



EL MICROCUENTO ILUSTRADO COMO UN MEDIO PARA IDENTIFICAR LAS EMOCIONES BÁSICAS NEGATIVAS: EL MIEDO, TRISTEZA Y ENOJO, A PARTIR DE LAS EXPERIENCIAS EN LOS ALUMNOS DE TERCER GRADO DE PREESCOLAR

Castro Sánchez Armando Rafael

Centro Regional de Educación Normal "Marcelo Rubio Ruiz"
rafarmando@hotmail.com

Amador Perea Bertha Elizabeth

Centro Regional de Educación Normal "Marcelo Rubio Ruiz"
bettyamadorp@hotmail.es

Aguiar Pérpuli Malibé

Centro Regional de Educación Normal "Marcelo Rubio Ruiz"
Perpuly82@hotmail.com

Área temática: Educación en campos disciplinares

Línea temática: Enseñanza y Aprendizaje de las Ciencias Sociales – Historia y Geografía.

Tipo de ponencia: Reporte final de investigación



Resumen

El abordar las emociones básicas negativas: tristeza, miedo y enojo, en educación a nivel preescolar, es de suma importancia, ya que permite a los alumnos identificar estas reacciones que, en un momento determinado deberán de regular para poder tomar mejores decisiones ante circunstancias o situaciones que se les presenten en su vida cotidiana. La metodología que se utilizó es cualitativa, descriptiva y transversal, haciendo uso del método clínico. Para su validación se recurrió al uso del programa Atlas.ti., utilizándose para cotejar las posibles categorías emergentes. En lo que respecta al instrumento de recolección de datos, se operó con la entrevista, la cual se aplicó a 5 niñas y 5 niños entre edades de 5 y 6 años, pertenecientes al municipio de Loreto B.C.S. En lo que concierne a los resultados, estos ponen en evidencia que el microcuento con ilustración es un medio que coadyuva a la identificación de las emociones básicas negativas propias, la de los demás, así como sus causas y consecuencias, a partir de la experiencia.

Palabras clave: Emociones Básicas Negativas, Microcuento Ilustrado, Preescolar.

Introducción

Cada día, los individuos experimentamos diversas emociones que nos permiten actuar y tomar decisiones, fortalecer este aspecto es tan importante como el cognitivo, por tal razón

la educación emocional ya está formando parte de los programas de estudios en los últimos años, tratando de responder a una de las necesidades sociales que no eran atendidas por los contenidos académicos del currículo escolar.

En México, el plan y programas de estudio 2017, publicados por la Secretaría de Educación Pública (SEP), reconoce que las emociones forman parte del desarrollo integral de las personas. Para el nivel educativo de preescolar, se establece como un área de desarrollo la educación socioemocional, vista como un proceso de aprendizaje a través del cual los niños identifican, comprenden y manejan sus emociones, generando un sentido de bienestar personal y hacia los demás, lo que a largo plazo les permitirá alcanzar cualquier meta propuesta.

Cabe señalar que, esa etapa es primordial para el desarrollo afectivo, cognitivo, físico y social, ya que “los logros en el desarrollo del periodo preescolar y del jardín de niños son la imaginación, la función simbólica y la integración del pensamiento y las emociones” (Bodrova y Leong, 2004, p.57), por tanto, las experiencias que se brindan a través de la educación preescolar pueden contribuir a mejorar las oportunidades y condiciones de vida de los infantes.

El ideal, es que los alumnos de este nivel educativo aprendan paulatinamente a regular sus emociones, para convivir sin tener conflictos con su entorno, pero se necesita en un primer momento trabajar el reconocimiento de las mismas, que los niños identifiquen lo que sienten, conozcan cada emoción y puedan nombrarlas, expresando de manera libre situaciones en las que las han experimentado.

Considerando lo anterior, se diseñó el microcuento ilustrado para esta investigación, con la cual se busca conocer si este es un medio para identificar las emociones básicas negativas: miedo, tristeza y enojo, de los alumnos de tercer grado de educación preescolar, partiendo de sus experiencias.

Desarrollo

Hablar de emociones actualmente es común, pero definir las parece no ser tan sencillo, este concepto es tan diverso como el número de autores que las abordan, Mellado et al. (2014) las define como reacciones innatas, subjetivas que responden a los estímulos del ambiente, a su vez, Goleman (1995) se refiere a ellas como un sentimiento y pensamientos, a estados biológicos y psicológicos que llevan a la acción, para Mora (2012) la emoción es un motor que nos impulsa a vivir en interacción constante con los otros y con uno mismo, que también son importantes para la conservación de la vida. Asimismo, Bisquerra (2020) menciona que las emociones se generan como una respuesta a un suceso externo o interno, generando una valoración automática de los acontecimientos que llegan a nuestros sentidos, ya sean reales o imaginarios.

