



GRADO DE MAESTRO EN EDUCACIÓN INFANTIL

2016/2017

**“LOS CUENTOS COMO RECURSO PARA
TRABAJAR LA IRA EN EDUCACIÓN
INFANTIL”**

**“STORYBOOK AS A RESOURCE TO WORK
THE RAGE IN CHILHOOD
EDUCATION”**

Autor: Ainara Moreno Loureda

Directora: Raquel Palomera Martín

Julio 2017

VºBº DIRECTOR

VºBº AUTOR

RESUMEN

El trabajo que se presenta a continuación tiene como propósito dar a conocer la importancia de trabajar las emociones, más bien la emoción de la ira, desde la etapa de Educación Infantil. Para ello, se va a hacer un recorrido en los conceptos de inteligencia emocional y educación emocional, así como el desarrollo de ellos en la infancia. En el siguiente trabajo se presentará una propuesta didáctica donde se diseñarán actividades para trabajar la ira, su identificación, comprensión y regulación a través de los cuentos. Los cuentos, por su valor educativo, sus beneficios y su relación con la educación emocional son un buen recurso para abordar este tema, además de ser un material atractivo y motivador para los niños.

Palabras clave: Educación Infantil, inteligencia emocional, educación emocional, emociones, ira, cuentos.

ABSTRACT

The work presented below has like purpose of the importance of working the emotions, rather the emotion of rage, from the stage of Early Childhood Education. For this, is going to talk about the concepts of emotional intelligence and emotional education, as well as the development of them in childhood. In the following work is presented a didactic proposal where activities are designed to work the rage, its identification, understanding and regulation through the storybook. The storybook, because of their educational value, their benefits and their relationship with emotional education are a good resource to address this issue, as well as being an attractive and motivating material for children.

Keywords: Early childhood education, emotional intelligence, emotional education, emotions, rage, storybook.

ÍNDICE

1. Introducción y justificación.....	4
2. Marco teórico.....	5
2.1. Emoción.....	5
2.1.1. Emociones básicas.....	7
2.1.2. La ira.....	8
2.2. Inteligencia emocional.....	11
2.2.1. Concepto y modelos de inteligencia emocional.....	11
2.2.2. Desarrollo emocional en la infancia.....	15
2.3. Educación emocional.....	18
2.3.1. Concepto.....	18
2.3.2. La educación emocional en la infancia.....	18
2.3.3. Educación emocional a través de los cuentos.....	22
2.3.3.1. El valor educativo de los cuentos.....	22
2.3.3.2. Las emociones y los cuentos.....	23
3. Objetivos del trabajo.....	25
4. Diseño de la propuesta didáctica.....	25
4.1. Contexto.....	25
4.2. Objetivos específicos.....	26
4.3. Metodología.....	26
4.4. Tiempo y espacio.....	27
4.5. Recursos.....	27
4.6. Sesiones.....	28

4.7. Atención a la diversidad.....	48
4.8. Evaluación.....	49
4.9. Puesta en práctica y análisis de los resultados.....	50
5. Conclusión	53
6. Referencias bibliográficas.....	55
7. Anexos.....	58

1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

Desde el nacimiento las personas tenemos sentimientos, reímos, lloramos, nos enfadamos, en definitiva, estamos llenos de emociones. Para un adulto es más fácil reconocer por qué tenemos esos sentimientos, por qué nos enfadamos, por qué nos alegramos por los demás. Sin embargo, con los niños es muy importante trabajar las emociones desde pequeños, para que entiendan por qué sus mejillas se ponen rojas cuando se enfadan o por qué lloran cuando están tristes.

Las emociones son una fuente importante de conocimiento. A través de ellas, somos capaces de conocer mejor al niño dentro del aula. Hoy en día en la escuela se trabajan conocimientos cognitivos, como las matemáticas o la lingüística, dejando de lado el desarrollo emocional de los niños.

Debemos entender que la escuela es un lugar importante donde crecen y se desarrollan los niños, es un entorno ideal para trabajar la educación emocional desde la infancia. Al mismo tiempo, también es importante la figura del profesor, que debe ofrecer un clima de seguridad y afecto a sus alumnos para establecer relaciones de confianza con ellos (López-Cassà, 2012).

El propósito de este trabajo es conseguir llevar al aula propuestas didácticas para trabajar la educación emocional desde la etapa de Educación Infantil. Más concretamente estamos interesados en trabajar una emoción en particular muy presente en los niños. Nos estamos refiriendo a la ira.

La ira es una emoción considerada negativa, que deriva a la aparición de conductas agresivas, relacionadas con problemas sociales, personales, académicos, etc. (Magán Uceda, Sanz y García-Vera, 2011). Con dicho trabajo nos adentramos en trabajar la ira desde edades tempranas, para que los niños sepan identificarla, conocer sus causas, sus consecuencias, y aprender a gestionar y regular dicha emoción.

Para ello hemos desarrollado una propuesta didáctica por la cual se va a trabajar la emoción de la ira a través de los cuentos. Éstos son una

herramienta pedagógica muy útil en educación Infantil, por su valor educativo y por su relación con el mundo emocional de los niños. A través de ellos, pretendemos llegar al alumnado para que aprenda a identificar, comprender y regular la ira desde edades tempranas.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Emoción

Existen diversos acercamientos a la hora de definir el constructo de emoción. A continuación podemos encontrar algunas de las definiciones que realizan diferentes autores.

Del Barrio (2002) cita a Bridges (1936) para referirse al concepto de emoción infantil como “la reacción particular de un individuo a una estimulación súbita, intensa o de extrema relevancia” (p.19).

Para los autores Mayer, Roberts y Barsade (2008) el significado de emoción tiene que ver con “un estado de sentimiento integrado que implica cambios fisiológicos, preparación motora, cogniciones sobre la acción y experiencias internas que emerge de una valoración del yo o de una situación” (p. 508).

Piquetas et al. (2009) define las emociones como “reacciones psicofisiológicas de las personas ante situaciones relevantes desde un punto de vista adaptativo, tales como aquellas que implican peligro, amenaza, daño, pérdida, éxito, novedad” (p. 86).

Ortega Navas (2010) explica que la palabra emoción proviene de un verbo latino que significa “moverse” (movere) y además, también contiene el prefijo e- que viene a decir “movimiento hacia fuera”. Por lo tanto, lo que la autora pretende explicar es que cualquier emoción “supone una tendencia o impulso a actuar y enfrentarnos a la vida cotidiana” (p. 464).

Bisquerra (2010) señala que “las emociones son respuestas complejas del organismo que conviene conocer y gestionar de forma apropiada” (p.41). Además, este autor explica que las emociones están relacionadas con los acontecimientos que suceden en nuestra vida diaria.

Como podemos ver son varias las definiciones que se hacen del constructo emoción según diferentes autores. En cualquier caso, se podría decir que la mayoría de ellos están de acuerdo en que las emociones son reacciones o impulsos que implican enfrentarnos a estímulos tanto externos como internos de nuestro día a día. Además, estos estímulos provocan cambios a nivel fisiológico, cognitivo y motórico. Actualmente, las teorías cognitivas afirman la existencia de una valoración cognitiva de dicho estímulo como precedente de la respuesta emocional.

Por otro lado, es importante señalar que las emociones tienen distintas funciones. Bisquerra, Pérez y García (2015) describen algunas de ellas:

- La función de adaptación que podemos observar en la emoción del miedo. Un niño¹ que ante una amenaza experimenta el miedo, al huir de él, consigue asegurar su supervivencia.
- La función tiene que ver con la motivación, pues ésta es la que nos mueve a conseguir logros.
- La función de la información. Las emociones informan a otras personas nuestro estado emocional e intenciones y también nos informa a nosotros mismos para saber cómo actuar.
- La función social, que sirve para comunicar a los demás cómo nos sentimos y para influir en los demás.
- La función dentro del proceso de toma de decisiones. Muchas decisiones son consecuencia de las emociones.

Además de estas funciones, estos autores apuntan a muchas otras que afectan en lo personal, en la mente y en el bienestar de las personas. Los autores Bisquerra, Pérez y García concluyen que “todas estas funciones se pueden educar, lo cual pone de manifiesto la importancia y la necesidad de la educación emocional” (2015, p. 141).

¹ El término niño/s se utilizará a lo largo de todo el trabajo para referirse tanto el género masculino como al femenino.

2.1.1. Emociones básicas

Distintos autores tienen sus propias formas de clasificar las emociones. No todos coinciden en esa agrupación, ni todos identifican las mismas emociones básicas.

Del Barrio (2002) cita a Sternber (2001) para indicar que hay autores que consideran sólo dos emociones básicas, como son el amor y el odio, y que el resto de emociones vienen sumergidas dentro de estas.

Otros autores como Gan y Triginé (2012) identifican como emociones básicas o universales aquellas que están presentes en todos los seres humanos: la ira, el miedo, la tristeza, la aversión, la sorpresa, la alegría y el amor.

Por otro lado, Bisquerra (2016) señala a Paul Ekman como uno de los autores cuya clasificación de las emociones básicas ha sido ampliamente aceptada en muchos países. La alegría, tristeza, ira, miedo, sorpresa y asco, son las seis emociones básicas que tiene el ser humano.

En el año 2009, Bisquerra aludió también a otro tipo de emociones, que no eran necesariamente básicas sino secundarias, pero que también se tenían que considerar como importantes: las emociones sociales, como la vergüenza, y las emociones estéticas que se experimentan, por ejemplo, con la poesía o el teatro.

De acuerdo a la clasificación de las emociones básicas ya comentadas, existe otra nueva forma de categorizar, en cuanto a su valencia como emociones positivas o negativas. En el año 2016, Bisquerra explica la capacidad que tenemos las personas para reconocer cuáles son las emociones positivas, como la alegría, el amor y la felicidad, y cuáles son las negativas, como el miedo, la rabia y la tristeza. Del Barrio (2002) sostiene que las emociones positivas son aquellas que nos acercan al objeto que nos produce logros y satisfacción, mientras que las emociones negativas nos alejan de aquellos objetos donde encontramos amenazas para nuestra supervivencia.

A pesar de que esta clasificación es bastante aceptada, hay emociones que se encuentran integradas en ambos grupos, como la sorpresa que puede producir sentimientos negativos o sentimientos positivos. A este tipo de emociones se las denomina ambiguas (Bisquerra, Pérez y García, 2015). Ocurre muchas veces que nos encontramos con emociones que no nos producen impactos negativos, pero tampoco positivos. Lo que debemos de conseguir es cambiar nuestro estado emocional neutro a positivo, y de eso se encarga la educación emocional (Bisquerra, 2016).

En este trabajo nos vamos a centrar en una emoción en concreto que se encuentra muy presente en la infancia, la ira (Del Barrio, 2002, p. 152).

2.1.2. La ira

Como ya hemos señalado en los apartados anteriores, la ira es una emoción básica que se encuentra integrada dentro de las emociones negativas.

Piqueras et al. (2009) describen la ira como “un estado de malestar que puede ir desde una intensidad equivalente a la irritación suave, hasta la denominada cólera intensa”. Este mismo autor destaca que la ira es causada por ciertas amenazas que dañan o perjudican el bienestar de la persona.

Fernández Abascal señala a su vez que la ira se caracteriza por “la irritación, furia o gran enfado, causada por la indignación y enojo de sentir vulnerados nuestros derechos” (2002, p. 312).

