciendo preguntas variadas encaminadas a comprobar si se comprendió el sentido global de los cuentos y si controlan mejor sus miedos (ver Anexo 3).

Duración: 45 minutos

Recursos y materiales: Registros

Objetivos:

- Comprobar la comprensión global de los cuentos
- Reflexionar sobre los diferentes miedos trabajados y sacar conclusiones para aplicarlas a la vida cotidiana.

2ª Sesión

Actividad 2: ¿Comemos el miedo?

Se realizará un “taller de cocina” donde los niños elaborarán galletas con formas variadas relacionadas con personajes de los cuentos: monstruos, ogros, fantasmas, brujas, escobas, etc. que se comerán el día de la fiesta. Se observará cómo disfrutan modelando y decorando los personajes de los cuentos a los que antes tenían miedo. En este taller colaborarán las familias que además elaborarán otros dulces con formas monstruosas.

Duración: Una hora
Recursos y materiales: Harina, azúcar, mantequilla, huevos, chocolate, lacasitos, horno.
Objetivos: • Ayudar a que se enfrenten a sus propios miedos

3ª Sesión

Actividad 3: Decoramos el aula

Se decorará el aula de Psicomotricidad, donde se va a celebrar la fiesta, con murales, carteles, dibujos, disfraces, calabazas, fantasmas, brujas, arañas, esqueletos, etc. sacando todo lo que hay en el “Rincón de los miedos” y aportando más objetos terroríficos traídos por los alumnos. Se observará si disfrutan manipulando imágenes y objetos relacionados con el miedo.

Duración: Una hora
Recursos y materiales: Murales, dibujos, disfraces, esqueletos, fantasmas.
Objetivos: • Reflexionar sobre los diferentes miedos trabajados • Ayudar a que se enfrenten a sus propios miedos

4ª Sesión

Actividad 4: Fiesta del miedo

Como actividad final después de trabajar los diferentes miedos haremos una fiesta para despedirlos y que llamaremos “Fiesta del miedo”. Cada niño se disfrazará de lo que quiera relacionado con el miedo. Bien de aquello que le daba miedo y ahora tiene controlado o de cualquier otro personaje que le apetezca, lobo, bruja, fantasma, monstruo, animal, etc. Habrá una sesión de maquillaje previa de acuerdo con el disfraz de cada alumno. La fiesta estará acompañada de canciones infantiles y de miedo como “Los esqueletos”, “Jugando al escondite”, “Canción del susto”. Se cerrará el aula creando un ambiente acogedor y durante la fiesta se apagarán las luces en varios momentos quedando en la

oscuridad, (con las calabazas iluminadas) y pudiendo observar la emoción que los niños experimentan. A esta fiesta asistirán las familias.

Durante la fiesta se comerán las galletas que los alumnos hicieron y otros dulces elaborados por las familias. Se comerán los personajes que les daban miedo. Al final se saldrá al patio, y en una pequeña hoguera se quemará “la caja con todos los miedos”, así desaparecerán para siempre. Se sacarán fotografías y se grabará un vídeo.

Duración: Dos horas
Recursos y materiales: Disfraces, maquillajes, calabazas, canciones, galletas, cámara fotográfica, cámara de vídeo, CDs, reproductor CDs, caja de los miedos, hoguera
Objetivos:
• Ayudar a que se enfrenten a sus propios miedos

5ª Sesión

Actividad 5: Valoración final

Se iniciará la última sesión con un visionado de las fotografías realizadas en la “Fiesta del miedo” y se analizarán aquellas que se crean más interesantes y donde mejor se puedan observar las emociones y los miedos trabajados. Se conversará sobre la fiesta llegando a unas conclusiones finales: ¿Qué fue lo que más os gustó? ¿Y lo que menos? ¿Estabais a gusto con el disfraz? ¿Tuvisteis miedo a alguno? ¿En algún momento de la fiesta sentisteis miedo a algo? ¿Os gustaría repetir la experiencia?

Se cumplimenta el registro de evaluación final de cada alumno sobre la emoción del miedo (ver Anexo 4).

Duración: Una hora
Recursos y materiales: Fotografías, proyector, pantalla, registro de evaluación final.
Objetivos:
• Reflexionar sobre los diferentes miedos trabajados

2. Evaluación de la intervención educativa.

Se evaluará si la práctica docente fue correcta, si los cuentos estaban bien elegidos, si las actividades gustaron a los niños, si la organización era la adecuada, si se consiguieron los

resultados esperados. Se harán propuestas de mejora si se creen convenientes. Los resultados y reflexiones quedarán registrados (ver Anexo 5).

20. ACTIVIDADES¹

CUENTO: *El lobo y los siete cabritillos*

(Resumen e ilustraciones: Anexo 6)

Objetivos:

1. Reflexionar sobre la figura del lobo, qué representa y por qué nos da miedo
2. Ayudar a los niños a ver el miedo como algo natural.
3. Aprender a controlar el miedo al lobo
4. Establecer paralelismos entre el cuento y el mundo real.

Miedos que se trabajan:

- Miedo a la maldad representada en el lobo

Secuenciación:

1ª Sesión

Actividad 1: ¿Quién teme al lobo feroz?

Se narra el cuento de forma oral, completa y sin interrupciones; se observa cómo son las reacciones de los niños y cómo manifiestan sus emociones. A continuación se plantean una serie de preguntas: (i) preguntas encaminadas a comprobar si el alumno identificó a los personajes y si comprendió el sentido global del cuento, por ejemplo: ¿A dónde va mamá cabra? ¿Por qué deben tener cuidado con el lobo? ¿De qué manera logró el lobo engañar a los cabritillos? ¿Qué hizo la mamá para rescatar a sus hijos? ¿Qué le sucedió al lobo? (ii) preguntas encaminadas a reflexionar sobre la emoción del miedo: ¿Tuviste miedo durante la narración del cuento? ¿Cuál es el personaje que más miedo os dio? ¿Por qué? ¿Se le puede tener miedo? ¿Qué podemos hacer para no tenerle miedo?



Duración: 35 minutos

Recursos y materiales: Cuento “El lobo y los siete cabritillos” de los Hermanos Grimm, folios, lápices, colores, caja de los miedos.

¹ Todas las imágenes que se emplean están tomadas de las ediciones originales de los cuentos.

Objetivos:

- Reflexionar sobre la figura del lobo, qué representa y por qué nos da miedo
- Ayudar a ver el miedo como algo natural.
- Aprender a controlar el miedo al lobo.

Actividad 2: Dibujo sobre el lobo.

Todos los niños harán un dibujo sobre el lobo y lo meterán en la caja del “Rincón de los miedos”.

