

DI LO QUE SIENTES: EXPERIENCIA DIDÁCTICA EN EDUCACIÓN INFANTIL

M^a José Catalán Márquez

CEIP Fray Bartolomé de las Casas, España

Maestra de Educación Infantil

mariajosecatalanmarquez@gmail.com

RESUMEN:

La importancia que actualmente se le atribuye a la expresión emocional en Educación Infantil, se deriva fundamentalmente de dos aspectos: por una parte, el desarrollo afectivo relaciona directa y sistemáticamente con el resto de planos de la personalidad. Por otra parte, sabemos que es en la primera infancia donde se forjan los aspectos claves de la personalidad humana.

La Escuela constituye un medio favorecedor de la expresión emocional. En la presente experiencia, se incluye además de la importancia de la expresión emocional en la etapa, una propuesta didáctica llevada a cabo en un centro de compensatoria de polígono sur.

Palabras clave: educación infantil, expresión emocional, propuesta didáctica.

ABSTRACT:

The importance that is currently attributed to the emotional expression in Early Childhood Education derives mainly from two aspects: on the one hand, emotional development relates directly and systematically with all levels of personality. On the other hand, we know it is in early childhood when key aspects of personality are formed.

School is a supportive means of expression in this case. In this experience, it also includes the importance of emotional expression on the stage, a didactic carried out in a compensatory school in the south of the city.

Keywords: early childhood education, emotional expression, didactic proposal.

INTRODUCCIÓN

La educación debe contribuir al desarrollo integral de niños y niñas es decir, contemplar el desarrollo de competencias físicas, cognitivas, lingüísticas, morales y afectivo-emocionales.

Por ello, como maestros y maestras que queremos contribuir a tal fin, no podemos olvidar la inclusión de la expresión emocional en nuestras propuestas. Se considera que la educación inicial debe dotar a los niños y niñas de un bagaje emocional que le permita ir forjando las bases de una buena competencia afectivo-emocional (Palou, 2004).

Las emociones cobran un lugar central en nuestras vidas. Así las definió (Clarés-López, 2014): “Las emociones son las que nos hacen estremecer, las que permiten que una experiencia la recordemos toda la vida, las que tocan las fibras más hondas de nuestra sensibilidad. En muchas ocasiones nos impiden hacer bien nuestras actividades cotidianas porque ellas, algunas veces, pueden llegar a cubrir toda nuestra atención. Las emociones son el motor de la vida. La supervivencia y la evolución beben de sus turbulentas y apasionantes aguas”

Dada su importancia y repercusión en nuestras vidas, aún seguimos encontrando numerosas investigaciones, en las últimas décadas, que demuestran un nivel muy bajo de la competencia emocional “analfabetismo emocional” (Goleman, 1996), esto conlleva a comportamientos poco acertados y adecuados a las exigencias del medio en el que niño o niña se desenvuelve (Bisquerra, 2003), y por tanto la importancia de intervenir desde el ámbito educativo para paliar estos efectos (Alvarez, 2001). La inclusión de la expresión emocional en los programas educativos presenta multitud de beneficios en el resto de competencias. (Clouder, 2008).

Durante la primera infancia, los niños y niñas expresan sus emociones y sentimientos a través de la comunicación verbal y no verbal. La expresión emocional se desarrolla en interacción con el medio, y se relaciona en buena medida con la calidad con la que se produce las interacciones, a las que se expone a los niños y niñas desde los diferentes contextos en los que los niños y niñas participan. Al trabajar la expresión emocional (BACH & DARDER, 2002), se

toma como punto de partida las actitudes afectivas que queremos que los niños y niñas desarrollen, que les permitan afrontar los problemas sin que se vea afectada su autoestima.

Por todo ello, se considera un tema el de la expresión emocional en Educación Infantil, sobre el que todos los maestros y maestras deben conocer en profundidad, para poder identificar los sentimientos y emociones de nuestros discentes, y contribuir de esta forma a su desarrollo.

Teniendo como referencia todo lo citado anteriormente, se decide durante el curso 2014/2015 poner en práctica unas actividades de expresión emocional, en el nivel de cinco años de la etapa de Infantil del CEIP Fray Bartolomé de las Casas.