Hay emociones que se encuentran agrupadas dentro de una misma familia de emociones, con características similares (Bisquerra, 2016). Este autor se cita a sí mismo (2015) para englobar dentro de la ira, como emoción básica, otras emociones secundarias en función del grado de activación fisiológica que lo acompaña o estímulo que lo causa, como la rabia, el odio, la furia, el rencor, la cólera, la tensión, la agitación, etc. Estas características se manifiestan con mucha intensidad en los niños, por ejemplo con el juego, cuando no quieren compartir o se quitan los juguetes unos a otros, llegando

a una situación de enfado, de rabia, de furia, etc. Además, en algunos casos aparece la agresividad que se encuentra ligada sobre todo a dos emociones negativas, como es el caso de la ira y el miedo, también muy común en la infancia (Céspedes, 2013).

Potegal et al. (1996, citado en Del Barrio, 2002) describen algunas de las conductas que acompañan a los episodios de ira en la infancia. Aclara que durante los primeros signos de esta emoción el niño tiende a pegar, insultar, tirar cosas, empujar o gritar, mientras que en una fase posterior viene expresada por el llanto. Es decir, cuando experimenta en un principio un sentimiento de rabia, éste viene ligado a reacciones de violencia como lanzar objetos, gritar, golpear, atacar o una agitación e irritación por parte del niño (Fernández Abascal, 2002)

Los episodios de ira pueden desencadenarse en situaciones en las que la persona encuentra obstáculos en la consecución de sus metas, en la que se sienta herido o traicionado por otros, cuando sus necesidades no se encuentran satisfechas o debido a la frustración de una motivación (Fernández Abascal, 2002). En la infancia Palou (2004) añade que “los niños suelen mostrarse agresivos cuando están asustados, cuando se sienten amenazados, cuando reciben una negativa o cuando se ven incapaces de hacer lo que se les pide o están sometidos por otros” (p. 118).

Spielberger (1999, citado en Fernández Abascal, 2002) nombra tres maneras distintas de afrontar la ira: la ira hacia dentro, la ira hacia fuera y el control de la ira. La manera más común en los niños es mostrar la ira hacia fuera, es decir, expresar su frustración y rabia hacia otras personas u objetos que consideran culpables de esa situación. La ira hacia dentro es lo contrario, el individuo no expresa su emoción hacia el objeto o persona que ha causado su irritación, sino que afronta la ira enfadándose consigo mismo. Ésta es menos común en la infancia. Por último, el control de la ira se basa en intentar que los demás no aprecien los “aspectos relativos a la expresión de la ira” (p. 315).

La ira produce diferentes efectos en las personas que nos hace actuar de una manera u otra. Fernández Abascal (2002) afirma que la ira “sirve a

una variedad de funciones adaptativas, incluyendo la organización y regulación de procesos internos, psicológicos y fisiológicos, relacionados con la autodefensa, así como la regulación de conductas sociales e interpersonales” (p. 314). Destaca además que nos produce una necesidad de superar y eliminar las barreras para conseguir nuestros objetivos, así como dotarnos de energía para dar solución a los problemas que se nos plantean.

Palou (2004) destaca que la agresividad como consecuencia de la ira, puede tener efectos positivos. “Es lo que hacemos con nuestra agresividad lo que la convierte en un elemento constructivo o destructivo” (p.119).

Aguado (2005) señala que algunas “decisiones que tomamos influidos por la ira resultan adaptativas, en el sentido que favorece una respuesta defensiva o agresiva rápida y eficaz a la situación presente” (p. 152).

La ira muy intensa, si se alarga en el tiempo, puede suponer un alto factor de riesgo para la salud (González Barrón y Villanueva Badenes, 2014, citando a Kushki et al., 2013). En la adolescencia, los jóvenes presentan una inestabilidad emocional causada por sus cambios emocionales que pueden derivar a conductas impulsivas, agresivas y descontroladas. Trabajar la regulación emocional desde la infancia, puede garantizar “la importancia del apoyo social-emocional en la adolescencia, tanto en relación con el bienestar físico como psicológico” (p. 295-296).

Estos mismos autores citan a Extremera y Fernández-Berrocal (2013) cuando explican que “los adolescentes emocionalmente inteligentes tienen mejor salud física y psicológica y saben gestionar mejor sus problemas emocionales” (p. 297).

Por esta razón, es necesario trabajar la regulación emocional desde pequeños, para que aprendan a conocer, controlar y saber actuar de acuerdo a sus emociones.

Desde Educación Infantil debemos enseñar a regular la ira, debemos proporcionar a los niños estrategias o técnicas para aprender a resolver conflictos internos y externos y se debe hacer tanto en la escuela como en el

hogar (Bisquerra, 2016). Todos somos responsables de la educación de los niños, y para poder educarles también tenemos que saber autorregularnos nosotros mismos. Bisquerra asegura que hay que evitar las respuestas pasivas y agresivas y centrarnos en responder de manera correcta, de forma asertiva.

Para que el niño pueda controlar su rabia es necesario que primero identifique su estado emocional, en segundo lugar que lo comprenda, que sepa porqué se ha enfadado, “el niño o niña debe entender el porqué de lo que siente y finalmente cuál sería la reacción más adecuada para manejar la emoción ante esa situación” (Henao y García, 2009, p. 791).

Los niños pueden aprender qué consecuencias tienen manifestar algunas emociones, como en el caso de la ira, a través de la violencia hacia los otros y cómo llegar a regular esos sentimientos que les genera (Mestre y Berrocal, 2007, p.36).

Por tanto, es imprescindible trabajar la regulación de la ira desde edades tempranas. La violencia viene determinada en la mayor parte por la ira, y para conseguir un futuro mejor es importante elaborar estrategias para evitar ésta (Bisquera, 2016). Como bien señala este autor “el desarrollo de competencias para la regulación de la ira como estrategia para la prevención de la violencia ya justificaría la educación emocional; la persona que experimenta bienestar emocional no tiene necesidad de violencia” (p. 163).

Uno de los argumentos que aporta Bisquerra en su libro (2016) se basa en que no expresar la ira es un error, pues hay que aprender a expresarla de forma no violenta. Además añade que trabajar la regulación de la ira en edades tempranas es importante para que, de cara al futuro, los niños tengan estrategias adecuadas para expresar sus emociones de forma asertiva y no de manera violenta. Desde la escuela se deberían ofrecer actividades destinadas a trabajar la autorregulación de impulsos sometidos por la ira.

2.2. Inteligencia emocional

2.2.1. Concepto y modelos de inteligencia emocional

Existen confusiones a la hora de definir Inteligencia Emocional (IE) y Educación Emocional (EE). “La IE es un marco teórico. La educación emocional es un proceso educativo que se propone el desarrollo de las competencias emocionales” (Bisquerra, 2016, p.69).

Los autores Collell y Escudé (2003) hacen diferencia entre ambos conceptos. Por un lado, la EE tiene que ver con una intervención sistemática que busca fomentar la IE, la cual a su vez, se puede definir de diversas maneras según distintos modelos. Tenemos por un lado los modelos mixtos, donde destaca el modelo de Goleman y el modelo de habilidad de Mayer y Salovey.

Goleman (1999) define la IE como la “capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones”. Goleman añade que a veces caemos en el error de que la inteligencia emocional es sinónimo de amabilidad o que significa dejar visibles nuestras emociones, pero a lo que se refiere este autor es que la inteligencia emocional se trata de “la capacidad de expresar nuestros propios sentimientos del modo más adecuado y eficaz, posibilitando la colaboración en la consecución de un objetivo común” (p.8).

Por otro lado, Goleman (1999) hace referencia a la competencia emocional, cuya capacidad se encuentra integrada dentro de la inteligencia emocional.

Bisquerra (2003) define competencia emocional como “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (p. 22).

La clasificación de ésta según Goleman (1999) es por un lado, la competencia personal que tiene que ver con la manera de conocernos a nosotros mismos y por otro lado, la competencia social, que engloba la manera en que nos relacionamos con otros. Asimismo Henao y García (2009) concluyen que las situaciones que viven los niños en la infancia les

permite desarrollar estas competencias que les ayudarán a regular sus propias emociones.

Dentro de cada una, Goleman distingue otras competencias o habilidades sumergidas en ellas.

Para la *competencia personal* destaca las siguientes:

- La motivación, que nos ayuda a conseguir nuestras metas, logros o fines.
- Conciencia de uno mismo, que tiene que ver con conocer o tener conciencia de nuestros estados internos.
- La autorregulación, cuya capacidad es la de controlar nuestros impulsos internos.

En cuanto a la *competencia social*, señala las siguientes:

- La empatía: saber conocer los sentimientos ajenos, las preocupaciones de los demás. Como bien dicen Henao y García (2009) es “la capacidad que tiene una persona de entender una situación emocional de otra y de emitir respuestas relacionadas con el sentir de esa persona” (p. 792).
- Las habilidades sociales, para poder dar la mejor respuesta a esos sentimientos de los demás.

Por otro lado, en el modelo de habilidad Mayer y Salovey (1990) afirmaban la existencia de habilidades cognitivas que eran necesarias para “percibir, evaluar, expresar, manejar y autorregular las emociones de un modo inteligente y adaptado al logro del bienestar, a partir de las normas sociales y los valores éticos” (citado en García Fernández y Giménez-Mas, 2010, p. 47).

El modelo de Mayor y Salovey es uno de los modelos más conocidos y utilizados para explicar la IE. Según su modelo teórico, la IE está formada por cuatro ramas ordenadas de forma jerárquica (Mestre y Fernández-Berrocal, 2007).

- ✓ Percepción, valoración y expresión de la emoción: “habilidad para identificar la emoción en los estados físicos, sentimientos y pensamientos de uno” (p.33).
- ✓ Uso de emociones para facilitar el pensamiento: “capacidad para asociar imágenes mentales y emociones y conocer cómo las emociones influyen en procesos cognitivos” (p. 220). Estos procesos pueden estar relacionados con saber razonar o resolver problemas.
- ✓ Comprender y analizar las emociones: esta rama entiende que “una comprensión más profunda de los procesos emocionales puede ayudar a una persona a juzgar cómo otras personas pueden responder a diferentes situaciones o a diferentes estrategias” (p.220).
- ✓ Regular las emociones para promover el crecimiento personal y emocional: “supone modular la experiencia y la expresión de emociones dentro de uno mismo y en el contexto de interacciones interpersonales para lograr alcanzarlas metas personales” (p. 220).

Según Gross (1999) la regulación emocional son “aquellos procesos por los cuales las personas ejercemos una influencia sobre las emociones que tenemos, sobre cuándo las tenemos, y sobre cómo las experimentamos y las expresamos” (citado en Hervas y Vazquez, 2006, p. 11).

Por otro lado, Bisquerra (2016, p.61) define la regulación emocional como “aquella capacidad que tenemos las personas para manejar nuestras propias emociones de manera correcta. Esto implica saber disminuir estados emocionales negativos y/o mantener o aumentar los positivos”. Además añade que “puede ser una prevención de disfunciones emocionales (estrés, ansiedad, depresión)”.

Mestre y Berrocal (2007) destacan que para llegar a regular tus emociones es necesario tener una conciencia previa de ellas y entender cómo progresan en contextos inter e intrapersonales. Añaden además que para adquirir la habilidad para regular las emociones se requiere de tiempo, esfuerzo, estrategias que serán evaluadas, etc. Mestre y Berrocal (2007) afirmaban que era necesario sobretodo “la conciencia previa de nuestras

emociones, la identificación de aquellas que requieren ser gestionadas y la voluntad clara de querer hacerlo” (p.144).

