



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA
NACIONAL
Educadora de educadores

**EL CLAN CONTRA EL MIEDO: PROPUESTA DIDÁCTICA PARA LA
MITIGACIÓN DEL MIEDO EN NIÑOS Y NIÑAS DENTRO DEL AULA DE
CLASES**

**PAULA ANDREA ARENAS ROMERO
NATALIA DEL PILAR CUEVAS GARZÓN**

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
FACULTAD DE EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE PSICOPEDAGOGÍA
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN INFANTIL
BOGOTÁ D.C., COLOMBIA**

2020



**EL CLAN CONTRA EL MIEDO: PROPUESTA DIDÁCTICA PARA LA
MITIGACIÓN DEL MIEDO EN NIÑOS Y NIÑAS DENTRO DEL AULA DE
CLASES**

AUTORAS

PAULA ANDREA ARENAS ROMERO

NATALIA DEL PILAR CUEVAS GARZÓN

**TRABAJO DE GRADO PRESENTADO COMO REQUISITO PARA OPTAR AL
TÍTULO DE LICENCIADAS EN EDUCACIÓN INFANTIL**

TUTOR: GABRIEL BENAVIDES RINCÓN

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
FACULTAD DE EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE PSICOPEDAGOGÍA
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN INFANTIL
BOGOTÁ D.C., COLOMBIA**

2020

TABLA DE CONTENIDO

1. CONTEXTUALIZACIÓN	7
2. SITUACIÓN PROBLEMA	14
2.1. Problematización	14
2.2. Antecedentes.....	18
2.3. Justificación	20
2.4. Objetivos.....	28
2.4.1. Objetivo General	28
2.4.2. Objetivos Específicos:.....	28
3. MARCO TEÓRICO	29
3.1. La emoción del miedo.....	29
3.1.1. ¿Qué es el miedo?.....	31
3.1.2. ¿De qué manera afecta el miedo internamente al individuo?	32
3.1.3. ¿Cuáles son algunas de las implicaciones sociales del miedo? .	36
3.2. El miedo en la infancia.....	42
3.2.1. Respuestas fisiológicas del miedo en la infancia	43
3.2.2. Incidencia del miedo en el desarrollo infantil y experiencia de aprendizaje.....	46
3.2.3. Tipos de miedo en la infancia.....	47
3.2.4. El miedo que ejerce la familia en los niños y niñas	50
3.3. El miedo en la escuela.....	51
3.3.1. El miedo como medio de control en la escuela	54
3.3.2. Miedos a los cuales se ven enfrentados los niños y niñas en la escuela.....	55
3.4. Estrategias para la mitigación del miedo en la infancia	56
3.4.1. Ambiente de seguridad afectiva	58

3.4.2. Evitar el miedo como factor de disciplinamiento	60
4. MARCO METODOLÓGICO	62
4.1. Descripción metodológica.....	62
4.2. Diálogos informales semiestructurados	65
4.2.1. Comentarios sobre los diálogos informales semiestructurados ..	73
5. PROPUESTA DIDÁCTICA: EL CLAN CONTRA EL MIEDO: PROPUESTA DIDÁCTICA PARA LA MITIGACIÓN DEL MIEDO	75
5.1. Presentación.....	75
5.2. Objetivos de la propuesta	75
5.2.1. Objetivo general:	75
5.2.2. Objetivos específicos:	76
5.3. Descripción de la propuesta	76
5.4. Actividades de la propuesta.....	77
5.5. Reflexión propuesta	88
6. CONCLUSIONES	93
Recomendaciones	98
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	100

INTRODUCCIÓN

En el presente trabajo de grado, se realizó una propuesta didáctica con la intencionalidad de brindar a los docentes y maestros en formación que estén interesados en crear estrategias una opción documentada, reflexionada y articulada de trabajo para la mitigación del miedo dentro del aula de clases.

En el primer capítulo se aborda la contextualización, se menciona cómo surge el miedo en los humanos desde temprana edad y cómo los sujetos van experimentando dicha emoción, según su experiencia, igualmente, se nombra el brote del virus Covid 19, el cual generó una problemática mundial en el 2020, finalmente, este apartado termina con testimonios de personas que narran el temor que han vivido en el salón de clases de las instituciones educativas.

En un segundo capítulo se adentra en la problemática, en la cual se cita como la emoción del miedo causa ciertos comportamientos sociales en los seres humanos frente al contexto donde este se esté desarrollando y en cómo estos comportamientos se ven reflejados en los niños y las niñas dentro del aula, seguido de esto se crean varias interrogantes dando paso a la pregunta problema. Por otro lado, se hallan los trabajos investigativos realizados sobre la emoción del miedo, de estos mismos se tomaron y adaptaron algunas actividades para la propuesta. Igualmente, en la justificación se alude de manera más específica el miedo que viven los seres vivos y como esta misma emoción causa comportamientos psicológicos y fisiológicos en cada persona de manera significativa, asimismo, se especifica cómo se aplica el miedo como dispositivo de control en la escuela y en las familias. Finalmente, en este capítulo se encuentra el objetivo general y los objetivos específicos.

En el tercer capítulo se aborda el marco teórico donde se despliegan 4 subtítulos, el primero de estos es: la emoción del miedo, donde se lleva a cabo los siguientes apartados, ¿qué es el miedo?, ¿de qué manera afecta el miedo internamente al individuo? y ¿cuáles son algunas implicaciones sociales del miedo?, El segundo subtítulo es: el miedo en la infancia y se lleva a cabo los siguientes apartados, respuestas fisiológicas del miedo en la infancia, incidencia del miedo en el desarrollo infantil y experiencia de aprendizaje, tipos de miedo en la infancia y por último el

miedo que ejerce la familia en niños y niñas. El tercer subtítulo es: el miedo en la escuela, de este se despliegan los siguientes apartados, el miedo como medio de control en la escuela y miedos a los cuales se ven enfrentados los niños y las niñas en la escuela, el cuarto subtítulo es: estrategias para la mitigación del miedo (en la infancia), en este se desarrollan los siguientes apartados, ambiente de seguridad afectiva y evitar el miedo como factor de disciplinamiento.

En el cuarto capítulo, se encuentra el marco metodológico, el cual se divide en los siguientes tres subtítulos: Primero: descripción metodológica, donde se habla del enfoque investigativo, el cual corresponde al paradigma cualitativo. Segundo: diálogos informales, en el cual se transcribieron las respuestas de algunas profesoras de instituciones públicas y privadas, quienes fueron interrogadas, sobre las estrategias que utilizan para el control del grupo, si usan o no el miedo en el salón de clases de cada una y que podría tener un proyecto para la mitigación del miedo. Tercero: comentarios sobre las conversaciones, en este se observan los aspectos comunes, las ideas originales y complementarias de las docentes, para realizar algunos comentarios sobre las situaciones generadoras de miedo, el disciplinamiento, actitudes para el mitigamiento frente a las docentes y posibles proyectos y finalmente, si son o no necesarias las acciones amenazadoras en el salón de clases.

En el quinto capítulo se desarrolla la propuesta pedagógica, la cual se divide en cinco aspectos claves: Primero: presentación, donde se hace una breve exhibición de la propuesta. Segundo: objetivos, en este se evidencian los objetivos tanto general como los específicos. Tercero: descripción de la propuesta, en este se abordan los trabajos investigativos que tuvieron mayor relevancia para implementar algunas de sus actividades y adaptarlas a la propuesta. Cuarto: actividades de la propuesta, las cuales se mostrarán en cuadros con sus respectivos materiales, momentos y duración. Quinto: reflexión, en esta se miran qué retos se presentan, qué beneficios, cómo influyen las familias, los puntos más complejos a realizar y el rol del maestro respecto a los miedos en el aula.

En el sexto capítulo se abordan las conclusiones el cual cuenta con dos subtítulos: primer subtítulo, conclusiones, en el cual se tiene presente todo el

proyecto, frente a las dificultades, fortalezas, el marco teórico, la pregunta problema, la justificación y la propuesta. Segundo subtítulo, recomendaciones, este apartado habla de que deben tener presente los futuros docentes que quieran realizar una propuesta pedagógica o didáctica frente a la mitigación del miedo en el aula de clases.

Finalmente, se muestran las referencias bibliográficas.

1. CONTEXTUALIZACIÓN

El miedo como emoción básica del ser humano cumple un papel determinante en el comportamiento de cada sujeto dentro de la sociedad: se siente en situaciones que vulneran la integridad; se experimenta en condiciones de peligro; se ejerce como forma de control; se padece cuando no se controla y se vive con él cuando se le conoce; y da un sentido de esperanza a la incertidumbre en que se pueda llegar a vivir. Por lo anterior, las diferentes tensiones sociales que viven los jóvenes en la actualidad son producto de las desigualdades generadas por el gobierno de turno, el cual poco a poco disminuye los beneficios, crea desigualdad y fomenta la brecha de inequidad, dichas transformaciones han configurado una generación que experimenta el miedo de una manera positiva, pensando en el cambio de las condiciones actuales para concebir un mejor futuro.



Figura 1. Sin Miedo. (Tomada de: La Silla Rota, 2020.)

Desde que somos niños y niñas, debemos experimentar y enfrentar la emoción del miedo, la cual está presente en los diferentes contextos en los que interactuamos. De manera particular niñas y niños lo experimentan tanto en el ámbito familiar como en el ámbito escolar, donde son partícipes de diferentes experiencias.

El 2020 empezó el año con una noticia que generó miedo a nivel mundial, era un brote llamado COVID 19, el cual inició en China y se expandió de manera acelerada en el mundo. Los mandatarios de los distintos países tomaron medidas extremas al ver tantas muertes que este virus causaba, por ejemplo: establecer cuarentenas estrictas por más de un mes, hasta al punto de llegar a elegir a qué personas brindarles atención médica, ya que los hospitales colapsaron de tantos pacientes. Evidentemente todo esto acompañado por el miedo y temor que infunden los diferentes medios de comunicación, los cuales diariamente se encargaban de cubrir todas las noticias frente la pandemia con noticias desgarradoras.

En Colombia durante la cuarentena estricta, si la gente salía a la calle sin hacer uso del tapabocas o si salía los días que no le correspondían (pico y cédula) se les multaba, esto hacía incrementar así el temor. No bastaba con el miedo que generaba el virus del cual no se sabía mucho, y sobre todo, por sus síntomas tan parecidos a un resfriado o gripa, de la forma tan fácil que decían que se podía contagiar, se llegó al punto donde las calles estaban desoladas, por las avenidas principales no pasaba ningún vehículo, negocios cerrados y familias en terribles condiciones económicas, que pedían a gritos ayudas para poder subsistir el día a día en sus casas las cuales en sus ventanas colgaban trapos rojos en forma de aviso aclamando algún alimento para su núcleo familiar. No era simplemente el miedo a contagiarse de COVID 19, era el miedo de la finalización de contratos laborales por parte de las empresas, o no tener cómo laborar, puesto que en Colombia la mayoría de gente trabaja el día a día de manera independiente, aquellas con el miedo y la incertidumbre de cuando todo acabará, ya que a pesar de la pandemia las deudas y las necesidades básicas no paran.

Durante años, el ser humano se enfrenta diariamente a miedos cotidianos, como por ejemplo desde el ámbito social por mantener un “control” sobre su entorno,

diferentes instituciones se rigen con normatividades que generan miedo en las personas, como multas, sanciones, penalizaciones, muchas veces acompañadas del abuso de poder que manejan estas instituciones, entre estas la Policía Nacional de Colombia, cuyos agentes en varias ocasiones golpean, extorsionan, amenazan, torturan y en los peores de los casos generan la muerte. Esto causa miedo en la ciudadanía y permite tener a una sociedad “doblegada” y “bajo control”.

Cambiando de contexto, desde muy pequeños los niños y las niñas sienten miedos que permanecen a medida que crecen y se pueden incrementar dentro de ellos, porque desde los entornos familiares se generan expectativas y exigencias a nivel académico y social, que si no se cumplen tienen consecuencias negativas y se aumentan aún más cuando los niños y las niñas entran a una institución educativa. Y es en la experiencia escolar, donde los menores se encuentran con docentes que para tener “dominio de grupo” acuden a infundir miedo mediante el grito, la mirada, la nota, la amenaza etc., de esta manera ellos se sienten en constante miedo por no poder cumplir con las conductas esperadas.

Las historias que se van a relatar a continuación son recopilaciones de algunos testimonios desde el año 1959 hasta el año 2020, de niños y niñas, en un rango de edad de 6 a 9 años. Se aclara que por petición de algunos que ya son adultos no permitieron grabar la conversación y asimismo solicitaron que se les cambiara el nombre en su relato. Debido al aislamiento del Covid 19, algunas de las grabaciones que se hacen a los niños y niñas las realizan sus familiares con las preguntas que nosotras les damos y ellos nos mandan el audio.

Testimonio 1: Niño de 8 años, cursa grado segundo en el año 2020, estudia en un colegio público, expresa que tiene miedo a perder alguna materia o que le pase algo dentro de la institución, ya que en varias oportunidades ha sido agredido por sus compañeros.

Testimonio 2: Joven de 21 años, estudió en colegio privado “de curas”, en grado tercero, año 2008, tenía 9 años de edad, le ocurrió una experiencia la cual le generó miedo. En aquella época se enseñaba a escribir con tinta china y plumilla, su profesora era un símbolo de autoridad y de miedo, al estar haciendo la actividad la

profesora repetía “con cuidadito riegan la tinta, todos deben estar sentados en sus puestos, nada de andar cotorreando con los demás y mucho menos de estar fuera del puesto, al que vea haciendo lo que no debe de hacer le pondré tarjeta naranja, me imagino que a nadie le gustará perder tiempo de su descanso”.

Ella se encontraba realizando la actividad y recuerda que le gustaba balancearse en la silla, su compañera de atrás por jugarle una broma le mandó la silla para atrás, con la mala suerte que no aguantó el peso y la dejó caer. Cuando logró levantarse, la profesora ya estaba al lado suyo haciéndole un llamado de atención bastante fuerte, mientras ella miraba a su alrededor se encontró con toda la tinta regada en el piso, en su uniforme, en su cuaderno y en el cuaderno de su compañero. La profesora la llama para firmar el observador y la citación que le estaba haciendo a sus padres de familia, luego se dirige a la cartelera y le asigna dos tarjetas rojas, lo cual quería decir que durante la semana debía ir dos días a un salón perdiendo su descanso y su hora de tomar las onces y de esta manera “reflexionar” por lo malo que había hecho.

Sintió un miedo profundo porque había manchado el cuaderno de su compañero y el piso, y recuerda que la profesora le decía: “si la tinta no cae del piso, así mismo sus papás tendrán que pagar”, lo que aumentaba más el miedo de ella porque también tenía untado el uniforme.

Testimonio 3: Adulto de 55 años, en 1973 cursaba el grado tercero con 9 años de edad, cursó su primaria en una escuela pública cerca de donde vivía, expresa que le daba miedo cuando la profesora preguntaba algo y si ella no contestaba correctamente le pegaba 3 reglazos en la palma de la mano y donde llegara a quitar la mano antes de recibir el golpe aumentaba el número de reglazos. Al llegar a casa llorando, les contaba a sus familiares lo sucedido, en vista de que estaba siendo maltratada. Una tía fue y habló con la profesora, expresándole que no estaba de acuerdo con esos actos de violencia, desde ese momento quedó prohibido que les volviera a pegar.

Testimonio 4: Adulto de 66 años, año 1966, tenía 7 años de edad y cursaba primer grado en un colegio de su pueblo, manifiesta que sintió miedo durante toda

la primaria, porque los profesores y sus padres le pegaban donde no respondiera correctamente. Además, sentía presión ya que su padre era el secretario de la alcaldía y donde no contestara bien hacía quedar mal a su padre, el cual era muy conocido en el pueblo. Cuenta que los exámenes eran orales, y estaba presente el párroco del pueblo, el alcalde y los padres de los alumnos, al ser nombrados tenían que pasar al tablero. Recuerda que un niño no sabía la respuesta y se orino del miedo delante de todos.

Testimonio 5: En el año 1981, en un colegio privado, se encontraba Daniel con 8 años de edad en clase de español, con la profesora Clara, él le dice a la profesora “¿puedo ir al baño profe?” A lo que ella responde que no, él le insiste y ella lo regaña, diciéndole “No Daniel, siéntese si no quiere que lo deje sin descanso”. Al no poder aguantar se hace en los pantalones. Sus compañeros se empiezan a burlar de él, muchos exclaman en forma de burla “Se hizo popo, que asco, parece un perro”. La profesora lo manda al baño, él se retira del salón de clases y estando en baño se niega a salir, le gritó a la profesora “llamen a mi casa me quiero ir”. Al pasar media hora llega su hermano mayor Jaime lo recoge y se va a su casa, donde no le cuenta nada a su mamá, ni llora solo se encierra en su habitación. Al día siguiente va al colegio ya que no le gusta pasar tiempo en su casa porque hace unos meses murió su papá.

Testimonio 6: En el año 1985, el primer día de clases entra Alexandra a un colegio religioso y femenino cerca a la casa de su abuela paterna que es quien la cuida en las tardes.

Yo tenía 8 años, iba entrando al salón de clases y había varias niñas sentadas en silencio, me senté donde me señaló la monja y nos dijo ¿qué es lo que más le gusta hacer o comer? Las estudiantes iban respondiendo por orden de puesto, todas hablaban de jugar con sus hermanos y comer frutas. Cuando me tocó hablar. Yo saqué de mi maleta el tetero y dije: “a mí me gusta tomar tetero que me prepara mi mamá todas las mañanas”. Todas se ríen y decían: “todavía es un bebé”. La monja me miró aterrada y silenció a las demás, mandó una nota a mis papás en el cuaderno, diciéndoles que yo ya era muy grande para tomar tetero. Asimismo, que no lo debería llevar a clases o no me dejaban entrar al salón. Me sentí muy mal y

me puse a llorar, la monja me mandó al patio, diciéndome que cuando dejara de llorar entraría al salón. No volví a entrar en todo el día y mi abuela me recogió. Cuando mis papás leyeron la nota, les dije que no quería volver, pero ellos dijeron que era imposible porque mi abuela era la única que me podía cuidar. Durante un mes la monja me revisaba la maleta para ver que no llevaba el tetero y mis compañeras con el tiempo dejaron de burlarse, no volví a tomar tetero me daba miedo ver el biberón y lloraba entonces lo vote a la basura”.

Testimonio 7: Una de las maestras en formación en el año 2003 a sus seis años se encontraba, en el colegio público Tomás Carrasquilla, en grado primero, entraba a clase a las seis de la mañana y salía al medio día. Su papá trabajaba en la casa como mecánico, a seis cuadras del Colegio y su mamá trabajaba como cajera en Colsubsidio todo el día, por ello su papá la tenía que recoger.

“Un día normal en clase estaba esperando la salida como gran deseo ya que estaba aburrida en clase, al sonar el timbre alisté mi puesto, recogí mi maleta y corrí a la puerta, tenía que esperar que mi papá llegara, para que me dejaran salir. Me senté en una silla donde estaban todos los que esperaban a sus padres, junto a mi mejor amigo Robinson. Empezó a pasar el tiempo y cada vez había menos niños, hasta que solo quedamos mi amigo y yo, pero él solo se quedó acompañándome porque él vivía al frente del colegio y la profesora lo dejaba irse solo. Él me dijo: “Ya tengo hambre y sueño yo mejor me voy”. Inmediatamente me puse a llorar ya que me daba miedo quedarme sola, él me abrazó y me dijo: “Te voy a mirar desde la ventana”. Yo solo lloraba. La profesora miró su reloj y dijo es la una de la tarde, me pidió mi agenda, llamó a mi mamá y ella se comunicó con mi papá, él llegó como a los veinte minutos. Por unos meses al llegar la hora de la salida del colegio ya no me causaba felicidad ese momento sino miedo de volver a quedarme sola esperando a que me recogieran.

Testimonio 8: En el año 2002, en el colegio público José María Carbonell, Oscar con 9 años se encontraba en grado tercero. Un día en clase matemáticas, la profesora Pilar estaba explicando cómo sumar, me pasó al tablero para que resolviera el ejercicio como no pude me cogió de la cabeza y me pegó contra el tablero y me hizo orinar en los pantalones. Los siguientes tres días salía de la casa

para el colegio, pero no iba. Por ello el coordinador llamó a mis padres, ese día al llegar a la casa, mis padres me dijeron: “desvístase”, entre a la ducha y me pegaron. No les importó lo que les dije de la profesora. Al siguiente día me llevó con la orientadora y le conté lo que pasaba con la profesora Pilar, entonces al volver a clases de matemáticas la profesora dejó de pegarme, pero igual siguió en ese colegio y hoy en día cuando paso por el colegio aun la veo allá trabajando. (Oscar)

Testimonio 9: En el año 2020, en colegio público Gran Yomasa, Cielo con 7 años se encuentra en grado segundo, donde comenta “Le tengo miedo a una profe porque un día me hizo hacerme chichi, yo le dije que, si podía ir al baño y ella me dijo que no, hasta que terminara la tarea, no aguante.” Nos cuenta su primo mayor que es con el que más habla que después de este suceso ella le dice: “no me gusta hablar con esta profe y no me gustan las clases con ella” (Cielo, 2020).

Testimonio 10: En el año 2016 en el municipio de la Capilla (Boyacá), en la Institución municipio de la capilla, la mamá de la niña nos cuenta que en preescolar ella le decía “No me gusta la profesora, me pasa al tablero y si no respondo rápido me dice: “usted no sabe” y pasa a otro y dice: “pase usted que, si sabe.” Y si me paro del puesto me regaña con gritos” (Gabriela). La mamá nos cuenta que la profesora le disgustaba que ella se parara del puesto. Asimismo, siempre le mandaba quejas de ella en el cuaderno. Y el método que usaba la profesora para enseñarle las letras era el palito y la bolita es la i. Que ahora que está en España estudiando debido a este proceso que vivió en Colombia se le complicó aprender a leer y a escribir. Cuenta que en el colegio de España que es público le gusta todo, solo le disgusta que existen profesores que dicen “jodete y me cago en la leche de tu madre, me parecen muy groseros” (Gabriela, 2020).

Estas experiencias dan cuenta del miedo que han vivido algunos niños y niñas a lo largo de la historia en las instituciones, permiten observar que esta emoción está muy presente y que muchas veces no se tiene en cuenta el daño tan grande que se le está causando a la infancia afectando tanto su rendimiento académico y su futuro como adultos.

Con los relatos es visible que durante años se ha infundido el miedo en la educación de los niños y niñas, y cómo este es acompañado por el castigo físico, ya sea por los padres de familia o maestros. Es necesario replantear la idea de educar a los estudiantes con métodos que no permiten el desarrollo integral de cada uno, sino que debilitan el proceso y no apoyan la construcción de conocimiento, al contrario, crean barreras dentro de los mismos, las cuales se vuelven casi que insuperables, cuando no se encuentra apoyo en los demás, porque se crea una persona insegura la cual no encuentra formas para externalizar lo que le ocurre.

Por lo tanto, el miedo, siendo una emoción primaria en el ser humano puede influir de diferentes maneras y provocar diversas respuestas, lo que difiere es cómo la percibe el individuo.

2. SITUACIÓN PROBLEMA

2.1. Problematización

La emoción del miedo tiene una gran importancia en la transformación social y en la formación individual. El temor a que esta emoción no se exprese adecuadamente, sino que se utilice como medio de castigo, puede ser causa de conductas negativas en la socialización de los sujetos, lo cual en ocasiones se puede presenciar en las instituciones educativas, así:

La propia represión de las emociones también tiene una evidente función social. En un principio se trata de un proceso claramente adaptativo, por cuanto que es socialmente necesaria la inhibición de ciertas reacciones emocionales que podrían alterar las relaciones sociales y afectar incluso a la propia estructura y funcionamiento de grupos y cualquier otro sistema de organización social. (Chóliz 2005, p. 6.)

Es imposible que el ser humano deje de sentir miedo, es una emoción innata, además en ocasiones le ayuda al ser humano a reaccionar de distintas formas ante algún peligro, por lo que vale la pena preguntarse si acaso el miedo puede utilizarse

como un medio de adaptación y evolución en el ser humano, dentro de los distintos contextos en el que este se desenvuelve.

En general, quienes defienden la existencia de emociones básicas asumen que se trata de procesos directamente relacionados con la adaptación y la evolución, que tienen un sustrato neural innato, universal y un estado afectivo asociado único. Para Izard (1977), así como para Plutchik (1980) “las emociones son fenómenos neuropsicológicos específicos fruto de la selección natural, que organizan y motivan comportamientos fisiológicos y cognitivos que facilitan la adaptación”. (Chóliz, 2005, p. 7.)

De otra parte, el miedo es una experiencia adversa, causa obstaculización en los niños y niñas, de esta manera es importante que el docente sea capaz de reflexionar frente a las dinámicas educativas en las que se recurre con frecuencia a esta emoción. Cabe preguntarse entonces si ¿se podría educar en un ámbito escolar donde no se incluya el miedo?, ¿Qué implicaciones tiene que el niño y niña sean educados en un contexto en el que prevalece el miedo? ¿El actual sistema de educación está preparado para que el niño y la niña crezcan en un ambiente en el que no sea utilizado el miedo para lograr sus objetivos formativos?

