



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

TRABAJO DE FIN DE GRADO

Grado en Educación Infantil

Convocatoria: Diciembre 2018

**CÓMO AFRONTAR LOS MIEDOS A TRAVÉS DE
LA EXPRESIÓN LITERARIA Y PLÁSTICA**

Autora: Judith Tordable Benallas

Tutor: Tomás Peláez Reoyo

No es más valiente quien no tiene miedo,
sino quien sabe conquistarlo.
Nelson Mandela

RESUMEN:

Los niños tienen distintos miedos durante su crecimiento. La mayoría son miedos evolutivos, de intensidad leve, que poco a poco van desapareciendo cuando el individuo va madurando.

A través de este trabajo “*Cómo afrontar los miedos a través de la expresión literaria y plástica*” se muestra cómo trabajar dicha emoción en un aula de Educación Infantil, con el objetivo de expresar, compartir y afrontar sus temores utilizando diversas estrategias.

Las actividades están plasmadas desde un enfoque lúdico y motivador para que el alumno disfrute mientras aprende diferentes técnicas para vencer los miedos.

PALABRAS CLAVE: miedos, expresiones, cuentos, dibujos, niños, Educación Infantil.

ABSTRACT:

Children have different during their growth. Most are evolutionary fears, of slight intensity, which gradually disappear when the individual matures.

Through this dissertation “*How to face fears through literary and plastic expression*” shows how to work this emotion in a classroom of Early Years Education, with the aim of expressing, sharing and addressing their fears using different strategies.

The activities are shaped from a playful and motivating approach for the student to enjoy while learning different techniques to overcome fears.

KEY WORDS: fears, expressions, stories, drawings, children, Early Years Education.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	5
2. OBJETIVOS.....	7
3. JUSTIFICACIÓN.....	8
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	
4.1. Los miedos en Educación Infantil.....	12
4.1.1- El concepto del miedo infantil.....	12
4.1.2- Diferenciación entre miedo, ansiedad y fobia.....	13
4.1.3- Teorías sobre los miedos.....	16
4.1.4- Evolución de los miedos con la edad.....	18
4.1.5- Manifestación del miedo.....	20
4.1.6- Pautas de actuación sobre los miedos infantiles.....	21
4.2. Los miedos a través de la expresión plástica y literaria.....	23
5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	
5.1. Contextualización.....	26
5.2. Objetivos.....	27
5.3. Metodología.....	29
5.4. Temporalización.....	30
5.5. Actividades.....	31
5.5.1- Actividades de inicio.....	31
5.5.2- Actividades sobre el miedo a los monstruos.....	33
5.5.3- Actividades sobre el miedo a la oscuridad.....	36
5.5.4- Actividades sobre el miedo a los fantasmas.....	39
5.5.5- Actividad de evaluación.....	41
5.6. Evaluación.....	41
5.7. Análisis de los resultados.....	43
5.8. Sugerencias para las familias.....	44
6. LIMITACIONES Y CONCLUSIONES	
6.1. Limitaciones.....	46
6.2. Conclusiones.....	46
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	48
8. ANEXOS.....	50

1. INTRODUCCIÓN.

Este proyecto se centra en trabajar los miedos a través de la expresión literaria y plástica destinado a alumnos del segundo ciclo de Educación Infantil (concretamente 3 años). La mayoría de los niños ¹ sienten miedo a lo largo de su infancia. Es por esto, que el profesorado de los centros tiene que estar lo suficientemente cualificado y debe conocer las diferentes estrategias para trabajar el tema de los miedos en una clase de Educación Infantil.

La estructura del proyecto está dividido en siete partes en las que a continuación desarrollo y analizo.

- En la primera parte marco unos objetivos que se pretenden lograr a través de este trabajo.
- En la segunda parte se justifica la elección de este tema y la importancia de trabajarlo en edades tempranas. A continuación, se muestra las competencias generales adquiridas tras haber estudiado el Grado Maestro en Educación Infantil.
- En la tercera parte se trata la fundamentación teórica de los miedos en Educación Infantil en el que podremos ver el concepto del miedo, la diferenciación entre el miedo, ansiedad y fobia, teorías sobre los miedos, la evolución de los miedos infantiles, manifestación del miedo y pautas de actuación sobre los miedos infantiles, todo esto partiendo de diferentes autores. También se muestra diferentes estrategias para afrontar los miedos a través de la expresión literaria y plástica.
- En la cuarta parte, encontraremos la propuesta de intervención. Se pueden observar diferentes actividades para trabajar el miedo a los monstruos, a la oscuridad y a los fantasmas. Todas ellas descritas teniendo en cuenta su duración, objetivos, descripción y materiales. Además, podemos ver los análisis de resultados de la propuesta de intervención, así como, algunas sugerencias para las familias.
- En la quinta parte, se muestra las limitaciones al realizar el trabajo y las conclusiones generales.
- En la sexta parte, se muestra las referencias bibliográficas utilizadas para elaborar este TFG.

¹ Nota: Niño/ s. Se utilizará como genérico, es decir, tanto como para niño como para niña.

- Y en última parte, se adjuntan los anexos, los cuales hace referencia a los recursos utilizados para realizar la propuesta de intervención.

2. OBJETIVOS.

Los objetivos generales que se pretenden alcanzar con el siguiente trabajo son los siguientes:

- Diseñar una propuesta de intervención con el fin de trabajar el miedo en un aula de Educación Infantil.
- Conocer los miedos que se presentan en la infancia.
- Elaborar diferentes estrategias para superar los miedos a través de la expresión plástica y artística.
- Enseñar a los niños a identificar y a reflexionar sobre sus propios miedos.

3. JUSTIFICACIÓN.

El tema elegido para realizar este Trabajo de Fin de Grado es cómo afrontar los miedos a través de la expresión literaria y plástica. La elección de este tema es porque durante la jornada escolar escuchamos a los niños decir “*A mí no me gustan los monstruos*” “*Mi mamá por la noche me deja la luz encendida*”. Fue entonces cuando nos decantamos a escoger este tema para conocer más a fondo los miedos infantiles.

En algún momento de la vida todos los niños han sentido miedo. En esta etapa la mayoría de los miedos son pasajeros, es decir, son miedos evolutivos. Implica que, durante el desarrollo el niño va a pasar por una serie de fases, en el que cabe la posibilidad que tenga un miedo u otro, esto no implica que todos lo vivan de la misma manera y de la misma intensidad, pero son prácticamente universales. El miedo a personas desconocidas aparece a los pocos meses de nacer, más tarde aparecen los miedos a la oscuridad, a los monstruos, a los animales, etc... El miedo es considerado como un proceso natural y adaptativo y nos protege cuando nuestro cuerpo está en peligro, por lo tanto, es un elemento fundamental para la supervivencia del individuo. Es normal que los niños tengan miedo a los leones o tigres, pero no es normal que tenga miedo a cosas que en realidad no existen, como a los monstruos o fantasmas.

Es muy común que los niños tengan miedo y el de hecho de poderlo trabajar en el aula nos ayuda a conocer mejor a nuestros alumnos y poder ayudarlos a afrontarlos. Es fundamental trabajarlo en Educación Infantil ya que en estas edades muchas veces no son conscientes de lo real y lo irreal.

Es primordial la práctica educativa que se lleve en los centros, ya que, a través de un buen trabajo por parte del profesorado va a acelerar la superación de los miedos de los pequeños o por lo contrario entorpecerlos. Estos deben tener una buena base de fundamentación teórica para poder aplicarlo en el aula a través de diferentes actividades. Tenemos que tener en cuenta que en estas edades a muchos niños les cuesta expresar sus sentimientos y emociones, por ello, he optado por trabajarlo a través de la expresión literaria y plástica ya que muchos niños pueden identificarse con los personajes de los cuentos y así poder, expresar sus miedos a través de dibujos. Un claro

ejemplo sería como algunos pintores han expresado sus miedos en algunas obras como la de Edvard Munch en “El Grito”.

¿Dónde radica la innovación de este TFG? La respuesta está en llevar la educación emocional, concretamente la emoción del miedo a Educación Infantil, ya que fundamental para el desarrollo integral del niño. Tenemos en cuenta que el eje metodológico por excelencia es el juego, por ello los cuentos y las expresiones artísticas se debe enfocar como si fueran juegos para lograr que a los niños se sientan motivados.

La realización de este trabajo refleja todas aquellas competencias generales adquiridas tras haber estudiado el Título de Grado Maestro en Educación Infantil. En concreto, para otorgar el título citado será exigible:

- Comprender los procesos educativos y de aprendizaje en periodo 0-6, en el contexto familiar, social y escolar.
- Conocer los desarrollos de la psicología evolutiva de la infancia en los periodos 0-3 y 3-6.
- Capacidad para saber promover la adquisición de hábitos en torno a la autonomía, la libertad, la curiosidad, la observación, la experimentación, la imitación, la aceptación de normas y de límites, el juego simbólico y heurístico.
- Conocer la dimensión pedagógica de la interacción con los iguales y los adultos y saber promover la participación en actividades colectivas, el trabajo cooperativo y el esfuerzo individual.
- Capacidad para identificar dificultades de aprendizaje, disfunciones cognitivas y las relacionadas con la atención.
- Saber informar a otros profesionales especialistas para abordar la colaboración del centro y del maestro o maestra en la atención a las necesidades educativas especiales que se planteen.
- Dominar habilidades sociales en el trato y relación con la familia de cada alumno o alumna y con el conjunto de las familias.
- Crear y mantener lazos con las familias para incidir eficazmente en el proceso educativo.
- Capacidad para saber ejercer las funciones de tutor y orientador en relación con la educación familiar.