Suponía un proyecto de Innovación en el aula, entendiendo este como: “Una práctica percibida como nueva por un individuo o individuos, que intenta introducir mejoras en relación a objetivos deseados, que tiene una fundamentación, y que se planifica, desarrolla y evalúa”(Marcelo, 2011,2).

Como todo proyecto, aspira a mejorar la calidad de la enseñanza, mejorar los resultados de los alumnos y posibilitar el desarrollo institucional, todo ello tras haber hecho un análisis de las necesidades percibidas en el contexto que se lleva a cabo:

- Bajo nivel de expresión emocional que deriva en problemas de conductas, escasez de habilidades sociales, poco autocontrol...

La experiencia que aquí se describe ofrece la oportunidad al niño y niña de identificar sus emociones, desde la primera infancia (López Cassá, 2003). De esta forma, los encauzará de una forma adecuada, ayudándole a desarrollar todas sus capacidades. Para que en definitiva, tengan el privilegio de sentir y aprender a expresar sus emociones, ya que esto los acerca más a las personas que aman (Capdevila, 2009).

1. PRÁCTICA EMOCIONAL EN EDUCACIÓN INFANTIL

1.1. Referencia legal.

A continuación se presenta cómo queda recogida la importancia el desarrollo emocional, en la normativa andaluza de la etapa, para ello, se señala el “Decreto 428/08 de 29 de julio por el que se establece la ordenación y las enseñanzas correspondientes a la Educación Infantil en Andalucía”.

Como se demuestra en él, “la finalidad de la Educación Infantil es la de contribuir al desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños y niñas, respetando los derechos de la infancia y atendiendo a su bienestar” (p.4).

Como se muestra en este fragmento extraído del citado documento, el plano emocional está incluido entre los fines de esta etapa del sistema educativo. Dado el carácter globalizador con el que se deben presentar las propuestas a los niños y niñas, todas las áreas trabajarán de forma conjunta la educación emocional.

1.2. Otros programas que se están llevando a cabo.

Una vez ha quedado recogida que la importancia teórica del tema, también es refrendada y plasmada en la normativa vigente, se señala a continuación la importancia a nivel práctico, con ejemplos de varios programas desarrollados en relación a esto.

“Educación emocional. Programa para 3-6 años” propuesto por (Bisquerra y López, 2003). En este programa se proponen actividades para el segundo ciclo de Educación Infantil. Con ellas pretende conseguir el desarrollo integral de niños y niñas partiendo del trabajo de los elementos que conforman el plano emocional, como son la autoestima, regulación emocional... Todos ellos constituyen los 5 bloques sobre los que se estructura la propuesta didáctica, constituyendo una herramienta muy útil para los maestros de Educación Infantil.

Otro programa es “Sentir y pensar. Programa de inteligencia emocional para niños y niñas de 3 a 5 años” diseñado por (Ybarrola, 2004). Se proponen multitud de recursos para llevar a los niños a un estado emocional sano,

constituyéndose así en una guía emocional para maestros y maestras de esta etapa.

2. EXPERIENCIA DIDÁCTICA

Tras haber analizado normativa y bibliográficamente las emociones, se presenta la experiencia llevada a cabo.

2.1. Situación de partida: Contexto.

La experiencia ha sido llevada a cabo en un centro que está ubicado en la zona Sur de la capital de Sevilla. La mayoría de las familias presentan escaso nivel cultural y acceso a la cultura. Se cuenta con una media de más del 75% de alumnos y alumnas de etnia gitana. A estos datos se suman un entorno conflictivo, con problemas en la convivencia vecinal, falta de habilidades sociales e inseguridad, tanto objetiva como subjetiva. La experiencia ha sido puesta en práctica en el nivel de cinco años, de la etapa de Educación Infantil. El grupo se constituye por 23 niños y niñas de 5 años. Cuyos principales problemas se convierten en objetivos de la propuesta.

2.2. Objetivos.

Como objetivos de esta propuesta didáctica señalar:

- Identificar emociones y sentimientos: que los niños y niñas sean capaces de saber qué están sintiendo e identificarlas en los demás posteriormente.
- Controlar y expresar emociones: Tras identificar las emociones que están sintiendo, deben empezar de controlarlas y expresarlas correctamente.
- Desarrollar el control de la impulsividad.
- Mejorar el clima de aula.

