



Facultad de Educación
Universidad Zaragoza



Universidad
Zaragoza

UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

GRADO EN MAGISTERIO DE EDUCACIÓN INFANTIL

Trabajo de Fin de Grado

¿Con qué miedos nos encontramos
en las aulas de Educación Infantil?

Autora: ANA GAGO COSTAS

Directora: LUCÍA TOMÁS ARAGONÉS

ZARAGOZA, SEPTIEMBRE 2015

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

ÍNDICE

RESUMEN.....	4
PALABRAS CLAVE.....	4
1. Introducción y justificación.....	5
2. Parte teórica:.....	8
2.1 Definición de miedo.....	8
2.2 Diferencias entre ansiedad, miedo y fobia.....	8
2.3 Origen del miedo (causas).....	9
2.4 Funciones del miedo.....	11
2.5 Síntomas.....	12
2.6 Evolución de los miedos infantiles.....	14
2.7 Clasificación de los miedos.....	17
2.8 Miedos más comunes en la infancia.....	19
2.8.1 Miedo a los extraños.....	19
2.8.2 Miedo a la separación.....	20
2.8.3 Miedo a la oscuridad.....	20
2.8.4 Miedo escolar.....	22
2.8.4 Miedo a los cambios.....	23
2.8.9 Miedo a la muerte.....	23
2.9 Datos sociodemográficos relacionados con el miedo.....	23
3. Parte práctica:.....	26
3.1 Metodología.....	27
3.1.1 Participantes.....	27
3.1.2 Instrumento.....	27
3.1.3 Procedimiento.....	28
3.2 Resultados.....	29
3.3 Discusión y conclusiones.....	42
3.3.1 Discusión de los resultados.....	42
3.3.2 Conclusiones.....	46
3.3.3 Propuestas de mejora.....	47
3.3.4 Valoración personal.....	48
4. Pautas educativas para facilitar la superación de los miedos.....	49
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	55

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Carta de información a padres	58
Anexo 2. Listado de miedos	59
Anexo 3. Miedos en la muestra de estudio	62
Anexo 4. Miedos de los niños/niñas de tres años	63
Anexo 5. Miedos de los niños/niñas de cuatro años.....	64
Anexo 6. Miedos de los niños/niñas de cinco años	65
Anexo 7. Miedos de los niños/niñas de seis años	66
Anexo 8. Miedos: diferencias entre niños y niñas de tres años	67
Anexo 9. Miedos: diferencias entre niños y niñas de cuatro años	68
Anexo 10. Miedos: diferencias entre niños y niñas de cinco años	69
Anexo 11. Miedos: diferencias entre niños y niñas de seis años	70
Anexo 12. Miedos a animales	71

RESUMEN

El presente trabajo trata sobre los miedos infantiles más comunes que encontramos en la edad de tres a seis años, en la etapa de Educación Infantil. Se ha realizado una primera parte de revisión teórica en la que definimos el miedo como una emoción natural y adaptativa que todos experimentamos a lo largo de nuestra vida ante cualquier posible amenaza. Esta emoción se diferencia de la ansiedad y de la fobia, la cual es un miedo exagerado y desproporcionado. Los miedos más comunes de la infancia son: la oscuridad, los seres imaginarios, el daño físico, las pesadillas, etc. Hay múltiples causas que los ocasionan, entre ellas, el ambiente en el que se rodea el niño.

Además, se ha realizado un estudio con el fin de dar respuesta a varias preguntas surgidas durante la revisión teórica como, por ejemplo si niñas refieren más miedo que los niños, y cómo evolucionan los miedos infantiles. Con el estudio se han obtenido una serie de resultados que permiten dar respuesta a las preguntas que nos habíamos planteado. Los resultados obtenidos señalan que no hay gran diferencia entre los miedos que referían los niños de las niñas, al contrario de lo que se expone en la teoría consultada. Así mismo, al final del trabajo se exponen una serie de pautas educativas para tener en cuenta y poder abarcar los miedos de los niños, ya sea desde la familia o desde la escuela.

PALABRAS CLAVE

Miedos Infantiles, Educación Infantil, Ansiedad, Fobia, Emociones, Pautas Educativas

1. Introducción y justificación:

Actualmente, la educación es algo más que lo meramente académico, ya que, cada vez más, la educación emocional tiene una gran importancia en las aulas. Por ello, las emociones de los alumnos son tomadas en cuenta como un ingrediente básico en la educación globalizada. Como ya sabemos, los fenómenos afectivos y emocionales son uno de los aspectos más significativos de la experiencia humana y, por tanto, deben ser trabajados en los centros educativos. Dentro de las emociones que presentan nuestros alumnos de Educación Infantil, así como más mayores, se encuentra el miedo. El miedo es algo típico en los niños, ya que todos los niños tienen miedos en algún momento de su vida. La mayoría de ellos son pasajeros, varían a lo largo del desarrollo del niño y desaparecen conforme evolucionan sus capacidades cognitivas. Debemos tener en cuenta, que estos miedos solo desaparecerán sin secuelas si las actitudes de los adultos que rodean al niño son las adecuadas, ya que estos miedos pueden evolucionar y convertirse en un problema que trascienda hasta la vida adulta. Además, el miedo es un sentimiento normal no solo en los niños, sino en toda la especie humana. Se considera útil para la supervivencia del individuo, ya que gracias a él se evitan peligros innecesarios. Así mismo, también se considera un fenómeno motivador y socializante, ya que mejora la motivación y el rendimiento cuando no es extremo, pues una cantidad óptima de miedo conduce a una buena ejecución. En ocasiones, el miedo incluso puede ser una emoción deseada y perseguida, como en las películas de terror o en los deportes de riesgo.

El interés por la investigación de los miedos en la infancia y la adolescencia ha adquirido una gran importancia en las últimas décadas, ya que se trata de fenómenos muy frecuentes asociados al desarrollo infantil que pueden perturbar sus vidas de forma significativa, provocándoles sufrimiento y siendo la causa, en ocasiones, de trastornos futuros. Tal como afirma Echeburúa (1996), muchos de los trastornos de ansiedad en la vida adulta tienen sus raíces en la infancia (Pérez & Felipe, 2013, p. 299).

Cuando era niña sufría muchos miedos, a la oscuridad, a dormir sola, a los monstruos que se escondían debajo de mi cama o en el armario, a los ladrones que

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

iban a entrar en mi casa por la noche y a toda clase de criaturas extrañas. Estos miedos me hicieron ser una niña muy miedosa a la que sus padres no podían dejar sola en casa y que para ir a dormir necesitaba una luz siempre encendida, además de mirar debajo de la cama, en los armarios, detrás de las puertas, etc. Por mi propia experiencia sé que los miedos causan mucho sufrimiento en los niños y en sus padres, pues es algo que les limita en su día a día. Este fue el primer motivo que me incitó a realizar este Trabajo de Fin de Grado, dado que yo he sido una niña con tantísimos miedos quería conocer los miedos que acechaban en la actualidad a mis futuros alumnos de Educación Infantil, para poder abarcar éstos en el aula y ayudarles a superarlos.

Hoy en día, a pesar de ser una persona adulta sigo sufriendo miedos, que ya no se manifiestan de la misma forma que cuando era niña pero que están ahí, que siguen causando malestar, y a veces sufrimiento, al quedarme sola en casa cuando estoy a oscuras. Por este motivo también me cautivó la idea de realizar este trabajo, porque yo he sido una de esas niñas de las que habla la teoría que no ha sabido superar algunos de sus miedos y que han permanecido hasta la edad adulta. Este hecho hay que intentar evitarlo en nuestros alumnos, ya que, como se podrá ver al final del presente trabajo, existen pautas educativas que se pueden tomar por parte de las familias y los maestros para que estos miedos sean pasajeros y no les afecten en su adultez.

El último de los motivos que me han llevado a plantearme y a llevar a cabo este Trabajo de Fin de Grado es desde mi posición de futura maestra de Educación Infantil. Considero esencial que los maestros conozcan en profundidad a sus alumnos para que puedan ofrecerles la atención individualizada que éstos precisan, y, del mismo modo, sepan comprenderles, ayudarles y motivarles. En este conocimiento en profundidad de nuestros alumnos, entra el conocimiento de sus miedos, ya que, como se ha comentado anteriormente, el miedo es una emoción que acompaña al niño en su desarrollo. Conocer los miedos que pueden sufrir nuestros alumnos nos va a permitir poder tratar el tema de ese y otros miedos en el aula, así como ofrecerles pautas y herramientas para ayudarles a que progresivamente los vayan superando con el menor sufrimiento posible.

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

En este trabajo se va a exponer la teoría consultada sobre los miedos infantiles, desde su definición, pasando por sus causas y funciones, hasta los datos sociodemográficos de la muestra. A continuación se expondrá la parte práctica del trabajo, en la cual se describe el estudio que ha sido llevado a cabo en tres colegios diferentes de la provincia de Zaragoza, y en el cual se pretende: conocer qué objetos, situaciones o hechos son los que provocan miedo en los alumnos de Educación Infantil; observar las posibles diferencias entre niños y niñas; ver la evolución de los miedos infantiles y hacer una comparativa entre los grupos de edad de la muestra; comprobar si los miedos de los padres influyen en los hijos; y, por último, contrastar los resultados obtenidos con la bibliografía consultada. Después de la descripción del estudio y la exposición de los resultados, se encuentra la discusión de éstos y las conclusiones a las que se llega con este trabajo. Por último, se exponen una serie de pautas educativas por parte de los autores consultados en la teoría y, por nuestra parte pautas que pueden ser llevadas a cabo en el aula con alumnos de Educación Infantil. Estas pautas educativas serían, como maestra, el apartado más importante del trabajo, ya que con ellas se van a poder prevenir algunos de los miedos de nuestros alumnos, o trabajar sobre éstos cuando se manifiesten. Los autores dan una serie de pautas que es necesario tener en cuenta sobre todo en el ámbito familiar. Nosotros, por nuestra parte, damos unas pautas que pueden ser útiles sobre todo en el ámbito escolar, y que pueden realizarse, algunas de ellas, como rutina diaria en el aula.

2. Parte teórica:

2.1 Definición de miedo:

Existen múltiples definiciones de lo qué es el miedo, aunque todas guardan aspectos en común. Así pues, podríamos definir el miedo como una emoción natural y adaptativa que todos los seres humanos experimentan a lo largo de su vida ante una amenaza real o imaginaria, ya sean situaciones, objetos o pensamientos, y que no produce una importante alteración funcional en el sujeto. Ferrerós añade que el miedo “desde el punto de vista biológico, es una reacción adaptativa para la supervivencia y, desde el enfoque neurológico, es el resultado de la activación de la amígdala cerebral, que forma parte del sistema límbico en el lóbulo temporal” (Ferrerós, 2008, p. 21).

2.2 Diferencias entre ansiedad, miedo y fobia:

Es frecuente confundir los términos ansiedad y miedo; sin embargo ambos son distintos. El término ansiedad se puede definir como un sentimiento desagradable que surge como respuesta anticipatoria ante alguna amenaza, la cual puede ser interna o externa. El primer aspecto que diferencia ambos términos es la situación que los determina. En el miedo se identifica claramente el objeto que lo provoca, son objetos concretos que se perciben como amenazantes. Mientras que en la ansiedad existen múltiples acontecimientos que pueden provocarla y no se identifica el objeto amenazador tan fácilmente, ya que ésta puede darse ante un acontecimiento no peligroso o sin la necesidad de que el objeto esté presente. En este sentido, Freud (1916; 1925) enuncia que “en el miedo (furcht) la amenaza es conocida, en la ansiedad (angst) es desconocida” (González, 1990, p. 31). Otra diferencia es el modelo de respuesta emitida frente al estímulo amenazante. Mientras que “en el miedo se dan más las conductas de evitación y huida, en la ansiedad predomina la vivencia interna del sujeto frente a la situación amenazante” (González, 1990, p. 31). Por último, la proporcionalidad entre el estímulo y la respuesta suele ser adecuada en el miedo; en cambio, en la ansiedad se encuentran conductas extremas y desproporcionadas.

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

Marina (2012; 2014) propone que el miedo está incluido como un fenómeno más específico en un sentimiento muy amplio, que sería la ansiedad.

Por otro lado, también se encuentran aportaciones que defienden la no diferenciación de estos dos fenómenos. De este modo, se entiende que los estímulos que en un primer momento provocan miedo, después pueden provocar ansiedad. Mowrer (1939), defiende el continuo entre miedo y ansiedad ya que considera la ansiedad como “una forma condicionada de la respuesta de miedo” (González, 1990, p. 31).

Igualmente, conviene diferenciar los miedos considerados normales de los miedos patológicos, es decir, las denominadas “fobias”. La fobia es descrita en el DSM-5, como miedo o ansiedad desproporcionada ante un objeto o situación específica, el cual se tiende a evitar, y causa un importante deterioro en el conjunto de la vida de la persona que la sufre. En los niños se puede expresar con llantos, rabietas, quedarse paralizados o aferrarse. El miedo se convierte en fobia infantil cuando es desproporcionado respecto al peligro real de la situación; es irracional; está fuera del control voluntario; lleva a evitar la situación temida; persiste durante un periodo prolongado de tiempo; es desadaptativa; y no se asocia a una edad o etapa específica del desarrollo (González, 1990; Ferrerós, 2008; Miller, Barrett & Hampe, 1974, citados en Sandín, 1997).

2.3 Origen del miedo (causas):

Las causas que originan el miedo en los niños pueden ser múltiples, pues hay que tener en cuenta diversos factores que pueden estar implicados. Una de las principales causas para la aparición del miedo en el niño es el aprendizaje observacional, es decir, la observación de situaciones en las que otras personas están experimentando miedo. Esta observación puede provocar que el niño aprenda a temer lo que otras personas de su entorno, como sus padres, temen. Los niños, al ser grandes imitadores, aprenden lo que observan, tanto de los docentes, como de los familiares y amigos más cercanos. Los hijos de padres que tienen miedo a algún animal tienen más probabilidades de presentar un miedo de este tipo, aunque no sea al mismo animal. Y lo mismo ocurre

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

con otros miedos, como al miedo a los espacios cerrados, a viajar en un determinado medio de transporte, etc. Así mismo, el miedo a la sangre y al daño físico es un miedo marcadamente familiar, por lo que es muy normal encontrar a padres e hijos que comparten dicho miedo. Según Vallés, “si un padre manifiesta un miedo exagerado ante una tormenta y el niño observa tal comportamiento y esto se repite cada vez, muy probablemente el niño acabará por presentar reacciones de miedo ante las tormentas” (Vallés, 1991, p. 51).

Otra de las vías por las que puede originarse el miedo en el niño es por condicionamiento, es decir, la asociación de un estímulo con una consecuencia desagradable, por lo que se coge miedo a dicho estímulo. Si un niño ha sufrido acontecimientos o experiencias desagradables con relación a un objeto o situación, ese niño cogerá miedo a dicho objeto o situación para el futuro.

La transmisión de información sobre las cosas que tienen que temer también es una causa para la creación de miedos en los niños. Los niños, de este modo, aprenden a temer a determinados estímulos porque el ambiente que les rodea así lo determina. Cuando incitamos a los niños a que se protejan de los peligros que pueden acechar su integridad física y/o psicológica, se está creando un aprendizaje erróneo al dotar de miedo a situaciones no peligrosas. Este aprendizaje erróneo se corresponde a estereotipos culturales como los cuentos del lobo feroz, el hombre del saco, y de multitud de personajes desagradables a la sensibilidad infantil.

Otra de las causas que puede originar miedo es el temperamento del niño, por ello no todos los niños son igual de vulnerables a los miedos; hay niños muy miedosos que se asustan de todo y niños menos impresionables. Una predisposición individual a la timidez, inhibición o retraimiento puede provocar que se generen más miedos. Hay algunas variables de la personalidad que hacen a los niños más vulnerables a sufrir miedos. Dichas variables son: la inhibición conductual, la afectividad negativa, la sensibilidad a la ansiedad y la sensibilidad al asco. La inhibición conductual consiste en reaccionar con una elevada activación y retraimiento ante situaciones no familiares. La afectividad negativa es un factor de malestar que hace a algunos niños más vulnerables a experimentar sentimientos negativos.

