



UNIVERSIDAD DE JAÉN
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación

Trabajo Fin de Grado

“No tengo miedo” El miedo a través del cuento ilustrado en educación infantil.

Alumno/a: Jesús Martínez Montes

Tutor/a: M^a del Pilar Soto Sánchez
Dpto.: Didáctica de la Expresión Musical,
Plástica y Corporal

Junio, 2021

Índice

1.Resumen.....	pág. 3
2.Introducción.....	pág. 4
3.Justificación.....	pág. 4
4.Objetivos.....	pág. 5
5.Metodología.....	pág. 5 y 6
6.Fundamentación teórica.....	
6.1.Conceptos clave.....	pág. 6
6.2.Inteligencia emocional.....	pág. 7 y 8
7.El miedo en la historia del arte.....	pág. 8 a 17
8. Conocimientos, métodos y estrategias para la intervención del miedo.....	pág. 17
8.1.Las fases del miedo.....	pág. 18
9.Literatura como medida para el tratamiento de los miedos en educación infantil.....	pág.19
10. Creación de un cuento ilustrado: “No tengo miedo”.....	pág 20 y 21
10.1.Ilustraciones.....	pág. 22 a 43
11.Conclusión.....	pág. 44
12.Referencias.....	pág. 45 y 46

1.Resumen

¿Qué es el miedo?, ¿por qué provoca estas reacciones y sentimientos en los niños y niñas?, ¿Existe algún tipo de medio para gestionarlo de una manera efectiva?. Estas y otras muchas preguntas pueden suponer un problema para los docentes a día de hoy. Conocer el miedo, asimilarlo y luchar contra él es una tarea que en cada centro los maestro y maestras del mismo deben saben gestionar para procurar un desarrollo óptimo de su alumnado a la vez que utilizamos un medio apropiado para poder hacerlo.

El miedo es aparentemente una emoción que para cualquier persona crea recelo y consideramos simple y primitiva, pero es más compleja de lo que realmente es. Desarrollaremos un plan de intervención para poner en marcha con los alumnos y alumnas a través de una metodología conocida, que no todo el mundo usa y que está siempre a nuestro alrededor: los libros o cuentos ilustrados. Para ello, procederemos a la presentación y desarrollo de uno, ya que su utilización en el aula puede ser un medio óptimo para la resolución de conflictos educativos en el aula.

Abstract

What is fear? Why does these reactions and feelings cause in children? Is there any kind of means to manage it in an effective way? These and many other questions can pose a problem for teachers today. Knowing fear, assimilating and fighting against it is a task that in each center the teacher and teachers should be managed to seek an optimal development of their students while using an appropriate means to do so.

Fear is apparently an emotion that for anyone believes to believe and consider simple and primitive, but it is more complex than it really is. We will develop an intervention plan to launch with students through a known methodology, which not everyone uses and that is always around us: literature.

2.Introducción

Para hablar del miedo, debemos ser conscientes de que es un término que está totalmente ligado a la inteligencia emocional, por lo tanto, deberemos hablar sobre ella, qué es y cómo afecta esto al proceso evolutivo del alumnado, basados en algunos especialistas en esta temática como Daniel Goleman en su libro “La práctica de la inteligencia emocional”: *“nuestra inteligencia emocional determina la capacidad de que dispondremos para aprender las habilidades prácticas basadas en uno de los siguientes cinco elementos compositivos: la conciencia de uno mismo, la motivación, el autocontrol, la empatía y la capacidad de relación.”* (Goleman, 1995, pág. 34). A su vez, el miedo es una emoción compleja, que no se debe tomar a la ligera y que determinará el proceso efectivo madurativo del alumno/a. También debemos hacer referencia a que dentro de las miles de estrategias que existen para tratar la inteligencia emocional, nos centraremos en una que está presente de forma introductora en las etapas primeras de la educación infantil: la lectura. Analizaremos como la literatura puede ser un medio adecuado y fácil de gestionar para el inicio del tratamiento de la inteligencia emocional. Debemos añadir también el complejo proceso de desarrollo de un proyecto basado en la creación de un cuento ilustrado por el cual acercaremos vivencias al alumnado para tratar de manera eficiente el miedo, los motive y sean capaces de reconocer, gestionar y transmitir sus emociones a raíz este método. Pág 34

3.Justificación

He elegido realizar este trabajo porque es importante estar relacionado con el miedo en todas sus formas. Conocerlo y saber sobre él, nos permite estar preparados para actuar en función de cómo interactúe sobre los niños y niñas en educación infantil.

El miedo es una emoción que nos prepara para aquello a lo que tememos o desconocemos. Hacerle frente es una tarea que no cualquier persona puede poseer, pero el miedo no es tan malo como en principio aparenta ser. Dejarlo pasar puede provocar el nacimiento de fobias y terrores y más aún en edades tempranas del desarrollo.

Nuestro deber como docente es aprender a luchar contra esos miedos, utilizando estrategias y métodos adaptados a la diferencia individualizada de cada alumno y alumna en el aula. Es por ello que prevenir y conocer todo lo que rodea el mundo del miedo es un pilar más para la preparación óptima y efectiva de un docente.

4.Objetivos

Generales:

- Aplicar conocimientos conceptuales sobre el miedo, saber qué es, cuándo ocurre y cómo ocurre.
- Conocer la representación del miedo en la historia del arte.
- Utilizar un cuento infantil ilustrado como medio óptimo para el tratamiento del miedo.
- Diseñar una propuesta educativa basada en la lectura para trabajar la emoción del miedo.
- Aprender qué es la inteligencia emocional y como gestionarla en el aula.

Específicos:

- Diseñar un libro ilustrado en el que se trabaja el miedo.
- Conocer más a fondo los conceptos y técnicas para trabajar la inteligencia emocional en el aula.
- Aprender sobre la evolución del miedo a lo largo de las décadas y su repercusión en el arte.
- Concienciar a nuestro alumnado y familias para la colaboración activa en la gestión de las emociones.
- Impulsar al profesorado a la utilización de libros como técnica para el control y ejecución de las emociones en el aula.
- Crear un cuento ilustrado favoreciendo el tratamiento del miedo del alumnado en el aula.

5.Metodología

La estrategia a usar para esta propuesta es la utilización de la lectura para dar a conocer los miedos, terrores y fobias de los alumnos. Cuando hablamos de los términos que rodean al miedo, cabe destacar que no a cualquier alumno/a le fascina esta temática, ya que puede representar aversión para ellos/as y no es algo agradable.

Nuestra tarea consiste en estar capacitados de transmitir el miedo sin que lo provoque en sí mismo. No es tarea sencilla, pero de nuestro trabajo dependerá la comunicación utilizada y la

manera que tengamos de hacerlo. Una participación activa en todo momento es esencial, ya que precisaremos de atención por parte del alumnado para que sean capaces de entender lo que queremos transmitir. Una manera de hacerlo es mediante asambleas, donde se respetará el turno de palabra, habrá participación por parte de todos y todas (incitando a que hablen y escuchen a sus compañeros/as) e impulsaremos la empatía y a ser asertivo en el grupo.

El siguiente punto a tener en cuenta es la tendencia al uso excesivo que le damos a los medios de comunicación y a las TIC. Los alumnos y alumnas se pueden llegar a ver sobreexcitados/as o exaltados/as debido a la cantidad de información en miles de formatos tecnológicos que reciben tanto en casa como en el aula. Una buena estrategia para afrontar esto es la lectura o la presentación de un libro ilustrado. Los libros, cuentos y literatura en general cada día pasan más desapercibidos y pronto pasarán a ser obsoletos; no es mala idea plantearnos ofrecer un método un poco más tradicional y apartarnos de los estímulos excesivos. ¿Qué nos puede facilitar esto en nuestro trabajo?: realmente ocasionamos que haya un ritmo más pausado y con más detenimiento en el aula. Al tener un poco más de pausa, al docente se le permitirá escribir notas o puntuar las opiniones y comentarios del alumnado de forma más objetiva para una futura evaluación. Cada alumno y cada alumna posee sus propias experiencias, por lo que es preciso resaltar el qué cuentan y cómo cuentan sus propias vivencias. No debemos obviar por supuesto el hecho de lo positivo que es la lectura en el ámbito de la educación infantil, y más aún cuando tenemos el añadido de que es un “plus” para su correcto desarrollo.

