



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin De Grado

¿Su rabieta o la tuya?

Autora

María Gracia Torres

Directoras

Paola Herrera Mercadal

Ester Ayllón Negrillo

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Campus de Huesca.

2023

ÍNDICE

1. Introducción y Justificación	5
2. Objetivos	6
3. Fundamentación Teórica.....	6
3.1 Definición y Características de las Rabietas	6
3.2 ¿Cómo Funciona el Cerebro de los Niños?	8
3.3 Desarrollo del Autoconcepto y su Relación con las Rabietas	12
3.4 Reconocimiento y Gestión de las Emociones	13
3.5 Castigo vs. Educación en Positivo	16
3.6 Gestión de Rabietas	19
4. Propuesta de Intervención.....	22
4.1 Contextualización y Destinatarios.....	23
4.2 Objetivos	25
4.3 Contenidos.....	25
4.4 Temporalización.....	27
4.5 Metodología	29
4.6 Actividades.....	31
4.7 Evaluación.....	42
5. Conclusión	46
6. Referencias Bibliográficas	47
7. Anexos	52
Anexo I.....	52
Anexo II.....	53
Anexo III	53
Anexo IV	54
Anexo V	54

¿Su rabieta o la tuya?

His tantrum or yours?

- Elaborado por María Gracia Torres.
- Dirigido por Paola Herrera Mercadal y Ester Ayllón Negrillo.
- Presentado para su defensa en la convocatoria de Noviembre del año 2023.
- Número de palabras: 14562.

Resumen

Las rabietas son comportamientos que exteriorizan los niños/as en un punto de su desarrollo y gestión emocional y que son totalmente normales.

Por ello, a través del presente TFG se pretende mostrar la importancia de conocer qué ocurre en el cerebro de los niños/as cuando se producen las rabietas y cómo la educación en positivo y la gestión de las mismas son de gran importancia para entenderlas y actuar, primero desde la visión de los más pequeños y a continuación como adultos.

Para poder profundizar en dichos aspectos, a nivel teórico se recorrerán y analizarán distintos puntos y elementos que influyen en la concepción global y en la importancia de dar valor a las rabietas. Se comenzará definiendo el funcionamiento del cerebro de los niños/as, el desarrollo del autoconcepto, el reconocimiento y gestión de las emociones, el castigo y la educación en positivo y la gestión de rabietas.

Se desarrollará también una propuesta de intervención a través de la cual los niños/as aprendan a reconocer y gestionar de la mejor manera posible las distintas emociones, focalizando en las que aparecen durante las rabietas. A su vez, también se pretende implicar a las familias tanto en el conocimiento y entendimiento de las rabietas como en su gestión y actuación.

Palabras clave

Rabieta, cerebro, autoconcepto, gestión, emociones.

Abstract

Tantrums are behaviors that boys and girls display at a point in their development and emotional management and that are totally normal.

Therefore, through this TFG it is intended to show the importance of knowing what happens in the brain of children when tantrums occur and how positive education and their management are of great importance to understand and act on them, first from the vision of the little ones and then as adults.

In order to deepen these aspects, from a theoretical perspective, different points will be covered and analyzed and elements that influence the global conception and the importance of giving value to tantrums, starting and progressively following their definition and characteristics, children's brain functioning, self-concept development, recognition and management of emotions, punishment and positive education and to finish tantrum management.

An intervention proposal will also be developed through which boys and girls learn to recognize and manage in the best possible way the different emotions that appear during tantrums. In turn, it is also intended to involve families in the knowledge and understanding of tantrums as well as in their management and action.

Keywords

Tantrum, brain, selfconcept, management, emotions.

1. Introducción y Justificación

El punto de partida por el que se ha decidido profundizar e investigar sobre este tema, realizando también una propuesta de intervención, ha sido el poco valor que se suele dar a los cuadros emocionales que aparecen en las rabietas. Éstas, son un medio de comunicación que está teniendo el niño o la niña frente a la frustración de una situación y no valorarlas o no tenerlas en cuenta puede desencadenar en trastornos graves.

Como adultos, a veces cuesta ponerse en la piel de los más pequeños y entender cómo perciben y sienten ellos el mundo que les rodea, por ello, la importancia de conocer qué pasa dentro de sus cabezas para poder entender aquello que están exteriorizando.

Hablar de rabietas es hablar de gestión emocional, algo extremadamente importante a lo largo de todas las etapas de la vida, pero más aún en la etapa de infantil, donde su autoconcepto y el desarrollo de la autoestima adquieren un valor crucial, de ahí la importancia de reconocer, educar y saber gestionar en las aulas procesos emocionales que se pueden dar como en este caso son las rabietas.

Tener en cuenta las emociones, y los procesos mentales que llevan a ellas, es algo crucial, pero no se deben dejar de lado las nuestras como adultos. Para conseguir validar las emociones y sentimientos de los niños/as para poder realizar una buena gestión de las rabietas como adultos, debemos identificar, entender y gestionar previamente nuestras emociones, no entender la rabietas como una amenaza sino como un medio de expresión a través del cual se nos quiere comunicar algo.

A nivel educativo no se debería menospreciar los aspectos emocionales de los niños/as o darles menos valor a la hora de trabajarlos dentro del aula en comparación con otros contenidos, ya sean matemáticos, lingüísticos... ¿De qué le sirve a un niño/a saber sumar o leer, si no es capaz de reconocer, gestionar y exteriorizar sus emociones? De saber qué le pasa y por qué.

2. Objetivos

Los objetivos que se pretenden alcanzar a través del presente trabajo de fin de grado quedan reflejados a continuación.

Objetivo general:

- Diseñar una propuesta de intervención que permita entender, identificar y gestionar las rabietas desde un acompañamiento positivo.

Objetivos específicos:

- Definir y conocer las características de las rabietas.
- Describir qué ocurre en el cerebro de los niños/as cuando se producen las rabietas.
- Comprender la importancia del autoconcepto y la gestión emocional.
- Explicar y analizar las diferencias del castigo y la educación en positivo.
- Conocer la importancia de una buena gestión de las rabietas y las consecuencias de una mala gestión de las mismas.

3. Fundamentación Teórica

3.1 Definición y Características de las Rabietas

Etimológicamente la palabra rabietas está compuesta por la palabra rabia, que proviene del latín *rabia*, la cual se refiere, por una parte, a una enfermedad que altera el sistema nervioso y se transmite a través de la mordedura de algún mamífero y a su vez, a la violencia o cólera que se manifiesta en los seres humanos. Se establece relación con la raíz indoeuropea *rabh*, la cual hace referencia a tener ira, estar furioso. El otro componente es el sufijo diminutivo -etas.

Como explica Bilbao (2021) “Las rabietas son fenómenos totalmente naturales que ocurren como parte del desarrollo normal del niño sano” (p. 10), lo cual no significa que un/a niño/a que no experimenta rabietas tenga algún tipo de problema en su desarrollo.

Aparecen entre los 18 meses y los 2 años de edad como una respuesta ante la integración de normas y la expresión de ideas propias (Ramos y Salto, 2012).

Durante una rabietta pueden aparecer diferentes comportamientos: lloros, gritos, pataletas, tirarse al suelo, conductas opositoras (p. ej., no querer levantarse del suelo, sentimientos de ira y resentimiento hacia los demás, frustración continua frente a aquello que no puede controlar).

Algunas veces las rabiettas son demasiado intensas o agresivas y es prácticamente imposible y contraproducente pasarlas por alto. Algunos ejemplos de estas situaciones pueden ser:

- El niño/a se cuelga de alguien o le sigue de un lado a otro durante la rabietta.
- El niño/a golpea.
- El niño/a llora y grita de manera persistente hasta que el adulto se siente sobrepasado.
- La rabietta se desarrolla en un lugar público.
- El niño/a causa daños materiales durante la rabietta.
- Se producen autolesiones.

Según Solter (2011) la mayor parte de las rabiettas se desembocan debido a una serie de situaciones que se pueden agrupar en tres tipos:

- El niño/a tiene una necesidad básica (hambre, sed, sueño...) que en ese momento no puede ser satisfecha.
- El niño/a no tiene la información suficiente para comprender la situación que se está desarrollando.
- El niño/a necesita exteriorizar, descargar o liberar tensiones, miedos o frustraciones

A estas situaciones Ruiz (2020) añade que las rabiettas también se pueden producir por, en primer lugar, una llamada de atención hacia los cuidadores del niño/a con el propósito, a veces, de dominarlos, y en segundo lugar, con el objetivo de conseguir o evitar algo, ya sea algo material o una situación en concreto.

También puede afectar la exposición a situaciones o lugares en los que exista una sobreestimulación a la que el niño/a no es capaz de hacer frente (exceso de luces, gente...). Asimismo, los ambientes demasiado controlados, por parte del adulto, pueden ser también un desencadenante, aquellos momentos en los que el adverbio de negación *no* adquiere el protagonismo en la comunicación entre adultos y niños/as.

En los cuadros en los que se produce una rabieta, muchas veces se pone el foco de atención en esas situaciones incómodas que se generan en el desarrollo de la misma y no en su origen.

Teniendo en cuenta esta idea, Solter (2002) habla de la expresión “galleta rota” como ese momento en el que un niño/a no puede más y finalmente, expresa su desacuerdo o incomodidad ante algo “rompiéndose” emocionalmente. Esta autora hace así un símil en relación a una galleta, entendiendo que existen otros motivos previos que han ido quebrando esa galleta poco a poco antes de ese detonante final que la ha acabado rompiendo por completo.

Esta reflexión va de la mano del modelo Iceberg que propone Dreikurs (1897-1972), en el que en la superficie se ve la punta del iceberg, en este caso la rabieta, pero lo importante está debajo, aquellos sentimientos, emociones, necesidades, carencias, mala gestión emocional... que han llevado a esa explosión como es una rabieta.

3.2 ¿Cómo Funciona el Cerebro de los Niños?

Normalmente, cuando los niños/as son menores de dos años se toleran mejor ciertos comportamientos poco agradables derivados de la falta de sueño, hambre, incomodidad... ya que se tiene asumido que es algo normal y esperado en un “bebé”. Esta concepción cambia cuando los niños/as cumplen los dos años, ya que empiezan a controlar el uso del lenguaje, y esto para algunos adultos va unido con la capacidad de razonamiento, lo cual, no es así (Bilbao, 2021).

Por ello, cuando se desarrolla una rabieta se atribuye al niño/a la capacidad de entender que lo que está ocurriendo no es lo correcto, y que debería ser capaz de frenarlo e incluso de haber evitado que se desencadenara, y la verdad, es que no pueden hacerlo porque todavía no están preparados para ello, son seres puramente emocionales.

Siguiendo esta idea preconcebida sobre la capacidad de entendimiento, razonamiento y gestión que deberían tener los niños/as, Bilbao (2021) expone y desmiente cuatro creencias erróneas que se han ido construyendo alrededor de la palabra y del concepto de rabieta:

1. Son signo de mala educación. Como se ha comentado con anterioridad la rabieta es un proceso totalmente normal en el desarrollo de los niños/as. Se dan en todas las partes

del mundo, sin distinción de culturas. “Ni los niños que tienen rabietas son maleducados ni sus padres están educándoles mal” (Bilbao, 2021, p. 7).