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

Algunos autores, como Méndez (2003) y Marina (2014) hacen referencia a cierta predisposición genética a algunos miedos. Los seres humanos están preparados para temer aquellas situaciones a las que temieron sus antepasados en la antigüedad. Por ejemplo, el miedo a los animales se explica porque en el pasado fueron un peligro para la supervivencia del ser humano.

Otras causas que pueden provocar miedo son: recibir un fuerte susto; el castigo, puesto que una situación neutra se asocia con una experiencia negativa; los cambios bruscos o las situaciones nuevas; las creencias, ya que existen creencias patógenas que suscitan miedos.

Además, el miedo también puede nacer y perpetuarse por las ventajas que ofrece al niño, ya que los padres protegen y ayudan al niño cuando lo sufre. Cuando un niño presenta miedo los padres adoptan una actitud comprensiva y tolerante, y el interesado obtiene más mimos y concesiones y, por otro lado, menos obligaciones (Méndez, 2003).

2.4 Funciones del miedo:

El miedo, al producir sufrimiento y malestar, puede ser valorado como negativo. Sin embargo, numerosos autores señalan que el miedo también puede considerarse como un fenómeno positivo. Algunas de las funciones del miedo son:

- Salvaguarda del yo: los miedos favorecen la formación y estructuración de la persona, así como de los sistemas de vigilancia (Ferrerós, 2008; Crotti & Magni, 2005).
- Garantía de supervivencia o función adaptativa: ya que la recepción de estímulos amenazantes hace que el sujeto prepare medidas defensivas y de protección frente a ellos. Dicha función ha permitido la supervivencia de la especie (Ferrerós, 2008; Crotti & Magni, 2005; González, 1990; Becerro, 2012). Becerro señala que “experimentar miedo ante un animal salvaje en plena selva, ha supuesto desde nuestros ancestros, un salvoconducto para preservar la

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

vida, convirtiéndose en una ventaja en el desarrollo de habilidades para la supervivencia” (Becerro, 2012, p. 14).

- Preparación para el peligro: los miedos son un entrenamiento psicológico basado en las experiencias que poco a poco van constituyéndose (Ferrerós, 2008; Crotti & Magni, 2005).
- Aumentar la prudencia: los miedos aumentan el estado de vigilancia y, por lo tanto, incitan a moverse (Ferrerós, 2008; Crotti & Magni, 2005).
- Desarrollar las capacidades racionales de elaboración: aquellas funciones superiores que, de manera consciente, pertenecen solo al hombre y que le han permitido ejercer su dominio sobre la naturaleza (Ferrerós, 2008; Crotti & Magni, 2005).
- Función educativa: ya que, un poco de miedo, ayuda a las personas a dirigir inteligentemente la conducta (Marina, 2014). Como afirma Marks “parece que se requiere una cantidad óptima de miedo para la conducta adecuada. Si tenemos poco, podemos actuar descuidadamente, si tenemos demasiado, podemos reaccionar de manera muy torpe” (Marina, 2014, p. 80).

2.5 Síntomas:

La emoción del miedo presenta una serie de síntomas característicos. Existen tres tipos de reacciones ante el miedo: fisiológicas, motoras-comportamentales y cognitivo-subjetivas.

Los síntomas fisiológicos son independientes de la edad y están provocados por una serie de cambios bioquímicos, principalmente descarga de catecolaminas (adrenalina), de noradrenalina, epinefrina y otras sustancias. Dichos cambios desencadenan la denominada “tormenta vegetativa” que consiste en un conjunto de síntomas como: taquicardia, tensión muscular, temblores, aumento de la presión arterial, sudoración excesiva, palidez, sequedad de garganta y boca, náuseas, mareos, urgencia de ir al baño, respiración rápida y entrecortada, dificultad para respirar, dilatación de pupilas, erizamiento del vello... (Pérez, 2000; Méndez, 2003; Ferrerós, 2008; Vallés, 1991; González, 1990; Güerre & Ogando, 2014).

Pérez (2000) señala que esta “tormenta” ayuda a preparar al organismo para la lucha o para huir. La taquicardia y la respiración rápida ayudan a irrigar mejor los músculos y a disponer de más oxígeno. La sangre se dirige principalmente hacia los músculos con el fin de aumentar la fuerza muscular y perder menos sangre en caso de heridas. Así mismo, el organismo solo ejecuta las funciones necesarias con el fin de ahorrar energía.

Si el miedo dura mucho tiempo, puede dar paso a una serie de alteraciones psicosomáticas como: inquietud, fatiga, alteraciones del sueño, alteraciones del apetito e irritabilidad (Pérez, 2000; Vallés, 1991; Ferrerós, 2008).

En lo que respecta a las reacciones motoras-comportamentales, algunos de los síntomas pueden ser excitación psicomotriz, movimientos incontrolados, gritos, evitación del estímulo o huida desesperada del mismo, etc. (Pérez, 2000; Méndez, 2003; Vallés, 1991; González, 1990).

Por último, las manifestaciones cognitivo-subjetivas son pensamientos y sentimientos subjetivos internos, los cuales varían según los sujetos y las formas diferentes de valorar y percibir el miedo. Algunos síntomas pueden ser: sensaciones subjetivas de peligro o amenaza; bloqueo de pensamiento; fallo en la concentración, atención y memoria; pérdida de confianza; y sensación de impotencia (Pérez, 2000; Güerre & Ogando, 2014; González, 1990; Ferrerós, 2008; Vallés, 1991).

Otros autores, relatan otra clase de síntomas, como son los psicológicos, los cuales son reacciones inexplicables en las que el niño manifiesta comportamientos que no forman parte de su habitual modo de actuar. Estos síntomas son: regresiones, tendencia al aislamiento, pasividad, indiferencia, susceptibilidad, impulsividad, agresividad y comportamientos obsesivos o caprichosos (Ferrerós, 2008; Crotti & Magni, 2005).

2.6 Evolución de los miedos infantiles:

Los miedos infantiles van evolucionando conforme el niño crece, algunos miedos desaparecen al cabo del tiempo, otros siguen durante mucho tiempo y otros aparecen al cabo de los años. Es importante conocer dicha evolución para conocer qué miedos pueden estar afectando a nuestros alumnos en el aula de Educación Infantil.

Algunos autores afirman que los bebés no suelen experimentar miedo antes de los 6 meses (Marks, 1991, citado en Sandín, 1997; Valiente, Sandín & Chorot, 2012). Esta afirmación está reforzada por diversos autores (Echeburúa, 2000 y Méndez, 2000, citados en Pérez, 2000; Güerre & Ogando, 2014; Ferrerós, 2008), quienes no hacen referencia a los seis primeros meses de vida en sus estudios ni en sus tablas de miedos evolutivos. Sin embargo, González (1990) expone que nada más nacer el bebé ya muestra reacciones de miedo bien definidas ante ruidos intensos y súbitos, ante la pérdida brusca de la base de sustentación y ante cualquier estimulación intensa. Estas respuestas de miedo se consideran universales, incondicionadas y, por tanto, filogenéticas.

A partir de los 6 meses surgen los miedos a las alturas, a las personas extrañas y a la separación de las figuras de apego, sobre todo de la madre (Sandín, 1997; Güerre & Ogando, 2014; González, 1990; González y De la Herrán, 2010; Valiente, Sandín & Chorot, 2012). Estos tres tipos de miedos se consideran innatos en gran medida, aunque su aparición denota un proceso de maduración del bebé, y poseen un alto valor adaptativo. Éstos perduran durante la niñez. Según Sandín, el miedo a la separación y el miedo a los extraños presentan algunas similitudes, ya que “surgen a partir de los 6 meses, se intensifican entre los 9 y los 13 meses y comienzan a debilitarse a partir de los 2 y 2 años y medio de forma casi paralela, lo cual parece indicar que ambos pueden estar asociados a un mismo patrón de desarrollo cognitivo” (Sandín, 1997, p. 31).

A partir del año de edad y hasta los dos años y medio, aproximadamente, se intensifica el miedo a la separación de las figuras de apego, ya que antes era sobre todo de la madre. Y al miedo a los adultos extraños, se le suma el miedo a los niños extraños, el cual más adelante (sobre los dos años y medio) desaparece, aunque puede

perdurar en forma de timidez (Sandín, 1997). De este modo, en estas edades siguen siendo importantes los miedos típicos de las anteriores edades, pero surgen miedos relacionados con algunos animales y fenómenos naturales (tormentas, etc.), los cuales perdurarán en la edad escolar (Sandín, 1997; Güerre & Ogando, 2014; Valiente, Sandín & Chorot, 2012). González y De la Herrán exponen que de los 2 a los 2 años y medio, aparece el miedo a perderse, a desaparecer en el sueño o en la oscuridad, o que desaparezcan sus personas y espacios de referencia (González & De la Herrán, 2010).

En la etapa preescolar, entre los 2 años y medio y los 6 años, se dan importantes cambios, ya que el desarrollo cognitivo del niño se ha incrementado notablemente y es capaz de experimentar miedo ante estímulos imaginarios globales (la oscuridad, los fantasmas, etc.) (Sandín, 1997). Algunos autores, como Güerre y Ogando, señalan que se mantienen los miedos de las anteriores etapas, sobre todo el miedo a la separación (Güerre & Ogando, 2014). En estas edades aparecen más estímulos generadores de miedo como son: la oscuridad, los fantasmas, los monstruos, los animales (Sandín, 1997; Güerre & Ogando, 2014; González, 1990; González y De la Herrán, 2010; Peredo, 2009; Becerro 2012), a quedarse solo (Sandín, 1997; González, 1990), las pesadillas (González, 1990), al daño físico y enfermedades (González, 1990; González y De la Herrán, 2010; Peredo, 2009), a la muerte (González, 1990; González y De la Herrán, 2010), etc.

Los miedos básicos de los niños pequeños, como a la separación de los padres, y a personas extrañas, suelen desaparecer conforme evoluciona su desarrollo psicobiológico. Sin embargo, los miedos que se han aprendido, intencionadamente o no, desaparecen más difícilmente (Vallés, 1991; Peredo, 2009). Marina señala que los miedos surgen, desaparecen y cambian a medida que la persona crece y se desarrolla (Marina, 2014). En los seis primeros años de vida se pueden encontrar miedos que tienden a disminuir y otros que tienden a aumentar con la edad, los cuales se exponen en la Tabla 1.

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

Miedos que tienden a disminuir	Miedos que tienden a aumentar
Ruido y agentes de ruido	Ridículo; ladrones; muerte; sueños
Objetos, situaciones y personas extrañas	Oscuridad; seres imaginarios en la oscuridad; estar solo
Caer; pérdida de apoyo; lugares altos	Amenaza o peligro de daño; tráfico; ahogarse; fuego; cárcel
Objetos y situaciones específicos (causa desconocida)	Seres imaginarios

Tabla 1.- Miedos con tendencia evolutiva descendente y miedos con patrón ascendente, para edades correspondientes a los 6 primeros años (Jersild & Holmes, 1935, citados en Sandín, 1997, p. 26).

Por su carácter evolutivo, la incidencia de los miedos varía en función de las fases del desarrollo. En la Tabla 2 se observa como las diferentes fases evolutivas se asocian de forma más o menos específica a tipos característicos de miedos, los cuales por su contenido parecen reflejar un proceso continuo de maduración cognitiva.

Etapa evolutiva	Miedos más comunes	Observaciones
Primer año (bebé) (0-12 meses)	- Pérdida de apoyo - Sonidos fuertes - Las alturas - Personas/objetos extraños - Separación - Objetos amenazadores (que aparecen súbitamente)	El miedo a los extraños puede persistir como timidez; suele sumarse al miedo de separación. Ambos tipos de miedo se han observado en niños ciegos.
Inicio niñez (1-2 ½ años)	- Separación padres - Extraños - Tormentas, mar - Pequeños animales - Insectos	El miedo a la separación de los padres se intensifica hacia los 2 años. En esta fase aparece el miedo a compañeros extraños.
Preescolar (2 ½ años- 6 años)	- Oscuridad - Animales en general - Quedar solo/a - Fantasmas/monstruos	Predominan los miedos a seres imaginarios (fantasmas, monstruos, etc.). Aparecen los miedos a los animales salvajes.

Tabla 2.- Miedos comunes en niños según las diferentes fases evolutivas (Sandín, 1997, p. 29).

2.7 Clasificación de los miedos:

Es complicado establecer una clasificación absoluta de todos los miedos que existen. Muchos especialistas han realizado diversos intentos para lograr clasificarlos y muchas han sido las clasificaciones realizadas. La dificultad de su clasificación radica en la existencia de múltiples objetos, personas, situaciones, etc. que pueden producir

miedo. A continuación se va a exponer una clasificación de los miedos elaborada a partir de las ideas aportadas por algunos de los autores consultados.

Los miedos pueden clasificarse en dos grandes grupos: miedos conscientes y miedos inconscientes (Ferrerós, 2008). Los miedos conscientes se dan durante el día, cuando el niño está despierto y dentro de éstos se encuentran los miedos reales y los miedos imaginarios. Por tanto, otra forma de clasificación de los miedos es, por un lado, los miedos reales y, por otro, los miedos imaginarios (Ferrerós, 2008; Vallés, 1991). Los miedos reales son aquellas situaciones, objetos o hechos que tienen una existencia real y que objetiva o subjetivamente pueden amenazar al sujeto (perros, agua, fuego, tormentas, médicos, extraños, etc.). Los miedos imaginarios, en cambio, son aquellos que forman parte de la imaginación y de la fantasía del niño, el cual hasta los 8 años aproximadamente, desarrolla una enorme creatividad acerca de seres extraños, monstruos, ogros, etc. Dichos miedos están fomentados, en muchas ocasiones, por la visión de películas y cuentos, que no son adecuados y que producen y estimulan situaciones fantásticas generadoras de miedo. En cambio los miedos inconscientes, también denominados nocturnos, son los miedos que ocurren durante la noche, cuando el niño está dormido. Entre estos se encuentran: el miedo a la oscuridad, las pesadillas y los terrores nocturnos.

Existen otras clasificaciones de los miedos expuestas por otros autores, como la diferenciación entre miedos naturales y propios de la edad, y miedos aprendidos, producto de diferentes formas de condicionamiento y aprendizaje (Peredo, 2009). Del mismo modo, este mismo autor expone otra clasificación propuesta por Miller, Barret, Hampe y Noble (1972) en Ollendick (1986). Dicha clasificación, según Peredo, se considera una de las más globales y ésta sugiere que los miedos infantiles pueden ser descritos en tres grupos: miedo al daño físico; miedo a un malestar psíquico; y miedo a los peligros naturales y sobrenaturales, como relámpagos, truenos, animales, brujas, etc. (Peredo, 2009).

2.8 Miedos más comunes en la infancia:

Los miedos son muy frecuentes en la infancia. Varios autores señalan que en los niños es rara la presencia de un solo miedo, generalmente, pueden desarrollar siete o más miedos distintos. Según Méndez (2003), “los miedos a amenazas físicas y sociales son parte integrante del desarrollo infantil”.

Los miedos más comunes en la infancia son: a las tormentas o fenómenos naturales, a animales, a la enfermedad y al daño físico (Méndez, 2003; Pérez, 2000; Pearce, 1995; González y De la Herrán, 2010; Sandín, 1997), a la oscuridad (Méndez, 2003; Pérez, 2000; Pearce, 1995; Güerre & Ogando, 2014; Sandín, 1997), a la separación de los padres (Méndez, 2003; Güerre & Ogando, 2014; Sandín, 1997), a las personas extrañas (Méndez, 2003; Pérez, 2000; Pearce, 1995; Sandín, 1997), a las criaturas imaginarias (Pérez, 2000; Pearce, 1995; Sandín, 1997), a los ruidos fuertes (Méndez, 2003; Sandín, 1997), al agua o al mar (Méndez, 2003; Sandín, 1997), a la muerte (González y De la Herrán, 2010; Sandín, 1997), a las alturas (Sandín, 1997), a quedarse solo (Sandín, 1997).