- Fomentar la convivencia en el aula y fuera de ella y abordar la resolución pacífica de conflictos.
- Capacidad para saber identificar trastornos en el sueño, la alimentación, el desarrollo psicomotor, la atención y la percepción auditiva y visual.
- Capacidad para colaborar con los profesionales especializados para solucionar dichos trastornos.
- Comprender que la dinámica diaria en Educación Infantil es cambiante en función de cada alumno o alumna, grupo y situación y tener capacidad para ser flexible en el ejercicio de la función docente.
- Saber valorar la importancia de la estabilidad y la regularidad en el entorno escolar, los horarios y los estados de ánimo del profesorado como factores que contribuyen al progreso armónico e integral del alumnado.
- Conocer la organización de las escuelas de educación infantil y la diversidad de acciones que comprende su funcionamiento.
- Valorar la importancia del trabajo en equipo.
- Capacidad para aprender a trabajar en equipo con otros profesionales de dentro y fuera del centro en la atención a cada alumno o alumna, así como en la planificación de las secuencias de aprendizaje y en la organización de las situaciones de trabajo en el aula y en el espacio de juego, sabiendo identificar las peculiaridades del período 0-3 y del período 3-6.
- Capacidad para saber atender las necesidades del alumnado y saber transmitir seguridad, tranquilidad y afecto.
- Reflexionar en grupo sobre la aceptación de normas y el respeto a los demás.
- Promover la autonomía y la singularidad de cada alumno o alumna como factores de educación de las emociones, los sentimientos y los valores en la primera infancia.
- Capacidad para comprender que la observación sistemática es un instrumento básico para poder reflexionar sobre la práctica y la realidad, así como contribuir a la innovación y a la mejora en educación infantil.
- Capacidad para dominar las técnicas de observación y registro.
- Capacidad para analizar los datos obtenidos, comprender críticamente la realidad y elaborar un informe de conclusiones.
- Saber observar sistemáticamente contextos de aprendizaje y convivencia y saber reflexionar sobre ellos.

- Saber situar la escuela de educación infantil en el sistema educativo español, en el europeo y en el internacional.
- Conocer modelos de mejora de la calidad con aplicación a los centros educativos.
- Participar en la elaboración y seguimiento de proyectos educativos de educación infantil en el marco territorial autonómico y nacional e internacional, y en colaboración con otros profesionales y agentes sociales.
- Conocer la legislación que regula las escuelas infantiles y su organización.
- Asumir que el ejercicio de la función docente ha de ir perfeccionándose y adaptándose a los cambios científicos, pedagógicos y sociales a lo largo de la vida.
- Comprender la función, las posibilidades y los límites de la educación en la sociedad actual y las competencias fundamentales que afectan a los colegios de educación infantil y a sus profesionales.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.

4.1- LOS MIEDOS EN EDUCACIÓN INFANTIL.

4.1.1- El concepto del miedo infantil.

Según la Real Academia Española (2018), define el **miedo** como “angustia por un riesgo o daño real o imaginario”. La función principal del miedo es evitar peligros así como, actuar ante cualquier acción imprudente.

Berazaluce y Diego (2003) sostienen lo siguiente, “el miedo se entiende como una reacción normal y adaptativa ante situaciones que implican peligro o amenaza real. Es decir, tener miedo forma parte del conjunto de emociones innatas al ser humana, pudiéndose equiparar con la alegría, la tristeza o la sorpresa, por ejemplo”. (p.243)

Durante la infancia son múltiples los miedos que existen, la mayoría de ellos suelen desaparecer, aunque algunos persisten en la adolescencia y la adultez. La emoción del miedo está presente tanto en humanos como en animales y nos avisa de la presencia de algún peligro.

Según Valiente, Sandín y Chorot (2003) de acuerdo con Rachman (1998), el termino miedo es utilizado para describir una reacción emocional a un peligro específico percibido, es decir, donde la amenaza es identificable. Otra de las cosas que nos aporta Méndez (2013) es que el miedo es una emoción normal, es una respuesta natural del cuerpo, es útil debido a que advierte ante un peligro y puede evitar que el niño sufra algún tipo de accidente, cuando en la infancia hay ausencia de miedo puede ser peligroso ya que el niño no ve ni percibe los peligros y puede ocasionar accidentes importantes. Los miedos provocan una alarma que nos advierte de un peligro es el sistema de seguridad del cuerpo para evitar ciertas circunstancias.

4.1.2- Diferenciación entre miedo, ansiedad y fobia.

Según la Real Academia Española (2018), define **ansiedad** como “estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo”.

Si bien la ansiedad se destaca por su cercanía al miedo, se diferencia de éste en que, mientras el miedo es una perturbación cuya presencia se manifiesta ante estímulos

presentes, la ansiedad se relaciona con la anticipación de peligros futuros, indefinibles e imprevisibles (Marks, 1986). Tanto la ansiedad como el miedo tienen manifestaciones parecidas, en ambos casos se aprecian pensamientos de peligro, sensaciones de aprensión, reacciones fisiológicas y respuestas motoras; por eso, algunos autores utilizan indistintamente un término u otro (Cambell, 1986; Thyer, 1987).

El miedo puede ser interpretado como un motivo que lleva necesariamente al impulso de evitación o escape, mientras que, por el contrario, la ansiedad consiste en un estado de activación no dirigido o no resuelto. (Valiente et al. 2003, p. 18).

Tabla 1: Factores comunes al miedo y la ansiedad

<ol style="list-style-type: none"> 1. Anticipación de un peligro 2. Tensión y aprensión 3. Activación elevada 4. Estado emocional negativo 5. Intranquilidad 6. Orientación hacia el futuro 7. Cambios corporales manifiestos 8. Sensaciones desagradables (malestar emocional y corporal)

Rosa M. (2003) Nota Tomado de Sandín (199 a, p.19).

Como podemos observar en la tabla anterior, el miedo y la ansiedad están relacionados y tienen aspectos en común. Tanto la ansiedad como el miedo forman parte de la vida de cualquier ser humano, convirtiéndose en mecanismos adaptativos necesarios para un sano desarrollo. Hasta aquí podemos entender que ambos conceptos tienen factores en común, pero en la tabla que se muestra a continuación podemos ver las diferencias que existen entre miedo y ansiedad.

Tabla 2: Diferencias entre el miedo y la ansiedad

<i>MIEDO</i>	<i>ANSIEDAD</i>
Focalización específica de la amenaza	Origen incierto de la amenaza

Conexión conocida entre la amenaza y la respuesta(miedo)	Conexión desconocida entre la amenaza y la respuesta (ansiedad)
Normalmente episódico	Prolongada
Tensión circunscrita	Intranquilidad generalizada
Amenaza identificable	Puede darse sin objeto
Provocada por señales de amenaza	De comienzo incierto
Disminuye al retirarse la amenaza	Persistente
Área de amenaza circunscrita	Sin límites claros
Amenaza inminente	Amenaza raramente inminente
Cualidad de una emergencia	Vigilancia mantenida
Sensaciones corporales de emergencia	Sensaciones corporales de vigilancia
Motivo de evitación/ escape (dirigido a la acción	Estado de activación no dirigido a la acción

Rosa M. (2003) Nota Tomado de Sandín (1999 a, p.20).

En la anterior tabla, podemos observar las diferencias que tienen ambos conceptos. Podemos decir que en el miedo esta focalizado la amenaza, la duración es episódica, crea cierta tensión en el individuo así como cualidades de emergencia. Al desaparecer el estímulo la amenaza disminuye e incluso llega a desaparecer.

Por otro lado, en la ansiedad, se desconoce el origen de la amenaza, no es episódica, sino tiene una duración prolongada, el individuo siente una intranquilidad generalizada. No disminuye al retirarse la amenaza, sino suele ser persistente. La amenaza suele ser inminente, obliga al individuo a estar en un estado de vigilancia mantenida. A través de estas dos tablas podemos ver los factores en común y las diferencias que existen entre estos dos conceptos.

Según la Real Academia Española (2018), la **fobia** es una “Aversión exagerada a alguien o a algo”.

Berazaluce y Diego (2003) sostienen lo siguiente “una fobia es un miedo desproporcionado en relación al grado real de amenaza o peligro que genera una situación. Lo que caracteriza a una fobia es su carácter irracional, es decir, desde el punto de vista de la persona que no lo padece, puede ser comprensible pero no razonable.” (p. 244)

Por otro lado, en la niñez la distinción entre miedo y fobia es bastante confusa. Muchos de los miedos desaparecen por sí solos, sin ser tratados, con el transcurrir del tiempo, que permiten al niño madurar y aprender a superarlos. Como nos dice Méndez (2013) para distinguir las fobias de los miedos transitorios se requiere que la reacción infantil perdure seis meses como mínimo. A diferencia de los adultos, para calificar un miedo infantil de fóbico hay que tener en cuenta la edad del niño y el tiempo de persistencia del temor. (pag.26)

Tenemos que tener en cuenta que si el miedo es una reacción sana, por ejemplo temer a los tigres, no se debe tratar, en cambio si la fobia es una reacción patológica, como por ejemplo, vender la casa porque el vecino tiene un perro inofensivo, precisa tratamiento.

De acuerdo con Méndez (2013), un miedo pierde su utilidad y se denomina fobia cuando es:

- a) *Desproporcionado*: el objeto temido es inocuo y no entraña objetivamente ninguna amenaza. Es absurdo asustarse ante cosas inofensivas, como la oscuridad o los ratones. (p.24)
- b) *Inadaptado*: la elevada intensidad de la respuesta produce notable malestar, serias preocupaciones y síntomas desagradables, altera el estilo de vida cotidiano del niño y repercute negativamente en su desarrollo personal, ambiente familiar, rendimiento académico o relaciones sociales. (p.24)

Según Valiente et al. (2003) de acuerdo con Miller et al. (1974), una fobia es una forma especial de miedo que implica las siguientes condiciones:

1. No guarda proporción con el peligro real de la situación.

2. No puede ser explicado ni razonado.
3. Está fuera del control voluntario.
4. Lleva a evitar la situación temida.
5. Persiste mas allá de un periodo prolongado de tiempo.
6. El miedo es desadaptativo.
7. No se asocia a una edad o etapa especifica del desarrollo.

Los niños pasan por una serie de miedos de manera natural, el problema surge cuando estos temores interfieren en la vida cotidiana del niño. De acuerdo con Berazaluce y Diego (2003), hay un conjunto de indicadores que hacen sospechar de la existencia de una fobia:

- El miedo no guarda relación con el peligro real de la situación temida.
- El miedo no puede ser explicado ni razonado.
- El niño está fuera de control.
- Trata de evitar la situación temida.
- Persiste durante un tiempo prolongado.
- El miedo no está asociado a una edad o etapa especifica del desarrollo.
- No es adaptativo.
- Provocan gran malestar en el que lo sufre.
- Produce un alto grado de interferencia en la vida cotidiana del niño, repercutiendo en el ámbito escolar, familiar o social.