En el siguiente trabajo nos vamos a centrar en todas las ramas a excepción de la segunda rama, por limitaciones cognitivas en esta etapa evolutiva.

2.2.2. Desarrollo emocional en la infancia

En el siguiente apartado nos vamos a basar ,en la mayoría, en el “Manual de inteligencia emocional” de los autores Mestre y Fernández Berrocal (2007) para explicar el desarrollo emocional en la infancia.

De acuerdo al primer punto, los niños desde la infancia son capaces de distinguir sus estados emocionales y los de los demás, jugando un papel importante el pensamiento imaginativo de éstos (Mestre y Fernández-Berrocal, 2007). Estos autores destacan que cuando los niños van creciendo “identificarán más adecuadamente sus propias sensaciones musculares y corporales y las de las personas próximas a ellas” (p. 34). En infantil los niños pueden trabajar la identificación de las distintas emociones con juegos y formas teatrales en los cuales tengan que discriminar de qué emoción se trata de acuerdo a la expresión facial o tono de voz que se utilice, es una forma motivadora para enseñar las emociones con los niños.

Según Mestre y Fernández-Berrocal (2007) cuando un niño ya es capaz de identificar y reconocer las emociones, empieza a poder etiquetarlas y establecer una relación existente entre estas. El niño puede comprender la diferencia entre estar enojado y sentir ira. Además, se empiezan a enseñar el razonamiento emocional, relacionando las emociones a diferentes situaciones. Por ejemplo, el niño siente ira porque su compañero le ha quitado su juguete, relacionando la ira con la injusticia. “El conocimiento emocional comienza en la infancia y crece a lo largo de toda la vida, con una comprensión aumentada de estos significados emocionales” (p.36).

El siguiente punto sería la regulación emocional. Figueroa (2009) señala que “la capacidad del niño para autorregularse empieza a desarrollarse

en la infancia, que es un periodo de relativa dependencia del adulto para la regulación emocional”(p.116).

Otros autores como Compay, Oberst y Sánchez (2012) aseguran que cuando el niño nace se ve influenciado de la habilidad de los padres para regular sus estados emocionales. Además añaden que “esta relación temprana establece la base sobre la cual el niño adquiere gradualmente las habilidades de autorregulación” (p.10).

Scharfe (2000, citado en Mestre y Fernández-Berrocal, 2007) indica que a pesar de que los niños a partir del año de vida van adquiriendo conductas reguladoras, “las habilidades reguladoras se hacen más sofisticadas hacia los 5 años” (p.148). Además añade que con la escolarización “se asocia la habilidad de regular las emociones con el conocimiento de cuándo y por qué, en situaciones sociales por ejemplo, hay que encubrir las emociones negativas” (p. 148-149).

Mestre y Fernández-Berrocal (2007) se basaban en otros autores para explicar los pasos que siguen los niños en la adquisición de habilidades para regular sus emociones. Estas habilidades se encuentran presentes en el modelo de Mayer y Salovey (1990).

En el primer paso citan a Pascual-Leone (1991) para explicar que los niños son capaces de experimentar sus propios sentimientos, y cuando eso ocurre pueden llegar a contruir esquemas complejos que utilizarán “para poder construir un sentido personal consciente de sí mismo” (p.167).

En el segundo paso señalan al autor Monsen (1994) cuando explica que es necesario que el niño sea consciente de sus emociones, que “sepa diferenciarlas, reflexionar sobre ellas y expresarlas de un modo apropiado” (p.167). Añade que gracias a que el niño es capaz de organizar sus emociones, se va a desarrollar “su habilidad para relacionarse consigo mismo y con los demás” (p.167).

Figuroa (2012) explica que cuando el niño es capaz de etiquetar sus emociones, la utilización del lenguaje “le permite autorregularse, de modo

que puede expresarle lo que siente a otra persona que lo puede ayudar” (p.116).

En el tercer paso, que constituye la regulación de la expresión de las emociones, las autoras Greenberg y Paivio (2000, citadas por Mestre y Fernández-Berrocal, 2007) aseguran que es “importante que el niño aprenda a expresar de forma moderada o modulada las emociones” (p.168). Se trata de que haya un equilibrio entre inhibir tus emociones y expulsadas sin control alguno.

“La clave para una regulación de las emociones adaptativa será, por tanto, conseguir este equilibrio entre experiencia y expresión de las emociones” (Mestre y Fernández-Berrocal, 2007, p.168).

Para finalizar con este punto, estos autores argumentaban que a medida que los niños van creciendo, se les van otorgando estrategias para controlar las emociones, hasta el momento en el que son capaces de ocultar emociones en los momentos oportunos. A modo de ejemplo, añaden que los niños “utilizan el juego como una estrategia de distracción en el que aplican normas simples en la desmotivación de sentimientos y emociones” (p.169). De este modo podemos decir que “la habilidad de los preescolares para expresar y modular emociones se puede observar en el juego y en la vida cotidiana” (Figueroa, 2012, p.117).

En la propuesta didáctica que se presentará a continuación del marco teórico, se mostrarán diferentes técnicas para trabajar el control de la ira a través de actividades, juegos y la lectura de cuentos.

Que los niños aprendan a controlar sus emociones es importante para ellos y para establecer relaciones sociales agradables. Esto no quiere decir que un niño no pueda enfadarse o tener miedo, pero sí que aprenda a manejar los signos que aparecen con la ira como la irritación, la furia, el odio, la rabia, etc. que provocan sentimientos negativos hacia un objeto o hacia otra persona. (Mestre y Fernández-Berrocal, 2007, p.36).

2.3. Educación emocional

2.3.1 Concepto

Bisquerra (2003) señala el valor de la educación emocional como objetivo para desarrollar aquellas competencias emocionales favorables para el desarrollo personal y social de las personas.

Bisquerra (2003) señaló que

“la educación emocional es un proceso educativo continuo y permanente, puesto que debe estar presente a lo largo de todo el currículum académico y en la formación permanente a lo largo de toda la vida. La educación emocional tiene un enfoque del ciclo vital. A lo largo de toda la vida se pueden producir conflictos que afectan al estado emocional y que requieren una atención psicopedagógica” (p.27).

Cuando hablamos de educar emocionalmente se está haciendo hincapié a la capacidad de empatizar con otros, a saber identificar qué emociones se están sintiendo, a valorar y aceptar lo que somos y a conocer estrategias para afrontar y resolver problemas (López Cassà, 2005).

2.3.2 La educación emocional en la infancia

La educación emocional con los niños se debe trabajar desde que son pequeños. En edades ya tempranas, éstos expresan sentimientos, emociones, inquietudes, y a medida que se hacen mayores van conociendo éstas y sus causas (Henaó y García, 2009).

En el año 2002, del Barrió hizo referencia a las emociones de los niños, concluyendo que éstas se manifiestan con más facilidad que las de los adultos. Además, destacó que el desarrollo emocional se inicia en el momento en el que el niño nace hasta que alcanza una cierta estabilidad con su desarrollo, a la edad de seis o siete años aproximadamente. Esto no quiere decir que termine a esa edad, sino que a medida que va desarrollándose va consiguiendo un mayor equilibrio emocional.

Como bien concreta también la autora López Cassà (2005) las emociones se encuentran presentes desde nuestro nacimiento e intervienen en el desarrollo de nuestros procesos evolutivos tales como la comunicación, el apego o también en cómo procesamos la información o en la forma en la que tomamos las decisiones. Por lo tanto, y al igual que lo comentado anteriormente, esta autora está de acuerdo con que “las emociones también deben ser educadas y la escuela forma parte de ello” (p. 155).

En este mismo año, López Cassà (2005) establece unos objetivos sobre la educación emocional dentro de la etapa de Educación Infantil, donde cree conveniente que se implique toda la comunidad educativa que juegue un papel importante dentro de la educación de los niños. Algunos de ellos son los siguientes:

- Favorecer el desarrollo integral de los niños.
- Proporcionar estrategias para el desarrollo de competencias emocionales para el equilibrio y la potenciación de la autoestima.
- Potenciar actitudes de respeto, tolerancia y prosocialidad.
- Desarrollar la tolerancia a la frustración.
- Desarrollar el control de la impulsividad.
- Favorecer el autoconocimiento y el conocimiento de los demás.

En relación a estos objetivos, podemos hacer una comparativa con algunas de las competencias que establece la Ley. Con la nueva ley de educación “LOMCE” el curriculum de infantil apenas se modifica, por ello las competencias básicas de Educación Infantil son las establecidas por la LOE (2006).

- Autonomía e iniciativa personal. Conocimiento que construye el niño de sí mismo gracias a la interacción con el mundo que le rodea y con los demás.

- Competencia en comunicación lingüística. Desarrollo de destrezas básicas del lenguaje, tales como escuchar, hablar, leer y escribir.
- Competencia social y ciudadana. Desarrollo de habilidades sociales para relacionarse con otros de manera satisfactoria.
- Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico. Aumentar el conocimiento que los niños tienen de las personas, objetos y demás elementos del mundo que les rodea. Desarrollar destrezas que les permitan interpretar la realidad en la que se encuentran.

Como podemos ver, estas competencias guardan semejanzas con los objetivos anteriormente nombrados, teniendo en cuenta que la mayoría de ellas se basan en el desarrollo del niño como persona y en el desarrollo de habilidades o estrategias necesarias para comunicarse e interactuarse con los demás.

Bisquerra (2016, p. 34) señala que la educación emocional genera beneficios positivos a los alumnos² como:

- Competencias sociales y emocionales.
- Mejora de actitudes hacia uno mismo, hacia los demás y hacia la escuela.
- Comportamiento positivo en clase.
- Mejora del clima de clase.
- Reducción del comportamiento disruptivo.
- Mejora del rendimiento académico.

Además añade que sus efectos ayudan a disminuir otros aspectos no deseados como:

² El término alumno/s se utilizará a lo largo del trabajo para referirse tanto al género masculino como el femenino.

- Problemas y conflictos.
- Problemas de comportamiento.
- Agresividad y violencia.
- Ansiedad y estrés.

La escuela tiene como objetivo educar a sus alumnos, pero la educación no solo se basa en el aprendizaje de nuevos conocimientos sino que va más allá de eso. Hay que conseguir en los niños el desarrollo de su personalidad, donde se engloba el desarrollo cognitivo y el desarrollo personal. Cuando se habla de contribuir al desarrollo personal de los niños, se incluyen otros conceptos básicos que son la educación emocional, social y moral (Bisquerra, 2016).

En este sentido, este autor señala que los profesores debemos atender los sentimientos de los niños, para comprenderlos y para trabajar con ellos la regulación de sus emociones, además de crear un buen clima emocional positivo en el aula. Bisquerra (2016) apunta que “el clima del aula y el clima del centro son una consecuencia de las emociones que viven las personas en un contexto educativo y que tiene repercusiones en el proceso de aprendizaje y en el rendimiento académico” (p. 20).