A continuación se describen algunos de los miedos más comunes en la infancia.

2.8.1 Miedo a los extraños:

El miedo a los extraños es un miedo innato, ya que está presente en todas las culturas y países. Se da cuando los niños comienzan a reconocer a las personas de su entorno, por ello cuando el niño ve una cara desconocida le produce inseguridad y se asusta, reaccionando con el cese de la sonrisa, desviación la mirada y con llanto (Méndez, 2003; Ferrerós, 2008). Ferrerós (2008) añade que los hombres asustan más que las mujeres, al igual que los adultos asustan más que los niños. Respecto a la reacción que tenga el niño serán importantes las experiencias previas que tenga, ya que si el niño está acostumbrado a ver y estar en contacto con personas diferentes, será menos miedoso que otro que siempre ve las mismas caras. Méndez (2003), señala que los hijos únicos son más propensos a reaccionar con miedo ante las personas extrañas que los hijos de familias numerosas.

2.8.2 Miedo a la separación:

El miedo o angustia de separación se trata del miedo que sufre el niño cuando se separa de sus figuras de apego, normalmente los padres y especialmente la madre. Marina afirma que es uno de los temores más consolidados de la especie humana (Marina, 2012; Marina, 2014). La vinculación del niño con su madre se vuelve significativa a los 5 - 7 meses de edad, aproximadamente. En ese momento, ya no se le puede entregar el bebé con tranquilidad a los desconocidos, ya que llorarán, alargarán los brazos y se abrazarán a los padres (Pearce, 1995).

Al igual que el miedo a los extraños, éste también es un miedo universal. Pearce afirma que a partir de los 3 años la separación causa menos angustia, pero si es prolongada aparece la siguiente secuencia de conductas emocionales: protestas (llantos, gritos, etc.); reserva (desapego y silencio); y desesperación (tristeza e indiferencia). Después del período de separación, los niños siguen unas pautas de comportamiento caracterizadas por la ira, la evitación y aproximación (Pearce, 1995). Marina, al contrario que Pearce que afirma que a partir de los 3 años causa menos angustia, señala que este miedo es muy frecuente de los 2 a los 6 años. Asimismo, señala que, en ocasiones, quienes tienen más miedo son los padres, quienes acaban contagiándose a sus hijos (Marina, 2012; Marina, 2014).

2.8.3 Miedo a la oscuridad:

El miedo a la oscuridad es muy frecuente en la infancia. Los niños que poseen este miedo son incapaces de permanecer solos, incluso acompañados, en una habitación sin luz. Por ello, normalmente duermen con la luz encendida y no pueden hacerlo si está apagada (Vallés, 1991). Las causas más frecuentes de este miedo son: la ansiedad que genera un estado de angustia en la vida cotidiana, el temor a castigos, malos tratos, o alguna experiencia vivida de forma traumática (Pérez, 2000). Sin embargo, para Vallés, las causas son, por un lado, que se asocia la oscuridad con acontecimientos de miedo (el ladrón que entra a robar, el monstruo, etc.) y, por otro lado, que los padres acuden a los llantos del niño que está durmiendo en una

habitación oscura. Éstos al entrar encienden la luz y lo calman, lo acarician o simplemente están con él. Por ello, los niños asocian el llanto con la oscuridad y la entrada de la madre con la luz, por lo que la oscuridad constituye la parte negativa y aprenden a tenerle miedo (Vallés, 1991).

Este miedo aparece alrededor de los dos años y desaparece más adelante, entre los ocho y diez años (Ferrerós, 2008; Marina, 2014; Cámara, 2014). En cambio, Pearce afirma que éste es frecuente entre los 3 y los 7 años de edad (Pearce, 1995). Dicho miedo lo suelen padecer uno de cada tres niños. Ferrerós señala que se trata de un miedo evolutivo motivado por el instinto de supervivencia. Su función recae en poner alerta al niño ante cualquier amenaza, ya que en épocas anteriores los animales solían atacar los poblados ocultos en la oscuridad (Ferrerós, 2008).

En la categoría de los miedos nocturnos, se encuentran las pesadillas y los terrores nocturnos. Las primeras pueden definirse como un “sueño desagradable, acompañado de miedo y angustia que se recuerda vívida y detalladamente al despertar” (Pérez, 2000, p. 132). Ferrerós añade que su contenido está relacionado con amenazas a la seguridad o supervivencia (Ferrerós, 2008). Su máxima intensidad se da entre los 4 y 6 años. Aparecen en el momento de intenso desarrollo de su imaginación y están producidas por la inteligencia generadora. Éstas suelen aparecer en la fase REM (Rapid Eyes Movements) del sueño, es decir, en una fase avanzada del sueño, en la segunda mitad de la noche. Se trata de un período de activación cerebral con un sueño ni muy ligero ni muy profundo. El niño al despertar no está confuso, se orienta bien y distingue perfectamente entre la realidad y el sueño (Marina, 2014).

Los terrores nocturnos se caracterizan por “una descarga vegetativa durante el primer tercio del periodo del sueño, en fase No REM” (Pérez, 2000, p. 132). En éstos el niño se incorpora súbitamente en la cama, con expresión de pánico, inquietud motora, taquicardia, taquipnea, sudoración y pupilas dilatadas. Es típico observar que los niños tienen los ojos muy abiertos, cara de terror, piel y pelo erizados y gritan o lloran. La crisis suele durar entre 5 o 10 minutos. A diferencia de las pesadillas, el niño presenta un estado de confusión y desorientación, con movimientos motores reiterativos y falta de respuesta ante los intentos de calmarle. Al despertar puede recordar algo, pero lo

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

normal es que no recuerde nada. Estos terrores nocturnos son, en la mayoría de ocasiones, sensaciones en vez de sueños, por lo que los niños no suelen recordarlas (Ferrerós, 2008). La aparición de éstos se produce con una frecuencia de entre el 1% y el 4% de los niños, entre 4 y 12 años. Aunque, al igual que en las pesadillas, la máxima intensidad se da entre los 4 y los 6 años (Pérez, 2000).

Ferrerós expone que el terror nocturno más frecuente es la sensación física de caerse al vacío. Asimismo, señala que aparecen de forma intermitente y que no suelen tener relación con sucesos del día, sino con el desarrollo neurológico del sueño. Este autor señala que los cambios de ritmo del sueño, la supresión de las siestas o cuando están excesivamente cansados suelen producir un aumento de terrores nocturnos. Del mismo modo, advierte que suelen coincidir con épocas de estrés, como el inicio del curso escolar, o cuando suceden cambios que pueden alterar al niño. Además, cuanto más ansioso sea el niño más le afectarán. Por ello, si se muerde las uñas, el jersey o tiene pipí cada diez minutos, el niño será un claro candidato a tener terrores nocturnos (Ferrerós, 2008).

2.8.4 Miedo escolar:

En el colegio es donde pasan la mayor parte del tiempo los niños y, por lo tanto, donde les ocurren la mayoría de experiencias, tanto positivas como negativas. El miedo escolar es bastante común, progresivo, y puede estar presente en todas las edades, aunque son una minoría los niños que lo sufren. Dicho miedo produce un gran rechazo con diversas excusas para evitar ir, desde dolores de cabeza a vómitos. A partir de las diversas vivencias que los niños experimentan en el colegio pueden surgir distintos tipos de miedos: miedo al fracaso escolar, a no ser aceptado por el grupo, la ansiedad anticipatoria y miedo al malestar físico (Ferrerós, 2008). Según Marina, el rechazo a la escuela puede ser una variante de la ansiedad por separación. Aunque existe un miedo específicamente escolar, el cual es por estar dentro de la escuela (suspender, repetir, comportamientos de compañeros, etc.) (Marina, 2014).

2.8.5 Miedo a los cambios:

Otro de los miedos más frecuentes de los niños tiene que ver con las alteraciones de lo cotidiano, lo conocido y lo que nos proporciona seguridad. Éste miedo puede surgir con los cambios de casa, de colegio, de amigos, de entorno familiar, etc. Según Ferrerós, un factor determinante de que los niños sufran este miedo es la experiencia previa que el niño tenga, ya que, las causas principales del mismo son la incertidumbre y la inseguridad (Ferrerós, 2008).

2.8.6 Miedo a la muerte:

Este miedo es bastante frecuente en los niños. Suele aparecer cuando viven una muerte cercana. Pero, aunque no la vivan, en general, a los cinco años empiezan a preguntar sobre la muerte. El mayor problema surge cuando ocurre una muerte no prevista, como un accidente o una operación con un fatal desenlace, cuando no han podido despedirse de esa persona. Esta situación produce en los niños un sentimiento de desconfianza, de temor y de inseguridad muy fuertes (Ferrerós, 2008).

2.9 Datos sociodemográficos relacionados con el miedo:

¿Las niñas son más miedosas que los niños? ¿Niños y niñas tienen miedos diferentes? ¿Los miedos son distintos según el nivel socioeconómico del entorno en el que se encuentra inmerso el niño? ¿Los miedos disminuyen con la edad? Estas son algunas de las preguntas que han interesado a algunos especialistas y a las que han intentado dar respuesta algunos de ellos.

En cuanto a la pregunta de si las niñas son más miedosas que los niños, todos los autores consultados están de acuerdo en que sí, que las niñas tienden a referir más miedo que los niños, tanto en frecuencia como en intensidad (Ferrerós, 2008; Sandín, 1997; La Pouse & Monk, 1959, citados en González, 1990; Pearce, 1995; Valiente, Sandín & Chorot, 2012; Méndez, 2003). Esto es universal en nuestra cultura e

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

igualmente, al llegar a adultos, las mujeres presentan más fobias específicas que los hombres (Méndez, 2003). Existen dos explicaciones de este hecho:

- Hipótesis biológica: el género determina ciertas características físicas. El género masculino está mejor dotado para la lucha que para la huida en comparación con el género femenino (Méndez, 2003). En este sentido Marks señala que existen pocas diferencias en relación con el género hasta los 11 años. A partir de esta edad las niñas son más propensas a tener miedos (Marks, 1990, citado en Pérez, 2000).
- Hipótesis sociocultural: la educación y los estereotipos sociales influyen en el desarrollo del miedo. Que las niñas presenten más miedo que los niños se justifica por la pauta cultural, que facilita la libre expresión del miedo en las niñas, ya que se entiende que éstas tienen la necesidad de ser protegidas (Méndez, 2003; Ferrerós, 2008).

Por otro lado, en lo que respecta a la pregunta de si los niños y las niñas tienen miedos diferentes, Ferrerós señala que no. Pues éstos temen las mismas cosas, según su edad y estadio evolutivo. Lo que ocurre es que mientras a las niñas se les consiente que exterioricen el miedo a los niños se les enseña a controlarlo (Ferrerós, 2008).

La Pouse y Monk, en cuanto a la pregunta de si los miedos son distintos según el nivel socioeconómico, sí que encontraron diferencias tanto a nivel socioeconómico como racial. Según éstos, los niños negros y de nivel socio-económico bajo tenían más miedos (La Pouse & Monk, 1959, citados en González, 1990 y en Peredo, 2009).

En lo que respecta a la pregunta de si los miedos disminuyen con la edad, todos los autores consultados afirma que sí. Tanto el número como la intensidad de los miedos tienden a disminuir con el paso del tiempo. De este modo, a partir de los 6 años tienden a desaparecer la mayoría de los miedos específicos (Méndez, 2003; Sandín, 1997; La Pouse & Monk, 1959, citados en González, 1990; Holmes, 1935, citado en Peña, 1995; Pérez, 2000). Además, según Méndez, con el tiempo los miedos evolucionan desde los miedos físicos a los miedos sociales (Méndez, 2003). Esto se debe, según Pérez, a que “los efectos del contexto varían a medida que los niños

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

maduran y aprenden lo suficiente como para saber evaluarlo mejor, se desarrollan nuevas capacidades cognitivas y motrices, y se aprenden estrategias eficaces de afrontamiento” (Pérez, 2000, p. 132). De este modo, las deficiencias en la maduración pueden llevar a no tener miedos, o por el contrario, que éstos sean más duraderos. Esto sucede, por ejemplo, con algunos niños deficientes o autistas (Pérez, 2000).

3. Parte práctica:

En esta segunda parte del trabajo, se van a exponer los resultados obtenidos en el desarrollo práctico del proyecto, que se ha realizado en tres colegios de la localidad de Zaragoza, así como la descripción de la población de estudio, el listado de miedos y los diferentes aspectos evaluados relacionados con los miedos. Se pretende conocer la prevalencia de miedos infantiles entre los 3-6 años de edad. Se han planteado los siguientes objetivos:

- Conocer qué objetos, situaciones o hechos son los que provocan miedo en los alumnos de Educación Infantil.
- Observar las posibles diferencias entre los miedos en niños y niñas de estas edades.
- Ver la evolución de los miedos infantiles por edades y realizar una comparativa entre los distintos grupos de edad de la muestra.
- Comprobar si los miedos de los padres influyen en los miedos de los hijos.
- Contrastar si los resultados obtenidos se relacionan con la bibliografía consultada.

En primer lugar se describe la metodología empleada en el proyecto, detallando el cronograma de desarrollo del mismo. Se describen los datos relativos a los centros y los niños objeto de estudio.

En segundo lugar, se presenta el “Listado de Miedos” elaborado “ad hoc”, confeccionado a partir de los 25 miedos evolutivos más frecuentemente referidos en la bibliografía.

A continuación se desarrolla el procedimiento realizado para la obtención de los datos, y por último se exponen los resultados obtenidos tras el trabajo de campo. En primer lugar los referidos a la presencia o ausencia de los 25 miedos prevalentes. En segundo lugar la diferencia en la prevalencia de dichos miedos en niños y niñas. En tercer lugar los animales incluidos en los miedos. En cuarto lugar la presencia o ausencia de otros miedos y por último la evaluación de miedos de los niños que también tuvieron sus padres.

3.1 Metodología:

Al no encontrar una prueba psicométrica para evaluar los miedos en niños y niñas en edad infantil, consideramos necesario elaborar un listado de miedos propio en el que se incluyeran los miedos más comunes en estas edades según la teoría consultada.

Se entregó un listado de miedos y una carta de presentación dirigida a los padres (ver Anexos 1 y 2) a 270 niños y niñas en edades comprendidas entre los tres y seis años de tres colegios de la localidad de Zaragoza. Dos de estos colegios son públicos: el Centro de Educación Infantil y Primaria (C.E.I.P.) Catalina de Aragón (Parque Goya, Zaragoza), y el C.E.I.P. Val de la Atalaya (María de Huerva). El tercer centro es concertado: El Colegio Antonio Machado (Zaragoza).

3.1.1 Participantes

La muestra total a los que se les entregó el material para participar en el estudio es de 487 niños, con edades comprendidas entre los 3 y los 6 años, de la localidad de Zaragoza. El listado de miedos, junto con la carta de información para los padres, se entregó en tres colegios distintos de la localidad, dos de ellos públicos: El C.E.I.P. Val de la Atalaya y el C.E.I.P. Catalina de Aragón. En el primer colegio, situado en María de Huerva, se entregó el cuestionario a un total de 116 alumnos. En el segundo, situado en el barrio Parque Goya en Zaragoza, se entregó el cuestionario a un total de 296 alumnos. Y en el tercero privado/concertado: En el Colegio Antonio Machado, situado en Zaragoza, se entregó el cuestionario a un total de 75 alumnos.

3.1.2 Instrumento:

Al no encontrarse ningún inventario de miedos para niños en edad infantil, se optó por elaborar un listado “ad hoc” con los 25 miedos evolutivos más frecuentemente referidos en la bibliografía consultada. Se tomaron como referencia para elaborar nuestro instrumento algunos inventarios ya existentes que siguen esta misma línea (Ollendick, 1983; Pelechano, 1981), pero que están pensados para niños de mayor edad. El “Listado de Miedos” elaborado se puede consultar como Anexo 2.