6.Fundamentación teórica

6.1.Conceptos clave

Para adentrarnos más en la temática del proyecto, es necesario definir una serie de conceptos que serán útiles para entender con mayor facilidad de lo que estamos hablando. Para ello, utilizaremos la RAE (Real Academia Española) para que su comprensión sea más sencilla. Estas definiciones son:

- Miedo: angustia por un riesgo o daño real o imaginario; recelo o aprensión que alguien tiene de que le suceda algo contrario a lo que desea.
- Emoción: alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática (de nuestro cuerpo).
- Terror: miedo muy intenso.

- Fobia: aversión exagerada a alguien o a algo; temor angustioso e incontrolable ante ciertos actos, ideas, objetos o situaciones, que se sabe absurdo y se aproxima a la obsesión.

6.2.La inteligencia emocional

Para adentrarnos en el mundo de las emociones, primero se debe conocer qué es y para que nos sirve como personas. Para ello, utilizaremos argumentos de dos especialistas en la materia como son Geetu Bharwaney, fundadora y directora de “El World Limited”, una empresa dedicada a la inteligencia emocional, y Daniel Goleman, Psicólogo, periodista y escritor especializado en la inteligencia emocional.

En respuesta a qué es la inteligencia emocional, Geetu Bharwaney (2010, p 33), “la inteligencia emocional es la habilidad para sintonizar las emociones, comprenderlas y tomar medidas necesarias”. Esto lo podemos identificar cuando a cualquier persona hace un regalo a otra, y tanto el emisor como el receptor es capaz de identificar y expresar las emociones que se transmiten. Sin embargo, el término de inteligencia emocional aparece antes, propuesto por el Dr. Daniel Goleman (2008, p 75) que se define como: “la capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el desempeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con nuestras facultades racionales y por último, la capacidad de empatizar y confiar en los demás.

Ante estas definiciones, se saca en conclusión que la inteligencia emocional es un proceso evolutivo y madurativo social del ser humano por el cual somos capaces de conocer, gestionar y expresar nuestras emociones con nosotros mismo y con los demás a nivel social (de forma intrapersonal e interpersonal).

Atendiendo de nuevo a Goleman (2008) se identifican los siguientes componentes de la inteligencia emocional:

- Autoconocimiento emocional: conocer y ser conscientes de lo que sentimos y cómo lo transmitimos al igual que sus efectos.
- Autocontrol emocional: referido a los impulsos. Saber controlarlos y manejarlos.

- Automotivación: la finalidad y metas. Cuando las emociones nos impiden avanzar, este punto nos permite poder volver a hacerlo mediante la capacidad del uso correcto de las emociones.
- Empatía: es la capacidad de ponernos en el lugar y situación de otra persona compartiendo sus sentimientos y emociones.
- Las relaciones sociales: esto nos permite relacionarlos de una manera adecuada con los demás dando un sentimiento positivo.

Una vez conocemos estos ámbitos, esenciales para la evolución del ser humano tanto de manera propia como en ámbitos sociales, nos centraremos en el miedo, una de las emociones más primitivas que existen.

Como nos comenta el escritor Jose Antonio Marina¹ (2006, p 5 “la lucha por la vida conduce a una sofisticación continua de los procedimientos de protección”. Esto quiere decir que el miedo es una emoción más, la cual nos permite defendernos de algo externo que nos provoca terror y pánico. Como seres racionales, el instinto de defensa es algo natural, y el miedo nos permite protegernos ante algo o alguien que nos pueda causar algún tipo de dolor o daño. Sin embargo, esta emoción está presente en los primeros meses de vida y a los cuales un docente en el aula deberá enfrentarse cuando llegue el momento si quiere tratarlo con seguridad y de la forma correcta.

7.El miedo en la historia del arte

A lo largo de la historia, el arte ha sido un medio más de comunicación para expresar la época en la que se vivía, así como una contextualización y un modo de representar lo que allí estaba ocurriendo. La idea de centrarse en qué es lo que se expone y del modo en el que se hace es analizable desde las primeras obras de arte, arquitecturas creadas y figuras simbolizadas, ya que cada artista al crear su obra, expresa sus propias vivencias de manera distinta. Volcar una emoción o un sentimiento sobre un obra es un aspecto muy recurrente en la historia del arte, pues esto determinará el sello de identidad de la propia creación en sí misma. El miedo, terror, pánico o espanto por lo desconocido solía ser una temática que no todos los artistas escogían, pero que en el caso de hacerlo crearían obras que estremecerían a cualquiera que se atreviera a verlas. Algunas de las temáticas más recurrentes son la pobreza, la muerte, el infierno o los

¹ Anatomía del miedo: un tratado sobre la valentía (Jose Antonio Marina, 2006).

pecados son los más representados a lo largo del tiempo. No importa la técnica, la visión utilizada o corriente en la que se sitúe el artista ya que se buscaba la representación de aspectos totalmente terroríficos y abstractos difíciles de comprender.

A continuación analizaremos como se ha representado el miedo en sus infinitas formas a lo largo de la historia, tanto en pintura sobre lienzo o murales, en esculturas o en la propia arquitectura.

Figura 1:



Infierno, Hans Memling, 1485 ²

Una clara representación de un demonio que baila sobre el fuego del infierno mientras una serie de personas arden en él. Una clara representación del terror que conlleva este lugar acompañado de un emblema que dice: “en el infierno no hay redención”.

Figura 2:



(Fragmento) El jardín de las delicias, El Bosco, (1490 – 1500)

A principios del siglo XVI el pintor holandés Jheronimus Bosch crea una de las pinturas al óleo más famosas de la cultura occidental. Esta obra quiere mostrar un contexto social en el que, en función de como vivamos, obtendremos salvación o castigo. En el fragmento mostrado, nos situamos en la parte derecha del óleo, en que nos muestra el caos y el pecado en forma de

² Fig.17. Hans Memling, “Infierno”, Tríptico de la vanidad terrestre y de la redención, panel derecho, ca. 1485-1490. Estrasburgo, Museo de Bellas Artes.

castigo, lugar de desorden y desconcierto para cualquier que lo mire. Allá donde se observe, obtenemos información de lo que es moralmente mal visto y que nos conduce a este lugar de pesadilla.

Figura 3:



Saturno devorando a sus hijos, Pedro Paul Rubens, 1636

Posiblemente uno de los cuadros más famosos de Rubens, Saturno devorando a sus hijos nos muestra la historia de como Saturno (el Titán Kronos en la mitología griega) se ve obligado a comerse a sus propios hijos tras la declaración de un oráculo (Oráculo de Delfos) : “uno de tus hijos te despojará de tu trono y poder”. Lo más fascinante de esta obra, sin quitarle el añadido de que es una pintura grotesca, es que muestra el miedo del propio del propio Saturno ante la posible pérdida de todo lo que es suyo. Una obra fascinante que nos muestra que incluso entidades como dioses o criaturas de un poder inconmensurable sienten miedo y terror por lo desconocido y se ven obligados a tomar medidas desesperadas.

Figura 4:



La pesadilla, Henry Fuseli, 1781

Esta obra es también conocida como “El incubo”. En esta pintura al óleo se puede observar a una mujer (Anna Landoldt, conocida por ser la gran pasión de Fuseli) aparentemente dormida sobre la que sitúa un demonio incubo (demonio que se posa sobre una víctima durmiente con la finalidad de mantener relaciones sexuales con ella). Además, si nos percatamos a la izquierda

del cuadro hay una cabeza de Carballo que observa la escena. Se quiere insinuar con esto conceptos como la violación o el voyeurismo.

Figura 5:



El fusilamiento del 3 de Mayo, Francisco De Goya, 1814

Una de las obras más famosas de Francisco De Goya, ubicada en el Museo Nacional Del Prado (Madrid) busca representar de manera totalmente explícita la brutalidad de la guerra y los actos más deplorables que esta conlleva. Una reacción a esta obra fue declarada por Luis de Borbón (1814): “sus ardientes deseos de perpetuar por medio del pincel las más notables y heroicas acciones o escenas de nuestra gloriosa insurrección contra el tirano de Europa”. Una decisión de acercar el acto de la guerra por parte de Francisco De Goya al ciudadano de a pie y ver en primera instancia el caos y destrucción de vidas humanas que esta genera.

Figura 6:



El fantasma de la pulga, William Blake, 1814).