Como conclusión, hemos visto que tanto el miedo como la ansiedad forman parte de la vida de cualquier ser humano, convirtiéndose en mecanismos adaptativos necesarios para un sano desarrollo. Por lo tanto, se puede decir que una fobia se diferencia de los otros dos conceptos, en la intensidad en la que se produce, la frecuencia en la que aparece, el grado de interferencia que produce en su vida y la duración, siendo más perjudicial cuanto más tiempo dure. Las personas que tienen alguna fobia no son capaces de expresar lo que están sintiendo y evitan acercarse a la situación temida.

4.1.3- Teorías sobre los miedos.

Como señalan Sassaroli y Lorenzini (2000), si una especie no fuera capaz de experimentar miedo se extinguiría rápidamente al no poder darse cuenta a tiempo de los

peligros, ni poder reaccionar ante ellos. Es por tanto un fenómeno adaptativo y protector.

Hace miles de años distintos peligros acechaban a los homínidos. Estaban expuestos a los ataques de los depredadores y a la furia desatada de los elementos de la naturaleza. Actualmente, los miembros de las tribus africanas cantan para espantar sus temores y rezan a sus dioses para que les proteja de las fuertes tormentas. En cambio, para los habitantes de las ciudades están expuestos a unas fuertes construcciones y a pararrayos, para neutralizar estas amenazas. (Méndez, 2013)

De acuerdo con Méndez (2013), la humanidad ha heredado de sus antepasados reacciones ancestrales de temor. El miedo a los animales en un pasado remoto fue un peligro para la supervivencia humana, a pesar de que en el presente no suponga ninguna amenaza real para las sociedades urbanas.

Desde el punto de vista racional, es más lógico tener miedo a los aparatos electrónicos y a los coches que a las serpientes y a las arañas inofensivas, puesto que el peligro potencial de los primeros es mayor. (Méndez, 2013). Debido a la evolución de la especie humana, las fobias de los animales se adquieren rápidamente y desaparecen difícilmente.

El miedo se transmite también a través de la información. Algunos temores infantiles son resultado de historias contadas a los niños o de consejos protectores que infunden el miedo. Un claro ejemplo, son “*Los asustadores de niños*”, personajes empleados por los adultos para asustar/ conminar/ reprender/ advertir a los niños. Se nutre de miedos reales del niño (la oscuridad) y advierten contra peligros reales (ir solo al bosque, hablar con extraños...). Algunos de los asustadores más comunes que se han ido transmitiendo de generación en generación y utilizadas por numeras culturas son:

- “*El coco*”: que desde tiempos inmemoriales han arrullado a los niños para dormirles.
- “*El tío Camuñas*” o “*El hombre del Saco*” es como hablar del diablo o un personaje perverso que viene a llevarse a los niños.

4.1.4- Evolución de los miedos con la edad.

De acuerdo con Méndez (2013), los niños experimentan miedos muy variados a lo largo de su desarrollo. La mayoría son pasajeros, de poca intensidad y propios de una edad determinada. El miedo a las personas desconocidas aparece a los meses de nacer, revelando que el bebe es capaz de identificar rostros conocidos. Estos miedos evolutivos son saludables, porque brindan la oportunidad de aprender a afrontar situaciones difíciles y estresantes con las que ineludiblemente se topa el niño en su vida. (p.19)

Solemos tener miedo durante toda la vida, pero a medida que vamos creciendo normalmente los miedos van disminuyendo o desapareciendo. Los temores afines a cada estadio del desarrollo pueden considerarse como normales, puesto que son específicos de cada etapa y por lo tanto transitorios.

A continuación se muestra una tabla con los miedos más comunes en la infancia:

Tabla 3: Miedos comunes en la infancia

EDAD	MIEDOS
0-2 años	<ul style="list-style-type: none">• Predominan: pérdida del sostenimiento, ruidos fuertes, desconocidos, separación de los padres
3-5 años	<ul style="list-style-type: none">• Remiten: pérdida del sostenimiento, desconocidos• Persisten: ruidos fuertes, separación• Predominan: oscuridad, animales, daño físico
6-8 años	<ul style="list-style-type: none">• Remiten: ruidos fuertes• Persisten: separación, oscuridad, animales, daño físico• Predominan: monstruos, tormentas
9-12 años	<ul style="list-style-type: none">• Remiten: separación, oscuridad, monstruos• Persisten: animales, daño físico, tormentas• Predominan: escuela, muerte
13-18 años	<ul style="list-style-type: none">• Disminuyen: tormentas• Persisten: animales, daño físico, escuela, muerte

- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• Predominan: apariencia física, relaciones sociales |
|--|--|

Méndez. (2013)

En este caso nos centraremos en el segundo cuadro (3- 5 años), ya que es en la etapa que se encuentran los alumnos donde se va a llevar a cabo la propuesta de intervención. En primer lugar, podemos observar que algunos miedos que predominaban en el cuadro anterior van desapareciendo como el miedo a los desconocidos y pérdida del sostenimiento. Poco a poco los niños se van desarrollando madurativamente y empiezan a brotar nuevos miedos. En esta etapa, persisten miedos de la etapa anterior como es el miedo a los ruidos fuertes y a la separación.

Observando el cuadro, vemos que aparece el miedo a la oscuridad. Por lo general suele aparecer a los 3 años, continua en edades posteriores y empieza a disminuir a los 9 años aproximadamente.

El miedo a la oscuridad es propio de la infancia. En esta etapa también surge el miedo a los animales, muy común a estas edades que persiste incluso hasta los 18 años. En la infancia es lógico tener miedo a algún animal. En estas edades los niños empiezan a investigar y a conocer el mundo, y en esta exploración de su entorno que van haciendo se encuentran que hay animales que ladran, otros corren muy deprisa, otros no hacen nada, etc... De acuerdo con Berazaluce y Diego (2003) existen distintas maneras por las que un niño puede empezar a temer a los animales: dos de las principales serían las siguientes: (p. 67)

- Mediante una mala experiencia directa con algún animal.
- Observando a los adultos y cogiendo miedo a lo que ellos temen.

Otro miedo que aparece en esta etapa es el daño físico. En estas edades tienen mucha más movilidad, van mucho más deprisa y tienen muchas más oportunidades de hacerse daño puesto que no paran de investigar su entorno. Según Berazaluce y Diego (2013) a esta edad ya empieza la imaginación a ser un punto importante a tener en consideración y ante las caídas suelen reaccionar de manera desproporcionada. Cuando un niño se cae, para él no es un simple golpe: es “el golpe” que le va a doler mucho y para siempre, y se imagina consecuencias desproporcionadas respecto a lo que le puede

pasar: la herida no va a pasar de sangrar, ya no va a poder andar, el dedo se le va a caer, etc. (p. 111). Este miedo también persiste hasta los 18 años.

Por último, del mismo modo, también destacar el miedo a los fenómenos meteorológicos, ya que también es propio a estas edades. Esto suele suceder porque no entienden lo que está sucediendo a su alrededor ni pueden controlar la situación. “Con más frecuencia lo suelen tener aquellos niños más sensibles a lo que ocurre en el ambiente, más inseguros y menos maduros psicológicamente. Por lo general, son niños más dependientes y con menos confianza en sí mismos.” (Berazaluce y Diego, 2003, p.106).

4.1.5- Manifestación del miedo.

Berazaluce y Diego (2003) refiere que la forma de comunicarse de los niños, aunque hagan uso del mismo tipo de herramientas que los adultos, será, en general, más sencilla. En la mayoría de los casos la forma de expresarlo dependerá de la capacidad adquirida en este ámbito, de modo que durante los primeros años usaran el llanto, el sobresalto y el alejamiento al temor. Más tarde, pondrán palabras a sus miedos, pero en un principio les resultara difícil, mostrando al final una serie de síntomas.

Cada persona es diferente y no todas las personas expresan el miedo de la misma manera, algunos niños hablan de sus miedos con naturalidad y otros tratan de ocultarlo por vergüenza. Al igual que el resto de mamíferos, cuando nos sentimos amenazados disparamos unos mecanismos que servían para huir o atacar. Por lo tanto, a nivel psicológico se distinguen tres sistemas de respuestas en el miedo:

- Reacciones fisiológicas: “síntomas como taquicardia, tensión muscular, temblores, sudoración, palidez, dificultades para respirar... Estas manifestaciones pueden vivirse con mayor o menor intensidad y predominando unas u otras” (Pérez, 2000, p .126).

Una chica con hematofobia necesita hacerse un análisis de sangre. Entra a la sala del laboratorio. El olor a medicinas le revuelve el estomago. Se estremece al ver las agujas hipodérmicas. La enfermera le pide que se suba la manga y esponga el brazo izquierdo. Nota un sudor frío recorriéndole la espalda. Le aprieta la goma elástica. Siente el bombeo de su corazón a toda velocidad. Se aproxima la enfermera para efectuar la extracción y al advertir la palidez en el

rostro le ordena mirar para otro lado. Se le nubla la vista. Se marea. Siente vértigo. (Méndez, p.28).

- Reacciones motoras: Generalmente se suele caracterizar por “huidas desesperadas, gritos y agitación motriz” (Pérez, 2000,p .126).

Méndez (2013) nos muestra un claro ejemplo: una pequeña con miedo a los ruidos fuertes retrocede tapándose los oídos al observar que su papa está a punto de descorchar una botella de cava. Suplica gritando “*no lo abras, no lo abras*”. El padre se acerca para tranquilizarla, pero consigue el resultado opuesto. La cría, espantada, sale corriendo. El papá, con la botella en la mano, insiste en calmarla. La pequeña le lanza juguetes para mantenerlo a raya.

- Reacciones cognitivas: “consisten fundamentalmente en sensaciones subjetivas de peligro y amenaza, bloqueos del pensamiento, pérdida de confianza, sensación de impotencia, etc. (Pérez, 2000, p. 127)

Un niño asustado le explica a su mama que ha visto un perrazo de aspecto fiero dispuesto a atacarle. Alza la mano sobre su cabeza para describir el tamaño descomunal de la bestia. La madre, incrédula, abre la puerta y tropieza con un cachorro de pastor alemán moviendo juguetonamente el rabo en señal de alegría. (Méndez, p.28).

4.1.6- Pautas de actuación sobre los miedos infantiles.