Algunos autores (Bisquerra 2011, Goleman 1995, Ekman 2017) mencionan que existen diversas emociones, las cuales se pueden agrupar en positivas y negativas, las positivas se refieren a

aquellas agradables, que generan placer, por ejemplo, la alegría o la felicidad, generalmente requieren de un aprendizaje social; por ende, las negativas son, por ejemplo, la ira, tristeza, miedo, odio, y todas aquellas que producen disgusto, estas generalmente se manifiestan espontáneamente. Por otra parte, Vivas, Gallego y González (2007) hacen referencia a las emociones neutras, que son aquellas que no producen reacciones agradables ni desagradables, sino que dan paso a algún estado emocional, como la sorpresa.

Para Bisquerra (2011) las emociones negativas son inevitables, son más que las positivas y los infantes desde muy pequeños tienen capacidad para expresarlas por medio de gritos, llantos o golpes, etc. Esta capacidad es por mucho, superior a la de expresar las emociones positivas, por eso se debe aprender a tomar conciencia de ellas y regularlas para potenciar el bienestar personal y de otras personas, es importante hablar de ellas con naturalidad.

Esta investigación considera a las emociones negativas básicas; tristeza, enojo y miedo, por ser las que se relacionan con el nivel preescolar. Trujillo et al. (2020) mencionan que se deben abordar emociones como la ira y la tristeza, desde este nivel, por las repercusiones que pueden tener en el bienestar de los niños y como una de las principales estrategias que utilizan para tal fin, es el uso de cuentos, para favorecer la empatía y la expresión de las emociones de forma individual o en asamblea grupal.

En tanto, la tristeza es una emoción básica negativa que está relacionada con el llanto, es una respuesta normal ante una pérdida, que permite asimilar lo que sucede (Valero, et al., 2020), principalmente se experimenta cuando se pierde a un ser querido, como algún miembro de la familia, un amigo o persona muy cercana, sin embargo, también puede aparecer ante la pérdida de algún objeto muy preciado (Bisquerra, 2011) o cuando nos decepcionan (Nuñez y Valcárcer, 2013). La tristeza puede ocasionar incluso que se pierdan las ganas de vivir, por eso es primordial aprender a regular esta emoción para no llegar al punto de la depresión.

Por otra parte, el miedo, es una emoción que manda señales de alerta y permite que las personas actúen rápidamente huyendo del peligro o por el contrario se paralicen sin saber cómo actuar ante una situación o los limite a la acción, este es la respuesta ante un estímulo peligroso, aparece cuando se cree que se sufrirá algún daño, en los niños puede propiciarse por diversas razones, una de las causas puede ser el castigo (Bisquerra 2011), lo desconocido (Nuñez y Valcárcer, 2013), otras causas son relacionadas con la oscuridad, seres fantásticos como fantasmas y separación de los padres (Méndez, et al, 2003).

En lo que respecta al enojo, esta emoción está vinculada con la ira, furia, rabia, enfado, indignación, odio, entre otras y esta es uno de los factores que llegan a desencadenar la violencia (Bisquerra 2011), se suele experimentar ante alguna injusticia, puede llevar a las personas a perder el sentido y reaccionar de forma inadecuada (Nuñez y Valcárcer, 2013) y tiene la función de poner límites o motivar a la acción ante amenazas de daño (Valero, et al., 2020).

Uno de los propósitos de la educación socioemocional es el reconocimiento de las emociones, sin embargo, para ello es necesario primero identificarlas y dar un significado a lo que uno está experimentando, de esta manera, al darle nombre, se puede trabajar con ese estado afectivo. En

el caso particular de los niños, el hecho de que identifiquen la emoción implica que reconozcan lo que están experimentando y puedan nombrarlo, de acuerdo con Aguaded y Pantoja, (2015) “reconocer la propia experiencia emocional es un primer paso para aprender a reconocer la de los demás” (p.87). Esto indica que se tiene que empezar a trabajar con los alumnos.

Distinguir las emociones en los demás es de suma importancia, ya que a partir de la información que percibimos de la otra persona, esta nos permite tomar decisiones al momento de interactuar. De esta manera, Bisquerra (2011) afirma que “ayudar a que el aprendizaje del niño tenga en cuenta la perspectiva del otro, ayudar a comprender sus puntos de vista, sus sentimientos y emociones contribuirá a la convivencia y relación con los demás.” (p.73). Es tan importante identificar las emociones propias como reconocer las emociones en los demás, para establecer relaciones positivas con las personas que nos rodean.