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

El listado consta de cuatro partes diferenciadas: La primera parte es el listado en sí, en el que se numeran los 25 posibles miedos más prevalentes que pueden tener los alumnos de Educación Infantil por su etapa evolutiva, y en la que se debe marcar con una “X” el grado de temor que tiene el niño a cada miedo, desde nada (0) a mucho (2). La segunda parte consta de una pregunta abierta: “¿Hay alguna otra cosa, personaje o situación que le dé miedo? ¿Cuál?”, con dicha pregunta se pretende ahondar un poco más en los miedos de los niños. La tercera parte busca encontrar a qué animales se tiene más miedo, por lo que se pide que se enumeren los animales a los que tienen miedo. Y por último, con la cuarta y última parte se pretende conocer si los miedos de los padres coinciden con los de los hijos. Esta parte, por tanto, se trata de otra lista de todos los miedos del inventario de la primera parte y un hueco donde los padres tienen que marcar con una “X” si han sufrido o sufren ese miedo al igual que su hijo.

3.1.3 Procedimiento

Para la obtención de los datos, la tutora de los alumnos entregó el listado de miedos a los padres de todos los alumnos de Educación Infantil de los tres centros participantes. El listado fue entregado junto a una carta de información sobre los objetivos del presente estudio. El instrumento de evaluación “Listado de Miedos” fue cumplimentado por los padres, ya que los alumnos de Educación Infantil se consideró que eran demasiado pequeños para poder contestar ellos mismos.

La colaboración de los padres fue buena, ya que hemos podido contar con un gran número de listados completados, con lo hemos podido obtener muchos datos para realizar el estudio que se pretendía.

3.2 Resultados

La muestra total de niños encuestados está formada por 487 niños, con edades comprendidas entre los 3 y los 6 años, de la localidad de Zaragoza. El listado de miedos, junto con la carta de información para los padres, se entregó en tres colegios distintos de la localidad: Dos de ellos públicos: El C.E.I.P. Val de la Atalaya y el C.E.I.P. Catalina de Aragón. En el primer colegio, situado en María de Huerva, se entregó el cuestionario a un total de 116 alumnos, de los cuales 70 fueron devueltos completados, de estos últimos 16 fueron considerados “no validos” para su análisis por no estar adecuadamente cumplimentados, por lo que se recogió información finalmente de 54 alumnos, lo que supone un 46,55% de los propuestos inicialmente. En el segundo, situado en el barrio Parque Goya en Zaragoza, se entregó el cuestionario a un total de 296 alumnos, de los cuales 188 fueron devueltos completados, de estos últimos 14 fueron considerados “no validos” para su análisis por no estar adecuadamente cumplimentados, por lo que se recogió información finalmente de 174 alumnos, lo que supone un 58,78% de los propuestos inicialmente. Y un tercero privado/concertado: El Colegio Antonio Machado, situado en Zaragoza, se entregó el cuestionario a un total de 75 alumnos, de los cuales 48 fueron devueltos completados, de estos últimos 6 fueron considerados “no validos” para su análisis por no estar adecuadamente cumplimentados, por lo que se recogió información finalmente de 42 alumnos, lo que supone un 56% de los propuestos inicialmente.

La muestra definitiva de estudio fue de 270 niños, lo que supone un 55,4 % de la muestra de selección inicial.

Los diferentes grupos que se han establecido, en relación con la edad, curso y sexo de los sujetos, pueden verse en la tabla 1. Del total de los sujetos de la muestra, el 52,59% son niños y el 47,41% niñas. Con respecto a la edad, los sujetos de 4 y 5 años son mayoría, con un 35,93% y un 32,96% respectivamente. Esto se debe a que ambas edades se pueden encontrar en dos cursos diferentes, como son 1º de E.I. (Educación Infantil) y 2º de E.I. para la edad de 4 años, y 2º de E.I. y 3º de E.I. para la edad de 5 años. Sin embargo, a la edad de 3 años algunos alumnos aún no han accedido a la escuela, por lo que no son contabilizados en el estudio y a la edad de los 6 años

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

algunos niños ya están cursando 1º de Educación Primaria. De este modo, los sujetos de 3 y 6 años de edad son minoría en el estudio, con un 15,56% en ambas edades. Con respecto al curso, los sujetos de 2º de E.I. son mayoría, con un 40%. En 1º de E.I. se encuentra un 28,89% de la muestra total y en 3º de E.I. un 31,11%.

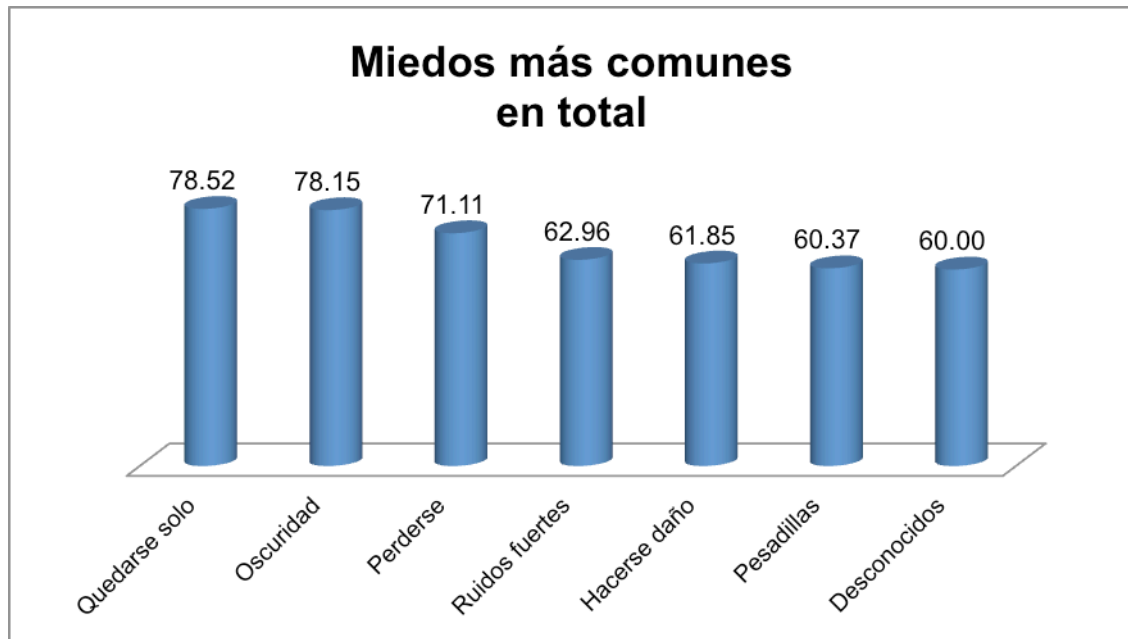
En cuanto a la muestra de estudio por edades y sexo de cada centro, en el C.E.I.P. Val de la Atalaya los sujetos de 4 años son mayoría, representando el 40,74% del total, de los cuales el 63,64% son niñas y el 36,36% restante niños. Le siguen los sujetos de 5 años, que representan el 25,93% del total, de los cuales el 71,43% son niñas y el 28,57% niños. Los sujetos de 3 años representan el 20,37% del total, de los cuales el 63,64% son niñas y el 36,36% niños. Por último, los sujetos de 6 años representan el 12,96% del total, de los cuales el 42,86% son niñas y el 57,14% niños. En este centro, por tanto, el porcentaje de niñas es muy superior al de los niños, teniendo 62,96% de niñas y el 37,04% restante niños. En el C.E.I.P. Catalina de Aragón los sujetos de 4 años son mayoría, representando el 36,78% del total, de los cuales 46,88% son niñas y 53,13% niños. Le siguen los sujetos de 5 años, que representan el 33,91% del total, de los cuales el 38,98% son niñas y el 61,02% son niños. Los sujetos de 6 años representan el 14,94% del total, de los cuales el 26,92% son niñas y el 73,08% son niños. Por último, los sujetos de 3 años son minoría, representando un 14,37% del total, de los cuales el 52% son niñas y el 48% restante niños. En este centro, por tanto, el porcentaje de niños es algo superior al de niñas, representando el 58,95% los primeros y el 41,95% las segundas. Por último, en el Colegio Antonio Machado los sujetos de 5 años son mayoría, representando el 38,10% del total, de los cuales el 43,75% son niñas y el 56,25% niños. Le siguen los sujetos de 4 años, que representan el 26,19% del total, de los cuales el 54,55% son niñas y el 45,45% restante son niños. Los sujetos de 6 años representan el 21,43% del total, de los cuales el 55,56% son niñas y el 44,44% niños. Por último, los sujetos de 3 años son minoría con un 14,29%, de los cuales hay un 50% de cada sexo. En este último centro, por tanto, el porcentaje de niñas y niños es el mismo, ya que cada sexo representa un 50%.

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

Variable	Total	%
Total:	270	100,00
Total niños:	142	52,59
Total niñas:	128	47,41
3 años:	42	15,56
Niñas 3 años:	23	8,52
Niños 3 años:	19	7,04
4 años:	97	35,93
Niñas 4 años:	50	18,52
Niños 4 años:	47	17,41
5 años:	89	32,96
Niñas 5 años:	40	14,81
Niños 5 años:	49	18,15
6 años:	42	15,56
Niñas 6 años:	15	5,56
Niños 6 años:	27	10,00
1º El:	78	28,89
Niñas 1º El:	38	14,07
Niños 1º El:	40	14,81
2º El:	108	40,00
Niñas 2º El:	54	20,00
Niños 2º El:	54	20,00
3º El:	84	31,11
Niñas 3º El:	36	13,33
Niños 3º El:	48	17,78

Tabla 3.- Datos demográficos de la muestra de estudio.

A continuación pasamos a comentar los resultados. En el gráfico 1 se pueden ver los miedos más prevalentes de la muestra. Los miedos a quedarse solo y a la oscuridad son los miedos que más manifestaron los sujetos estudiados, con una diferencia mínima entre los dos, ya que 212 sujetos (78,52%) manifestaron miedo al primero y 211 sujetos (78,15%) al segundo, respectivamente.

Gráfico 1.- Miedos más comunes en el total de la muestra.

Se analizaron por separado los miedos de los alumnos de los 3 centros educativos. Los dos miedos más presentes en el C.E.I.P. Val de la Atalaya fueron el miedo a la oscuridad en 46 sujetos (85,19%) y el miedo a quedarse solo en 41 (75,93%).

En el C.E.I.P. Catalina de Aragón fueron el miedo a quedarse solo en 139 sujetos (79,89%) y el miedo a la oscuridad en 130 (74,71%).

Por último, en el Colegio Antonio Machado fueron el miedo a la oscuridad en 35 sujetos (83,33%) y el miedo a quedarse solo en 32 (76,19%).

Para ver la prevalencia del resto de los miedos de la muestra total se puede consultar el Anexo 3.

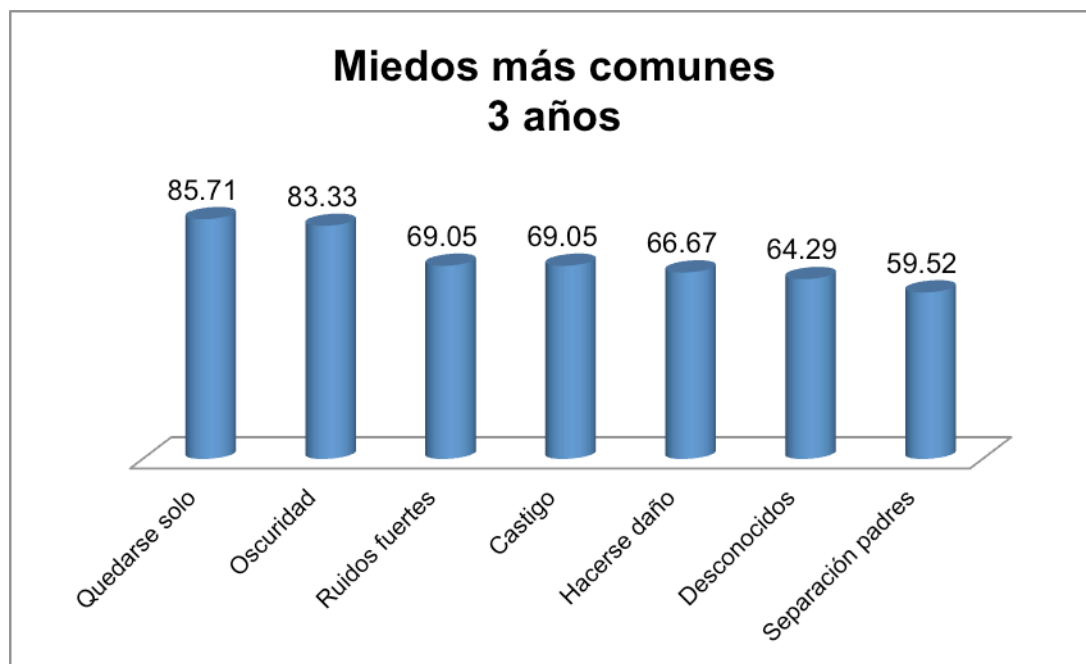
En cuanto a la diferenciación de los miedos más comunes según la edad, se diferenciaron las cuatro edades estudiadas, 3, 4, 5 y 6 años de la muestra total y de la muestra de cada uno de los colegios encuestados.

Los miedos que más fueron referidos por los sujetos de 3 años de la muestra total se pueden ver en el gráfico 2. Los miedos a quedarse solo y a la oscuridad fueron los que más manifestaron los sujetos estudiados, con una diferencia mínima entre ambos,

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

ya que 36 sujetos (85,71%) presentaban miedo a quedarse solo y 35 (83,33%) miedo a la oscuridad.

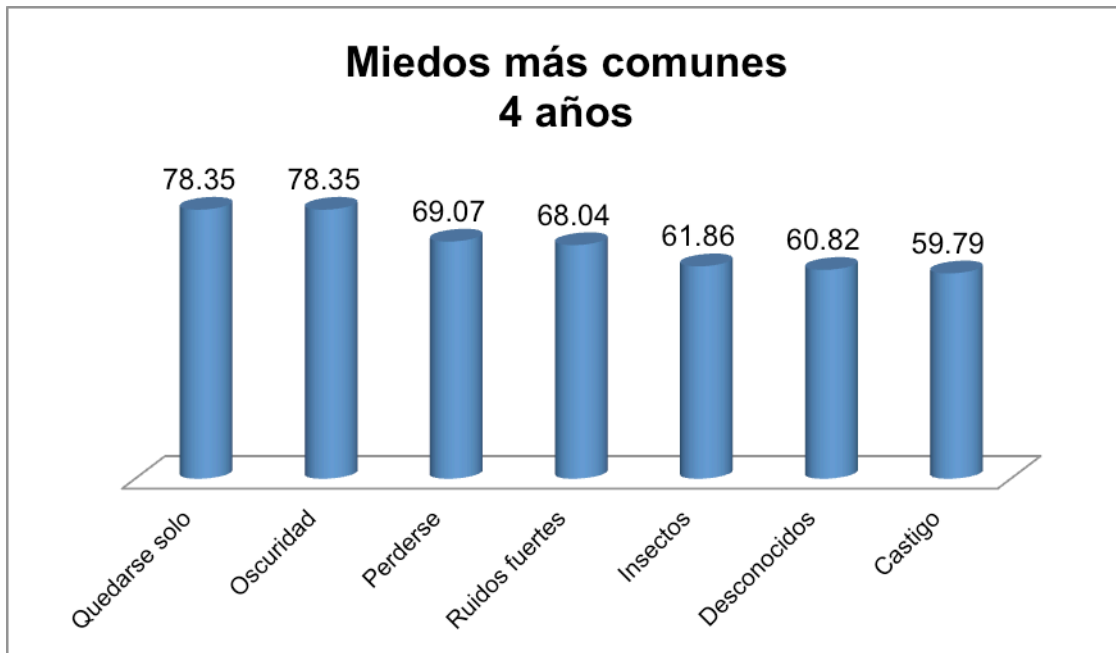
Gráfico Nº 2:- Miedos más comunes en los sujetos de 3 años de la muestra total.