Como se ha comentado anteriormente, los miedos evolutivos suelen desaparecer por sí solos. Los niños van madurando y progresando paulatinamente, adquiriendo seguridad y autocontrol, siendo conscientes que algunas cosas no son posibles ni reales. Se considera fundamental la práctica educativa que se lleva los centros ya que una buena actuación por parte de los docentes va a acelerar la superación de los miedos de los pequeños.

A continuación, se muestra las principales pautas generales para crear un clima de confianza.

Méndez (2013) y Pérez (2000) nos proporciona una serie de ayudas generales para ayudar a los niños a afrontar las situaciones temidas:

- *Crear un ambiente relajado y seguro:* los vínculos afectivos por parte de docentes o padres es algo fundamental para los niños, ya que les permite conseguir un mayor control.
- *Palabras y acciones de empuje:* conviene informar a los niños de la situación temida. Instruir, se proporcionan normas o descripciones precisas de la conducta infantil. Por ejemplo, se indica que, aunque la oscuridad no es peligrosa, si se apaga la luz de la escalera de repente, debe desplazarse pegado a la pared, moviéndose con precaución, palpando con las manos, hasta encontrar el interruptor.
- *Ofrecer un clima de tranquilidad y firmeza:* se trata de mantener un ambiente sin tensiones excesivas, nerviosismos, gritos, castigos continuos, amenazas... todo esto aumenta la ansiedad del niño y le hace más vulnerable a experimentar los miedos. El niño necesita tener unas normas claras que le den seguridad y le hagan sentirse orientado. De este modo el menor conseguirá confianza en sí mismo, y la sensación de que las preocupaciones y los temores se pueden dominar y controlar
- *Ofrecer al niño la oportunidad de ser elogiado y realizar actividades exitosas y gratificantes:* los elogios son importantes para obtener una buena autoestima y confianza en sí mismo. También es importante que el niño tenga oportunidades de realizar acciones seguidas de éxito, por lo cual resultara exitoso por el niño y sentirse seguro de sus progresos.
- *Fomentar la independencia del niño:* hay que facilitar situaciones en las que el niño tenga que resolver las cosas por sí mismo, según su edad y nivel de maduración. Es preciso evitar la sobreprotección que, en relación con los miedos, tiene dos efectos negativos: ofrece al niño la idea de que el mundo está lleno de peligros al ver las preocupaciones excesivas de los padres, y por otra parte, hace que el niño se encuentre menos capacitado para superar por sí mismo los problemas y enfrentarse con momentos difíciles.
- *Evitar la utilización del miedo como factor disciplinar:* el miedo en ocasiones es utilizado para conseguir obediencia, ya que emplear este recurso para convencer a un niño de hacer algo que el adulto quiere, es algo muy eficaz en el momento, pero el costo es demasiado alto para su desarrollo, ya que puede originarle ansiedad y trastornos posteriores.

- *No coaccionar al niño para enfrentarse con el objeto temido:* la coacción, los castigos o las riñas cuando el niño tiene miedo con el fin de obligarle a que deje de tenerlo o se enfrente a él, pueden producir el efecto totalmente contrario al que se pretende, desencadena sentimientos de baja autoestima y pérdida de confianza en sí mismo, lo cual dificulta superar sus miedos.
- *No reforzar cuando el niño tiene miedo:* es importante que los padres o profesores del niño no se muestren excesivamente pendientes o prestarles mucha atención, porque cuando los niños se vean en situaciones de temor, las conductas pueden aumentar.
- *No dramatizar la situación:* no mostrar excesiva angustia cuando el niño tiene miedo. Debemos permitir a los niños expresar sus sentimientos, aunque sin prestar una excesiva atención.
- *Dar oportunidades al niño de enfrentarse poco a poco con los objetos temidos:* evitar el objeto temido, contribuye a mantener y aumentar los temores en el tiempo, es preciso que el niño tenga posibilidades de enfrentarse con lo que teme para poder superarlo. Hay que ir reforzando los comportamientos adecuados de acercamiento y superación, aunque estos en un principio sean mínimos.
- *Desmitificar el objeto temido:* Se trata de averiguar todo lo posible acerca de los objetos temidos: monstruos, oscuridad, animales... por ejemplo haciendo colección de recortes, cromos, juguetes.
- *Evitar en lo posible prestar atención al niño en los miedos nocturnos:* al reforzar el hecho de despertarse por la noche, prestando excesiva atención, quedándose con él, etc..., este puede convertirse en un hábito.

4.2- LOS MIEDOS A TRAVÉS DE LA EXPRESIÓN LITERARIA Y PLÁSTICA.

En este apartado vamos a poder ver la importancia de trabajar los miedos a través de la expresión literaria y plástica:

- **Expresión literaria:**

A los niños les encantan los relatos en los que aparecen personajes que hablan de sus emociones, sentimientos, y sobre todo, de sus miedos. Los cuentos demuestran a los niños que no solo ellos tienen miedo y que no están solos frente a sus problemas. A través de los valores, como la empatía, los niños son capaces de comprobar que todos podemos llegar a sentir miedo alguna vez, aun siendo adultos.

De acuerdo con Sánchez. (2006), el niño, se identifica con el protagonista, y siente, al empatizar con él, una tensión y ansiedad crecientes que ceden en el desenlace. Después, una vez conocido el cuento, les gusta repetirlo una y otra vez. Poco a poco, van interiorizando los sucesos planteados, que les permite encontrar la solución que da el cuento al plantear los problemas, poniendo en juego una serie de recursos personales que, en la mayoría de los casos desconocía.

“Los cuentos siempre ejercen una gran fascinación en los niños porque los personajes de los relatos les proporcionan la posibilidad de afrontar sus propios temores y de comprenderlos, es decir, establecen un dialogo con sus miedos.” (Breitmeier, 2010, p. 9).

Existen infinidad de cuentos para niños en los cuales podemos trabajar los miedos, desde los cuentos más clásicos y populares a los más modernos álbumes ilustrados.

- **Expresión plástica:**

La expresión plástica se encuentra presente desde edades tempranas. Los niños antes de los dos años empiezan a dibujar de forma espontánea expresando sus emociones y sentimientos. A través de este tipo de expresión los niños disfrutan mucho, y les resulta más fácil explicar lo que sienten que de forma oral.

“La expresión artística es una de las expresiones más gratificantes que el niño encuentra en sus procesos de desarrollo y en sus capacidades de conexión con el mundo que le envuelve.” (Sáinz, 2006, p.31)

Cada persona tiene su propia forma de dibujar. Las imágenes y escenas que dibujan espontáneamente las niñas y niños presentan unos rasgos y formas

características que los distinguen unos de otros y que, en muchos casos son una muestra de lo que, a su alrededor y en su interior, está sucediendo. (Gutiérrez y Moreno, 2011, p.146). El arte infantil es un medio adecuado para conocer a los niños en sus desarrollos emocional, perceptivo e intelectual. (Lowenfeld, 1947 citado en Sáinz, 2006).

Debemos de ofrecerles todo tipo de material para que los niños puedan expresarse libremente. Es importante respetarles absolutamente, ya que el niño no podrá manifestarse si se le interrumpe. Por lo tanto, debemos de intervenir lo mínimo posible para su pensamiento fluya libremente y dibuje lo que él quiera y no, lo que nosotros queremos. Se les animará a investigar, experimentar sobre lo que está realizando, en ningún momento se les forzará a realizar dichas acciones.

Conderana, Ruíz, y Del Moral (2018) afirman que emoción y expresión son términos correlativos para el ser humano. Aportan grandes beneficios, trabajarlo en el colegio, la emoción y el arte como vía de expresión, de una forma normalizada y considerando al arte como una herramienta facilitadora del encuentro de su propia identidad y autodeterminación, condición, por otro lado, ineludible, para que pueda tener una correcta toma de decisiones en la vida y realización personal. En definitiva, para ser feliz.

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.

5.1- CONTEXTUALIZACIÓN.

La presente propuesta de intervención se llevará a cabo en el colegio Nuestra Señora de la Consolación (Valladolid). Se encuentra ubicado en la C/ Puente Colgante, nº 75. Es un centro concertado para las etapas de Educación Infantil y Primaria, siendo un centro privado para Bachillerato. Se trata de un Centro de Ideario Agustiniiano perteneciente a las RR. Agustinas Misioneras, provincia “Santa Mónica” con presencia en Valladolid desde 1943. Tras observar el análisis socioeconómico familiar, podemos deducir que la mayoría de las familias presentan un nivel socioeconómico medio.

El colegio Nuestra Señora de la Consolación es un centro de calidad que ofrece una enseñanza innovadora. Su objetivo principal es la educación integral, potenciando:

- El desarrollo armónico de sus posibilidades psicofísicas, intelectuales y afectivas.
- El desarrollo de la dimensión social que se traduce en una integración plena en los diversos grupos sociales.
- El desarrollo de la dimensión ética trascendente y religiosa.

La propuesta de intervención será llevada a cabo en un aula del Educación Infantil, en una clase de 3-4 años, compuesta por 25 alumnos. Tendrá una duración de un mes (octubre), concretamente los miércoles y viernes de 12:30 a 13:30h.

Cabe destacar que es un grupo bastante bueno. La relación que se establece entre los alumnos es buena aunque surgen algunos conflictos entre ellos. También hacer énfasis en el que algunos niños del aula tienen dificultades en el lenguaje o presentan un retraso madurativo, por lo tanto a estos niños les cuesta un poco más que el resto de compañeros, que se tendrá en cuenta a la hora de realizar las actividades.

En cuanto al aprendizaje previo, los niños no tienen adquirido un conocimiento sobre los miedos, por eso, a través del juego, se trabajará algunos fundamentales de este eje. Entendiendo por juego la actividad lúdica e innata en los niños, que se realiza de forma voluntaria y promueve el desarrollo y aprendizaje del niño. El juego es el eje metodológico por excelencia de Educación Infantil.

Por lo tanto, a través de esta propuesta se pretende enseñar a los más pequeños cómo afrontar los miedos de una forma lúdica y motivadora. Se centrará en trabajar los miedos más comunes en estas edades, cómo son los miedos a la oscuridad, a los monstruos y los fantasmas, pero también se tendrá en cuenta los intereses de los alumnos. Se considera fundamental trabajar este tema en edades tempranas para que no se convierta como algo traumático en edades posteriores, ya que la etapa de Educación Infantil es fundamental en el desarrollo de la persona.