Otros autores como Céspedes (2013) destacan la importancia del profesor para crear aulas que sean seguras emocionalmente para los niños. Además, establece una serie de requisitos imprescindibles que tiene que tener un profesor que vaya a trabajar la educación emocional en la escuela. Algunos de estos son los siguientes:

- Comunicación afectiva y efectiva.
- Conocer la importancia de los ambientes emocionalmente seguros en el desarrollo de la afectividad infantil.
- Un permanente trabajo de autoconocimiento.
- Verdadera vocación por la misión de maestro.

Un buen maestro tiene que querer ayudar a sus alumnos, tiene que seguir formándose continuamente, tal y como dice Céspedes (2013) tiene que tener “disposición a aceptar, entender y participar activamente del crecimiento cognitivo, emocional y social de sus alumnos” (p.141) y el suyo propio.

2.3.3. Educación emocional a través de los cuentos

“Los cuentos alegran nuestros corazones, avivan nuestra emoción y desarrollan nuestra empatía”

(Santos Guerra, citado en Abril, 2014, p. 15)

En el siguiente punto vamos abordar de qué forma podemos trabajar las emociones con los niños, cuyo método en este caso, se trata de un material que destaca dentro de la Educación Infantil: el cuento.

2.3.3.1 El valor educativo de los cuentos

Pérez Molina et al. (2013) consideran los cuentos como “una pequeña narración breve de carácter ficticio protagonizada por un grupo reducido de personajes y que normalmente tienen un argumento sencillo” (p.4). Añaden que en los cuentos la narración principal tiene que ver con hechos ficticios o simbólicos, pero que también existen narraciones con hechos reales.

Ocaña (2009) definió el cuento como “una serie simple y lineal con escenarios descritos muy brevemente, cuyos personajes están brevemente caracterizados y realizan acciones muy claras para el niño y niña y con un final adecuado a la sucesión de los hechos” (p.1).

Los cuentos son un recurso educativo muy útil en educación infantil, con los cuales se puede trabajar todo tipo de contenidos y temas. Además, el cuento da lugar a la realización de diversas actividades en distintas áreas (Pérez Molina et al., 2009).

Como bien señala Ocaña (2009) los cuentos contienen una serie de “características que justifican su utilización en las aulas de educación infantil y hacen que sean muy apropiados para los niños y niñas de esta etapa

educativa despertando su interés por el mundo de la lectura” (p.2). Este autor añade que algunas de las características que representan el valor educativo de los cuentos son las siguientes:

- Los cuentos infantiles hacen nacer la sensibilidad hacia la belleza y la expresión de ésta, ya que ejercitan la imaginación e introducen un lenguaje más selecto que el utilizado de forma coloquial.

- Los cuentos preparan para la vida, aparecen conflictos y problemas propios de la vida real.

- Facilitan la temporalización en la mente infantil, en los cuentos los hechos suceden de forma ordenada en el tiempo.

- Despiertan la simpatía por los personajes, el niño disfruta al descubrir en los otros un poco de sí mismo.

- Satisfacen su ansia de acción, los cuentos les hacen vivir experiencias con la imaginación.

- Proporcionan enseñanzas útiles para la vida real.

- Cada niño y niña disfruta con un tipo de cuento diferente y esto nos ayuda a conocerlos mejor.

- En el aula, el cuento nos ayuda a distender la atmósfera de la clase, establece una corriente de afecto y confianza entre el maestro/a y el grupo clase.

- Durante la lectura de un cuento el niño/a debe aprender normas de comportamiento necesarias para crear un clima apropiado.

- El cuento propicia la creación de múltiples actividades que contribuirán a desarrollar la creatividad y a vencer problemas de timidez y aislamiento de algunos niños y niñas.

2.3.3.2. Las emociones y los cuentos

Una vez señalado la importancia de los cuentos en la educación infantil, cabe destacar la existente relación con la educación emocional en

los niños. Los cuentos ayudan a los alumnos a expresar emociones, sentimientos, a pronunciar sus ideas y sus opiniones de acuerdo a lo que están trabajando. Estos aspectos se encuentran también ligados a la educación emocional, pues los niños desde pequeños expresan sus emociones a través del llanto, la risa etc. (Ibarrola, 2009).

Otro aspecto en común se debe a la aparición de personajes que son atractivos para los niños y que muestran cómo van superando una serie de obstáculos y barreras para conseguir su meta final (Quintanal, 2005). Los niños se sienten identificados, en muchos casos, con los personajes de los cuentos y gracias a ellos son capaces de reconocer sentimientos y emociones provocados por los mismos. Mestre y Berrocal (2007) explican que cuando preguntas a los niños sobre los personajes de un cuento, éstos “pueden generar esos sentimientos dentro de ellos mismos” (p.34”), poniéndose en el lugar de esos personajes.

Además, los cuentos tienen un orden cronológico marcado, su narración se caracteriza por tres etapas: un planteamiento en el que se describe la situación de la historia, un nudo donde se introducen los hechos, el problema, la descripción de los personajes, etc. y el desenlace, con el resultado final de la acción (Quintanal, 2005). El desenlace es muy importante para los niños porque les permite poner fin a la historia contada y dar respuestas a sus preguntas.

La autora Ibarrola (2009) señala que para que los cuentos puedan favorecer una educación emocional, no basta solo con divertir al niño sino que hay que tener en cuenta otros factores como:

- Que aparezcan con claridad diferentes emociones.
- Que los niños se puedan identificar fácilmente con los personajes y sentir lo que ellos sienten.
- Que muestren igualdad ante la expresión emocional.
- Que defiendan el derecho a la expresión frente a la represión.

- Que las ilustraciones muestren con claridad la expresión gestual de los personajes.
- Que la ilustración sea coherente con el texto o con las emociones que están sintiendo los personajes.
- Que sean un recurso mediante el modelado para favorecer la regulación emocional.

En este último punto, la autora Ibarrola (2009) señala que la lectura ayuda a los niños a enfrentarse con sus conflictos y a saber las consecuencias que éstos tienen. Con los cuentos los niños experimentan sentimientos y emociones fuertes, que pueden servir de ayuda para aprender a gestionar y controlar adecuadamente sus emociones a situaciones que se enfrentan.

Con todo lo comentado en estos apartados y dada la relación que tienen los cuentos con la educación emocional, a continuación se va a desarrollar una propuesta didáctica para trabajar la emoción de la ira a través de los cuentos en Educación Infantil.

3. OBJETIVOS DEL TRABAJO

- ✓ Desarrollar la habilidad de discriminar, comprender y regular la emoción de la ira con niños de 4 años de edad, a través de la lectura de cuentos.

4. DISEÑO DE UNA PROPUESTA DIDÁCTICA

4.1. Contexto

Esta propuesta está dirigida a niños del segundo ciclo de Educación Infantil. Hemos pensado en la edad de cuatro años ya que se trata de un edad intermedia en la Educación Infantil, donde los niños ya son capaces de comprender y desarrollar habilidades de comunicación y lenguaje, que en edades más tempranas es menos probable conseguir. Se trata de una edad donde el niño cuestiona el porqué de las cosas y donde tiende a mostrar hasta donde llega su imaginación.

4.2. Objetivos específicos

- ✓ Conocer el nombre de las emociones básicas.
- ✓ Identificar situaciones que hagan enfadar o sentir ira, tanto a sí mismos como a los demás.
- ✓ Desarrollar habilidades para regular la emoción de la ira a través de los cuentos.
- ✓ Conocer diferentes técnicas para controlar la ira a través de los cuentos y actividades del aula.
- ✓ Saber cómo gestionar las emociones negativas.
- ✓ Fomentar el desarrollo de habilidades sociales, comunicativas y afectivas que minimice los síntomas de rabia que produce la emoción de la ira sobre las demás personas u objetos.
- ✓ Desarrollar la lectoescritura a través de los cuentos.

4.3. Metodología

La metodología que se lleva a cabo en Educación Infantil parte en gran medida de la globalización y del aprendizaje significativo. En esta propuesta se partirá de contenidos globales como son “las emociones” para llegar a profundizar en una emoción en concreto como es el caso de “la ira”. Parte a su vez del aprendizaje significativo, siendo éste una manera de motivar a los niños escogiendo temas cercanos a ellos y de su interés.

Partiendo de ese aprendizaje significativo, se trabajará en gran grupo a través de la participación activa de los niños, para que sean los protagonistas de su proceso de enseñanza-aprendizaje. Una metodología activa favorece el trabajo en equipo, un mayor compañerismo entre los alumnos, el respeto mutuo y la cooperación.

La dinámica de trabajo se desarrollará a lo largo de 8 sesiones divididas en dos partes de 30 minutos cada una. Su principal instrumento de trabajo será el cuento, el cual sirve de recurso para la elaboración de un cuento propio sobre la temática trabajada. Por tanto, se seguirá una metodología flexible, donde se irá valorando el progreso de los alumnos, en un espacio lúdico y agradable atendiendo a las dificultades de cada niño.

4.4. Tiempo y espacio

La propuesta didáctica consta de un total de 8 sesiones, Éstas están divididas en dos partes de 30 minutos cada una. Cada sesión se podrá llevar a cabo durante una semana, distribuyendo sus partes en los días que el docente considere mejor para el grupo. En Educación Infantil el tiempo de las actividades es flexible y puede variar en función de los ritmos de los niños, por lo que si en algún momento el grupo necesita un tiempo añadido para finalizar la sesión, se agregarán unos minutos más. El horario de las sesiones tiene lugar en la primera hora de la mañana, después de la asamblea, para dejar que todos los niños lleguen al aula.

El espacio donde se desarrollarán las actividades es el propio aula de los niños de 4 años. El aula deberá disponer de un espacio amplio para trabajar distintas actividades en gran grupo, además deberá contar con material suficiente para trabajar dicha propuesta y que detallamos a continuación. Los niños deben tener al alcance el material que podrán manipular en todo momento.

4.5. Recursos

No son grandes los materiales que se necesitan para llevar a cabo la siguiente propuesta. Los recursos necesarios para trabajarlo son los siguientes:

Materiales no fungible:	<ul style="list-style-type: none">- Cuentos (Anexo 1)- Pizarra de tizas
Materiales fungible:	<ul style="list-style-type: none">- Pinturas- Rotuladores- Lápices- Folios- Pegamento- Tijeras

	- Globos
Recursos audiovisuales:	- PDI (pizarra digital) - Ordenador

Por otro lado, en relación a los recursos humanos, únicamente es necesario el tutor del aula.

4.6. Sesiones

A continuación se presentará la secuenciación de las sesiones programadas para esta propuesta didáctica. Al inicio de cada sesión se encuentran los objetivos y contenidos trabajados, así como los recursos, tiempo y espacio necesario, que engloba al conjunto de las partes en las que se encuentra dividida.

SESIÓN 1: PRIMER CONTACTO CON LAS EMOCIONES

Objetivos:

- Conocer el nombre de las emociones básicas.

Contenidos:

- Conocimiento de los nombres de las emociones básicas a través del cuento “El monstruo de colores” (Llenas, 2012).

Recursos y materiales:

- Cuento “El monstruo de los colores” (Llenas, 2012).
- Material plástico: pinturas, rotuladores, folios, etc.

Espacio: aula de 4 años.

Tiempo:

- Parte 1: 30 minutos.
- Parte 2: 30 minutos.

Parte 1

Actividad 1: ¿Cuáles son las emociones?

Tiempo: 10 minutos.