Duración: 15 minutos

Recursos y materiales: Folios, lápices, lápices de colores, ceras, caja de los miedos.

Objetivos:

- Reflexionar sobre la figura del lobo, qué representa y por qué nos da miedo
- Aprender a controlar el miedo al lobo

2ª Sesión**Actividad 3: ¿Sabéis cómo es el lobo?**

Sentados en la alfombra se vuelve a contar el cuento, esta vez apoyado en imágenes para comparar lo que se han imaginado, con las imágenes que aparecen en el cuento. Seguidamente se inicia una conversación sobre el cuento haciendo preguntas (i) sobre la observación y la comprensión: ¿Os imaginabais al lobo como en la imagen? ¿Y a los cabritillos? ¿Qué imagen del cuento os gustó más? ¿Por qué? (ii) sobre la emoción del miedo: ¿Le seguís teniendo miedo al lobo? ¿Por qué? Si os encontrarais con él ¿qué cara pondríais? ¿Sabéis cómo es su aullido? ¿Os daría miedo oírlo? ¿Por qué? Imaginaos un lobo bueno ¿le tendríais miedo?

Duración: 30 minutos

Recursos y materiales: Cuento ilustrado “El lobo y los siete cabritos”.

Objetivos:

- Establecer paralelismos entre el cuento y el mundo real.
- Reflexionar sobre la figura del lobo, qué representa y por qué nos da miedo
- Aprender a controlar el miedo al lobo

Actividad 4: Otros cuentos de lobos.

Se muestra a los niños otros cuentos que tengan imágenes de lobos, como *Caperucita roja*, *Los tres cerditos*, *Pedro y el lobo* y se les pregunta a los niños si ven parecidos entre

ellos y por qué y si le tienen miedo. Estos cuentos serán del aula, de la Biblioteca o los traerán los alumnos de sus casas. Se llevan todos los cuentos de lobos al “Rincón de los miedos”.

Duración: 15 minutos

Recursos y materiales: Otros cuentos de lobos

Objetivos:

- Reflexionar sobre la figura del lobo, qué representa y por qué nos da miedo.

3ª Sesión

Actividad 5: Taller de maquillaje

Todos los niños, con ayuda de la maestra, se pintarán la cara de lobos o de cabritos y se mirarán al espejo para ver si se reconocen a sí mismos y si tiene miedo. Observarán a sus compañeros y se identificarán con los personajes.

Duración: 45 minutos

Recursos y materiales: Crema de base, maquillajes, pinturas de colores, pinceles, toallitas, espejo.

Objetivos:

- Aprender a controlar el miedo al lobo.
- Ayudar a los niños a ver el miedo como algo natural

4ª Sesión

Actividad 6: Dramatización del cuento.

Una vez maquillados y disfrazados todos los niños, se formarán dos grupos para representar el cuento. Cuando un grupo actúa, el otro es espectador.

Duración: 50 minutos

Recursos y materiales: Maquillajes, disfraces, telas de colores.

Objetivos:

- Reflexionar sobre la figura del lobo, qué representa y por qué nos da miedo
- Ayudar a los niños a ver al lobo como algo natural

5ª Sesión

Actividad 7: Taller de expresión artística.

Se formarán pequeños grupos de trabajo, cada uno de ellos representará sobre papel continuo una parte del cuento “El lobo y los siete cabritos”. Cuando esté terminado se colocará en la pared del aula.

Duración: 45 minutos

Recursos y materiales: Papel continuo, ceras y lápices de colores

Objetivos:

- Aprender a controlar el miedo al lobo
- Establecer paralelismos entre el cuento y el mundo real

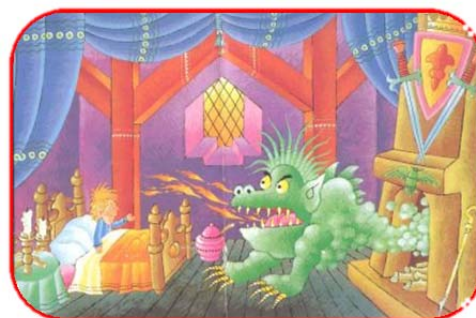
Actividad 8: Registro de la evaluación del cuento (ver Anexo 7)

CUENTO: *Juan sin miedo*

(Resumen e ilustraciones: Anexo 8)

Objetivos:

1. Ayudar a los niños a descubrir que los monstruos y fantasmas son personajes imaginarios y no hacen daño.
2. Aprender a controlar mejor la emoción del miedo.



Miedos que se trabajan

- Miedo a los seres imaginarios (fantasmas, ogros, monstruos)

Secuenciación:

1ª Sesión:

Actividad 1: Juan no tiene miedo.

Se narra el cuento de forma oral, completo y sin interrupciones para que los niños se lo imaginen. Después se enseñan las imágenes para que puedan observarlas y verlas en la realidad. Seguidamente se hacen una serie de preguntas a los alumnos para (i) comprobar si comprendieron el cuento e identificaron a los personajes como: ¿Quién es el

protagonista del cuento? ¿A quién tenía miedo? ¿Qué le propusieron? ¿Qué hace Juan para vencer las pruebas de miedo que le van surgiendo? ¿Qué le pasó al final? (ii) reflexionar sobre la emoción del miedo: De los personajes del cuento ¿cuál te dio más miedo? ¿Tienes miedo a los monstruos? ¿Y a los fantasmas? ¿Son reales? ¿Dónde están? ¿Qué puedes hacer para no tenerles miedo?

Duración: 45 minutos

Recursos y materiales: Cuento ilustrado “Juan sin miedo” de los Hermanos Grimm

Objetivos:

- Ayudar a descubrir monstruos y fantasmas como personajes imaginarios

2ª Sesión

Actividad 2: Película de monstruos.

Visionar la película de monstruos “Monstruos S.A” para darse cuenta de que los monstruos son seres imaginarios y que no les debemos tener miedo ya que no existen. Comentario de la película.

Duración: Una hora

Recursos y materiales: DVD Monstruos S.A., portátil, proyector, pantalla de proyección.

Objetivos:

- Ayudar a descubrir monstruos y fantasmas como personajes imaginarios
- Aprender a controlar mejor la emoción del miedo

3ª Sesión

Actividad 3: El libro de los monstruos

Cada niño inventa y dibuja el monstruo que más miedo pueda dar, se lo muestra a sus compañeros y lo comenta. Con todos los dibujos juntos se confecciona el Libro de los Monstruos que se colocará en el “Rincón de los miedos”.

Duración: 45 minutos

Recursos y materiales: Folios, lápices, colores, grapadora.