De igual modo, en el contexto del aula, durante años se ha escuchado la expresión “dominio de grupo” dentro del rol de maestro: se tiene la concepción de que esto es estar en capacidad de controlar a un grupo de alumnos para que estén en la disposición de acatar órdenes del maestro y que se hagan a la idea de quién es la autoridad dentro del aula de clases. Un salón donde haya ruido, “cuchicheo” o “desorden” en contraposición al silencio y orden acabaría completamente con la concepción que se tiene de “manejo de grupo”. Teniendo en cuenta lo anterior ¿Qué sensación genera en el docente ese dominio de grupo? ¿Sin este se perdería la noción de autoridad y control? ¿Cuándo el profesor intimida a los niños y niñas lo hace con un propósito pedagógico?

A lo largo de la historia, los seres humanos han vivido bajo la heteronomía, el acatamiento casi ciego de leyes y órdenes dadas por externos los cuales buscan un disciplinamiento, según Foucault (1976) el triunfo de la disciplina se debe al uso de

dispositivos o instrumentos que modifican y encauzan la conducta de los individuos, ¿Será que el miedo dentro del sistema escolar viene desde políticas de control, las cuales son implementadas para que crezcamos obedeciendo órdenes por miedo a las consecuencias?, ¿Cómo sería un sistema de educación en el cual el niño y la niña no sean reprimidos por la conducta del miedo?, ¿Hasta qué punto sería bueno formar niños y niñas sin sentir el miedo dentro de su aprendizaje, teniendo en cuenta que son sometidos a pruebas estandarizadas, donde no todo es de su interés? De esta manera educar sin la conducta de generar miedo traería ciertas consecuencias, no solo dentro de un aula o institución escolar, sino dentro de una sociedad y contexto.

Al ser una de las emociones básicas, el miedo se expresa diferente en cada sujeto dependiendo la situación y la procedencia misma del sujeto que la experimenta:

Para Ortony y Turner (1990) existen dos corrientes principales que abordan las emociones básicas. Una biológica, que defiende que las emociones básicas han permitido la adaptación al medio, se encuentran en diferentes culturas y debe haber un sustrato neurofisiológico común entre las emociones básicas de los mamíferos, e incluso de los vertebrados. (Chóliz 2005, p. 7)

El miedo a su vez, puede llegar a manifestarse de manera externa ante algún evento que le cause esta emoción.

Ekman (1992) sale al paso de las críticas de Ortony y Turner para defender la existencia de emociones básicas a nivel fisiológico corroborado por la existencia de una serie de universales en la expresión emocional demostrados transculturalmente, así como por un patrón fisiológico que caracterizaría a cada una de ellas. (Chóliz 2005, p. 8.)

Cuando se presenta cualquier emoción en el ser humano esta es acompañada por distintas reacciones fisiológicas, por ello ¿Cómo los estudiantes reaccionan fisiológicamente ante una situación que les cause miedo en su experiencia escolar?

Por otro lado, el miedo puede generar reacciones que con el tiempo causan desconfianza social, heteronomía, implicaciones a nivel de la convivencia en los

sujetos, entonces ¿Cómo se pueden desfavorecer las relaciones sociales de la adultez con las negativas relaciones sociales que en la infancia se vivieron?

Asimismo, el miedo en los niños y niñas es la fuente de poder con la que cuentan sus padres, instituciones educativas y las diferentes autoridades que ejerzan esta emoción para controlarlos. “El miedo es una fuerza instintiva que, en su medida justa, sana e integrada apunta a desplegar mejores posibilidades de supervivencia. Sin embargo, cuando es amplificadas y utilizada como herramienta política, enceguece y esclaviza”. (Murillo, 2012, p. 28). Se podría decir que ¿Los niños y niñas son controlados más fácilmente por factores asociados al miedo de ser agredidos o vulnerados? ¿Cómo la sensación de seguridad permite controlar a los niños y niñas pretendiendo alejarlos de aquella que les provoca miedo e inseguridad?

Por ello la escuela se vuelve como un observatorio, donde los alumnos están en una constante vigilancia por sus profesores, en los salones de clases su posición es mirando a su profesor y en filas lo que implica a su vez una organización jerárquica, en el descanso los niños y niñas ya saben hasta qué límite pueden desplazarse y cómo deben jugar o si no se les llamará la atención y quizás puedan quedarse sin descanso, en sí, ellos ya interiorizan el poder y control que tienen sobre ellos los profesores.

El ejercicio de la disciplina supone un dispositivo que coacciona por el juego de la mirada; un aparato en el que las técnicas que permiten ver inducen efectos de poder y donde, de rechazo, los medios de coerción hacen claramente visibles aquellos sobre quienes se aplican (Foucault, 1976. p. 157)

Por esto se crean unas dinámicas implícitas, pero que los estudiantes acatan dependiendo del momento y el lugar en el colegio.

Frente a todos estos cuestionamientos emergentes y las diferentes situaciones planteadas surge la siguiente pregunta de investigación: En el contexto de unas dinámicas de disciplinamiento escolar que aún están muy marcadas por la heteronomía y que se refuerzan generando miedo en niñas y niños, surge la siguiente pregunta problema: ¿qué criterios y prácticas didácticas se podrían

considerar pertinentes para mitigar la sensación de miedo que ellas y ellos experimentan en sus interacciones dentro del aula?

2.2. Antecedentes

Uno de los elementos esenciales que motivó a realizar este trabajo es la búsqueda de situaciones didácticas que se propusieran ayudar en el reconocimiento y mitigación del miedo, esto con el fin de ponerlas en práctica dentro del aula de clases por los maestros lectores. En la investigación realizada, se hallaron dos investigaciones de maestría, también cuatro trabajos de grado como los más relevantes y pertinentes con el interés del presente trabajo, a continuación, se describe cada una de ellas y su aporte.

Dentro las investigaciones se encuentra la tesis elaborada por Anna Viceño Horcajada (2015) de la Universidad Internacional de la Rioja (España), Facultad de Educación para optar por el grado de maestro en Educación Primaria titulada *El miedo infantil y su modo de gestión a través del aula*, muestra cómo el miedo afecta los estudiantes sobre todo en la educación primaria. Interesa de aquí las actividades puesto que permiten dar alternativas para contrarrestar el miedo presente en los estudiantes y reconocerlo como un factor biológico en el ser humano, aquí se brindan herramientas importantes para afrontar esta emoción dentro del aula y poder desarrollar la valentía.

También se encuentra la tesis de Ana Geli Figueroa Lucero e Isabel Andrea Guevara Bolaños (2010) para obtener el título de maestría en educación en la Pontificia Universidad Javeriana titulada *El juego de rol como mediación para la comprensión de emociones básicas: alegría, tristeza, ira y miedo en niños de educación preescolar*, aquí se aprecia la función que tiene el juego de rol para el reconocimiento de las emociones en los estudiantes de preescolar y posteriormente formular una propuesta, que permite trabajar las emociones en el aula y adecuarse a las necesidades de los niños y las niñas.

Por otra parte, se encontró el trabajo de grado de Coral Giner González (2013) titulada *Educación de las emociones en la infancia. Evaluación del proyecto de intervención: ¡juy, qué miedo!* de la Universidad de Valladolid. Escuela Universitaria

de Educación (Palencia) del grado en Educación Infantil, aquí se da a conocer la importancia de las emociones en la educación primaria y el rol que desempeña el docente para trabajar primordialmente la emoción del miedo por medio de actividades que permitan a los estudiantes entender y reconocer esta emoción.

Igualmente, dentro de la búsqueda se halló el trabajo de grado de Cristian Camilo Barragán Quiroga y Ginna Vanessa Linares Morales (2016) titulada *Emoción en movimiento la conducta motriz frente a las barreras del miedo* de la Universidad Pedagógica Nacional de la Licenciatura en Educación Física, donde se da a conocer por medio de actividades motrices el miedo que se presenta en las situaciones sociales de los participantes, esto permite reconocer el papel de esta emoción en la sociedad y cómo configura a los sujetos, viendo que esta emoción se ha convertido en un factor que marca las dinámicas entre las personas y que la educación física puede ser una herramienta que posibilita afrontar las condiciones que se presentan y llegando a procesos más reflexivos acerca de las conductas en las que se está inmerso.

Asimismo, se encontró el trabajo de grado de María Isabel Acosta Cuartas, Lina María Henao Cárdenas y Luz Dary Salazar Ospina (2016), titulado *Desarrollo de una propuesta pedagógica que integrando diferentes experiencias de producción e interpretación compartida, fortalezca las relaciones de los niños de 3 a 4 años del Colegio Helen Keller de Cali* de la Universidad Santo Tomás de la Licenciatura en Educación Preescolar, aquí se puede apreciar una propuesta, teniendo en cuenta las necesidades de la población, sus características y diversas actitudes que tiene cada niño y de esta manera para lograr potenciar las relaciones interpersonales y sociales entre los niños y niñas de 3 y 4 años.

Finalmente, se encuentra el trabajo de grado de Shaila Alonso Fernández (2013), titulada *el cuento como recurso para trabajar la emoción del miedo*, de la Universidad Internacional de la Rioja, Facultad de Educación, esta propuesta se lleva a cabo con niños de 3 y 4 años, se centra en la educación de la emoción del miedo en Educación Infantil partiendo de la lectura de cuentos, ya que es un recurso para trabajar la emoción del miedo, los buenos relatos los entusiasman, les hace sentir empatía con los personajes, les hace vivir emociones y sentimientos y los

lleva a mundos fascinantes. Este trabajo profundiza en la bibliografía relacionada con las emociones, la inteligencia emocional y la importancia de la educación emocional desde la niñez, uso del cuento como recurso para trabajar la emoción del miedo y por último la propuesta de intervención.

2.3. Justificación

El miedo es una emoción básica (fundamental) para la supervivencia de muchos animales, principalmente mamíferos, entre ellos incluido el *homo sapiens*; al permitir una respuesta inmediata ante amenazas. Ahora bien, en las dinámicas sociales de los seres humanos las emociones no se quedan en un nivel meramente biológico, en tal sentido, el miedo a nivel cultural es un factor que está presente desde las pautas de crianza, hasta los ejercicios de biopolítica en los estados. Pensemos, en un momento, en el miedo que ha generado la situación de pandemia por el Covid-19, con millones de personas en todo el mundo confinadas en sus casas, cientos de millones de contagiados y millones de muertos. Ahora se tiene miedo a la presencia de niñas y niños en las calles, en los parques, en las escuelas no solo por su salud sino, ante todo, porque son potenciales vectores de contagio. ¡Qué locura! La que produce el miedo en cada sujeto y en las sociedades.

Este trabajo surgió por la necesidad de mitigar el miedo que experimentan niñas y niños en los primeros grados de básica primaria, esto a raíz de las situaciones observadas en las diferentes instituciones tanto públicas y privadas donde las estudiantes ejercen práctica como maestras en formación principalmente en los grados 1 y 2 ya que en estos cursos prima mucho el temor a los profesores, a sus pares y a las notas perfectas que les exigen en sus hogares. Se evidencia la imperante necesidad de que los estudiantes obtengan las calificaciones más altas, para ser premiados, o no castigados, ya que muchas veces en el aula se ha llegado a ridiculizar a los estudiantes por tener notas bajas, asimismo, el docente emplea el miedo como fuente de autoridad y control, como se puede detallar en los diferentes relatos de la contextualización. “si los hombres pierden el miedo, el poder perdería gran parte de su eficacia y habría que salir a buscar una nueva fuente de legitimación.” (Murillo, 2012, p. 27) El poder que tiene el docente muchas veces es

por medio del miedo, ya que si los niños y niñas no perciben ese temor dentro del aula probablemente el maestro pierda el control de ellos y será visto bajo sus distintos entes como el profesor que no tiene “manejo de grupo”

Por otro lado, existe el miedo de los niños y niñas hacia sus mismos compañeros al ser discriminados o excluidos en ciertas actividades y/o juegos o señalados por algún aspecto físico. También se ve reflejado en la familia cuando el niño o niña al no cumplir ciertas expectativas dentro del marco de ser un “buen” estudiante, implica educarse con y bajo el miedo. Lo anterior se refleja, por ejemplo, en el testimonio de Oscar en su clase de matemáticas y la situación que se generó en su casa con sus padres. “Estas emociones personales influyen de forma decisiva en la adaptación psicológica del alumno en clase, en su bienestar emocional e incluso en sus logros académicos y en su futuro emocional”. (Extremera y Fernández, 2004, p. 1) En la situación presentada Oscar generó un malestar emocional que no le permitió desarrollarse en la clase de matemáticas de la manera más satisfactoria, donde su actuar fue condicionado por el miedo que le implementó la docente, lo cual ocasionó en él una molestia por volver al salón de clases.

De otra parte, la emoción del miedo es considerada como una de las emociones primarias y tienen expresiones faciales universales “la razón para considerar esta emoción como básica es que son biológicamente primitivas, tienen primacía para el desarrollo ontogenético. Aparecen poco tiempo después de haber nacido e incluso algunos elementos están ya programados al nacer.” (Cassasus, 2007, p. 109) Como toda emoción, el miedo genera un determinado tipo de acciones, “cuando hablamos de emociones se refieren a las acciones posibles del otro, sea este animal o persona” (Maturana, 2001, p. 13). Cualquier individuo es capaz de llevar a cabo una acción humana, en la cual se refleje una emoción en un momento determinado, llevándolo a actuar ante esta.

El miedo, al igual que el resto de las emociones, contribuye a la regulación del comportamiento, teniendo en cuenta que las expresiones emocionales llevan a actuar a las personas, de esta manera, produciendo funciones de relación social, “las expresiones emocionales de los bebés actúan como señales que movilizan a los adultos y cumplen funciones de relación social: incitan a deparar auxilio, a

tranquilizar, estrechan los vínculos afectivos, anticipan lo que luego serán diálogos, etc.” (Perinat, 2003, p. 357). Sin embargo, no solamente los bebés ocasionan que los adultos se movilicen para tales fines, también se puede evidenciar que lo hacen en etapas donde los niños y las niñas están más grandes.

Es importante que el niño y niña logren el desahogo y el mitigamiento de la emoción del miedo ya que de esta manera podrán relacionarse emocionalmente con los demás de manera plena, “sólo el niño / la niña en quien se cultiva una rica vida emocional se halla predispuesto/a para relacionarse con los otros emocionalmente a la vez que cognitivamente”. (Perinat, 2003, p.357) Por ello el apoyo de los padres o su cuidadora son importantes para poder desahogar su angustia y recibir una respuesta positiva del adulto.

Asimismo, es importante trabajar esta emoción puesto que ayuda a prevenir los peligros a los que se enfrentan los seres vivos y que experimentan desde tempranas edades ante situaciones de riesgo o amenaza en ámbitos sociales buscando siempre proteger su integridad. Por aparte, se ve como la crianza afecta la expresión de las emociones, donde se evidencia cómo desde casa influye en gran medida la manera en que se actúa; a pesar de estar en pleno siglo XXI, aún existen familias que educan al niño (varón) para apaciguar sus emociones, siendo el “sexo fuerte”, debe ser “el macho”, no puede llorar así sienta aflicción ante cierta situación porque le quitaría esa supuesta “hombría”. (Esto se manifiesta en el relato de Daniel, donde prefiere interiorizar su llanto y no desahogar su suceso con su madre o hermano). Y a la niña se le educa como el sexo frágil, el cual refleja sus angustias y espera la protección del hombre. Otro aspecto se ve donde los hombres son físicamente fornidos, grandes y los que hacen aquellos trabajos que demandan más fuerza y las mujeres son lo contrario, el cuerpo delicado, las que no son musculosas y no pueden trabajar en ciertos lugares que demande tanto esfuerzo muscular.

Por ello es que los miedos en la infancia tienden a ser muy frecuentes, de modo que prácticamente todos los niños refieren al menos un temor importante que no se experimenta con la misma intensidad, dependiendo de si es hombre o mujer (King & Ollendick, 1997, citados en Valdez, Álvarez, Gómez, López y González, 2010, p. 49).

Otra situación que con frecuencia genera miedo en niñas y niños son las pesadillas, por lo que el niño o niña no quieren llegar al momento de dormir, solo quieren estar con sus padres para no sentir miedo, comienzan a llorar, pelear y hacer gestos de disgusto. La mayoría de los padres toma como opción dormir con ellos, logrando evadir este temor, pero de cierta manera esto no es una buena opción ya que con el tiempo se puede convertir en una situación repetitiva que no solamente afectará al niño y/o niña sino a la familia, logrando que de cierta manera este miedo se llegue a transformar en fobia.

Tenemos miedo. Y, lo peor de todo, tenemos una solución “provisional” – dejarle dormir con nosotros– que puede hacer que el miedo se cronifique, convirtiéndose en fobia. Así lo que comenzó siendo una manifestación emocional normal y pasajera, puede llegar a convertirse en un problema para la calidad de vida emocional en determinados momentos, tanto para el niño como para la familia. (Gutiérrez y Moreno, 2011, p. 27)

La situación anteriormente nombrada hay que trabajarla con los padres y los niños, de una manera que no afecte a la familia y que le permita al niño o niña concebir el sueño de manera placentera, proporcionándole a su vez el descanso físico que le aporta para su crecimiento.

Igualmente, el miedo podría convertirse en fobia como en el caso anterior con el miedo a los animales (incluidos los insectos) que el niño o niña al explorar y conocerlos los padres porque no se ensucien o por cierto disgusto personal de ellos, lo prevengan diciéndole que si tocan ciertos insectos los pican y si cogen un perro los muerde o un gato, en vez de acompañarlos y guiarlos de manera segura en este nuevo reconocimiento para ellos y ellas, causando que en un futuro puedan llegar a ser adultos con miedo a los animales.

Ello va en paralelo al desarrollo cognitivo del niño permitiendo que entren en escena los estímulos imaginarios, los monstruos, la oscuridad, los fantasmas, o algún personaje del cine. La mayoría de los miedos a los animales empiezan a desarrollarse en esta etapa y pueden perdurar hasta la edad adulta. (Gutiérrez y Moreno, 2011, p. 28)

Con el tiempo empieza aparecer el miedo a situaciones más reales que imaginarias, ya que empieza a tener relaciones interpersonales, como lo es en el colegio con sus compañeros y profesores (como lo revela Alexandra en su primer día de clases en el colegio femenino y religioso), donde quizás experimenten el miedo, ya sea a un compañero o compañera que sea violento con él o con ella. También en su realidad escolar, el miedo se presenta por el fracaso que puede tener en alguna asignatura, además el miedo de una citación a los padres de familia por las malas notas que el estudiante haya obtenido durante cierto periodo, el cual se vuelve en general un miedo al control escolar a la disciplinarización como lo dice Foucault:

Las instituciones disciplinarias han secretado una maquinaria de control que ha funcionado como un microscopio de la conducta; las divisiones tenues y analíticas que han realizado han llegado a formar, en torno de los hombres, un aparato de observación, de registro y de encauzamiento de la conducta. (Foucault, 1976, p. 161)

Niños y niñas también experimentan el miedo a la nota ya sea por medio de números, letras, caritas tristes o caritas felices, según sea el caso. Los docentes invisibilizan que niños y niñas traen consigo ciertos prejuicios con ellos, no es solo el colegio, la familia y el contexto que los educa, cada uno al nacer convive con los actores sociales, como son las nuevas tecnologías, el celular, el internet y el televisor. Estos nuevos “escenarios” se vuelven un referente de cómo actuar ante cierta situación que les cause miedo, guiándose por su caricatura favorita o por lo que en el momento están haciendo por moda los demás niños, al sentir esta emoción tan presente y no saber cómo llevarla por temor a ser apartados por sus pares, maestros y familiares. Por ello se debe tener presente que es una época distinta, que son niños y niñas del siglo XXI pues “La principal contribución de Ariès es habernos hecho reconocer que la infancia, la adolescencia y otros estadios de la vida no son como monolitos en la historia, sino que están sujetos a los cambios del tiempo histórico.” (Hareven, 1985, p. 28, citado en Perinat, 2003, p. 28)

Igualmente el salón de clases se convierte en un espacio de rivalidad con sus pares, ya sea en la entrega de boletines, a la hora de presentar una evaluación o al

ser apartado de una determinada actividad por sus compañeros, donde los niños y niñas se enfrentan diariamente a sus conocimientos, y en algunos casos se evidencia que el no saber escribir o pronunciar bien una palabra, número u oración con su gramática correcta, se ven obligados a realizar acciones para no ser excluidos y más bien logren simpatizar con sus compañeros. Por otro lado, está el miedo de pasar al tablero y fracasar al momento de que la profesora formule algún problema para él o ella, lo cual puede causar burlas de sus pares.

Así mismo está el temor que ejerce la familia, ya sea por un regaño o una agresión física por no obtener una buena nota en un examen o “perder” una materia, o que a la hora de la entrega de boletines su rendimiento no haya sido el mejor o no haya recibido una mención de honor.

Diferenciar a los individuos unos respecto de otros y en función de esta regla de conjunto ya se la haga funcionar como umbral mínimo, como término medio que respetar o como grado óptimo al que hay que acercarse. Medir en términos cuantitativos y jerarquizar en términos de valor las capacidades, el nivel, "la naturaleza" de los individuos. (Foucault, 1976, pp. 169-170)

Por otro lado, en la sociedad actual para nadie es un secreto que vivimos en constante individualismo y competencia con los demás, y la educación no es ajena a esto, ya que nuestro sistema escolar sigue reproduciendo ciertas prácticas, como ser premiado o castigado. Por esta razón el miedo en la infancia y en la escuela es un problema, que no permite una convivencia armoniosa entre pares “no existe la sana convivencia porque la victoria de uno surge de la derrota del otro” (Maturana, 2001, p. 6).

El miedo es una experiencia dolorosa e inmovilizadora, la cual reduce la felicidad de vivir desde que somos niños. La posible implicación de educarse en el miedo es que un niño o niña puede ser manipulado, dependiendo de la capacidad de enfrentar los diferentes desafíos que se le presentan. En efecto, como maneje la confianza en sí mismo, tiene que buscar seguridad y refugio en otros, “inmersos en el miedo, los seres humanos son tremendamente manipulables y aceptan sin cuestionar

cualquier tipo de abuso de poder con tal de sentirnos un poco más seguros.” (Murillo, 2012. pp. 27-28)

También puede llegar a sentirse impotente al salir al exterior, porque cree que carece de las fortalezas necesarias para poder enfrentar alguna situación de su entorno. “avivar el miedo, la desconfianza y la inseguridad produce el efecto inmediato de cohesionar a las personas en torno de un poder violentamente protector”. (Murillo, 2012, pp. 28-29) Un niño o niña educado desde la confianza y no desde el miedo, es un niño que se le posibilita sostener relaciones personales, además que tenga una identidad, y de esta manera convivir dentro de una sociedad.

Es que la confianza es una energía invisible, difusa pero cierta, que integra y sostiene la estructura fundamental de las relaciones personales, desde la intimidad de la relación de uno consigo mismo, hasta las estructuras sociales más complejas. No se trata de una característica más de las relaciones humanas sino de su fundamento mismo, es decir, lo que hace posible que haya sociedad, y aún más allá: que haya identidad personal. La confianza es la condición de la coexistencia. (Murillo, 2012, p. 15)

Por otro lado, la emoción del miedo es denominada como una articulación de mecanismo de huida ante determinada amenaza, como se ha podido observar en los niños y niñas, ya que, al enfrentar alguna situación, ya sea un llamado de atención verbal o por escrito tienen alguna reacción y la más reiterativa es la de huir o de defensa, ya sea con actos o palabras, pero esta emoción es diferente en el contexto que se desenvuelve el sujeto (como lo evidencia el relato de la joven del colegio de curas, como se vio afectada en su infancia con la tinta china y el respectivo castigo que le asignó su profesora). Teniendo presente lo citado, el miedo que los niños y niñas experimentan en el aula de clases se puede reflejar en su futuro, quizás al expresarse con personas por temor a ser regañados o rechazados como fue en la escuela lo repita en el futuro en sus relaciones sentimentales, profesionales y familiares.

Los temores que enfrentan los seres humanos no son los mismos en todos los lugares, estos se expresan de acuerdo con las amenazas que experimentan a lo largo de su vida. Sin embargo y a pesar de las reacciones que provoca el miedo es necesario como una voz de alarma ante los peligros existentes, de forma tal, que contribuye a la supervivencia de las especies. (Valencia, 2007, p. 74)

Asimismo, esa alarma de supervivencia que provoca el miedo puede ser utilizada positivamente por los niños y niñas al realizar alguna acción dentro del aula o institución, ya que, al reconocer el peligro de caerse, ser rechazado o hacerle daño al otro ayudará a evitar estos conflictos entre pares. Por otro lado, esta alerta de peligro se puede ir trabajando con ellos cuando identifiquen esa sensación de inseguridad en algún espacio tanto escolar, familiar o con la gente que los cuida y comparten diariamente que no repriman esta emoción, sino que la expresen y pidan ayuda.

Desde otra perspectiva, la emoción del miedo se puede ver como un acto de supervivencia, ya que hace abandonar la acción que se esté realizando, colocando en alerta a los individuos y que a su vez busquen señales de seguridad,

las emociones y sentimientos son absolutamente fundamentales para la supervivencia del hombre y al parecer de todos los seres vivientes, puesto que guían nuestra conducta respecto a dos principios básicos para la vida que son la autoconservación y la preservación de la especie (Cassasus, 2007, p. 101).

Con base en los argumentos y situaciones presentadas, se considera que es importante y necesario realizar este ejercicio investigativo con un énfasis didáctico, es decir centrado en las interacciones que niñas y niños establecen en sus entornos escolares, como pares, con sus docentes y las dinámicas de socialización propias de las prácticas educativas.

A continuación, se presenta los objetivos planteados para la realización del trabajo investigativo.

2.4. Objetivos

2.4.1. *Objetivo General:*

- Identificar algunos criterios y prácticas didácticas que se podrían considerar pertinentes para mitigar la sensación de miedo que los niños y niñas experimentan en sus interacciones dentro el aula.