Del análisis de los miedos en los alumnos de los 3 centros educativos estudiados, se observó que los dos miedos más presentes en el C.E.I.P. Val de la Atalaya fueron el miedo a quedarse solo y a los monstruos imaginarios. En el C.E.I.P. Catalina de Aragón fueron el miedo a quedarse solo y el miedo a la oscuridad. Por último, en el Colegio Antonio Machado fueron el miedo a dormir solo y a la oscuridad.

Para ver la prevalencia del resto de los miedos más comunes en la edad de 3 años del total de la muestra, se puede consultar el Anexo 4.

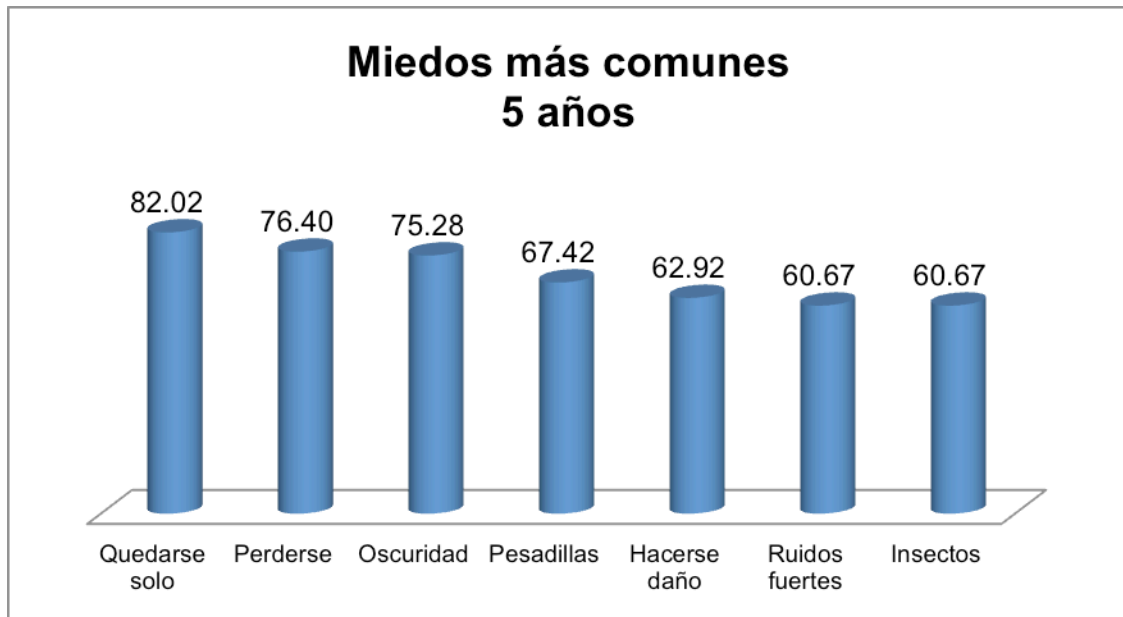
En el gráfico 3 podemos ver los miedos más frecuentes en los alumnos de 4 años de la muestra total. Quedarse solo y el miedo a la oscuridad son los más presentes, manifestándose en 76 sujetos (78,35%).

Gráfico 3.- Miedos más comunes en los sujetos de 4 años de la muestra total.

Analizados los centros por separado, los niños de 4 años en el C.E.I.P. Val de Atalaya referían más miedo a la oscuridad y a los insectos. En el C.E.I.P. Catalina de Aragón fueron el miedo a quedarse solo en 52 sujetos (81,25%) y el miedo a la oscuridad en 48 (75%), y en el Colegio Antonio Machado fueron el miedo a la oscuridad (81,82%), y el miedo a las pesadillas y a perderse (72,73%).

Para ver la prevalencia del resto de los miedos más comunes en la edad de 4 años de la muestra total, se puede consultar el Anexo 5.

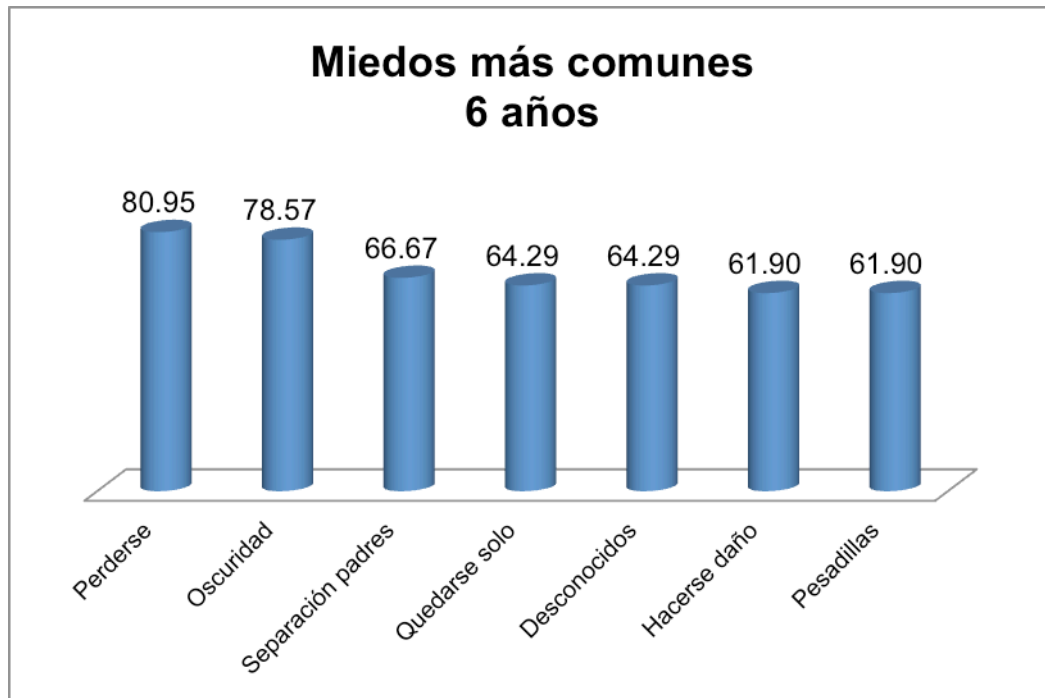
En el gráfico 4 podemos ver los miedos más frecuentes en los sujetos de 5 años de la muestra total. Los dos más presentes son quedarse solo en 73 sujetos (82,02%) y perderse en 68 (76,40%).

Gráfico 4.- Miedos más comunes en los sujetos de 5 años de la muestra total.

Tras analizar por separado los miedos de los alumnos de los 3 centros educativos de estudio, se observa que los dos miedos más presentes en el C.E.I.P. Val de la Atalaya fueron el miedo a la oscuridad y a perderse, manifestándose en 13 sujetos ambos (92,86%). En el C.E.I.P. Catalina de Aragón fueron el miedo a quedarse solo en 49 (83,05%) y el miedo a perderse en 46 (77,97%). Por último, en el Colegio Antonio Machado fueron el miedo a la oscuridad y a quedarse solo en 12 sujetos (75%).

Para ver la prevalencia del resto de los miedos más comunes en la edad de 5 años, se puede consultar el Anexo 6.

En el gráfico 5 podemos ver los miedos más frecuentes en los alumnos de 6 años de la muestra total. Los dos más presentes son el miedo a perderse en 34 sujetos (80,95%) y el miedo a la oscuridad en 33 (78,57%).

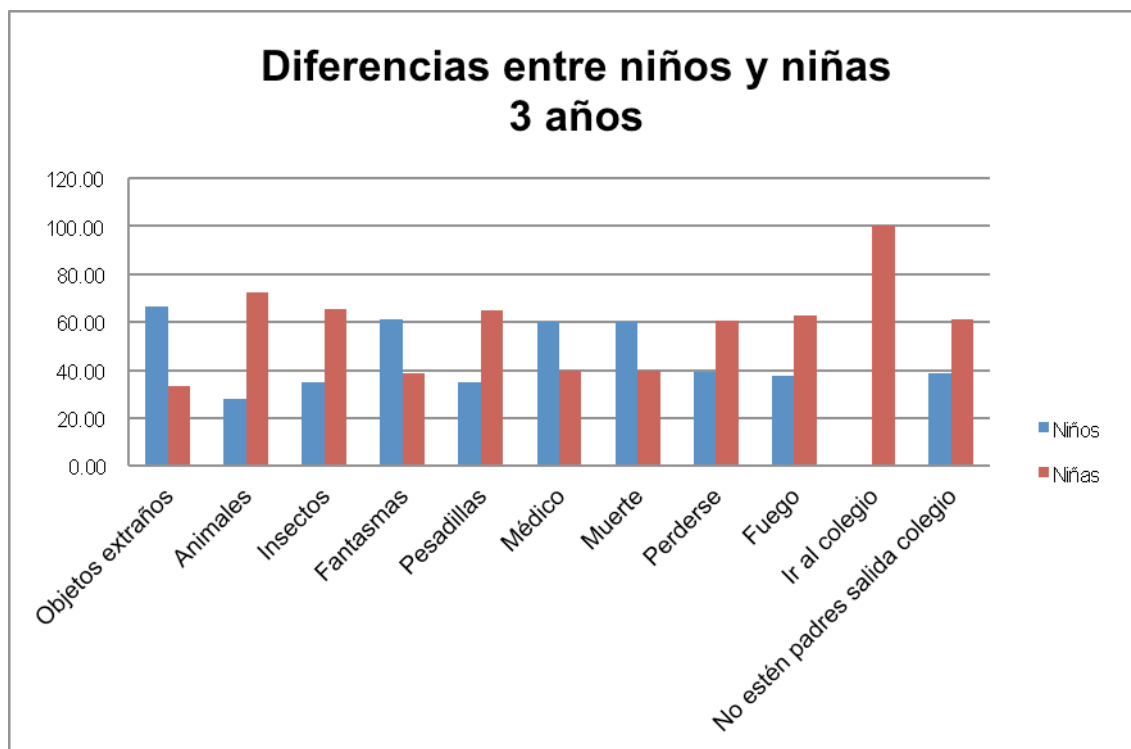
Gráfico 5.- Miedos más comunes en los sujetos de 6 años de la muestra total.

Los resultados encontrados en los 3 centros estudiados muestran que los dos miedos más presentes en el C.E.I.P. Val de la Atalaya fueron el miedo a los fantasmas en 7 sujetos (100%) y, en segundo lugar, el miedo a los desconocidos y a perderse en 6 sujetos (85,71%). En el C.E.I.P. Catalina de Aragón fueron el miedo a perderse en 22 alumnos (84,62%) y el miedo a la oscuridad en 20 (76,92%). Por último, en el Colegio Antonio Machado fueron el miedo a la oscuridad y a hacerse daño en 8 (88,89%).

Para ver la prevalencia del resto de los miedos más comunes en la edad de 6 años, se puede consultar el Anexo 7.

En cuanto a la diferencia de los miedos más comunes entre niños y niñas, hemos observado los siguientes resultados. En el gráfico 6 se muestran los miedos de la muestra total según el sexo del sujeto. En las niñas el miedo más representativo fue el miedo a los animales en 13 niñas (72,22%) frente a 5 niños (27,78%). En los niños, el miedo más presente fue a los objetos extraños en 8 niños (66,6%) frente a 4 niñas (33,33%).

Gráfico 6.- Diferencias entre niños y niñas de los sujetos de 3 años del total de la muestra.



Se analizaron las diferencias entre los miedos de los niños y de las niñas según la distintas edades en los 3 centros estudiados.

El miedo más presente en los alumnos/alumnas del C.E.I.P. Val de la Atalaya fue el que no estén los padres a la salida del colegio en las niñas y miedo a la muerte en los niños. En el C.E.I.P. Catalina de Aragón las niñas manifestaron más miedo a las pesadillas que los niños, y los niños presentaban más miedo a perderse y a la oscuridad que las niñas. En el Colegio Antonio Machado las niñas muestran más variedad de miedos frente a los niños que solo presentan miedo a ir al médico.

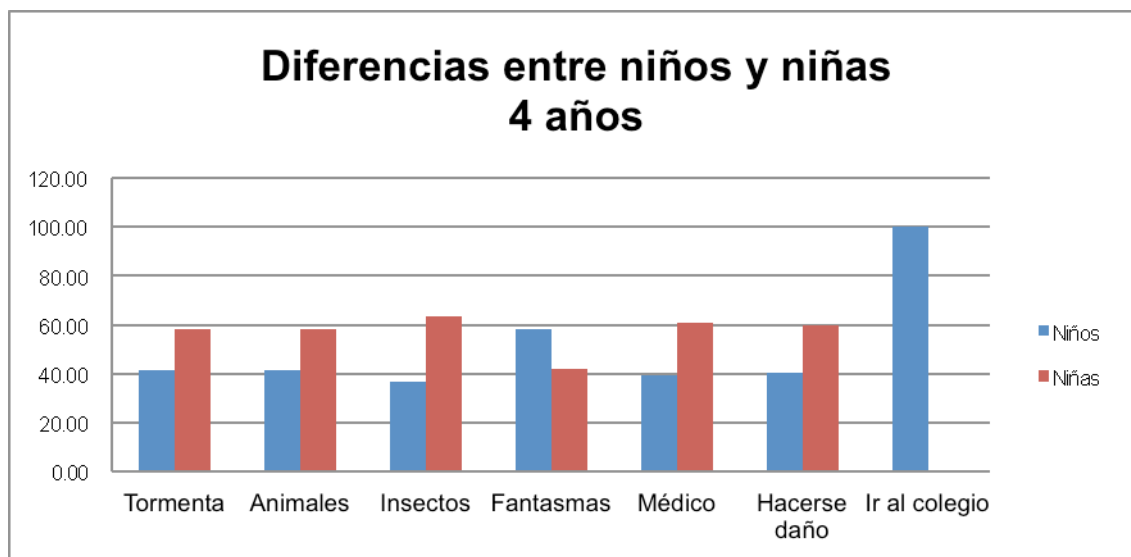
Para ver la diferencia del conjunto de miedos entre niños y niñas en la edad de 3 años, se puede consultar el Anexo 8.

En cuanto a la diferenciación de los miedos más comunes entre los niños y las niñas de 4 años, hemos observados los siguientes resultados. En el gráfico 7 se muestran los miedos de la muestra total según el sexo del sujeto. En las niñas el miedo más representativo fue el miedo a los insectos en 38 niñas (63,33%) frente a 22 niños

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

(36,67%). En los niños, los miedos más presentes fueron a ir al colegio y a los fantasmas.

Gráfico 7.- Diferencias entre niños y niñas de los sujetos de 4 años del total de la muestra

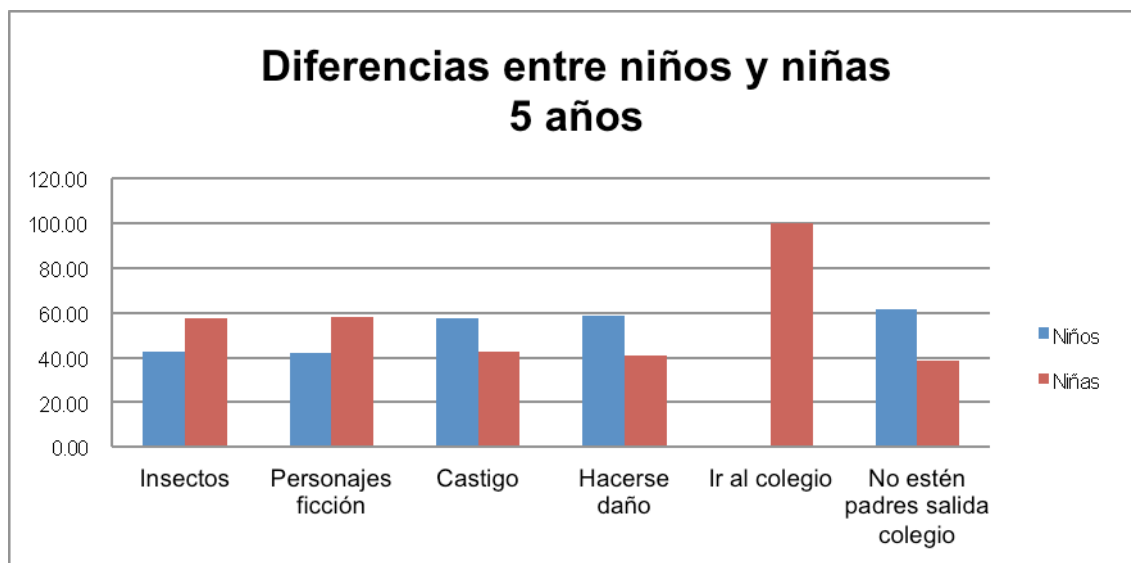


El miedo más presente en las niñas del C.E.I.P. Val de la Atalaya fue a las tormentas, y en los niños, el miedo a los animales y a la altura. En el C.E.I.P. Catalina de Aragón los niños manifestaron miedo a los fantasmas en 21 casos (65,63%) frente a 11 niñas (34,38%). En las niñas, el miedo a que no estén los padres a la salida del colegio fue el más señalado con 20 niñas (62,50%). En el Colegio Antonio Machado, las niñas mostraron más miedo a los insectos que los niños, y estos más miedo al castigo que las niñas.