2.3. Contenidos.

Una vez han sido formulados los objetivos, se requiere de una adecuada selección de contenidos, para poder llevar a cabo esta propuesta:

- Identificación de las diferentes emociones y de los sentimientos que los niños y niñas vivencien.
- Conceptualización de dichas emociones y sentimientos.
- Establecimiento de una relación entre lo que están vivenciando y la forma en la que quieren expresarlos.

2.4. Orientaciones generales para la expresión emocional en Educación Infantil.

- Dotar de carácter lúdico todas las actividades que se realicen.
- Cuidar la organización espacial ya que favorece o coarta la interacción social.
- Destinar una zona del aula para el rincón de las emociones.
- Seleccionar el material teniendo en cuenta la edad de los niños y niñas.
- Crear un clima de afecto y confianza que favorezca la expresión emocional.
- Incluir la educación emocional en propuestas globalizadas.

2.5. Actividades.

Se proponen aquí una serie de actividades tipo:

Expreso lo que escucho

La música constituye un buen recurso para experimentar y expresar diferentes emociones. Por lo que utilizaremos audiciones que tenga significados que puedan identificarse fácilmente por los más pequeños.

Disponiendo de un gran espacio, se irán presentando varias audiciones en la hora de psicomotricidad. En primer lugar los niños y niñas la escucharán sentados en corro y tras ello se realizará una asamblea en ella se harán una batería de preguntas respecto a las audiciones: ¿os ha gustado la música? ¿Os ha parecido alegre, divertida, aburrida...? ¿Cómo podríamos bailarla?

Volverán a escuchar las audiciones pero en este caso se moverán al son de las mismas. Y como han expresado en la asamblea.

Tras esto, se vuelven a sentar en corro y contarán lo experimentado. Para terminar la actividad se pedirá a los niños y niñas que dibujen alguna de las emociones que han vivenciado.

Cariñograma

Para este tipo de actividad cada niño y niña del grupo debe tener un sobre con su nombre, una caja, un bote...

Cada miembro del grupo escribirá o representará gráficamente algún agradecimiento, felicitación, petición de disculpas y lo introducirá en el cariñograma del compañero o compañera al que vaya dirigido. Se realiza un día a la semana, a no ser que acontezca algún hecho que requiera de esta actividad.

Mi libro de las emociones

Con este tipo de actividad se pretende elaborar un libro sobre las emociones y sentimientos presente en la vida de los niños y niñas del grupo que lo esté realizando. Se parte de emociones que hayan identificado en sesiones anteriores. Se irán trabajando de una en una, se presenta la emoción a través de imágenes, se identifica y se expresa por parte del grupo. El profesor fotografiará las caras de los niños expresando la emoción. Seguidamente verbalizarán cuándo la sienten, por qué... Y se adjuntará todo lo que los niños y niñas aporten a las imágenes, de tal forma que de manera progresiva se vaya elaborando un libro con todas las emociones trabajadas.

La caja para guardar miedos

Esta actividad permite expresar las emociones negativas. Para ello los niños y niñas junto a su tutor se sentarán en círculo. Se presentará una "caja para guardar los miedos". Se les explica que es una caja muy especial porque es capaz de guardar todo lo que les asusta. No es imprescindible que se ponga en práctica en el momento que se explica, es decir, que la dejaremos en el rincón de las emociones y cada uno podrá ir allí y contarle lo que le ha pasado a la caja que es mágica. Y lo que se deja ahí guardado la caja no lo dejará salir nunca más.

Cada día en la asamblea se dejará un tiempo para que los más pequeños cuenten algo que les haya podido pasar el día anterior y que les pueda haber causado miedo o malas emociones, y se les invita a contárselo a la caja.

Aprovechando también para proponer posibles soluciones para enfrentarse a estas emociones y sentimientos.

Teatro de las emociones

Una vez han sido trabajadas las emociones más presente a estas edades, se puede empezar a realizar esta actividad. Para ella los niños y niñas deben ir saliendo de uno en uno e ir simulando emociones que el resto de compañeros y compañeras deberán identificar. Se pueden realizar diferentes variantes: representación grupal, utilizando atuendos que faciliten la representación...