2.4.2. *Objetivos Específicos:*

- Conocer los aspectos característicos que definen la emoción del miedo con base en algunos referentes conceptuales, en términos de sus funciones favorables y desfavorables; de sus principales efectos conductuales a nivel individual y social.
- Analizar el miedo como dispositivo de control social a partir de algunos testimonios y experiencias sobre las situaciones más recurrentes que generan esta emoción en la experiencia escolar de niñas y niños.
- Promover prácticas de confianza y autonomía en maestros y estudiantes que enriquezcan la reflexión sobre el miedo y motiven algunas transformaciones en las interacciones que conlleva esta emoción en la experiencia escolar.
- Reconocer el papel de los maestros en la mitigación del miedo de los estudiantes y los beneficios que ello trae en su desarrollo armónico.

3. MARCO TEÓRICO

En este apartado se desarrollan las siguientes categorías: la emoción del miedo, el miedo en la infancia, el miedo en la escuela y estrategias para la mitigación del miedo en la infancia, los cuales, en esas categorías se sustentan el planteamiento de la propuesta.

En la primera categoría la cual es, la emoción del miedo, se despliegan tres subtítulos, ¿qué es el miedo?, ¿de qué manera afecta el miedo internamente al individuo? Y, por último, ¿cuáles son algunas implicaciones sociales del miedo?

En la segunda categoría que corresponde al miedo en la infancia, se despliegan cuatro subtítulos, estos son, respuestas fisiológicas del miedo en la infancia, incidencia del miedo en el desarrollo infantil y experiencia de aprendizaje, tipos de miedo en la infancia y el miedo que ejerce la familia en niños y niñas.

En la tercera categoría la cual es el miedo en la escuela se desarrollan dos subtítulos, el miedo como medio de control en la escuela y los miedos a los cuales se ven enfrentados los niños y las niñas en la escuela.

En la cuarta categoría que corresponde a estrategias para la mitigación del miedo en la infancia, se exponen dos subtítulos, ambiente de seguridad afectiva y evitar el miedo como factor de disciplinamiento.

3.1. La emoción del miedo

La emoción del miedo está acompañada de la sensación de amenaza, inseguridad, ansiedad y desconfianza, es la reacción y respuesta del organismo del ser vivo, de esta manera puede o cree regresar a su estado anterior “tranquilidad”, la cual se llegó a perder en un momento determinado. “Biológicamente, las emociones son disposiciones corporales que determinan o especifican dominios de acciones” (Maturana, 2001, p. 8) además, el miedo suele estar asociado a la vergüenza, y se trata de esconder muy a fondo de nuestras entrañas (Delumeau, 2002). De esta manera evitamos a toda costa experimentar esta sensación, la mayoría de estos miedos es algo desconocido, ese algo que pone en peligro la supervivencia.

El término procede del latín *metus*, y su significado es una emoción que puede llegar a alcanzar una gran intensidad y que “se presenta cuando el individuo se percata de una situación amenazante tanto física, mental, emocional o social, que lo hará reaccionar de forma auto-defensiva, a través de una serie de cambios fisiológicos” (Calles, 2004, p. 80). De esta manera se encuentran definiciones sobre el miedo como aquel que,

en determinadas situaciones el hombre se ve enfrentado a estímulos o representaciones mentales que él siente como amenazas y es justamente ese reconocimiento de un peligro real o imaginario el que determina en el individuo un sentimiento de miedo. (Niño, 2002, p. 192, citado en Valencia, 2007, p. 75)

La emoción del miedo es considerada como una de las emociones primarias y universales de los seres humanos y de otros animales, ya que comparten la experiencia de sufrirlo y padecerlo debido a “que son biológicamente primitivas, tienen primacía para el desarrollo ontogenético. Aparecen poco tiempo después de haber nacido e incluso algunos elementos ya están programados al nacer”. (Cassasus, 2007, p. 109). El miedo surge como un mecanismo de defensa evolutivo que busca protegernos y asegurar la supervivencia del ser humano ante cualquier peligro al que se vea enfrentado.

El miedo, al igual que el resto de las emociones, contribuye a un regulamiento social, teniendo en cuenta que las expresiones emocionales llevan a actuar a las personas, y de esta manera se produce funciones de relación social, “las expresiones emocionales de los bebés actúan como señales que movilizan a los adultos y cumplen funciones de relación social: incitan a deparar auxilio, a tranquilizar, estrechan los vínculos afectivos, anticipan lo que luego serán diálogos, etc.” (Perinat, 2003, p. 357). Sin embargo, no solamente los bebés ocasionan que los adultos se movilicen para tales fines, también se puede evidenciar que lo hacen en etapas donde los niños y las niñas están más grandes.

A lo largo de la existencia del individuo, el miedo va cambiando de contenido y de grado, y este nunca desaparece por completo ya que, cada edad tiene sus propios miedos específicos y pesadillas particulares, por lo cual ninguna etapa

durante la vida humana queda libre de alguno de los tipos de miedo (Mannoni, 1984, p. 16)

Son situaciones que no quisiéramos pasar por ellas ni vivir la angustia que genera, pero irremediabilmente todo individuo conoce la sensación del miedo, sin importar los diferentes miedos a los que le tema enfrentar en algún momento de su vida

3.1.1. ¿Qué es el miedo?

El miedo también es una construcción social que se puede experimentar con escenarios invisibles en cada persona respecto a cómo se perciben y se conciben los objetos, los ambientes que causen miedo en los sujetos.

El miedo es una emoción, es una experiencia individualmente experimentada, socialmente construida y culturalmente compartida; como forma de respuesta se trataría de una práctica ligada a lo individual; sin embargo, es la sociedad la que construye las nociones de riesgo, amenaza o peligro y genera modos de respuesta estandarizados tales como la mayor demanda de dispositivos de seguridad. (Valdés, Cayo, Farías, 2011, p. 79).

Asimismo, el miedo remite a pensar en sucesos del pasado que causan esta emoción por una acción similar que se está repitiendo en el presente, “la temporalidad del miedo es otro punto para tener en cuenta, ya que, para un mismo evento o sujeto, la base cognitiva no es fija, sino dinámica y resignifican hechos del pasado”. (Valdés y otros, 2011, p. 80). Se puede señalar que el miedo queda presente en los individuos frente algún suceso que les generó esta emoción, que marcó su pasado y les predispone para volver a experimentar una acción similar, como si se devolviera en el pasado, además puede llegar a recordar pequeños detalles que el cerebro guarda, como los olores en algún lugar o la forma como estaba vestido, esto genera que el recuerdo sea más preciso. Lo anterior causa que el sujeto fisiológicamente se predisponga a sentir escalofríos, a sudar, que le tiemblen las manos, logrando que el individuo quiera escapar de este lugar. Esta emoción del miedo predispone a que los recuerdos que generan temor no se vuelvan a repetir. Asimismo, el miedo limita que las personas realicen alguna acción

que podría traer consigo un castigo o una reacción por figuras de poder como pueden ser un maestro, la escuela, un jefe, el estado, la policía, una institución, entre otras.

La nueva regulación del miedo insuperable ocupa en principio rector del juicio sobre la inseparabilidad del miedo. Esa idea no es otra que la de evitar que acabe otorgándose al miedo una relevancia excusante indeterminada, incompatible con los fines de prevención general a través de los cuales la pena cumple su función de tutela. (Cuerda, 1997, p. 150)

Una de las causas de orden más social del miedo son las sanciones, ya que tienen reglas que instauran en la sociedad, asimismo hay que reconocer que, si bien las normas permiten la organización social, igualmente es un dominio que a su vez genera conductas de control, las cuales producen temor en la gente y esto mismo hace que se condicionen. De esta manera el miedo remite a las personas una sensación de amenaza al pensar que pueden llegar a perder su libertad, su familia, su trabajo y el derecho a vivir una vida digna, si no cumplen las normativas establecidas. De manera particular, el dominio de las instituciones educativas que muchas veces con los estándares que se deben implementar mantienen a los niños y niñas a una enseñanza común, donde tienen que aprender a leer, escribir y saber sumar, sin tener presente sus gustos, sus talentos y que cada uno es un mundo diferente y aprende a un ritmo distinto que a las que exigen las políticas educativas.

También es posible encontrar que los miedos pueden ser una característica del ser humano y estar relacionados con alteraciones de tipo depresivo, especialmente en casos en que la interpretación o anticipación de situaciones amenazantes inminentes están vinculadas con contenidos de pérdida, típicos de la depresión, y que generan indefensión por la incapacidad de afrontar dichas situaciones mediante respuestas apropiadas.

3.1.2. ¿De qué manera afecta el miedo internamente al individuo?

El miedo, como cualquier otra emoción básica, puede generar en el individuo respuestas sin razón, las cuales quizás sean negativas y limitan a la hora de reaccionar y seguramente le permita huir o resguardarse de la situación de peligro,

como lo manifiesta Maturana: “decir que la razón caracteriza a lo humano es una anteojera, y lo es porque nos deja ciegos frente a la emoción que queda desvalorizada como algo animal o como algo que niega lo racional” (2001, p. 8). La emoción del miedo brinda un apoyo para aprender nuevas respuestas para enfrentarlo, ya que busca evitar el peligro en una situación negativa en la que se ve envuelta la persona, sin embargo, no se puede decir que las reacciones frente al miedo van a ser racionales. El miedo genera un determinado tipo de acciones, pues “cuando hablamos de emociones se refieren a las acciones posibles del otro, sea este animal o persona” (2001, p. 13). Cualquier individuo es capaz de llevar a cabo una acción, donde se refleje una emoción en un momento determinado, lo que lo lleva a actuar frente a la situación.

De otra parte, como lo expresa Heiliger (1988), el miedo también “es un mecanismo de defensa ante situaciones específicas, y funciona como una alarma psicológica que avisa de amenazas para la integridad física y el bienestar de la persona” (citado por Valdez, Lopez, Torres, Piña, González y Maya, 2010, p.165). Se acompaña de la sensación de inseguridad, ansiedad, desprotección y desconfianza.

Si bien, hay algunas reacciones comunes ante el miedo, al sentirlo las personas reaccionan de distinta manera, consciente o inconscientemente, como lo afirma Cassasus, “los eventos exteriores, no determinan, sino que gatillan distintas reacciones en distintas personas. Entonces podemos decir que las emociones son gatilladas por evaluaciones cognitivas de acontecimientos externos; evaluaciones que pueden ser conscientes e inconscientes” (2007, p. 104). Por eso en ciertos momentos las emociones generan que se reaccione de una manera y después de esto a veces se piensa que no fue la mejor reacción, ya que está es impulsada por el evento ocurrido. Esta reflexión no pasa solamente en las personas adultas, sino también en niños y niñas en ciertas ocasiones, ya que, al reaccionar a las distintas emociones, se ven enfrentados a circunstancias que probablemente son nuevas y sin duda traerán más consecuencias.

El miedo es una emoción con muchos aspectos negativos, pero también tiene elementos favorables. Por ejemplo, hace que el individuo ejecute un plan

rápidamente que lo protege de la situación de amenaza, moviliza gran cantidad de energía. “El organismo puede ejecutar respuestas de manera mucho más intensa que en condiciones normales. Si la reacción es excesiva, la eficacia disminuye, según la relación entre activación y rendimiento (Yerkes y Dodson, 1908, citados en Chóliz, 2005, p. 15).

A lo largo de la historia, el miedo le ha servido al ser humano para sobrevivir y estar alerta a cualquier peligro que se presente, asimismo saca al individuo del confort y adormecimiento en el que se encuentra, produciéndole preocupación por resolver las cosas de manera inmediata. De igual manera, el miedo brinda la posibilidad de que cada individuo se adecue corporalmente para una condición que le evoque peligro contra su vida, llevando a cabo una reacción innata que le posibilite defenderse ante este peligro de manera rápida y de cierta manera eficaz. La adrenalina le ayuda a realizar acciones de manera más ágil, a su vez la reacción química produce en el organismo del individuo que este no sienta dolor ni cansancio, posibilitando que sí tiene que correr o cargar cierta cantidad de peso que normalmente en su cotidianidad no puede hacerlo en ese momento de amenaza lo logre.

Por otro lado, el miedo permite que cada persona, al experimentar la posible pérdida de algo que es muy valioso, ya sea un ser querido, un trabajo, un objeto, su mascota, produzca un verdadero cambio, con el fin de conservar eso que tanto valora y que por circunstancias o acciones estuvo a punto de perder.

Los seres vivos innatamente por el miedo a morir se organizan para poder explorar el medio que los rodea, buscando fuentes que les proporcionen los recursos necesarios para alimentarse, calentarse, protegerse o descansar, “La Biología sostiene que los organismos vivos obedecen a dos imperativos: sobrevivir y asegurar la continuidad de la especie.” (Perinat, 2003, p. 38)

La supervivencia crea un proceso que se rige por dos pasos, como se mencionó anteriormente, en donde al divisar la advertencia de riesgo enseguida el sujeto evalúa qué acciones debe realizar para resistir y salir de esta situación. A su vez, esta emoción crea en los individuos diversas características que los ayuda a eludir

el peligro, de cierta manera la supervivencia se experimenta en los sujetos cuando se aprecia esa sensación de peligro. Por ello cuando un niño o niña percibe la inseguridad dentro del aula de clases o en su institución o por parte de un maestro que le ponga mala nota o lo regañe por no realizar algún ejercicio, o le sancione, la reacción ante el riesgo de quedarse sin descanso o con una nota para sus padres, re-acciona y trata de salir de manera positiva de este problema.

En términos generales el ser humano en su contexto cultural con sus infraestructuras y tecnología crea fuentes que le brinden una supervivencia confiable en el mundo. Desde una perspectiva conductista, el miedo es la emoción que ha preparado a los seres vivos para salvar sus vidas. “Situaciones potencialmente peligrosas o estímulo condicionado (EC's)¹ que producen respuesta condicionada (RC) de miedo. Los estímulos condicionados a una reacción de miedo pueden ser de lo más variado y, por supuesto, carece objetivamente de peligro” (Chóliz, 2005, p. 14). Cuando se produce un EC's que son los compuestos de varios elementos a su vez provocan los mismos sentimientos (RC)², por otro lado, en cierta medida puede darse la emoción del miedo si en el contexto que se está desarrollando el individuo le producen sentimientos negativos. Por ejemplo: un ambiente escolar donde reiteradamente se hace énfasis en realizar exámenes o pruebas escolares, causa miedo en los estudiantes, al saber que siempre van a hacer calificados. Igualmente, en un entorno donde los mismos compañeros de clase todo el tiempo se burlen de un sujeto y lo rechacen, así mismo provocan un estado nocivo para este y a la vez evocando el miedo.

El miedo muchas veces es utilizado como primera instancia para intimidar, “es la reacción emocional más relevante en los procedimientos de reforzamiento negativo (Pierce y Epling, 1995, citados en Chóliz, 2005, p. 15). El miedo suscita inseguridad y desconfianza en las personas, produciendo relaciones interpersonales negativas ya que, al no tener seguridad en las demás personas, como consecuencia el individuo puede llegar a fracasar en sus relaciones intrapersonales, generando que

¹ EC's= Estímulo condicionado (situaciones)

² RC= Respuesta condicionada (según el estímulo).

en el momento que entable relación, muestre desinterés por el miedo que le causa la desconfianza o por otro lado que esa persona se aproveche de su temor y le ocasione daño. Se puede decir que el miedo es lo opuesto a la confianza, en tanto que “la confianza es una energía invisible, difusa pero cierta, que integra y sostiene la estructura fundamental de las relaciones personales, desde la intimidad de la relación de uno consigo mismo, hasta las estructuras sociales más complejas”. (Murillo, 2012, p. 15). De acuerdo con la intensidad de la percepción el miedo puede tener consecuencias complejas para quien lo siente como para otras personas de su entorno “el miedo eneguedor es efectivo a corto plazo y destructivo a mediano y largo plazo. Avivar el miedo, la desconfianza y la inseguridad produce el efecto inmediato de cohesionar a las personas en torno de un poder violentamente protector” (2012, p. 28).

Otro aspecto negativo del miedo se puede interpretar como el fracaso anticipado, esto quiere decir, que se deja de hacer cosas por miedo a fallarse a sí mismo o fallarle a alguien, muchas veces por el miedo al ridículo, esto nos convierte en personas vulnerables, sin darnos la oportunidad de intentar o crear nuevos proyectos en nuestra vida. El problema llega cuando este miedo se convierte en un compañero cotidiano y permanente en nuestras vidas, lo que conlleva otros problemas como lo es la ansiedad y el estrés, aquí es cuando se convierte en un asunto tedioso con el cual la persona debe cargar con las consecuencias que genera la emoción.

El miedo hace al ser humano más sensible a su entorno externo, como una forma de identificar un peligro potencial y por dónde se acerca, pero interfiere en nuestra capacidad de pensamiento complejo, lo que hace que se nuble el pensamiento y que se elija lo primero que se llega a pensar ya que muchas veces la sensación del miedo invade el cuerpo por sorpresa, esto quiere decir que se está enfrentado a situaciones que no se esperan.

3.1.3. ¿Cuáles son algunas de las implicaciones sociales del miedo?

Las emociones tienen entre otras funciones de incidir en la adaptación del individuo a su entorno según tres principios “fundamentales que rigen la evolución

en las emociones son el de hábitos útiles asociados, antítesis y acción directa del sistema nervioso". (Chóliz, 2005, p. 4) La expresión de las emociones crea comportamientos en los sujetos al socializar, generando un lenguaje corporal que muestra claramente el estado emocional por el cual está atravesando el sujeto, lo cual ayuda a "facilitar la aparición de las conductas apropiadas, la expresión de las emociones permite a los demás predecir el comportamiento asociado con las mismas, lo cual tiene un indudable valor en los procesos de relación interpersonal". (Chóliz, 2005, p. 5)

Por otro lado, hay una estrecha articulación entre la emoción y la motivación de una determinada reacción

La relación entre motivación y emoción no se limitan al hecho de que en toda conducta motivada se producen reacciones emocionales, sino que una emoción puede determinar la aparición de la propia conducta motivada, dirigirla hacia determinado objetivo y hacer que se ejecute con intensidad. Podemos decir que toda conducta motivada produce una reacción emocional y a su vez la emoción facilita la aparición de unas conductas motivadas y no otras. (Chóliz, 2005, p. 6)

En el caso de los niños y niñas, ellos se relacionan socialmente con sus pares, empiezan interactuando de diversas maneras, ya sea jugando, compartiendo información de su núcleo familiar y sus diferentes gustos. En ocasiones los niños son crueles entre ellos mismos, se ponen apodosos o rechazan a compañeros por algún motivo, como prejuicios que traen desde sus casas como "esa niña no tiene dientes porque es sucia y no se los lava" o al niño más grueso ya no lo llaman por su nombre sino le dicen "gordo", logrando que se irrespeten y se genere acoso o agresión verbal.

Es factible referirse a un miedo social que puede manifestarse como una fuente de dominio por entidades como el estado, la policía, la política entre otros. Pero sobre todo predomina el temor el cual produce inseguridad a situaciones de inseguridad social a las que se ven enfrentadas las personas como: robos o asaltos que causan miedo en las personas. En el caso de niñas y niños se puede generar el miedo a la salida del colegio, en los descansos o con sus mismos compañeros

con los vendedores de sustancias psicoactivas, o posibles abusadores, lo que puede conllevar a la desmotivación por el estudio.

El poder existió durante mucho tiempo para conservar una aparente paz social a través del miedo a ese mismo poder. Este será utilizado en contra de todos aquellos que vulneraran la convivencia pacífica y solitaria de los hombres, asegurando la paz social. Los hombres, a su vez, temen más al conflicto y la perturbación de su tranquilidad que al poder y sus excesos controlados. La sensación de seguridad al tener un poder capaz de gran violencia protectora hacía que se pasara por alto los excesos de este mismo poder. (Murillo, 2012, p. 30)

Con lo anteriormente citado, se puede traslucir que hoy en día se ve ese miedo que generan las diversas instituciones en los sujetos: La escuela con los niños y niñas, las iglesias y las religiones con los creyentes, el estado con los ciudadanos y finalmente la pandemia mundial que estamos viviendo por el Covid 19, el cual ha originado un distanciamiento social entre todos y el temor a perder la vida si estamos en contacto con el exterior y con los demás.

El poder que genera el miedo está relacionado con el poder que tiene un individuo sobre otro, ejerciendo de esta manera un dominio que tiene como objetivo la obediencia (ciega) en quien da órdenes y puede tomar medidas que afecten de manera significativa al otro, por ejemplo: despidiéndolo del trabajo. Este miedo que se evidencia es la autoridad que puede perjudicar a los demás en su presente y futuro, tanto emocional como económica, social o políticamente.

Esta manera de relacionarse consigo mismo, con el vecino y con el mundo, se traduce también en una visión del poder muy específica. El poder, siguiendo el modelo del «Leviatán» de Hobbes, tenía que ser capaz de infundir mucho más miedo aún que el miedo natural con el que vivían los hombres, puesto que sólo el miedo controla a los hombres. (Murillo, 2012, p. 27)

Es claro que, en una estructura social jerárquica, es necesaria la autoridad para poder tener el control sobre los individuos, tanto como lo son los padres con los hijos, los jefes con los empleados, las instancias supervisoras con las instituciones

educativas, pero sobre todo debe haber un control que produzca la necesidad de seguridad en la gente. También, el Estado busca el control de las personas de diferentes maneras, esto lo podemos observar, por ejemplo, en las protestas sociales, cuando el Esmad ataca a los estudiantes, trabajadores, campesinos e indígenas por exigir sus derechos. Si este miedo a la autoridad no existiera sería muy difícil poder controlar una ciudadanía que no está contenta con la corrupción, con la ineficiencia del estado, con la desigualdad. Habría un caos total, donde se debería implementar ciertas leyes que los hicieran obedecer para poder direccionarlos.

El poder del Estado se garantiza, bajo esta lógica, por el miedo constante de los hombres. Si los hombres pierden el miedo, el poder perdería gran parte de su eficacia y habría que salir a buscar una nueva fuente de legitimación. Por esta razón, un tipo de poder clásico no puede permitir que perdamos el miedo y el deseo ansioso por la seguridad. (Murillo, 2012, p. 27).

El Estado y hasta los ciudadanos hacen que se normalicen acciones que se convierte en un peligro para la gente, por ejemplo: si muere un estudiante por causa del Esmad, la mayoría de la gente y los medios llegan a justificar el hecho, expresando “esa no es la forma de manifestarse, solo se encargan de vandalizar la ciudad y de afectar a los otros ciudadanos, saben que no deben bloquear las calles ni parar el país, solo provocan trancones no permiten que las personas lleguen a sus trabajos y asimismo deben asumir las consecuencias a las que se exponen al marchar”. Este es el caso de Dylan Cruz, un joven de 18 años que acababa de culminar su bachillerato, hizo parte de la manifestación del 21 de noviembre del 2019, luchando por su derecho a acceder a una educación superior, fue asesinado por un agente del Esmad. (Montes, 2020, Cuestionpublica). El miedo que ejerce la policía y el Esmad hace que las personas se acostumbren a que en este país sucedan actos violentos a diario, generando una aceptación a visibilizar en los medios que se asesinan líderes sociales como si fuera un hecho habitual que tenemos que aceptar.

Por otro lado, gran parte de la sociedad acepta y deja pasar por alto el abuso y acoso hacia la mujer, cuando una chica sale a la calle con una minifalda y cometen

una agresión hacia ella, es común escuchar “ella se lo buscó, para que se vestía así”; o el maltrato psicológico y físico que viven muchas mujeres en el país por sus parejas y se convierten en su gran mayoría en víctimas de feminicidios. Se guarda un silencio porque el temor que causa la misma sociedad y el gobierno es más poderoso que todo.

A medida que el individuo crece va cambiando su experiencia y percepción del miedo. Los niños y niñas están reconociendo, explorando y observando los diferentes escenarios en los que se desenvuelven, conociendo su entorno. Están empezando a construir su mundo interior, exterior, personal, familiar y social. También se debe tener presente que esta emoción se percibe de manera diferente dependiendo del género.

A nivel de las relaciones interpersonales, el miedo causa un distanciamiento y prevención al momento de crear o construir nuevos vínculos. Esto se constata si un individuo a lo largo de su vida y desde su infancia se le dificulta relacionarse con otros por diversos motivos, quizás por temor a ser rechazado, porque su familia no le permitía compartir mucho tiempo con otros niños o la misma relación con sus padres la cual giraba en torno a la desconfianza o porque vivió acoso escolar, causando una angustia a lo largo de su vida que no le motive a ser feliz y seguir viviendo. “El miedo es, sin duda, una experiencia dolorosa y paralizante, que disminuye la felicidad de vivir en niños y adultos” (Fabres, 2005, pág. 3). Por ello, es importante trabajar esta emoción con los niños y niñas desde sus casas y en el colegio, en donde se les permita transformar esos temores de manera positiva para sus relaciones personales, teniendo en cuenta que si este miedo no se trabaja puede convertirse en fobia social.

Ya en un contexto más extremo, “la fobia social, o trastorno de ansiedad social, se caracteriza por un miedo intenso, persistente y excesivo en respuesta a una o más situaciones sociales o actuaciones delante de otros” (Bados, 2009, p. 2). Donde las personas suelen temer a ser observados por los demás y a su vez actuar de manera vergonzosa y suscitar pánico al estar en contacto con gente alrededor, produciendo un daño clínico para el individuo.