El poeta y pintor William Blake representa en esta obra a una criatura antropomórfica mitad bestia, mitad hombre. La gama de colores utilizada, el paso del tiempo y la criatura como eje central de la obra, hacen que esta pintura sea escalofriante. Según William Blake: “los seres humanos a veces son confinados al tamaño y forma de insectos, pues están tan sedientos de

sangre que si tuviesen el tamaño de un caballo beberían tanta que despoblarían a gran parte del país”. (The Guardian, 19 abril 2003)

Figura 7:



Saturno devorando a sus hijos, Francisco De Goya, 1823

Al igual que la obra vista anteriormente, esta obra representa el intento de salvación de Saturno tras la predicción del oráculo. La diferencia entre esta obra y la pintura de Rubens, es que aquí se le da el estilo personal De Goya. El terror y el salvajismo que representaba la obra anterior se ve reflejada ahora en trazos más agresivos, colores más oscuros y la cara de crueldad con la que Saturno observa.

Figura 8:

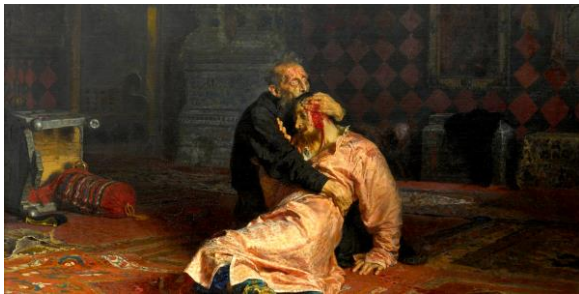


Isla de los muertos, Arnold Böcklin, 1883

Böcklin realizó varias versiones de la misma pintura (y esta es una de ellas) en la que buscaba representar aquí el tránsito de la vida y la muerte, proyectando en una preciosa obra el camino que se recorrería desde el mundo de los vivos hasta el Hades (reino de los muertos en la mitología griega) a través de una barca, manejada por el barquero Caronte atravesando el río Estigia. En la obra podemos observar el barco donde hay una pequeña figura blanca (un espíritu que murió hace poco) llegando al reino de Hades. En esta obra vemos nuevamente la concepción de la

mitología y más concretamente el camino que lleva a la muerte. Esta obra se encuentra en el Museo Metropolitano de Nueva York.

Figura 9:



Iván el terrible y su hijo, Ilya Yefimovich Repin, 1885

En esta pintura de óleo sobre lienzo se representa a Iván IV el Terrible, primer zar del imperio Moscovita y a su primogénito Iván. Aquí, más allá de la representación de que un padre acaba de asesinar a su propio hijo en un ataque de ira, se escoge el terror como el vivo retrato en la cara del padre, que observa con la mirada desencajada lo que acaba de ocurrir. La imagen, el escenario y el acompañamiento de las caras de ambos personajes es estremecedora.

Figura 10:



El grito, Edvard Munch, 1893

El famoso cuadro al óleo de Munch y uno de las obras más famosas del mundo (junto a la Gioconda de Leonardo Da Vinci). Este cuadro representa la agonía y la angustia de una persona. Sin embargo, esta obra se cuela en la lista ya que aunque su gama de colores sean cálidos y llamativos, lo que intensifica la escena es una persona que esta aterrorizada ante algo o alguien debido a las gesticulaciones de su rostro.

Figura 11:



La plaga, Arnold Böcklin 1898

Otra obra de Böcklin se adentra en esta lista. El artista representa un contexto donde la peste bubónica³ arrasaba a la población. La obra busca representar la fuerte propagación de esta epidemia, que dejó millones de muertos. Así pues la propia entidad de la muerte representada como una figura oscura con una guadaña sega vidas en su marcha entre las calles de la ciudad.

Figura 12



Angst, Alfred Kubin, 1903

El ilustrador y escritor austriaco Alfred Kubin es uno de los mayores dibujantes del siglo XX. El universo que Kubin intenta transmitir se basa en la soledad, en visiones y alucinaciones y de la muerte. Así pues Alfred Kubin representa en sus dibujos seres antropomorfos dotados de malicia y de contextos oscuros en los que la luz (bastante carente) solo se dedica a dibujar siluetas en la penumbra. Angustia es una de sus obras más perturbadoras, pero todas las demás se caracterizan por ser extremadamente terroríficas y espeluznantes.

³ La peste bubónica o peste negra fue una pandemia mundial, la más devastadora hasta día de hoy, que asoló Eurasia (Europa y Asia). La enfermedad durante 1347 hasta 1353 se propagó a través de las ratas que infectaban a la población y debido a la pobreza que existía entre la sociedad en las que se rodeaban, causando así entre 80 y 200 millones de muertes.

Figura 13:



El rostro de la guerra, Salvador Dalí, 1940

El excéntrico pintor Salvador Dalí no siempre se dedicó a dibujar paisajes excéntricos y situaciones carentes de lógica. En otras ocasiones trazaba obras como El rostro de la guerra, en la que representa con total agonía la muerte y el impacto emocional y doloroso que la Segunda Guerra Mundial provocó.

Figura 14:



Silla eléctrica, Andy Warhol, 1964

Una representación de “humor negro” del célebre artista Andy Warhol. Esta obra (al igual que la inmensa mayoría de ellas) tratan sobre el horror y el “tabú” que rodea a la muerte, plasmando en ella una máquina de tortura como es una silla eléctrica. “Todo lo que hago está relacionado con la muerte”, afirmó Warhol.

Sin embargo, no podemos decir que el miedo se plasme solo y únicamente sobre un lienzo, al contrario, ya que desde hace siglos se manifiesta figuras del miedo también en esculturas sobre mármol o en la arquitectura sobre la roca.

La escultura por ejemplo, nos permite darle más profundidad y la posibilidad de analizar más partes de la figura que se está representando. Esta característica le permitirá al artista utilizar más detalles o incluir más de ellos en un contexto su creación.

Figura 15:



El beso de la muerte, Jaume Barba, 1930⁴

En la arquitectura sin embargo, podremos decir podemos distinguir dos estilos que se marcan como terroríficos, o que están emparejados con cierto misticismo por las leyendas que los acompañan: los estilos gótico⁵ y neogótico⁶

Figura 16:



Duomo de Milán, Milán (1386)

⁴ El beso de la muerte está hecha en mármol y se encuentra el cementerio de Poblenou, Barcelona. Algunos personas atribuyen esta obra a Joan Fontbernat.

⁵ Estilo artístico situado entre el románico y el Renacimiento, desarrollado en Europa Occidental en la Baja Edad Media, desde finales del siglo XII hasta el siglo XV.

⁶ Movimiento artístico historicista arquitectónico y decorativo que creció a finales del siglo XVIII y principios del siglo XIX.

Como conclusión, podemos decir que en toda la historia del arte la representación de aquello que nos causa pánico o terror se ha llevado haciendo durante toda la historia de la humanidad. El ser humano es capaz de expresarse de diversas formas y es capaz de plasmar sentimientos y emociones de infinitas formas distintas. La complejidad está en ver como espectadores cómo se plasma y qué intenta transmitir el artista al crear su obra. Podemos decir que aunque la capacidad de creación es muy alta, la mayoría de los artistas coinciden en qué es lo que deben plasmar que cause auténtico pavor. Temáticas como la muerte, la guerra, la pérdida, el conflicto, lo desconocido o la oscuridad son conceptos recurrentes que estos artistas representan sea cual sea el formato. La auténtica genialidad de estas representaciones es hacer una imagen globalizada, esto quiere decir que observe quién la observe, seamos capaces de llegar a la misma conclusión independientemente de nuestras experiencias emocionales.

8. Conocimientos, métodos y estrategias para la intervención del miedo.

Como ya sabemos, el miedo es un sentimiento que nace en los niños y niñas en edades muy tempranas. Esto es relativamente normal, ya que el miedo nos hace protegernos ante objetos, cosas o situaciones que nos generan inseguridad de manera casi primitiva. Debemos tener en cuenta que estos niños y niñas al principio de su etapa evolutiva pueden desarrollar miedos a cosas que son totalmente normales y que forman parte de su día a día (dormir, al interactuar con extraños, la oscuridad...). Nuestra labor como docente se centrará en identificar estos miedos, tratarlos y gestionarlos de la manera más eficiente posible y así poder erradicarlos con el fin de que no sean un obstáculo para la futura docencia del propio alumnado. Esto debe ser comunicado a la familia también, ya que con su ayuda podremos trabajarlos de la manera más positiva. Si no tenemos cuidado, los miedos podrían acabar convirtiéndose en fobias (miedos que sobrepasan lo racional) y a su vez convertirse en ansiedad (un miedo que se produce sin una causa específica y puede provocar problemas de salud).

Para ello, debemos diferenciar los dos medios más comunes para un alumno/a en su día a día y donde podremos identificarlos y llevar a cabo nuestro cometido: el aula y el hogar.