Las actividades fueron llevadas a cabo en diferentes momentos durante varios días, entrelazando el proyecto que tenía planteado la tutora del aula. Se da mucha importancia a la literatura infantil ofreciendo una amplia gama de cuentos, ya que es fundamental la transmisión de conceptos y son una gran fuente de aprendizaje. Así como, a la expresión plástica para que puedan mostrar sus sentimientos y emociones.

5.2- OBJETIVOS.

Los objetivos en los que se basa esta propuesta de intervención están relacionados con los objetivos que marca el currículo del segundo ciclo de Educación Infantil.

Decreto 122/ 2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León.

En el área de conocimiento de sí mismo y autonomía personal, el currículo nos indica que es importante el desarrollo personal a través de la identificación, expresión, reconocimiento y control de los propios sentimientos y emociones.

Los objetivos generales que se marcan en esta área en relación a las emociones, concretamente, los miedos, son los siguientes:

1. Reconocer e identificar los propios sentimientos, emociones necesidades, preferencias e intereses, y ser capaz de expresarlos y comunicarlos a los demás, respetando los de los otros. (B.O.C. y L. – Nº 1, año 2008, p 10).

2. Lograr una imagen ajustada y positiva de si mismo, a través de su reconocimiento personal y de la interacción con los otros, y descubrir sus posibilidades y limitaciones para alcanzar una ajustada autoestima. (B.O.C. y L. – Nº 1, año 2008, p 10).

A continuación, en el área de lenguaje: comunicación y expresión, nos indica que el lenguaje no sólo es medio de relación con los demás, es también un instrumento de autorregulación y planificación de la propia conducta. Por otro lado, a través de la lectura de cuentos por parte del adulto, favorecen la libertad creadora y fomentan el interés por la lectura. El lenguaje plástico es un medio de expresión que desarrolla la sensibilidad, la originalidad, la imaginación y la creatividad en todas las facetas de la vida, y que además contribuye a afianzar la confianza en sí mismo y en sus posibilidades. En el niño la expresión plástica se produce cuando siente la necesidad de comunicar libremente sus experiencias, vivencias, emociones y sentimientos a través de los recursos artísticos que conoce y con los que experimenta.

Por lo tanto, los objetivos que se marcan en esta área son los siguientes:

1. Expresar ideas, sentimientos, emociones y deseos mediante la lengua oral y otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación. (B.O.C. y L. – N° 1, año 2008, p 14).

2. Comprender, reproducir y recrear algunos textos literarios mostrando actitudes de valoración, disfrute e interés hacia ellos. (B.O.C. y L. – N° 1, año 2008, p 14).

3. Acercarse al conocimiento de obras artísticas expresadas a distintos lenguajes, realizar actividades de representación y expresión artística mediante el empleo creativo de diversas técnicas, y explicar verbalmente la obra realizada. (B.O.C. y L. – N° 1, año 2008, p 14).

4. Demostrar con confianza sus posibilidades de expresión artística y corporal. (B.O.C. y L. – N° 1, año 2008, p 14).

Una vez conocidos y establecidos los principales objetivos que marca el currículo en relación con las emociones, concretamente el miedo, se muestran los objetivos de elaboración propia con relación a la propuesta de intervención:

- Saber reconocer los miedos y expresarlos de forma oral.
- Conocer y respetar los miedos de los demás compañeros.
- Saber escuchar y mantener la atención.
- Comprender la historia de un cuento.

- Ser capaz de identificar lo que siente el/la protagonista del cuento.
- Realizar actividades de expresión plástica utilizando diversas herramientas con la finalidad de disminuir los miedos.
- Potenciar la creatividad y la imaginación.
- Descubrir a través del juego que la oscuridad puede ser divertida.
- Identificar la actividad que menos y más le ha gustado.

5.3- METODOLOGÍA.

Las actividades llevadas a cabo son abiertas y flexibles, promoviendo situaciones que favorezcan el diálogo, la interacción y el trabajo cooperativo siempre teniendo en cuenta las características evolutivas del alumnado.

La metodología llevada a cabo está basada en los siguientes principios pedagógicos:

- Enfoque globalizador: no se trata de tener un corpus de contenidos y procedimientos que deban ser desarrollados, sino se pretende que su adquisición se produzca a partir de situaciones que tengan sentido para el niño. Las actividades tienen el fin de: ser interesantes para los alumnos, partiendo de las necesidades, intereses y capacidades, toma la consideración la edad y el grado de desarrollo de los alumnos, permitir potenciar los procesos de observación, manipulación, experimentación, descubrimiento e investigación, en la medida de lo posible en contextos de colaboración entre alumnos.
- Aprendizaje significativo: para que un aprendizaje sea significativo, se deben cumplir una serie de condiciones: el contenido debe ser significativamente lógico, es decir, el niño lo vive como relacionado con sus experiencias, vivencias, intereses. Los aprendizajes significativos deben ser una prolongación de lo ya sabido.
- La importancia del juego: es una actividad lúdica y placentera que se realiza de manera innata y voluntaria, y contribuye en el desarrollo integral del niño. A través del juego, los niños se aproximan a su entorno, expresando sus intereses.
- Principio de individualidad: cada niño debe atenderse de manera individual, teniendo en cuenta sus necesidades e intereses, permitiendo que trabajen a su propio ritmo de aprendizaje.

5.4- TEMPORALIZACIÓN.

Es importante una buena organización temporal para que se cumplan los objetivos planteados en un primer momento en la propuesta de intervención. En este caso, se llevará a cabo durante cuatro semanas, del primer trimestre, concretamente los miércoles y viernes de octubre. Las actividades realizaran en momentos muy concretos de la jornada escolar, ya que a la llegada al centro de prácticas tenían todo organizado para cada semana. Los lunes, martes y jueves se dedica el tiempo a inglés o religión, y por otro lado, los jueves de 9:00 a 10:00 tienen educación física. De igual modo, la realización de fichas, se realiza de 10:00 a 11:00 aproximadamente. Quedando espacio libre los miércoles y jueves después del recreo, de 12:30 a 13:30, donde he podido llevar a cabo la propuesta de intervención.

A continuación muestro el cronograma de las actividades llevadas a cabo en el aula:

12:30- 13:30	MIÉRCOLES	VIERNES	
1ª semana. Actividades de inicio.	1- ¿A qué tenemos miedo? 2- Cuento: “Mis pequeños miedos”.	3- Dibujamos nuestros miedos.	
2ª semana. Actividades sobre el miedo a los monstruos.	4- Cuento: “Yo mataré monstruos por ti”. 5- La caja mágica.	5- Cuento: “Monstruo Rosa”. 6- Creamos nuestro Monstruo Rosa.	
3ª semana. Actividades sobre el miedo a la oscuridad.	7- Cuento: “El monstruo que se comió a la oscuridad”. 8- Jugamos a las linternas.	9- Decoramos la oscuridad. 10- Teatro de sombras.	
4ª semana. Actividades sobre el miedo a los fantasmas.	11- Cuento “El fantasma Fran”. 12- Dibujamos a nuestro fantasma.	Actividad de evaluación.	13- ¿Cuál ha sido mi mayor miedo?

5.5- ACTIVIDADES.

A continuación, se muestran las actividades que se van a llevar a cabo durante las semanas de intervención. En un primer momento, se realizarán actividades globalizadas para saber a que tienen miedo los alumnos, y a continuación actividades más específicas para trabajar diferentes miedos como los monstruos, la oscuridad y a los fantasmas, ya que son los miedos más comunes en estas edades. No obstante cabe destacar, que todos los niños no tienen los mismos miedos, por lo tanto podemos encontrarnos en el aula otros miedos diferentes en los que podemos trabajarlos posteriormente. Y para finalizar, se realizará una actividad de evaluación, para conocer las diferentes opiniones de los alumnos.

5.5.1- Actividades de inicio.

<u>Actividad nº 1: ¿A qué tenemos miedo?</u>	
Duración	30- 40 minutos.
Objetivos específicos	- Saber reconocer los miedos y expresarlos de forma oral. - Conocer y respetar los miedos de los demás compañeros.
Descripción	De manera introductoria, en la asamblea se les presentará a los niños el tema que se va a trabajar y comentarles que durante los próximos días vamos a hacer actividades en relación con los miedos. Para empezar, se les preguntará a los niños ¿Qué son los miedos?, y a continuación, se dará una explicación sobre la misma. Más tarde, cada niño tendrá la oportunidad de hablar sobre aquello que tiene miedo y como se siente. A través de esta fase, se puede partir de sus aprendizajes previos y tratar aquellos aspectos que son más comunes en el aula. Esta primera fase no será evaluable, puesto que sirve para la recogida de datos.
Materiales	No requiere.

<u>Actividad 2: Cuento: “ Mis pequeños miedos”</u>	
Duración	20 minutos.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Ser capaz de identificar lo que siente el/ la protagonista del cuento. - Comprender la historia de un cuento. - Saber escuchar y mantener la atención.
Descripción	<p>El segundo día partiremos del cuento “<i>Mis pequeños miedos</i>” en el que se irá viendo poco a poco y analizándolo. A través de este cuento, la protagonista cuenta cómo se siente cuando tiene miedo, luego nos va explicando diferentes momentos de su día a día en lo que siente miedo, y como los afronta, finalmente la protagonista nos cuenta como su montaña de miedos se ha hecho más baja, y ella piensa que será porque se ha hecho mayor. Después de leerlo se plantearán una serie de preguntas como ¿Qué le pasaba a la niña? ¿A qué tenía miedo?, ¿Qué hace la niña cuando tiene miedo?... Con este cuento los niños se darán cuenta que no solo ellos tienen miedo y que siempre hay diferentes formas de solucionarlo.</p>
Materiales	Cuento: <i>Mis pequeños miedos</i> (Jo Witek y Christine Roussey, 2015).

<u>Actividad 3: Dibujamos nuestros miedos</u>	
Duración	1 hora.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> -Realizar actividades de expresión plástica utilizando diversas herramientas con la finalidad de disminuir los miedos. -Conocer y respetar el miedo de los demás compañeros.
Descripción	<p>La siguiente actividad es de expresión artística. Los niños ya tienen un conocimiento más profundo sobre el tema de los miedos, por lo tanto, ahora tienen que plasmar en un folio aquello sobre lo que</p>

	<p>tienen miedo y pintarlo del color que se lo imaginan. Una finalizado, el profesor se acercará a cada niño, preguntándole que es lo que ha dibujado y porque ha elegido ese color. Se motivará a los niños a hablar, pero en ningún momento se les forzará. A continuación, nos sentamos en la alfombra de la asamblea y de forma libre, cada niño podrá contar al resto de sus compañeros lo que ha dibujado y él porqué.</p>
Materiales	Folios, pinturas, rotuladores.