La timidez que experimenta un niño o niña cuando se encuentra con una persona desconocida, se esconde, no lo mira a la cara y deja de realizar la actividad que estaba ejecutando, a futuro en sus relaciones personales se le dificulta entablar una conversación con una persona que les llame la atención pueden llegar a sonrojarse, tener temor y falta de confianza en sí mismos. “La timidez como un rasgo de personalidad relacionado principalmente con situaciones de amenaza interpersonal” (Cano, Pellejero, Ferrer, Iruarrizaga, Zuazo, 2006, párr. 8), en buena medida la timidez hace que exista ese miedo a relacionarse y a crear confianza, donde el sujeto pueda expresarse de manera positiva sin temer a ser rechazado. Los niños y niñas al percibir este miedo se niegan a construir vínculos sociales con sus maestros y pares, gestando inseguridad en sí mismos y con los demás, ocasionando que esta emoción los haga sentirse mal al ir al colegio y convivir con sus compañeros y maestros dentro del aula de clases, a su vez este temor le genera un atraso en su aprendizaje escolar, ya que esta emoción no lo deja aprender tranquilamente.

Como se ya se ha dicho, el miedo es reacción a una situación de amenaza, ésta se puede percibir de muchas formas, es el miedo que perciben los seres humanos y muchos animales cuando sienten que son atacados, los niños y niñas lo llegan a sentir cuando los profesores los amenazan con citar a sus acudientes para lograr que los niños y niñas guarden silencio en el salón de clases. La amenaza se refleja en las instituciones escolares, donde los niños y niñas se sienten en su gran mayoría observados (vigilados) por sus maestros, quienes les han advertido qué sanción se les proporcionará si no terminan la tarea o si se levantan del puesto, algunos docentes, recurren a tomar la acción que más afecte emocionalmente a los niños y niñas que puede ser el quedarse sin descanso, ponerle mala nota y hacer una anotación en el observador.

Como la escuela-edificio debe ser un operador de encauzamiento de la conducta. Es una máquina pedagógica que Pâris-Duverney había concebido en la Escuela militar y hasta en los ínfimos detalles que había impuesto a Gabriel. Educar cuerpos vigorosos, imperativos de salud; obtener oficiales componentes, imperativos de calidad; formar militares obedientes, imperativo político; prevenir

el libertinaje y la homosexualidad, imperativo de moralidad. Cuádruple razón de establecer mamparos estancos entre los individuos, pero también aberturas de vigilancia continua. (Foucault, 1976, p. 160)

Paradójicamente, las escuelas generadoras de amenazas también son vigiladas constantemente, tienen que cumplir con estándares, organizar un currículo relacionado con éstos y controlar que los profesores ejerzan su labor, y para que esto suceda como las directivas quieren, usan amenazas indirectas contra los maestros. A su vez, los profesores que más infundan miedo son los que más se dan a “respetar” y por ende generan orden y aprendizaje; y a los que menos les temen los estudiantes es porque no les tienen respeto en consecuencia se piensa que no cumplen su deber. También se presenta la amenaza de los padres con sus hijos, donde en la entrega de boletines les va mal a los niños y niñas los exponen al escarnio público, les pegan o castigan. En otros casos los niños no juegan por miedo a ensuciar o romper su uniforme, ya que si esto llega a suceder recibirán un castigo o llamado de atención, así como si pierden algún lápiz o color, los niños(as) lloran se frustran y expresan que la mamá o el papá ya le había advertido y que lo más probable es que este acontecimiento cause una sanción.

3.2. El miedo en la infancia

El miedo en la infancia se desarrolla según una secuencia evolutiva predecible, y puede desaparecer o disminuir al pasar el tiempo. También “puede observarse la aparición súbita de respuestas de miedo a medida que el niño madura y aumenta su campo perceptivo, tales miedos desaparecen frecuentemente con la misma rapidez con la que surgieron” (Pérez, 2000, p. 128). Los avances en la maduración y el aprendizaje, la evolución del sistema nervioso y la maduración de la capacidad perceptiva, hacen que el niño tenga una mejor percepción de los peligros.

De igual manera, surgen otros aspectos evolutivos que permiten la aparición de los miedos como lo es la capacidad simbólica y de representación, lo cual lleva al niño o a la niña a recordar experiencias no tan gratificantes y pensar que estas se podrían repetir “El hecho de que un miedo particular aparezca a determinada edad no implica que esté conectado con peligros especiales, o experiencias negativas del

niño; puede indicar sencillamente que la percepción ha madurado hasta un punto concreto.” (Morris y Kratochwil, 1983, citados en Pérez, 2000, p.)

Se ha encontrado que los miedos son producidos por factores, como, por ejemplo: el miedo a la oscuridad, el miedo a personas desconocidas, miedo al no estar cerca de sus cuidadores, miedo a seres imaginarios y miedo a los fenómenos naturales, entre otros.

Los miedos de un gran porcentaje de niños tienen que ver con experiencias negativas anteriores. Estos miedos están más relacionados con la conservación de la integridad física, y un porcentaje muy significativo de niños tiene miedo a objetos o situaciones a los cuales sus padres también temen. (Mussen 1982, Ollendick 1986, citados en Peredo, 2009)

Por medio del lenguaje corporal y oral el niño o niña va creando un lazo afectivo con la madre, el cual le permite sentirse seguro. Por otro lado, el miedo que empieza a sentir el niño y niña en esta temprana edad es el de conocer a las personas que no están dentro de su contexto diario. Por eso al conocer a un pariente que no suele ver, y este lo alza o acaricia su primera reacción es llorar porque se siente en peligro y busca los brazos de su madre o padre, mientras va asimilando en su cerebro que esta persona no le proporcionará ningún daño.

El miedo a los extraños de los primeros meses de vida, que facilita el apego a los conocidos y la huida del que no lo es. Evitando así la posibilidad de que le hagan daño y facilitando que no se vaya con el primero que pasa. (Gutiérrez y Moreno, 2011, p. 25)

Por eso, la cercanía de su madre y sus manos que lo acogen, son su mayor aliciente mientras conocen a los nuevos protagonistas de su vida, ella les brinda acceso a ellos de a poco mientras el niño los va conociendo.

3.2.1. Respuestas fisiológicas del miedo en la infancia

Por tratarse de una emoción básica, algunas reacciones son también básicas, comunes, por ejemplo: la aceleración del pulso cardiaco.

Las reacciones fisiológicas son independientes de la edad y están provocadas por una serie de cambios bioquímicos, principalmente descarga de catecolaminas³ la más conocida es la adrenalina, de noradrenalina, epinefrina y otras sustancias. Estos cambios producen en el ser humano ciertos síntomas como: taquicardia, tensión muscular, temblores, sudoración, palidez, sequedad de garganta y boca, sensación de náusea en el estómago, urgencia de orinar y defecar, respiración rápida y dificultades para respirar. (Pérez, 2000, p. 126).

Como todas las emociones, el miedo también presenta unas reacciones físicas, por ejemplo, cuando el niño o niña siente que sus latidos se aceleran, les sudan las manos y en ciertas ocasiones les sucede dentro del aula de clases que al pasar adelante y exponer alguna idea o leer algún trabajo no pueden hablar o simplemente rompen en llanto, sin embargo, estas reacciones no se presentan solamente en los niños y niñas sino también en adultos.

Estos síntomas que pueden llegar a generar la emoción del miedo en el cuerpo del niño o la niña, hace que no se sientan a gusto, puesto que les causa algún malestar y esto se produce por la situación que en ese momento están viviendo y deben enfrentar, donde la emoción del miedo les genera una reacción no solamente fisiológica sino también de acción.

Pearce (1995) expresa que “algunos trabajos recientes demuestran también que, en situaciones de miedo, disminuye el flujo de sangre a algunas partes del cerebro” (citado por Pérez, 2000, p. 126). Lo que quiere decir que cuando el niño o niña está bajo alguna situación que le genere miedo, no solamente frente a lo emocional le afecta, sino también en el funcionamiento de su cuerpo y muchas veces lo puede poner en peligro, debido a que una parte del cerebro es la que controla el sistema nervioso el cual es el encargado de regular el cuerpo.

Además de la disminución de flujo de sangre a la zona del cerebro, también se produce la taquicardia, que se encarga de avisar a nuestro cerebro que algo no está

³ Las catecolaminas ayudan al cuerpo a responder al estrés o al miedo, y preparan el cuerpo para reacciones de "lucha o huida". Las catecolaminas principales son la epinefrina (adrenalina), la norepinefrina (noradrenalina) y la dopamina. "Helathwis. (julio 2019). Cigna. Catecolaminas en la sangre: <https://www.cigna.com/individuals-families/health-wellness/hw-en-espanol/pruebas-medicas/catecolaminas-en-la-sangre-tw12861>".

funcionando adecuadamente, y esto conlleva a que nuestra función del sistema nervioso cambie por completo y le brinde protección a este. Así se explica:

La taquicardia supone un bombeo más rápido del corazón para irrigar mejor los músculos, la respiración es más rápida para disponer de más oxígeno, la palidez supone que la sangre va principalmente hacia los músculos con el fin de aumentar la fuerza muscular y de perder menos sangre en caso de heridas, el organismo suspende algunas funciones que no son absolutamente necesarias⁴ con el fin de ahorrar energía (Sassaroli y Lorenzini, 2000, citados por Pérez, 2000, p. 126).

En ocasiones pasamos por experiencias momentáneas las cuales nos generan miedo, pero en ocasiones esta emoción se prolonga y esto genera afectaciones en el cuerpo y en el desarrollo adecuado de la vida, así lo menciona Marks (1990) y American Psychiatric Association (2002) “Si el miedo permanece durante un período largo, da paso a una serie de alteraciones psicósomáticas como inquietud, fatiga, alteraciones del sueño, alteraciones del apetito e irritabilidad” (citados por Pérez, 2000, p. 126). Estas reacciones psicósomáticas producen alteraciones físicas y psicológicas en los seres vivos que pueden llegar a causar daños irreversibles en los sujetos, en ocasiones haciéndolos dependientes de terapias, medicamentos o apego a algún objeto que les brinde seguridad para desenvolverse en ciertos espacios ya sea en lo familiar, educativo o social.

Otras características que expresa el cuerpo pueden tener similitud en los niños y niñas al percibir miedo en el aula de clases debido a que “el ambiente educativo en el que el niño se desenvuelve es fundamental, y las pautas educativas que se utilicen en presencia de los miedos van a acelerar su superación o por el contrario a entorpecerla”. (Pérez, 2000, p. 133). Por ello, para los niños y niñas entre los 8 y 10 años sus temores más notables en la escuela son los exámenes, las burlas y daños físicos, por eso es fundamental que se genere un ambiente seguro con sus pares y maestros, asimismo, la angustia que padecen al presentar un examen no

⁴ Benavente Rocío (2015) La ciencia del miedo: como lo procesa nuestro cerebro y por qué nos gusta sentirlo: https://www.elconfidencial.com/tecnologia/2015-10-31/la-ciencia-del-miedo-como-lo-procesa-nuestro-cerebro-y-por-que-nos-gusta-sentirlo_1076715

les permite pensar en lo estudiado, sino que el miedo se apodera de ellos y su mente se empeña en solo pensar en el fracaso.

3.2.2. Incidencia del miedo en el desarrollo infantil y experiencia de aprendizaje

El miedo también es un fenómeno motivador y socializante que logra mejorar la motivación y el rendimiento del ser humano si no es extremo, así mismo el miedo conduce a una ejecución, como lo manifiesta Pearce (1995) y Marks (1990) “lleva a actuar con descuido, y cuando es excesivo lleva a reaccionar con torpeza” (citado por Pérez, 2000, p. 125). El miedo en el desarrollo infantil se puede ver cómo el niño y niña está enfrentado a retos como el estar en medio de un juego que tenga ganador, los niños a lo largo de su crecimiento tienen una concepción de lo que es ganar y perder y se esfuerzan al máximo por ganar, lo cual en algunas ocasiones los lleva a enfrentar miedos y en ocasiones a superarlos.

Los miedos y ansiedades son reacciones presentes, las cuales implican parte de la maduración individual de la persona. A través de la interacción con su entorno, los niños pueden aprender a afrontar no sólo las situaciones que le generen ansiedad, sino también los propios miedos a situaciones futuras que se le presenten. Asimismo, Kendall (2000) expresa que “los niños ansiosos presentan numerosas preocupaciones generalmente basadas en percepciones inadecuadas de las demandas del entorno y en una subestimación de sus habilidades para afrontarlas” (citado por Peredo, 2009, p. 28). Dicho lo anterior esto genera en los niños y niñas inseguridades lo cual no les permite avanzar en sus diferentes proyectos o simplemente a experimentar en el mundo en el que se desarrollan.

El miedo a su vez causa en los niños y niñas problemáticas para su desarrollo social y académico, ya que si se sienten vulnerables en alguno de estos dos espacios prefieren evitar estos entornos y escapar a otro lugar que no les produzca ansiedad, esta emoción a su vez provoca que los niños y las niñas teman a participar en clase por miedo a experiencias pasadas con sus pares y maestros, así sean

nuevos compañeros y docentes, la inseguridad ya vivida no los deja avanzar produciendo un retroceso escolar.

Del miedo en algunos casos se desprende un trastorno social, emocional que se denomina fobia. Valles (1991) expresa que "el miedo se convierte en un problema psicológico cuando las reacciones del niño interfieren en su vida diaria, imposibilitándole vivir feliz y adaptado a la familia, amigos o escuela y alterando su desarrollo psicobiológico" (citado por Pérez, 2000, p. 128). El niño o niña, se ve sumamente afectado al reaccionar ante la emoción del miedo, que muchas veces lo lleva a que interfiera en su vida personal, haciendo que se convierta en situaciones problemas para él y pueda llevar una vida en donde no se sienta satisfecho.

De acuerdo con los diferentes testimonios que se pudieron recopilar y a las experiencias personales se puede decir que, a partir de la sensación del miedo hay aprendizajes, a pesar de que no sea una emoción satisfactoria, ya que al vivir diferentes experiencias esto conlleva a conocer y aprender, y de acuerdo a la respuesta si es positiva o negativa la persona elegirá si la vuelve a repetir.

El niño a medida que va creciendo muestra diferentes miedos que logra superar por sí mismo a lo largo de su vida y por ende no significa que se conviertan en problemas durante su desarrollo, como lo manifiesta Marks (1990), Alexander, Roodin y Gorman, (1984) y Pearce (1995) "La mayoría de los niños muestran miedos ligeros y rituales en algún momento, miedos que suelen desaparecer por sí solos y raramente llegan a convertirse en un problema persistente o en un trastorno que afecte al desarrollo" (citados en Pérez, 2000, p. 131). En contraste con lo anterior, un enfoque educativo inadecuado en el tratamiento de los miedos infantiles, un ambiente familiar o escolar negativo, pueden tener como consecuencia que los miedos se conviertan en un fenómeno desadaptativo que pueda distorsionar la vida del niño e incluso en un trastorno que altere su desarrollo.

3.2.3. Tipos de miedo en la infancia

Existen diferentes clasificaciones de los miedos infantiles, como lo denominan

Miller, Barret, Hampe y Noble (1972), quienes clasificaron los temores infantiles en tres grupos: “1) miedo al daño físico, 2) miedo a un malestar psíquico, como perplejidad, fracaso escolar o inaptitud social, y 3) miedo a los peligros naturales y sobrenaturales” (Peredo, 2019, p. 29) como los relámpagos, truenos, trenes, animales, brujas, fantasmas y similares. Los dos primeros factores permanecen prácticamente constantes durante toda la vida, mientras que el tercer factor de cierta manera disminuye bastante rápido en cuanto al miedo a los peligros naturales durante la niñez, más no al temor a lo sobrenatural (fantasmas, monstruos, pesadillas y a todo lo que no tenga una explicación racional). Los dos primeros factores son difíciles de abordarlos con los niños y niñas para lograr una configuración positiva de estos mismos, ya que si no se trabajan desde muy temprana edad con el tiempo pueden convertirse en miedos insuperables que a su vez les cause dilemas intrapersonales e interpersonales.

En las fases del desarrollo infantil se presentan diferentes miedos, los cuales algunos se determinan por edades, hay miedos comunes que se presentan, como lo explica Pearce (1995) y Sandín (1997) “Algunos estudios han encontrado que el miedo más frecuente entre los 2 y los 4 años es el miedo a los animales; entre los 4 y los 6 a la oscuridad y a las criaturas imaginarias.” (Citados por Pérez, 2000, p. 130). Los miedos que se generan en estas edades suelen ser superados a medida que el niño o niña va explorando su contexto, asimismo depende de cómo se desenvuelva durante esa experiencia que le genera miedo, si lo hace de manera satisfactoria seguramente superará tal miedo.

Marks (1990) afirma que “otros estudios, han encontrado que entre los 2 y los 6 años, los miedos más comunes son los que se dan hacia los médicos, los perros, las tormentas y la oscuridad” (citado por Pérez, 2000, pp.130-131), esto sucede porque es algo desconocido para ellos, lo cual se debe ir trabajando poco a poco con ayuda de sus familias, profesores y pares, de esta manera irán adaptando información sobre estos enunciados, la cual les permitirá indagar sobre ello y a su vez aceptar que esto es parte de su cotidianidad y no es peligroso para su bienestar sino muy por el contrario es provechoso.

El pánico que perciben los niños y las niñas con lo irreal es muy común a estas edades, debido a que se encuentran en una etapa donde conocen lo ficticio, lo novelesco, lo hipotético y fantástico, igualmente el acompañamiento de los adultos es primordial en este periodo, porque les indican y explican esto que es totalmente desconocido para ellos para que con el pasar del tiempo no se conviertan estos ilusorios en miedos permanentes.

Entre 4 y 8 años resultan frecuentes los miedos relacionados con seres imaginarios y fantásticos en actitud amenazante. Se considera que alrededor del 20% de los miedos infantiles no tienen base real (criaturas imaginarias, fantasmas, brujas...). El niño a esta edad tiene una gran creatividad respecto a seres extraños, monstruos, ogros. Tales miedos son fomentados en ocasiones por películas, cuentos e historias productoras y estimuladoras de situaciones de miedo (Valles, 1991, citado por Pérez, 2000, P. 131).

En estas edades, la familia o personas cercanas a los niños como los y las docentes cumplen un papel bastante importante, en donde se logre hacer entender que estos miedos hacen parte de su imaginación y creación, para que de esta manera puedan dejar atrás esos miedos imaginarios y fantásticos.

Durante el proceso de desarrollo, es normal la presencia de miedos en la etapa infantil, aun así, estos miedos en la mayoría de niños y niñas no dejan secuelas durante su paso por la vida adulta, como lo manifiesta Pearce (1995) “La mayoría de los niños que han experimentado miedos y preocupaciones evolutivas, no presentan ningún trastorno en la edad adulta” (citado por Pérez, 2000, p. 132).

Sin embargo, dicho lo anterior, en algunos casos si se presentan traumas o trastornos, que logran afectar a los niños y niñas durante su desarrollo y se prolongan durante este, como lo afirma Smith (1989), Strauss y Francis, (1989) “los trastornos graves sí tienen el peligro de alterar el desarrollo y de continuar en la vida adulta. Algunos estudios han encontrado asociaciones significativas entre ansiedad o miedos intensos en niños pequeños y su continuidad en etapas más avanzadas” (citado por Pérez, 2000, p. 132).

Por consiguiente, esos miedos que experimentan los niños y niñas deben llamar la atención de sus familiares y docentes, para que de esta manera ellos puedan intervenir y lograr que los niños y niñas superen tal miedo y que a corto o largo plazo no se convierta en un trastorno grave, que pueda afectar su salud e integridad.

3.2.4. El miedo que ejerce la familia en los niños y niñas

Al pensar en el concepto familia, se suele pensar en esas personas que consideramos seres queridos, aquellos con los que se tiene una relación sanguínea o de parentesco. Sin embargo, este concepto suele ser subjetivo, a partir de las experiencias de cada individuo sin importar lazos biológicos, y entran lazos afectivos, dicho lo anterior es imposible establecer un modelo de familia, debido a razones de contexto temporal y espacial, las cuales se ven atravesadas por factores culturales, sociales, políticos y económicos.

La primera institución socializadora es la familia, ésta de un modo u otro es la encargada del desarrollo del infante, puesto que reproduce en él diferentes hábitos y pautas de crianza, ligadas a una cultura y sociedad, por ende, tendrá una profunda influencia sobre el bienestar de los niños. Sin embargo, en muchos contextos se ejerce un control con base en el miedo, ya sea para lograr un comportamiento “adecuado”, un desempeño en la institución escolar, en general, tener conductas asociadas a ser un “buen” ser humano.

Anthony (2008) frente a los resultados que obtuvo en su estudio de factores de riesgo y de protección en los niños y jóvenes afirma que “las buenas relaciones con los adultos, la supervisión parental y la disciplina positiva a través de la educación y el acompañamiento se convierten en factores de protección” (citado en Rodríguez, 2010, p. 439) que generan un “mejor” desarrollo en el niño o niña, permitiendo que los niños y niñas se puedan desenvolver de manera tranquila en sus relaciones personales. Ya que la confianza que el individuo genera en su microsistema familiar lo reproduce en sus diferentes interacciones sociables. Igualmente, si sus vínculos familiares fueron experiencias negativas esto se notará en sus comunicaciones intrapersonales.

Por otro lado, las familias como fuente de autoridad sobre los niños y niñas muchas veces los presionan “psicológicamente” con amenazas de quitarles su juguete favorito o con castigos que les provoquen angustia y desconsuelo. Esto lo hacen para incentivarlos a que saquen buenas notas en el colegio, sean los alumnos ejemplares y ocupen los primeros puestos en el aula de clase. Asimismo, en ocasiones se puede divisar en experiencias personales de muchos adultos que cuando niños los padres y/o acudientes ejercían un poder tan exorbitante aún en aspectos menos relacionados con su apariencia física, su uniforme y hasta con sus útiles escolares. De igual manera no existe temor más grande que refleje un niño o niña en el salón de clases al saber que se le perdió un color, lápiz, borrador o cualquier útil escolar que su padre, madre, tía o acudiente le marcó y le advirtió en no votarlo. Por más que el maestro le dé otro lápiz el alumno o alumna no quiere ese y se expresa físicamente triste, angustiado y hasta en ocasiones llora porque en su casa lo van a regañar y a castigar. Con esto podemos apreciar que el miedo que inspiran las familias desde casa se refleja en gran medida en la escolaridad sobre todo en los primeros grados.

3.3. El miedo en la escuela

Cuando hablamos de una emoción específica, como el miedo y cómo se experimenta en la escuela, surge el interrogante ¿Qué y quiénes “promueven” el miedo en los niños y niñas en el colegio?

A lo largo de la historia, se evidencia que las instituciones educativas azuzan el miedo, por medio de diferentes prácticas para mantener el control dentro del aula. Sin embargo, algunas de estas prácticas han venido cambiando, en instituciones donde se opta por escuchar a los estudiantes y de esta misma manera poder generar aprendizajes, desde las necesidades emocionales que cada niño y niña lleva consigo. No obstante, algunos maestros y alumnos viven todavía bajo el dominio del miedo:

El miedo escolar es un estado de ánimo que nos acompaña a lo largo y a lo ancho de la experiencia escolar, y más allá. Miedo en general móvil y tramitable

(en tanto no sólo se hace con el miedo literatura, sino cine, deporte, en resumen, eso que llamamos cultura), que es relativamente sencillo localizar junto a la larga y sofisticada lista de humillaciones, vergüenzas, goces y padecimientos escolares. (Antelo 2007, p.10)

El miedo que se vive en las escuelas se debe principalmente a las acciones que a los niños y niñas les causen la sensación de amenaza, donde muchas veces se sienten angustiados al llegar al salón de clases y encontrarse con los profesores que les regañan, por no permanecer atentos, formados en fila y mirando al tablero la explicación del maestro. De cierta manera no se tiene en cuenta que los niños y niñas que inician su educación básica están en una edad en que aprenden desde la exploración, desde su corporalidad y por ello les cuesta quedarse estáticos en una sola posición, ya que esto los agobia.

Por otro lado, la presión de las familias a las escuelas, hacen que estas exijan a los niños y niñas que aprendan de manera rápida a leer, escribir y hacer operaciones matemáticas. Porque si no cumple con esto será un colegio no competitivo ni reconocido, por esto muchas veces las escuelas se convierten en instituciones de disciplinamiento, sin percatarse que los niños y niñas se encuentran bajo el control del miedo por parte de sus profesores y padres. Donde se ven obligados a aprender de manera frustrada, porque muchas veces tienen temor a ser castigados y comparados con otros estudiantes, ocasionando que en un futuro quizás vean el aprendizaje como algo negativo y a su vez pierden la dicha de disfrutar su infancia y educarse de manera agradable, debido a que prima el sometimiento a la sanción educativa.

El ejercicio de la disciplina supone un dispositivo que coacciona por el juego de la mirada; un aparato en el que las técnicas que permiten ver inducen efectos de poder y de rechazo, los medios de coerción hacen claramente visibles aquellos sobre quienes aplican. (Foucault, 1976. p. 158)

Dentro del aula de clases el niño y la niña aprenden a leer de manera corporal al docente, es decir, con la mirada, el cruzarse de brazos o el movimiento de las manos, permitiendo que ellos logren cambiar de manera eficaz ciertas actitudes y

acciones que están llevando dentro del aula, las cuales saben no son las más “apropiadas” para el docente.