8.1.Las fases del miedo

Primera etapa (0 – 3 años): según algunos autores (Valiente y cols., 2003; Banus, S.Li.,2011) los niños y niñas en sus primeros años de vida conciben el miedo como tal, si no que es pasada esta etapa donde el miedo se intensifica y se le reconoce como tal. Una vez se llega a la edad entre 1 y 3 años, existe el miedo por separación, el cual conlleva un proceso de desapego emocional que irá creciendo con el paso de los años.

Etapa preescolar (3 – 5 años): las relaciones sociales crecen a la par que es desarrollo madurativo a los que debemos sumarle la gran cantidad de estímulos a los que el alumnado se enfrenta. Así pues, en esta etapa pueden empezar a aparecer la creación o imaginación de monstruos, fantasmas, o personajes que están fuera de la realidad. Debemos añadir que esto puede avanzar hasta la edad adulta.

Etapa escolar (6 – 11 años): el alumnado cada vez se sitúa más dentro de un contexto y sus relaciones interpersonales crecen. Con el paso de los años, las leyes y normas de la sociedad van creando una personalidad junto al contexto y existe el miedo y temor a ser desplazado, no alcanzar objetivos, etc.

Antes de comenzar, debemos tener en cuenta una serie de aspectos esenciales tanto en un medio como otro, y en función de ellos, trabajar de una manera u otra:

- El miedo o terror que sufre un niño/a debe atenderse o trabajarse si ello conlleva a que le impida avanzar en su proceso de aprendizaje.
- Debemos prestar atención si los miedos, terrores y/o fobias siguen persistiendo con el paso del tiempo.
- Estos miedos pueden variar en función de la edad y de las propias vivencias (algo a tener en cuenta).
- En la etapa entre los 6 meses a 2 años se considera que no existe el miedo propiamente dicho, ya que estos temores se generan a raíz del desapego emocional con el padre y/o la madre y a la interacción con desconocidos. Es más, esto significa un fuerte proceso evolutivo y a durativo, por lo que es una respuesta positiva y no negativa.
- De 2 a 6 años si existe el miedo como definición y puede transformarse en fobias. Hay que añadir que los miedos producidos en esta etapa se centran más en estímulos imaginarios y abstractos (como son los fantasmas, por ejemplo) y además, se produce el miedo hacia los animales.

9. La literatura como medida para el tratamiento de los miedos en la educación infantil

García (1999) comenta que: “contar, narrar o relatar un cuento no es sino traducir imágenes y emociones en sonidos y movimientos” (p. 163).

Gracias a la literatura, esta puede afectar directamente a las emociones y sentimientos de los niños y niñas. Más concretamente, Gutiérrez y Moreno (2001) nos comentan las grandes facultades que enlazan ambos termino:

- Las historias que relatamos son vividas, esto quiere decir que el alumnado las acoge como suyas y las relaciona con sus propias experiencias.
- Es más fácil captar el mensaje de esta forma, ya que es un medio el cual llama su atención y es capaz de mezclar ambos mundos.
- Es fácil sentirse relacionado con lo que la historia o trama nos cuenta, esto quiere decir que es más sencillo hacer que los niños y niñas vean reflejadas sus emociones con lo que nos cuentan.

Para que esta propuesta educativa surja efecto, debemos conocer ámbitos importantes para que sea efectiva. El primero y más importante, se basará en un aprendizaje significativo para el alumno/a construido sobre un sistema constructivista⁷. Gracias a la motivación y atractivo del formato acercaremos al alumnado al desarrollo del aprendizaje. Un aprendizaje globalizado, en el que cada alumno y alumna tiene su propio proceso de aprendizaje y experiencias, provocando que construya su conocimiento con el que ya posee. Una participación activa proporcionará un aprendizaje y desarrollo activo. Debemos ser capaces de adaptar el ritmo de aprendizaje a cada alumno debido a sus características. Cuando hablamos de participación también hacemos mención al apartado a las relaciones intrapersonales e interpersonales del alumno/a lo cual es esencial para su desarrollo social y afectivo. Para la construcción de este aprendizaje necesitamos conocer el punto de partida, esto quiere decir que deberemos evaluar los procesos ya aprendidos del alumnado antes de iniciar el proyecto.

⁷ Corriente pedagógica que consiste en la entrega al estudiante de herramientas necesarias que permita construir su propios conocimientos para resolver una situación.

10.Creación de un cuento ilustrado: “No tengo miedo”.

El proyecto que he decidido presentar para el correcto trabajo emocional del miedo consiste en la presentación de un libro ilustrado. Como hemos citado antes, el uso de la literatura en cualquier ámbito es positiva por diversos motivos:

- El alumnado aprende de manera lúdica.
- Si tienen conocimientos de lectura esto les ayudará a forjarla dando lugar a un aprendizaje que motive su dependencia.
- Podemos jugar con la percepción que cada alumno tiene del propio formato del libro.
- Inculcamos el contexto histórico en el que viven, así como tradiciones y costumbres que cada día se ven más en la sombra debido a los avances tecnológicos.
- Es una manera más atractiva de atraerlos a temáticas que les puedan interesar.

En este libro podremos observar que la oscuridad prevalece mucho a medida que se pasan las páginas, ya que buscamos la penumbra, los colores apagados (en la gran mayoría de páginas) y cualquier estímulo para que el alumnado al verlo, se pueda ver identificado con sus mayores temores. No es en medida extenso, ya que esto podría resultar tedioso y difícil de ajustar a una programación didáctica. La intencionalidad escondida de este relato es que no se centra específicamente a un miedo determinado, si no que cita varios para ajustarse más a las personalidad del lector u observador.

Título: No tengo miedo

Argumento:

- Presentación: Mario, un niño simpático agradable se encuentra en el jardín de su casa jugando. Al caer la noche, debe regresar a casa y estar con su abuelo ya que sus padres han salido. Aunque en primera instancia Tom no lo vea, es capaz de sentir que hay algo en la casa, oscuro y aterrador.
- Nudo: tal y como Mario sospechaba, un monstruo oscuro lo acecha desde las paredes y el techo. Algo tenebroso se mueve desde las sombras, pero nuestro protagonista no le teme. Es más, Mario se arma de valor, y decide toparse con él y no evadirlo. Para su sorpresa, el monstruo no es para nada aterrador. Nuestro aparentemente agradable y sencillo monstruo se dedica a intentar asustar a Mario, pero sin éxito. Mario le comenta al monstruo que él no le teme a muchas cosas, pero que gracias a su ayuda, acabará por

dejar de tenerle miedo a todas ellas gracias a la curiosa habilidad que nuestro monstruo posee: tiene la extraordinaria cualidad de poder transformarse en cualquier cosa.