5.5.2 Actividades del miedo a los monstruos.

<u>Actividad 4: Cuento: “ Yo mataré monstruos por ti”</u>	
Duración	20 – 25 minutos.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Ser capaz de identificar lo que siente el/ la protagonista del cuento. - Saber escuchar y mantener la atención. - Comprender la historia de un cuento.
Descripción	<p>Continuamos la andadura sobre los miedos. Ahora toca el turno del cuento “Yo mataré monstruos por ti”, mientras se va leyendo el cuento se irá analizando las escenas que aparecen. Una vez finalizada la lectura, se realizaran una serie de preguntas: ¿Qué le pasaba a la protagonista del cuento?, ¿A qué tenía miedo?, ¿A vosotros os pasa algo parecido cuando os vais a dormir? A continuación, se dará la oportunidad que los niños se expresen con total libertad.</p> <p>A través de este cuento, los niños se van a dar cuenta que a la protagonista del cuento y al monstruo les pasaba lo mismo, ambos tenían miedo a la oscuridad y a dormir solos.</p>
Materiales	Cuento: <i>Yo mataré monstruos por ti</i> (Santi Balmes, 2011).

<u>Actividad 5: La caja mágica</u>	
Duración	15-20 minutos.
Objetivos	-Realizar actividades de expresión plástica utilizando diversas herramientas con la finalidad de disminuir los miedos. - Saber escuchar y mantener la atención.
Descripción	Al día siguiente de leer el cuento <i>“Yo mataré monstruos por ti”</i> , nos encontramos en el aula una caja mágica, dentro de ella están los protagonistas del cuento, Martina y Anitram, en el que nos encontramos un pergamino con un mensaje. Mensaje: <i>“Buenos días chicos,</i> <i>Nosotros somos Martina y Anitram y estamos muy contentos de estar con vosotros aquí.</i> <i>Me han contado que el otro día estuvisteis haciendo un dibujo sobre vuestros miedos, y por eso hemos traído esta caja mágica. En ella vais a meter vuestros dibujos y con unas gotas mágicas que hemos traído estos miedos van a disminuir poco a poco.</i> <i>¿Estáis preparados para meter vuestros dibujos en la caja?”</i> Cuando todos los niños hayan metido los dibujos en la caja, echaremos unas gotas mágicas a través de un spray.
Materiales	Caja mágica, dibujos de los niños, spray.

<u>Actividad 6: Cuento: Monstruo Rosa.</u>	
Duración	15 minutos.
Objetivos	- Ser capaz de identificar lo que siente el/ la protagonista del cuento.

	<ul style="list-style-type: none"> - Comprender la historia de un cuento. - Saber escuchar y mantener la atención.
Descripción	<p>Monstruo Rosa, vive en un mundo en el que es distinto a todos los demás que en cambio se parecen muchos entre ellos. Después de un tiempo en el que intenta hacerse a las costumbres de la vida de los demás, Monstruo Rosa decide ir en busca de otro lugar, para encontrar su felicidad. Llega a un sitio donde hace nuevos amigos y puede vivir de una manera acorde a su ser.</p> <p>Después de finalizar la lectura del cuento, se hará una serie de preguntas: ¿Qué le pasaba a Monstruo Rosa? ¿Cómo es este Monstruo? ¿Os da miedo?</p> <p>A través de su este cuento, aparte de trabajar el temor a los monstruos que atañe a muchos niños y dar a esas figuras terroríficas una nueva posibilidad en el imaginario de los pequeños. Tiene muchas herramientas múltiples, ya que transmite valores como la aceptación a la diversidad, la integración, etc...</p>
Materiales	Cuento: <i>El monstruo Rosa</i> (Olga de Dios, 2017).

<u>Actividad 7: Creamos nuestro monstruo Rosa</u>	
Duración	45 minutos.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> -Realizar actividades de expresión plástica utilizando diversas herramientas con la finalidad de disminuir los miedos. - Potenciar la creatividad y la imaginación.
Descripción	<p>Después de contar el cuento “Monstruo Rosa”, cada niño, realizará su propio Monstruo.</p> <p>Se repartirá un rollo de papel a cada niño y en el centro se les proporcionara el material necesario (rollo de papel, ojos móviles,</p>

	<p>cola, rotuladores y lana de color rosa), a continuación, cada niño tiene que hacer su propio Monstruo Rosa. No se les indicará ninguna pauta para hacer el Monstruo Rosa, solamente se les guiara en cómo quieren hacerlo. Es decir, cada niño puede ponerle los ojos que quiere, puede hacerle una boca grande o pequeña, con muchos dientes o s ninguno, etc...</p> <p>Una vez que todos los grupos hayan acabado, nos sentaremos en la asamblea y cada niño podrá explicar cómo ha hecho su Monstruo Rosa.</p>
Materiales	Rollos de papel, ojos móviles, rotuladores, lana y cola.

5.5.3- Actividades sobre el miedo a la oscuridad

<u>Actividad 8: El monstruo que se comió a la oscuridad</u>	
Duración	15 minutos.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Saber escuchar y mantener la atención. - Ser capaz de identificar lo que siente el/ la protagonista del cuento. - Comprender la historia de un cuento. - Descubrir a través del juego que la oscuridad puede ser divertida
Descripción	<p>Seguimos con el cuento “El monstruo que se comió a la oscuridad”. Lorenzo no puede dormir, no le gusta la oscuridad, porque piensa que debajo de su cama podría estar escondido un monstruo. Y así es, hay un monstruo minucioso que le encanta comerse la oscuridad. Hasta que de pronto se comió toda la oscuridad y ya todo es luz, pero el monstruo seguía teniendo una sensación de vacío, pero solo el cariño de un niño podría llenar.</p> <p>Una vez finalizado el cuento, se hará una pequeña reflexión de forma conjunta sobre la importancia de la oscuridad.</p>

Materiales	Cuento: <i>El monstruo que se comió a la oscuridad</i> (Joyce Dunbar,2010)
-------------------	--

<u>Actividad 9: Jugamos con las linternas</u>	
Duración	15 minutos.
Objetivos	- Descubrir a través del juego que la oscuridad puede ser divertida
Descripción	<p>El día anterior de realizar esta actividad, se les pedirá a los alumnos que si pueden lleven una linterna a clase.</p> <p>Ese mismo día, antes de que lleguen los alumnos a la clase, la profesora esconderá por el aula al monstruo de colores, con sus respectivos colores, en el que cada uno representa una emoción.(Previamente este cuento se ha trabajado en el aula).</p> <p>A continuación, se les explicará a los alumnos que hay cinco monstruos escondidos por el aula, pero que solo podemos encontrarles en la oscuridad, porque la luz les da un poco de miedo, para ello tenemos que bajar las persianas y apagar la luz. Todos los alumnos con sus linternas buscaran a los monstruos. Aquellos niños que tengan miedo no se les forzará simplemente se les dará la mano y se les acompañará.</p> <p>Una vez que ya hemos encontrado todos los monstruos se encenderá la luz. Nos sentaremos en la zona de la asamblea, y preguntaremos a los niños como se han sentido al realizar la actividad y si han sentido miedo o no.</p> <p>Nos centraremos en el monstruo de colores en la emoción del miedo, preguntándoles ¿De qué color es el miedo? ¿Qué hacia cuando tenía miedo?</p>
Materiales	Linternas, monstruos de colores.

<u>Actividad 10: Decoramos la oscuridad</u>	
Duración	15 minutos.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> -Realizar actividades de expresión plástica utilizando diversas herramientas con la finalidad de disminuir los miedos. - Potenciar la creatividad y la imaginación. - Descubrir a través del juego que la oscuridad puede ser divertida.
Descripción	<p>A través de esta actividad lo que se pretende demostrar que también tiene que haber oscuridad, porque sino algunos elementos no se verían como las luciérnagas, las estrellas, la luna, las luces...</p> <p>Por lo tanto, los niños estarán sentados en sus respectivas sillas y a cada grupo se repartirá una cartulina de color negra (representa la oscuridad), además se les proporcionara imágenes de elementos que brillan en la oscuridad. Cada niño pegará en la cartulina las imágenes de los elementos luminosos.</p> <p>Al final de la actividad, se hará una pequeña reflexión sobre que les ha parecido la actividad y que piensan al haberla realizado.</p>
Materiales	Cartulinas, imágenes de elementos luminosos.

<u>Actividad 11: Teatro de sombras</u>	
Duración	20 minutos.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Ser capaz de identificar lo que siente el/ la protagonista del cuento. - Saber escuchar y mantener la atención. - Comprender la historia del cuento. - Descubrir a través del juego que la oscuridad puede ser divertida.
Descripción	Antes de comenzar con la actividad, se preguntará a los niños si

	<p>saben que es un teatro de sombras. Dejaremos que se expresen libremente... y si ningún niño sabe lo que se les dará la explicación.</p> <p>Una vez que ya conocen el material, es la hora de empezar a contar el cuento, en este caso la elección ha sido el cuento de Elmer. Trata de un elefante llamado Elmer, que no es como los otros animales de su manada, es un elefante de muchos colores. Pero a Elmer no le gusta ser así, está harto de ser distinto, así que un día decide marcharse de la manada y buscar una solución para poder tener el mismo color de piel que los demás.</p> <p>En este caso, la elección no ha sido un cuento relacionado con los miedos, ya que considero que mezclar la oscuridad y un cuento con estas características en un primer momento no es lo más adecuado.</p>
Materiales	Teatro de sombras, marionetas, cuento : <i>Elmer</i> (David McKee, 2012).

5.5.4- Actividad sobre el miedo a los fantasmas.