No solamente es por parte del docente donde se dan estas “técnicas” que generan miedo, sino también entre los mismos niños y niñas causando diferentes malestares y hostigamientos entre ellos, llevando a cabo a que el niño o niña sienta miedo al relacionarse con los demás, y hasta al punto de no querer asistir al colegio, en algunos casos los docentes no se percatan de estas situaciones y pueden llegar a casos lamentables. El 5 de diciembre del 2015, Karol Guarín de 13 años se suicidó porque no logró culminar su año escolar, así que no sería promovida, además de esto era víctima de acoso escolar, el padre de Karol durante la entrevista dice que el detonante fue saber que perdería el año y que la esperanza de ayuda de la niña fue negada por parte de una profesora. (Noticias caracol. diciembre 5 de 2015. Niña de 13 años se suicidó por perder el año).

Esto no solo se vive en los colegios, también se da en la educación superior, como se evidenció con el estudiante de Sociales de la Universidad Pedagógica Nacional, donde se dio un caso de acoso y prejuicios a su nombre y decidió acabar con su vida, sus amigos más cercanos o profesores no identificaron señales que los alarmaran, para así poder evitar este lamentable hecho.

Por otro lado, los profesores dejan actividades para la casa, para reforzar lo aprendido, pero en ocasiones los padres prefieren realizar estas actividades ya que no tienen el tiempo ni la paciencia para explicarles a sus hijos, en otros casos los padres de familia se encargan del acompañamiento del niño, pero a pesar de esto se recurre al grito, a la agresión física o al castigo, haciendo que estas acciones generen en el niño miedo.

En contraposición a esto se puede apreciar en el libro de la maestra Macanuda, cómo transmitía a sus alumnos paz y tranquilidad, les explicaba de manera divertida y lúdica, donde aprendieron a leer y escribir muy rápido. Aunque muchas veces sus colegas solo se quejaban del ruido que hacía el curso y que no les dejaba tareas para la casa, cuestionando su forma de enseñar, ¿Por qué un profesor debe verse amargado y causar pánico en sus estudiantes? Igualmente, se observa cómo

muchos profesores critican al colega que los niños y niñas quieren y desean estar en clases con él. Resaltando el desorden que se da por parte de los alumnos en el aula de clases o cuando las maestras en formación crean alguna actividad porque se debe tener “dominio de grupo”. Sin apreciar el valor del aprendizaje que difundieron en los niños y niñas, pues si no prevalece el silencio en el salón de clases, para algunos profesores se pierde el respeto de sus estudiantes y se genera una rebeldía sin control.

En el taller, en la escuela, en el ejército, reina una verdadera micropenalidad del tiempo (retrasos, ausencias, interrupciones de tareas), de la actividad (falta de atención, descuido, falta de celo), de la manera de ser (descortesía, desobediencia), de la palabra (charla, insolencia), del cuerpo (actitudes “incorrectas”, gestos impertinentes, suciedad), de la sexualidad (falta de recato, indecencia). (Foucault, 1976. p. 165)

Queriendo resaltar el sometimiento en el cual predomina la voz del maestro y el silencio de los niños y niñas que se da por el temor que causa el educador, debido a que algunos maestros piensan que dejan de ser una figura de poder y se dará pie a un espacio de desobediencia. Por eso debe sobresalir la sanción o la represalia para que los niños y niñas entiendan que acaban de cometer un error, en muchas instituciones educativas aún en pleno siglo XXI se aplica el castigo con el manual de convivencia del colegio, mostrándolo como un símbolo de obediencia.

3.3.1. El miedo como medio de control en la escuela

Desde la antigüedad el cuerpo ha sido objeto de estudio del poder desde el ámbito técnico-político, de esta manera surgen reglamentos y procedimientos para lograr controlar y corregir el cuerpo, lo cual lo sujetan ejerciendo una relación de docilidad y utilidad; que Foucault denomina como disciplinas. Estos procedimientos llevados a cabo son sutiles y minuciosos aplicados al cuerpo en este periodo conforman una nueva “microfísica del poder”. (Foucault, 1976). La disciplina se realiza distribuyendo a las personas y de esta manera organizando un espacio, las características de estos espacios es que son cerrados, homogéneos y divididos en

zonas que permiten vigilar las conductas de cada persona, sancionarla y dominarla, muy parecido a lo que se encuentra dentro de una institución educativa y aulas de clases.

La organización del espacio, de acuerdo a la disciplina genera espacios funcionales y jerárquicos en la “constitución de “cuadros vivos”, que transforman multitudes confusas, inútiles o peligrosas, en multiplicidades ordenadas” (Foucault, 1976, p. 136) por ello se vuelve eficiente, en cuanto permite que unos organicen a otros, en servicio de la eficiencia. Se puede comparar cuando los profesores organizan el espacio del aula, por ejemplo: los niños o niñas que tengan conductas “inadecuadas” como pararse del puesto a charlar con otros compañeros, no poner atención, distraerse fácilmente, hacer cosas como jugar cuando no es el “momento ni el espacio” indicado, estos niños suelen estar en la parte de adelante del salón.

En la experiencia personal de una autora del presente trabajo, narra que en el colegio le asignaban “refuerzo o tutor” el cual debía cumplir con la función de “guiar” a ese compañero el cual tenía “conductas inadecuadas”, ellos pasaban de estar vigilados por el profesor a estar vigilados por sus propios compañeros, los cuales tenían un rendimiento académico y disciplinario “mejor” que los demás y de esta manera lograr tener un control dentro del aula.

Igualmente, en la película Los Coristas, el profesor de música Clement Mathieu, empieza a trabajar como vigilante en un internado de reeducación de menores, se esfuerza por acercarse a los chicos y lo hace por medio del canto. En esta película se puede ver cómo los niños son castigados por una mala conducta y estos castigos van a acompañados de agresiones físicas y de encierros. Durante la película se pueden ver escenas características del método del conductismo, para mantener un orden y docilidad en los estudiantes.

3.3.2. Miedos a los cuales se ven enfrentados los niños y niñas en la escuela

Tal vez el primer miedo que enfrentan es llegar a un espacio nuevo donde hay personas que no conocen y también el miedo al no estar cerca de sus cuidadores.

Los niños y niñas tienden a tener miedo al fracaso escolar, sienten una presión por parte de sus familiares y de profesores, experiencias, como perder alguna materia y aún peor perder el año pueden traer sanciones y castigos; y ellos son capaces de reconocer que una acción “negativa” de ellos también tendrá una reacción negativa por parte de sus acudientes.

Como es en el caso de Tatiana una niña de 7 años, que cursaba grado primero, ya finalizando el año escolar ella no lograba escribir ni leer, así que la profesora le pidió la agenda y le dijo que necesitaba hablar con la madre de ella, ya que ella no iba a ser promovida al siguiente grado. Ella le dijo que no la había llevado, pensando que de esta manera lograría que no le mandara la nota. Así que la profesora le llamó la atención por no llevar la agenda y le pidió un cuaderno. En el descanso se le preguntó a Tatiana que, si le iba a mostrar la nota a su mamá y ella dijo que sí, que ella le revisaba los cuadernos y que se iba a dar cuenta y se le preguntó ¿Tú crees que tu mamá se va a poner brava? Y le respondió afirmando con la cabeza y mirando abajo hacia sus manos, seguido de esto comentó que la mamá la iba a regañar y a castigar además que ya no le iba a regalar el gato el cual le había prometido sólo si le iba bien en el colegio.

A pesar de que la edad no está en el rango del trabajo, esta noticia logra mostrar lo delicado que puede llegar a convertirse este tipo de situaciones dentro del aula escolar. En esta noticia se puede ver cómo algunos profesores dentro de su rol como maestros, no logran ayudar a sus estudiantes, esto no significa que la solución sea pasar el año, la solución es lograr tener sensibilidad frente a las diferentes consecuencias que puede tener cada niño o niña frente a una noticia como esta, no reciben un apoyo adecuado de sus docentes, sin embargo, no toda la culpa debe recaer dentro del docente, pero si se debe reflexionar frente a estas conductas.

3.4. Estrategias para la mitigación del miedo en la infancia

Los miedos que perciben los niños y niñas en su gran mayoría suelen desaparecer rápidamente, de igual manera esto depende mucho de su entorno familiar y escolar. Ya que si se desenvuelven en situaciones donde experimenten el

miedo en algún escenario en específico como la escuela, la casa, en un parque o en la casa de un familiar y/o amigos, estos ambientes con el tiempo pueden convertirse en un contexto de peligro para los sujetos, logrando así un trastorno quizás permanente. Por lo tanto, es muy importante que en el proceso escolar se tomen si no para la desaparición al menos para el mitigamiento de los miedos en los niños y niñas.

Es necesario que los maestros implementen prácticas que les permitan a los estudiantes sentirse tranquilos y seguros, de igual manera, en sus hogares deben contar con esos apegos seguros que les permitan afrontar de manera positiva cualquier situación difícil que se les presente. (Díaz, 2014, p. 5)

También es importante permitir que los niños y niñas se desenvuelvan en un ambiente sin gritos, amenazas continuas y mucho menos castigos severos, las normas que se les brinden a los niños y niñas les ayuda a sentirse protegidos y con el tiempo esto les alienta para tener seguridad en sí mismos y dominar sus preocupaciones y temores. Por otro lado, los elogios son muy importantes en los niños y niñas, pero no en exceso. Sentir que sus acciones son tenidas en cuenta les ayuda que cada vez que hagan sus cosas solos y vayan avanzando en su maduración, ellos necesitan escuchar que los adultos los tienen en cuenta y los felicitan por sus logros, tantos sus padres como maestros, lo que va a generar autoconfianza en ellos.

De otra parte, es necesario dejar la sobreprotección ya que les causará miedo intentar desenvolverse solos en sus vidas, pensando que sin un adulto no serán capaces de asumir situaciones y perdiendo su independencia.

Asimismo, el miedo no debe utilizarse como método de disciplinamiento, debido a que en el momento será reaccionar con eficacia por parte de los niños y niñas, pero con el tiempo puede convertirse en un trastorno, intranquilidad y angustia para los niños y niñas. Al igual que en la experiencia escolar es deseable propiciar un ambiente de aprendizaje positivo no bajo la amenaza de quitarle el descanso a los niños y niñas o el llamado a sus padres y manejar el miedo que se siente. “El educador tiene que tratar de mostrarse tranquilo y confiado, manteniendo la

situación bajo control.” (Pérez, 2000, p. 135) De esta manera los estudiantes se sentirán serenos y escucharán a su profesor, atendiendo el tema que este les exponga. Por otro lado, no se puede obligar al niño o niñas a que se enfrente con el objeto, animal o situación que le cause temor.

Cuando el niño tiene miedo con el fin de obligarle a que deje de tenerlo o se enfrente con él, pueden producir el efecto totalmente contrario al que se pretende, desencadenando sensación de desamparo y ansiedad, sentimientos de baja autoestima y pérdida de confianza en sí mismo, lo cual le dificultará superar sus miedos. (Pérez, 2000, p. 135)

Si un maestro obligara a sus alumnos a que realicen ciertas acciones bajo la amenaza o la intimidación, esto podría generar miedo de entrar a su clase y que los estudiantes se sientan intranquilos e inseguros. Se podría en cambio generar confianza en el niño, motivarle a que va a lograr el aprendizaje sin necesidad de regañarlo, ni gritarlo y mucho menos burlarse, por el contrario explicarles por qué les quedó mal. De esta manera se motivará a aprender y perderá el temor a fracasar. Por otro lado, los maestros también pueden optar por comunicarse con los padres de familia y decirles que si los niños van mal en alguna materia no se remitan a castigarlos y regañarlos, sino que busquen una manera de apoyarlos con ese tema que se les dificulta, para que no le cojan odio a esa asignatura y prefieran perderla o no prestar atención.

3.4.1. Ambiente de seguridad afectiva

La seguridad afectiva es primordial para el desarrollo de la personalidad del ser humano, tiene relación con el tipo de vínculos que establecemos a lo largo de nuestras vidas, en el cual se desarrolla en un ambiente positivo. La sociedad cumple el papel de crear normas, actitudes y valores que logran guiar el desarrollo afectivo del sujeto, donde las acciones que lleve a cabo el individuo influirán de alguna manera en la sociedad o que la sociedad influya en el sujeto.

Desde muy pequeños niños y niñas experimentan la sensación de miedo debido a la separación de sus padres al dejarlos en la escuela en su primer día de clases,

“El miedo a la pérdida del objeto amado. Miedo a la pérdida del amor y aprobación de esta persona.” (Vilaltella, 2007, p. 2) En esta situación los niños y niñas pueden sentir un abandono por sus progenitores, se sienten tristes y lloran. Al llegar el fin de la jornada escolar y ver de nuevo a sus padres se tranquilizan, poco a poco el niño o la niña se van adaptando a la situación y a este proceso. Cabe resaltar que el rol del docente es relevante, ya que en la etapa de educación inicial el profesor brinda un acompañamiento individualizado, sin dejar al lado al grupo, comprendiendo las necesidades que cada niño y niña tienen y a su vez forjando una relación de confianza con ellos.

Por lo anterior, cuando los niños y niñas entran a la educación básica se crea esa ruptura con el docente que requiere de una transición armónica, ya que el acompañamiento es más académico. Se empieza a ver las disciplinas escolares y el maestro pasa de ser una figura de acompañamiento a ser un sujeto que demanda a sus estudiantes el cumplimiento de tareas escolares, acatamiento de órdenes, cambio de posturas frente a la clase, y las interacciones ya no son tan personales, por lo mismo, los estudiantes no se sienten con la misma confianza y seguridad que les brinda el profesor.

Es paradójico pensar en estas dos figuras del maestro, en un lapso tan corto como sucede en el paso del jardín al colegio, quienes en un principio apoyan y después se vuelven figuras que no brindan la posibilidad de contar muchas veces con ellos, a pesar de esto “los seres humanos de todas las edades son más felices y pueden desarrollar mejor sus capacidades cuando piensan que, tras ellos, hay una o más personas dignas de confianza que acudirán en su ayuda si surgen dificultades.” (Bowlby, 1986, p. 128) Sin embargo, en esta época es donde más se configuran los vínculos inseguros, debido a que el niño o la niña vive su vida emocional sin el apoyo de otras personas, de esta manera teniendo una tendencia a la autosuficiencia y una ausencia notable de expresiones frente a las emociones.

Todos los niños y niñas tienen necesidades afectivas propias de su contexto y ambiente, la intervención de los adultos es de gran importancia, ya que debe ser generadora de confianza y de seguridad, por ello es importante que el maestro en los primeros grados de básica escuche a los niños y niñas y comprenda que el

proceso de adaptación al colegio es complicado para ellos(as). Por ello, es clave que los profesores creen un ambiente seguro y plácido para los niños y niñas que ayudará a que se desenvuelvan más rápido y afronten nuevas experiencias en sus vidas. De esta manera con el tiempo los niños y niñas entenderán que la escuela es un espacio que hace parte de sus vidas, de igual manera los profesores deben ir configurando vínculos afectivos que permitan a los niños y niñas tener seguridad en ellos para expresarse y para perder el temor a preguntar cuando no entienden algún tema.

Los profesores con el tiempo se convierten en una figura de apego, permitiéndoles a los niños y niñas que se sientan seguros dentro del salón de clases, según el artículo seguridad afectiva- buscando la seguridad emocional

Este sentimiento de seguridad es muy importante para el desarrollo de la personalidad. Gracias a él el niño podrá más tarde ampliar sus relaciones de confianza a todo lo que encuentra. Será capaz de afrontar los problemas sin temor y sin angustia. (Bowlby, 1986, p. 129)

De esta manera los niños y niñas lograrán experimentar el aula de clases como un espacio de confianza en el cual se sienten seguros y afronten las diferentes dificultades que se les presenten. Por el contrario, donde no se logre esta seguridad afectiva será mucho más difícil para los niños y niñas expresar sus sentimientos y crear vínculos con otras personas, “ver a su figura de apego como alguien indiferente ante sus necesidades, inconsistente en sus respuestas o abiertamente hostil), van a vivir la escuela, la maestra, los otros niños y las tareas como un contexto amenazante.” (Moya y Sierra, 2012, p. 184) En donde el aula de clases se les convertirá en una pesadilla y donde no tengan la oportunidad de desarrollarse de una manera eficaz en un espacio donde se sientan seguros.

3.4.2. Evitar el miedo como factor de disciplinamiento

El profesor amenaza a través de regaños, notas a la casa, calificaciones y castigos lo cual reproduce un temor en los niños y niñas a aprender, generando

desmotivación, en algunos casos aislamiento y mínima participación, bajas calificaciones; esto se vuelve un ciclo repetitivo de angustia y temor.

El estudiante que se retrae, que no sale al mundo exterior por su miedo a los peligros, se empobrece y, si hace de esto una conducta habitual, se transformará en un escolar que se caracterizará por presentar evitación de conductas en situaciones difíciles, transformándose en un alumno inseguro y poco decidido. (Fabres, 2005, p. 3).

Si los estudiantes se sienten asustados en el salón de clases es posible que en algunos casos la enseñanza no sea bien recibida, debido a que será una experiencia negativa que inducen algunos profesores. Por ello los profesores pueden evitar esto desde su expresión oral donde no se interprete un tono de enojo, amenaza o sanción; sino que los estudiantes sientan confianza para hablar con tranquilidad, que no se les juzgará si se equivocan y que en gran medida aprenderán de forma divertida. De igual manera, esto impulsará un aprendizaje autónomo, aunque los estudiantes tengan miedo de ciertas conductas escolares, los profesores podrán generar seguridad en los alumnos, autonomía en sus aprendizajes.

Asimismo, el docente puede fomentar una participación activa donde acciones importantes para el aprendizaje como preguntar, responder y equivocarse se hagan sin miedo a ser criticados, regañados u objeto de burla. Buscar en grupos la manera de resolver un interrogante que provoque el maestro para fomentar sus ganas de investigar, aprender y a su vez se autocorrijan y se cuestionen. Por otro lado, crear actividades que de manera didáctica les ayude a entender algún tema para que de esta forma se den cuenta que estudiar también se puede lograr de manera placentera, crear en todos los niños y niñas el ayudar al compañero cuando este no entiende no burlarse y no fomentar el acoso entre ellos mismos, eludir en gran medida el miedo al estudio, a la escuela, a los maestros. De igual manera, ver con qué habilidad cuenta cada uno e impulsar aquello, donde todos muestren a sus compañeros y a sus familias.

4. MARCO METODOLÓGICO

Dentro del marco de opciones para la presentación de trabajos de grado en la Licenciatura de Educación Infantil de la Universidad pedagógica Nacional, por fuerza mayor, debido a la situación actual que se vive en todo el mundo frente a la pandemia del Covid 19, se estableció el diseño de una propuesta pedagógica-didáctica como producto del ejercicio investigativo. De esta manera, el presente trabajo de grado se enmarca dentro de esta modalidad y de acuerdo con lo que se encuentra en este documento, no es necesaria la implementación de la propuesta pedagógica, dicho lo anterior el material didáctico que resulte de esta propuesta no será implementado, pues el objetivo de este trabajo es investigar criterios y prácticas que se puedan llevar dentro del aula las cuales sean pertinentes para mitigar la sensación del miedo.

4.1. Descripción metodológica

Este ejercicio de investigación se desarrolla a partir del paradigma cualitativo, empleando el método hermenéutico. La investigación cualitativa se caracteriza por estudiar los fenómenos sociales e implica un enfoque interpretativo, “los investigadores cualitativos estudian la realidad en su contexto natural, tal y como sucede, intentando sacar sentido de, o interpretar, los fenómenos de acuerdo con los significados que tienen para las personas implicadas” (Rodríguez, Gil y García, 1999, p. 32). En este trabajo se configura a partir de diversos insumos como: entrevistas, observaciones, experiencias personales, historias de vida y revisión documental que dan cuenta de la situación problemática que se expone, “así la investigación cualitativa se realiza a través de un extenso contacto con el campo o situación de vida, estas situaciones son normales dentro de la vida diaria del ser humano o sociedades” (Rodríguez y otros, 1999, p. 33).

Es necesario que los actores principales se sitúen en ambientes naturales, los cuales no sean modificados por los intereses del investigador, el rol del investigador es observar e interpretar. “La fuerza particular de la investigación cualitativa es su

habilidad para centrarse en la práctica real *in situ*, observando cómo las interacciones son realizadas rutinariamente.” (Vasilachis, 2006, p. 26) Dicho lo anterior, este trabajo se desarrolla dentro del paradigma cualitativo ya que nos permite estudiar un fenómeno social, el cual siempre va a estar inherente al ser humano, como lo es la emoción del miedo de las niñas y niños durante su escolaridad, partiendo desde cada uno de los contextos. Lo cual nos lleva a realizar interpretaciones a fin de entender el significado que tiene para las personas implicadas.

La recolección de la información se hizo a partir de historias de vida, observaciones y conversatorios con profesoras de los primeros grados de básica primaria, lo cual nos acerca mucho más a este fenómeno social. Y a las fuentes de documentación conceptual.

Este trabajo se desarrolla como un ejercicio hermenéutico, lo cual implica el acto de la interpretación que se distingue por tener un enfoque dialéctico dentro de un fenómeno social, en efecto hay una interacción entre ambos “el pensamiento hermenéutico parte del supuesto que los actores sociales no son meros objetos de estudio como si fuesen cosas, sino que también significan, hablan, son reflexivos” (Monje, 2011, p. 12). De esta manera, la comprensión de las acciones humanas se da dentro de un contexto social e histórico, por lo cual se reconoce a las personas como actores de la investigación, la interacción del investigador con el fenómeno social puede modificar la investigación. En este sentido, para poder interpretar comprensivamente se requiere el esfuerzo por reconstruir lo que rodea al sujeto, lo cual lleva a reconocer que es el intérprete y el propio contexto de él, el que condiciona en alguna medida el sentido de la experiencia.

Igualmente, este trabajo se ubica desde la intelección la cual se convierte en el problema fundamental de la hermenéutica a partir de la visión intelectual de la razón, “la hermenéutica *siempre* dirigirá su preocupación fundamental hacia el entendimiento desde la totalidad” (Vásquez, 2005, p. 2), permitiendo desde el conocimiento y el análisis el camino que tomará la intelección para el reconocimiento histórico y actual de la propuesta pedagógica-didáctica y cómo esto afecta las diferentes prácticas pedagógicas en la mitigación del miedo en la

experiencia escolar. De este modo el método hermenéutico es el más pertinente para nuestra investigación ya que nos permite partir desde un fenómeno social y de esta manera lograr una comprensión del fenómeno estudiado, para nuestro caso es la vivencia del miedo que tiene la niña y el niño dentro de su contexto escolar frente a diferentes propuestas pedagógicas para lograr la mitigación del miedo.

Por lo mismo, este trabajo de investigación se diferencia del paradigma cuantitativo en cuanto a que no presentan soluciones únicas y universales de manera evaluativa y estadística de la realidad, no se utilizan datos numéricos. La investigación cuantitativa estudia la asociación o relación entre variables cuantificadas, mientras que el enfoque cualitativo lo hace en contextos estructurales y situacionales se basa en analizar material empírico que incluye la entrevista cualitativa, la experiencia personal y los procedimientos documentales. Donde el principal dispositivo de investigación es el “investigador” en este caso las maestras en formación al entrevistar y recopilar algunos testimonios, recogidos de manera aleatoria, sin mayor rigor metodológico (ni en la selección de la población, ni en la “secuencia” histórica), se puede apreciar cómo se experimenta la emoción del miedo en las instituciones educativas desde los años atrás hasta la actualidad.

Además, el estudio cualitativo no busca reconstruir ni modificar sus indagaciones sino presentarlas cómo los participantes las vivencian, las perciben y hasta las sufren, por esto mismo, LeCompte (1995) dice que la calidad está en "lo real más que lo abstracto: lo global y concreto, más que lo disgregado y cuantificado" (Rodríguez y otros, 1999, p. 34). Permitiendo que por medio de la contextualización que se muestra en este trabajo y los anexos de algunos audios y testimonios realizados a las personas y a los niños(as) se perciba esa sensación que vivieron cada uno de ellos(as). Al igual, la investigación cualitativa pretende una descripción profunda, una interpretación experimental y diversas realidades. Donde como maestras en formación construimos el conocimiento como análisis desde nuestra mirada argumentativa frente al miedo que se padece en la escuela.

4.2. Diálogos informales semiestructurados

Con el fin de complementar los testimonios iniciales y la revisión documental, se realizaron diálogos con algunas maestras en ejercicio, donde las preguntas no fueron organizadas como entrevista (semiestructurada), sino que surgieron de la “necesidad” de complementar las perspectivas teóricas (conceptuales) con reflexiones de algunas maestras que trabajan en instituciones educativas tanto públicas como privadas en básica primaria. Lo que a su vez nos permitió basarnos no solo en lo teórico ni en autores que reflexionan sobre el miedo escolar, sino que nos brindó unos fundamentos desde sus experiencias personales y profesionales con los niños y niñas de primaria, manifestando como se percibe la emoción del miedo en diferentes situaciones escolares en los colegios. A continuación, se presenta el resultado de estas conversaciones.

Docente 1:

1.- ¿Qué situaciones de la vivencia escolar considera que pueden generar (más) miedo en niñas y niños -específicamente en los primeros grados de básica primaria?

El autoritarismo por parte de los docentes, cuando estos se imponen y manejan relaciones de poder. Donde (el niño) se ve mediado por la actitud severa, los gritos, la imposición, no acepta porque esté de acuerdo, sino por temor a ese adulto.

2A.- Desde su experiencia ¿es posible que generar miedo en niñas y niños, podría ser parte de una estrategia de disciplinamiento por parte del/la docente en el aula?