Desarrollo de la actividad:

En esta primera sesión se quiere realizar un primer contacto con las emociones básicas generales. En primer lugar se les va a preguntar de antemano a los niños si saben qué son las emociones y qué conocimientos tienen sobre ellas. Mantendremos un pequeño diálogo sobre los conocimientos previos que tienen los niños.

Actividad 2: Lectura del cuento

Tiempo: 20 minutos

Desarrollo de la actividad:

Se realizará la lectura del cuento infantil “El monstruo de las emociones” (Llenas, 2012) el cual explica a los niños cuáles son algunas de las emociones básicas. En este cuento no todas las emociones que aparecen están clasificadas como básicas, pero es un buen recurso para dar a los niños una idea general sobre ellas.

La lectura irá acompañada de pequeñas explicaciones añadidas sobre las diferentes emociones que aparecen, así como las reacciones que produce cada una.

Parte 2

Actividad 3: Profundizamos en lo aprendido

Tiempo: 10 minutos.

Desarrollo de la actividad:

En esta segunda parte de la sesión, se volverá a preguntar a los niños sobre aquello que han aprendido y si coincide o no con lo que ya sabían. Se

pondrán en común las ideas de cada niño, respetando en todo momento el turno de palabra.

Actividad 4: Dibujamos la emoción que más nos guste

Tiempo: 20 minutos.

Desarrollo de la actividad:

Al finalizar la puesta en común de lo que han aprendido, los niños cogerán un folio y realizarán un dibujo de lo que más les ha llamado la atención del cuento, ya sea alguna imagen que sale en él o de la propia imaginación de los niños. Podrán centrarse en una sola emoción o en varias, siempre y cuando destaquen en el dibujo alguna característica significativa de la emoción, como por ejemplo, la expresión de la cara de un niño que está enfadado o feliz.

SESIÓN 2: JOSÉ ESTÁ ENFADADO

Objetivos:

- Identificar situaciones que hagan enfadar o sentir ira, tanto a sí mismos como a los demás.
- Fomentar el desarrollo de habilidades sociales, comunicativas y afectivas que minimice los síntomas de rabia que produce la emoción de la ira sobre las demás personas u objetos.
- Desarrollar la lectoescritura a través de los cuentos.

Contenidos:

- Identificación de la siguiente emoción básica: la ira.
- Expresión corporal de la emoción que se está trabajando, la ira.
- Desarrollo de habilidades sociales y respeto con los compañeros.
- Desarrollo de la lectoescritura a través de la creación de un cuento.

Recursos y materiales:

- Cuento “José está enfadado” (Reyes, 2014).
- Material plástico: pinturas, rotuladores, folios, etc.

Espacio: aula de 4 años.

Tiempo:

- Parte 1: 30 minutos.
- Parte 2: 30 minutos.

Parte 1

Actividad 1: Asamblea

Tiempo: 10 minutos

Desarrollo de la actividad:

Para empezar con la sesión se recordarán las emociones que se trabajaron la semana pasada, y nos vamos a centrar en hablar de aquella con la que van a trabajar más en profundidad: la ira. Los niños irán nombrando características que conocen de la emoción y se irá apuntando en la pizarra aquellas ideas que expresen.

Actividad 2: Lectura del cuento

Tiempo: 20 minutos. *Desarrollo de la actividad:*

En esta actividad se realizará la lectura del cuento “José está enfadado” (Reyes, 2014) que se proyectará en la pizarra digital. Se trata de la historia de un niño que expresa diferentes situaciones por las que se enfada. Se harán pequeñas pausas para comprobar que los niños estén atentos y siguen la lectura. Este cuento tiene una serie de pictogramas que llama la atención de los niños y les permite reconocer con mayor rapidez lo que se está contando.

Parte 2

Actividad 3: ¿Cómo nos sentimos cuando estamos enfadados?

Tiempo: 10 minutos.

Desarrollo de la actividad:

En esta segunda parte de la sesión, después de la lectura del cuento, los niños realizarán una actividad donde van a ir nombrando cómo se sienten cuando están enfadados. Para ello pueden utilizar palabras o incluso pueden representar el enfado a través de la mímica o la expresión corporal.

Actividad 4: Creamos un cuento nuevo: Elegimos personaje

Tiempo: 20 minutos.

Desarrollo de la actividad:

La siguiente actividad consiste en la creación de un cuento nuevo sobre la ira. Esta actividad se repetirá en todas las sesiones programadas hasta finalizar el cuento. Los niños irán realizando una página del cuento en cada sesión. En esta primera, lo principal es la creación de un personaje protagonista para la historia. Tras una lluvia de ideas, los niños elegirán el personaje para su cuento y pasarán a las mesas para trabajar en él.

Para la realización del cuento, cada niño va a tener el suyo propio, con la misma historia en cada uno. Los niños van a realizar cada página del cuento individualmente, aportando su creatividad en los dibujos creados. Cada alumno tiene su manera de dibujar y su forma de escribir, por tanto, se trata de que todos los niños sean capaces de aprovechar su imaginación y sus destrezas para el desarrollo de la lectoescritura.

Se trata de que al final de todas las sesiones, todos tengan un cuento para llevar a casa, donde se muestren sus habilidades artísticas y de escritura. La historia del cuento será en todas la misma, cambiando únicamente las imágenes de ésta, que reflejarán la personalidad de los niños.

La construcción del cuento va a seguir la misma dinámica en cada sesión. Después de la puesta en común, los niños elegirán entre todos una nueva página para su cuento. En las mesas, los niños escribirán el texto elegido para esa página y realizarán un dibujo correspondiente del mismo.

SESIÓN 3: LOS CINCO ENFADOS

Objetivos:

- Identificar situaciones que hagan enfadar o sentir ira, tanto a sí mismos como a los demás.
- Fomentar el desarrollo de habilidades sociales, comunicativas y afectivas que minimice los síntomas de rabia que produce la emoción de la ira sobre las demás personas u objetos.
- Desarrollar la lectoescritura a través de los cuentos.

Contenidos:

- Reconocimiento de las reacciones que causa la ira en uno mismo y en los demás.
- Reconocimiento de las distintas formas de expresar la ira en los cuentos e historias a trabajar.
- Desarrollo de habilidades sociales y respeto con los compañeros.
- Desarrollo de la lectoescritura a través de la creación de un cuento.

Recursos y materiales:

- PDI
- Material plástico: pinturas, rotuladores, folios, etc.
- Cuento “Los cinco enfados” (Keselman, 2001)

Espacio: aula de 4 años.

Tiempo:

- Parte 1: 30 minutos.
- Parte 2: 35 minutos.

Parte 1

Actividad 1: Asamblea

Tiempo: 10 minutos.

Desarrollo de la actividad:

Se empezará, como siempre, con la asamblea de recordatorio. Los niños tendrán que ir recordando todo lo que han aprendido hasta el momento. Para ello, saldrán voluntarios a la pizarra para que expresen a sus compañeros qué es lo que saben o si quieren representar algún aspecto simbólico de la ira. De esta manera, se les permite a los niños desarrollar habilidades de comunicación hacia sus compañeros de clase.

Actividad 2: Lectura de la historia

Tiempo: 10 minutos

Desarrollo de la actividad:

En esta sesión se contará una historia que los niños podrán visualizar en la pizarra digital. La historia de “Los cinco enfados” (Keselman, 2001). Se trata de un niño que tiene cinco enfados distintos y que decide irse a buscar a las brujas con motivo de venganza por la rabia que le causa dichos enfados. La historia intenta transmitir que los niños se enfadan con razón y sin razón y otras veces no saben el motivo de su enfado. Es una lectura en la que los niños pueden comprender el valor de su enfado y lo fácil que es resolver a veces los problemas que los generan.

Los niños tendrán que estar muy atentos a la lectura, porque cada vez que aparezca un enfado, se parará la lectura para preguntarles cuál era éste. En esta historia aparecen varios personajes, en concreto varias “brujas” que los niños deberán recordar al finalizar la lectura. De esta

manera se trabaja la atención y comprensión lectora. No se va a leer el cuento entero, debido a su extensión, sino que se leerá el resumen de todos los capítulos que lo engloban.

Parte 2

Actividad 3: Yo me enfado cuando...

Tiempo: 15 minutos

Desarrollo de la actividad:

Esta actividad consiste en que los niños deberán pensar situaciones que les enfadan, parecidas a las que salen en la historia contada en la primera parte. Se trata de escribir en la pizarra la frase “yo me enfado cuando.....” y cada niño tendrá que terminarla con razones que les hagan enfadar. Cuando los niños hayan dicho una frase cada uno, se pondrán en común aquellas que son iguales o parecidas a las de la historia.

Actividad 4: Creación del cuento: Buscamos un enfado

Tiempo: 20 minutos

Desarrollo de la actividad:

Al finalizar las actividades previas, se recordará la página que ya han escrito los niños del cuento que se está creando. En esta ocasión, los niños pensarán un motivo por el cual su personaje se va a enfadar. En primer lugar se realizará una lluvia de ideas las cuales se irán apuntando en la pizarra, y después, se elegirá entre todos aquella que más les guste a la mayoría. Se pasará a realizar el dibujo de lo que se quiere poner, para poder escribir por detrás la frase correspondiente.

SESIÓN 4: VAYA RABIETA

Objetivos:

- Identificar situaciones que hagan enfadar o sentir ira, tanto a sí mismos como a los demás.

- Desarrollar habilidades para regular la emoción de la ira a través de los cuentos.
- Conocer diferentes técnicas para controlar la ira a través de los cuentos y actividades del aula.
- Desarrollar la lectoescritura a través de los cuentos.

Contenidos:

- Reconocimiento de las reacciones que causa la ira en uno mismo y en los demás.
- Reconocimiento de las distintas formas de expresar la ira en los cuentos e historias a trabajar.
- Desarrollo de la lectoescritura a través de la creación de un cuento.

Recursos y materiales:

- Material plástico: pinturas, rotuladores, folios, etc.
- PDI.
- Cuento “Vaya Rabieta” (d’Allancé, 2001),

Espacio: aula de 4 años.

Tiempo:

- Parte 1: 30 minutos.
- Parte 2: 30 minutos

Parte 1

Actividad 1: Asamblea

Tiempo: 10 minutos.

Desarrollo de la actividad:

En primer lugar, en la asamblea se recordará lo aprendido hasta el momento, así como los cuentos leídos anteriormente. Los niños por sí

mismos tendrán que ir comentando lo que saben y se irán apuntando los comentarios en la pizarra.

Actividad 2: Lectura del cuento

Tiempo: 20 minutos.

Desarrollo de la actividad:

Se pasará a la lectura del cuento “Vaya Rabieta” (d’Allancé, 2001), el cual trata de un niño que se enfada y cómo procesa ese enfado. Mientras seguimos la lectura, los niños pueden intervenir añadiendo conocimientos que ya saben sobre lo que está ocurriendo en la historia.

Parte 2

Actividad 3: Garabatos

Tiempo: 10 minutos.

Desarrollo de la actividad:

A lo largo de algunas sesiones se les proporcionará a los niños técnicas para aprender a gestionar el enfado. Esta actividad consiste en que los niños cojan un folio y una pintura. Les explicamos que tienen que pensar en un enfado que tengan y mientras lo estén pensando, empiecen a hacer garabatos fuertes y rápidos en la hoja, al mismo tiempo que gritan fuerte con el fin de relajarse y liberarse de la rabia que tenían. Después podrán coger el papel y romperlo en pequeños trozos como señal de que han acabado con su enfado.