Lo anterior invita a que también se busque identificar las causas de las emociones, ya que el origen de estas reacciones se debe a situaciones multifactoriales, donde cada uno de los individuos percibe y responde de manera diferente a los estímulos internos y externos. Así, al identificar los detonantes, en especial, el de las emociones más sensibles, permitirá comportarnos de cierta manera, evitando lamentarnos (Ekman, 2017).

Por otra parte, los niños deben de empezar a identificar cuáles son las consecuencias de estas reacciones, y con ello, abonar a una gestión gradual de sus emociones. Portilla (2017) considera que a partir del reconocimiento de las emociones en uno mismo y en otros, así como al identificar las razones de las mismas, es posible regularlas de forma voluntaria y responder a ellas.

Conviene subrayar que, para que esto se alcance, es necesaria la comunicación, considerando que es un “proceso por medio del cual se transmiten significados de una persona a otra” (Gomezjara,1967, p. 369). Siendo así la forma en la cual podemos intercambiar información, emociones, experiencias y habilidades, brindándonos la oportunidad de tomar mejores decisiones a partir de la información que obtenemos. En este mismo sentido la SEP menciona que “...es importante lograr que los niños verbalicen sus experiencias” (2017, p.71).

Tomando en cuenta lo anterior, se considera que uno de los medios que puede favorecer para poder identificar las emociones en los niños de preescolar, es el microcuento, ya que este tipo de narración se caracteriza por ser hiperbreve, y algunos de ellos llegando a suprimir ciertos hechos que invitan a completar el relato a partir de la imaginación y experiencia, evocando así emociones a partir de su interpretación. En esta misma postura, Rojo y Linares (2009), indican que algunos microcuentos “...en los que el evento es demasiado escueto y la emoción está simplemente sugerida” (50), es aquí donde el lector debe de darle sentido a la parte de la narración.

Siendo la experiencia, sobre todo, el punto de partida para rescatar esos recuerdos de lo que hemos vivido y nos ha dejado algún aprendizaje, tal como lo menciona Scott (2001), quien afirma que es esta la “consideración o reflexión acerca de eventos observados o lecciones aprendidas del pasado” (p.52).

La siguiente investigación corresponde al enfoque cualitativo, tipo descriptiva transversal, haciendo uso del diseño del método clínico. Donde el estudio rescata las palabras de los sujetos, ya sea de forma escrita o narrada, considerando así mismo el comportamiento que se presente. En este sentido, la investigación se basa en la inducción y la lógica, para poder describir si la narración del microcuento ilustrado, favorece para que las niñas y niños de tercer grado de educación preescolar identifiquen las emociones básicas negativas del miedo, tristeza y enojo, a partir de la experiencia.

En cuanto a Monje (2011), este hace énfasis que, “este tipo de estudio busca únicamente describir situaciones o acontecimientos; básicamente no está interesado en comprobar explicaciones, probar hipótesis o hacer predicciones”. Por lo tanto, se entiende como el acto de representar por medio de palabras las características de fenómenos, hechos, situaciones, cosas, personas y demás seres vivos, de tal manera que quien lea o interprete, los evoque en la mente (Niño, 2011, p.34). Por esta razón, el diseño del método clínico favorece en este estudio al permitir obtener datos a partir de la interacción con las personas, en este sentido, Delval (2012) indica que este método permite provocar respuestas mediante la entrevista, indicando que, para ello nos podemos apoyar en algunos otros elementos como lo son las historias que presentamos a los sujetos, en dibujos o en una situación en la que ellos mismos tienen que hacer algo (p. 104). Es aquí donde el microcuento narrado en conjunto con la ilustración, fungen en conjunto para poder recoger información a partir de la comunicación verbal y lenguaje corporal. Como se puede observar los siguientes microcuentos ilustrados (Imagen 1).

Imagen 1. Microcuentos ilustrados de la Abeja, El Monstruo y La Mamá



Elaboración propia.

Es por ello que la entrevista semiestructurada como parte del método clínico, es la técnica adecuada para obtener la información, ya que se aplica el instrumento directamente al

A continuación se presenta el caso del alumno EB, quien presenta la emoción de la tristeza por la pérdida de un familiar.