Objetivos:

- Ayudar a descubrir que monstruos y fantasmas son personajes imaginarios

4ª Sesión

Actividad 4: Caretas de miedo

Dibujar, pintar y recortar caretas de miedo. Ponerlas y mirarse al espejo para quitarse el miedo a sí mismo. Mirar a sus compañeros, observar a cada uno e identificarlos.

Duración: Una hora

Recursos y materiales: Cartulinas, plantillas, tijeras, punzones, colores, goma elástica.

Objetivos:

- Aprender a controlar mejor la emoción del miedo.

5ª Sesión

Actividad 5: Canción “Jugando al escondite”.

En el aula cantan y memorizan la canción “Jugando al escondite”. La canción trata de no tener miedo al lobo en el bosque (Ver Anexo 9).

Duración: 15 minutos

Recursos y materiales: CD con la canción, reproductor de CDs.

Objetivos:

- Aprender a controlar mejor la emoción del miedo

Actividad 6: Juego “El escondite”

Cada niño pone la careta de miedo hecha en la sesión anterior, y todos juntos se preparan para jugar al escondite en el patio. Al final del juego comentan la sensación que experimentaron al estar escondidos, si se sintieron solos, si vieron algún monstruo o fantasma escondido, si tuvieron miedo en algún momento, si tuvieron que ayudar a algún compañero, si les gustaría repetir la experiencia.

Duración: 30 minutos

Recursos y materiales: Caretas de miedo.

Objetivos:

- Aprender a controlar mejor la emoción del miedo

Actividad 7: Registro de la evaluación del cuento (ver Anexo 10).

CUENTO: *Hansel y Gretel*

(Resumen e ilustraciones: Anexo 11)

Objetivos:

1. Identificar situaciones que provocan miedo.
2. Reflexionar sobre el miedo a perderse
3. Aprender a controlar el miedo a la oscuridad y a las brujas.
4. Ayudar a un compañero cuando tiene miedo



Miedos que se trabajan:

- Miedo a perderse
- Miedo a la oscuridad
- Miedo a las brujas

Secuenciación:

1ª Sesión

Actividad 1: ¿Quién tiene miedo a las brujas?

Se narra el cuento completo y sin interrupciones. Mientras se cuenta el cuento se observan las reacciones de los alumnos, la expresión de su cara, los movimientos, si hacen ruidos, si están quietos, cómo controlan sus emociones. Seguidamente se les hacen una serie de preguntas: (i) preguntas encaminadas a comprobar si el alumno identificó a los personajes y si comprendió el sentido global del cuento: ¿Cómo se llamaban los niños? ¿Dónde vivían? ¿Qué les pasó? ¿Con quién se encontraron? ¿Qué hizo la bruja? ¿Cómo fue su final? ¿Y el de los niños? (ii) preguntas encaminadas a reflexionar sobre la emoción del miedo: ¿En qué momento tienen miedo los niños del cuento? ¿De qué tienen miedo? ¿Qué haríais vosotros si un día os perdierais? ¿Qué haríais si os encontrarais con una bruja? ¿Qué cara pondríais? ¿Qué fue lo que más miedo os dio del cuento? ¿Qué podemos hacer para sentirnos mejor cuando tenemos miedo?

Duración: 45 minutos

Recursos y materiales: Cuento de Hansel y Gretel.

Objetivos:

- Identificar situaciones que provocan miedo
- Reflexionar sobre el miedo a perderse.
- Aprender a controlar el miedo a las brujas.

2ª Sesión

Actividad 2: ¿Quién tiene miedo a la oscuridad?

Se vuelve a narrar el cuento creando un ambiente diferente al del día anterior. Cuando los niños ya están sentados en la alfombra para escuchar el cuento se apagan las luces, se enciende una vela y se comienza el cuento, con voz suave y relajante. Cuando un compañero tiene miedo podemos acariciarlo para tranquilizarlo y que se sienta mejor. Los niños se acariciarán unos a otros. Terminada la narración se inicia una conversación reflexionando sobre la emoción del miedo: ¿Os dio miedo quedar a oscuras? ¿Cómo os gustó más el cuento, contado con luz del día o contado con la luz de la vela? ¿Sentisteis miedo a la bruja? ¿Os gustaría repetir la experiencia? ¿Cómo ayudarías a un compañero si tiene miedo?

Duración: 45 minutos

Recursos y materiales: Cuento de Hansel y Gretel, vela, cerillas.

Objetivos:

- Aprender a controlar el miedo a la oscuridad
- Identificar situaciones que provocan miedo
- Ayudar a un compañero cuando tiene miedo

3ª Sesión

Actividad 3: Objetos e imágenes del cuento

En la tercera sesión se presentan objetos relacionados con el cuento, como puede ser una escoba, un sombrero y una careta de bruja y también imágenes del cuento para que puedan observarlas. Se desarrolla el cuento de forma secuenciada y los niños pueden participar cuando lo deseen. Se puede pensar en otro título, en otro final, y en cambiar o introducir algún personaje.

Duración: 30 minutos

Recursos y materiales: Cuento ilustrado de Hansel y Gretel, escoba, sombrero, careta y nariz de bruja.

Objetivos:

- Aprender a controlar el miedo a las brujas

Actividad 4: Otros cuentos de brujas

Los alumnos buscarán otros cuentos donde aparezcan brujas, observarán las imágenes y los llevarán al Rincón de los miedos.

Duración: 15 minutos

Recursos y materiales: Otros cuentos con brujas.

Objetivos:

- Identificar situaciones que provocan miedo
- Aprender a controlar el miedo a las brujas

4ª Sesión

Actividad 5: Ordenar y comentar secuencias del cuento

Se muestra a los alumnos distintas imágenes del cuento (ver Anexo 12) y se les pide que comenten: ¿Cuál te da más miedo? ¿Por qué? ¿Cuál te gusta más? ¿Por qué? ¿Te imaginas una bruja buena? ¿Qué le dirías? Seguidamente se ordenan las viñetas del cuento de forma secuenciada y se numeran, usando la pizarra digital.

Duración: 30 minutos

Recursos y materiales: Ordenador, proyector, pizarra digital, viñetas.

Objetivos:

- Identificar situaciones que provocan miedo
- Reflexionar sobre el miedo a perderse
- Aprender a controlar el miedo a la oscuridad y a las brujas

Actividad 6: Frase embrujada

La actividad consistirá en ponerse en el lugar de la bruja para empatizar con este personaje. Para ello memorizarán y repetirán las palabras que la bruja dijo a los niños cuando se estaban comiendo su casita: “¿Quién es esa ratoncita que se come mi casita?”

Duración: 10 minutos

Recursos y materiales: Frase.

Objetivos:

- Aprender a controlar el miedo a las brujas.