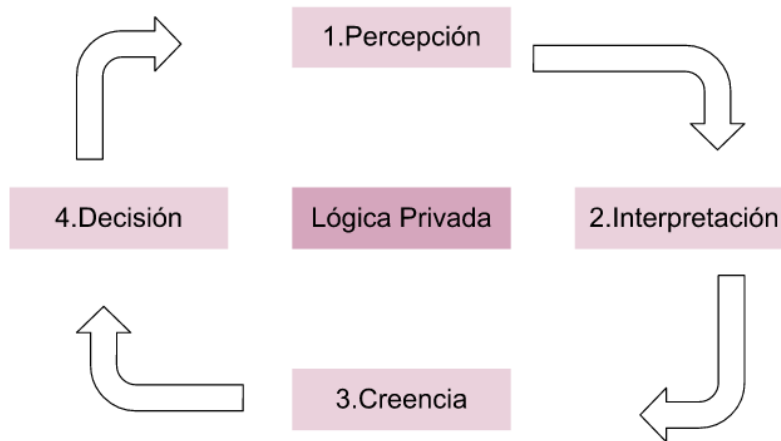
2. Son una forma de desafío. En muchas ocasiones puede parecer que sea un acto desafiante, pero esto no es así, no tienen esa capacidad premeditada. Los niños/as, a estas edades, son seres que necesitan prácticamente ayuda para todo, ¿van a ser capaces entonces de planificar esa situación para creerse que tienen mayor autoridad que la persona adulta?
3. Nacen del deseo de conseguir algo. La rabieta no nace de la necesidad que tiene el niño de querer algo, sino como respuesta para adaptarse a la idea de que sabe que no va a conseguirlo. Es un medio a través del cual canalizar lo que está sintiendo. Si como adultos no se gestionan de manera adecuada en algunas ocasiones sí que pueden utilizarlas de manera manipulativa para conseguir algo.
4. Terminan a los cuatro años de edad. El rango de edad en el que pueden aparecer las rabietas es entre los dos y los cuatro años, pero no por ello significa que no puedan aparecer antes de los dos o prolongarse más allá de los cuatro.

Según Dreikurs (1897-1972, como se citó en Chávez, 2019) los niños/as cuentan con una gran capacidad para percibir, pero no demuestran tanta habilidad para interpretar. Esto desemboca en una mala construcción de la lógica privada, término que denominó él mismo transformando el propuesto por su maestro Alfred Adler (1912, como se citó en Chávez, 2019) el cual, en primer lugar, lo nombró como inteligencia privada.

La lógica privada hace referencia a cómo cada persona se valora a sí misma, a los demás y al mundo que le rodea. Engloba aquello que se aprende a través de todo lo que vemos, sentimos y experimentamos, es decir, cómo vemos el mundo en función de nuestras vivencias, y en relación a todas esas experiencias cómo respondemos o actuamos en distintas situaciones de nuestro día a día. En ella, también influyen aspectos y creencias que van pasando de generación en generación y se transmiten en un entorno cercano. En la Figura 1, aparece el proceso que atraviesa la lógica privada:

Figura 1

Proceso lógica privada



Por ello, cuando se observa un comportamiento no deseado en los niños/as, en algunos casos llevado al extremo como en las rabietas, se debe tener en cuenta que quizás esa lógica privada de los más pequeños ha sido construida con ideas equivocadas, por lo que el niño/a no desea retar o desafiar y no es una muestra de mala educación, sino que al no realizar una buena interpretación sobre una situación ha construido unas creencias erróneas.

Para poder llegar a una buena interpretación y un buen razonamiento de los hechos, hay zonas del cerebro que deben estar bien desarrolladas, y a estas edades todavía no se ha alcanzado ese nivel de desarrollo.

Siegel y Payne (2012) para poder explicar el funcionamiento del cerebro de los niños/as de una forma más sencilla hacen referencia a una casa con dos plantas. En la planta baja, parte inferior del cerebro, se encuentran el tronco cerebral y el sistema límbico. Estas zonas son las relacionadas con las funciones más primitivas, como la capacidad de respirar, reacciones innatas y emociones fuertes como el miedo. En la primera planta, es decir, parte superior del cerebro, se encuentran la corteza cerebral y sus distintas partes, destacando la corteza prefrontal, que se encuentra justo detrás de la frente. A diferencia del cerebro inferior, este está más evolucionado, permite obtener una perspectiva más amplia del mundo. En él se llevan a cabo los procesos mentales más complejos como el pensamiento, la imaginación, la capacidad de planificar, etc.

Además, añaden que, un niño/a con el cerebro superior bien desarrollado y con la capacidad de que funcione de manera óptima, mostrará aptitudes maduras características de una persona adulta, como regular sus emociones, pensar antes de actuar, atender a las consecuencias o tener en cuenta los sentimientos de los demás (Siegel y Payne, 2012).

Estos autores exponen que hay que tener en cuenta un enfoque realista, el cerebro inferior está prácticamente desarrollado desde el nacimiento, y en su defecto, el superior no alcanza la madurez completa hasta más de los veinte años de edad, por lo que el cerebro superior de los niños/as está en proceso de completar su madurez. Es realmente importante entender esta realidad ya que, las capacidades que se han mencionado con anterioridad y que a veces se espera que aparezcan en los niños/as forman parte de una zona del cerebro que aún no tienen desarrollada. La tendencia de los niños/as es quedarse atrapados en esa parte inferior del cerebro sin poder recurrir a la superior (Siegel y Payne, 2012).

Una razón por la que los niños/as no pueden acceder a la parte más racional del cerebro es por la presencia de la amígdala. Esta tiene aproximadamente el tamaño de una almendra y se encuentra en el sistema límbico, parte inferior del cerebro. Permite procesar y manifestar de manera muy rápida las emociones, a la vez que se encuentra siempre alerta frente a posibles amenazas. Puede adueñarse de manera inmediata del control de la parte superior del cerebro, lo que comúnmente se denomina como “actuar sin pensar” (Siegel y Payne, 2012).

Por lo tanto, no solo el cerebro superior está en proceso de desarrollo, sino que también en los momentos de emociones intensas, como es una rabieta, esta parte racional queda inaccesible para los niños/as, que se dejan guiar por los aspectos más emocionales que rige el sistema límbico.

A este análisis añaden que, pueden producirse dos tipos de rabieta en función de la zona del cerebro en la que se haya originado. Una rabieta del cerebro superior aparece cuando el niño/a es capaz de decidir qué quiere tenerla y la utiliza para conseguir algo, poniendo a prueba las habilidades de gestión de los adultos. En este caso el niño/a tiene la capacidad de acabar con la rabieta en cualquier momento (Siegel y Payne, 2012).

De manera totalmente opuesta, cuando la rabieta se origina desde el cerebro inferior es completamente distinta. En este caso el niño/a no tiene la capacidad de acceder a su cerebro superior, es incapaz de controlar sus emociones y de usar ciertas aptitudes para poder enfrentarse a esa situación. Se encuentra dominado por la parte más primitiva y emocional, la

parte límbica del cerebro está al descubierto y es la amígdala la que ha tomado el control (Siegel y Payne, 2012).

Alrededor de los cuatro años el cerebro de los niños/as comienza a desarrollar las llamadas “neuronas inhibitorias”, que permitirán que, poco a poco los niños/as sean capaces de parar y pensar antes de actuar o de controlar sus emociones (Bilbao, 2021). Por ello, entre los dos y los cuatro años los niños/as se encuentran en una batalla interna de luchar por lo que quieren y la poca capacidad de contenerse.

3.3 Desarrollo del Autoconcepto y su Relación con las Rabieta

Según la RAE, Real Academia Española, se define el término autoconcepto como: “Opinión que una persona tiene sobre sí misma, que lleva asociado un juicio de valor”. A esta definición, Núñez y González (1994) añaden que, dentro del mismo se recogen las autopercepciones que un sujeto ha ido teniendo en su interacción con el entorno y las experiencias vividas, por lo que se puede determinar que el autoconcepto no se hereda.

El autoconcepto no está presente desde el momento del nacimiento, se va construyendo. Durante los primeros años de vida, de los 0 a los 6, el autoconcepto se forma de manera global, basado en atributos externos, arbitrarios e inestables (Fernández y Goñi, 2008).

Más adelante, entre los 2 y los 5 años se producirá la afirmación del yo, construyéndose las bases reales del autoconcepto sobre todo a partir del lenguaje y la interacción social (L'Écuyer, 1985).

A lo largo de estos periodos, la estabilidad en cuanto al autoconcepto es esencial, esto permitirá que el niño/a se desarrolle de manera óptima, aprovechando la gran plasticidad cerebral, influyendo en aspectos como: quién es, qué le gusta, desarrollo de formas de interactuar y actuar, etc.

De manera general los niños/as tienden a percibirse de manera positiva, sin generar diferencias entre su imagen real y un ideal. La información que reciben proviene principalmente de las personas más relevantes que conforman su entorno, por ello, algunas autoras, como Harter (1986), exponen la idea de que el autoconcepto está determinado por la importancia que se dé a cada uno de los factores que puedan intervenir en su construcción, los niños/as todavía no son capaces de realizar ese juicio de valor, por lo que, ese poder, reside en el adulto.

Heinsen (2018) explica que en el día a día surgen distintos momentos en los que, el adulto, al interactuar con los niños/as afianza la idea que tienen de sí mismos, pudiendo adquirir un carácter positivo o en su defecto negativo.

Las rabietas forman parte de uno de esos momentos en los que el adulto interacciona con el niño/a, un momento intenso y emocional dónde las respuestas, actuaciones y mensajes que se lanzan serán recogidos por los niños/as, generando así, poco a poco, la construcción de ese autoconcepto, el cual, les ayuda a entender quién son y en referencia a ello, a cómo actuar.

La atención y los cuidados afectuosos que se dan a los niños/as, sobre todo a edades tempranas, generan un vínculo afectivo con las personas cercanas a su entorno, el cual, será clave para construir una base sana y equilibrada en relación al autoconcepto, así como un buen desarrollo en el ámbito socializador (Bowlby, 1969).

Un autoconcepto bien desarrollado va a permitir que los niños/as puedan entender de forma más sencilla las emociones y sentimientos que van apareciendo y cómo se pueden gestionar y expresar.

Para profundizar más en el tema emocional, a continuación, se va a desarrollar un punto dedicado en exclusiva al reconocimiento y gestión emocional.

3.4 Reconocimiento y Gestión de las Emociones

El aspecto emocional siempre se ha encontrado en un segundo plano frente a otros factores a tener en cuenta dentro del desarrollo de los niños/as. Como, por ejemplo, en el ámbito educativo. Habitualmente se ha tenido la convicción de que el sistema educativo debe centrarse en aspectos meramente cognitivos, hoy en día, esta visión ha cambiado y se permite tener en cuenta una perspectiva más amplia en la que se incluyen las emociones: “Aprender, entender y canalizar nuestras emociones, se hace tan imprescindible como aprender a leer y escribir, tan importante como aprender a sumar” (Bisquerra, 2007, p. 14).

Atendiendo a su etimología, según González (2020) la palabra emoción proviene del verbo latín *emovere*, el cual significa movimiento, un impulso que desemboca en una acción. La emoción incita a actuar de una manera determinada de forma no intencional activándose en el sistema límbico, la parte más primitiva y emocional del cerebro y por la que más se dejan guiar los niños/as.

Una de las definiciones más sencilla para poder entender el término emoción es la propuesta por Bisquerra (2010, p.20, como se citó en Chulilla, 2020): “...es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno”.

Las emociones básicas se pueden clasificar en seis: alegría, miedo, tristeza, sorpresa, ira y asco. Conocer su función es realmente importante para poder llegar a entender la necesidad de que exista y se desarrolle una educación emocional de calidad durante la primera infancia.

Según Reeve (1994), las emociones tienen tres funciones principales:

- Función adaptativa: Se encarga de preparar al organismo para que realice una respuesta adecuada teniendo en cuenta el contexto de la situación generada.
- Función motivacional: Las emociones pueden condicionar la realización de una acción, por lo que pueden llevar a acercar o en su defecto alejar la idea de alcanzar dicha acción.
- Función social: Al ser capaces de comunicar lo que se siente, la comunicación e interacción con los demás es más sencilla.

Desde el nacimiento, los niños/as crecen en un entorno rodeado de emociones. Aprenden a manifestar las propias, a recibir las de los demás y a responder ante ellas. La manera en la que se realice este aprendizaje y se desarrolle emocionalmente repercutirá en su bienestar y calidad de vida (Heras et al., 2016).

Se entiende por educación emocional al proceso educativo a través del cual se pretende potenciar el desarrollo emocional, capacitando al individuo de conocimientos y habilidades que le permitan afrontar de manera satisfactoria retos que aparecen en el día a día (Bisquerra, 2003). La educación emocional centra sus fines en el reconocimiento de las propias emociones y la capacidad de autorregular las mismas.