Sí, la docente tiene una formación que se ha transmitido de generación en generación, modela la escuela, el sistema educativo, la escuela en sí misma dentro de su estructura tiene que ver con generar obediencia, disciplina y sujetos de poder (maestro), esto se puede convertir en estrategia para lograr un control. Y efectivamente (la maestra) lo logra, con su sola presencia inmediatamente los niños se incorporan, dejan de jugar, si la ven llegar salen corriendo a sentarse, ya que se genera ese temor. La misma comunicación gestual, corporal hace que sea claro para el niño que ella está ahí y que hay que generar la obediencia, que ella como maestra espera. Es un asunto del mismo sistema educativo, no es que sea así, esto

se modela desde que son muy niños, ya que desde pequeños los niños juegan a la profesora y se le tiene que hacer caso, es una actitud que está anclada en el sistema escolar, en ese rol del maestro y se simula así.

2B.- ¿Acciones de amenaza por parte del/la docente con sanciones como quitar descanso, mandar notas a la casa, colocar bajas calificaciones, son necesarios para el control de la convivencia en el aula?

No son necesarias, considero que las niñas y niños en un ambiente armónico, fraterno, donde tenga la posibilidad de comprender que hacer silencio, escuchar al otro, respetar la palabra, comprender las dinámicas del aula de clase ellos las haría y lo asumirán de una manera más tranquila y acorde a lo que uno como adulto espera que un estudiante se comporte naturalmente como escuchar al otro, pedir la palabra, expresar sus diferencias así tenga su enojo, pero de maneras más acordes y respetuosas, entonces no es necesario. Soy testigo y formadora de ese proceso que no es necesario someter a los niños al temor, a la imposición, a lo arbitrario, sino que en un establecimiento de acuerdos, ellos reconocen que este es un ambiente que el otro que está allí me está ofreciendo un ambiente en el que yo como niño estudiante quisiera, y es: todos tenemos derechos y no solo el adulto el que tiene la autoridad, sino por ser diferente al otro tenemos la posibilidad de escucharnos y de cumplir con los acuerdos mínimos, incluso pueden reconocer cuando se equivocan, el cual es un ejercicio valioso. Es posible que este tipo de acciones se manifiesten en un ambiente acorde, donde no sea necesario el castigo, la amenaza por parte del adulto, sino en un ambiente más armónico como todos los seres humanos quisiéramos tenerlo pero que a la escuela tradicional no le interesa donde el estudiante no sea sumiso y no sea obedientes, todo lo contrario, estas dinámicas se incorporan y permanecen durante mucho tiempo y cuando se intenta ofrecer otras alternativas se generan resistencias.

3.- ¿Qué actitudes deberían caracterizar a un/a docente para mitigar la vivencia de miedo de niñas y niños en el aula?

Primero reconocer que el otro es diferente y que se debe respetar, en su diversidad, su diferencia, en sus posturas propias, un maestro debe tener la

característica de ser fraterno y firme, lo cual es complicado, digamos no por ser cálido entonces sea sinónimo de ser flexible, laxo, que se le permita todo al niño, sino que en ese ser fraterno, ser cálido y ser firme, que sea un maestro claro, coherente, riguroso, con lo que pide y con lo que espera, ser coherente con lo que está formando no decir una cosa pedir, exigir digamos valores, respeto y el estar haciendo todo lo contrario, otra características que escuche a sus estudiantes, que sepa hacer preguntas interesantes, no para interrogar y poner al estudiante en una situación difícil en donde no sabe la respuesta, sino que tiene la posibilidad de preguntar para indagar, saber que ocurre, para profundizar en ese conocimiento que están intercambiando, ya sea un tema de conocimiento de las interacciones o soluciones de algún conflicto o situación difícil.

Tener una actitud abierta al cambio, en donde sea posible que los niños lo contradigan, que estén en desacuerdo y que él lo asuma de manera tranquila, tener una relación horizontal dialógica, sin que quiera decir que somos iguales, porque efectivamente no somos iguales, pero que si es un maestro respetuoso, que escucha que es fraterno, que es cálido y que es un gran maestro en su saber, que se preocupa por saber, por conocer y por brindar ese conocimiento y ser humilde en el conocimiento, decir no todo me lo sé.

4. Con base en su experiencia ¿qué aspectos deberían tenerse en cuenta en un proyecto orientado a la mitigación del miedo en niñas y niños?

Generar un espacio de diálogo, de aprendizaje si se ve que es un maestro autoritario seguramente reacciona ante eso, o es sumiso o reacciona en desacuerdo a lo que se está planteando, pero también reconoce a un maestro que escucha y con el cual se puede interactuar, definitivamente creo que se debe reflexionar con los otros maestros para que no sean unos pocos los que generen esa dinámica, sino la institución misma todos los maestros estén acordes y manejen un diálogo y un discurso común, que además estén convencidos que debe ser así, porque no nos interesaría que los niños sintieran miedo, sino que estén tranquilos y puedan ir a su colegio a su espacio , no para disfrutar los momentos de descanso o los espacios de interactuar con sus amigos, sino que les parezca agradable, interesante

ir a la institución educativa, porque allí se sienten respetados, pueden construir conocimiento.

Docente 2:

1.- ¿Qué situaciones de la vivencia escolar considera que pueden generar (más) miedo en niñas y niños -específicamente en los primeros grados de básica primaria?

Yo creo que el punto de ser ignorado, rechazado, de no cumplir con las expectativas que tienen sus padres e incluso sus mismos profesores, y ese miedo hace que se vuelvan niños tímidos o que se vuelvan inseguros que hacen o dicen cosas que los otros quieren escuchar de ellos, se puede notar cuando el juego y la burla se vuelve excesivo hacia el niño e inmediatamente él toma reacciones físicas con su cuerpo, lo demuestra, se agacha, se encoge de hombros o quita la mirada, si esto pasa con frecuencia uno sabe que algo está pasando, además en los primeros años escolares los niños son muy egocéntricos y crueles, no se piensa en lo que se le dice al otro, el tema de la empatía en esa edad es un tema que se va aprendiendo.

2A.- Desde su experiencia ¿es posible que generar miedo en niñas y niños, podría ser parte de una estrategia de disciplinamiento por parte del/la docente en el aula?

Sí, eso es parte de una estrategia y no solo del aula, sino en general en las relaciones sociales, en ocasiones los padres le decimos a los hijos no hagas esto porque te puede pasar algo, con el fin de meterle miedo para que no lo haga, y lo mismo sucede en lo escolar, se usan los discursos de la nota, de amenaza como le voy a informar a sus padres, debe firmar observador, si se llega a otra que esto genera miedo en el niño se utiliza con frecuencia.

2B.- ¿Acciones de amenaza por parte del/la docente con sanciones como quitar descanso, mandar notas a la casa, colocar bajas calificaciones, son necesarios para el control de la convivencia en el aula?

No diría necesarias, hay muchas formas de llegar a hacer cambios en los niños que tengan dificultades de convivencia o disciplina, si hay muchas formas de hacer esos cambios, como lo es directamente con el diálogo e incluso llegar a hacer que

ellos decidan qué acciones tomar sobre ciertas situaciones, por ejemplo yo hablaba con mis niños y les decía: “No, tú estás jugando en clase y así no puede ser, te estás adelantando a tu descanso y no es momento del descanso, ahora que termine la clase charlamos los dos.” Entonces yo les decía: “¿Qué deberíamos hacer entonces, díganme ustedes por qué la clase se está perdiendo?” Y me decían: “Sabes qué profe yo creo que vamos a terminar el dibujo y nosotros nos comprometemos”; o me decían: “vamos a la biblioteca y nos comprometemos a no hacer indisciplina”.

En ocasiones me tocaba negociar con ellos, porque las consecuencias o castigos eran muy drásticos. Considero que antes que ponerles el tema de una consecuencia negativa es motivarlos a un reto, “¿y si logramos esto?” en positivo. Como venían de preescolar manejaban momentos personalizados, entonces quien terminó la tarea puede pasar a pintar, el que terminó de pintar pasa a hacer el rompecabezas, me di cuenta que lo hacían con frecuencia entonces lo adopté también y me di cuenta que funciona porque no lo ven como “si no lo hago me va a pasar esto, sino, si lo hago puedo ganar de esto” entonces puede funcionar lo positivo también.

3.- ¿Qué actitudes deberían caracterizar a un/a docente para mitigar la vivencia de miedo de niñas y niños en el aula?

Ser unos docentes que piensen antes de hablar, ya que esto sucede por el impulso, la acción inmediata a la situación, si reflexionamos nos damos cuenta que no se puede abusar de ese conocimiento extra de sus emociones, sino por el contrario se utiliza las emociones de manera positiva podría traer ventajas. El ser docentes y saber que esas emociones son una realidad, pero sin embargo muchas veces “no pensamos antes de actuar”, esto genera de alguna manera un abuso en cierta situación en la que se encuentren los niños(as) además se encuentran en una formación de sus emociones.

4.- Con base en su experiencia ¿qué aspectos deberían tenerse en cuenta en un proyecto orientado a la mitigación del miedo en niñas y niños?

Primero, los aspectos que deberían tenerse en cuenta deben partir de los mismos niños(as), hay que conocerlos porque no todos los contextos son iguales. Ya que

existen niños que vienen de contextos pesados y a su vez la familia le ha generado “que no le tenga miedo al miedo”, entonces uno debe conocerlos ya que los miedos podrían ser otras cosas. Asimismo, existen contextos que tienen buena información lo que causa que un niño vaya y le diga a un adulto: “tú no puedes hacer eso porque yo te puedo demandar”, entonces todo depende del contexto. Cuando ya tenga uno el contexto se puede pasar a la estrategia donde ellos puedan exteriorizar lo que sienten para esto “definitivamente las artes ayudan mucho”. Donde se les puede decir vamos a hablar de cierta emoción y luego pasamos a pintar o cuántas veces hemos sentido cierta emoción y pasamos hacer origami. Es una forma de expresar esa emoción, pero pasa que no siempre se le da esa prioridad. Si se le diera la respectiva importancia ayudaríamos a que ellos empiecen a gestionar sus emociones y conocerse ellos mismos(as).

Por otro lado, tener presente “no excederse y ponernos de románticos hablando todo el tiempo de emociones”. Esto provocará que los niños(as) coloquen su atención siempre antes que sobreponerse, buscarle las estrategias y dar el paso a que ellos experimenten las emociones, donde se pueda percibir que estar triste no es tan malo, pero si todo el tiempo el niño o la niña decide estar triste pues el cuerpo se dispondrá físicamente a estarlo y lo mismo al contrario si los niños(as) se disponen a estar felices el cuerpo se adecua corporalmente a esta emoción. Permitiendo que siga adelante.

Docente 3:

1.- ¿Qué situaciones de la vivencia escolar considera que pueden generar (más) miedo en niñas y niños -específicamente en los primeros grados de básica primaria?

Desde mi experiencia considero que un miedo de los niños y niñas es que sus padres no regresan por ellos, si él es el último en quedar, empieza a sentir ese miedo al abandono, uno interviene y les da tranquilidad por medio del diálogo, es la situación que más he vivido. Otra situación es desde lo corporal, niños que llegan con miedo al cruzar el pasamanos, se les refleja ese miedo en la cara, el miedo a la altura.

Se dan situaciones en las que el niño, quizás en sus juegos lastiman a algún compañero sin o con intención, y llega el miedo cuando el afectado lo amenaza con decirle a la profesora, es lo que he visto. Pero, si es un maestro que acompaña dialoga con el niño, tranquilo vamos a hablar, cuéntame, ¿qué pasó? Para que él se estabilice e inmediatamente sus gestos cambian. Pero bien sabemos que en el contexto escolar hay docentes que no son muy acompañantes, así que sin establecer ningún diálogo empiezan a gritar a regañar y es una situación la cual genera miedo y tensión.

2A.- Desde su experiencia ¿es posible que generar miedo en niñas y niños, podría ser parte de una estrategia de disciplinamiento por parte del/la docente en el aula?

Sí, yo creo que un docente si genera temores, para que el niño se comporte de una manera determinada, llevando a cabo distintas prácticas, digamos si yo quiero que el niño se siente y no se mueva, lo grito o le hago cierta mirada, y como maestros debemos ser conscientes de nuestra práctica, si esta es crítica, reflexiva y consciente de lo que puede generar en los niños y niñas, no va a tener que recurrir a causar miedo para lograr que los niños sigan conductas a las cuales el docente quiere llegar.

2B.- Acciones de amenaza por parte del/la docente con sanciones como: quitar descanso, mandar notas a la casa, colocar bajas calificaciones, ¿son necesarias para el control de la convivencia en el aula?

No, para nada, eso lo que hace es romper el vínculo, romper la confianza que el niño puede establecer con el adulto, en lo escolar no se piensa la relación desde la confianza y el vínculo eso es lo que se debe generar para tener una relación armónica, si se presenta un problema solucionarlo de la mejor manera, y recurrir a esas prácticas considero que no ayuda en nada y si rompe ese vínculo tan importante y necesario en esas relaciones pedagógicas, sin vínculo y sin confianza no hay nada que hacer.

3.- ¿Qué actitudes deberían caracterizar a un/a docente para mitigar la vivencia de miedo de niñas y niños en el aula?

Yo tuve un niño que llegó de un jardín donde la maestra por cualquier conducta lo encerraba. Entonces los niños ya llegan al aula con ese miedo, y ayudar a restablecer otras experiencias con las niñas y los niños, no es un proceso fácil. La manera de mitigar estos miedos es por medio del vínculo, si el docente se dispone a escucharlo, a observarlo, está generando un espacio de confianza, para que el niño logre establecer un diálogo. Qué fue lo que me sucedió con el niño, él estaba muy decepcionado con todo el ámbito escolar, era un niño que no sonreía y ganarme esa sonrisa fue un proceso muy lindo pero complicado. Son muy importantes las interacciones, el cuidar, el acompañar y provocar, como desde el cuidado se pueden resolver distintas situaciones en un ambiente de confianza, en donde este le permita desarrollarse, expresarse y como se puede restablecer aquella situación. Incluso también hay que tener en cuenta la forma en que se mira al niño, porque puede ser una mirada amenazadora, debe ser una mirada que el niño sienta que el docente lo está acogiendo.

4.- Con base en su experiencia ¿qué aspectos deberían tenerse en cuenta en un proyecto orientado a la mitigación del miedo en niñas y niños?

En primer lugar, el trabajo con los maestros de lo que implica trabajar con primera infancia, debe ser un maestro consciente de los procesos de desarrollo de los niños y de las niñas, que cada niño es un ser distinto, con una forma de ser y estar particular en el mundo. Tener en ese proyecto claro la importancia del vínculo, como las relaciones pedagógicas están tejidas por esas conciencias, tener respeto y amabilidad hacia ellos, de manera en que esa relación está mediada por la confianza y diálogo.

Brindar un espacio de asamblea, encuentro de los niños con el maestro, para acoger al niño en su emocionalidad, donde los niños puedan contar que sienten y puedan sentirse escuchados, no solo por la maestra sino también por sus compañeros, de manera que sientan la posibilidad de que otras personas los escuchen y que les puedan brindar consejos frente a sus situaciones personales.

Considerar la posibilidad hacer partícipes a la familia, ya que en ella también se generan tensiones de miedo, como estos pueden generar procesos de diálogo y de confianza, para así lograr un proceso articulado.

4.2.1. Comentarios sobre los diálogos informales semiestructurados

Un aspecto en común que expresaron las docentes frente a las situaciones generadoras de miedo, son las relaciones de poder que se dan dentro del aula de clases, donde el docente más que ser una figura de acompañamiento, por el contrario, es un docente autoritario y se media a través de los gritos, la miradas o gestos amenazantes, provocando en los estudiantes miedo al ser rechazados o ignorados por el docente o por sus compañeros. Algunas reacciones corporales de niñas y niños pueden ser, bajar la mirada, agacharse o encogerse de hombros.

De igual manera, se percibe en las respuestas de las docentes, que para ninguna de ellas generar miedo en niñas y niños es una estrategia de disciplinamiento, ya que son conscientes de sus efectos en los niños y niñas. Además, tienen presente que, como docentes, su práctica debe ser crítica y reflexiva. Sin embargo, expresan que durante sus experiencias si han percibido prácticas de disciplinamiento pues sin duda, el docente es visto como una figura de poder. Estas prácticas no solamente se llevan a cabo dentro de una institución escolar, sino también en relaciones sociales, debido a que es una formación de culturas pasadas, donde se busca que el individuo sea obediente.

Se aprecia que en ninguna de las respuestas se aprueban las amenazas, o castigos como mencionan, sino que se proponen otros escenarios posibles para generar esos “cambios o mejoras” en la convivencia del aula que propendan por el reconocimiento del otro y la posibilidad de expresar cada uno sus ideas, en un ambiente armónico, de escucha y comprensión. Igualmente se propone un espacio de diálogo con los estudiantes donde aprendan a reconocer sus errores y se generen compromisos para participar en clase y no ser “indisciplinados”, dentro de ese diálogo se puede negociar, es decir, asumir una postura donde ambas partes

se beneficien, evitando que una de estas asuma consecuencias negativas, como malas notas, citaciones a padres, entre otras.

A la par, se hace énfasis en la importancia del vínculo construido en la dupla niño y adulto, motivo de la confianza depositada en cada uno de ellos lo que genera una relación armónica, que si se rompe es debido a esas prácticas atemorizantes como castigos y amenazas. Y es que el maestro que ejerce estas formas de control no permite que el aula sea lugar para la formación de personas autónomas, al contrario, al pertenecer a un sistema educativo tradicional busca la docilidad y obediencia de los estudiantes.

Frente a las posibles actitudes que debe tener un maestro que busque mitigar la vivencia del miedo en las aulas, se proponen que el maestro sea alguien que conozca a sus estudiantes y sus contextos, para que asimismo pueda ser alguien coherente en lo que dice y hace, y que se vuelva un ejemplo para sus estudiantes. Además, el maestro debe promover la solución de los problemas a través del reconocimiento de las emociones, percibiendo en ellas lo bueno que tienen en el conocimiento de sí mismo y del otro para generar puentes de confianza. Es por ello, que el maestro debe promover una relación amena con sus estudiantes donde se vean en una situación entre iguales y no se sienta en condiciones bajo amenaza.

En síntesis, para la creación de un proyecto que promueva la mitigación del miedo, se coincide en la necesidad de crear un espacio donde los estudiantes se sientan en capacidad de ser escuchados, encuentren tanto en maestros y compañeros, la posibilidad de ser acompañados y generar ambientes de confianza, para esto el maestro debe conocer a sus estudiantes y mostrarse de forma comprensiva por los diferentes contextos de donde provengan los niños y las niñas. De igual forma, generar puentes de comunicación entre maestros y la institución, todos ellos de la mano de las familias, lo cual ayude en generar acciones conjuntas.

5. PROPUESTA DIDÁCTICA: EL CLAN CONTRA EL MIEDO: PROPUESTA DIDÁCTICA PARA LA MITIGACIÓN DEL MIEDO

5.1. Presentación

Este trabajo surge por la necesidad de mitigar el miedo presente en los colegios en primaria, esto a raíz de las situaciones observadas en las diferentes instituciones tanto públicas y privadas donde las autoras realizan su práctica como maestras en formación en grado primero, se observa que allí prevalece bastante el temor de los estudiantes hacia los profesores, de igual modo existe recelo con sus pares producto del acoso o las burlas, también el hecho de vivir bajo presión para conseguir las calificaciones perfectas que les exigen en sus hogares como muestra de un buen rendimiento, dejando de lado lo que saben y pueden hacer y centrándose en lo cuantitativo.

A raíz de los sucesos ocurridos en marzo del 2020 con la pandemia por el coronavirus Sars-cov 2 y la posterior cuarentena que obligó a cambiar de dinámicas en el ámbito de la enseñanza formal, se procede a plantear una propuesta dirigida a maestros en formación para que puedan implementar las actividades en las aulas en compañía de sus estudiantes. La propuesta se orienta principalmente a primer grado donde los niños y las niñas se encuentran en esa transición de diferentes cambios en las dinámicas escolares, como son el cambio de rol del maestro, quien pasa de ser un sujeto que cuida y acompaña a ser una figura autoritaria. La intención es que estos maestros se desdibujan esta concepción y promuevan una mirada diferente, de maestros que escuchan y dialogan con sus estudiantes, reconocen sus emociones y las trabajan en el aula para poder apoyar en el desarrollo de los mismos y en un aprendizaje real.

5.2. Objetivos de la propuesta

5.2.1. Objetivo general:

Mitigar la experiencia escolar del miedo, implementando un proyecto de aula que se centra en la autoconfianza de niñas y niños y su trabajo colaborativo.

5.2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Crear alternativas educativas para el abordaje de la emoción del miedo dentro del aula con el fin de aminorar las consecuencias negativas que obstaculizan el desarrollo de cada estudiante.
- ✓ Formular actividades que propicien el protagonismo de los estudiantes para el desarrollo de nuevas capacidades para afrontar el miedo en el aula.
- ✓ Orientar a los maestros para que puedan afianzar un rol de acompañante en el proceso de conocimiento del miedo como una emoción que no es negativa, sino que también juega un papel importante en cada uno.

5.3. Descripción de la propuesta

La propuesta consta de doce sesiones, cada una con una duración aproximada de 90 minutos. La sugerencia es realizar una sesión semanal para que la cercanía temporal de las actividades favorezca el logro planteado. Cada sesión está estructurada con cuatro momentos, los tres primeros momentos se desarrollan dentro del aula de clases y el cuarto momento es una actividad la cual se debe desarrollar en casa.

Para el diseño de la propuesta se revisaron algunos trabajos similares, está el trabajo, “El miedo infantil y su modo de gestión a través del aula”, elaborado por Anna Viceño Horcajada, se logró identificar como estrategia el reconocimiento de la emoción del miedo, el uso de la literatura, la ridiculización de la emoción del miedo, relajación y la creación de un superhéroe. A partir de estas estrategias se comenzó el trabajo de modificarlas y adaptarlas para la propuesta.

Igualmente, se revisó el trabajo “Educar las emociones en la infancia. Evaluación del proyecto de intervención: ¡Uy qué miedo!”, elaborado por Coral Giner González, en el cual se logró identificar como estrategia el dibujo como medio de expresión, además de la ridiculización del monstruo y literatura, por esto se incluye en el diseño de la propuesta el dibujo y la creación de una página web.

Así mismo, se logró identificar en el trabajo “Emoción en movimiento, la conducta motriz frente a las barreras del miedo” elaborado por Ginna Linares y Cristian Barragán, en donde se logró identificar la estrategia de la música, por esto en la

propuesta se incluye aspectos como el de rondas infantiles y canciones adaptadas sobre combatir el miedo.

Del mismo modo, en el trabajo “El juego de rol como mediación para la comprensión de emociones básicas: alegría, tristeza, ira y miedo en niños de educación preescolar” elaborado por Ana Figueroa e Isabel Guevara, se logró identificar las estrategias del reconocimiento de las emociones y una socialización entre todo el grupo frente a estas emociones. Por consiguiente, se incluye dentro del diseño de la propuesta, el reconocimiento de la emoción específicamente la del miedo y la socialización de la emoción del miedo.

Por último, se revisó el trabajo “el cuento como recurso para trabajar la emoción del miedo” elaborado por Shaila Alonso, en el cual se pudo identificar varias estrategias para llevar a cabo dentro de la propuesta, como fue el uso de la literatura y de la expresión corporal por medio del teatro, por esto se incluyen en la propuesta por medio de situaciones y rondas infantiles.

A continuación, se describe cada una de las sesiones en sus aspectos centrales.

5.4. Actividades de la propuesta

Sesión 1	Tiempo: 45 minutos
<p>Materiales: 30 emoticones, computador, video beam, video (referencia), guía, video: https://www.youtube.com/watch?v=lqRWLuXOT1Y&ab_channel=DanielMolina</p>	<p>Producto: El emoticón con nombre y emoción Dibujo de cada niño “La guía”</p>
<p>Propósito: En este apartado se pretende realizar un acercamiento y reconocimiento a la emoción del miedo, que experimentan los niños y niñas de primer grado.</p>	
<p>Dinámica</p> <p>Primer momento: Se iniciará el encuentro entre maestras y alumnos, el cual consistirá en una presentación previa de forma lúdica, con el juego "el nombre y la interpretación de una emoción ", además se le entregará un emoticón a cada niño y niña, se hará un círculo y deberán decir su nombre y de acuerdo al emoticón hacer la emoción gestualmente.</p>	

(15 minutos)

Segundo momento:

video animado sobre el miedo (5 min)

https://www.youtube.com/watch?v=lgRWLuXOT1Y&ab_channel=DanielMolina

Se hará una media luna y las maestras les preguntaran a los niños y niñas ¿qué creen que es el miedo?, ¿Por qué siente miedo el pajarito? ¿Creen que el pajarito es cobarde por sentir miedo? ¿No será que el miedo le ayuda a no ahogarse? ¿Cuál es el personaje que más le ayuda a enfrentar su miedo? ¿Qué beneficios logra el pajarito al superar el miedo?

(15 minutos)

Tercer momento:

¿Han sentido miedo alguna vez?, ¿qué les genera miedo? (lugar, situación, animal) ¿qué les causa miedo en el colegio? Esta última pregunta va más enfocada a la propuesta didáctica, además realizaran un dibujo de lo que les genera miedo.

(15 minutos)

Actividad para la casa:

Se le entregara a los niños y niñas una hoja donde encontraran una pregunta, la cual sus padres deben escribir la respuesta. La pregunta es la siguiente ¿a qué le tienes miedo en la actualidad?

Observación:

Emoticones en cartulina con 10 emociones diferentes

feliz - triste - asco - enojo - sorpresa-susto - pánico - miedo - terror - angustia

Describir personajes, qué le pasa al personaje principal, por qué le pasa, cómo reaccionarían.