5ª Sesión

Actividad 7: Dibujo de miedo.

Dibujar lo que más miedo les dio del cuento. Cada niño enseñará su dibujo a los demás y hará un breve comentario. Se llevarán todos los dibujos al “Rincón de los miedos”.

Duración: 45 minutos

Recursos y materiales: Folios, lápices, colores.

Objetivos:

- Identificar situaciones que provocan miedo
- Aprender a controlar los temores

Actividad 8: Registro de la evaluación del cuento (ver Anexo 13).

CUENTO: *Tragasueños*

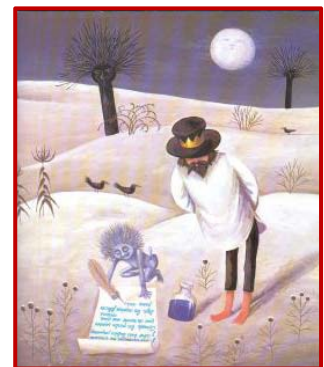
(Resumen e ilustraciones: Anexo 14)

Objetivos:

1. Aprender a controlar el miedo a la oscuridad.
2. Aprender a controlar el miedo a dormir solo.
3. Reflexionar sobre los sueños, si son imaginarios o reales.
4. Adquirir confianza y seguridad en uno mismo.

Miedos a trabajar

- Miedo a la oscuridad.
- Miedo a dormir solo.
- Miedo a tener pesadillas.



Secuenciación:

1ª Sesión

Actividad 1: ¿Os gusta soñar?

Primero se cuenta el cuento de viva voz observando al tiempo las expresiones de los niños. A continuación se presenta el cuento en imágenes para que vean cómo es

Tragasueños. Seguidamente se hacen (i) una serie de preguntas para comprobar la comprensión del cuento: ¿Qué personajes aparecen en el cuento? ¿Cómo se llamaba la niña? ¿Qué le pasaba? ¿Qué hizo su padre? ¿Con quién se encontró? ¿Cómo era Tragasueños? ¿Qué hizo? ¿Cómo acabó el cuento? y (ii) otras preguntas para reflexionar sobre la emoción del miedo: ¿Por qué Dormilina tiene miedo a la noche? ¿Tienes tú miedo? ¿Por qué? ¿Duermes solo? ¿Sueñas con fantasmas o con brujas? ¿Son reales o sólo viven en los cuentos? ¿Ves películas de miedo? ¿Cuáles? ¿Necesitas luz para dormir? ¿Qué podrías hacer para no tener miedo?

Duración: 45 minutos

Recursos y materiales: Cuento ilustrado “Tragasueños”

Objetivos:

- Reflexionar sobre los sueños, si son imaginarios o reales
- Aprender a controlar el miedo a dormir solo
- Adquirir confianza y seguridad en uno mismo

2ª Sesión

Actividad 2: Palabras mágicas.

Memorizar y recitar las palabras mágicas de Tragasueños con la idea de que el niño aprenda a repetirlas cuando se tenga miedo a la noche o pesadillas (ver Anexo 15).

Duración: 30 minutos

Recursos y materiales: Poesía

Objetivos:

- Reflexionar sobre los sueños, si son imaginarios o reales
- Aprender a controlar el miedo a la oscuridad
- Adquirir confianza y seguridad en sí mismo

3ª Sesión

Actividad 3: Calabazas de Halloween

Con ayuda del maestro/a se preparan las calabazas de Halloween: se cortan y se vacían con una cuchara, se marcan, ahuecan y pintan, ojos, nariz y boca, dándole distintas expresiones. Se mete una vela dentro y se enciende. Se apagan las luces y se observa si los niños tienen miedo a la oscuridad y si encender las calabazas les ayuda a tener menos miedo y por qué.

Duración: Una hora
Recursos y materiales: Calabazas, cuchillo, cuchara, lápiz, plastilina, vela, cerillas.
Objetivos: • Aprender a controlar el miedo a la oscuridad • Adquirir confianza y seguridad en sí mismo

4ª Sesión

Actividad 4: Canción y baile “Los esqueletos”

Canción y baile: “Los esqueletos”. En el aula de Psicomotricidad con las luces apagadas, las calabazas iluminadas y un esqueleto grande en el centro, los niños cantan y bailan la canción (ver Anexo 16). El profesor dejará el aula a oscuras cuando están bailando y preguntará a los niños después la sensación que les dio, si sintieron miedo o no y compararlo con la oscuridad en su habitación.

Duración: 30 minutos
Recursos y materiales: Calabazas, velas, esqueleto, CD, reproductor de CDs
Objetivos: • Aprender a controlar el miedo a la oscuridad • Adquirir confianza y seguridad en sí mismo

5ª Sesión

Actividad 5: Juego con las sombras.

Se apaga la luz y el profesor representa diferentes sombras con las manos delante de la pantalla de proyección. Después se pide a los niños que representen sombras detrás de una sábana, con el cuerpo estático, en movimiento, por parejas, etc. El profesor observará como son las reacciones de los niños y cómo manifiestan sus emociones.

Duración: 45 minutos
Recursos y materiales: Proyector, pantalla, sábana.
Objetivos: • Aprender a controlar el miedo a la oscuridad • Adquirir confianza y seguridad en sí mismo

Actividad 6: Registro de la evaluación del cuento (ver Anexo 17).

CAPÍTULO VI. CONCLUSIONES Y PROSPECTIVA

El objetivo general de este trabajo era elaborar una propuesta de intervención para niños de 4-5 años en la que se trabajase la emoción del miedo a través de los cuentos. Para lograr este fin hemos ido abarcando diversos aspectos y objetivos que nos han hecho llegar a las siguientes conclusiones:

En primer lugar, y respecto al objetivo “profundizar en la bibliografía sobre la emoción y los sentimientos y señalar algunas características de la emoción del miedo” hemos podido concluir que:

1. La emoción es un proceso afectivo y automático que tiene un carácter fisiológico y cognitivo y que surge según las experiencias anteriores de cada persona.
2. Existe disparidad de opiniones en cuanto a la diferencia entre emociones y sentimientos. Para unos autores (ceranos al psicoanálisis) los sentimientos son el componente cognitivo y subjetivo de las emociones, y para otros, el sentimiento es el paso de la emoción a un estado racional que se prolonga en el tiempo (aproximación cercana a la neuropsicología).
3. Existen diversas clasificaciones de las emociones, entre las más comunes está la que divide la emociones en positivas, negativas, neutras, primarias y secundarias.
4. El miedo es una emoción primaria de carácter negativo que aparece de manera espontánea cuando las personas se sienten amenazadas ante situaciones desconocidas e inciertas.
5. La reacción fisiológica a la emoción del miedo es espontánea e incontrolable, aunque puede educarse a través de técnicas que trabajen con el cuerpo. En cuanto al componente mental o cognitivo, sí puede abordarse desde el ámbito educativo reflexionando sobre los estímulos que provocan la aparición de la emoción y las imágenes o recuerdos que el niño relaciona habitualmente con ellos.