Una buena educación emocional llevará a alcanzar lo denominado como, conciencia emocional. Tiene que ver con la capacidad de identificar aquello que se siente de manera individual y el sentir de los demás. Aquí entrarán en juego las neuronas espejo, como expone Aguado (2005) son las encargadas de que exista una comprensión propia sobre los estados emocionales de otros individuos. De manera general, los niños/as piensan que solo importan ellos/as en el mundo y que la figura del adulto está ahí para satisfacer las necesidades que surgen, pero, poco a poco, entre los 3 y los 5 años de edad (Hoffman 2002, como se citó en Divinity, 2020), esto va cambiando y la empatía comienza a desarrollarse.

Como dice Guerrero y Barroso (2019) para poder ser capaces de realizar distintas cosas y desenvolvemos en el día a día alguien ha tenido que enseñarnos, entre esas cosas, está la gestión emocional, “capacidad de guiar nuestro comportamiento de manera autónoma” (Martín y Navarro, 2009, p. 120).

Existe una línea muy fina entre dejarse llevar por una emoción o ser capaz de gestionarla. El control de las emociones, en personas adultas, es un proceso que requiere mucho trabajo y constancia, por lo que, el enfoque hacia los niños/as aún es más complejo y exhaustivo.

En la educación emocional es imprescindible que el adulto actúe como referente frente al niño/a, como defiende el aprendizaje social de Bandura (1987), la conducta del adulto va a marcar y generar un impacto en los modelos de aprendizaje del mismo/a. La forma de reaccionar es observada e imitada por los niños/as, transmitiendo a su vez el estado emocional que exista en ese momento. La comunicación tanto verbal como no verbal adquiere un papel fundamental, todo transmite algún tipo de información hacia los niños/as, los gestos, el tono de voz, la escucha activa, el contacto físico, la capacidad de regular el enfado, etc.

Algunos estudios afirman que cuando las emociones aparecen en un contexto no esperado de manera intensa o durante un periodo de tiempo prolongado pueden llegar a ser problemáticas (Gross, 2015, como se citó en García et al., 2020). Esto es lo que ocurre durante la explosión de una rabieta, dónde el niño/a se está comunicando y no es capaz de identificar, entender y gestionar la emoción que está sintiendo y el porqué de la misma, lo que desencadena un sentimiento de frustración siendo imposible controlar los actos impulsivos.

Las rabietas suelen desarrollarse con mayor intensidad de los 2 a los 3 años y se reducen en torno a los 4, esto es debido a que el niño/a ya va regulando mejor sus emociones y es capaz de comunicarlas ayudándose del lenguaje.

El adulto es la fuente reguladora de las emociones de los niños/as (López, 2007), ellos/as buscan ayuda en un referente que les proporcione conocimientos y herramientas para sobrellevar esas situaciones altamente emocionales (Carballo, 2018). A estas edades los niños/as son extremadamente emocionales, ya que, es entonces cuando el sistema límbico se está conformando (Mora, 2013).

Por ello, la educación emocional es un factor clave para poder solventar estas situaciones disminuyendo los comportamientos menos favorables.

En este sentido, queda demostrado que, incluir y dar valor a las emociones en el desarrollo de los niños/as, es el mejor momento, ya que es en la infancia cuando se crean

millones de conexiones cerebrales, a la vez que la morfología del cerebro se desarrolla (Salas, 2018).

3.5 Castigo vs. Educación en Positivo

Educar, es un trabajo de fondo realmente reconfortante y bonito, se disfruta aprendiendo de los niños/as y de cómo ellos van creciendo y evolucionando, adquiriendo experiencias y aprendizajes esenciales para la vida. Pero también existen momentos realmente frustrantes, en los que se plantean desafíos difíciles de superar (A. García, 2020).

A la hora de sobrellevar una rabieta se pueden tomar dos caminos: el que equivale a la vía rápida, el castigo, o el que tiene como sustento la educación en positivo, un proceso más lento, pero a la larga, más enriquecedor.

Según la RAE, se entiende por castigo como: “Pena que se impone a quien ha cometido un delito o falta”.

Por otro lado, la base que construye la educación en positivo es el uso de técnicas como el refuerzo positivo, preferiblemente refuerzos naturales, no materiales, que permitan crear un clima de bienestar (Navarro, 2015).

En ocasiones, el castigo se impone meramente por el hecho de conseguir obediencia, sin confiar realmente en la imposición del mismo, generando incluso una sensación de culpabilidad en el adulto. Esto no significa que no deban existir las consecuencias, los niños/as necesitan de una figura referencial que acompañe sus pasos, mostrando valores y aprendizajes a nivel general que le ayuden a desenvolverse y afrontar las situaciones de su día a día. Establecer normas claras es necesario para marcar cierta autoridad y respeto como adultos, pero no debe ser olvidado que los niños/as también tienen derecho a ser respetados.

El castigo se suele dar casi de manera automática, debido al contexto y la educación en la que se ha crecido. También puede ser una respuesta desesperada a una situación que ha sobrepasado la paciencia del adulto, agotando todos sus recursos y estrategias (L. García, 2020).

Cuando se castiga, hay que tener en cuenta que pueden intervenir aspectos tan serios como: la humillación, la dignidad, la autoridad, el miedo, el respeto, etc. Y pueden ser un arma de doble filo si no se tienen unos propósitos claros y coherentes (Peña, 2021).

A través del castigo se pretende enseñar, de manera práctica, las consecuencias de algunas acciones, pero esto no deja claro a los niños/as el por qué existe esa consecuencia, y es ahí donde reside el verdadero aprendizaje.

Según Camps (2008) a través del castigo tradicional se puede conseguir una obediencia, pero, ¿realmente un aprendizaje? Si el niño/a no entiende el motivo del castigo, la finalidad del mismo no tiene ningún sentido, ya que, castigar a alguien que no siente responsabilidad alguna por el acto que ha realizado, es un proceso sin ningún tipo de lógica (Meirieu, 2004, como se citó en Peña, 2021).

Por ello, es importante valorar que existen otras formas de realizar las cosas, y que pueden ser incluso mejores a las preestablecidas.

Una de ellas, puede ser, la educación en positivo, también llamada disciplina positiva. Surge como un método educativo alternativo a la educación tradicional, permitiendo abrir la mente y rompiendo la creencia de que, la educación autoritaria es la correcta. Dando así, libertad de expresión a los niños/as estableciendo como base el diálogo, la empatía y el respeto (Ruiz, 2016). El enfoque de esta disciplina se centra en la solución del problema y no en el castigo.

Alfred Adler (1920), pionero en el origen de la educación en positivo, defiende dos ideas en su teoría, en primer lugar, la importancia de entender y aceptar los errores como una oportunidad de aprendizaje y, en segundo lugar, el valor de que los niños/as se sientan respetados/as, escuchados/as y valorados/as.

El autor Ortega (2014) citado en Fernández (2022) establece cuatro principios en los que se desarrolla la educación en positivo:

1. *Equilibrio entre la amabilidad y la firmeza.* Es necesario establecer límites en algún momento, pero siempre desde el respeto, empatizando con los niños/as y aprendiendo a gestionar el uso de la amabilidad y la firmeza de manera simultánea para que no sea necesario pasar de un extremo a otro. Es importante explicar a los niños/as la importancia de que se cumpla ese límite, además ellos/as sienten que se les tiene en cuenta cuando se les explica el porqué de las cosas.
2. *Conexión con la otra persona y sentimiento de pertenencia.* Se debe tener en cuenta la importancia de que los niños/as se sientan partícipes de aquello que se esté desarrollando, que sientan que son visibles ante los ojos de los demás y se les tiene en cuenta. En las rabietas, cuando un niño/a está realizando un comportamiento

inapropiado, puede ocurrir que, este, no se sienta valorado y esté utilizando ese comportamiento como vía para intentar conseguirlo. Por ello, es importante no fijarse únicamente en la conducta, sino también en el desencadenante de la misma.

3. *Alentar y dar aliento.* La forma en la que se dicen las cosas es determinante. Animar al niño/a y hacerle sentir capaz de aquello que está intentando alcanzar es sumamente importante para potenciar en ellos/as el desarrollo de una personalidad en la que se encuentren seguros/as de sí mismos/as y sean autosuficientes. A largo plazo no será necesario una motivación externa, sino que, esta será totalmente interna.
4. *Errores como oportunidad de aprendizaje.* Como se ha comentado con Adler (1920) anteriormente, los errores deben ser una fuente de aprendizaje. Todas las personas cometen errores, esta idea debe quedar muy clara ante los niños/as ya que en estas edades tan tempranas se tiende mucho a sentirse inferiores frente a otros y a desarrollar miedo al fracaso. A través de la disciplina positiva, se contemplan las tres “R”: Reconocer el error (cometí un error), reconciliar (lo siento) y resolver el problema (el adulto trabaja junto al niño/a para encontrar una solución) (Fernández, 2022).

La autora Durrant (2013), añade a estos cuatro principios, otros dos más:

1. *Objetivos a largo plazo.* Hacen referencia a aquellos objetivos que los adultos quieren lograr para cuando los niños/as crezcan, por ejemplo, que sean amables, educados, sinceros, que no usen la violencia, etc. Tardarán tiempo en alcanzarse, pero serán la base de la crianza que se va a desarrollar. La autora defiende que lograr los objetivos a largo y corto plazo es una tarea complicada, ya que normalmente ambos entran en conflicto.
2. *Entender cómo piensan y sienten los niños/as.* Intentar ver el mundo a través de los ojos de los más pequeños/as es la única manera de poder llegar a entender su comportamiento.

Las rabietas son una demostración de lo que el niño/a está sintiendo y que por mucho que se ignore, se castigue o se riña no va a dejar de sentirlo, al contrario, se conseguirá que este se sienta mal por lo que está ocurriendo, llegando a aparecer el sentimiento de culpabilidad. En esa explosión de la rabieta el niño/a está siendo totalmente sincero, está confiando sus sentimientos y sus emociones, y lo más valioso que se puede hacer es aceptarlos. En estas ocasiones el niño/a necesita una persona

cercana que lo escuche (Federación de Enseñanza de CC.OO. de Andalucía, 2011, N.º 17).

A modo de conclusión, la educación en positivo proporciona grandes beneficios a los niños/as. Gorritxo (2018), expone que entre ellos se encuentra la empatía, los niños/as aprenden a tener en cuenta los sentimientos de los demás ya que esta está basada en el respeto. También se desarrolla la resiliencia, la capacidad de adaptarse a situaciones adversas a través de la adquisición de habilidades sociales necesarias para la vida.

A estos dos beneficios Bilbao (2021) añade: el desarrollo del control de sí mismos, el respeto hacia los demás, la capacidad de aprender a expresarse y el fortalecimiento de la autoestima.

A continuación, en el siguiente punto, se va a abordar la importancia de realizar una buena gestión durante el desarrollo de las rabietas, aportando pasos a seguir y las posibles consecuencias adversas tras no realizar una buena gestión de las mismas.

3.6 Gestión de Rabietas

Cuando un niño/a experimenta una rabieta, lo más importante, al igual que complejo, es permanecer calmado. Ayuda, el hecho de recordar que las rabietas son normales y forman parte del proceso madurativo de los niños/as. No son culpa de nadie (Campos, 2021). Por lo tanto, es imprescindible proporcionar, a los niños/as, estrategias que les ayuden a gestionar estas situaciones generando un ambiente y un entorno más agradable en el que el niño/a pueda desarrollarse por completo. Tirado (2020, como se citó en Campos, 2021) afirma en su libro: *Rabietas: Consejos y herramientas para lidiar con ellas con conciencia, humor y amor*, que todo ello se puede lograr a través del mindfulness y de técnicas como el autorregistro, la escucha activa, la respiración consciente y la aceptación y expresión de las emociones.

Al igual que es importante proporcionar estrategias para los niños/as también es importante que el adulto conozca ítems que le ayuden a gestionar su propia rabieta interna. A veces es necesario parar, respirar y continuar (López, 2023). Este mismo autor, propone los siguientes pasos a seguir para conseguirlo:

- Tiempo fuera. Salir de la habitación, apartarse del foco dónde está ocurriendo la rabieta puede ayudar mucho, a veces, simplemente se necesita tranquilidad y coger aire.