Entrevistador: *Tú ¿alguna vez te has sentido triste?* EB: *Sí.* Entrevistador: *¿Por qué te has sentido triste?* EB: *Es que cuando... es que... es que cuando mmm... es que un día se murió mi abuelo y yo me sentí triste.* Entrevistador: *¡Ah, cuando se murió tu abuelo!* EB: *Ahora nomás estoy con mi abuela.* Entrevistador: *Mmm... sí y ¿extrañas a tu abuelo?* EB: *Es que estaba enfermo de su corazoncito.*

Para el caso de la emoción del miedo, se narró el microcuento de “El Monstruo”, con él se encontró que esta emoción se asoció con el susto y la impresión como respuesta. Sin embargo, es la oscuridad la principal causa activadora (Imagen 3).

Imagen 3: Red de códigos de la emoción del miedo



Fuente: Elaboración propia.

Después de que se les leyó la narración y se mostró la imagen, el entrevistador identificó que la activación de la emoción tiene relación con la fantasía. Tal como se puede identificar en las respuestas del alumno EA:

Entrevistador: *¿También te asustarías? ¿Alguna vez te has sentido asustada?* EA: *Sí en casa ¿En tu casa? Ha... y ¿en ese cuarto quién está contigo?* EA: *Mi mamá duerme ahí conmigo, unas veces se levanta y me deja con luz apaga.* Entrevistador: *Ok, duerme ahí contigo, ha... ya, cuando se levanta y apaga la luz y te da miedo.* EA: *Cuando estoy con mi mamá RN no me gusta porque tiene un cuarto que está embrujado, porque ahí siempre se escucha muchos ruidos.* Entrevistador: *Ok ¿cómo sabes tú que estás embrujado?* EA: *Pues una vez estaba ahí, y... y ha dado miedo.*

En cuanto a la emoción del enojo, se encontró que los alumnos a esta edad la identifican en ellos mismos, en otros, así como sus causas y consecuencias. También se puede observar

asimilar, también nos permite parar y reflexionar sobre lo ocurrido, aceptando así esa pérdida (Bisquerra 2011). Dentro de las respuestas a la entrevista del alumno EB, este manifiesta en todo momento la tristeza, en este sentido, el comunicar la emoción, es importante, ya que permite identificarla, lo que después puede favorecerle al querer regular, y no caer en depresión, ya que esta emoción será parte de nuestra vida, vivencias emocionales y de nuestro proceso de crecimiento (Bisquerra, 2011).

Para el caso de la emoción del miedo, al presentar la narración y mostrar el material complementario, el alumno EA, identificó rápidamente la emoción. Y más allá de esto, rescató una experiencia que tiene que ver con el miedo a la oscuridad. Si bien, hasta los seis años es común presentar este tipo de temores, ya se sea “a la oscuridad, seres fantásticos, así como la separación de los padres (Méndez et. al, 2003). Al mencionar el miedo a los ruidos y decir que el lugar está embrujado, se identificó que es una suposición de un peligro potencial que un peligro real, siendo esto una causa que “diferencia el miedo de la ansiedad” (Bisquerra, 2011, p. 89).

Cabe señalar que, el miedo no es una emoción totalmente negativa, ya que permite protegerte. Sin embargo, “cuando el miedo no está bien calibrado para la amenaza real, puede ser desadaptativo” (Valero, 2020, p.66) siendo esta una de las principales causas del malestar (Bisquerra, 2011, p.12).

El microcuento del enojo en conjunto con la ilustración permitió rescatar experiencias en las que los niños han vivenciado la violencia a partir del enojo. Bisquerra (2011), quien indica que con el enojo se pueden activar comportamientos agresivos, específicamente Vivas, et al., (2007) hace alusión que este puede desencadenar la violencia física, llevando a las personas a perder el sentido y a reaccionar inadecuadamente (Núñez y Valcárcel, 2013). Tal como se pudo observar en el caso del alumno EB, al compartir una experiencia donde presencié una pelea con sus padres.

Lo anterior muestra como el enojo tiene efectos negativos en las personas cercanas, en este caso la pelea entre el padre y la madre del infante. Para este caso, Bisquerra (2011) indica que esta emoción se muestra frecuentemente a los más allegados y esto repercute en las relaciones interpersonales. Sin embargo, esta misma tiene también la función de poner límites y defendernos de situaciones amenazadoras (Valero et al., 2020). Aún así hay situaciones que a esta edad pueden ser traumáticas y evitar el desarrollo integral de la niña o el niño.

Conclusiones

Como resultado de la investigación, se logró observar cómo el microcuento narrado y presentando una ilustración, ayuda a que niñas y niños puedan identificar las emociones básicas negativas a partir de la activación de algunas experiencias. Si bien, el microcuento no es una herramienta que busca remediar situaciones que tiene que ver con el estado emocional,

si es un medio que favorece la comunicación con el docente, activando algunas experiencias que tienen en esencia un cúmulo de emociones que, los niños de cierta manera identifican en ellos, en los demás e incluso cuando aparecen en ciertas situaciones, percibiendo algunas causas y consecuencias.