Para ver la diferencia del conjunto de miedos entre niños y niñas en la edad de 4 años, se puede consultar el Anexo 9.

En cuanto a la diferenciación de los miedos más comunes entre los niños y las niñas de 5 años, hemos observado los siguientes resultados. En el gráfico 8 se muestran los miedos de la muestra total según el sexo del sujeto. En las niñas el miedo a ir al colegio fue superior al de los niños, y estos manifestaron más miedo a que no estén los padres a la salida del colegio.

Gráfico 8.- Diferencias entre niños y niñas de los sujetos de 5 años del total de la muestra.

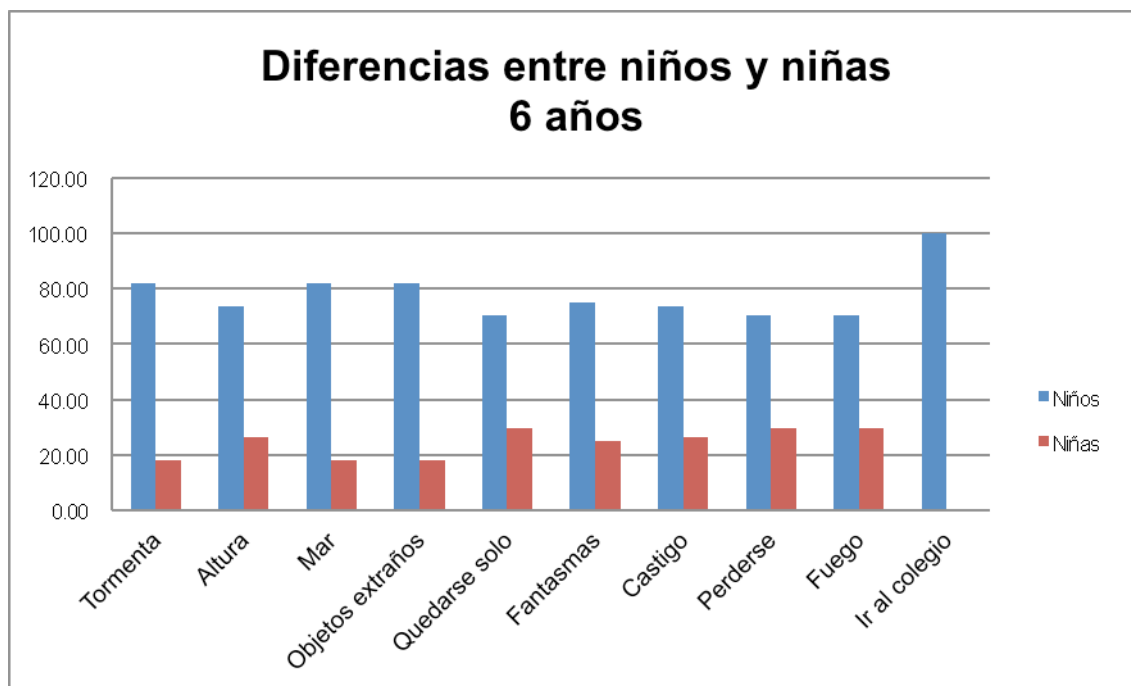


Los miedos en las niñas del C.E.I.P. Val de la Atalaya fueron mayoritarios frente a los niños que manifestaron pocos miedos. En el C.E.I.P. Catalina de Aragón los niños manifestaron miedo a que no estén los padres a la salida del colegio con 22 casos (75,86%) frente a un 24,14% en las niñas. Por último, en el Colegio Antonio Machado en las niñas el miedo al fuego está más presente que en los chicos y estos muestran más miedo al castigo que las chicas.

Para ver la diferencia del conjunto de miedos entre niños y niñas en la edad de 5 años, se puede consultar el Anexo 10.

En cuanto a la diferenciación de los miedos más comunes entre los niños y las niñas de 6 años, hemos observado los siguientes resultados. En el gráfico 9 se muestran los miedos de la muestra total según el sexo del sujeto. Aquí podemos observar que los niños presentan muchos más miedos que las niñas.

Gráfico 9.- Diferencias entre niños y niñas de los sujetos de 6 años del total de la muestra.

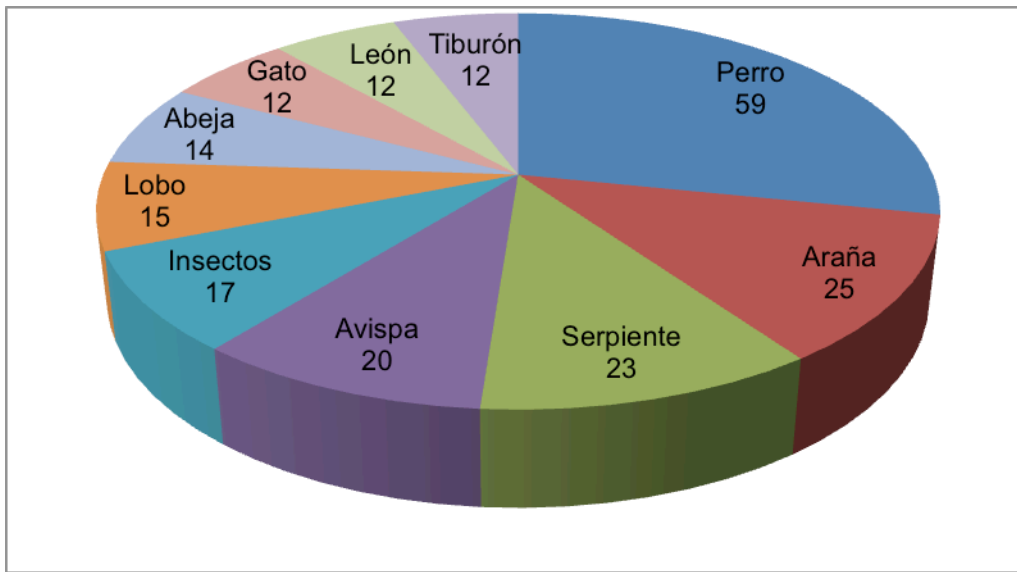


En el C.E.I.P. Val de la Atalaya se observa como han disminuido el número de miedos respecto a edades más tempranas. En esta muestra las niñas presentan más miedos que los niños. En el C.E.I.P. Catalina de Aragón, son los niños que manifiestan más miedos que las niñas. Igualmente, en el Colegio Antonio Machado, los niños muestran más miedos que las niñas. Es curioso observar que el miedo más presente en las niñas es el miedo a las discusiones.

Para ver la diferencia del conjunto de miedos entre niños y niñas en la edad de 6 años, se puede consultar el Anexo 11.

Por último, mostramos en el gráfico 10 los temores relacionados con animales. Se observa que el perro es el animal más temido, probablemente por estar más presente en el entorno de los niños.

Para ver los miedos al resto de animales y la prevalencia de cada uno de ellos ver Anexo 12.

Gráfico 10.- Animales a los que más temen los sujetos estudiados

Respecto a otros miedos que refirieron los sujetos estudiados, tan solo un 25,56% manifestaron otros miedos distintos de los que aparecían en el listado. Algunos ejemplos de estos miedos fueron: miedo a los ascensores, a Papa Noel, a la gente mala, al marciano de Oregon TV, a desenredarse el pelo, a las ferias, a estar inmovilizada (cuando le dan abrazos muy fuertes), a mancharse y no poder limpiarse solo, a los cabezudos, etc.

Por último, en cuanto a la pregunta de “¿Los miedos de los padres influyen en los hijos?”, los datos obtenidos en el estudio parecen reflejar que sí. En 195 sujetos, es decir, en el 72,22% del total de la muestra, se marcaron varios miedos iguales en padres e hijos, frente a 75 sujetos (27,78%) en los que no referían los mismos miedos padres que hijos.

3.3 Discusión y conclusiones

3.3.1. Discusión de los resultados

A partir de los resultados obtenidos en el estudio y teniendo en cuenta los objetivos planteados al principio del mismo, se señalan, a continuación, las principales conclusiones que se han obtenido.

En primer lugar, en cuanto a qué objetos, situaciones o hechos temen los alumnos de Educación Infantil, es decir, con edades comprendidas entre los tres y los seis años, se ha podido comprobar que los principales miedos son a quedarse solo, a la oscuridad, a perderse, a los ruidos fuertes, a hacerse daño, a las pesadillas y a los desconocidos. Cabe destacar, además, que otros miedos como el miedo a ir al colegio o a los objetos extraños son muy poco frecuentes en los sujetos de estas edades, puesto que en el primero su prevalencia no llega ni al 6% del total de la muestra y en el segundo no llega ni al 30%. Estos resultados se asemejan bastante a la teoría consultada aunque difiere en algunos aspectos. Sandín (1997), González (1990), Güerre & Ogando (2014), Peredo,(2009), y Becerro (2012), señalan como miedos más frecuentes en esta etapa algunos de los destacados en el estudio, como el miedo a la oscuridad, a quedarse solo, a las pesadillas y a hacerse daño. Pero, en cambio, el miedo a los ruidos fuertes y a los desconocidos, según la teoría consultada, pertenecen a otra etapa anterior, por lo que no está de acuerdo con los resultados obtenidos. Esta diferencia se puede entender como que estos dos miedos hacen su aparición en etapas anteriores del desarrollo pero permanecen durante gran parte de la infancia. Por ello, aunque los autores no señalen dichos miedos como los más frecuentes en la etapa preescolar, se dan con frecuencia todavía en la misma porque aún no han desaparecido. Por otro lado, los resultados obtenidos en cuanto a los objetos o situaciones menos frecuentes coinciden con la teoría, ya que el miedo a ir al colegio no aparecía como uno de los más frecuentes en esta etapa en la mayoría de los autores, pues solo era considerado por Ferrerós (2008) y Marina (2014), quienes no especifican a qué edad se da tal miedo, por lo que se entiende que éste puede ser un miedo que se dé más adelante, cuando comienzan los deberes y los exámenes. Así mismo, el miedo a los objetos extraños según la teoría es un miedo que se da en etapas

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

anteriores, junto con el miedo a los desconocidos y a los ruidos fuertes, por lo que, aunque los otros dos miedos permanezcan en el tiempo, puede ser que éste desaparezca antes. En este primer punto, no se encuentran grandes diferencias entre los colegios estudiados. Ya que, por lo general, los miedos que más refieren los sujetos, por encima del 50%, suelen ser los mismos, aunque con algunas diferencias en la prevalencia de un colegio a otro.

En segundo lugar, en cuanto a la evolución de los miedos infantiles por edades, se pueden ver algunas diferencias en la prevalencia de los diversos miedos según la edad. Algunos miedos se mantienen estables en las distintas edades de la muestra como el miedo a la oscuridad, el miedo a hacerse daño y el miedo a los desconocidos. Otros miedos se mantienen estables aunque presentan algunas subidas en una determinada edad, como el miedo a la separación de los padres que aumenta a los 6 años; y el miedo a los insectos que a la edad de 4 y 5 años tiende a subir. Otros miedos que se mantienen estables aunque presentan algunas bajadas en una determinada edad, como el miedo a los monstruos imaginarios que se mantiene hasta los 5 años donde desciende un poco, pero a los 6 vuelve a ascender. Otros miedos que tienden a ascender conforme avanza el desarrollo del niño, como el miedo a perderse que aumenta de 54,76% a los 3 años hasta el 80,95% a los 6 años; el miedo a las pesadillas, el cual a los 3 años es poco frecuente pero en las demás edades asciende; el miedo a las discusiones que aparece como un miedo frecuente a partir de los 4 años; y el miedo a la muerte que aumenta del 11,90% a los 3 años hasta el 50% a los 6. Otros miedos que tienden a descender con la edad, como el miedo a quedarse solo, que desciende del 85,71% al 64,29%; el miedo a los ruidos fuertes que se mantiene hasta los 6 años, aunque desciende del 69,05% hasta el 50%; y el miedo al castigo disminuye desde el 69,05% hasta el 45,24%.

En tercer lugar, en lo que respecta a las diferencias entre niños y niñas, a los 3 años, la diferencia no es muy significativa, ya que en algunos miedos es superior el porcentaje de niñas pero en otros ocurre lo mismo con el de niños. La mayoría de miedos los presentan por igual niños y niñas (miedo a la oscuridad, a los personajes de ficción, a dormir solo, etc.). Se encuentran diferencias más significativas, a partir de

60%, en otros miedos como el miedo a los objetos extraños, a los fantasmas, al médico y a la muerte, en los cuales los niños son mayoría. Por otra parte, las niñas son mayoría en el miedo a los animales, a los insectos, a las pesadillas, al fuego, a perderse y a ir al colegio. En los resultados obtenidos, se encuentran diferencias entre los colegios, ya que en unos los niños refieren más miedo que las niñas y en otros ocurre lo contrario. Por un lado, en el C.E.I.P. Val de la Atalaya y en el Colegio Antonio machado las niñas son las que refieren la mayoría de los miedos. En cambio, en el C.E.I.P. Catalina de Aragón los niños refieren más miedos que ellas.

A los 4 años tampoco se encuentran diferencias muy significativas entre ambos sexos, ya que en la mayoría de miedos los dos sexos refieren un porcentaje similar. A esta edad se encuentra alguna diferencia significativa como en el miedo a ir al colegio, en el cual la mayoría son niños, y en los miedos a los insectos y a al médico, en los cuales son niñas la mayoría. En cuanto a las diferencias entre los colegios, se puede observar que en el C.E.I.P. Val de la Atalaya y en el Colegio Antonio Machado las niñas son mayoría en casi todos los miedos, menos en el miedo al mar, en el caso del C.E.I.P. Val de la Atalaya, en el cual los niños son mayoría, y en algunos miedos (al mar, a dormir solo, al castigo, etc.) en el Colegio Antonio Machado, en los que también son mayoría los niños. En cambio, en el C.E.I.P. Catalina de Aragón los porcentajes de niños y niñas son parecidos en la mayoría de los miedos, menos en dos de ellos: el miedo a ir al colegio y el miedo a que no estén los padres a la salida del colegio, en los cuales los niños son mayoría.

A los 5 años tampoco se encuentran diferencias entre niños y niñas, pues en la mayoría de miedos son parecidos los porcentajes de los dos grupos. Solo difieren en el miedo a que no estén los padres a la salida del colegio, en el cual los niños son mayoría; y en el miedo a ir al colegio, en el cual son las niñas. En lo que respecta a las diferencias entre los colegios, en el C.E.I.P. Val de la Atalaya el sexo femenino es mayoría en la prevalencia de todos los miedos, menos de dos (miedo a las tormentas y miedo a la muerte) en los cuales los porcentajes son parecidos. En cambio, en el C.E.I.P. Catalina de Aragón sucede lo contrario, pues los niños son mayoría en casi todos los miedos, menos en el miedo a ir al colegio en el que la mayoría son niñas. Por último, en el Colegio Antonio Machado no se observan diferencias significativas, ya que en la mayoría de miedo los porcentajes de ambos sexos son parecidos, menos en

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

algunos que son mayoría niñas (mar, objetos extraños, insectos, etc.) y en otros que son mayoría niños (altura, animales, médico, etc.).