2.6. Evaluación.

Cualquier objeto de mejora debe ser evaluado, en este caso deberemos evaluar tanto el proceso de enseñanza como el de aprendizaje. Para ello al inicio de la práctica, se realizará una evaluación inicial, a fin de conocer de dónde partimos y realizar así las adaptaciones pertinentes en caso de que se considere necesario. Durante todo el proceso realizar una evaluación continua, un seguimiento periódico, utilizando como estrategia la observación sistemática. Al término del mismo se llevará a cabo una evaluación final en la en relación a los objetivos propuestos en el programa, se conozca los logros alcanzados por cada uno de los niños y niñas, así como las dificultades encontradas en la puesta en práctica de la experiencia.

Tabla 1. Resultados obtenidos tras la puesta en práctica.

| Actividad | Logros / Dificultades |
|------------------------|--|
| Expreso lo que escucho | <ul style="list-style-type: none">• El 90% de la clase tras realizar la actividad aumenta su capacidad de concentración y autocontrol, mejorando así el clima de aula.• Favorece la cohesión del grupo. |
| Cariñograma | <ul style="list-style-type: none">• La 85% de los alumnos presentan iniciativas para expresar y dedicar algún gesto afable a otro compañero.• Mejora el clima de aula. |

| | |
|---------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• Aumenta en los niños más tímidos su sentimiento de pertenencia al grupo. |
| Mi libro de las emociones | <ul style="list-style-type: none">• <i>El 85% detecta las emociones trabajadas.</i>• <i>El 75% las representa a través de diversas técnicas y soportes.</i> |
| La caja de guardar miedos | <ul style="list-style-type: none">• El 95% identifica y expresa emociones negativas.• Al principio algunos niños y niñas sienten miedo hacia la caja. |
| Teatro de las emociones | <ul style="list-style-type: none">• Todos aumentan la calidad de expresión no verbal.• La gran mayoría identifica las emociones expuestas.• A los niños más tímidos les es más fácil la representación que utiliza recursos que les permite esconder parte de su cuerpo. |

2.6 Conclusiones.

Tras evaluar la experiencia se observa como han contribuido de manera exitosa cada una de las actividades a la consecución de los objetivos que se planteaban, así mismo subyace alguna que otra meta conseguida que no había sido formulada al inicio del programa, como son el fortalecimiento del sentimiento de pertenencia al grupo, favorecer la cohesión de grupo y mejora de la competencia lingüística, con lo que podemos señalar a la luz de los mismos el éxito de este tipo de experiencias y sirviendo de impulso para seguir poniendo en práctica y ampliando en cursos posteriores.

3. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alvarez, M. (2001). Diseño y evaluación de programas de educación emocional. Barcelona: Ciss- Praxis.

- Bach, E. & Darder, P. (2002). Sedúctete para seducir. Vivir y educar las emociones. Barcelona: Paidós.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación Educativa (RIE), 21, 1,7-43.
- Bisquerra, R. y López, É. (2003). Educación emocional. Programa para 3-6 años. Barcelona: Praxis.
- Capdevila, M. A. (2009). Aprendemos con las emociones. Recuperado de <http://www.slideshare.net/ghest32e180/trabajando-con-las-emociones-en-clase-9-06-12>
- Clarés- López, J. (2014). Programa de prevención de dificultades socioeducativas. DISEMFE. Universidad de Sevilla. Proyecto Piloto.
- Clouder, C. (Coord.).(2008). Educación emocional y social. Análisis internacional. Recuperado de http://educacion.fundacionbotin.org/ficheros_descarga/pdf/ES/dossier.pdf.
- Decreto 48/2008, de 29 de julio, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas correspondientes a la Educación Infantil en Andalucía. Boletín Oficial de la Junta de Andalucía. pp 4-10.
- Goleman, D. (1996). Inteligencia emocional. Barcelona: Kairós.
- López Cassá, E. (2003). Educación Emocional. Programa 3-6 años. Barcelona: Praxis.
- Marcelo, C. (2011). Pautas para la elaboración de Proyectos de Innovación. Recuperado de: http://campus.usal.es/gabinete/comunicacion/eEuropeo/Salamanca_innovacion.pps#258,2,Diapositiva 2.
- Palou, S. (2004). Sentir y crecer. El crecimiento emocional en la infancia. Barcelona: Graó.
- Ybarrola, B. (2004). Sentir y pensar. Programa de inteligencia emocional para niños y niñas de 3 a 5 años. Madrid: SM.