Actividad 4: Creación del cuento: ¿Qué sucede cuando se enfada?

Tiempo: 20 minutos.

Desarrollo de la actividad:

En esta sesión se recordarán las páginas del cuento ya escritas y los niños pensarán qué puede suceder cuando su personaje se enfada. Se hará una puesta en común sobre lo que los niños quieren poner y se escogerá la

idea más atractiva para la mayoría. Al igual que en las sesiones anteriores, los niños escribirán todos la misma frase, aquella que hayan escogido previamente.

Pasarán por tanto a la realización del dibujo que lo represente y a escribir la frase por detrás de la hoja. La frase estará escrita en la pizarra en mayúsculas, para que los niños puedan copiarlo. Además, se pasará una hoja por la mesa con la frase escrita en papel para aquellos que les cuesta más visualizarlo en la pizarra.

SESIÓN 5: CUANDO ESTOY ENFADADO

Objetivos:

- Identificar situaciones que hagan enfadar o sentir ira, tanto a sí mismos como a los demás.
- Desarrollar habilidades para regular la emoción de la ira a través de los cuentos.
- Conocer diferentes técnicas para controlar la ira a través de los cuentos y actividades del aula.
- Saber cómo gestionar las emociones negativas.
- Desarrollar la lectoescritura a través de los cuentos.

Contenidos:

- Reconocimiento de las reacciones que causa la ira en uno mismo y en los demás.
- Control y gestión de manera correcta de las reacciones causadas por la ira.
- Reconocimiento de las distintas formas de expresar la ira en los cuentos e historias a trabajar.
- Desarrollo de la lectoescritura a través de la creación de un cuento.

Recursos y materiales:

- PDI
- Material plástico: pinturas, rotuladores, folios, etc.
- Globos
- Cuento: “Cuando estoy enfadado” (Moroney, 2005)

Espacio: aula de 4 años.

Tiempo:

- Parte 1: 30 minutos.
- Parte 2: 30 minutos.

Parte 1

Actividad 1: Asamblea

Tiempo: 10 minutos.

Desarrollo de la actividad:

Como al empecie de toda sesión, se realizará una pequeña asamblea con los niños para poner en situación sobre lo que se va a trabajar. Se irán recordando aquellos conocimientos que los niños tienen. Esta asamblea es buena porque permite apreciar lo que han aprendido los niños en las sesiones anteriores.

Actividad 2: Lectura del cuento

Tiempo: 20 minutos.

Desarrollo de la actividad:

Se pasará a la lectura del cuento “Cuando estoy enfadado” (Moroney, 2005). El protagonista del cuento es un conejo que cuenta diferentes situaciones por las que se enfada y qué le producen esos enfados. El cuento se visualizará en la pizarra digital. Al finalizar la lectura, los niños tendrán

que hacer un resumen de lo que han escuchado y responder a la pregunta ¿Qué hace el protagonista para dejar de estar enfadado?

Parte 2

Actividad 3: Globos

Tiempo: 10-15 minutos

Desarrollo de la actividad:

En esta actividad vamos a dar un globo inflado a cada niño. Se les va a explicar que cuanto más inflado esté el globo, más rabia acumulada hay dentro de él. Les explicamos que el globo está lleno de rabia y que se trata de poder controlar esa ira y ser capaces de que su globo se vaya deshinchando.

Después se les va a explicar que cuando sueltan el globo hacia un sitio concreto, éste no siempre va donde ellos le dirigen, al igual que pasa cuando se enfadan, que su rabia va hacia donde no quieren. Les explicamos la importancia de relajarse para no expulsar la rabia hacia personas u objetos que queremos.

Una vez comentado todo, les decimos que ahora mismo tienen el control de su rabia en sus manos, y sí son capaces de relajarse y controlar esa rabia, podrán expulsar poco a poco el aire del globo y soltarlo sin que vaya hacia donde no quieren.

Actividad 4: Creación del cuento: Consecuencias de la ira

Tiempo: 20 minutos

Desarrollo de la actividad:

Por último, seguirán con la creación del cuento sobre el enfado. Se recordarán las páginas que ya llevan escritas del cuento y se pondrá más atención a la última para no perder el hilo de la historia. En primer lugar, se realizará una lluvia de ideas que se irán apuntando en la pizarra y se elegirá entre todos aquella que más les haya gustado a la mayoría. En esta sesión

los niños aportarán ideas acerca de las consecuencias que causa la ira en su personaje. Se pasará después a realizar el dibujo de lo que se quiere poner y por detrás, escribirán la frase correspondiente.

SESIÓN 6: TÉCNICA DE LA TORTUGA

Objetivos:

- Conocer diferentes técnicas para controlar la ira a través de los cuentos y actividades del aula.
- Saber cómo gestionar las emociones negativas.
- Desarrollar la lectoescritura a través de los cuentos.

Contenidos:

- Reconocimiento de las reacciones que causa la ira en uno mismo y en los demás.
- Control y gestión de manera correcta de las reacciones causadas por la ira.
- Reconocimiento de las distintas formas de expresar la ira en los cuentos e historias a trabajar.
- Desarrollo de la lectoescritura a través de la creación de un cuento.

Recursos y materiales:

- PDI
- Material plástico: pinturas, rotuladores, folios, etc.

Espacio: aula de 4 años.

Tiempo:

- Parte 1: 30 minutos.
- Parte 2: 40 minutos.

Parte 1

Actividad 1: Asamblea

Tiempo: 10 minutos

Desarrollo de la actividad:

Empezamos con la actividad de la asamblea para hacer memoria de todos los contenidos trabajados hasta el momento. Los niños cada vez irán participando más y serán protagonistas de contar a sus compañeros todo lo que saben. En este caso, el docente servirá de guía para los niños cuando no sepan cómo seguir.

Actividad 2: Lectura de la historia

Tiempo: 20 minutos.

Desarrollo de la actividad:

En esta sesión vamos a llevar a cabo una simulación de la “técnica de la tortuga” que sirve como método de autocontrol de la conducta impulsiva. Esta técnica se puede llevar a cabo en varias sesiones con distintas actividades y contenidos, pero en nuestra sesión nos vamos a centrar en una pequeña introducción a ese método el cual vamos a modificar con pequeños cambios para adaptarnos al tiempo y al espacio.

Se trata de leer a los niños la historia de la tortuga, en concreto, la primera parte de la historia, donde se va ir explicando lo que hacía la tortuga para manejar su rabia.

Parte 2

Actividad 3: Yoga

Tiempo: 20 minutos.

Desarrollo de la actividad:

Esta actividad está ligada a la lectura de la historia de la primera parte de la sesión y consiste en que los niños prueben técnicas de relajación para

los momentos de ira. Se pedirá a los niños que hagan un círculo en la alfombra y que se coloquen como los indios. Se les pondrá de fondo una música relajante y tendrán que respirar profundamente y contar hasta 10 en voz baja y despacio para poder relajarse poco a poco.

Después, cambiaremos la postura de los indios por la forma de una tortuga metida en su caparazón. Les pedimos que, mientras están metidos en su caparazón, piensen cómo se sienten y cuales son aquellas cosas que les molestan y les hacen estar enfadados. Cuando pasen dos minutos, les diremos que tienen que cambiar ahora esos pensamientos por otros que sean agradables, que les hagan sentir felices. Pasados unos minutos, se les pedirá que muy despacio se vayan levantando y saliendo del caparazón.

Cómo ya he comentado, la sesión está basada en la “técnica de la tortuga” pero tiene modificaciones por la falta de tiempo para llevarlo a cabo.

Actividad 4: Creación del cuento: Adiós al enfado

Tiempo: 20 minutos.

Desarrollo de la actividad:

En esta actividad de la creación del cuento, los niños van a pensar una situación para su personaje donde refleje cómo a raíz de las consecuencias que le produjo el enfado, la ira se va y se buscan cosas positivas. Se realizará, como siempre, una lluvia de ideas que se irán escribiendo en la pizarra y después se elegirá la más apropiada para la historia. Luego pasarán a la realización del dibujo y a escribir aquello que han seleccionado.

SESIÓN 7: ¿CÓMO GESTIONA DIEGO SU ENFADO?

Objetivos:

- Conocer diferentes técnicas para controlar la ira a través de los cuentos y actividades del aula.
- Saber cómo gestionar las emociones negativas.
- Desarrollar la lectoescritura a través de los cuentos.

Contenidos:

- Control y gestión de manera correcta de las reacciones causadas por la ira.
- Desarrollo de la lectoescritura a través de la creación de un cuento.

Recursos y materiales:

- PDI
- Material plástico: pinturas, rotuladores, folios, etc.

Espacio: aula de 4 años.

Tiempo:

- Parte 1: 30 minutos.
- Parte 2: 40 minutos.

Parte 1

Actividad 1: Asamblea

Tiempo: 10 minutos

Desarrollo de la actividad:

Se realizará la misma asamblea para recordar todo lo trabajado anteriormente. Los niños ya tienen conocimientos suficientes para realizar actividades relacionadas con el tema por sí solos. Para que todos los niños participen, se pedirá uno a uno que explique algún contenido que ya sepan y que hayamos trabajado. Si algún niño no sabe que responder, otro compañero podrá ayudarlo a hacerlo.

Actividad 2: Lectura de la historia

Tiempo: 20 minutos.

Desarrollo de la actividad:

En esta sesión se contará una historia inspirada en el libro “10 ideas sobre la educación emocional” de Bisquerra (2016), donde cita una propuesta didáctica de López Cassà (2003).

Esta historia está modificada con otros ejemplos parecidos a los que suceden en el aula, para que la narración sea más atractiva y significativa para los niños. Mientras se cuenta la historia se harán pausas para que los niños comenten posibles respuestas a los problemas que plantea la historia (Anexo 2).

Parte 2

Actividad 3: Mandalas

Tiempo: 20 minutos

Desarrollo de la actividad:

Después de la lectura de la historia se les preguntará a los niños qué les ha parecido. Les pediremos que añadan otros ejemplos similares a lo que se han contado en el día a día con ellos.

Cuando acaban de poner los ejemplos, se les explicará otra de las técnicas para relajarse. En esta ocasión se les dará a los niños una serie de mandalas que escogerán cada uno y pasarán a las mesas para pintarlos.

Actividad 4: Creación del cuento: Título del cuento

Tiempo: 20 minutos.

Desarrollo de la actividad:

Por último, una vez finalizado todas las páginas del cuento que han estado creando durante las sesiones anteriores, se va a llevar a cabo una lluvia de ideas para elegir el título de éste. Al finalizar, se hará una votación y la idea que más guste a los niños será aquella que se realice en la portada. Los niños escribirán el título y harán un dibujo del personaje principal de la historia.

SESIÓN 8: ¡LO QUE HEMOS APRENDIDO!

Objetivos:

- Conocer el nombre de las emociones básicas.
- Identificar situaciones que hagan enfadar o sentir ira, tanto a sí mismos como a los demás.
- Desarrollar habilidades para regular la emoción de la ira a través de los cuentos.
- Conocer diferentes técnicas para controlar la ira a través de los cuentos y actividades del aula.
- Saber cómo gestionar las emociones negativas.
- Desarrollar la lectoescritura a través de los cuentos.