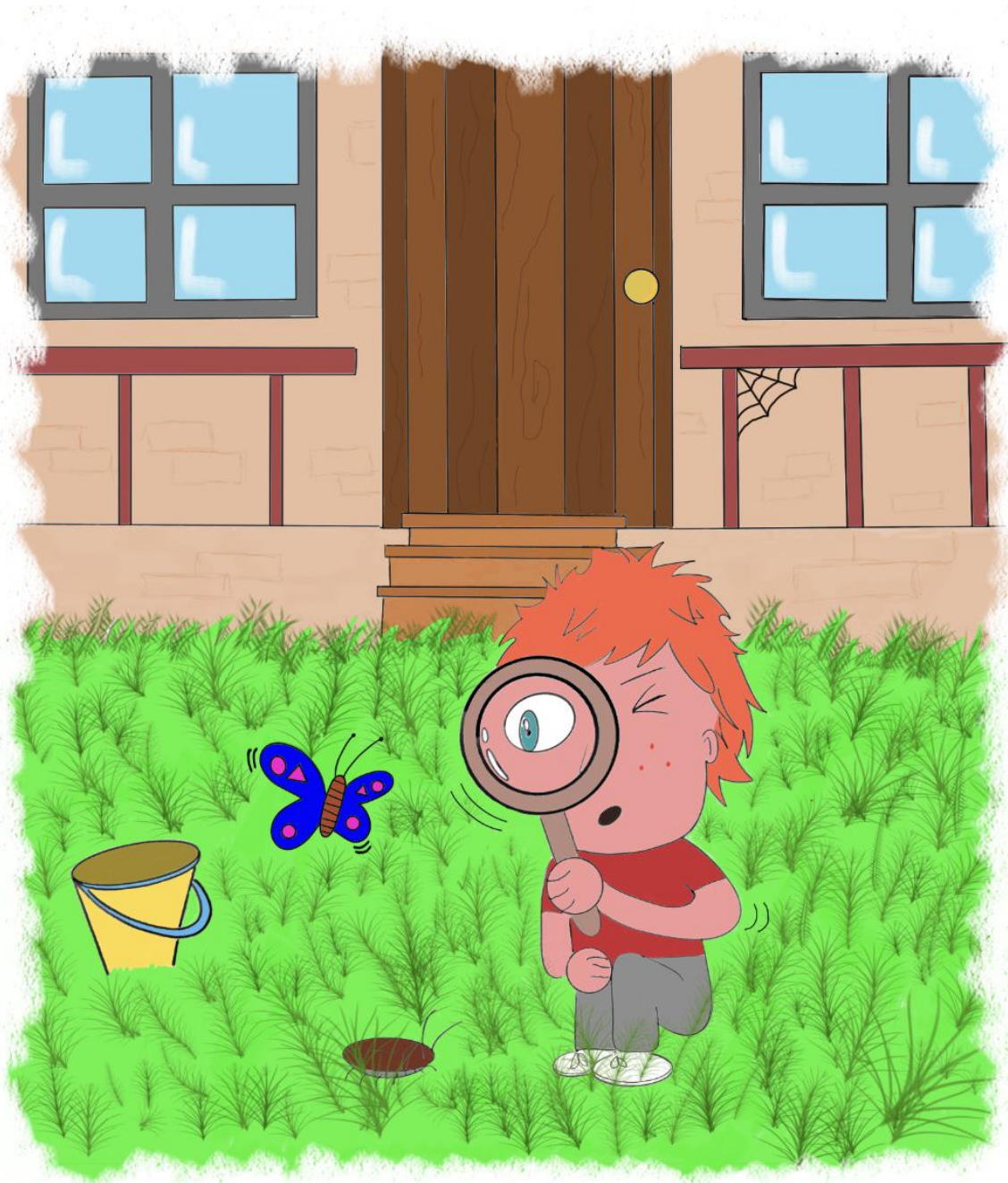
- Desenlace: gracias a la ayuda del monstruo, Mario es capaz ahora si de enfrentarse a sus más peores miedos, yendo a por ellos de forma directa y adaptando su ritmo para acercarse a ellos. El monstruo agradece la amistad creada y gracias a ella, le promete que si Mario precisa en el futuro su ayuda para enfrentarse a algún miedo, lo ayudará a combatirlo.

El libro ilustrado presentado está realizado a través de la aplicación “SketchBook”⁸, consta de 20 hojas más la portada y nos transmite el mensaje de que no es necesario enfrentarse a los miedos solos, ya que siempre se nos brinda la oportunidad de recibir ayuda para superarlos.

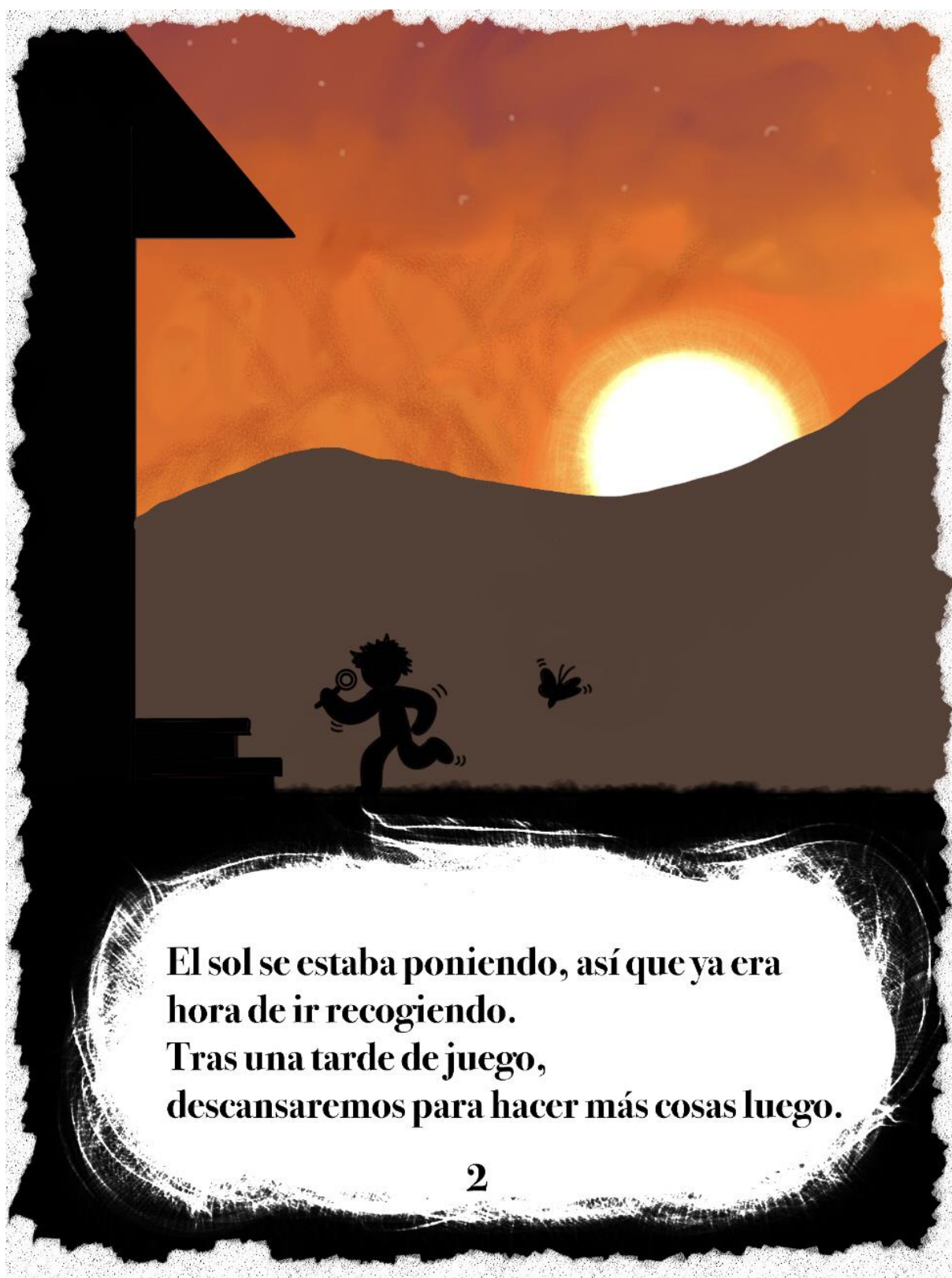
⁸ Aplicación virtual gratuita para cualquier dispositivo de diseño gráfico.

10.1. Ilustraciones





**Este es Mario, un chico poco miedoso
y el más simpático de su barrio. Es bajito,
pelirrojo y azules es el color de sus ojos.**