Por último, a la edad de 6 años sí que se encuentran diferencias significativas en la mayoría de miedos, ya que en casi todos los miedos son mayoría los niños, menos en dos de ellos (miedo a los insectos y a hacerse daño) en los cuales los porcentajes entre ambos sexos son parecidos. En lo que respecta a las diferencias entre colegios, mientras que en el C.E.I.P. Val de la Atalaya los porcentajes entre ambos sexos son parecidos, en el C.E.I.P. Catalina de Aragón y en el Colegio Antonio Machado los niños son mayoría en la mayor parte de los miedos, en el C.E.I.P. Catalina de Aragón en todos.

Los resultados obtenidos en nuestro estudio sobre las diferencias entre niños y niñas no coinciden con la teoría consultada, ya que los autores consultados (Ferrerós, 2008; Sandín, 1997; Pearce, 1995; Valiente, Sandín & Chorot, 2012; Méndez, 2003) estaban de acuerdo en afirmar que las niñas tienden a referir más miedos que los niños tanto en frecuencia como en intensidad. Sin embargo, los resultados obtenidos en el presente estudio no demuestran lo mismo, ya que en las edades de tres, cuatro y cinco años no se encuentran grandes diferencias entre ambos sexos, y a los seis años sí que se encuentran diferencias, pero éstas señalan que los niños son los que más miedos refieren. Cabe destacar que en el C.E.I.P. Val de la Atalaya y, en la edad de tres y cuatro años, en el Colegio Antonio Machado sí que coinciden los resultados con la teoría consultada, ya que en estos colegios sí que las niñas referían más miedos que el sexo contrario. Estos resultados que difieren de la teoría pueden indicar, por una parte, que en el C.E.I.P. Catalina de Aragón, que es el colegio de donde pertenece la mayor parte de la muestra total, la hipótesis sociocultural de la que hablan los autores consultados no se dé, es decir, que la educación no esté diferenciada entre niños y niñas y que no haya demasiada influencia de los estereotipos sociales. O, por otra parte, que la sociedad está cambiando y, por tanto, los niños y las niñas son más parecidos ahora que antes, ya que las niñas ya no son el sexo débil al que se le debe proteger y los niños los fuertes y valientes que no pueden expresar sus sentimientos y emociones.

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

En cuarto lugar, en cuanto a la influencia de los miedos de los padres en los hijos, se partía de la hipótesis de que sí que existía una influencia de los miedos que manifestaban los padres sobre los hijos, y que, por ello, los hijos de padres con unos miedos determinados tenían más probabilidades de “contagiarse” de ellos. Esta hipótesis ha quedado confirmada, ya que el 72,22% de los sujetos estudiados la confirmaron, marcando los mismos miedos padres que hijos. Los miedos donde más influencia se observa son: el miedo a la oscuridad, a los insectos, a los animales, a las tormentas, al médico y a hacerse daño. La confirmación de esta hipótesis coincide con la teoría consultada, ya que una de las causas de adquisición del miedo a la que se refiere la teoría es al aprendizaje observacional de las figuras más cercanas al niño, como son sus padres.

Por último, en los resultados obtenidos se han podido observar otros miedos que presentan algunos de los niños estudiados. Algunos de estos miedos como el miedo a los cabezudos, el cual manifestaron varios sujetos, o al marciano de Oregon TV, llaman especialmente la atención, ya que son miedos que, probablemente, se dan únicamente en esta zona geográfica.

3.3.2. Conclusiones

A modo de conclusión, conviene señalar que durante la realización del trabajo práctico se han cometido algunos errores, ya que varios padres de los que participaron en el estudio entendieron de forma errónea a qué nos referíamos con el miedo a la separación de los padres y, por ello, se han podido encontrar varios listados en los que no se había rellenado dicho miedo. De este modo, consideramos éste un fallo de redacción por nuestra parte, ya que queríamos referirnos al miedo que manifiesta el niño cuando se separa de sus padres y no el miedo a la separación de la pareja, como, por lo que nos han comentado, se entendió por la mayoría.

Dejando de lado este error, consideramos que el trabajo ha sido realizado de manera óptima y que aporta información nueva y distinta a la que se había encontrado, ya que existen numerosos estudios sobre los miedos infantiles pero no se han encontrado con sujetos tan pequeños, aunque sí que en la teoría se encuentra

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

información suficiente de estas edades. Por ello, nos pareció interesante realizar nuestro propio listado de miedos para las edades de 3 a 6 años a partir de la información que nos facilitaba la teoría consultada sobre los miedos más comunes en estas edades. Y, a partir de este listado, realizar un estudio que nos permitiera conocer si lo que afirman los diferentes autores consultados es cierto.

A partir de este trabajo se pueden abrir algunas líneas de investigación, ya que es posible sacar más información de la que el tiempo que disponemos para realizar un Trabajo de Fin de Grado nos ha permitido. Además de completar dicho trabajo, podría ser interesante realizar un seguimiento de los alumnos participantes en el estudio hasta la edad de 12 años. Con este seguimiento podríamos observar mejor cómo evolucionan los miedos en la infancia, ya que veríamos la evolución de cada uno de los miedos en el mismo sujeto. Así mismo, a partir de este trabajo se podría realizar una planificación de aula en la que los miedos de los alumnos fueran protagonistas, así como la superación de los mismos. Pues en este trabajo se dan una serie de pautas a llevar a cabo tanto en el hogar como en el aula, y una serie de ideas que podemos realizar con nuestros alumnos para abarcar sus miedos, pero consideramos que podría ser muy interesante realizar toda una planificación con diversas actividades para facilitar la superación de los miedos y comentar los resultados obtenidos.

3.3.3. Propuestas de mejora

Una vez realizado el trabajo, se puede comprobar cuáles son los puntos débiles del mismo, en este caso uno de los puntos débiles como se ha comentado anteriormente es el error cometido en la redacción de los miedos del listado, ya que en algunos miedos no se comprendía a qué nos referíamos. Por ello, si se volviera a realizar el estudio se cambiaría la redacción del miedo a la separación de los padres, por miedo a separarse de sus padres, para que todos los padres participantes entendieran a qué nos referimos y no dé lugar a confusiones.

Por otra parte, como ya hemos comentado anteriormente, si se dispusiera de más tiempo se podría hacer un análisis mucho más detallado de los diversos datos obtenidos y, por tanto, mejorar el trabajo propuesto.

3.3.4. Valoración personal

La realización del Trabajo de Fin de Grado ha sido todo un reto, ya que es un trabajo para el que se necesita dedicar mucho tiempo y mucho interés para poder realizarlo de la mejor manera posible. Por mi parte, la dedicación de muchas horas es el mayor problema que me he encontrado, ya que nunca he sabido gestionar bien mi tiempo, por lo que, en ocasiones, me he sentido agobiada y con el pensamiento de que no podría hacerlo.

Aun así, considero que el trabajo resultante es un buen Trabajo de Fin de Grado, fruto de muchas horas y de mucha ilusión, tanto por mi parte como por la de mi tutora. Desde que elegimos el tema, me volqué en la búsqueda de bibliografía y en leer todo lo que encontraba, lo que hacía que cada vez más creciera mi interés por el tema de los miedos infantiles. Además, dado que yo he sido una niña con muchísimos miedos y, todavía en la actualidad, sufro bastantes de ellos, el tema me cautivó. Por lo que, además del reto por sacar un buen Trabajo de Fin de Grado adelante, se sumó el reto a conocer el por qué unos niños tenían tantos miedos y algunos no se superaban con el paso del tiempo. De este modo, gracias a la realización de este trabajo he podido conocer que hay ciertos factores que hacen que unos niños sean más propensos a sufrir miedos que otros y que el ambiente también los determina.

A nivel personal este trabajo me ha aportado muchísimo, ya que me ha permitido saber muchas cosas sobre los miedos, tanto los que yo he sufrido y sufro, como los que sufren otros niños. Además, al ser un tema elegido por mí, ha sido muy gratificante realizarlo, porque en él se unían dos intereses clave para mí, como son la Educación Infantil y los miedos. Así mismo, como futura maestra de Educación Infantil y futura madre, me ha ayudado a saber qué hacer cuando mis alumnos o mis hijos sufran algún miedo, a saber actuar para que éstos desaparezcan e incluso para actuar de tal manera que no lleguen a aparecer. Como futura maestra de Educación Infantil, este trabajo me ha permitido conocer qué miedos son los más comunes en las edades de mis futuros alumnos y saber cómo responder a ellos, es decir, como combatirlos en el aula. Al saber los miedos que pueden manifestar mis alumnos, estoy más preparada frente a

ellos, ya que tengo diversas pautas para actuar. Por lo que este trabajo, no solo me es útil a mí, sino que es útil para cualquier maestra de Educación Infantil y para cualquier padre o madre de niños de estas edades.

4. Pautas educativas para facilitar la superación de los miedos:

Existen terapias psicológicas eficaces para tratar los miedos y fobias infantiles (Pérez, Fernández, Fernández , & Amigo, 2003). La terapia cognitivo-conductual es el tratamiento de primera elección para los trastornos de ansiedad infantil (Méndez, 2015). De estas terapias han surgido pautas preventivas y de intervención educativa (Pérez, 2000).

A continuación se van a enumerar una serie de pautas educativas y preventivas que pueden utilizarse para ayudar a los niños a superar progresivamente sus miedos. Esto no quiere decir eliminarlos radicalmente, sino como afirma Becerro “aprender a gestionarlo para convertirlo en éxito” (Becerro, 2012, p. 17). El ambiente educativo en el que el niño se desenvuelve y las reacciones de los adultos que están cerca de él son fundamentales, al igual que las pautas educativas que se utilicen en presencia de los miedos, para acelerar la superación de los mismos. Además, de las pautas que han dado numerosos autores para ayudar tanto a padres como educadores, como futura maestra de Educación Infantil enumero mis propias pautas, que considero necesario trasladarlas al aula de Educación Infantil para trabajar los miedos de mis alumnos junto a ellos.

Las pautas educativas que nos exponen los autores consultados son las siguientes:

- a. Ofrecer un ambiente general de seguridad afectiva: La sensación de saber que puede contar con los padres en todo momento, que están ahí cuando les necesite, que le quieren y desean ayudarle, es algo que ofrece al niño sensación de seguridad y tranquilidad y le permite conseguir un mayor autocontrol para enfrentar las situaciones difíciles y los miedos. Por ello, será importante darles

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

cariño, a través de caricias, cogerles de las manos, etc. para que internalicen que el estímulo generador de miedo no es peligroso (Pérez, 2000; Rojas & Berreat, 2009).

- b. Mantener un clima de tranquilidad y firmeza: Mantener un ambiente sin tensiones excesivas, nerviosismo, gritos, castigos continuos, etc., ya que todo ello aumenta la ansiedad del niño y le hace más vulnerable a los miedos. El niño necesita normas claras que le den seguridad y le orienten, pero éstas deben ser aplicadas sin severidad, la disciplina tiene que ser flexible y respetuosa, adaptada a sus necesidades físicas y psicológicas. Así, el menor conseguirá confianza en sí mismo y la sensación de que los miedos se pueden controlar (Pérez, 2000).
- c. Ofrecer al niño la oportunidad de ser elogiado y realizar actividades exitosas y gratificantes: Los elogios le harán tener una buena autoestima y confianza en sí mismo, siempre que no sean excesivos, si no basados en sus logros. Por ello, es fundamental que tenga oportunidades de realizar acciones que pueda llevar a cabo con éxito. Por ejemplo, unas rutinas estables que impliquen avances en la maduración (vestirse solo, ordenar, etc.), pueden ser éxitos, que resultarán gratificantes para el niño, le harán sentirse seguro de sus progresos y adquirir una mayor confianza en sí mismo (Pérez, 2000; Marina, 2012).
- d. Fomentar la independencia del niño: En función de la edad y nivel de maduración del niño, se debería evitar la sobreprotección que, en relación con los miedos, puede tener dos efectos negativos; por una parte puede hacer creer al niño que el mundo está lleno de peligros y, por otra, puede hacer que el niño se encuentre menos capacitado para superar por sí mismo las dificultades (Pérez, 2000). Además, como afirma Marina, “la sobreprotección aumenta la reactividad, la inhibición y el miedo infantil, mientras que poner límites firmes a los niños ayuda a disminuirlos” (Marina, 2012, p. 4).
- e. Evitar la utilización del miedo como factor disciplinar: El uso del miedo como herramienta disciplinar, puede originar en el niño ansiedad y otros trastornos (Pérez, 2000).

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

- f. Evitar la situación de aprendizaje de miedos por observación: Educadores y padres, deben transmitir tranquilidad al niño, manteniendo la situación bajo control, sin manifestar miedo. Los niños poseen una sensibilidad especial para captar cualquier sentimiento de preocupación y miedo de los padres y se debe intentar evitar (Pérez, 2000; González & De la Herrán, 2010).
- g. No coaccionar al niño para enfrentarse con el objeto temido: Obligar al niño a enfrentarse a un objeto temido, puede producir el efecto contrario, provocándole sensación de desamparo y ansiedad, sentimientos de baja autoestima y pérdida de confianza en sí mismo, lo cual le hará más difícil superar sus miedos. Por ello, se deben respetar sus tiempos (Pérez, 2000; González & De la Herrán, 2010).
- h. No reforzar cuando el niño tiene miedo: Los padres no deben mostrar especial atención y afecto al niño cuanto éste tiene miedo, ya que las conductas de temor pueden aumentar. La clave está en que el niño reciba dicha atención y afecto en variedad de situaciones y no solo cuando tiene miedo (Pérez, 2000).
- i. No dramatizar la situación: No se debe mostrar excesiva angustia cuando el niño tiene miedo, ya que se deben aceptar los miedos pasajeros como algo normal y natural (Pérez, 2000; Marina, 2012; González & De la Herrán, 2010).
- j. No ridiculizar los miedos del niño: Es importante no reírse de los miedos que presenten los niños por muy raros que sean. Se les debe escuchar y verlos como algo normal (Marina, 2012; González & De la Herrán, 2010).
- k. Dar oportunidades al niño de enfrentarse poco a poco con los objetos temidos: El objeto temido contribuye a mantener y aumentar los temores en el tiempo. Por ello, es necesario que el niño tenga posibilidades de enfrentarse al estímulo de miedo para poder superarlo. Del mismo modo, se deben reforzar las conductas de acercamiento a dicho estímulo, aunque éstas sean mínimas al principio (Pérez, 2000; Marina, 2012; Rojas & Berreat, 2009).

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

- l. Realización por parte del niño de actividades distractoras y agradables: Dichas actividades ayudaran al niño a no prestar atención al objeto temido, lo cual permitirá reducir su nivel de ansiedad. (Pérez, 2000).
- m. Evitar en lo posible prestar atención al niño en lo miedos nocturnos: Solo cuando sea necesario, tranquilizarle. Es preferible hablar y hacer una intervención muy breve (Pérez, 2000).
- n. No despertar en los terrores nocturnos: Se trata de registrar el momento en que el terror se presenta para poder despertar al niño antes de que este terror se presente. Después se despierta al niño justo antes de que vaya a iniciarse. (Pérez, 2000).
- o. Desaprender miedos: Para desaprender los miedos, la inhibición del impulso y la autorregulación de las emociones son funciones muy útiles. Se les puede enseñar a los niños a decirse a sí mismos frases de ánimo cuando estén ante una situación de miedo, o a que se representen imágenes tranquilizadoras, o respiren rítmicamente para tranquilizarse (Marina, 2012).