- Pensar si aquello que está desembocando esa pérdida de nervios es realmente tan importante y preocupante. Hay que relativizar la situación.
- Durante las rabietas el cerebro no escucha. Acompañar el sentimiento y, cuando este se calme, será de gran ayuda hablar.

Aprender a gestionar una rabieta, para conseguir llegar a la calma, no consiste en reprimirla, negarla, enfadarse, gritar o negar el derecho de expresión. Consiste en acompañar, no juzgar, empatizar y validar, ayudando a los niños/as a gestionar sus propias emociones. (Marín y Rincón, 2019).

Estos dos autores proponen diez claves para gestionar las situaciones explosivas que provocan las rabietas. Entre ellas, se destacan ocho:

1. Identificar la necesidad no cubierta. Muchas veces las rabietas se producen por una necesidad que no ha sido cubierta, tanto primaria (sueño, alimento, afectividad, libertad motriz, sentimiento de pertenencia, estimulación, etc.) como secundaria (a veces denominadas como “caprichos”, chuches, juguetes, etc.).
2. Prevenir antes que lamentar. Si se conoce el motivo por el que se desencadena la rabieta se debe intentar buscar una alternativa para que esta no ocurra.
3. Límites: pocos, coherentes y conocidos. Deben generar un espacio donde el niño/a pueda explorar con libertad teniendo en cuenta aquello que debe hacer, pero no imponiendo un único camino para alcanzarlo.
4. Calma. El adulto es el que tiene la capacidad de controlar la rabia, el desborde emocional es del niño/a. ¿Si el adulto no se controla, cómo lo va a hacer el niño/a?
5. Acompañar. Acompañar en la gestión de sus emociones y durante el conflicto interno que está sufriendo. Ponerse a su altura, verbalizar aquello que está sintiendo, lo que está pasando, no intentar razonar.

Errores habituales:

- Negar la emoción: “no llores”, “no pasa nada”, “te estás pasando”.
 - Corregir de inmediato. Antes de corregir y de proponer una solución al problema se deben de acompañar las emociones que están aflorando.
 - Amenazar, chantajear: “si no paras de llorar no te compraré el juguete”, “si paras de llorar iremos a la piscina”.
 - Ignorar, gritar, distraer, etc.
6. Validar. Dejar al niño/a que se exprese y tenerlo en cuenta. No juzgar por lo que está

sucedendo, empatizar y comprenderlo.

7. Después de acompañar, dar alternativas para solucionar el conflicto.
8. Lo ocurrido no es algo personal. El niño/a no está retando, no está fastidiando, no lo está haciendo a propósito.

Los autores Diaz y Bonet (2005) exponen que, durante los pasos a seguir durante el desarrollo de una rabieta, es muy importante no ceder y mantenerse sereno. Si unas veces se cede y otras no, los niños/as se confunden y no entienden cuál es la mejor forma de actuar. El desencadenante de las rabietas normalmente suele ser un “no”, el cual, debe ser firme y mantenerse a pesar del enfado.

Una estrategia, frente a las rabietas, que proponen dichos autores es el *time out*. Consiste en apartar al niño/a del ambiente en el que está recibiendo estímulos positivos, a pesar de su conducta, hacia un lugar donde los estímulos sean neutros. Únicamente se han de explicar las condiciones: estará apartado unos minutos ya que su actitud no es correcta, cuando se calme continuará lo que estaba haciendo. La duración que se propone es de 1 minuto por año, con un máximo de 20 minutos.

Para conseguir que este tipo de procedimientos funcionen, es muy importante reforzar los comportamientos positivos. Existen varios tipos de reforzadores (Diaz y Bonet, 2005):

- Sociales: expresiones verbales (“qué bien lo has hecho”), gestos faciales (sonrisas), contacto físico (abrazos, besos), mostrar interés cuando el niño/a habla, etc.
- Materiales: preparar alguna comida de su agrado, comprar algún juguete.
- De actividad: realizar alguna actividad que le guste al niño/a (contar un cuento, ver una película en compañía del adulto).
- Economía de fichas: en función de su comportamiento el niño/a gana fichas, pegatinas o el elemento que se establezca. Cuando llega a x número se canjea por algún tipo de premio (comer fuera, ir al cine, comprar algún objeto, etc.).

Se recomienda utilizar los reforzadores materiales en el comienzo del aprendizaje para incentivar al niño/a. No obstante, se cansan muy pronto y es aconsejable usarlos junto a un reforzador social. Los reforzadores de actividad son los que mejoran la autoestima del niño/a, favorecen el aprendizaje y refuerzan el vínculo afectivo adulto-niño/a. Dedicarles tiempo consciente y de calidad es el mayor de los regalos.

Normalmente, las alertas y la búsqueda de soluciones se dan cuando la rabieta ya ha estallado, pero, pocas veces se es consciente de que la solución puede aparecer antes que el problema.

Bilbao (2021), propone una serie de estrategias, las cuales no conseguirán que las rabietas desaparezcan de la noche a la mañana, pero ayudarán a reducir las probabilidades de que estas aparezcan.

1. Firmeza y calma: actitud firme pero calmada.
2. Rutinas claras: ayudan al niño/a a tener una sensación de control frente a su entorno.
3. Terminar las rabietas de forma positiva: un abrazo es el mejor cierre. De esta forma, cuando el cerebro del niño/a comienza a calmarse, se está reforzando su calma.
4. Priorizar sueño y descanso.
5. Evitar actividades demasiado largas o cansadas.
6. Mostrar ejemplo de autocontrol: el buen control emocional del adulto se verá reflejado en el de los niños/as.
7. Juegos de autocontrol: el autocontrol es necesario para ser capaces de gestionar la frustración.
8. Reconocer los progresos.

Las rabietas están dentro de lo que se denominan problemas conductuales, ya que, aparecen durante el desarrollo normal de los niños/as, forman parte del proceso evolutivo y no son persistentes en el tiempo. Pero, si no se realiza una buena gestión de las mismas o no se da la importancia que merecen, pueden acabar convirtiéndose en trastornos conductuales. Estos afectan en el ámbito personal, familiar y académico, presentan comportamientos antisociales y el diagnóstico se realiza por profesionales de la salud habiendo durado los síntomas mínimo seis meses (Megías y Lozano, 2019).

Según el DSM-V pueden ser trastornos como: Trastorno negativista desafiante, trastorno de conducta y trastorno explosivo intermitente (Durango, 2021).

4. Propuesta de Intervención

La presente propuesta de intervención está diseñada para que, a través de las 15 actividades que la conforman, se puedan entender y gestionar de una manera más respetuosa

las rabietas, ya que, como comenta Bilbao (2021) a edades tempranas los niños/as no están preparados todavía para hacerlo. Actuando tanto desde la perspectiva de los niños/as como desde la de los adultos.

También ayudará a los niños/as a reconocer las diversas emociones que pueden sentir y a cómo regular aquellas que se manifiestan de manera más explosiva. Como defiende Salas (2018), la infancia es el mejor momento para dar valor a las emociones, ya que, es entonces cuando el cerebro está en un proceso de desarrollo activo y constante.

En cuanto a la actuación destinada a los adultos, se ofrecerán diferentes estrategias para afrontar las rabietas a nivel intra e interpersonal. Como destaca Bowlby (1969) la figura del adulto, en cuanto a la actuación con los niños y el afecto que se proporciona, es crucial para construir una base sana y equilibrada, así como un desarrollo óptimo.

Dicha propuesta de intervención está compuesta por unos objetivos, contenidos, una temporalización, un cronograma, 15 actividades y es desarrollada a través de una metodología y una evaluación. Dichos apartados quedan explicados a continuación.

Esta propuesta de intervención no se ha podido llevar a cabo, por lo que, la información que va a aparecer a continuación, y de la cual, se sustenta la intervención, está basada en las experiencias vividas en el desarrollo de las Prácticas Escolares III y en las Prácticas Escolares en Atención a la Diversidad.

4.1 Contextualización y Destinatarios

El centro en el que se hubiera llevado a cabo la propuesta de intervención corresponde al CEIP Antonio Martínez Garay ubicado en Casetas, barrio de la provincia de Zaragoza. Su población es de 6.746 habitantes en el censo de 2.022, con un número de inmigrantes empadronados ese mismo año de 1.707, siendo los países más representados: Rumanía, Polonia, Ecuador y Marruecos. Es un colegio público de una sola vía, bilingüe en inglés Brit.

El profesorado que conforma el centro es estable y existe cooperación para la realización de diferentes actividades y propuestas tanto a nivel de ciclo como global en el centro. Se llevan a cabo proyectos como: Entramos cantando, coro escolar, huerto escolar, ludoteca, Medios Informativos y Audiovisuales (MIA) y Escuela Promotora de Salud. Existe una vinculación y colaboración con las familias a través del AMPA, desarrollando proyectos como: recogida de alimentos en la campaña de Navidad, charlas para madres y padres, teatro

de madres, actividades de fin de curso y actividades extraescolares. Cuenta con el servicio de madrugadores y con comedor escolar.

La mayoría del alumnado pertenece a un nivel socio cultural medio, y en algunos casos, medio-bajo, de familias trabajadoras en diferentes sectores y sus necesidades educativas se orientan a una formación básica, humana y cultural que les permita afrontar con garantías la Enseñanza Secundaria Obligatoria (ESO). El alumnado matriculado en el Centro responde a las características de la población señalada anteriormente: alumnos con una amplia variedad de niveles en cultura, lengua, inquietudes, intereses, trabajo, etc: alumnos con necesidades educativas especiales, alumnos de incorporación tardía al sistema educativo, alumnos con dificultades de aprendizaje y alumnos de minorías étnicas e inmigrantes en condiciones socio-culturales desfavorecidas y que presentan dificultades en su aprendizaje debidos, al grado de absentismo escolar en unos casos y al desconocimiento del castellano en otros. El Colegio forma parte de la Comisión de Absentismo de la zona que busca la asistencia normalizada de todo el alumnado. El número de alumnos entre todas las etapas varía de 135 a 140 que se distribuyen de la siguiente manera:

E. Infantil.....45 – 50 alumnos/as
E. Primaria.....90 – 95 alumnos/as

El aula a la que iría destinada la propuesta de intervención sería la correspondiente a 3 años. El grupo está formado por 8 niñas y 7 niños. En cuanto a las características personales del alumnado, se puede concretar que, es un grupo bastante heterogéneo en cuanto al nivel de desarrollo, acorde a su edad, en el que se encuentran, debido a sus características personales. Dichas características o entorno propio de algunos de los niños/as puede explicar cierto retraso o aumento, en algunos momentos, en su rendimiento escolar.

Es un buen grupo para llevar a cabo esta propuesta de intervención ya que, la existencia de diversidad cultural en el aula, en algunos casos, va unida a que parte del alumnado ha sufrido la situación de dejar su país de origen natal para empezar una nueva etapa aquí, en España, lo que puede generar estrés y cambios repentinos en el comportamiento de los niños/as. Por ello, esto no quiere decir que las rabietas estén relacionadas con aspectos culturales, todo lo contrario, como se ha comentado con anterioridad, las rabietas son totalmente naturales durante el desarrollo normal del niño/a, pero existen ciertos factores que pueden afectar desencadenando las mismas y que se conviertan en algo periódico, como puede ser ese cambio tan radical en la vida de un niño/a.

A su vez, la propuesta de intervención permitirá reforzar el vínculo entre familia-escuela y familia-niños/as ya que, parte de las mismas, no muestra mucho interés y participación en los aspectos educativos y emocionales de los niños/as, muchas veces debido al desconocimiento sobre el tema.

4.2 Objetivos

Con la propuesta de intervención didáctica que se plantea, se pretenden conseguir los siguientes objetivos:

Objetivo general:

- Conocer estrategias para prevenir, trabajar y gestionar las rabietas.

Objetivos específicos:

Niños/as:

- Desarrollar un autoconcepto sano.
- Conocer y respetar la diversidad.
- Identificar y reconocer las emociones.
- Mejorar la gestión emocional.

Educadores/as y Familia:

- Regular la gestión emocional.
- Integrar la educación en positivo.