**Papá y mamá habían salido con el coche
y antes de darnos cuenta, se había hecho
de noche .**

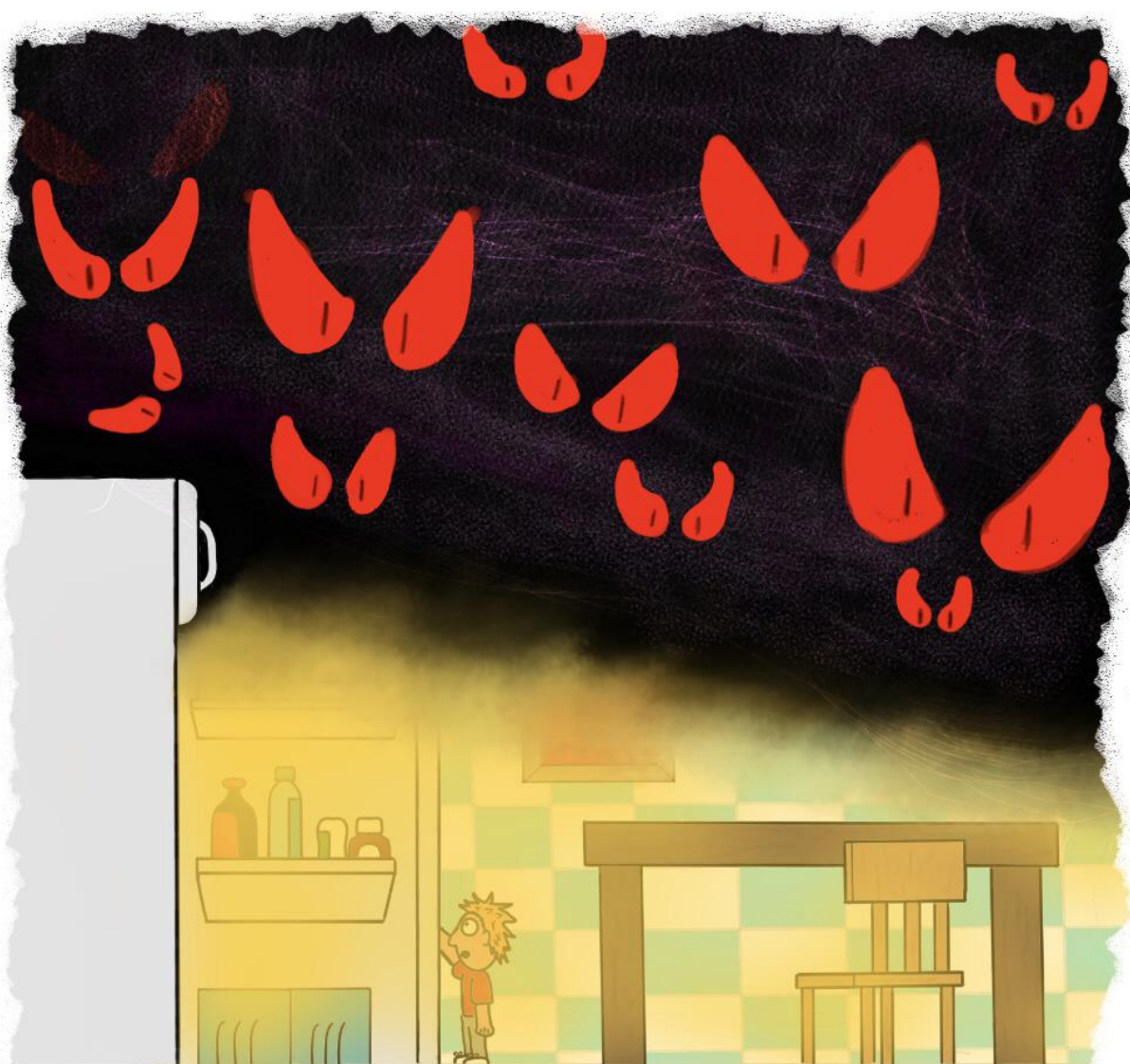
3



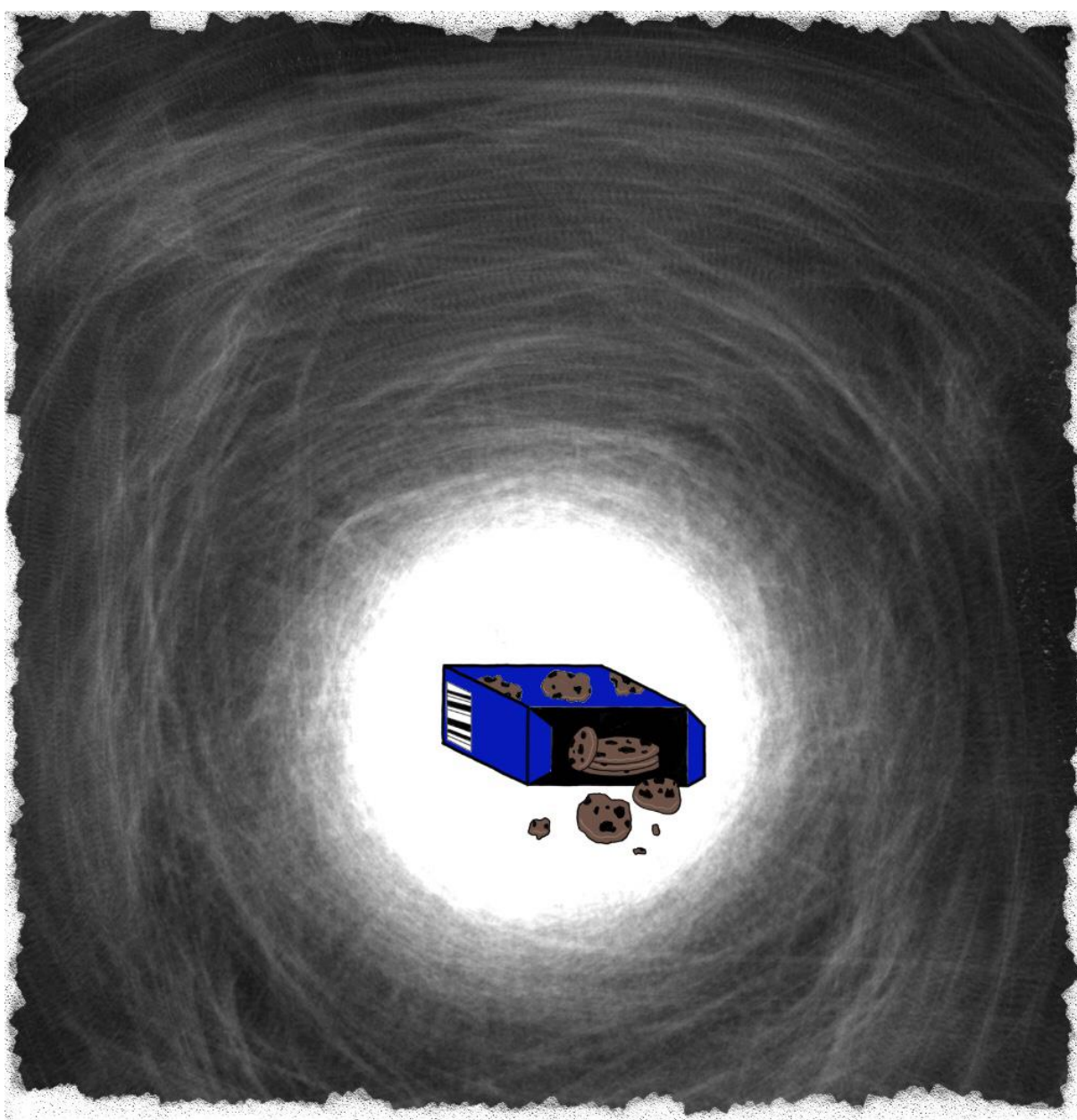
**Algo ocurre en esa casa, no sabemos lo que pasa,
y mientras el abuelo dormía, algo sobre el suelo,
techo y paredes se movía.**



**“Tiene pinta de ser algo terrorífico”, dijo.
Aunque vaya hambre, mejor voy a buscar
algo al frigorífico.**



**Unos grandes ojos rojos miraban desde las sombras.
Parecía que estuvieran hasta debajo de la alfombra.**



Pensó: “vaya, ahora que mi papá está a dieta, ¿dónde habrá puesto la caja de las galletas?”.



**Una vez encontradas, una figura se colocó
delante de él mientras se las tragaba.**



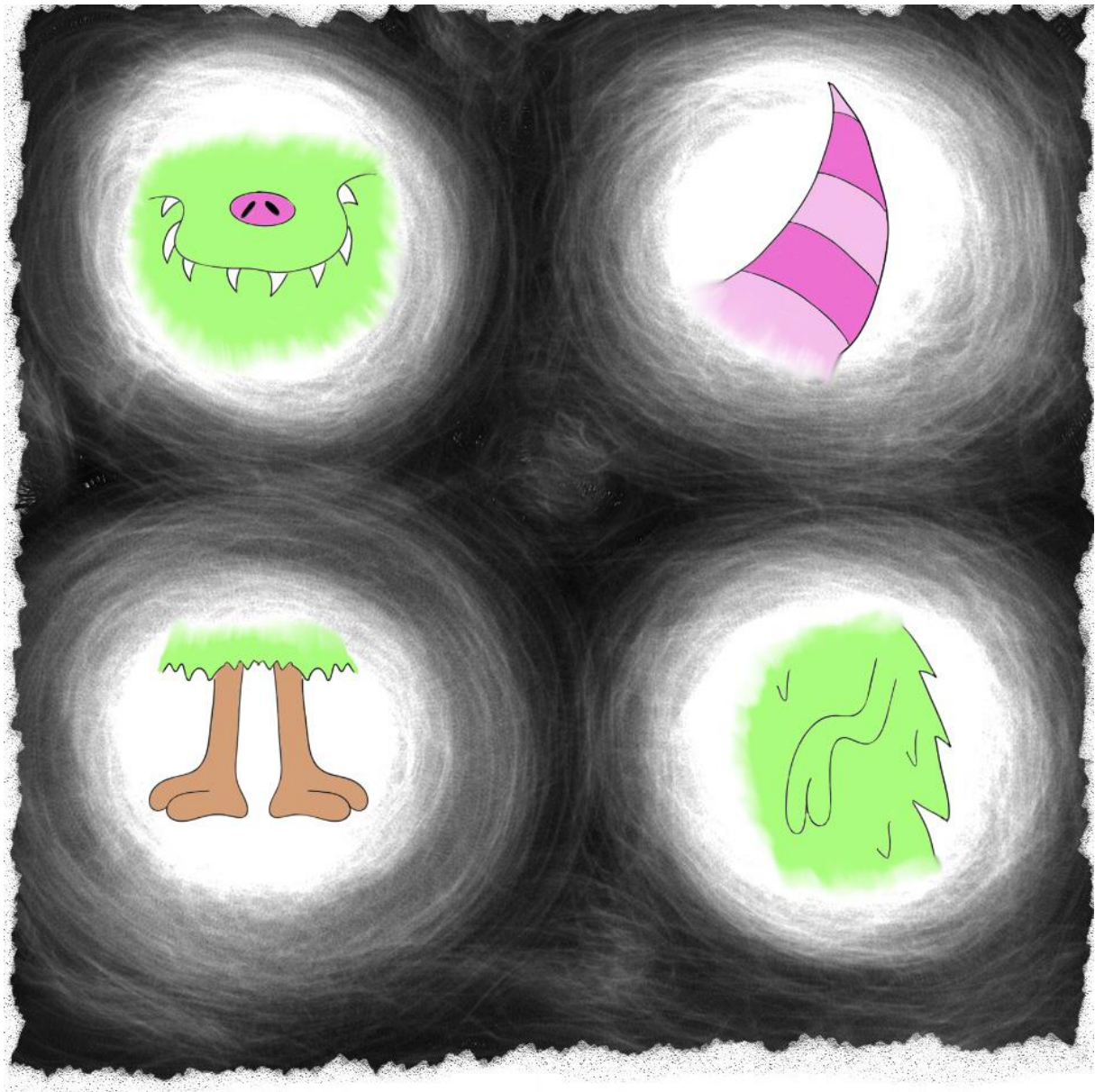
**Un fantasma oscuro y con los ojos rojos,
que le molestaba más que cuando tenía piojos.**