Hoja con la pregunta para padres de familia

Sesión 2	Tiempo: 40 minutos
Materiales: preguntas de la actividad en casa, video y televisor, letra de la canción impresa	Producto: dibujos de los 2 miedos, socialización de los dibujos de miedos en grupos y nombre de grupo
Propósito: En este apartado se continuará el acercamiento y reconocimiento a la emoción del miedo, que experimentan los niños y niñas de primer grado	
Dinámica Primer momento: Se comenzará la dinámica socializando las respuestas que les dieron sus familiares, para esto se formará una mesa redonda, después de que ellos digan	

su respuesta se les preguntará ¿por qué creen que su familiar le tiene miedo a eso?

(15 minutos)

Segundo momento:

De acuerdo a los dibujos que realizaron la sesión pasada, formarán equipos en los cuales tengan miedos comunes (miedo a animales, a la oscuridad, a los castigos), presentan sus dibujos y cuentan por que le tienen miedo a eso y le pondrán nombre al grupo de acuerdo al miedo que tengan en común.

(15 minutos)

Tercer momento:

Las maestras presentarán una canción y esta se repetirá 3 veces <https://www.youtube.com/watch?v=uhWA6RnpWpA>

Y después se cantará entre todos.

(6 minutos)

Actividad para la casa:

Se les entregará a los niños y niñas la letra de la canción y se les pedirá que cambien los miedos que nombra la canción, por los miedos que sienten ellos, así que crearan una estrofa.

Observación:

Sesión 3	Tiempo: 40 minutos
Materiales: televisor, video “no tengo miedo”, cuento “Hola Miedo”	Producto: canción del miedo
Propósito: En esta sesión los niños y niñas expresarán de forma gestual y física o con algún sonido la reacción que les produce el miedo. Habrá un diálogo en el cual se les dirá que es normal que suden las manos, que les den ganas de llorar, que se les ponga la voz temblorosa, etc., de acuerdo a lo que ellos expresen.	
Dinámica Primer momento: Se iniciará la sesión cantando la canción “no tengo miedo” con la nueva estrofa que elaboraron. (10 minutos) Segundo momento: Se les dirá a los niños que caminen por todo el salón en direcciones diferentes, y de fondo se escuchara la canción “no tengo miedo”, a medida de que la canción vaya sonando, cada que ésta nombre un miedo a algo se para la canción y los niños junto a las maestras también pararan y harán la reacción	

física que harían si ese miedo o situación lo estuvieran experimentando en ese momento.

(10 minutos)

Tercer momento:

Se les dirá a los niños que se acuesten en las colchonetas en cualquier espacio del salón, después de que los niños estén acomodados se les leerá el libro “hola miedo” de Álvaro Robledo, al terminarlo se hará una socialización entre todos haciendo preguntas.

(20 minutos)

Actividad en casa:

Los niños y niñas dibujarán el personaje que más les gustó del libro “hola miedo” y de cómo se lo imaginan.

Observación:

Sesión 4	Tiempo: 55 minutos
Materiales: dibujos de los niños, colchonetas, alambre dulce, lana, plumas, telarañas, y pistola de silicona gafas gigantes	Producto: comienzo del diseño del atrapa miedos.
Propósito: En esta sesión los niños y las niñas identificarán sus miedos y los gritaran con las gafas puestas, creando confianza y seguridad en sí mismos	
Dinámica Primer momento: Se iniciará la sesión pidiendo a los niños y niñas que muestren su personaje favorito y como se lo imaginaron, se harán grupos de 5 y dialogarán por qué ese fue su personaje favorito (15 minutos) Segundo momento: Las maestras elaborarán unas gafas gigantes como las que se nombran en el cuento “hola miedo” y se las mostrara a los niños preguntándoles ¿se acuerdan por qué los animales utilizaban estas gafas? Después se pondrá música de relajación y los niños se acostarán en las colchonetas, siguiente a esto pensarán en su mayor miedo dentro del aula de clases y por turnos se pondrán las gafas de la buena suerte (las cuales no tienen lentes solo deben creer que funcionan) y gritarán ese o esos miedos. (20 minutos) Tercer momento:	

Se les explicará a los niños que es un atrapa miedos.
 Se les propondrá a los niños crear entre todos un atrapa miedos, las maestras llevaran para esto alambre dulce, lana, plumas, telarañas, y pistola de silicona.
 Este se dejará en el salón.
 (20 minutos)

Actividad para la casa:
 Los niños escribirán en papelitos, todos los miedos que sientan dentro de la institución.

Observación:

Sesión 5	Tiempo: 50 minutos
Materiales: atrapa miedos, hoja con pregunta para la casa, parlante, música “el monstruo de la laguna” https://www.youtube.com/watch?v=eFdUXU9ZGIs	Producto: Terminar el atrapa miedos
<p>Propósito: Se invita a los niños y niñas a crear un ritual donde ridiculicen y dejen sus miedos, de esta misma manera logra que se desahoguen</p>	
<p>Dinámica</p> <p>Primer momento: En primer momento se terminará de hacer el atrapa miedos (20 minutos).</p> <p>Segundo momento: Las maestras les pedirán a los niños y niñas que se dirijan al atrapa miedos y peguen los papelitos donde escribieron sus miedos. (10 minutos)</p> <p>Tercer momento: En este momento alrededor del atrapa miedos, les pediremos a los niños y niñas que por un momento cierren sus ojos y hagan ejercicios de respiración (inhalar, exhalar), los cuales serán dirigidos por las maestras. (10 minutos)</p> <p>Cuarto momento: Se les propondrá a los niños y niñas hacer un círculo alrededor del atrapa miedos, de fondo se escuchará la canción “el monstruo de la laguna” y dando vueltas alrededor del atrapa miedos al ritmo de la canción van a ridiculizar esos</p>	

miedos que se encuentran pegados con risas, gestos y bailando, y verlo como un aprendizaje.
(10 minutos).

Actividad para la casa:

Preguntar a sus familiares cómo actúa bajo una situación de miedo puntual.

Observación:

Sesión 6	Tiempo: 60 minutos
Materiales: guía de las respuestas familiares	Producto: Video (con su respectivo permiso de los padres de los niños y niñas) de cada obra de teatro.
Propósito: Representar el miedo mediante el arte.	
Dinámica	
Primer momento: Las profesoras van a organizar a los niños y niñas en 6 grupos de 5 estudiantes, ellos debatirán y elegirán una de las situaciones comentadas con sus familiares en la tarea anterior, elegirán la que más les haya llamado la atención. (15 minutos)	
Segundo momento: Los estudiantes harán una representación teatral del miedo seleccionado sin mencionar a sus compañeros qué situación se está representando y sus compañeros tratarán de adivinarla (30 minutos)	
Tercer momento: Los niños en grupos reflexionaran respecto a las obras presentadas por sus compañeros y comentarán qué métodos se pueden usar para afrontar cada situación y qué superhéroe podría ayudar en esa situación de acuerdo a los poderes que él tenga (15 minutos)	
Actividad para la casa: De acuerdo a la actividad en clase en que eligieron a un súper héroe para que ayudara a su familiar en cierta situación, se les pedirá a los niños y niñas que piensen en cómo sería su superhéroe ideal: hombre o mujer , su vestimenta y en especial qué poder tendrá el héroe el cual los ayude a afrontar todos esos miedos que ellos viven	

Observación:

Sesión 7	Tiempo: 55 minutos
Materiales: hojas, lápiz, colores y marcadores, computadores (sala de informática), página web	Producto: dibujo y caracterización del superhéroe mensajes virtuales de sus mayores miedos para los superhéroes
Propósito: Crear un superhéroe el cual lo ayude a superar sus miedos por medio de mensajes y consejos.	
Dinámica Primer momento: Se les indicará a los niños y niñas que según como se imaginaron su superhéroe lo dibujen. Cada niño y niña nos compartirán cómo se llama y cuáles son los dos poderes que tiene ese superhéroe. Este siempre lo tendrá que llevar a las sesiones. 30 minutos) Segundo momento: Después se llevarán a los niños y niñas a la sala de informática, allá en cada computador estará abierta la página Wix, https://profepaulaynatalia.wixsite.com/mysite Las maestras le dan sus respectivos trabajos y ellos escribirán las cartas en Word o dibujado en paint. Allí ellos le escribieran a ese superhéroe que crearon, contando cuáles son sus miedos y el porqué. (15 minutos) Tercer momento: las maestras les comentarán a los niños y niñas que el superhéroe les dará alguna respuesta a estos miedos, ya sea con un consejo o un mensaje de motivación, para esto se debe crear un buzón para que cada respuesta del súper héroe pueda ser entregada y leída por cada niño y niña (10 minutos) Actividad para la casa: Cada niño y niña traerá pinturas, marcadores y un delantal para realizar el buzón. las profesoras se encargaran de llevar una caja	
Observación: las profesoras se encargarán de llevar una caja grande, para la realización del buzón	

la página web será elaborada y diseñada por las maestras

Sesión 8	Tiempo: 40 minutos
Materiales: caja y pinturas, dibujos de los superhéroes, cartas	Producto: Buzón de cartas
Propósito: Crear el buzón de mensajes para que los superhéroes de los niños y niñas puedan hacerles llegar sus respuestas para que así ellos puedan mitigar y combatir esos miedos con ayuda de sus superhéroes y así poder dejarlos en el atrapa miedos.	
Dinámica Primer momento: Con los materiales que se les pidieron a los niños se empezará la elaboración del buzón entre todos. (30 minutos) Segundo momento: Las maestras les pedirán a los niños y niñas que peguen los dibujos de sus superhéroes en el buzón. (10 minutos) Actividad para la casa: Elaborarán una carta a su yo del futuro, en esta ellos escribirán qué miedos quisiera que desaparecieran.	
Observación:	

Sesión 9	Tiempo: 40 minutos
Materiales: Hojas, canción del miedo, lápices, cartas futuro yo de los niños y niñas, televisor o bafle, canción de relajación: https://www.youtube.com/watch?v=-Kdp6LVY8jk	Producto: las niñas y niños se transformarán en los superhéroes que crearon
Propósito: Incentivar a los niños y niñas a asumir el rol del superhéroe que cada uno creó para combatir con su poder el miedo de un compañero.	

Dinámica

Primer momento:

Se iniciará la sesión con la canción “no tengo miedo <https://www.youtube.com/watch?v=uhWA6RnpWpA> en círculo y bailando.

(10 minutos).

Segundo momento:

Los niños y niñas harán grupos de 5 leerán a sus compañeros sus cartas al futuro “yo” exponiendo que miedos no quieren tener cuando sean grandes.

(15 minutos)

Tercer momento:

En este momento las maestras les pedirán a los niños y niñas que se acuesten en las colchonetas y con música de fondo de relajación piensen en el presente y que el superhéroe que ellos crearon van a ser ellos.

Después de esto se hará un diálogo y los niños y niñas dirán su nombre de superhéroe y dirán y harán la acción de los poderes que adquirieron.

A cada niño y niña se le asignará un compañero.

(15 minutos)

Actividad para la casa:

Los niños y niñas entrarán a la página web y mirarán el mensaje de su compañero que le correspondió, con esos miedos que su compañero le cuenta él tomará su posición de superhéroe y lo aconsejara o le dará un mensaje de motivación, debe escribirlo en una hoja. (Debe escribir el miedo y el consejo sin nombres).

Observación: Mandar carta para tomar fotos a los niños y niñas la siguiente sesión.

Sesión 10	Tiempo: 55 minutos
Materiales: Espejo grande, Ronda del miedo, cartas, buzón, fotos con sus respectivos permisos.	Producto: Las posturas físicas de los niños y niñas frente al miedo.
Propósito: Reconocer las representaciones fisiológicas del miedo de cada niño y niña.	
Dinámica	
Primer momento: Se les pedirá a los niños y niñas que depositen la carta que cada uno escribió en el buzón y aleatoriamente, cada uno irá sacando dicho mensaje y le leerá el miedo y el consejo sin saber quién es el dueño del miedo y el superhéroe que da el consejo. Después las maestras pedirán que el superhéroe se ponga	

de pie y le dé una demostración de afecto a su compañero. (Abrazo, choque de manos, choque de codos o un saludo creativo).

(20 minutos).

Segundo momento:

Las maestras junto con los niños y niñas realizarán una ronda, los niños harán una fila india cantando: “en la rueda, rueda de todos nuestros miedos, (haremos una cara todos asustados), que pasen los bichos y la oscuridad a ti que te agarramos te tienes que asustar ta, ta.⁵

El niño o niña que queda pasará al espejo y realizará fisiológicamente una postura de cuando siente miedo y seguirá con la ronda hasta que todos y todas pasen.

(20 minutos).

Tercer momento:

Cada niño y niña pasará nuevamente al espejo con su postura física frente a su miedo y las maestras con los permisos necesarios le tomarán fotos a cada estudiante.

(15 minutos).

Actividad para la casa:

Llevar materiales para el próximo encuentro para crear las máscaras de superhéroes la próxima clase.

Observación:

Sesión 11	Tiempo: 40 minutos
Materiales: Pinturas, colores, tijeras, cartulina, canción, grabadora y circular.	Producto: Antifaz del miedo, junto con la canción y el nombre del grado “El súper clan contra el miedo”.
Propósito: En esta sesión se trabajará "la confianza en mí", los niños y niñas a partir de sus antifaces se personifican como superhéroes y adquirirán tales poderes.	
Dinámica: Primer momento: Con los materiales que trajeron de sus casas junto a sus maestras se dispondrán a crear el antifaz del superhéroe que ellos van a ser, para enfrentar todos esos miedos que tienen y además ayudarles a sus compañeros. (30 minutos) Segundo momento:	

⁵ Adaptación de la canción “el puente está quebrado”

En este momento todos se pondrán las máscaras y las profesoras les dirán que vamos a ser " la súper banda contra el miedo", después de esto las maestras les enseñarán la siguiente canción:

"Cuando hay problemas tu sabes a quien llamar

¡Súper clan contra el miedo!

Desde nuestra torre podemos verlo todo

¡Súper clan contra el miedo!

Cuando el miedo esté atacando

El súper clan contra el miedo te protegerá

Porque cuando el mundo necesita héroes

Súper clan contra el miedo patrullará"⁶ (15 minutos)

Tercer Momento:

En este momento se pondrá la melodía de la canción y los niños y niñas se posicionaron en cualquier parte del Salón con sus Antifaces puestos, bailarían y cantarían de la forma que ellos deseen (10 minutos)

Actividad para la casa:

Se les dará a los niños y niñas una circular, la cual es una invitación a los padres de familia para asistir al cierre de la propuestas pedagógica sobre la mitigación del miedo dentro del aula de clases, además en esta se les pedirá que para la próxima sesión se disfracen según su superhéroe que él va a personificar y que inventó.

Observación: nombre de todo el equipo de súper héroes: súper banda contra el miedo

Sesión 12	Tiempo: 45 minutos
Materiales: hojas, Televisor - video beam, Atrapa miedos, Video, colchonetas, manillas	Producto:
Propósito: Se hará el cierre con los niños junto a sus padres de familia, invitándolos a una reflexión de educar con base en el amor y no desde el miedo	
Dinámica: Primer momento: En este momento los padres de familia llegarán con sus hijos, se les pedirá a los niños que pasen al salón de juegos mientras tenemos una charla con sus padres de familia. Se les pedirá a los padres de familia que escriban en un papel ¿cómo hacen con sus hijos para que ellos sepan que ellos son la "autoridad" y que les deben	

⁶ La canción que se trabaja en el segundo momento fue una adaptación hecha por las estudiantes, la cual pertenece a la serie animada Teen Titans.

hacer caso? ¿Cómo los reprenden cuando hacen algo "mal"? Se les dará la palabra a los padres de familia que desean compartir las respuestas de las dos preguntas. (10 minutos)

Segundo momento:

En este momento se pondrá el video https://youtu.be/MfhGX77_3xA. Al finalizar el video cada padre de familia reflexionará sobre esto y se hará un diálogo entre todos. ¿Cómo cree que actuaría usted si fuera la madre de Thomas? ¿Usted reprendería a su hijo, se sentiría decepcionado, lo castigaría? (15 minutos)

Tercer momento:

En este momento los niños entrarán al mismo salón donde están sus padres y ellos los recibirán con un abrazo y algunas palabras (lo que quieran decirle), se les pedirá a los padres y a los niños y niñas junto con las maestras que se dirijan al patio, allí se sentarán en círculo sobre las colchonetas y se colocará el atrapa miedos en la mitad, ellos podrán leer cada uno de los miedos que pusieron los niños y niñas y se quemara. (20 minutos)

Cuarto momento:

Mientras el atrapa miedos se quema las maestras les dirán a los padres en modo de reflexión "El miedo no debe ser el medio conductor para educar a nuestros hijos, el miedo no tiene que ser un medio de control y autoridad. Se debe tomar conciencia en educar a nuestros niños y niñas a partir del amor, en donde haya confianza y apoyo". Las maestras se despiden y dan las gracias a los niños, niñas y sus padres.

Se le entregará a cada niña y niño una manilla la cual simboliza una protección y genera poderes en ellos anti miedos. A medida que se les vaya colocando las manillas a los niños y niñas se les dirá esta frase "la mejor seguridad se encuentra en el miedo" William Shakespeare.

(15 minutos)

Observación: las docentes llevan las manillas de protección para cada niño

5.5. Reflexión propuesta

La propuesta didáctica "El clan contra el miedo: propuesta didáctica para la mitigación del miedo", se desarrolló a partir de 12 sesiones con el fin de mitigar la emoción del miedo que sienten los niños y niñas en sus primeros años de escolaridad. En el diseño de la propuesta, para empezar a nivel didáctico, se consideró importante proponer un sencillo de un reconocimiento de las emociones, a partir de esto nos centramos en algunos ejercicios orientados a que niñas y niños expresen cuáles son esos grandes miedos que sienten. Nos pareció pertinente hablar en las primeras sesiones de todos los miedos que los niños sienten en su

cotidianidad. A medida que se van realizando las diferentes actividades se pide a los niños que se centren solo en los miedos que perciben cuando están en el aula de clases.

A nivel de los recursos didácticos se acudió a una variedad de materiales: videos, canciones, relatos y cuentos. Uno de los más significativos es el cuento “Hola miedo” de Álvaro Robledo, pertinente para tratar de motivar la confianza en niñas y niños, poniendo como objeto principal “las gafas de la suerte”, las cuales ayudarán a dejar de tener miedo a quien las tiene puestas. Este objeto es una excusa, ya que estas gafas no tienen lentes y por ende no son ellas las que causan la confianza en los niños, sino son ellos mismos los que empiezan a confiar en sí mismos de manera indirecta. Además, este libro deja el mensaje que el miedo muchas veces se puede convertir en un aliado mas no en un obstáculo, todo depende de que aprendamos a convivir con él. Este cuento fue clave para posicionar la confianza como uno de los objetivos importantes de la propuesta.

Otra intención es que a medida que avanzan niñas y niños en las diferentes actividades se espera que comprendan que el miedo es una emoción que puede aparecer en cualquier momento y de esta misma manera se irá. Sin embargo, esta emoción muchas veces les llevará a actuar para mantenerse seguros, pero muchas veces estas acciones no son las más adecuadas. Así que a partir del libro se hacen diferentes ejercicios de relajación, en donde el niño y niña, logren calmarse y así poder reaccionar de la mejor manera y evitar a corto o largo plazo dificultades de orden emocional y afectivo muy complejos de manejar.

Un aspecto fundamental de la propuesta didáctica es el reto para los docentes que la implementarán, ya que principalmente se trata de crear un ambiente de confianza, emocionalmente seguro dentro del aula de clases, donde el niño se sienta acogido, escuchado y respetado en un clima de aula armónico y fraterno. En este entorno es vital que niñas y niños puedan expresar sus emociones sin ningún temor o pena, por lo que consideramos que el docente no debe ser ajeno a las actividades que se realizan, sino que es importante que se involucre en éstas como un miembro más de la comunidad del aula, donde mantenga un diálogo permanente

y una escucha activa, que los niños y niñas perciban que con el maestro(a) se puede interactuar de manera tranquila.

La situación de emergencia sanitaria por la pandemia del Covid 19 no permitió la implementación de la propuesta. Sin embargo, la virtualidad escolar si implicó una mayor participación de mamás y papás como apoyo para el aprendizaje de sus hijos; y esta situación permitió evidenciar en ocasiones los regañones a los niños y niñas y en otras ocasiones llega hasta el maltrato. Por esto no fue viable tener el apoyo deseado para el desarrollo de la propuesta. Además, no todos los estudiantes se podían conectar a la misma hora a clase y muchas veces ni siquiera en el horario de las docentes en formación, en ocasiones se llegan acuerdos con las maestras titulares para ayudarles en las clases. Estos son algunos de los factores que incidieron para que no se pudiera implementar la propuesta pues no era fácil generar un proceso donde niños y niñas empezaran a crear esa confianza con la maestra en formación, factor esencial para su éxito.

Los retos para los niños y niñas frente a la propuesta consisten en: identificarse con la propuesta, que sientan un ambiente cálido dentro del aula de clases, además que logren ese acercamiento a sus compañeros y docentes acompañados del vínculo de la confianza, ya que deben expresar sus mayores miedos y qué mayor miedo a exhibir y contar sus miedos frente a todo un grupo. Para lograr este tipo de comunicación es importante fomentar un trato considerado entre los niños, una escucha respetuosa.

Los retos para los padres de familia consisten en acompañar a sus hijas e hijos durante la realización de la propuesta didáctica, ya que se envían actividades para realizar en casa y algunas de estas son preguntas del contexto familiar. Igualmente es importante la actitud respetuosa con los sentimientos de los niños, escucharlos atentamente y comprender sus miedos por simples que parezcan. Al finalizar la propuesta, se invita a la familia al cierre, ya que es importante que ellos vean algunos de los logros, se les propone participar en un diálogo y una reflexión sobre el por qué se debe educar sin miedo, pues es claro que el miedo que se infunde dentro del aula escolar va acompañado del miedo que se infunde desde el contexto familiar.

El riesgo que se debe asumir a partir de la propuesta es lograr que los niños y niñas se sientan identificados y motivados frente a las actividades que se van a trabajar, así mismo a medida que se van realizando las sesiones se logre crear el vínculo de confianza y seguridad que es tan importante para llevar a cabo la propuesta. Frente a este riesgo, las docentes se preparan partiendo desde una actitud de acogida y atenta con los niños y niñas además tendrán en cuenta no solamente la manera verbal en que se dirigen a los niños y niñas sino también de la manera corporal en la que se acercan a ellos.

Insistimos que una de las mejores evidencias de la pertinencia de la propuesta es que los niños y niñas se sientan cómodos dentro del aula de clases, que logren expresar y hablar de sus diferentes emociones, principalmente la del miedo en un entorno de confianza y de empatía y respeto hacia los demás.

Y para terminar estas reflexiones didácticas, consideramos importante hacer referencia a algunas experiencias escolares de las maestras en formación relacionadas con el miedo en el aula de clases y a la institución en sí, lo cual se detalla en una parte de la contextualización del trabajo. Por ejemplo, la maestra en formación Paula Arenas, en grado primero vivió muchas veces angustia en la clase de matemáticas ya que la profesora era muy malgeniada, cuando ella no entendía o no resolvía bien alguna suma la docente gritaba, la miraba con disgusto y le decía “que para su cabeza le quedaba grande aprender algo tan sencillo”, lo cual iba acompañado de burlas de sus compañeros y una nota dirigida a sus padres. Al llegar a casa y mostrar la nota, su mamá se ponía a repasar con ella las operaciones y cada vez que no entendía ella la gritaba y castigaba, privándola de aquello con lo que más le gustaba jugar y por eso le quitaba su muñeco favorito, asimismo, lo único que lograba era que ella sintiera espanto de ir al colegio y estar en clase de matemáticas. Finalmente, Paula no pasó matemáticas, aprobó el año nivelando, pero ella cuenta que en ese primero no aprendió nada de matemáticas. Al siguiente año al conocer a la profesora de matemáticas sentía pánico pero ella a diferencia de la anterior le enseñó de manera diferente; ella identificó que Paula no tenía las bases suficientes, como sus demás compañeros, por ello le sugirió a sus padres que le enseñaran lo que le faltaba, pero sus padres no tenían paciencia para

enseñar, entonces decidieron contarle a la tía paterna quien le pagó clases particulares y con el profesor Cristian aprendió rápido y pudo nivelarse con sus demás compañeros. Lo anteriormente mencionado es una de las razones por la que se pensó en una manera propuesta del miedo que viven los niños y niñas en los colegios.

6. CONCLUSIONES

Antes de hablar sobre los criterios y prácticas didácticas mencionados en el objetivo general, que se pueden aplicar para la mitigación del miedo que experimentan los niños y niñas en el aula de clases, es importante testimoniar que estos miedos se presentan desde el contexto familiar donde les advierten aquellas conductas que deben presentar frente a la escolaridad en relación con las notas, materias, relaciones sociales. Las familias generan presiones con sus expectativas en términos de los resultados exitosos esperados por sus hijos que los enorgullecen, lo que genera que los niños y niñas en el colegio al perder una materia o sacar una mala calificación se aterroricen. Lo anterior se suma a las presiones propias del aula, por una parte, el docente atento sólo a los aprendizajes, pero sin considerar el “peso” emocional que trae el estudiante; y de otra parte las relaciones con los pares que con sus burlas ante las equivocaciones completan un panorama propicio para la intimidación, aunque no haya esa intención inicialmente.