4.3 Contenidos

Los contenidos que se desarrollan en la presente propuesta de intervención, y que quedan respaldados por la ORDEN ECD/853/2022, de 13 de junio, por la que se aprueban el currículo y las características de la evaluación de la Educación Infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón, son los siguientes:

CRECIMIENTO EN ARMONÍA

Bloque A. El cuerpo y el control progresivo del mismo.

- Imagen global y segmentaria del cuerpo: características individuales y percepción de los cambios físicos.
- Autoimagen positiva y ajustada ante los demás.
- Identificación y respeto de las diferencias.
- El juego como actividad placentera y fuente de aprendizaje. Normas de juego y aceptación de las mismas.

Bloque B. Equilibrio y desarrollo de la afectividad.

- Herramientas para la identificación, expresión, aceptación y control progresivo de las propias emociones, sentimientos, vivencias, preferencias e intereses.
- Estrategias para desarrollar la seguridad en sí mismo y en sí misma, el reconocimiento de sus posibilidades y la asertividad respetuosa hacia los demás.
- Aceptación constructiva de errores, control de la frustración y correcciones: manifestaciones de superación y logro.

Bloque D. Interacción socioemocional en el entorno. La vida junto a los demás.

- Habilidades sociales y de convivencia: comunicación de sentimientos y emociones y pautas básicas de convivencia, que incluyan el respeto a la igualdad de género.
- Estrategias de autorregulación de la conducta. Empatía y respeto.
- Resolución de conflictos surgidos en interacciones con las otras personas.

DESCUBRIMIENTO Y EXPLORACIÓN DEL ENTORNO

Bloque A. Diálogo corporal con el entorno. Exploración creativa de objetos, materiales y espacios.

- Objetos y materiales. Interés, curiosidad y actitud de respeto durante su exploración.

COMUNICACIÓN Y REPRESENTACIÓN DE LA REALIDAD

Bloque A. Intención y elementos de la interacción comunicativa.

- Repertorio comunicativo y elementos de comunicación no verbal.
- Comunicación interpersonal: empatía y asertividad.

- Convenciones sociales del intercambio lingüístico en situaciones comunicativas que potencien el respeto y la igualdad: atención, escucha activa, turnos de diálogo y alternancia.

Bloque C. Comunicación verbal oral. Expresión-comprensión-diálogo.

- El lenguaje oral en situaciones cotidianas: conversaciones, juegos de interacción social y expresión de vivencias.

Bloque E. Aproximación a la educación literaria.

- Textos literarios infantiles orales y escritos con contenido libre de prejuicios, que respondan a los retos del siglo XXI y desarrollen valores sobre cultura de paz, derechos del niño y de la niña, igualdad de género y diversidad étnico-cultural.
- Vínculos afectivos y lúdicos con los textos literarios.
- Conversaciones y diálogos en torno a textos literarios libres de prejuicios y estereotipos sexistas.

Bloque F. El lenguaje y la expresión musical.

- Intención expresiva en las producciones musicales.
- La escucha musical como disfrute.

Bloque G. El lenguaje y expresiones plásticas y visuales.

- Intención expresiva de producciones plásticas y pictóricas.

Bloque H. El lenguaje y la expresión corporal.

- Juegos de expresión corporal y dramática.

4.4 Temporalización

La propuesta de intervención que se presenta va a tener una duración de 13 días, distribuidos en los meses de febrero y marzo comprendidos en el curso escolar 2022/2023. Consta de 15 actividades, 13 de las cuales, las destinadas al alumnado, se han realizado durante el horario lectivo del centro, y las otras 2, destinadas a educadores/as y familias, en horario vespertino para intentar facilitar la asistencia.

¿Su rabieta o la tuya?

En el mes de septiembre no se desarrollará ninguna actividad, ya que, lo más importante al inicio del curso es realizar un buen periodo de adaptación. Los meses de octubre, noviembre, diciembre y enero se destinarán a fortalecer el vínculo afectivo con y entre el alumnado para, en los dos siguientes meses, poder desarrollar de manera satisfactoria las distintas actividades que conforman la propuesta de intervención.

A continuación, se muestra el cronograma con la distribución de las actividades:

Febrero						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7 "Orguloso/a de mi" "Charla Miriam Tirado y Álvaro Bilbao"	8	9 "Nos queremos"	10	11	12
13	14 "Me identifico con..."	15	16 "Confeti de elogios"	17	18	19
20	21 "El Tesoro"	22	23 "Autolibro"	24	25	26
27	28					

Marzo						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9 "Emo - mímica" "Ponte en su lugar"	10	11	12
13	14 "Bingo de	15	16 "Música,	17	18	19

	emociones''		pintura y emociones''			
20	21 "Emocionario"	22	23 "Noah"	24	25	26
27	28 "¿Sabemos calmarnos?"	29	30 "Rincón de la calma"	31		

Nota. El color azul hace referencia a todas las actividades que trabajan el autoconcepto, el color amarillo a todas aquellas que trabajan el reconocimiento y la gestión emocional y el color naranja hace referencia a aquellas que están destinadas a los educadores/as y familias.

4.5 Metodología

La metodología en la educación infantil es un aspecto crucial a tener en cuenta ya que es la forma en la que los educadores planifican y llevan a cabo las diferentes actividades o propuestas educativas. La elección de una buena metodología es importante para alcanzar los objetivos que se proponen y conseguir que el desarrollo y aprendizaje del alumnado sea óptimo. Generar un ambiente seguro, estimulante, potenciando las capacidades y atendiendo a la diversidad que se encuentra en el aula conseguirá producir aprendizajes significativos, aprendizajes que realmente dejen huella en el alumnado. Idea que parte de la teoría constructivista defendida por Ausubel y que se desarrolla en base a la experiencia, la cual, es un factor clave en el proceso educativo, donde el alumno pasa de desempeñar un papel pasivo a uno activo (Sobeida et al., 2021). Lo importante no es el final, es el camino que se recorre.

Para llevar a cabo la propuesta de intervención, se sustentará de una metodología la cual tendrá presente en todo momento la atención a la diversidad en todos sus contextos, atendiendo a la ORDEN ECD/913/2023, de 11 de julio, por la que se modifica la Orden ECD/1004/2018, de 7 de junio, por la que se regula la Red Integrada de Orientación Educativa en los centros docentes no universitarios sostenidos con fondos públicos de la Comunidad Autónoma de Aragón, y la Orden ECD/1005/2018, de 7 de junio, por la que se regulan las actuaciones de intervención educativa inclusiva. Lo que supone ofrecer distintas respuestas atendiendo a las motivaciones, intereses y necesidades de los niños/as, teniendo en cuenta sobre todo el ritmo de desarrollo individual. Por lo que las actividades serán abiertas y

flexibles para que, a la hora de llevarlas a la práctica, la adaptación y el desarrollo con los niños/as sea más eficaz.

El ambiente en el aula será organizado y acogedor creando un clima de confianza donde ellos/as puedan sentirse seguros/as y queridos/as, como defiende Loris Malaguzzi atendiendo a la filosofía de Reggio Emilia, relacionando el concepto de belleza con el ambiente, ya que entiende que el espacio es un tercer educador (Malaguzzi 1946, como se citó en Rivera, 2005).

Se ha seleccionado como metodología el aprendizaje cooperativo en el que, el alumnado alcanza una meta, la cual se ha determinado, a través del trabajo en equipo. Se alcanzan propósitos personales individuales, pero a su vez, también se contribuye en los logros de los demás. La elección de este modelo metodológico nace de la importancia de transmitir valores como la empatía, el respeto y la colaboración, trabajando también aspectos realmente importantes como la capacidad de reflexión y la resolución de conflictos. También es un gran aliado a la hora de trabajar la comunicación en los más pequeños, entender y hacernos entender es un elemento crucial que debe ser desarrollado y potenciado desde edades tempranas. Autores como Johnson (1994) aseguran que, a través de las investigaciones existentes, se puede afirmar que el aprendizaje cooperativo proporciona beneficios como: mayor tasa de esfuerzo en el rendimiento de los alumnos, aumento de las relaciones interpersonales y mayor salud mental, incluyendo dentro de la misma la mejora de la autoestima.

A través de esta metodología se trabajan dos de los pilares que forman parte del informe Delors, aprender a convivir y aprender a ser, dos pilares fundamentales que deben empezar a forjarse de manera adecuada en la educación infantil, ya que somos seres sociales por naturaleza destinados a vivir en sociedad.

El papel del maestro/a es imprescindible en el acompañamiento de los niños/as, se adoptará una actitud paciente, cálida, coherente con los valores que se desean transmitir y con capacidad para respetar los ritmos y las necesidades de cada uno/a. Como defiende Bandura (1987) la conducta del adulto va a ser un factor determinante en los modelos de aprendizaje que adopten los niños/as.

Existirá también una conexión entre familia y el/la maestro/a, ya que, ese intercambio de información entre ambos, dará pie a posibles reflexiones y a una actuación más coherente y continua, de la cual los niños/as saldrán beneficiados/as.

4.6 Actividades

La estructura general de las actividades se divide en dos grandes bloques, las destinadas a los niños/as y las que corresponden a educadores/as y familias. Dentro de los mismos se subdividen en: autoconcepto, reconocimiento y gestión emocional y gestión de las rabietas.

Niños/as	
AUTOCONCEPTO	<ul style="list-style-type: none"> - Orgulloso/a de mí. - Nos queremos. - Me identifico con... - Confeti de elogios. - El tesoro. - Autolibro
RECONOCIMIENTO Y GESTIÓN EMOCIONAL	<ul style="list-style-type: none"> - Emo-mímica. - Bingo de emociones. - Música, pintura y emociones. - Emocionario. - Noah. - ¿Sabemos calmarnos? - Rincón de la calma.
Educadores/as y Familias	
GESTIÓN DE LAS RABIETAS	<ul style="list-style-type: none"> - Charla Miriam Tirado y Álvaro Bilbao. - Ponte en su lugar.

Niños/as.

Autoconcepto.

Nombre de la Actividad: Orgullosa/a de mí.	Nº: 1
Duración: 30 minutos.	Destinatarios: 3 años.
	Tipo de agrupamiento: Gran grupo.
Espacio donde se desarrolla: Aula.	
<p>Desarrollo: En primer lugar, se situará al alumnado en modo de asamblea en el suelo y se explicará brevemente en qué va a consistir la actividad. A continuación, se pedirá al alumnado que se coloque en sus respectivas mesas. Los niños/as deberán realizar un dibujo en el que queden reflejados ellos/as mismos/as realizando algo que se les dé bien o que disfruten haciéndolo. Cuando todos/as hayan acabado, se volverá a la asamblea y, de manera ordenada, cada uno explicará el dibujo que ha realizado y por qué.</p>	
Recursos necesarios: Folios, lápices y pinturas.	
<p>Observaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Es importante que, en el momento de exponer los dibujos, todos/as presten atención y respeten el turno de sus compañeros/as. 	

Nombre de la Actividad: Nos queremos.	Nº: 2
Duración: 30 minutos.	Destinatarios: 3 años.
	Tipo de agrupamiento: Gran grupo.
Espacio donde se desarrolla: Aula.	
<p>Desarrollo: En primer lugar, se situará al alumnado en modo de asamblea en el suelo y se explicará brevemente en qué va a consistir la actividad. Se situará en medio de la asamblea una caja en la que dentro se encontrarán unas tarjetas con cada nombre de los niños/as acompañado de su foto. De uno en uno se irán levantando, y sin mirar, meterán la mano en la caja para coger una de las tarjetas. Identificarán la foto y el nombre y tras reconocer cual de sus compañeros/as es, deberán decir algo bonito sobre él/ella.</p>	
Recursos necesarios: Caja y tarjetas.	
Observaciones:	

- Si algún niño/a coge la tarjeta y coincide que es la suya, volverá a coger otra.