Contenidos:

- Identificación de la siguiente emoción básica: la ira.
- Reconocimiento de las reacciones que causa la ira en uno mismo y en los demás.
- Control y gestión de manera correcta de las reacciones causadas por la ira.
- Reconocimiento de las distintas formas de expresar la ira en los cuentos e historias a trabajar.
- Desarrollo de la lectoescritura a través de la creación de un cuento.

Recursos y materiales:

- PDI
- Ordenador (música)
- Material plástico: pinturas, rotuladores, folios de colores, etc.

Espacio: aula de 4 años.

Tiempo:

- Parte 1: 30 minutos
- Parte 2: 20 minutos

Parte 1

Actividad 1: Asamblea

Tiempo: 15 minutos.

Desarrollo de la actividad:

En esta última sesión, como en cada una de ellas, se va a realizar una pequeña asamblea para recordar todos los conocimientos que ya tienen sobre la emoción de la ira. Se realizará una comparación con ellos sobre aquello que sabían previamente a la secuencia didáctica y lo que saben después de realizar todas las actividades.

Actividad 2: Relajación

Tiempo: 15 minutos.

Desarrollo de la actividad:

En la segunda actividad vamos a repasar aquellas técnicas que se han aprendido para el control de la ira. Después se va a llevar a cabo una actividad de relajación diferente a la que ya se hizo con anterioridad. Esta consiste en llevar a cabo el método de relajación de Jacobson, el cual se basa en relajarse a partir de las contracciones de los músculos para después destensarlos y relajarlos.

Los niños se tumbarán en el suelo mientras escuchan una música relajante, y se les va a ir pidiendo que tensen distintas partes de su cuerpos: manos, hombros, piernas, mandíbula, etc. la contracción durará unos segundos y después se les pedirá que se relajen y respiren hondo.

Parte 2

Actividad 3: Creación del cuento: Contraportada

Tiempo: 20 minutos.

Desarrollo de la actividad:

Con los mandalas realizados en la sesión anterior, los niños pasarán a recortarlos y pegarlos en un folio de color, lo cual utilizarán para la contraportada del cuento que han creado. Una vez realizado la contraportada, ya tendrán al completo todas las páginas de su cuento. Con ayuda de la maestra ordenarán éstas y se irán grapando para que todos los niños tengan su cuento acabado.

4.7. Atención a la diversidad

En caso de tener alumnos con necesidades educativas específicas, se tomarían medidas educativas necesarias para facilitar la realización de las sesiones y fomentar la inclusión y el mejor desarrollo para la adquisición de las competencias.

Algunas de las adaptaciones que podrían llevarse a cabo son las siguientes:

- ❖ Adaptación de objetivos y contenidos: teniendo en cuenta aquellos más relevantes y eliminando los de menor importancia y que requieran un esfuerzo superior para dicho alumnado.
- ❖ Adaptación organizativa: se puede realizar diferentes grupos de trabajo, donde los niños con mayor dificultad de aprendizaje se encuentren apoyados en aquellos que tienen más facilidades a la hora de aprender.
- ❖ Adaptación de la evaluación: se evaluará teniendo en cuenta las características de cada alumno del grupo.
- ❖ Adaptaciones de aula: se adaptará ésta para la comodidad de todo alumno, dejando en todo momento un espacio amplio y accesible,

para que cualquier niño tenga la posibilidad de desplazarse con libertad y alcanzar el material deseado.

- ❖ **Adaptaciones visuales y auditivas:** en caso de contar con alumnos con necesidades educativas de este tipo, se prevé el uso de las nuevas tecnologías para la lectura de algunos cuentos o historias. La PDI es un recurso muy útil para trabajar los sentidos de la vista y el oído. Por ejemplo, un cuento visualizado a través del ordenador con imágenes que representen lo que está ocurriendo en la historia (para niños con n.e.e auditivas), al mismo tiempo el docente relata en voz alta con voz clara y entonada el argumento del cuento (para niños con n.e.e visuales). Se crearán otras estrategias necesarias para la creación del cuento, contando si es conveniente con un docente de apoyo.

Prestando atención a lo comentado, se llevará a cabo una atención individualizada de los alumnos de la clase, respetando en todo momento las características de cada niño y sus ritmos de aprendizaje para conseguir un mayor desarrollo de cada uno.

4.8. Evaluación

La propuesta llevada a cabo tendrá una evaluación inicial, continua y final, donde se podrá llevar un seguimiento de los conocimientos que van adquiriendo los niños.

En primer lugar, se llevará a cabo una evaluación inicial. Es decir, la primera actividad realizada será recoger información para conocer qué conocimientos previos tienen los niños acerca del tema que se va a trabajar a lo largo de las sesiones y actividades planteadas. Esta evaluación permite recoger información sobre los intereses de los alumnos de cara a la realización de las actividades. Se podrán realizar, en todo caso, adaptaciones a las sesiones planteadas según el nivel de conocimientos que se vea en los niños.

En segundo lugar, se llevará a cabo una evaluación continua, la cual se realizará gracias a la primera actividad de cada sesión. En esta actividad,

denominada asamblea, se irán recordando todos los contenidos que se van trabajando con los niños a lo largo de las sesiones. De esta manera, se sigue una evaluación a través de la observación y registro del proceso de enseñanza-aprendizaje de éstos (Anexo 3).

Por último, se realizará una evaluación final al acabar la última sesión, donde se comprobará la consecución de los objetivos y contenidos marcados en la propuesta didáctica. Se llevará a cabo a través de una tabla de evaluación (Anexo 4).

Además, la evaluación también ha de hacerse a la propuesta llevada a cabo, para ver si ha cumplido o no sus expectativas (Anexo 5) y al mediador si ha tenido o no una actuación adecuada y si ha de mejorar algunas cuestiones para futuras ocasiones (Anexo 6).

4.9. Puesta en práctica y análisis de los resultados

Esta propuesta didáctica se ha llevado a cabo con un total de 16 alumnos de un centro educativo público.

Se trata de un centro más bien pequeño con menos de 250 alumnos con una gran diversidad de culturas y un nivel socioeconómico medio-bajo. El alumnado que asiste a él, en gran parte, es de origen extranjero o de etnia gitana. Es un centro que atiende a niños con necesidades educativas especiales, por lo que uno de los objetivos principales del colegio es el respeto por la diversidad y la educación en valores.

Tras la puesta en práctica de la propuesta didáctica, ésta ha sido modificada de acuerdo a las dificultades que se presentaron en su realización.

Por un lado, el tiempo establecido en un principio era un total de 50 minutos por sesión, quedándose cortas algunas actividades y llegando a ser una sesión demasiado larga de acuerdo a la edad de los niños y al programa de la clase. Por tanto, en la propuesta didáctica se han acordado unas modificaciones necesarias donde se concreta establecer las sesiones en dos

partes, las cuales podrán llevarse a cabo en un mismo día en horarios diferentes, o a lo largo de la misma semana.

Por otro lado, las actividades propuestas han mostrado ser adecuadas para trabajar con niños de 4 años de edad. El planteamiento de éstas era sencillo y adaptado al alumnado de la clase, al mismo tiempo que motivador y significativo para los niños. La lectura de cuentos en Educación Infantil siempre es una buena elección, debido a que a estas edades los niños están acostumbrados a que se les lean muchos cuentos e historias tanto en el colegio como en sus hogares.

Además de los cuentos, otras actividades relacionadas con las técnicas para gestionar la ira, han sido de gran utilidad para momentos que suceden en el día a día del centro, como los conflictos del aula o del patio. Cuando surgía un episodio de ira, se llamaba a los alumnos y se les pedía que recordasen aquellas técnicas que habíamos trabajado en las sesiones, y los niños respondieron muy bien, utilizando los conocimientos adquiridos para solucionar la situación.

En cuanto a la construcción de su propio cuento relacionado con la temática trabajada, el resultado obtenido ha sido bueno en comparación con el tiempo dedicado a ello. A continuación señalamos las fases del cuento con los resultados obtenidos de los alumnos:

	Pasos de la creación del cuento	Resultado de los alumnos
Sesión 2	Elegimos personaje	“Izzi estaba jugando en el parque”
Sesión 3	Buscamos un enfado	“Pero se puso a llover y se enfadó”
Sesión 4	¿Qué sucede cuando se enfada?	“Saltó en los chacos y dio patadas al columpio”

Sesión 5	Consecuencias de la ira	“Se mojó la ropa y la rabia se fue”
Sesión 6	Adiós al enfado	“Se relajó porque se iba a casa a jugar”
Sesión 7	Ponemos título a nuestro cuento	”El enfado de Izzi”

En el cuadro señalado se refleja la historia creada por los niños. Como se puede comprobar, las frases redactadas no son muy extensas, debido a que los niños a esas edades están trabajando la lectoescritura de manera progresiva pero siempre atendiendo al ritmo de cada uno. Por tanto, las ideas de los niños fueron acotadas para poder crear una frase con sentido, pero al mismo tiempo que ellos pudiesen escribir sin problema (Anexo 7).

Siguiendo con el cuadro, nos gustaría señalar que en relación a los cuentos que se trabajaron, uno de ellos fue más llamativo para los niños, llegando incluso a ser su principal fuente de ideas para la creación de su propio cuento. Se trata del cuento “Vaya Rabieta” (D’allancé, 2001), en el cuál el niño terminó con su ira cuando el monstruo de la rabia rompió su juguete, causándole una gran tristeza. En este caso, los niños asociaron la pérdida del enfado con un suceso triste para su personaje, es decir, cuando Izzi se mojó la ropa se puso triste y por tanto su rabia se fue.

Al finalizar la construcción del cuento, los niños fueron a la otra clase de 4 años para enseñar todo aquello que habían aprendido y para leer y explicar el cuento creado. Después, cada alumno se llevó su cuento a casa para poder compartir con los padres todos los contenidos trabajados sobre la identificación, comprensión y regulación de la emoción de la ira.

Por último, tras realizar la evaluación continua y final de los alumnos, la mayoría de ellos ha cumplido con éxito los ítems y objetivos planteados al inicio de la propuesta. Gracias a la primera actividad de cada sesión, donde se recordaba aquellos conocimientos que habíamos tratado en las sesiones

previas, se ha podido comprobar que los niños avanzaban en la dirección correcta. En cuanto a la participación de cada alumno y la expresión y comunicación de lo aprendido con el resto de sus compañeros, no todo el grupo ha llegado a alcanzar ese ítem. La inseguridad o timidez por parte de algunos alumnos se ha reflejado en la observación directa y en las rúbricas de evaluación de cada uno de ellos.

A modo de resumen, los resultados obtenidos al finalizar las sesiones han sido muy positivos, pero ha sido difícil comprobar con exactitud el cumplimiento del objetivo principal “Desarrollar la habilidad de discriminar, comprender y regular la emoción de la ira con niños de 4 años de edad, a través de la lectura de cuentos”, más concretamente la habilidad de regular la emoción de la ira, por falta de tiempo. Las sesiones se han llevado a cabo durante dos meses pero se necesitaría más tiempo para valorar el grado de cumplimiento de tal objetivo una vez finalizada la puesta en práctica, en su día a día en el aula.

Además, en estas edades muchos niños faltan a clase al ponerse enfermos y este aspecto se ha de tener en cuenta, ya que las sesiones están programadas para dos meses, por lo que un niño que falte a dos sesiones puede perder el hilo de lo que se está dando en ese momento, siendo más difícil el cumplimiento de los objetivos.