<u>Actividad 12: Cuento: “El fantasma Fran”</u>	
Duración	10 minutos.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Ser capaz de identificar lo que siente el/ la protagonista del cuento. - Comprender la historia de un cuento. - Saber escuchar y mantener la atención.
Descripción	El fantasma Fran es un cuento muy entrañable que narra la historia de un fantasma que desde que nació ya era diferente. Creció muy rápido y pronto fue al colegio, donde hizo muchos amigos. Allí aprendían cosas de fantasmas de verdad (dar sustos, levitando, provocar miedo), pero Fran no lo hacía bien, no sabía asustar. Así que el profesor lo envió castigado a la Torre Solitaria, y allí encontró al gato Miau en el que juntos encontraron su verdadero lugar donde

	<p>eran muy felices y recibían las visitas de los demás fantasmas.</p> <p>Una vez contado el cuento, se hará una pequeña reflexión de manera grupal: ¿Qué le pasaba al protagonista del cuento?, ¿Qué os llama la atención de este fantasma? ¿Cómo es? ¿Os da miedo?</p>
Materiales	Cuento: <i>El Fantasma Fran</i> (Guido Van Genechten, 2016)

<u>Actividad 13: Dibujamos a nuestro fantasma</u>	
Duración	45 minutos.
Objetivos	<p>-Realizar actividades de expresión plástica utilizando diversas herramientas con la finalidad de disminuir los miedos.</p> <p>- Potenciar la creatividad y la imaginación.</p>
Descripción	<p>Al día siguiente de contar el cuento, de sorpresa aparece el fantasma Fran en clase de forma misteriosa y viene con una nota que dice lo siguiente:</p> <p><i>“Buenos días chicos, yo soy el Fantasma Fran, ¿Me conocisteis el otro día no? Bueno bueno... pues ya sabéis que yo no sé dar miedo y que soy un fantasma muy bueno. Así que he venido a vuestra clase para pedir os un favor ¿Me podéis ayudar? Lo que quiero es que cada niño pinte su propio fantasma como os lo imaginéis.... Puede ser del color que queráis y podéis usar pinturas, rotuladores, pintura de dedos... Ahhhh chicos, pero muy importante tiene que ser un fantasma que no de nada de miedo. Cuando todos los niños tengáis hecho vuestro fantasma me lo tenéis que meter por la boca, porque me los voy a llevar para decorar la Torre Solitaria”.</i></p> <p>Cuando todos los niños hayan terminado los dibujos, nos sentaremos en la asamblea y se hará una pequeña reflexión sobre que les ha parecido y cómo han dibujado a su fantasma.</p> <p>Cuando todos los niños hayan introducido sus dibujos por la boca</p>

	del fantasma Fran, se hará una pequeña reflexión sobre que les ha parecido la actividad y como han dibujado a su fantasma explicándoselo a sus compañeros.
Materiales	Dibujos de fantasmas, dibujo del fantasma Fran.

5.5.5- Actividad de evaluación.

<u>Actividad 14: ¿Cuál ha sido mi mayor miedo?</u>	
Duración	30 minutos.
Objetivos	- Identificar la actividad que menos y más le ha gustado. - Saber escuchar y mantener la atención.
Descripción	El profesor les indicará que ya han finalizado las actividades relacionadas con el miedo y se les pedirá que muestren como se han sentido. Se les preguntará ¿Cuál ha sido la actividad que más os ha gustado y la que menos?, ¿Con que cuento os habéis sentido identificados? y ¿Cuáles eran las diferentes estrategias que utilizaban los personajes de los cuentos? Cada niño tendrá un periodo de tiempo para poder hablar.
Materiales	No requiere.

5.6- EVALUACIÓN.

- ¿Qué evaluar? el proceso de enseñanza- aprendizaje: si los objetivos han sido cumplidos o en qué medida, si los recursos utilizados han sido los correctos y la metodología ha funcionado o se podría rediseñar.

Aprendizaje: si se ha conseguido que los niños realicen por sí solos las actividades de la propuesta de intervención, o si les ha costado llegar hasta el fin propuesto.

- ¿Cómo evaluar? se evaluará a través de un registro/ rúbrica donde permite constatar los conocimientos adquiridos y determinar el perfil de competencia de cada alumno. En él se detallan los criterios de evaluación programados y concretados en indicadores de evaluación o logro.

Fecha:	Nombre del alumno/a:	Indicadores de evaluación o logro
--------	----------------------	-----------------------------------

<u>Criterios de evaluación</u>	<u>Conseguido</u>	<u>En proceso</u>	<u>No conseguido</u>
Reconoce los miedos y los expresa de forma oral.			
Respeto los miedos de los demás compañeros.			
Escucha y mantiene la atención.			
Comprende las historias de los cuentos.			
Identifica lo que siente el/ la protagonista del cuento.			
Realiza actividades de representación y expresión artística mediante el empleo de diversas técnicas con la finalidad de disminuir los miedos.			
Descubre a través del juego que la oscuridad puede ser divertida.			
Identifica la actividad que menos y más le ha gustado.			

- ¿Cuándo evaluar? Se realizará una evaluación inicial, al principio de la actividad. Una evaluación continua a lo largo de toda la actividad, ya que permite la retroalimentación, saber si lo que se está haciendo está funcionando correctamente y se cumplen los objetivos propuestos. Y por último una evaluación final donde se recogerán propuestas de mejora, los pros y los contras que se han encontrado.
- ¿Quién evalúa? las profesoras del aula. Será una evaluación mixta: ya que los padres en sus hogares podrán apreciar el grado de implicación de los niños sobre el tema propuesto. Y los niños, ya que serán partícipes de su propia participación, mostrando su grado de interés o rechazo hacia las actividades propuestas.

5.7- ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.

En esta parte se muestran los resultados conseguidos tras realizar la propuesta de intervención, con el propósito de dar respuesta a los objetivos planteados.

En primer lugar, en todas las actividades se ha creado un clima acogedor y de confianza para que los alumnos se sintieran seguros.

Al empezar las actividades, se les comentó que durante unos días íbamos a realizar unas actividades en torno a los miedos. Esto dio paso a comentarles si alguna vez habían sentido algún temor, en la mayoría de los niños su respuesta fue afirmativa, así que tuvieron la oportunidad de contarlo. Otros niños, se quedaron callados, y no se les forzó a hablar.

Tras esta primera toma de contacto, los niños a través del dibujo expresaron sus miedos. La mayoría de los dibujos eran fantasmas, brujas, monstruos, todo ello relacionado a la noche que es cuando aparecen (miedo a la oscuridad). En los dibujos no predominaba ningún color, ya que usaron una amplia gama de colores.

Por otro lado, se observó, que casi todos los niños tenían miedo a lo mismo, y esto se debe a que en estas edades tienden mucho a copiarse unos a otros, cosa que hemos tenido en cuenta al realizar las actividades.

Continuamos la aventura trabajando el miedo a los monstruos, a la oscuridad y a los fantasmas. Para empezar a trabajar cada uno de los miedos, se introdujo a través de

un cuento para posteriormente realizar las actividades. En todas las actividades los alumnos se han mostrado participativos y les ha gustado la forma en la que se trabajó los miedos, ya que eran actividades dinámicas y novedosas y los niños tenían libertad para expresarse como ellos quisieran. Sin duda, la actividad que más les gusto ha sido el teatro de sombras, ningún niño lo había antes y les llamó bastante la atención la forma de trabajar el miedo a la oscuridad.

Me gustaría destacar que al realizar el cuento *“El monstruo que se comió a la oscuridad”*, una de las escenas trataba de que si no había oscuridad, las luciérnagas no querían salir porque no las vería nadie, las estrellas no brillarían, y los ojos de los gatos tampoco brillarían. Varios niños que tenían miedo a la oscuridad, comentaron que ya por la noche pedían a su mamá que le apagara la luz, porque sino los animales y las estrellas estaban tristes.

5.8- SUGERENCIAS PARA LAS FAMILIAS.

Es recomendable que las actividades que se realicen en el aula sean reforzadas en casa, fundamentalmente las dinámicas para superar la emoción del miedo. Esta emoción puede aparecer en cualquier momento del día, pero principalmente cuando llega la noche, ya que muchos niños lo asocian a la oscuridad y todo lo que conlleva esto.

Es importante una buena relación escuela- familia, para comentar los miedos que tienen los niños y buscar estrategias por ambas partes. Desde la escuela se debe ofrecer información para las familias.

Las familias tienen que ser conscientes que es habitual que los niños tengan miedo a diversas cosas, por lo tanto tienen que conocer sus temores e intentar ayudarles. En ningún momento se le debe ridiculizar o afrontar la situación con castigos o amenazas, ya que es perjudicial para el niño y que puede ser algo traumático en edades posteriores.

La mayoría de los infantes cuando llega la noche lo asocian a irse a la cama y esto implica oscuridad, y la información que transmite esta es negativa. Aparecen los monstruos, los fantasmas y un largo etcétera de creencias que los niños no comprenden la totalidad de las cosas. Por lo tanto, si los niños temen la oscuridad, cuando el niño se vaya a la cama se puede colocar en la mesilla una pequeña lámpara para darle seguridad

o regalarle un peluche diciéndoles que es el guardián de la noche y que con él nada malo le va a pasar.

Si los niños se despiertan por la noche teniendo pesadillas con fantasmas o monstruos, es cierto que tenemos que ir a consolarles, ya que en el caso contrario crearíamos en el niño una sensación de desprotección, pero a la hora de acudir se debe ser un poco asépticos. Cuando hay que consolarles, no se debe pedirle que cuente la pesadilla que ha tenido, ya que eso le pondría más nervioso aún. Sería conveniente, que al día siguiente pedirle al niño que dibuje sobre un papel la pesadilla que tuviera la noche anterior y tratar de explicarlo, para ambos buscar una solución y disminuir la tensión.

Se debe de evitar el miedo como factor disciplinar. De acuerdo con Berazaluce y Diego (2003) “debemos evitar frases desafortunadas que, lejos de resultar educativas, producen miedos innecesarios al pequeño.” Jamás se debe amenazar a los niños con sus miedos. En bastante común oír: “*Si no te duermes vendrá el coco y te comerá*” y no nos damos cuenta de que con esto aumentamos los miedos en los más pequeños, y puede llegar a ser algo traumático en edades posteriores.

“En definitiva, se trata de tramitarles seguridad y confianza, de enseñarle a no preocuparse excesivamente por las cosas y de poner soluciones en los momentos en que le suja un problema”. (Berazaluce y Diego, 2003, p.105).

6. LIMITACIONES Y CONCLUSIONES.

6.1- LIMITACIONES.