Nombre de la Actividad: Me identifico con...	Nº: 3
Duración: 45 minutos.	Destinatarios: 3 años.
	Tipo de agrupamiento: Gran grupo.
Espacio donde se desarrolla: Aula.	
<p>Desarrollo: En primer lugar, se situará al alumnado en modo de asamblea en el suelo. Se proyectará el corto de Pixar: Boundin. Tras su visionado se preguntará al alumnado con qué protagonista o personaje se identifican y por qué. A través de estas preguntas se pretende crear con el alumnado un diálogo en el que poder compartir el cómo se sienten y el por qué se han visto reflejados en esos personajes, analizando aspectos positivos y a mejorar de los mismos.</p>	
Recursos necesarios: Corto Boundin.	
<p>Observaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El corto puede ser sustituido por cualquier otro, también por un cuento o película que cumpla con las condiciones para luego generar el diálogo con los niños/as. 	

Nombre de la Actividad: Confeti de elogios.	Nº: 4
Duración: 30 minutos.	Destinatarios: 3 años.
	Tipo de agrupamiento: Gran grupo.
Espacio donde se desarrolla: Aula.	
<p>Desarrollo: En primer lugar, se situará al alumnado en modo de asamblea en el suelo. En el centro de la asamblea se colocará una bolsa llena de confeti. Cada niño/a, de manera ordenada, deberá levantarse y situarse junto a la bolsa, y pensar en algún elogio o palabra bonita hacia si mismo/a. Al terminar se conversará con el alumnado sobre lo importante que es quererse y valorarse.</p>	
Recursos necesarios: Bolsa de confeti.	
Observaciones:	

- Se debe estar atento/a por si algún niño/a se bloquea a la hora de pensar el elogio. Si esto sucede, hay que acompañarle para que no sienta que no tiene nada bueno que decirse.

Nombre de la Actividad: El tesoro.	Nº: 5
Duración: 45 minutos.	Destinatarios: 3 años.
	Tipo de agrupamiento: Gran grupo.
Espacio donde se desarrolla: Aula.	
<p>Desarrollo: En primer lugar, se situará al alumnado en modo de asamblea en el suelo. En medio de la asamblea se colocará un cofre, el cual custodia un gran tesoro. Se preguntará a los niños/as que creen que hay dentro, y de uno/a en uno/a se acercarán para comprobar si han acertado o no, sin poder decir al resto de compañeros/as lo que han visto porque es un secreto. Dentro del cofre hay un espejo, por lo que, cuando los niños/as lo abran, se verán reflejados, ese es el verdadero tesoro. Cuando todos/as hayan visto el interior del cofre se iniciará un diálogo sobre lo que han visto, ¿qué es lo que había dentro?, ¿os ha gustado?, ¿es un tesoro?, ¿por qué?... Para finalizar, entre todos/as se pintará un mural en forma de cofre, al que se le colocará un espejo en el medio y se colgará en el aula para recordar que ellos/as son el verdadero tesoro.</p>	
Recursos necesarios: Cofre, espejo, papel de estraza, pinceles y témperas.	
<p>Observaciones: - El papel activo del docente en el momento del diálogo es crucial para poder desarrollarlo de manera satisfactoria.</p>	
Nombre de la Actividad: Autolibro.	Nº: 6
Duración: 30 minutos.	Destinatarios: 3 años.
	Tipo de agrupamiento: Gran grupo.
Espacio donde se desarrolla: Aula.	
<p>Desarrollo: En primer lugar, se situará al alumnado en modo de asamblea en el suelo y se explicará brevemente en qué va a consistir la actividad. Cada uno tendrá en su mesa un folio en horizontal dividido en dos por una línea, en una de las partes deberán dibujarse tal y como ellos se ven, y en la otra parte deberán pegar las pegatinas con las que más se identifiquen, habrá de todo tipo, de distintos colores, formas, dibujos... Al finalizar quedará el reflejo de cómo son por fuera y por</p>	

dentro. Se juntarán todas las producciones y se creará un autolibro, el cual se dejará en el rincón de la biblioteca.

Recursos necesarios: Folios, pinturas y pegatinas.

Reconocimiento y gestión emocional.

Nombre de la Actividad: Emo-mímica.	Nº: 7
Duración: 30 minutos.	Destinatarios: 3 años.
	Tipo de agrupamiento: Gran grupo.
Espacio donde se desarrolla: Aula	
Desarrollo: En primer lugar, se situará al alumnado en modo de asamblea en el suelo y se explicará brevemente en qué va a consistir la actividad. Se contará con una serie de tarjetas en las que aparecerán diferentes emociones. El alumnado irá saliendo de manera ordenada para coger una tarjeta y escenificar la emoción que le haya tocado para que sus compañeros/as la adivinen.	
Recursos necesarios: Tarjetas de emociones (Anexo I).	

Nombre de la Actividad: Bingo de Emociones.	Nº: 8
Duración: 30 minutos.	Destinatarios: 3 años.
	Tipo de agrupamiento: Gran grupo.
Espacio donde se desarrolla: Aula.	
Desarrollo: En primer lugar, se situará al alumnado en modo de asamblea en el suelo y se explicará brevemente en qué va a consistir la actividad. Se repartirá a cada niños/a un cartón de bingo en el que aparecen diversas emociones, y tantos tapones como emociones aparezcan. El docente irá sacando tarjetas con distintas emociones a la vez que dice en alto la emoción que es, el alumnado deberá estar atento para comprobar si esa emoción aparece en su cartón, si es así, deberá poner un tapón encima de dicha emoción. El/la que antes consiga tapar todas las emociones con los tapones, cantará bingo. Cuando esto ocurra, se comprobará que el bingo es correcto.	
Recursos necesarios: Cartones de bingo emociones, tarjetas emociones y tapones (Anexo II).	

Observaciones:

- El mostrar la tarjeta de la emoción que se tiene que buscar en el cartón, facilita al alumnado a focalizarse en lo que está buscando y se precisa atención. Además, así, para comprobar el bingo se tienen controladas las emociones que han salido.

Nombre de la Actividad: Música, pintura y emociones.	Nº: 9
Duración: 30 minutos.	Destinatarios: 3 años.
	Tipo de agrupamiento: Gran grupo.
Espacio donde se desarrolla: Aula.	
<p>Desarrollo: En primer lugar, se situará al alumnado en modo de asamblea en el suelo y se explicará brevemente en qué va a consistir la actividad. Se colocará un trozo grande de papel de estraza en el suelo, alrededor se dispondrán recipientes con pintura de distintos colores, pinceles y esponjas. Se irán reproduciendo diferentes tipos de música, algunas con un ritmo lento, otras con un ritmo más rápido... Se dejará libertad al alumnado para que dibuje, pinte y exprese lo que quiera y cómo quiera en el papel. Al finalizar en modo de asamblea se compartirán las diferentes sensaciones. El mural con el resultado final se colocará en una de las paredes del aula.</p>	
Recursos necesarios: Papel de estraza, témperas, recipientes, pinceles y esponjas.	
<p>Observaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se pueden lanzar pequeñas indicaciones acordes a la música para incentivar al alumnado, por ejemplo: “Ahora lento, con calma, como un mar tranquilo”. 	
Nombre de la Actividad: Emocionario.	Nº: 10
Duración: 45 minutos.	Destinatarios: 3 años.
	Tipo de agrupamiento: Gran grupo.
Espacio donde se desarrolla: Aula.	
<p>Desarrollo: El Emocionario es un libro donde se pueden encontrar explicados 42 estados emocionales para saber identificarlos y poder expresar lo que realmente sentimos. En primer lugar, se seleccionará aquellos más sencillos para trabajar con el alumnado. Con los niños/as situados/as en modo de asamblea se leerá la descripción que aparece en el libro sobre los mismos y se enseñará la ilustración. A partir de ahí se generará un diálogo con el alumnado sobre dichos estados emocionales. Por ejemplo, que entienden ellos/as por amor, cuando lo han sentido, ¿les gusta?, qué ven y sienten con</p>	

la ilustración, ¿hay amor en ella?...

Tras finalizar el diálogo, se creará un emocionario propio, donde los niños/as serán los protagonistas. Se seleccionarán distintas emociones, las cuales, los niños/as reflejarán a través de sus caras, se les hará una foto y junto con las del resto de los compañeros/as se creará un libro dónde queden recogidas todas ellas.

Recursos necesarios: Libro *emocionario* (Anexo III) y cámara de fotos.

Observaciones:

- El papel activo del docente en el momento del diálogo es crucial para poder desarrollarlo de manera satisfactoria.

Nombre de la Actividad: Noah.

Nº: 11

Duración: 30 minutos.

Destinatarios: 3 años.

Tipo de agrupamiento: Gran grupo.

Espacio donde se desarrolla: Aula.

Desarrollo:

Se comenzará exponiendo a los niños/as que se va a leer el cuento “Noah”. Para ello, se situará al alumnado a modo de asamblea, en medio círculo, y el docente se colocará en frente de ellos/as, a la misma altura. Se procederá a leer el cuento de manera pausada y enfatizada, mostrando a los niños/as las ilustraciones.

Al finalizar se lanzarán una serie de preguntas sencillas en torno al cuento: ¿Os ha gustado?, ¿qué le pasaba a Noah?, ¿cómo se sintió?, ¿cómo consigue tranquilizarse?, ¿alguna vez os habéis sentido así?...

El docente previamente habrá preparado una botella, llenándola de agua, echándole un poco de tempera roja para que coja color y un poco de purpurina. Se explicará al alumnado que esa botella llena de agua roja es un enfado, pero que si se fijan bien hay un poco de purpurina, porque, dentro de nosotros, aun cuando estamos enfadados, siempre hay una parte que brilla y quiere solucionar las cosas.

Hay que intentar que ese enfado se vaya, por lo que, cada niño/a dirá algo por lo que alguna vez se ha enfadado o frustrado y tendrá que proponer una solución. Cuando lo haga, vaciará un poquito del agua de la botella en un recipiente, así, poco a poco el enfado irá desapareciendo.

Recursos necesarios: Libro *Noah* (Anexo IV), botella, agua, témpera roja, purpurina y recipiente.

Nombre de la Actividad: ¿Sabemos calmarnos?	Nº: 12
Duración: 30 minutos.	Destinatarios: 3 años.
Tipo de agrupamiento: Gran grupo.	
Espacio donde se desarrolla: Sala de psicomotricidad.	
<p>Desarrollo: En primer lugar, se situará al alumnado en modo de asamblea en el suelo. La actividad va a consistir en enseñar al alumnado técnicas para volver a la calma en los estados de descontrol y frustración emocional.</p> <p><u>Mano:</u> Se abre y se extiende una mano, con el dedo índice de la mano contraria vamos subiendo y bajando, recorriendo los dedos de la mano abierta. En las subidas se inspira profundamente y en las bajadas se expira. Realizar tantas veces como sea necesario para llegar a la calma.</p> <p><u>Tortuga:</u> Cuando se está muy enfadado la cabeza no piensa, por ello, hay que transformarse en tortugas para poder volver a la calma, ellas suelen ser tranquilas y lo hacen muy bien. Lo primero es recoger todo nuestro cuerpo, como una tortuga, nos ponemos de rodillas, tripa pegada a las piernas, brazos pegados al cuerpo y juntar la barbilla con el pecho. Ahora aguantamos quietos unos segundos y pensamos en aquello que ha ocurrido, ahora cogemos aire por la boca llenando la tripa y soltamos lentamente por la nariz. Para terminar, poco a poco, vamos transformándonos otra vez en niños/as.</p> <p><u>Pomperos:</u> Se repartirá a cada niño/a un pompero, primero, se les dejará jugar y experimentar libremente. A continuación, se explicará que para que las pompas de jabón salgan bien, hay que coger aire por la nariz, inflando la tripa, y soltarlo poquito a poco por la boca. Cuando las pompas vayan saliendo hay que pensar algo bonito por cada una de ellas.</p>	
Recursos necesarios: Pomperos.	
<p>Observaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reduciendo la duración de la actividad, se puede establecer como rutina diaria para dedicar un ratito del día a sentirnos en calma, conscientes del aquí y del ahora. 	