Respecto al segundo objetivo “analizar qué es la inteligencia emocional y reflexionar sobre la importancia de la educación emocional en edades tempranas” hemos podido concluir que:

1. La educación emocional es necesaria para el desarrollo integral de los individuos y tiene como finalidad mejorar tanto el bienestar personal como social.

2. Tener una vida emocional positiva desde la niñez ayuda a tener una buena sincronización emocional en la adultez, por lo que es importante trabajar esta área desde la escuela.
3. El miedo es una emoción normal y para controlarla se debe ayudar al niño a desarrollar una inteligencia emocional sana.

Respecto al tercer objetivo “explorar la utilización de los cuentos como medio para educar la emoción del miedo” hemos podido concluir que:

1. Los cuentos motivan a los niños y son fundamentales para trabajar emociones y despertar el gusto literario.
2. Es importante prestar atención a cómo se cuentan los cuentos para poder transmitir las emociones de una manera efectiva.
3. El niño puede reflexionar sobre sus miedos a través de la literatura ya que de esta manera se siente a salvo.

Limitaciones y prospectiva

Un de las limitaciones con la que nos hemos encontrado para la culminación de este trabajo ha sido la imposibilidad de aplicar la propuesta de intervención, de ahí su carácter hipotético hasta su aplicación. Una vez que se ponga en marcha se podría llevar a cabo la evaluación para comprobar si es efectivo a la hora de responder a la necesidad de educar las emociones. Asimismo, no hemos podido contar con la ayuda de expertos en el campo psicológico y emocional al niño con lo que el acercamiento al mundo de las emociones y sentimientos en este trabajo es limitada.

Para finalizar y debido a la importancia de la educación de las emociones se pueden barajar otras líneas de investigación como:

- Trabajar otras emociones como pueden ser la tristeza o la ira.
- Trabajar las emociones de los alumnos con necesidades educativas especiales para su completa integración en la sociedad. Si la educación emocional tiene gran importancia, en los niños con estas necesidades la tiene aún más. En este campo se suele trabajar mucho el desarrollo de la mente a nivel intelectual y no tanto el mundo emocional.

REFERENCIAS

- Abril, P. (2010). Los dones de los cuentos. *Biblioteca pública municipal Torre Pacheco*. Recuperado el 20 de marzo de 2013 de http://www.bibliotecaspublicas.es/torrepacheco-ij/seccion_219166_22737.jsp
- Bettelheim, B. (1977). *Psicoanálisis de los cuentos de hadas*. Barcelona: Crítica.
- Bichonnier, H. (2002). *El monstruo peludo*. Madrid: Edelvives
- Bisquerra, R. (2008a). *Educación para la ciudadanía y convivencia. El enfoque de la educación emocional*. Madrid: WoltersKluwer.
- Bisquerra, R. (2008b). Educación emocional para la convivencia: las competencias emocionales. En Acosta, A., *Educación Emocional y convivencia en el aula* (pp. 143-162). Barcelona: Secretaría General Técnica
- Bisquerra, R. (coord.) (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Barcelona: Hospital Sant Joan de Déu. Recuperado el 14 de marzo de 2013 de <http://www.faroshsid.net/adjuntos/2232.1-Faros%206%20Cast.pdf>
- Bosch, M. J. (2009). *La danza de las emociones*. Madrid: Edaf
- Bryant, S.C. (1995). *El arte de contar cuentos*. Barcelona: Biblària
- Candel, S., Garín, M. y López, T. (1997). *Pictogramas en cosas de Brujas*. Madrid: SM
- Cañoto, Y., Csoban, E. y Gómez, M., (2006). Capítulo 9: La dinámica del comportamiento: Motivación y emoción. En Peña, G., Cañoto, Y. y Santalla de Banderali, Z., *Una Introducción a la Psicología* (pp. 235-262). Caracas: Universidad Católica Andrés Bello.
- Cornejo, S. y Levy. (2003). *La representación de las emociones en la Dramaterapia*. Argentina: Panamérica
- Correa, M. (2009). El cuento, la lectura y la convivencia como valor fundamental en la educación inicial. *Educere: Revista Venezolana de Educación*, 44,89-98.

- Damasio, A. (2005). *En busca de Spinoza. Neurobiología de la emoción y los sentimientos*. Barcelona: Critica.
- Damasio, A. (2010). *Y el cerebro creó al hombre*. Barcelona: Destino.
- Darwin, C., (1872). *La expresión de las emociones en el hombre y en los animales*. México: Alianza Editorial Mexicana.
- Delaroché, J. (2002). *¡No tengo miedo de la escuela!*. Gerona: Panini
- Dueñas, M. L. (2002). Importancia de la Inteligencia Emocional: Un nuevo reto para la orientación educativa. *Revista de la Facultad de Educación UNED*, 5, 77-96.
- Ende, M. y Fuchshuber, A. (1978). *Tragasueños*. Barcelona: Juventud
- Franco, T. (1988). *Vida afectiva y educación infantil*. Madrid: Narcea.
- García, A. (1999). *Telar de cuentacuentos*. Cuenca: Universidad de Castilla-La Mancha.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- Grimm (1980). *Hansel y Gretel*. Bilbao: Asuri.
- Grimm (1988). *Juan sin miedo*. Madrid: Algaida.
- Grimm (1989). *El lobo y los siete cabritos*. Madrid: Susaeta.
- Gutiérrez, A. y Moreno, P. (2011). *Los niños, el miedo y los cuentos. Cómo contar cuentos que curan*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
- Hansson, G. (1986). *Dije buenas noches*. Madrid: Plaza Joven
- Ibarrola, B. (2009). *Educación emocional a través del cuento*. Recuperado el 5 de marzo de 2013 de http://www.begoñaiabarrola.es/files/educacion_emocional_traves_cuento.pdf
- Izquierdo, C. (2000). Comunicación interpersonal y crecimiento emocional en centros educativos. *Revista Educar*, 26, 127-149.