Las limitaciones que nos hemos encontrado al realizar este Trabajo de Fin de Grado han sido diversas. En primer lugar, siempre nos ha llamado la atención trabajar los miedos en una clase de Educación Infantil, pero no sabíamos muy bien cómo abordarlo. Nos pusimos a trabajar en ello, y el principal hándicap ha sido encontrar libros y artículos que abordan este tema.

En cuanto a las limitaciones para llevar a cabo la propuesta de intervención han sido varias, una de las más significativas ha sido adaptarnos al proyecto que estaban trabajando en el aula, ya que solo hemos podido llevar a cabo las actividades los miércoles y los viernes después del recreo, para no romper con la temporalización que tenían planteado los profesores del aula. Para nosotros, lo ideal sería trabajar este tema durante diversos periodos a lo largo del año, ya que la emoción del miedo no es un sentimiento que desaparezca al realizar doce actividades durante un mes, por lo que a través de la propuesta de intervención hemos conseguido que disminuyan, ya que se necesita tiempo para ver que estrategias funcionan y cuáles no para conseguir que los miedos desaparezcan por completo.

En cuanto a las limitaciones de las actividades, al realizar las actividades “Creamos nuestro Monstruo Rosa” o “Decoramos la oscuridad”, no se hubiera podido llevar a cabo tal y como estaba planteado sin la ayuda de la profesora del aula. Debido a que todos los niños trabajaban a la vez, sin poder controlar a todos, de tal manera que se hubiera modificado realizándolo por grupos de mesas de colores.

6.2- CONCLUSIONES.

La elaboración de este Trabajo de Fin de Grado centrado en los miedos en la etapa de Educación Infantil ha cubierto los objetivos propuestos, los cuales hace referencia a conocer más a fondo los miedos infantiles, así como llevar a cabo la propuesta de intervención.

Como hemos podido observar tras la elaboración de este trabajo. La infancia es un momento clave para trabajar los miedos, y enseñarles a afrontarlos y a vencerlos,

para que no sea algo traumático en edades posteriores. Tenemos que tener en cuenta que los miedos van a estar presentes a lo largo de nuestra vida y según vamos creciendo los miedos van evolucionando y otros desapareciendo, pero sí que tenemos que tener en cuenta que podemos trabajarlos para que estos tengan una intensidad leve y los niños no tengan que sufrir ante ese miedo.

Por consecuencia, la labor que tiene el profesor frente a los miedos infantiles tiene especial importancia. El docente debe ser capaz de elaborar diversas actividades para disminuir los temores en el aula. Desde nuestro punto de vista, trabajar este tema a través de los cuentos es importante, ya que este da la oportunidad al niño de ver como los protagonistas superan los miedos, aportándoles soluciones, técnicas e ideas. Por otro lado, la expresión plástica también cobra especial énfasis, ya que el niño a través de los dibujos expresa sus sentimientos y emociones y es más fácil hablar sobre ello.

Para finalizar y haber hecho un recorrido sobre el marco teórico de los miedos infantiles lo cual me nos ha permitido acercarnos a autores y cuentos muy interesantes, podemos decir que un tema que se debería de trabajar en todos los centros educativos, ya que tiene la misma importancia que otros conceptos. Por lo tanto, he podido ampliar los conocimientos en este campo, que hasta el momento no conocía mucho, me siento satisfecha por la temática elegida, por los aprendizajes aprendidos y por los resultados obtenidos.

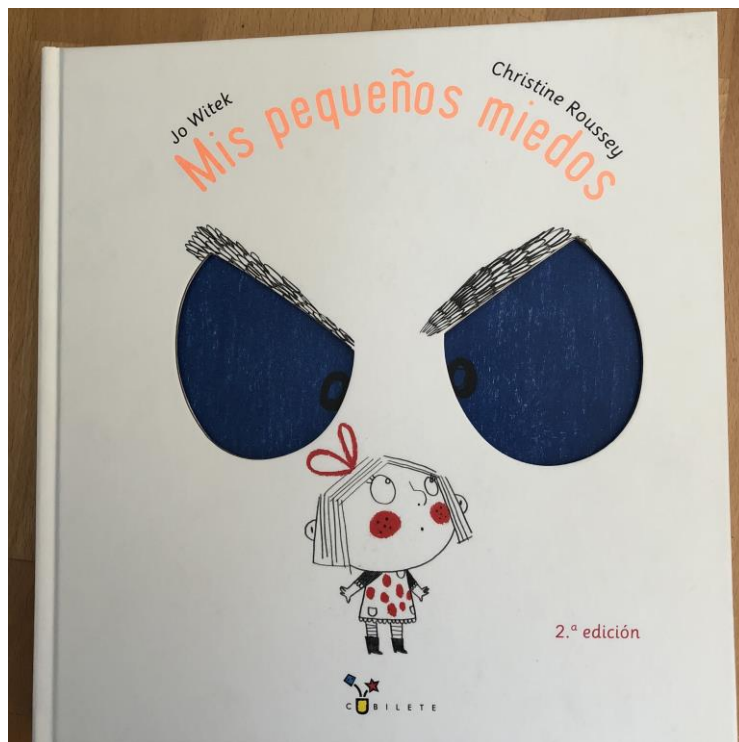
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFIAS.

- Balmes, S. (2017). *Yo mataré monstruos por ti*. Madrid: Principal de los Libros.
- Berazaluce, E., & Diego, E. (2003). *A qué tienen miedo los niños*. Madrid: Síntesis.
- Breitmeier, I (2010). *Cuentos que ayudan a los niños a superar sus miedos*. Madrid: Oniro.
- Colegio Nuestra Señora de la Consolación [en línea] (2018). Valladolid. Recuperado el 1 de noviembre de 2018 de: <https://www.agustinasva.net/>.
- Conderana, J. A., Ruíz, M. A. & Del Moral, M. T. (2018). *Educación por el arte; emoción y expresión en la infancia*. Salamanca: Unión de Editoriales Universitarias Españolas.
- De Dios, O. (2017). *Monstruo Rosa*. Zaragoza: Apila.
- Diccionario de la lengua española (22.a ed.). Consultado en: <http://www.rae.es/>.
Fundación Germán Sánchez Ruipérez.
- Genechten, G. (2016). *El Fantasma Fran*. Buenos Aires: SM.
- Gutiérrez, A., & Moreno, P. (2011). *Los niños, el miedo y los cuentos: cómo contar cuentos los que curan*. España: Editorial Desclée de Brouwer.
- Liao, J & Dumbar, J. (2010). *El monstruo que se comió la oscuridad*. Cádiz: Barbara Fiore.
- Méndez, F. X. (2013): *Miedos y temores en la infancia; ayudar a los niños a superarlos*. Madrid: Pirámide.
- Ministerio de Educación y Ciencia (2006). *Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación*. Ministerio de Educación y Ciencia, Madrid. Recuperado el 1 de noviembre de 2018 de: <http://www.educa.jcyl.es/es/resumenbocyl/decreto-122-2007-27-12-establece-curriculo-segundo-ciclo-ed>.

- Pérez, M^a. D (2000). *El miedo y sus trastornos en la infancia. Prevención e Intervención educativa*. Aula: Revista de Pedagogía de la Universidad de Salamanca, 12, pp. 123-144. Recuperado el 1 de noviembre de 2018 de: https://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/69368/1/El_miedo_y_sus_trastornos_en_la_infancia.pdf.
- Sáinz, A. (2006). *El arte infantil: Conocer al niño a través de sus dibujos*. Madrid: Eneida.
- Sánchez, F.G. (2006). *Los miedos infantiles en la literatura para los niños*. Salamanca:
- Sassaroli, S. & Lorenzini, R. (2000): *Miedos y fobias: causas, características y terapias*. Barcelona: Paidós.
- Sierra, J.C. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Mal estar e subjetividad*. Recuperado el 1 de noviembre de 2018 de: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/malestar/v3n1/02.pdf>.
- Universidad de Valladolid. *Competencias Genarales y Especificas del Grado en Educación Infantil*. Universidad de Valladolid.
- Valiente,R.M., Sandín, B. y Chorot, P. (2003). *Miedos en la infancia y en la adolescencia*. Madrid: UNED.
- Witek, J., & Roussey, C. (2015). *Mis pequeños miedos*. Madrid: Bruno.

8. ANEXOS

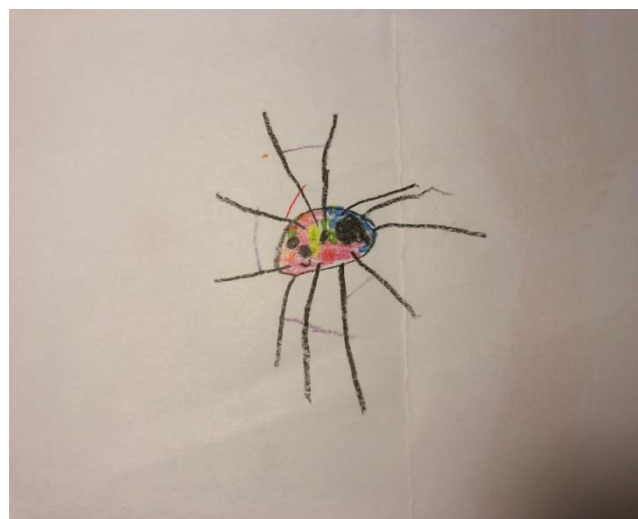
Anexo 1. (Actividad 2: Cuento “Mis pequeños miedos”).



Anexo 2. (Actividad 3: Dibujamos nuestros miedos).



Edad: 3 años – Miedo a los fantasmas.



Edad: 3 años – Miedo a las cucarachas.



Edad 3 años- Miedo a los fantasmas.



Edad 3 años- Miedo a las brujas.

Anexo 3. (Actividad 5: La caja mágica).



Anexo 4. (Actividad 5: “ Monstruo Rosa”).



Anexo 6. (Actividad 7: Creamos nuestro Monstruo Rosa).



Anexo 7: (Actividad 8: Jugamos a las linternas).



Anexo 8. (Actividad 9: Decoramos la oscuridad).



Anexo 9. (Actividad 10: Teatro de sombras).



Anexo 10. (Actividad 11: Cuento “El fantasma Fran”).



Anexo 11. (Actividad 12: Dibujamos a nuestro fantasma).