Nombre de la Actividad: Rincón de la calma.	Nº: 13
Duración: 40 minutos.	Destinatarios: 3 años.
	Tipo de agrupamiento: Pequeño grupo.
Espacio donde se desarrolla: Aula.	
<p>Desarrollo: La idea es crear un rincón de la calma en el aula dónde los niños/as puedan acudir cuando lo necesiten, por ello, la actividad va a consistir en crear elementos para dicho rincón y que los niños/as sean partícipes de ello.</p> <p>En primer lugar, se situará al alumnado en modo de asamblea en el suelo y se le explicará qué es un rincón de la calma y para qué sirve. A continuación, se dividirá al alumnado en dos grupos. Uno de los grupos realizará las botellas de la calma (Anexo V) en las que se debe echar purpurina y aceite corporal, una vez realizado este paso el docente sellará la botella con silicona para asegurar que el tape no se desprende. El otro grupo se encargará de rellenar los cojines.</p> <p>Cuando ambos grupos hayan finalizado se colocará todo en el rincón de la calma y se hará un recordatorio de cómo y cuándo se utiliza ese espacio.</p>	
Recursos necesarios: Botellas pequeñas de agua, aceite corporal infantil, pistola de silicona, purpurina de colores, cojines sin relleno y relleno para cojines.	
<p>Observaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - En el momento de supervisar a los dos grupos es importante dedicar más atención al grupo que está realizando las botellas de la calma, ya que, la tarea de los cojines se puede realizar de manera más autónoma. - Junto a los cojines y las botellas de la calma, el docente puede completar el rincón de la calma con una mosquitera colgada del techo y algunas luces led. 	

Educadores/as y Familias.

Gestión de las rabietas.

Nombre de la Actividad: Charla Miriam Tirado y Álvaro Bilbao.	Nº: 1
Duración: 75 minutos.	Destinatarios: Educadores/as y familias.

	Tipo de agrupamiento: Gran grupo.
Espacio donde se desarrolla: Salón de actos.	
<p>Desarrollo: Durante la charla se hablará de temas como: el funcionamiento del cerebro de los niños/as, errores, gestión y técnicas en relación a las rabietas y la importancia de una educación en positivo. Al final, se destinará parte del tiempo a realizar un coloquio donde exponer dudas o aspectos que se quieran comentar.</p>	

Nombre de la Actividad: Ponte en su lugar.	Nº: 2
Duración: 45 minutos.	Destinatarios: Educadores/as y familias.
	Tipo de agrupamiento: Gran grupo.
Espacio donde se desarrolla: Aula.	
<p>Desarrollo: La actividad será dinamizada por la tutora o tutor del aula. En primer lugar, se recordará la charla realizada en la pasada actividad y se compartirán sensaciones en cuanto a la misma, si fue útil, si se aplicó en casa o en el ámbito laboral algo de lo que se propuso... La actividad va a consistir en acercar a las familias y educadores a qué experimenten cómo se pueden llegar a sentir los niños/as en el momento de las rabietas, sumando a esta emoción la reacción de los adultos frente a la misma. También se propondrán estrategias para calmar la propia rabieta en la que se entra como adulto.</p> <p><u>Dinámicas:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Dentro de 20 años...: Esta dinámica consigue en plantear cómo nos gustaría ver a nuestros hijos o alumnos dentro de veinte años, cómo nos gustaría que fueran. Se escribe en un papel, se comparte con el resto del grupo y luego se hace la reflexión de que a todo ello se llega, siendo un buen guía, un buen modelo para ellos/as. - Haz lo que te digo: Esta dinámica va un poco relacionada con la anterior, consiste en realizar diferentes indicaciones, repetidas por el grupo, como: “manos a la cabeza”, y tocarse la cabeza, “manos al pecho”, y tocarse el pecho... En una de esas indicaciones la persona que está guiando la realizará de forma incorrecta, por ejemplo, “manos a la pierna” y se tocará la nariz. 	

Con esto, se volverá hacer hincapié en la importancia que tienen nuestras acciones como modelo hacia los niños/as, muchas veces se refleja en ellos/as lo que nosotros/as somos. Remarcar la importancia de no ser contradictorios, por ejemplo, “Te he dicho que no me grites”, mientras gritamos.

- NO: Esta dinámica consiste en hacer un análisis sobre la cantidad de “noes” que les decimos a los niños/as a lo largo del día e intentar extrapolarlo a nuestro trabajo o a nuestro día a día, al final acabaríamos explotando. No se trata de decir nunca “no”, pero sí de ser conscientes de cómo se dice, y cambiar el foco en esa comunicación. Ejemplos:
 - “No hables tan alto!” → “Vamos a intentar hablar más bajo”
 - “¡No tires tus juguetes al suelo!” → “Cuida tus juguetes, así podrás volver a utilizarlos de nuevo”
 - “No voy a jugar contigo, tengo que hacer cosas” → “Recogemos juntos el salón, y así después podemos jugar juntos”

Estrategias:

- Jarra de autocuidados: Cuando surgen las rabietas, esa jarra se va llenando poco a poco de agua conforme nuestra paciencia va disminuyendo, y de repente, se desborda. Esta estrategia consiste en identificar todos aquellos aspectos que han intervenido en que, finalmente, esa jarra se desborde, para poder ser conscientes de ellos, relativizar y actuar en consecuencia a ello, no dejarnos guiar por la rabia explosiva del momento.
- Tensar el cuerpo: Consiste en tensar el cuerpo lo máximo posible, aguantar unos segundos y finalmente relajarlo.
- Cuadrados de respiración: Es una técnica similar a la que se realiza con los niños a través de la mano. Esta consiste en dibujar de manera ficticia cuadrados en el aire con el dedo, en el primer trazo que se realiza se coge aire por la nariz de manera profunda y en el siguiente se suelta lentamente por la boca, así de manera sucesiva.

Recursos necesarios: Folios y lápices.

Observaciones:

- Tras explicar y realizar las dinámicas y las estrategias, se puede dedicar un

tiempo a que los participantes compartan sus sensaciones, experiencias y recursos propios.

4.7 Evaluación

La evaluación es una parte indispensable en el proceso educativo, debe ser global, continua y formativa.

Es importante realizar una buena evaluación para comprobar si se han alcanzado los objetivos propuestos y si la planificación y desarrollo de las actividades ha sido adecuada. También se pretende reflejar las acciones de cada niña/o teniendo en cuenta sus características individuales. Asimismo, servirá para introducir futuras mejoras que permitan alcanzar los objetivos de una manera más eficaz.

Los métodos de evaluación principales serán la observación sistemática, el diálogo y la escucha activa, ya que son las fuentes que pueden proporcionar información más cercana a la realidad.


En cuanto al alumnado, se ha elegido la observación sistemática ya que se parte de que se conoce información individual sobre el alumnado, lo que va a ayudar a premeditar lo que se quiere observar y a quién se quiere observar en mayor medida. El diálogo y la escucha harán de refuerzo de la misma, realizando intervenciones cuando sea necesario.

Los dos instrumentos a través de los cuales se va a recoger la información para poder llevar a cabo la evaluación son el registro anecdótico y las producciones del alumnado. En el registro anecdótico se recogerán todos aquellos aspectos relevantes que hayan sucedido durante la puesta en marcha de las actividades y con las producciones del alumnado se podrá analizar la evidencia del entendimiento y capacidad de desempeño de las mismas.

En el caso de los educadores/as y familias se utilizarán como instrumentos para la recogida de información y futura evaluación, el registro anecdótico y un cuestionario. A través del registro anecdótico se recogerán todos aquellos aspectos relevantes que hayan sucedido durante la puesta en marcha de las actividades, y con el cuestionario, individual y anónimo, se reflejará el grado de satisfacción de los educadores/as y familias con la realización de las mismas.

A continuación, se muestra un modelo de los instrumentos nombrados con anterioridad para la realización de la evaluación.

Registro anecdótico.

REGISTRO ANECDÓTICO 	
GRUPO: CLASE DE 3 AÑOS	
Fecha: _____	Hora: _____
ACTIVIDAD EVALUADA	
DESCRIPCIÓN DEL HECHO	
COMENTARIO O INTERPRETACIÓN	
Observador/a: _____	

REGISTRO ANECDÓTICO

GRUPO: EDUCADORES/AS Y FAMILIAS

Fecha: _____

Hora: _____

ACTIVIDAD EVALUADA

DESCRIPCIÓN DEL HECHO

COMENTARIO O
INTERPRETACIÓN

Observador/a: _____

Cuestionario.

CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN

Por favor, conteste con sinceridad, este cuestionario es totalmente anónimo.

PREGUNTAS:	RESPUESTAS:	
	SÍ	No
¿Considera el enfoque de las actividades adecuado?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Le han interesado los temas tratados?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Considera que las actividades han sido de utilidad?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿La organización y desarrollo de las actividades han sido adecuados?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿La duración de las actividades ha sido la adecuada?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Participaría en otras propuestas similares a estas actividades?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Comentarios/Aspectos a mejorar:

Muchas gracias por su tiempo.

5. Conclusión

Tras la realización del presente trabajo se puede concluir que, la presencia de rabietas en los niños/as forma parte de un desarrollo normativo. Se debe dar valor al origen de estas, intentando alejar el foco únicamente de la parte visible.

A edades tempranas los niños/as no son capaces de gestionar de manera racional lo que está sucediendo, son plenamente emocionales. Como explican Siegel (2011) y Payne (2011), existen zonas del cerebro las cuales no están desarrolladas todavía, y a eso, se le añade la presencia de la amígdala, lo que desemboca en comportamientos explosivos con apariencia descontrolada.

La presencia del autoconcepto no aparece desde el momento del nacimiento, sino que, se va desarrollando de los 0 a los 6 años (Fernández y Goñi, 2008). Un autoconcepto bien desarrollado permitirá a los niños/as entender y gestionar de mejor manera las emociones y sentimientos que experimentan, por ello, es de real importancia dar valor a los aspectos emocionales dentro del desarrollo de los niños/as. El ámbito educativo es un gran espacio donde poder desarrollarlos y potenciarlos, siempre, respaldado del ámbito familiar. De nuevo, la información que reciban de los adultos que conforman su entorno más cercano repercutirá en la construcción de dicho autoconcepto.

Educar es bonito y enriquecedor, pero se ha de tener en cuenta que es un trabajo de fondo, y la mayoría de los resultados se ven reflejados a largo plazo. Existen dos caminos para llegar a ellos, el rápido, castigo, en el que, a través de él intervienen aspectos como: la humillación, la dignidad, la autoridad, el miedo y el respeto, aspectos que pueden ser contraproducentes si no se tienen claros los objetivos que se pretenden alcanzar (Peña, 2021). Y el sustentado por una educación en positivo, el cual, permitirá abrir la mente y establecer unas bases guiadas por el diálogo, la empatía y el respeto (Ruiz, 2016), demostrando así que va a proporcionar mayores beneficios que la educación tradicional, como por ejemplo: el desarrollo de la empatía y la resiliencia en los niños/as, el aumento de la capacidad de adaptarse a diversas situaciones, el desarrollo del control de sí mismos, el respeto hacia los demás y el fortalecimiento de la autoestima (Gorritxo, 2018 y Bilbao, 2021).

Para poder llevar a cabo una buena gestión de las rabietas se deben tener en cuenta todos estos aspectos, y como adultos, aprender sobre ellas y ser capaces de proporcionar a los

niños/as estrategias para poder afrontarlas, sin olvidar, por supuesto, nuestra propia gestión emocional y nuestras estrategias.