- Lage, J. J. (1994). Arte y oficio de contar. *CLIJ: Cuadernos de literatura infantil y juvenil*, 62, 7-19. Recuperado el 16 de abril de 2013 de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?articulo?codigo=123451>
- Lage, J. J. (2005). *Animar a leer desde la biblioteca*. Madrid: CCS
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Boletín oficial del Estado, 106, de 4 de mayo de 2006
- Martín de Diego, I., Serrano, A., Conde, C. y Cabello, E. (2006). Técnicas de reconocimiento automático de emociones. *Revista Electrónica Teoría de la Educación. Educación y Cultura en la sociedad de la Información*, 7, 2, pp. 107-127. Recuperado el 15 de abril de 2013 de http://campus.usal.es/~teoriaeducacion/rev_numero_07_02/n7_02_martin_serrano_conde_cabello
- Meesukhon, P. (2008). *Libro con sombras que asustan*. Uruguay: Latinbooks
- Montero, B. (2010). *Los secretos del cuentacuentos*. Madrid: CCS.
- Montoya, V. (2003). *Literatura infantil. Lenguaje y fantasía*. Bolivia: La hoguera.
- Mora, D. (2000). *La bruja Gertrudis*. Barcelona: Molino
- Myers, D. (2005). *Psicología*. Madrid: Medica Panamérica.
- Pearce, J. (1995). *Ansiedades y miedos*. Barcelona: Paidós
- Pérez, M. D. (2000). El miedo y sus trastornos en la infancia. Prevención e intervención educativa. *Aula: Revista de Pedagogía de la Universidad de Salamanca*, 12, 123-144. Recuperado el 10 de abril de 2013 de http://campus.usal.es/~revistas_trabajo/index.php/0214-3402/article/viewFile/3564/3584
- Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil. Boletín Oficial del Estado, 4, de 4 de enero de 2007.
- Rodari, G. (2008). *Gramática de la fantasía. Introducción al arte de inventar historias*. Buenos Aires: Colihue.

Shafer, R.D., y Kipp, K. (2007). *Psicología del desarrollo. Infancia y adolescencia*. Madrid: Thomson Learning.

Stevenson, J. (1986). *¿Qué hay debajo de mi cama?*. Madrid: SM

Vivas, M., Gallego, D. J. y González, B. (2006). *Educación de las emociones*. Madrid: Dykinson

BIBLIOGRAFÍA

Amo, M. (2004). La hora del cuento. *Biblioteca Virtual Miguel de Cervantes*. Recuperado el 20 de marzo de 2013 de <http://www.cervantesvirtual.com/obra-visor/la-hora-del-cuento--0/html/>

Darder, V. y Bach, E. (2006). Aportaciones para repensar la teoría y la práctica educativa desde las emociones. *Revista de Teoría de la Educación*, 18, 55-84.

Ferreros, M.L. (2008). *Tengo miedo. Las claves para afrontar con éxito los miedos en la infancia*. Barcelona: Planeta.

Gardner, H., Felman, D. H. y Krechevsky, M. (2000). *El Proyecto Espectrum. Construir sobre las capacidades infantiles*. Madrid: Morata.

Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Editorial: Kairós.

Palou, S. (2004). *Sentir y crecer. El crecimiento emocional en la infancia. Propuestas educativas*. Barcelona: Graó

Rowshan, A. (2004). *Cómo contar cuentos: un método para ayudar a crecer y a resolver sus problemas más habituales*. Barcelona: Integral

ANEXOS

ANEXO 1. REGISTRO DE EVALUACIÓN INICIAL SOBRE EL MIEDO.

Alumno/a:	Fecha:
¿Alguna vez pasaste miedo?	
¿Qué sentiste?	
¿A qué tuviste miedo?	
¿A qué tienes miedo ahora?	
¿Qué cara pones cuando sientes miedo?	
¿Qué puedes hacer para sentirte mejor cuando tienes miedo?	
¿Cómo ayudarías a un compañero que tiene miedo?	
Observaciones:	

ANEXO 2. REGISTRO CON LOS MIEDOS DE CADA ALUMNO

Ejemplo:

ALUMNOS	MIEDOS						
NOMBRE	LOBO	OSCURIDAD	COLEGIO	DORMIR SOLO	RUIDOS	ANIMALES	FANTASMAS
a		X		X			
b				X	X		X
c	X	X					
d			X	X		X	

ANEXO 3. EVALUACIÓN FINAL SOBRE LOS CUENTOS

Alumno/a:	Fecha:
¿Qué cuento te gustó más? ¿Por qué?	
¿Cuál te gustó menos? ¿Por qué?	
¿Qué personaje te dio más miedo?	
¿Sigues teniendo los mismos miedos que antes?	
¿A quién tienes miedo ahora?	
¿Cómo ayudarías a un niño que siente miedo?	
Observaciones:	

ANEXO 4. EVALUACIÓN FINAL SOBRE LA EMOCIÓN DEL MIEDO

Alumno/a:	CONSEGUIDO	EN PROCESO
Comprende el sentido global de los cuentos trabajados		
Identifica situaciones que producen miedo		
Reflexiona sobre situaciones de miedo		
Aprende a controlar mejor las emociones		
Controla el miedo a la oscuridad		
Controla el miedo a dormir solo		
Controla el miedo a los seres imaginarios		
Adquiere confianza y seguridad en sí mismo		
Ayuda a un compañero que tiene miedo		
Soluciona pequeños conflictos		
Establece paralelismos entre los cuentos y el mundo real		
Observaciones:		

ANEXO 5. EVALUACIÓN DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE	SI	NO
Los tiempos han sido suficientes		
Se han respetado los ritmos de aprendizaje generales e individuales		
Se han organizado los espacios adecuadamente		
Se favoreció la autonomía de los alumnos		
Los materiales han sido adecuados		
Se implicaron los alumnos en las actividades		
La relación maestro-alumno ha sido correcta		
Se percibió un ambiente relajado y de confianza		
Los cuentos trabajados han sido adecuados		
Las actividades fueron adecuadas al grupo		
Se ha conseguido la colaboración de las familias		
Dificultades presentadas:		
Propuestas de mejora:		

CUESTIONARIO PARA LOS ALUMNOS	
Qué cuento os ha gustado más	
Qué actividad os ha gustado más	
Qué actividad os ha gustado menos	
Cómo lo habéis pasado con los miedos	
Qué aprendisteis	
Disfrutasteis con las actividades	
Qué más os hubiera gustado hacer	
Observaciones:	

ANEXO 6. CUENTO: “EL LOBO Y LOS SIETE CABRITOS”**Resumen**

En una casita en medio del bosque vivían Mamá Cabra con sus siete hijos; siete cabritillos muy guapos, listos y obedientes.

Un día, mamá Cabra tenía que ir de compras, reunió a los siete cabritillos y les dijo: “Hijos míos, tengo que dejaros solos. Tened mucho cuidado con el lobo. Si viene no le abráis la puerta, querrá comeros”. ¡Ay qué miedo! Dicen todos.