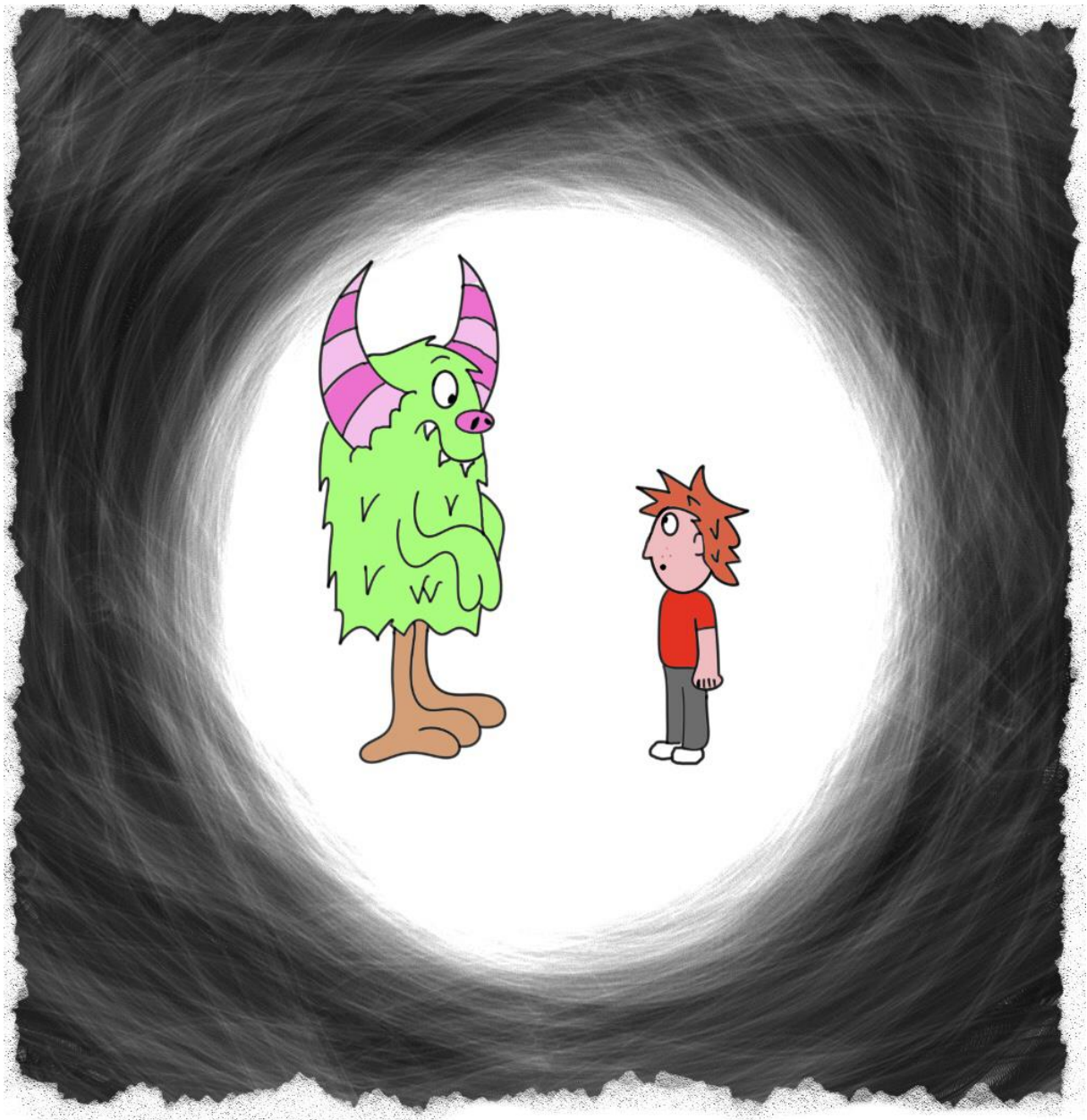
Pero... fijándose bien y con mucho esmero, se dio cuenta de que aquel fantasma no daba tanto miedo.



No sabríamos decir qué era aquella cosa, pero para nada asustaba y tenía cara graciosa.



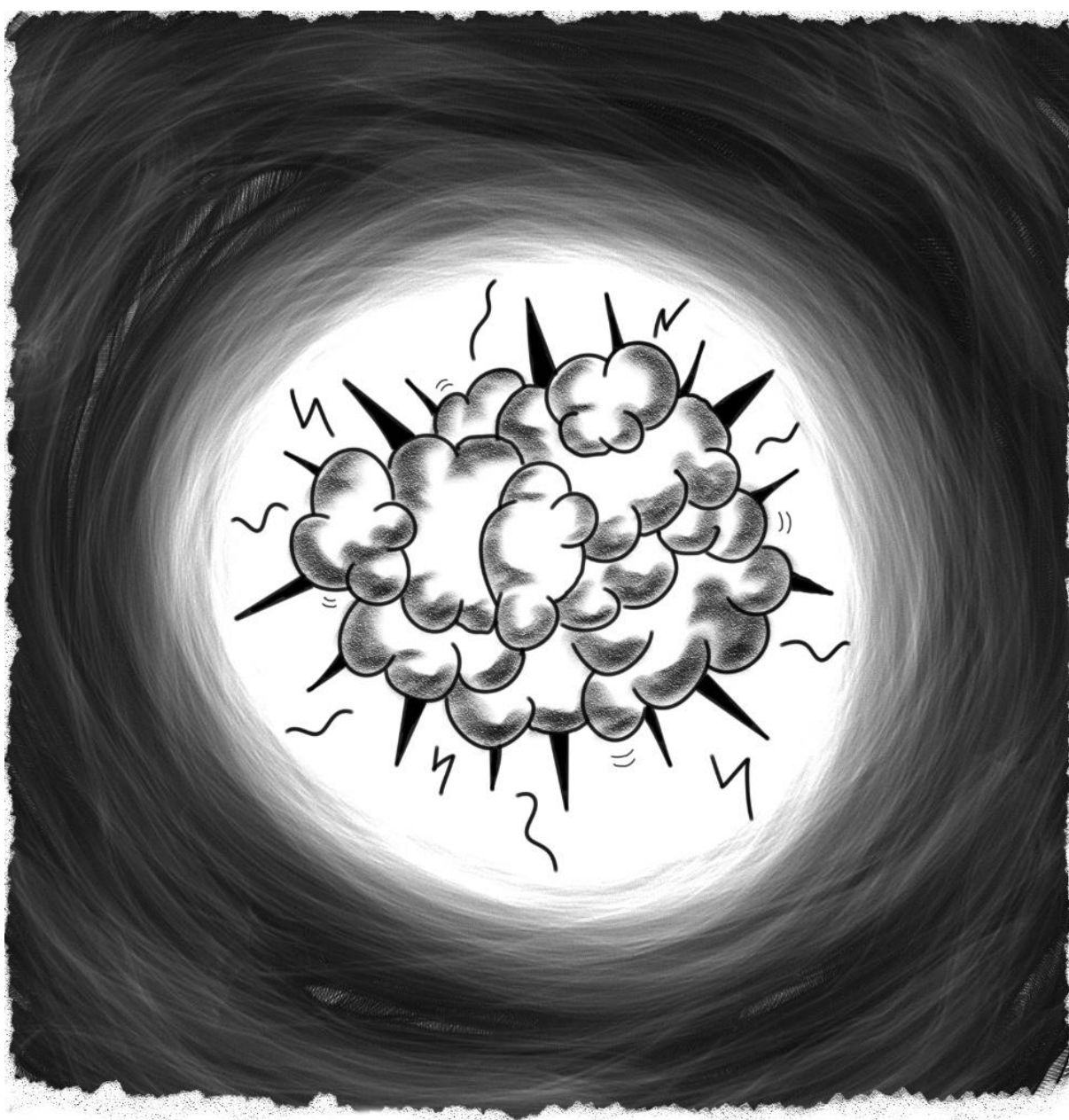
Tenía nariz de cerdo y cuernos que parecían caramelo, además de una patas largas y un pelaje de terciopelo.