Para concluir, quiero acabar con esta frase que incita a la reflexión de Cristina Tébar: “Los adultos también tenemos rabietas, pero las llamamos "perder los papeles"”

6. Referencias Bibliográficas

- Allauca Pincay, L. M., & González Tacuri, G. M. (2022). *La disciplina positiva para mejorar conductas disruptivas en niños de 5 años (estudio de caso)*[Proyecto de Investigación]. <http://repositorio.ulvr.edu.ec/handle/44000/5146>
- Anders, V. (s. f.). *RABIETA*. Etimologías de Chile - Diccionario que explica el origen de las palabras. <https://etimologias.dechile.net/?rabieta>
- Axpe, I., Rodríguez, A. y Fernández, A. (2012) *El autoconcepto en educación infantil* [Experiencias de investigación]. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5837527>
- Bilbao, A. (2021) *Rabietas paso a paso. Guía práctica para calmar, acompañar y prevenir rabietas* [Archivo PDF].
- Carballo Marín, K. (2018) *La educación emocional infantil: Una mirada a la expresión descontrolada de la rabia en niños y niñas de 2 a 4 años*[Trabajo Fin de Grado, Universidad metropolitana de educación, ciencia y tecnología]. <https://repositorio.umecit.edu.pa/handle/001/1911>
- Cazalla Luna, N. y Molero, D. (2013). Revisión teórica sobre el autoconcepto y su importancia en la adolescencia. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia (REID)*, 10, 43-64.
- Chávez, A. L. (2019, 21 febrero). *LÓGICA PRIVADA - NES no estás sola*. NES No Estás Sola. <https://www.nes-mag.com/2019/02/21/logica-privada/>

- Chulilla Campo, A. (2020) *Revisión del estado actual de la detección, el reconocimiento y la gestión de las emociones para la formación del profesorado en E.I.*[Trabajo Fin de Grado] <https://zaguan.unizar.es/record/97797>.
- Díaz Pernas, P. y Bonet de Luna, C. (2005). Las rabieta en la infancia: qué son y cómo aconsejar a los padres. *Revista pediátrica de Atención Primaria*, 7(25), 67-74. <https://pap.es/articulo/423/>
- Divinity.es & divinity.es. (2020, 4 noviembre). La empatía en los niños, ¿a qué edad empieza? - Divinity. *Divinity*. https://www.divinity.es/mamas/a-que-edad-empieza-la-empatia-be5m_18_3026895212.html
- Durango Gonzalo, C. (2021) *La inteligencia emocional y los problemas de conducta en la infancia*[Trabajo Fin de Grado, Facultad Ciencias Humanas y de la Educación. Campus de Huesca]. <https://zaguan.unizar.es/record/107529/files/TAZ-TFG-2021-3131.pdf>
- Durrant, JE. (2016). *Disciplina positiva en la crianza cotidiana*. Positive Discipline In Everyday Life. https://positivedisciplineeveryday.com/wp-content/uploads/2020/10/4rta-edicion-Libro-DPCC_oct2020_Espanol.pdf
- Embarazoycrianza. (2022, 13 enero). *Qué es la lógica privada y cómo puede influir en la educación - embarazo y crianza*. Embarazo y crianza. <https://embarazoycrianza.com/que-es-la-logica-privada-y-como-puede-influir-en-la-educacion/?reload=348257>
- Federación de enseñanza de CC.OO. de Andalucía. (2011). Las rabieta en la etapa infantil. *Temas para la educación. Revista digital para profesionales de la enseñanza*, (17). <https://www.feandalucia.ccoo.es/docuipdf.aspx?d=8748&s=>
- Fernández Macaya, M. (2022) *Uso de la disciplina positiva en el aula de Educación Infantil: enfoque preventivo para mejorar el desarrollo de las habilidades sociales*[Trabajo Fin de Grado]. <https://academica-e.unavarra.es/xmlui/bitstream/handle/2454/43242/fernandez.127228-TFG.pdf?sequence=1>
- Fernández Zabala, A. y Goñi Palacios, E. (2008). El autoconcepto infantil: una revisión

necesaria. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832317001.pdf>

García Arias, Á. (2020). *Propuesta de intervención en disciplina positiva para familias y profesionales de la educación*[Trabajo Fin de Master].

<http://uvadoc.uva.es/handle/10324/43200>

García Blanc, N., Gomis Cañellas, R., Ros Morente, A. y Filella Guiu, G. (2020). El proceso de gestión emocional: Investigación, Aplicación y Evaluación. *Know and Share Psychology*, 1(4), 39-49. <https://repositori.udl.cat/items/Oa7b53f0-e135-4ddc-991fd6d68d30450d>

González-Pienda, J.A., Núñez, J.C. y González, S.; García, M. (1997). Autoconcepto, autoestima y aprendizaje escolar. *Psicothema*, 9(2), 271-289.

<https://www.psicothema.com/pdf/97.pdf>

González, R. (11 de enero de 2021). *Emoción o sentimiento*. Ruth González Terapia.

<https://ruthgonzalezterapia.com/blog/emocion-o-sentimiento/>

Gorritxo Muñoz, A. (s.f.) *Disciplina positiva: propuesta para promover las relaciones respetuosas en el aula*[Trabajo Fin de Grado, Universidad Internacional de la Rioja].

<https://reunir.unir.net/handle/123456789/4775>

Heinsen, M. (2018). *Autoestima y tacto pedagógico en edad temprana: orientaciones para educadores y familias* (Vol. 69). Narcea Ediciones.

Henar, R. N. (2020). *Propuesta de intervención en Disciplina Positiva para familias y profesionales de la educación*. Universidad de Valladolid.

<https://uvadoc.uva.es/handle/10324/43200>

Heras Sevilla, D., Cepa Serrano, A. y Lara Ortega, F. (2016). Desarrollo emocional en la infancia. Un estudio sobre las competencias emocionales de niños y niñas. *INFAD Revista de Psicología, International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 67-74. <https://riubu.ubu.es/handle/10259/5307>

Inicio. (s. f.). Real Academia Española. <https://www.rae.es/>

Johnson, DW., Johnson, RT. y Holubec, EJ. (1994). *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Association For Supervision and Curriculum Development.

La indefensión aprendida - Neurociencia con José Ramón Alonso - Tú eres tu cerebro. Cómo salir de una depresión. Conoce el autismo. apnea del sueño. Recupera el descanso. Cerebrópolis. Conferencias y cursos gratis. (2020, 29 octubre). Neurociencia con el Dr. José Ramón Alonso. <https://jralonso.es/2020/10/29/la-indefension-aprendida/>

Llor, I., & Uriz, P. (2021). Consejos para lidiar con el peor enemigo de los padres: Las rabietas. *Psicosomàtica y Psiquiatria*, (18).

Los 4 pilares de la educación – Jacques Delors. (s. f.).

<https://virgulablog.es/programacion-didactica/elementos-de-la-programacion-didactica/metodologia/los-4-pilares-de-la-educacion-jacques-delors/>

Los 5 tipos de rabietas en la infancia. (2020, 11 marzo).

<https://psicologiaymente.com/desarrollo/tipos-rabietas-infancia>

Lozano Serrano, Ll. y Megías Tortosa, AM. (2019). *Desarrollo Socioafectivo*. Editex, S.A.

Magalló Capsi, B. (2022) *Desarrollo del autoconcepto en la etapa de educación infantil y su influencia en la gestión emocional. Análisis teóricos y propuesta de intervención* [Trabajo Fin de Grado]. <https://zaguan.unizar.es/record/118430/files/TAZ-TFG-2022-2219.pdf>

Marín, L. y Rincón, L. (s.f.). *10 claves para gestionar las rabietas de tus hijos sin perder los nervios*[Archivo PDF]. <https://crianzafelizyconsciente.com/wp-content/uploads/2019/05/10-CLAVES-PARA-GESTIONAR-LAS-RABIETAS-SIN-PERDER-LOS-NERVIOS.pdf>

Moreira-Chóez, J. S., Beltron-Cedeño, R. A., & Beltrón-Cedeño, V. C. C. (2021).

Aprendizaje significativo una alternativa para transformar la educación. *Dominio de las Ciencias*, 7(2), 915-924.

Muslera, M. (2016) *Educación emocional en niños de 3 a 6 años*[Trabajo Fin de Grado, Facultad de Psicología, Universidad de La República Uruguay]. <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/7816>

Núñez Pérez, J. C., GonzálezPienda, J. A., GarcíaRodríguez, M., GonzálezPumariega, S., RocésMontero, C., ÁlvarezPérez, L., & GonzálezTorres, M. D. (1998). Estrategias de aprendizaje, autoconcepto y rendimiento académico. *Psicothema*, 10(1), 97-109.

<https://www.psicothema.com/pdf/146.pdf>

ORDEN ECD/853/2022, de 13 de junio, por la que se aprueban el currículo y las características de la evaluación de la Educación Infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

ORDEN ECD/913/2023, de 11 de julio, por la que se modifica la Orden ECD/1004/2018, de 7 de junio, por la que se regula la Red Integrada de Orientación Educativa en los centros docentes no universitarios sostenidos con fondos públicos de la Comunidad Autónoma de Aragón, y la Orden ECD/1005/2018, de 7 de junio, por la que se regulan las actuaciones de intervención educativa inclusiva.

Peña Ramón, S. (2021) *El castigo en la educación. Sentido, usos y límites*[Trabajo Fin de Grado]. <https://zaguan.unizar.es/record/107560/files/TAZ-TFG-2021-2763.pdf>

Pérez, N. y Filella, G. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. *Praxis & Saber*, 10(24), 23-44.
<https://doi.org/10.19053/22160159.v10.n25.2019.8941>

Pérez Vallejo, M. (2010). Las rabiets. *Revista Digital Innovación y Experiencias*, (31).
https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_31/MARIA_PEREZ_2.pdf

Pitre, J. R. (2020, 8 julio). *¿Qué es la crianza positiva? ¡Te damos tips para ponerla en práctica!* Crianza Positiva. <https://www.crianzapositiva.es/que-es-la-crianza-positiva/>

Rabiets: MedlinePlus Enciclopedia Médica. (2021).
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001922.htm>

Ramos, R. y Salto, P. (2012). Práctica clínica sobre el tratamiento de los comportamientos disruptivos y las rabiets: Intervención en un caso cínico. *Clínica Contemporánea*, 3(3), 263-277.
<https://www.revistaclinicacontemporanea.org/archivos/cc2012v3n3a4.pdf>

Riera Jaume, M. A. (2005). El espacio-ambiente en las escuelas de Reggio Emilia. *Indivisa: Boletín de estudios e investigación*.

Salas, N., Alcaide, M. y Moraleta, Á. (2022). Desarrollo de habilidades socio-emocionales

¿Su rabieta o la tuya?

en el alumnado de educación infantil. *Prisma social*, (37), 82-98.

Siegel, D.J. (2010). *Cerebro y Mindfulness. La reflexión y la atención plena para cultivar el bienestar*[Archivo PDF].

Siegel, D.J. y Payne Bryson, T. (2012). *El cerebro del niño, 12 estrategias revolucionarias para cultivar la mente en desarrollo de tu hijo*. ALBA.

Vega, L. G. (2020). *Castigar no es educar: Todas las ventajas de la Disciplina Positiva*. La Esfera de los Libros.

Vera, M. N. (2018). ¿Qué significa educar en positivo? *El Teu Espai · Tu psicólogo en Santa Coloma*. <https://elteuespai.com/que-significa-educar-en-positivo/>

7. Anexos

Anexo I

Tarjetas de emociones.



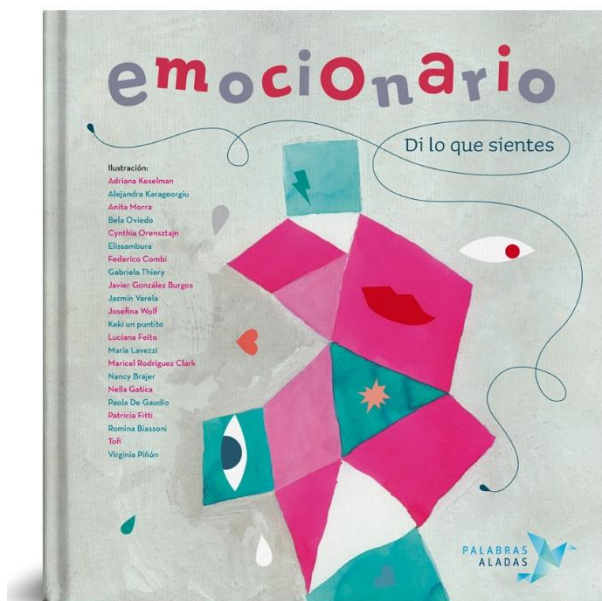
Anexo II

Cartones de bingo emocionales y tapones.



Anexo III

Libro "Emocionario"



Anexo IV

Libro "NOAH"



Anexo V

Botellas de la calma.