Lo reconoceréis porque tiene la voz ronca y las pezuñas negras, dice su mamá. Cuando mamá Cabra se marchó, los cabritos se encerraron en la casita y se pusieron a jugar.

Al poco tiempo llamaron a la puerta y una voz ronca decía: ¡Abrid pronto que soy vuestra madre! Los cabritos se miraron asustados y el mayor contestó: Tú eres el lobo, mamá tiene la voz más dulce, la tuya es muy ronca. ¡No te abrimos!

El lobo se marchó y se puso a pensar qué podría hacer. Fue a la farmacia y se compró pastillas para aclarar la voz.

Volvió a llamar a la puerta: ¡Pam, pam! ¿Quién es? Preguntaron los cabritos. ¡Abrid hijitos míos, soy vuestra madre! dijo el lobo con voz más suave.

Los cabritos le dicen: ¡Enséñanos la manita por el agujero de la puerta! El lobo enseñó su pata y era negra, no blanca como la su mamá. ¡No te abrimos! gritaron los cabritos.

El lobo, enfadado, fue a la panadería y le pidió al panadero que le cubriera las patas de masa y de harina. Con las patas blancas volvió a la casa de los cabritos y de nuevo llamó a la puerta diciendo que era su mamá. Los cabritos le mandaron asomar la patita por el agujero de la puerta y como era blanca abrieron, pensando que era su mamá.

¡Qué susto se llevaron los cabritos, qué miedo cuando vieron entrar al lobo! Todos se escondieron, pero no sirvió de nada; el lobo se los fue comiendo uno a uno. Sólo se salvó el más pequeño que se escondió en la caja del reloj.

Al poco tiempo mamá Cabra volvía a casa y se encontró con aquel desorden, llorando llamó a los cabritos. El pequeño salió de su escondite y le contó a su madre todo lo ocurrido. Mamá Cabra que era muy valiente fue en busca del lobo que estaba durmiendo bajo un árbol. Le abrió la barriga y salieron todos los cabritos vivos. Les mandó buscar piedras y se las metió en el vientre del lobo. Cuando el lobo despertó sintió sed, se acercó al río y con el peso de las piedras se cayó de cabeza y se ahogó, desapareciendo para siempre.

Ilustraciones por Margarita Ruiz		
		
		

ANEXO 7. EVALUACIÓN DEL CUENTO “EL LOBO Y LOS SIETE CABRITOS”

Alumno/a:	CONSEGUIDO	EN PROCESO
Comprende el sentido global del cuento		
Ve el miedo como algo natural		
Reflexiona sobre la figura del lobo		
Controla la emoción del miedo al lobo		
Establece paralelismos entre el cuento y el mundo real		
Observaciones:		

ANEXO 8. CUENTO: “JUAN SIN MIEDO”**Resumen**

Había una vez un leñador que tenía dos hijos. Pedro, el mayor era muy miedoso. Juan, el más pequeño, no tenía miedo a nada y por eso le llamaban Juan Sin Miedo.

Un día decidió marcharse de casa para conocer el miedo. Buscando el miedo anduvo por peligrosos caminos, durmió en tenebrosas cuevas, entre los aullidos de los lobos y cruzó oscuros bosques. Se encontró con una bruja, durmió con un ogro. Pero nada le daba miedo.

Un día se encontró ante un castillo y oyó al pregonero del rey que decía: A quien se atreva a pasar tres noches seguidas en este castillo, el rey le concederá la mano de la princesa. Juan dijo que él iría.

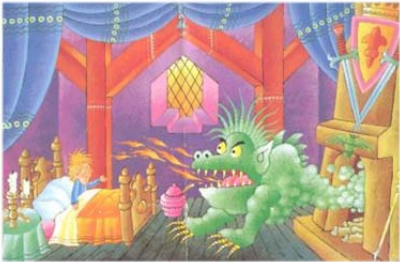
Llegó al castillo que llevaba varios años deshabitado. Había polvo y telarañas por todas partes, encendió una hoguera y se quedó dormido. Al rato le despertaron ruidos de cadenas. Era un fantasma. Juan despertó y se enfadó.

Al día siguiente entró por la chimenea un monstruo de ojos feroces, boca desdentada y pelos erizados. Juan Sin Miedo saludó al monstruo que quedó paralizado al ver que no le tenía miedo.

Al tercer día, tres enormes gatos saltaron sobre la mesa, maullando y abriendo sus enormes bocas. Juan les cortó las uñas y se puso a jugar con ellos a las cartas y de todas partes salían fantasmas, pero Juan seguía sin tener miedo.

Al día siguiente Juan se presentó en palacio y el rey le entregó la mano de su hija. Juan y la princesa se casaron y eran muy felices pero Juan seguía sin saber lo que era el miedo.

Un día, la princesa cogió una pecera con peces y mientras Juan dormía se la puso en la cabeza como si fuera un casco. Juan despertó asustado. El agua cubría su rostro y los peces le hacían cosquillas. ¡Ay qué miedo, que me ahogo! La princesa le dijo: Esto es el miedo. Ahora ya sabes lo que es.

Ilustraciones por José Ramón Sánchez		
		
		

ANEXO 9. CANCIÓN “JUGANDO AL ESCONDITE”

Jugando al escondite en el bosque anocheció
Jugando al escondite en el bosque anocheció
Y el cuco cantando el miedo nos quitó
Y el cuco cantando el miedo nos quitó
Cu-cú, cu-cú.
-Lobo, ¿dónde estás?
-¡Estoy tumbado y descansando!
Jugando al escondite en el bosque anocheció
Jugando al escondite en el bosque anocheció
Y el cuco cantando el miedo nos quitó
Y el cuco cantando el miedo nos quitó
Cu-cú, cu-cú
-Lobo, ¿dónde estás?
-¡Ahora me veréis y a todos comeré!



ANEXO 10. EVALUACIÓN DEL CUENTO “JUAN SIN MIEDO”

Alumno/a:	CONSEGUIDO	EN PROCESO
Comprende el sentido global del cuento		
Descubre que los monstruos y fantasmas son personajes imaginarios y no hacen daño		
Aprende a controlar mejor la emoción del miedo		
Aprende a solucionar pequeños conflictos		
Observaciones:		

ANEXO 11. CUENTO: “HANSEL Y GRETEL”**Resumen**

Hansel y Gretel eran dos hermanos que vivían en una cabaña en el bosque, con su padre que era leñador y con su madrastra.

Como eran muy pobres y no tenían para darles de comer, decidieron abandonarlos en el bosque. Hansel que había escuchado la conversación pensó qué podría hacer para volver a su casa y no perderse.