5. CONCLUSIÓN

Tras la realización del trabajo, cabe señalar la importancia que tiene trabajar las emociones desde edades tempranas. Es indiscutible que las emociones juegan un papel importante en el día a día de las personas, influyendo en aspectos afectivos, cognitivos, fisiológicos y motóricos.

De acuerdo a la influencia que ejerce en la vida de las personas y los beneficios que genera trabajarlo desde la Educación Infantil, en el siguiente trabajo nos hemos centrado en profundizar en una emoción en concreto, que está muy presente en los niños, la ira.

La escuela, por tanto, es un espacio vital para trabajar las emociones con los niños. Los docentes deben proporcionar estrategias y conocimientos

suficientes para dotar a los niños de habilidades para conocer, comprender y regular sus propias emociones.

A lo largo del trabajo se ha señalado el vínculo existente entre la educación emocional y los cuentos. La propuesta que se ha desarrollado en este documento, señala una posible forma de trabajar el conocimiento y control de la emoción de la ira a través de los cuentos, destacando éstos como un material motivador y educativo en Educación Infantil.

Los resultados obtenidos tras la puesta en marcha de esta propuesta didáctica han sido gratificantes, no solo por el cumplimiento de los objetivos, sino porque las dificultades que se han planteado sirven de base para posibles nuevas propuestas con las que trabajar la educación emocional.

A pesar de estar destinada a niños de cuatro años de edad, nos parece que se puede llevar a la práctica con niños de cinco años y del primer ciclo de Educación Primaria.

En definitiva, tras haber conocido diferentes teorías y modelos de la EE y IE, es imprescindible plantearse la necesidad de llevar las emociones al aula, no solo como un tema más a tratar, sino integrándolo en el curriculum de Educación Infantil. Los docentes deben formarse en este campo para poder conseguir un desarrollo íntegro de sus alumnos.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

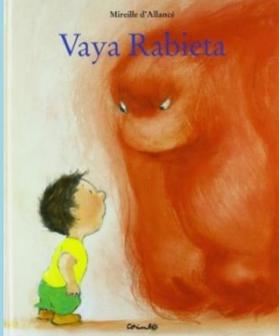
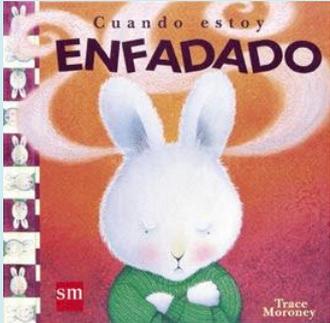
- Abril, F. (2014). *Los dones de los cuentos*. Barcelona: Octaedro.
- Aguado, L. (2005). *Emoción, afecto y motivación*. Madrid: Alianza.
- Bisquerra, R. (2003). Educación Emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R., Punset, E., Mora, F., García, E., López-Cassà, È., Pérez-González, J. C. y Segovia, N. (2012). ¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia. Observatorio Faros. Recuperado de: <http://faros.hsjdbcn.org/adjuntos/2232.1-Faros%206%20Cast.pdf>.
- Bisquerra, R., Pérez, J.C., & García, E. (2015). *Inteligencia emocional en educación*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (2016). *10 ideas claves: Educación Emocional*. Barcelona: Graó.
- Céspedes, A. (2013). *Educar las emociones*. Barcelona: Ediciones B.
- Collell, J. y Escudé, C. (2003). La educación emocional. *Dels mestres de la Garrotxa*, 37, 8-10.
- Company, R., Oberst, U. y Sánchez, F. (2012). Regulación emocional interpersonal de las emociones de ira y tristeza. *Boletín de psicología*, (104), 7-36.
- Del Barrio, V. (2002). *Emociones Infantiles: Evolución, evaluación y prevención*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Fernández-Abascal, E.G. et al (2002). *Procesos Psicológicos*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de Educación*, 29, 1-6.

- Fernández, P. y Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 63-93.
- Figuroa, D. (2012). Regulación emocional en niños y adolescentes. *Gaceta de Psiquiatría Universitaria*, 5(1), 111-125.
- Gan, F. y Triginé, J. (2012). *Manual de instrumentos de gestión y desarrollo de las personas en las organizaciones: Inteligencia emocional*. Madrid: Díaz de Santos.
- García Fernández, M. y Giménez-Mas, S.I. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del Profesorado* [en línea], 3(6), 43-52. Disponible en: <http://www.cepcuevasolula.es/espisal>.
- Goleman, D. (1999). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- González Barrón, R. Y Villanueva Badenes, L. (2014). *Recursos para educar en emociones*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Henaó, G.C. y García, M.C. (2009). Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas. *Latinoamericana de Ciencias Sociales, niñez y juventud*, 7(2), 785-802.
- Hervas, G. y Vazquez, C. (2006). La regulación afectiva: Modelos, investigación e implicaciones para la salud mental y física. *Revista de psicología general y aplicada*, 59 (1-2), 9-36.
- Ibarrola, B. (2009). Educación emocional a través del cuento. Recuperado de <http://es.slideshare.net/psicologiaparacrecer/educacin-emocional-atravs-del-cuento-begoa-ibarrola>
- López Cassà, È. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 153-167.

- Magán Uceda, I., Sanz, J. y García-Vera, M.P. (2011). Pensamientos negativos de ira-hostilidad e ira rasgo: ¿Una relación moderada por la depresión?. *EduPsykhé*, 10(2), 193-214.
- Mayer, J., Roberts, R. y Barsade, S. (2008). Human Abilities: Emotional Intelligence. *Psychol*, 59, 507-536.
- MEC (2006). Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil. (BOE de 4 de enero del 2007).
- Mestre Navas, J.M. y Fernández-Berrocal, P. (2007). *Manual de inteligencia emocional*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Ocaña, M.J. (2009). El cuento. Su valor educativo en el aula de infantil. *Revista digital para profesionales de la enseñanza*, (5), 1-6.
- Ortega Navas. M.C. (2010). La Educación Emocional y sus implicaciones en la salud. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 21(2), 462-470.
- Palou Vicens, S. (2004). *Sentir y crecer. El crecimiento emocional en la infancia*. Barcelona: Graó.
- Pérez Molina, D., Pérez Molina, A.I. y Sánchez Serra, R. (2013). El cuento como recurso educativo. *Revista de Investigación*. 2-29.
- Piqueras, J.A. et al. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Suma Psicológica*, 16(2), 85-112.
- Quintanal, J. (2005). El arte de contar cuentos: Qué son y cómo se cuentan. CAP Alcobendas. Recuperado de http://cursocuentacuentos.weebly.com/uploads/1/0/8/3/10834207/3_-_el_arte_de_contar_cuentos.pdf

7. ANEXOS

ANEXO 1: Cuentos utilizados en las sesiones.

<p>El monstruo de colores: Anna Llenas Editorial Flamboyant Año: 2012</p>	
<p>Vaya rabieta Mireille D Allance Editorial Corimbo Año: 2001</p>	
<p>Quando estoy enfadado Trace Moroney Editorial SM Año: 2005 http://es.calameo.com/read/001908133a1aee0e13360</p>	
<p>Jose está enfadado: Autora: Miriam Reyes Cuento digital de Aprendices visuales Año: 2014</p>	
<p>Cinco enfados Gabrila Keselman Editorial Anaya Año: 2001</p>	

ANEXO 2: Historia inspirada en la propuesta de López Cassà (2003) citada en el libro “*10 ideas claves: Educación Emocional*” por Bisquerra (2016).

Diego es un niño del colegio. No siempre está feliz y hay veces que se enfada. Cuando está enfadado su cara cambia, ya no sonríe, sino que se pone serio e incluso un poco rojo. Diego se enfada por muchas cosas: cuando es el último en la fila, cuando no le dejan jugar y cuando le quitan las pinturas.

Y tú ¿Cuándo te sientes enfadado? ¿Qué cosas te hacen enfadar?

Diego cuando está enfadado tiene unas fórmulas mágicas para que su enfado se vaya y estar otra vez feliz y sonriendo.

Cuando Diego se enfada porque es el último en la fila, piensa y se dice a sí mismo que no pasa nada, porque lo importante es estar en la fila con sus compañeros. Esto le permite comprender que es mejor estar en la fila feliz, que pelearse con sus amigos por ser el primero. Esta diferencia entre enfadarse y comprender le permite a Diego pasar de un comportamiento inapropiado a un buen comportamiento.

Cuando a Diego no le dejan jugar, lo primero que hace es hablarlo con la persona que no quiere jugar con él. Le dice que está enfadado porque él también quiere jugar y no le gustan que le dejen de lado. Si el amigo le deja jugar, no hay problema y Diego vuelve a estar contento, pero si el compañero se muestra agresivo y no quiere de ninguna forma jugar con Diego, en vez de pelearse, Diego va donde el profesor o profesora y le explica lo que ha pasado.

Cuando a Diego le quitan las pinturas, lo primero que hace es pedir a esa persona que le devuelva la pintura o que la pida antes que quitársela, porque si no se enfada. Si el compañero le pide perdón, Diego le perdona y le deja las pinturas para dibujar juntos. Si el amigo no quiere darle las pinturas, en lugar de intentar quitársela a la fuerza o pegarle, Diego va donde el profesor o la profesora para evitar un conflicto o actitudes violentas en clase.

Diego explica lo que le pasa y cómo se siente a las personas que necesitan saberlo: a quién provoca su enfado, en primer lugar y al profesor o profesora, en segundo lugar cuando no surge efecto lo primero. ¿Cómo lo haces tú?

ANEXO 3: Tabla de evaluación continúa

	SÍ	NO
Aumenta la participación de los niños a medida que transcurren las sesiones.		
Los niños reconocen los contenidos trabajados en cada sesión, siguiendo un orden cronológico.		
Se hace hincapié en aquellos conocimientos que no llegan bien al alumnado.		
Las actividades realizadas resultan motivantes para los alumnos.		
Los alumnos desarrollan su creatividad a medida que transcurren las sesiones.		

ANEXO 4: Tabla de evaluación final

	Realizado con éxito	Progresando adecuadamente	Necesita mejorar
Muestra interés por el tema y las actividades.			
Participa activamente en las actividades.			
Se expresa y comunica con el resto de compañeros a la hora de trabajar en grupo.			
Identifica la emoción de la ira en los distintos cuentos trabajados.			
Reconoce cuáles son las reacciones que produce la ira.			
Es capaz de identificar y controlar su enfado en situaciones que le producen rabia.			

ANEXO 5: Tabla de evaluación del proyecto

	SÍ	POCO	NO
La propuesta se ha ajustado a las individualidades de cada alumno.			
Los objetivos y contenidos se han ajustado a las actividades planteadas.			
Se ha mantenido el interés durante las actividades por parte del alumnado y el docente.			
Las actividades propuestas facilitaron la participación del alumnado.			
El tiempo establecido se distribuyó de manera correcta a la edad y ritmo de los alumnos.			
Los recursos utilizados han sido suficientes para la elaboración del cuento.			

ANEXO 6: Tabla de evaluación para el docente

	SÍ	POCO	MEJORAS
Formulo los objetivos y contenidos de manera clara.			
Propongo actividades suficientes y relacionadas con los objetivos que se pretende alcanzar.			
Tengo en cuenta las necesidades del alumnado.			
Ofrezco los recursos necesarios para la realización de las actividades.			
Fomento la participación y cooperación del grupo.			

ANEXO 7: Ejemplo de los cuentos que han creado los alumnos