Por lo tanto, se puede considerar al microcuento, no como un instrumento exploratorio o un diagnóstico, sino como un portal que, en conjunto con la ilustración y la entrevista, funge como un medio de comunicación que favorece el intercambio de información y sobre todo de experiencias, las cuales, desde el ámbito educativo, le permiten al docente contar elementos para favorecer en la educación integral de los alumnos.

Referencias

- Aguaded, M. C. y Pantoja, M. J. (2015). Innovar desde un proyecto educativo de inteligencia emocional en primaria e infantil. *Tendencias Pedagógicas* 26, pp. 69-88.
- Antoni, M., y Zentner, J. (2014). *Las cuatro emociones básicas*. Herder Editorial.
- Asamblea General de las Naciones Unidas (2015). *Resolución de la Asamblea General A/70/L.1*, 4ª sesión plenaria, celebrada el 25 de septiembre de 2015.
- Bisquerra, R. (Coord.). (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Desclée de Brouwer.
- Bisquerra, R. (2016). Educación emocional y bienestar. Praxis.
- Bisquerra, R., y López-Cassá, È. (2020). *Educación emocional: 50 preguntas y respuestas*. Editorial El Ateneo.
- Bodrova, E. y Leong, D. J. (2004). *Herramientas de la mente: El aprendizaje en la infancia desde la perspectiva de Vygotsky*. Secretaría de Educación Pública.
- Ekman, P. (2017). *El rostro de las emociones. Qué nos revelan las expresiones faciales*. RBA Libros. [En línea] <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=H0TODwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT11&dq=ekman+emociones+libro&ots=OSzdD6tzHk&sig=3WQCS6NykUHHSjJWHmgh9YZipyc#v=onepage&q=ekman%20emociones%20libro&f=false>
- Goleman (1995). *Inteligencia emocional*. Editorial Kairós.
- Gomezjara, F. A. (2000). *Sociología*. Porrúa.
- Mellado, V., Borrachero, B., Brígido M., Melo, L., Dávila, M.A., Cañada, F., Conde, M.C., Costillo E., Cubero J., Esteban, R., Martínez, G., Ruiz, C. y Sánchez, J. (2014). *Las emociones en la enseñanza de las ciencias*. *Enseñanza de las Ciencias*, 32.3, pp. 11-36

- Méndez, X., inglés, C. J., Hidalgo, M. D., García-Fernández, J. M. y Quiles, M. J. (2003). *Los miedos en la infancia y la adolescencia: un estudio descriptivo*. Revista Electrónica de Motivación y Emoción, 6, 13, 4-16.
- Mora, F. (2012). *¿Qué son las emociones?* En Bisquerra, R. (coord.) *¿Cómo educar las emociones? la inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Barcelona: Faros Sant Joan De Déu.
- Monje, C. (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa*. Neiva: universidad surcolombiana.
- Niño, R. V. M. (2011). *Metodología de la investigación: diseño y ejecución*. Ediciones de la U.
- Nuñez, C. y Valcárcer, R. (2013). *Emocionario. Dime lo que sientes*. España: Palabras Aladas.
- Orejudo y Planas (2016). Introducción. En Soler, J.L., Aparicio, L., Díaz O., Escolano, E. y Rodríguez, A., (coord.) *Inteligencia Emocional y Bienestar II: reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones*. España: UNE. pp 9-18.
- Portilla, M. A. (2017). *La autorregulación: un horizonte de posibilidades*. *Educación*, (23), 9-13.
- Rojo, V., y Linares, L. B. (2009). *Breve manual (ampliado) para reconocer minicuentos*. Ed. Eqzincio, Univ. Simón Bolívar, Dir. de Cultura.
- Scott, J. (2001). *Experiencia*. Revista de estudios de género: La ventana, ISSN 1405-9436, Vol. 2, N°. 13, pp. 42-74
- SEP (2017). *Aprendizajes clave para la Educación Integral. Educación preescolar. Plan y programas de estudio para la Educación Básica*. México: SEP.
- Trujillo, E., Ceballos, E. M., Trujillo, M. del C., y Moral, C. (2020). *El papel de las emociones en el aula de educación Infantil*. Profesorado, Revista De Currículum Y Formación Del Profesorado, 24(1), 226-244.
- Valero, N., Vélez, M., Durán, A. y Portillo, M. (2020). *Afrontamiento del COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depresión*. Enfermería Investiga, 5 (3):63-70
- Vivas, M., Gallego, D. J., & González, B. (2007). *Educar las emociones*. Producciones editoriales.