Se le ocurrió ir dejando migas de pan por el camino, pero cuando los hermanos se encontraron solos y decidieron volver se encontraron con que los pájaros se comieran todas las migas y era imposible regresar a su casa, estaban perdidos en el bosque.

Pasaron la noche en la oscuridad del bosque, oyendo ruidos de animales que les daban mucho miedo. Al amanecer se pusieron a caminar y se encontraron con una casita hecha con azúcar, chocolate, caramelos,... Como tenían mucha hambre comenzaron a comer pero de repente apareció una mujer viejísima que les invitó a entrar, era una bruja que comía a los niños.

A Hansel lo encerró en una jaula para engordarlo y comerlo y a Gretel la obligaba a hacer las labores de la casa y apenas le daba comida.

Llegó el día en que decidió comerse a Hansel y le mandó a Gretel preparar el horno para asarlo. La bruja fue a comprobar si estaba bastante caliente y Gretel la empujó hacia dentro, cerró la puerta y allí la dejó asándose.

Sacó a Hansel de la jaula, cogieron todas las joyas que tenía la bruja y se marcharon caminando por el bosque hasta que encontraron a su padre y juntos vivieron felices para siempre.

Ilustraciones por Susan Jeffers



ANEXO 12. SECUENCIA DE IMÁGENES

			
---	---	--	---

ANEXO 13. EVALUACIÓN DEL CUENTO “HANSEL Y GRETEL”

Alumno/a:	CONSEGUIDO	EN PROCESO
Comprende el sentido global del cuento		
Identifica situaciones que provocan miedo		
Aprende a controlar mejor los propios temores		
Reflexiona sobre el miedo a perderse		
Aprende a controlar el miedo a la oscuridad y a las brujas		
Ayuda a un compañero cuando tiene miedo		
Observaciones:		

ANEXO 14. CUENTO: “TRAGASUEÑOS”**Resumen**

Había un país llamado Dormilandia, donde lo más importante para todos sus habitantes era dormir bien y nombraban rey a quien consiguiera dormir más profundamente.

En el palacio de los Sueños vivían el rey y la reina con su hija Dormilina, que dormía sola en una cama gigantesca con dosel. Pero cuando llegaba la noche nunca quería acostarse, tenía miedo porque sus sueños eran pesadillas. Sus padres estaban muy preocupados, cada vez estaba más pálida y más delgada. El rey consultó el problema pero nadie le dio una solución, así que decidió marcharse por el mundo en busca del remedio contra los malos sueños.

Un día cansado de tanto caminar se perdió y de repente vio una pequeña luz, al acercarse observó que tenía brazos, piernas, una cabeza grande llena de pinchos y una boca enorme que siempre tenía abierta porque decía que tenía un hambre horrible.

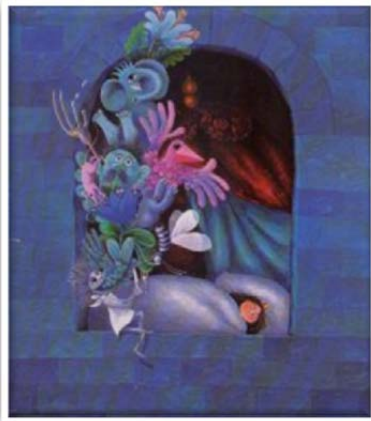
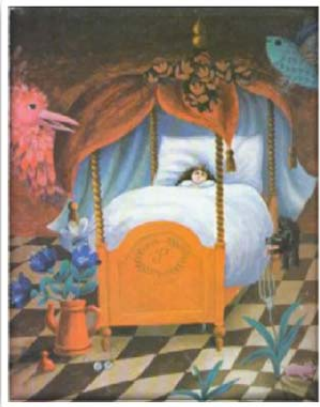
El rey le contó lo que le pasaba a su hija y el hombrecillo dijo que le ayudaría. Y sobre una hoja de papel escribió unas palabras mágicas: “Tragasueños, Tragasueños,... Cómete los malos sueños que de noche me dan miedo.

Le entregó el papel al rey y le mandó dárselo rápidamente a Dormilina para que recitara el verso. Estaba ansioso de que un sueño entrara en su estómago y saciara su hambre, por eso se llamaba Tragasueños.

Como el rey estaba muy lejos del palacio, Tragasueños lo llevó volando sobre sus hombros hasta la habitación de su hija. Dormilina leyó las palabras mágicas y sus malos sueños se fueron con el Tragasueños.

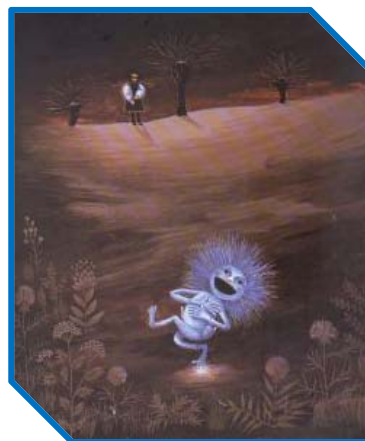
Los tres se abrazaron emocionados y desde aquel día ya pudo dormir sola y tranquila en su cama.

Ilustraciones por Annegert Fuschshubert



ANEXO 15. PALABRAS MÁGICAS DE TRAGASUEÑOS

“Tragasueños, Tragasueños,
ven con tu cuchillo de asta
y tu tenedor de cristal
y abre esos labios pequeños...
cómete los malos sueños
que de noche me dan miedo.
Deja los sueños felices
para mí, yo te lo ruego.
Si así lo haces, Tragasueños,
volverá a mí el buen humor,
y por eso Tragasueños,
tú serás mi invitado...
¡el invitado de honor!



ANEXO 16. CANCIÓN “LOS ESQUELETOS”

Cuando el reloj marca la una,
los esqueletos salen de su tumba
Tumba por aquí, tumba por allá,
tumba, tumba, jajajajaja.
Cuando el reloj marca las dos,
los esqueletos comen arroz.
Tumba por aquí,.....
Cuando el reloj marca las tres
tres esqueletos se ponen al revés
Tumba por aquí,.....
Cuando el reloj marca las cuatro
los esqueletos se ponen los zapatos
Tumba por aquí, tumba por allá,
Tumba, tumba, jajajajaja.
.....

ANEXO 17. EVALUACIÓN DEL CUENTO “TRAGASUEÑOS”

Alumno/a:	CONSEGUIDO	EN PROCESO
Comprende el sentido global del cuento		
Controla el miedo a la oscuridad		
Controla el miedo a dormir solo		
Reflexiona sobre los sueños		
Controla la emoción del miedo		
Adquiere confianza y seguridad en sí mismo		
Observaciones:		