“Voy a asustarte de manera brusca” dijo, y Mario le contestó: “pero si a mi casi nada me asusta”.



“Poseo un increíble poder con el que seguro me podrás temer”, dijo el monstruo, casi sin dejar a Mario responder.



“Puedo convertirme en las cosas que más miedo te dan, y si te pillo despistado, un buen susto te podré dar”.



“Da igual lo que sea, serpientes, ratas o perder a un juego. Con este poder, haré que tiembles del miedo”.



Pero Mario solo le tenía miedo a la oscuridad, y con la ayuda del monstruo, conseguiría hacerlo de una forma sin igual.



“Si por cualquier cosa hay nuevos miedos que crezcan, yo te ayudaré sin descanso hasta que desaparezcan”.



**Y así lo hizo, como si se tratara de un hechizo,
el monstruo ayudaría a Mario en los sitios oscuros,
se lo agradecería y no tendría miedo en el futuro.**



Desde aquel entonces, se convirtieron en amigos sinceros.

¿Quieres un consejo?

Si tienes miedo, dínoslo
y te ayudaremos.

20

A black and white artistic illustration of a tunnel. The tunnel's interior is composed of numerous concentric, hand-drawn lines that create a sense of depth and perspective, drawing the viewer's eye toward a bright, circular light at the far end. The word "Fin" is written in a large, bold, serif font, centered within the bright light at the end of the tunnel. The overall effect is one of closure and finality.

Fin

11. Conclusión

En mi opinión, debemos reconsiderar el hecho de que el miedo es una emoción que está presente en nuestra etapa como docentes, por lo que será necesario abordarla de la mejor manera posible. Debemos ser conscientes de que el desarrollo de la inteligencia emocional es un proceso esencial en la etapa evolutiva de nuestro alumnado y debemos conocer también las técnicas y parámetros adecuados para poder tratarlo. La opción de usar la lectura, la literatura o los cuentos nos permitirá un camino más sencillo y más dinámico para ellos y ellas, lo cual creará un canal de comunicación en los que ambos saldremos beneficiados: nosotros como docentes y ellos como alumnado. En resumen, la literatura nos abre un sinfín de posibilidades para tratar cualquier tipo de aspecto que por desgracia, las nuevas tecnologías abarcan cada vez más, pero si una estrategia es buena y efectiva, no debemos pasarla por alto y usarla. También añadir la importante labor que ejerce sobre este trabajo el poder de un libro ilustrado. Crearlo es una tarea compleja que nos permitirá ejercer nuestro papel de docente y así llegar al alumnado de una manera más sencilla posibilitándonos la tarea de proporcionar un proceso evolutivo positivo y constante. Para finalizar, acabaremos este proyecto con una cita de un poeta español, Alonso de Ercilla y Zúñiga: *“el miedo es natural en el prudente, y saberlo vencer es ser valiente”*.⁹

⁹ Esta cita carece de fuentes.

11.Referencias

- Palabras clave. Diccionario de la Real Academia Española (s.f) Cultura. En el diccionario de la lengua española. Extraídas en 28 de Mayo de 2021 de <https://www.rae.e>.
- José Julio García Arranz (2019).En las fauces de Leviatán: contextos iconográficos de la boca zoomorfa del infierno en el imaginario medieval. Edición Complutense.
<https://revistas.ucm.es/index.php/DMAE/article/download/66814/4564456552760>
- Samuel Loaisia Cobos (2020)Universidad Politécnica de Valencia. Facultad de Bellas Artes
<https://riunet.upv.es/handle/10251/148407>

Editorial Faros (2015), Seis consejos para ayudar a los niños a superar sus miedos y fobias
<https://faros.hsjdbcn.org/es/articulo/seis-consejos-ayudar-ninos-superar-miedos-fobias>

Figuras:

Figura 1, Infierno, Hans Memling, 1485 extraído de:

<https://culturacolectiva.com/arte/las-mejores-pinturas-de-miedo-en-la-historia-del-arte-parte-1>

Figura 2, El jardín de las delicias, El Bosco, (1490 – 1500) extraído de:

<https://www.museodelprado.es/aprende/enciclopedia/voz/jardin-de-las-delicias-el-el-bosco/578702d4-4420-4e97-8518-8363a1fc2c9e>

Figura 3, Saturno devorando a sus hijos, Pedro Paul Rubens, (1636) extraído de:
<https://culturacolectiva.com/arte/las-mejores-pinturas-de-miedo-en-la-historia-del-arte-parte-1>

Figura 4, La pesadilla, Henry Fuseli, (1781) <https://culturacolectiva.com/arte/las-mejores-pinturas-de-miedo-en-la-historia-del-arte-parte-1>

Figura 5, El fusilamiento del 3 de Mayo, Francisco De Goya, (1814) extraído de:
<https://www.museodelprado.es/aprende/enciclopedia/voz/3-dlos-fusilamientos-de/f0f52ca5-546a-44c4-8da0-f3c2603340b5>

Figura 6, El fantasma de la pulga, William Blake, (1814) extraído de :
<https://culturacolectiva.com/arte/las-mejores-pinturas-de-miedo-en-la-historia-del-arte-parte-1>

Figura 7, Saturno devorando a sus hijos, Francisco De Goya, 1823 extraído de:
<https://www.revistaad.es/arte/galerias/obras-arte-muy-terrorificas/13030>

Figura 8, La isla de los Muertos A.Böcklin (1883) extraído de: <https://historia-arte.com/obras/la-isla-de-los-muertos>

Figura 9, Iván el terrible y su hijo Ilya yefimovich (1885) extraído de:
<https://es.rbth.com/cultura/83134-pinturas-rusas-famosas-explicadas-ivan-el-terrible-y-su-hijo>

Figura 10, El Grito, Edvard Munch (1893) extraído de:
<https://www.revistaad.es/arte/galerias/obras-arte-muy-terrorificas/13030?image=60c22732c13d5c8c1282e95a>

Figura 11, La plaga A. Böcklin (1898) extraído de:
<https://www.revistaad.es/arte/galerias/obras-arte-muy-terrorificas/13030?image=60c22732c13d5c8c1282e95a>

Figura 12, Angst Alfred Kubin (1903) extraído de:

<https://www.revistaad.es/arte/galerias/obras-arte-muy-terrorificas/13030?image=60c22732c13d5c8c1282e95a>

Figura 13, El rostro de la Guerra, Salvador Dalí (1940) extraído de:

<https://www.revistaad.es/arte/galerias/obras-arte-muy-terrorificas/13030?image=60c22732c13d5c8c1282e95a>

Figura 14. Silla eléctrica, Andy Warhol (1964) extraído de:

<https://www.revistaad.es/arte/galerias/obras-arte-muy-terrorificas/13030?image=60c22732c13d5c8c1282e95a>

Figura 15, El beso de la muerte, Jaume Barba (1930) extraído de:

<https://barcelonasecreta.com/el-beso-de-la-muerte-poblenou/>

Figura 16, Duomo de Milán (1386) extraído de:

<https://www.milan-museum.com/es/duomo-catedral-de-milan.php>

-