Para diseñar la propuesta se tuvieron en cuenta algunos criterios entre esos dar un lugar fundamental a la confianza, la creación de un ambiente de confianza, donde el niño y la niña se puedan expresar de manera serena con el maestro y sus compañeros; que al pasar de los encuentros se sientan seguros con las maestras. Para lograr esto, las actividades de rompehielos son pertinentes, ayudan a al reconocimiento de la emoción, así como un mayor conocimiento de los niños entre sí y con la profesora permite ejercitar una escucha atenta y respetuosa de sus compañeros. Así, poco a poco, los niños y niñas tenían la tranquilidad de participar.

Para poder llevar a cabo el respectivo reconocimiento de la emoción y sus diferentes formas de expresión en cada estudiante se identificó otro criterio: la diversidad de recursos y productos para lograr la exteriorización del miedo, que iba ligada a lenguajes artísticos, se utilizan videos, canciones, cuentos y cartas, con el fin de facilitar la expresión de los miedos de manera apacible. Para poder dejar esos miedos fuera de cada niño y niña se creó un atrapa miedos donde se dejaron pegados todos esos temores que los angustiaban, pero al dialogar los estudiantes con las maestras se dieron cuenta que cada semana en el aula de clases se vivían

nuevos miedos por lo que el trabajo debe ser continuo y permanente. Un momento especial es la creación del superhéroe que tuviera ciertas características y poderes que ayudará a combatir los miedos. Pero las docentes en formación necesitaron crear otro material artístico y tecnológico, lo que les llevó a construir un buzón de mensajes y una página web para comunicarles estos miedos a los superhéroes. El superhéroe también ayuda a otros compañeros con sus miedos y finalmente cada uno logró ser su propio superhéroe, con su antifaz y su respectivo traje de esta manera el grupo decidió ser “El clan contra el miedo”. A través del material los alumnos además de reconocer la emoción del miedo pueden reconocer que esos temores se pueden decir de manera segura con sus pares y maestras, y transformarlos de manera positiva y trabajarlos de manera grupal e individual con sus propios poderes.

Otro criterio es la comunicación bidireccional, en donde se logre intercambiar pensamientos e ideas entre el docente, niños y niñas, dado que el profesor es el que facilita las condiciones para interactuar, de esta manera se genera una relación cognitiva como afectiva, la cual permite crear un ambiente escolar de confianza, de escucha mutua y de respeto hacia los demás, incluso este ambiente de confianza y de comunicación permite crear entre las dos partes acuerdos con el fin de organizar un trabajo cooperativo y significativo.

Frente a los objetivos específicos donde se perciben las particularidades positivas y negativas de la emoción el miedo, se pudo constatar que de manera favorable el miedo ayuda a percibir peligros y amenazas, en este caso a los niños y niñas la adrenalina los ayuda a resolver las situaciones de riesgo de manera rápida. Igualmente, experiencias de miedo hace que el estudiante sepa cómo actuar frente a una situación que le produzca esta emoción. Como se enuncia en uno de los recursos de la propuesta: “El miedo puede convertirse en un aliado, no es un obstáculo si sabemos convivir con él”. (Robledo, 2018, p. 19)

Se reconoce que el miedo si bien es una emoción primordial e importante en muchos animales (humanos y no humanos), puede ser dañino, afectando a los niños y niñas en su autoestima, su identidad, su confianza al relacionarse con sus pares, profesores y padres.

Otra conclusión importante tiene que ver con el rol del maestro en la mitigación del miedo, es muy significativo ya que este genera confianza y seguridad en los niños y niñas para expresarse, de la misma manera el maestro puede identificar qué miedos tiene cada estudiante frente a cada materia o dentro del aula si indaga y nota comportamientos relevantes de los niños y niñas para ello recursos como un buzón de mensajes u otras alternativas de comunicación, son muy favorables para que niñas y niños expresen de diversas maneras sus miedos, sin miedo. Esta es una de las metas de la propuesta, que no haya miedo de hablar sobre los miedos.

Otro aspecto relevante en el ejercicio investigativo fue la contextualización donde a partir de los diferentes diálogos con personas adultas (entre los 40 hasta los 60 años de edad), nos dimos cuenta que la experiencia de miedo dentro del aula de clases no es solamente de la época actual. De alguna manera, en la actualidad hay una diferencia en el trato a niñas y niños, pues los testimonios mostraron que anteriormente prácticas como el castigo físico en el aula, era aprobado por las familias, la humillación pública hacía que los niños sintieran en no pocas ocasiones pánico de ir a la escuela.

Algunos de los entrevistados comentaron que el maestro era visto como una de las mayores figuras de autoridad y poder, a la cual debían obedecer sin importar las circunstancias en las que se encontraban y recalcaron “en nuestra época sí se respetaba a los profesores, no como ahora, que los estudiantes hacen lo que quieren y hasta los amenazan”. Esto nos llevó a reflexionar que algunas de las personas entrevistadas, a pesar de que recibieron un trato intimidante y con prácticas dirigidas al miedo durante su escolaridad, no lo ven mal ya que expresan que de esta manera se lograba ganar el respeto de los estudiantes. Prácticas que durante mucho tiempo se normalizaron, sin importar el bienestar del alumno, sin embargo, al pasar el tiempo estas prácticas van perdiendo fuerza dentro de las instituciones entre otros motivos por una concepción diferente de las infancias que permiten hoy ver a los niños y niñas como sujetos de derechos que merecen tener una buena calidad de vida y un ambiente sano en condiciones de dignidad.

Lo anterior, nos llevó a hacer un contraste sobre cómo la educación ha venido cambiando, no solamente dentro de lo institucional sino a partir del desarrollo

político en términos de generar políticas de atención integral y un marco normativo a favor de los derechos de niñas y niños con diferentes leyes, creadas para la protección de los menores. A pesar de que este tema frente a lo normativo no se especifica a fondo dentro del trabajo, nos pareció importante investigar sobre el tema y tener clara algunas de estas leyes, que tiene por objetivo establecer normas para la protección integral de los niños, niñas y adolescentes, cuyo cumplimiento es obligación de la familia, la sociedad y el estado hacer cumplir.

De otra parte, las reflexiones recogidas de las docentes en ejercicio permitió aproximarse a otra perspectiva de las interacciones en el aula, gracias a las experiencias y vivencias gratas de aprendizaje, nos llamó la atención que las tres docentes entrevistadas expresaron que no habían recurrido a infundir miedo para lograr mantener el control o respeto del grupo; sin embargo, no negaron que estas prácticas de miedo aún son frecuentes dentro del aula, como el llamado de atención acompañado de gritos y gestos corporales y diferentes amenazas que generan un impacto en el alumno.

Durante los conversatorios fue interesante escuchar las diferentes estrategias que las profesoras emplean para no utilizar el miedo como parte de sus dinámicas de enseñanza. En su lugar, ellas invitan a crear un espacio de escucha y fraternidad en el cual el niño y la niña fueran los protagonistas de este, donde frente a alguna adversidad el mismo pudiera reflexionar y llegar a una solución y por supuesto que el docente tenga toda la disposición de acompañamiento, de escucha y respeto. Esto genera que el ambiente dentro del aula sea armonioso y mucho más acorde frente a las relaciones que mejor favorecen la experiencia de aprendizaje, se crea un vínculo de confianza el cual en estas primeras edades es primordial haciendo sentir al alumno seguro, además ayuda al desarrollo integral de los estudiantes en el ámbito social y personal.

Por otro lado, si bien este trabajo en un principio quería implementarse como una propuesta en el aula, fue necesario concentrarse en su diseño únicamente, debido a la pandemia del Covid 19, esto nos entristeció ya que en el contexto de la práctica educativa era factible contar con las condiciones básicas para su desarrollo. Asimismo, algo que no nos esperábamos, era que la situación emocional tanto de

las maestras en formación, los niños, las niñas, en si la población no sabía con exactitud si podrían seguir con sus vidas normales, duramos varias semanas sin saber si tendríamos práctica, la cual no se dio ya que muchos niños y niñas no contaban con acceso a internet por esto fue imposible intervenir virtualmente.

Esta propuesta didáctica está diseñada para realizarse en la presencialidad ya que la emoción del miedo se vive y se siente de cierta manera diferente en las instituciones porque muchas veces en la virtualidad los niños y niñas actúan condicionados por sus padres y la idea es que ellos se puedan expresar, vayan cogiendo confianza a las maestras en formación y contando sus temores para seguir un debido proceso y poder mitigarlos en gran medida o transformarlos en algo positivo.

Igualmente, es importante tener un espacio en el salón de clases para que los niños y niñas puedan expresar sus emociones y en este caso la emoción del miedo, para que de esta manera los profesores se enfrenten a la realidad del pánico que en ocasiones sin querer provocan en los estudiantes. Crear una propuesta que se pueda implementar en la presencialidad, teniendo en cuenta el contexto, el colegio y sobre todo la clase o los profesores que más causa temor en los niños y niñas. Es valioso que esto se realice presencial para que se note los cambios que en el proceso tienen los niños y niñas, evidenciando asimismo la transformación de los maestros que de cierta manera creen que no causan angustia en sus alumnos.

Igualmente, este trabajo para cada maestra en formación significó una experiencia personal única, para Natalia Cuevas, este fue un trabajo arduo y gratificante, con bastantes retos, ya que para conocer sobre esta emoción se tuvo que investigar bastante desde diferentes autores, además contar con diferentes testimonios los cuales nos sirvieran para conocer más de esta, a medida que se iba investigando sobre el tema más expectativas lograba tener frente a este. Un reto y logro a la vez fue la creación de las 12 sesiones de la propuesta, ya que en ocasiones nos quedamos sin ideas para las diferentes intervenciones, recurrimos a diferentes iniciativas que nos daban amigos y familiares. Frente a los aspectos que no se logró alcanzar pienso que fue en poder llevar a cabo la propuesta de manera presencial, ya que debido a la situación actual (pandemia), las prácticas se llevaron

a cabo virtualmente, a pesar de esto intentamos con mi compañera llevar a cabo la propuesta de manera virtual, pero fue demasiado difícil, ya que la mayoría de los niños y niñas lograban conectarse máximo una hora y esos espacios eran utilizados para el currículo que debía enseñar la profesora titular.

Esta propuesta didáctica para Paula Arenas, maestra en formación, significó un proceso de incertidumbre, al investigar e indagar sobre el miedo fue al principio un poco tedioso pero al empezar a leer sobre la emoción e identificar cómo se expresa psicológicamente y como se puede aplicar educativamente se convirtió en un reto emocionante, el cual junto con mi compañera nos hizo crear y pensarnos nuevas metodologías para lograr proponer una propuesta con actividades artísticas y llamativas para los niños y niñas de grado primero, guiándonos desde nuestras prácticas las cuales nos brindaron ciertos gustos y temáticas que a los niños de estas edades les interesa. Por ello se escogió el tema de los superhéroes, igualmente, logré con mi compañera y tutor una buena comunicación la cual permitió apoyarnos en ideas y replantearnos ciertas temáticas para la propuesta, y a su vez profundizar más sobre ciertas inquietudes. Por otro lado, pensé que podría aplicar algo de la propuesta en práctica, pero no fue imposible ya que los tiempos estipulados para las intervenciones virtuales están contabilizados por el maestro, padre y alumno, además los niños y niñas no pueden crear ese vínculo con la maestra en formación y tener cierta confianza porque son pocos días por la diferencia de calendario académico de la Universidad y del colegio.

Recomendaciones

Si se quiere seguir trabajando en esta área, se sugiere que primeramente hagan un ejercicio de observación y reflexión dentro del contexto con el que se desea trabajar, el rol del maestro es un papel muy importante, debe ser un maestro el cual sea cálido y acompañe al alumno, que brinde confianza, el cual esté dispuesto a la escucha y al diálogo.

Además, el docente debe involucrar a los niños y niñas a experiencias las cuales puedan llevarlos a una reflexión, en donde puedan preguntarse y así mismo estimular el diálogo entre todos los que se encuentren participando.

- Involucrar a la familia.
- Trabajar en la autoestima y confianza del niño.
- Expresión del desahogo del miedo.

Es importante involucrar a la familia para identificar cómo los niños y niñas viven sus miedos desde sus hogares, dado que los miedos vienen marcados en muchas ocasiones desde su casa también es importante y sería pertinente crear actividades donde las familias participaran en varias sesiones de la propuesta con los niños y niñas. Para que observen cómo los miedos afectan el aprendizaje y el desarrollo social de sus hijos e hijas. Y que muchas veces por no sentir el apoyo de ellos se encierran en un círculo de desconfianza que los perjudica socialmente, psicológicamente, dando como resultado un desagrado al estudio.

Por consiguiente al reconocer y trabajar el autoestima y confianza del niño se involucra tanto la familia como el maestro y sus pares, donde prioriza más un trabajo con el maestro en el aula de clases, donde se promueva el respeto por ellos mismos y por los otros. Asimismo, el rol de maestro se transformará en un sujeto de poder y autoridad, pero no por que inspire miedo, sino por sus facultades positivas para escuchar, entender y brindar soluciones oportunas para los temores de los estudiantes.

Otro aspecto a tener presente es investigar sobre las dinámicas de disciplinamiento que manejan las escuelas de tiempo atrás -como lo expone Foucault y cómo estas dinámicas en algunas instituciones escolares se siguen implementando. Donde los niños y niñas se sienten perseguidos, encerrados y obligados a estudiar lo que provoca emociones desmotivadoras ante la experiencia escolar.

De igual forma, se debe elegir una investigación rigurosa y de calidad ya que muchas veces solo se encuentran textos de carácter psicológico y no pedagógico, lo que causa un desenfoque al querer crear una propuesta pedagógica o didáctica.

Por otro lado, se puede crear una propuesta pedagógica que vaya de la mano con otra materia como puede ser, literatura infantil, matemáticas, lenguaje o el juego con el miedo. Sobre todo, si en un curso en especial les da miedo ver matemáticas o el profesor o profesora que la imparte o lenguaje el susto de no aprender a leer ni escribir. Algo que es clave para crear una propuesta es tener siempre el mismo curso con los mismos estudiantes si se pueden para tener una contextualización oportuna y beneficiosa a la hora de crear las planeaciones. Ya que con eso se puede ir observando y anotando detalladamente si las intervenciones están funcionando. Por otro lado, buscar ayuda o pedir consejos de los profesores que ya hayan sido tutores de trabajos similares o de profesores que manejen el tema emocional.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acosta, María Isabel., Henao, Lina María., Salazar, Luz Dary (2016) *Desarrollo de una propuesta pedagógica que, integrando diferentes experiencias de producción e interpretación compartida, fortalezca las relaciones de los niños de 3 a 4 años del colegio Helen Keller de Cali*. Universidad Santo Tomás, facultad de educación, licenciatura en educación preescolar. Disponible en: https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/3140/1_Acostamaria2017.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Antelo, Estanislao (2007) *Alarma en las escuelas. Miedo, seguridad y pedagogía*. Revista Propuesta Educativa. Vol. 1. P. 7-17. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=403041699003>
- Bados, Arturo (2009) *Fobia social, naturaleza, evolución y tratamiento*. Disponible en: <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/6321/1/Fobia%20social.pdf>
- Bowlby, John (1986). *Vínculos afectivos: Formación, desarrollo y pérdida*. Madrid, Ediciones, Morata.
- Calles, Ramiro (1998) *Guía práctica de la salud emocional. Cómo curar sus emociones negativas para acceder a una vida más plena y feliz*. Editorial EDAF. México. Disponible en: <https://books.google.com/cu/books?id=nvEaeUjWmHgC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Cano, A., Pellejero, M., Ferrer, M., Iruarrizaga, I., y Zuazo, A. (2006) *Aspectos cognitivos, emocionales genéticos y diferenciales de la timidez*. Revista Electrónica de Motivación y Emoción. Vol. 3, No. 4. Disponible en: <http://reme.uji.es/articulos/acanoa5610802100/texto.html>
- Cassasus, Juan (2007) *La educación del ser emocional*. Chile. Ñuñoa, Santiago. Ed. Cuarto propio. Disponible en:

<https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbnxkZXNhcnJvbGxvcGVyc29uYWx1YXxneDoxMDFkY2MyYTVjY2MwYzg3>

Chóliz, Mariano (2005) *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Disponible en: <https://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>

Cuerda, María Luisa (1997) *El miedo insuperable. Su delimitación frente al estado de necesidad*. Tirant lo Blanch. Valencia. Disponible en: https://books.google.com.co/books?id=OnvIEPn1DW0C&pg=PA150&lpg=PA150&dq=Esa+idea+no+es+otra+que+la+de+evitar+que+acabe+otorg%C3%A1ndose+al+miedo+una+relevancia+excusante+indeterminada,+incompatible+con+los+fines+de+prevenci%C3%B3n+general+a+trav%C3%A9s+de+los+cuales+la+pena+cumple+su+funci%C3%B3n+de+tutela&source=bl&ots=tWhAwqF3JN&sig=ACfU3U1BmaL_GagfITNQO6j_o2-hz6dTCQ&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwjGhvmy9vHsAhVPk1kKHWAVDq0Q6AEwAHoEC_AoQAq#v=onepage&q=Esa%20idea%20no%20es%20otra%20que%20la%20de%20evitar%20que%20acabe%20otorg%C3%A1ndose%20al%20miedo%20una%20relevancia%20excusante%20indeterminada%2C%20incompatible%20con%20los%20fines%20de%20prevenci%C3%B3n%20general%20a%20trav%C3%A9s%20de%20los%20cuales%20la%20pena%20cumple%20su%20funci%C3%B3n%20de%20tutela&f=false

Delumeau, Jean (2002) *Miedos de ayer y de hoy*. En el libro: *El miedo, reflexiones sobre su dimensión social y cultural*. Corporación Región. pp. 236. Medellín, Colombia.

Díaz-Vicario, Anna (2014) *Entornos seguros y saludables. Algunas prácticas en centros educativos de Cataluña*. Revista iberoamericana de educación. Disponible en: <https://rieoei.org/historico/documentos/rie66a12.pdf>

Extremera, Natalio y Fernández, Pablo (2004) *La inteligencia emocional: métodos de evaluación en el aula*. Revista Iberoamericana de Educación. p. 1-9. Disponible en: <https://rieoei.org/RIE/article/view/2887>

Fabres, Jorge (2005) *El miedo en la interacción profesor-alumno*. Revista Iberoamericana de Educación. P.1-16. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/43693102_El_miedo_en_la_interaccion_profesor-alumno

Fernández, Shaila Alonso (2013) *El cuento como recurso para trabajar la emoción del miedo*, Universidad Internacional de la Rioja-facultad de letras y de la educación. Disponible en: https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/1875/2013_06_28_TFM_ESTUDIO_DEL_TRABAJO.pdf?sequence=1

Figuroa, Ana Geli., Guevara, Isabel Andrea (2010) *El juego de rol como mediación para la comprensión de emociones básicas: alegría, tristeza, ira y miedo en niños de educación preescolar*. Pontificia Universidad Javeriana, facultad de educación, maestría en educación. Disponible en: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/1262/edu73.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Foucault, Michel (1976) *Los medios del buen encauzamiento*. S, A de C, V. México.
- González, Coral Giner (2013) *Educación de las emociones en la infancia. Evaluación del proyecto de intervención: "¡juy, qué miedo!"*. Universidad de Valladolid, escuela universitaria de educación de Palencia, grado en educación infantil. Disponible en: <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/4738>
- Gutiérrez, Ana y Moreno Pedro (2011) *Los niños, el miedo y los cuentos. Cómo contar cuentos que curan*. Segunda edición, 162 págs. España, Desclée de Brouwer S.A. Disponible en: <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Los-Ninos-El-Miedo-y-Los-Cuentos-Como-Contar-Cuentos-Que-Curan.pdf>
- Horcajada, Anna Viceño (2015) *El miedo infantil y su modo de gestión a través del aula*. Universidad Internacional de la Rioja, facultad de educación, Maestría en Educación Primaria Disponible en: https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2892/Anna_Vice%C3%B1o_Horcajada.pdf
- Linares, Gina Vanessa y Barragán, Cristian Camilo (2016) *Emoción en movimiento la conducta motriz frente a las barreras del miedo*, Universidad Pedagógica Nacional, Facultad de Educación Física, licenciatura en educación física. Disponible en: <http://repositorio.pedagogica.edu.co/handle/20.500.12209/2813>
- Mannoni, Pierre (1984) *El miedo*. Breviarios. Fondo de Cultura Económica. Disponible en: <https://es.scribd.com/document/126161890/Pierre-Mannoni-El-Miedo-doc>
- Maturana, Humberto (2001) *Emociones y lenguaje en educación y política*. Lugar de publicación: Slideshare. Disponible en: <https://es.slideshare.net/vivianamdg/humberto-maturana-emociones-y-lenguaje-en-educacion-y-politica-11708822>
- Monje, Carlos (2011) *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa: Guía didáctica*. Universidad Surcolombiana, Facultad de Ciencias Sociales y Humanas. Disponible en: <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>
- Montes, Jimmy (26 de noviembre de 2020) *Dylan no murió: ¡lo mataron!* Cuestión Pública escarbamos hasta encontrar la verdad. Disponible en: <https://cuestionpublica.com/dilan-cruz-no-murio-lo-mataron/>
- Moya, Javier y Sierra, Purificación (2012) *El apego en la escuela infantil: algunas claves de detección e intervención*. Disponible en: <https://journals.copmadrid.org/psed/art/ed2012a18>
- Murillo, José Andrés (2012) *Confianza lúcida*. Santiago De Chile. Uqbar Editores. Santiago de Chile. Disponible en: https://www.paralaconfianza.org/test/wp-content/uploads/2017/04/Confianza_lucida.pdf
- Pardo, Juan (05 de diciembre 2015) Niña de 13 años se suicidó por perder el año. Noticias Caracol. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=IRcbUdeQ-j4>

- Peredo, Roció (2009) *Los miedos infantiles y su relación con la manifestación de indicadores de depresión y ansiedad en niños de edad escolar*. Revista de psicología N. 5. La Paz. Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322009000100004
- Pérez, Julián y Merino, María (2019) Definición de mitigar. Lugar de publicación: Mi definición de. Disponible en: <https://definicion.de/mitigar/>
- Pérez, María Dolores (2000) *El miedo y sus trastornos en la infancia. Prevención e intervención educativa*. Revista Aula, No. 12, pp. 123 – 144, Ediciones Universidad de Salamanca. Disponible en: https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/69368/El_miedo_y_sus_trastornos_en_la_infancia.pdf;jsessionid=04AAFEA498533860034036FFCC76A724?sequence=1
- Perinat, Adolfo (2003) *Psicología del desarrollo: un enfoque sistémico*. Editorial UOC. Fundació per a la Universitat Oberta de Catalunya. Disponible en: https://kupdf.net/download/perinat-a-2003-psicologia-del-desarrollo-un-enfoque-sist-eacute-mico_58f52c60dc0d60ce3ada9852_pdf
- Robledo, Álvaro (2018) *Hola miedo*. Editorial Planeta. Colombia.
- Rodríguez, Gregorio, Gil, Javier y García, Eduardo (1999) *Metodología de la investigación cualitativa*. Málaga: Ediciones Aljibe. Disponible en: <https://issuu.com/jesusmarcelino/docs/128205939-metodologia-de-la-investi>
- Rodríguez, María Clara (2010) *Factores personales y familiares asociados a los problemas de comportamiento en niños*. Estudios de psicología. Universidad de La Sabana, Chía, Cundinamarca, Colombia. Disponible en: <https://www.scielo.br/pdf/estpsi/v27n4/02.pdf>
- Valdés, Estela. Cayo, Silvina y Farías, Marcos (2011) *Visibilizar el paisaje del miedo. Una aproximación desde las espacialidades y temporalidades*. Proyecto de investigación. Artículo de revista: Anuario de la Escuela de Historia virtual. Año 2 – No. 2. p. 76-92. Disponible en: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/anuariohistoria/article/view/4570/4374>
- Valdez, José Luis; Álvarez, Arelly Marlen; González, Diana; González, Norma Ivonne; González, Sergio (2010) *Tipos de Miedo más Frecuentes en Niños de Primaria: Un Análisis por Sexo*. Psicología Iberoamericana, vol. 18, núm. 1, pp. 47-55 Universidad Iberoamericana, Ciudad de México Distrito Federal, México. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133915936006.pdf>
- Valdez, José. Lopez, Ivonne. Torres, Olivia. Piña, María. Gonzalez, Norma. Maya, Mario (2010) *Los tipos de miedo prevalentes por generación y por sexo*. Revista Electrónica de Psicología Iztacala. Vol. 13, No 4. P. 163-180. Disponible en: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/22588>
- Valencia, Victoria (2007) *Imaginario del miedo en el contexto urbano de Manizales: implicaciones medioambientales*. Gestión y Ambiente, vol. 10, núm. 2. Universidad Nacional de Colombia. Medellín, Colombia. Disponible en:

https://www.redalyc.org/pdf/1694/Resumenes/Resumen_169419816014_1.pdf

- Vasilachis, Irene (2006) *Estrategias de investigación cualitativa*. Gedisa Editorial. Barcelona. Disponible en: <http://investigacionsocial.socials.uba.ar/wp-content/uploads/sites/103/2013/03/Estrategias-de-la-investigacin-cualitativa-1.pdf>
- Vásquez, Héctor (2005) *Hermenéutica y Análisis Cualitativo*. Cinta moebio, 23, 204-216 Disponible en: <http://repositorio.pedagogica.edu.co/handle/20.500.12209/2813>
- Vilaltella, Josep (2007) *Bowlby: vínculo, apego y pérdida, carencia afectiva*, Modulo 1, Universidad autónoma de Barcelona. Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Disponible en: http://www.paidopsiquiatria.cat/archivos/bowlby_vinculo_apego_perdida_07-09_m1.pdf