Como se ha comentado anteriormente, además de las pautas educativas que exponen los diferentes autores, como futura maestra soy consciente de que hay otras pautas que se pueden llevar a cabo tanto en la escuela como en el hogar para ayudar a superar los miedos de nuestros alumnos. Dichas pautas son:

- Realizar una asamblea en el aula con todos los alumnos del grupo-clase en el que se expongan los miedos que tienen cada uno, para así poder compartirlos y que observen ellos mismos que no son los únicos que tienen miedos, sino que muchos de ellos los comparten con sus compañeros y, de este modo, se normalice la situación.
- Contar en el aula cuentos en los que el protagonista sufra algunos de los miedos que tengan los alumnos del grupo-clase, con el fin de que los alumnos se sientan identificados con el protagonista y que puedan comprender que su

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

miedo es normal y que no solo ellos lo sufren. Además, si el personaje logra superar su miedo, puede dar pistas a los alumnos para superarlo ellos también.

- Si los alumnos tienen miedo a ciertos personajes fantásticos como monstruos, brujas, etc., se puede realizar en el aula un taller de dibujo en el que dibujemos a dichos personajes de forma más cercana, como seres simpáticos y graciosos, para que los alumnos puedan ver a estos seres de otra forma diferente que los aleje de la imagen de terror y que, por tanto, dejen de temerles.
- Realizar con papel maché un monstruo de grandes dimensiones que colocaremos en un rincón del aula, al cual llamaremos “El monstruo come-miedos”. Éste se realizará con una gran boca que estará abierta, de forma que los alumnos puedan meter sus miedos dentro de la boca del monstruo para que se los coma y, por tanto, desaparezcan. Los alumnos de cinco y cuatro años, al saber escribir, pueden escribir sus miedos en papel y meterlos en la gran boca; los de tres años, en cambio, al no saber todavía escribir, podrán dibujarlos.
- El mismo monstruo de papel maché puede servir para realizar un acercamiento progresivo a la figura de los monstruos, en el caso de los alumnos que teman a estos seres imaginarios. De este modo, los alumnos con este miedo se acostumbrarán a verlo en el aula por lo que acabarán viéndolo de forma más cercana; podrán ir acercándose a él progresivamente, comenzar a tocarlo, etc.
- Realizar en el aula junto con los alumnos una “lluvia de ideas” en la que todos participen y aporten ideas sobre qué cosas se pueden hacer para no tener miedo. Por ejemplo, colocar un lazo rojo debajo de la almohada de cada niño para no tener miedo por la noche. Así los alumnos pueden inventar una serie de amuletos o creencias que les hagan no sufrir diversos miedos.

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

Estas pautas surgen de las teorías psicológicas que explican los miedos infantiles, como por ejemplo: la teoría del aprendizaje social (Bandura et al., 1967) y la teoría conductual (teorías del aprendizaje) (Pérez et al., 2003).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Asociación Americana de Psiquiatría. (2010). *Publication manual of the American Psychological Association (6ta ed.)*. Washington, DC: Autor.

Asociación Americana de Psiquiatría. (2013). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM 5*. Arlington, VA: Autor.

Becerro, B. (2012). ¿Es el miedo una enfermedad?. *Crítica*, (997), 14-17.

Cámara, A. (2014). Tratamiento de un caso de miedo a la oscuridad mediante entrenamiento a padres. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 1 (2), 125-132.

Crotti, E., & Magni, A. (2005). *Los miedos de los niños. Cómo descubrirlos a través de sus dibujos y cómo ayudarles a superarlos*. Barcelona: Oniro.

Ferrerós, M^a L. (2008). *Tengo miedo. Las claves para afrontar con éxito los miedos de la infancia*. Barcelona: Editorial Planeta.

González, I., & De la Herrán, A. (2010). Introducción metodológica a la muerte y los miedos en Educación Infantil. *Tendencias Pedagógicas*, 1 (15), 124-149.

Gonzalez, M^a T. (1990). Los miedos en el niño: aspectos teóricos y un estudio directo. *Revista de Pedagogía de la Universidad de Salamanca*, (3), 29-44.

Güerre, M^a J., & Ogando, N. (2014). Miedos y fobias en la infancia. *Anales de Pediatría Continuada*, 12 (5), 264-268.

Marina, J. A. (2012). Los miedos infantiles. *Pediatría Integral*, 16 (2), 171-174.

Marina, J. A. (2014). *Los miedos y el aprendizaje de la valentía*. Barcelona: Editorial Planeta.

Martínez, J. (2012). La construcción social del miedo. ¿El miedo se aprende en la sociedad?. *Crítica*, (997), 19-22.

Méndez, F. X. (2003). *El niño miedoso*. Madrid: Pirámide.

Méndez, F. X. (2015). *Miedos y temores en la infancia: Ayudar a los niños a superarlos*. Madrid: Pirámide.

Moscone, R. O. (2012). El miedo y su metamorfosis. *Psicoanálisis*, 24 (1), 53-78.

Ollendick, T. H. (1983). Reliability and validity of the Revised Fear Survey Schedule for Children (FSSC-R). *Behaviour Research and Therapy*, 21, 685-692.

Pearce, J. (1995). *Ansiedades y miedos. Cómo aumentar la autonomía de tu hijo y su seguridad en sí mismo*. Barcelona: Paidós.

Pelechano, V. (1981). *Miedos infantiles y Terapia familiar-natural*. Valencia: Alfaplús.

Peña, A. (1995). La importancia de la edad en la evolución de los miedos infantiles. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 48 (3), 365-375.

Peredo, R. (2009). Los miedos infantiles y su relación con la manifestación de indicadores de depresión y ansiedad en niños de edad escolar. *Revista de Psicología*, (5), 27-49.

Pérez, M^a D. (2000). El miedo y sus trastornos en la infancia. Prevención e intervención educativa. *Aula*, 12, 123-144.

Pérez, M., Fernández, J. R., Fernández, C., & Amigo, I. (2003). *Guía de tratamientos psicológicos eficaces III: Infancia y adolescencia*. Madrid: Pirámide.

Pérez, N., & Felipe, E. (2013). Ansiedad de separación y miedos escolares en niños y niñas de seis años. *Apuntes de Psicología*, 31 (3), 299-306.

Rojas, M., & Barreat, Y. (2009). Programa de intervención dirigido a modificar la conducta de miedo en niños/as. *Educere*, (45), 501-507.

Sandín, B. (1997). *Ansiedad, miedos y fobias en niños y adolescentes*. Madrid: Dykinson.

Sandín, B., Chorot, R., Valiente, R. M., & Santed, M. A. (1998). Frecuencia e intensidad de los miedos en los niños: datos normativos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 3 (1), 15-25.

Valiente, R. M., Sandín, B., & Chorot, P. (2002). Miedos comunes en niños y adolescentes: relación con la sensibilidad a la ansiedad, el rasgo de ansiedad, la afectividad negativa y la depresión. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 7 (1), 61-70.

Valiente, R. M., Sandín, B., & Chorot, P. (2012). El miedo en niños y adolescentes. *Crítica*, (977), 23-27.

Vallés, A. (1991). *El niño con miedos. Cómo ayudarle*. Alcoy: Editorial Marfil.

ANEXOS

Anexo 1. Carta de información a padres

Queridas familias:

Soy Ana Gago Costas, alumna del grado de Educación Infantil. Voy a realizar mi Trabajo de Fin de Carrera y quiero hacer un estudio sobre los miedos que tienen los niños de estas edades. Por ello, preciso de vuestra colaboración.

Os entrego esta carta junto con un breve cuestionario sobre posibles miedos que puedan presentar vuestros hijos para que rellenéis. Os recuerdo que este cuestionario es totalmente anónimo y voluntario.

Os agradecería que entregarais el cuestionario, una vez completado, a la tutora de vuestro hijo/hija antes del **viernes 29 de mayo**.

Igualmente, agradezco de antemano a todos aquellos que colaboréis, puesto que me es de gran ayuda. Gracias por vuestro tiempo.

Un saludo,

Ana

Anexo 2. Listado de Miedos

LISTADO DE MIEDOS

Edad:	Curso:
Sexo:	Centro:

¿Cuáles de los siguientes miedos presenta su hijo? Marque con una "X" la respuesta que mejor describa el miedo de su hijo.

Miedos	NADA	POCO	MUCHO
1. Oscuridad	0	1	2
2. Tormentas	0	1	2
3. A las alturas	0	1	2
4. Al mar	0	1	2
5. Ruidos fuertes	0	1	2
6. Personas desconocidas	0	1	2
7. Objetos extraños	0	1	2
8. A la separación de los padres	0	1	2
9. A quedarse solo	0	1	2
10. Animales	0	1	2
11. Insectos	0	1	2
12. Monstruos imaginarios	0	1	2
13. Fantasmas	0	1	2
14. Personajes de TV, cuentos, películas...	0	1	2
15. A tener pesadillas	0	1	2
16. A dormir solo	0	1	2
17. Al castigo	0	1	2
18. A ir al médico	0	1	2
19. A la muerte	0	1	2
20. A perderse	0	1	2

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

21. Al fuego	0	1	2
22. A cortarse o hacerse daño	0	1	2
23. A ir al colegio	0	1	2
24. A las discusiones fuertes	0	1	2
25. A que no estén los padres a la salida del colegio	0	1	2

¿Hay alguna otra cosa, personaje o situación que le de miedo? ¿Cuál?

¿A qué animales tiene miedo su hijo? Enuméralos.

- | | |
|----|----|
| 1. | 5. |
| 2. | 6. |
| 3. | 7. |
| 4. | 8. |

Por último, marque con una "X" qué miedos de los que presenta su hijo, tuvo usted de pequeño o sigue teniendo.

Oscuridad		Fantasmas	
Tormentas		Personajes de TV, cuentos, películas...	
A las alturas		A tener pesadillas	
Al mar		A dormir solo	
Ruidos fuertes		Al castigo	
Personas desconocidas		A ir al médico	
Objetos extraños		A la muerte	

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

A la separación de los padres		A perderse	
A quedarse solo		Al fuego	
Animales		A cortarse o hacerse daño	
Insectos		A ir al colegio	
Monstruos imaginarios		A las discusiones fuertes	
A que no estén los padres a la salida del colegio			

Anexo 3. Miedos del total de la muestra

Miedo	Total	% Total
Quedarse solo	212	78,52
Oscuridad	211	78,15
Perderse	192	71,11
Ruidos fuertes	170	62,96
Hacerse daño	167	61,85
Pesadillas	163	60,37
Desconocidos	162	60,00
Insectos	158	58,52
Castigo	158	58,52
Separación padres	149	55,19
Monstruos imaginarios	149	55,19
Discusiones	142	52,59
No estén padres salida colegio	137	50,74
Dormir solo	131	48,52
Fantasmas	130	48,15
Fuego	125	46,30
Animales	123	45,56
Personajes ficción	105	38,89
Tormenta	94	34,81
Muerte	88	32,59
Altura	86	31,85
Médico	83	30,74
Mar	82	30,37
Objetos extraños	77	28,52
Ir al colegio	9	3,33

Anexo 4. Miedos de los sujetos de 3 años de la muestra total

Miedo	3 años	% 3 años
Quedarse solo	36	85,71
Oscuridad	35	83,33
Perderse	23	54,76
Ruidos fuertes	29	69,05
Hacerse daño	28	66,67
Pesadillas	20	47,62
Desconocidos	27	64,29
Insectos	23	54,76
Castigo	29	69,05
Separación padres	25	59,52
Monstruos imaginarios	25	59,52
Discusiones	21	50,00
No estén padres salida colegio	18	42,86
Dormir solo	24	57,14
Fantasmas	18	42,86
Fuego	16	38,10
Animales	18	42,86
Personajes ficción	16	38,10
Tormenta	19	45,24
Muerte	5	11,90
Altura	13	30,95
Médico	20	47,62
Mar	14	33,33
Objetos extraños	12	28,57
Ir al colegio	2	4,76

Anexo 5. Miedos de los sujetos de 4 años de la muestra total

Miedo	4 años	% 4 años
Quedarse solo	76	78,35
Oscuridad	76	78,35
Perderse	67	69,07
Ruidos fuertes	66	68,04
Hacerse daño	57	58,76
Pesadillas	57	58,76
Desconocidos	59	60,82
Insectos	60	61,86
Castigo	58	59,79
Separación padres	50	51,55
Monstruos imaginarios	57	58,76
Discusiones	51	52,58
No estén padres salida colegio	52	53,61
Dormir solo	40	41,24
Fantasmas	50	51,55
Fuego	49	50,52
Animales	48	49,48
Personajes ficción	42	43,30
Tormenta	36	37,11
Muerte	25	25,77
Altura	26	26,80
Médico	28	28,87
Mar	34	35,05
Objetos extraños	35	36,08
Ir al colegio	3	3,09

Anexo 6. Miedos de los sujetos de 5 años de la muestra total

Miedo	5 años	% 5 años
Quedarse solo	73	82,02
Oscuridad	67	75,28
Perderse	68	76,40
Ruidos fuertes	54	60,67
Hacerse daño	56	62,92
Pesadillas	60	67,42
Desconocidos	49	55,06
Insectos	54	60,67
Castigo	52	58,43
Separación padres	46	51,69
Monstruos imaginarios	43	48,31
Discusiones	48	53,93
No estén padres salida colegio	44	49,44
Dormir solo	49	55,06
Fantasmas	38	42,70
Fuego	43	48,31
Animales	41	46,07
Personajes ficción	31	34,83
Tormenta	28	31,46
Muerte	37	41,57
Altura	28	31,46
Médico	25	28,09
Mar	23	25,84
Objetos extraños	19	21,35
Ir al colegio	3	3,37

Anexo 7. Miedos de los sujetos de 6 años de la muestra total

Miedo	6 años	% 6 años
Quedarse solo	27	64,29
Oscuridad	33	78,57
Perderse	34	80,95
Ruidos fuertes	21	50,00
Hacerse daño	26	61,90
Pesadillas	26	61,90
Desconocidos	27	64,29
Insectos	21	50,00
Castigo	19	45,24
Separación padres	28	66,67
Monstruos imaginarios	24	57,14
Discusiones	22	52,38
No estén padres salida colegio	23	54,76
Dormir solo	18	42,86
Fantasmas	24	57,14
Fuego	17	40,48
Animales	16	38,10
Personajes ficción	16	38,10
Tormenta	11	26,19
Muerte	21	50,00
Altura	19	45,24
Médico	10	23,81
Mar	11	26,19
Objetos extraños	11	26,19
Ir al colegio	1	2,38

Anexo 8. Miedos en niños y niñas de 3 años de la muestra total

Miedos	3 M	3 F	% 3 M	% 3 F
Oscuridad	17	18	48,57	51,43
Tormenta	10	9	52,63	47,37
Altura	7	6	53,85	46,15
Mar	8	6	57,14	42,86
Ruidos fuertes	13	16	44,83	55,17
Desconocidos	14	13	51,85	48,15
Objetos extraños	8	4	66,67	33,33
Separación padres	13	12	52,00	48,00
Quedarse solo	17	19	47,22	52,78
Animales	5	13	27,78	72,22
Insectos	8	15	34,78	65,22
Monstruos imaginarios	14	11	56,00	44,00
Fantasmas	11	7	61,11	38,89
Personajes ficción	8	8	50,00	50,00
Pesadillas	7	13	35,00	65,00
Dormir solo	12	12	50,00	50,00
Castigo	15	14	51,72	48,28
Médico	12	8	60,00	40,00
Muerte	3	2	60,00	40,00
Perderse	9	14	39,13	60,87
Fuego	6	10	37,50	62,50
Hacerse daño	12	16	42,86	57,14
Ir al colegio	0	2	0,00	100,00
Discusiones	11	10	52,38	47,62
No estén padres salida colegio	7	11	38,89	61,11

Anexo 9. Miedos en niños y niñas de 4 años de la muestra total

Miedos	4 M	4 F	% 4 M	% 4 F
Oscuridad	39	37	51,32	48,68
Tormenta	15	21	41,67	58,33
Altura	12	14	46,15	53,85
Mar	19	15	55,88	44,12
Ruidos fuertes	31	35	46,97	53,03
Desconocidos	27	32	45,76	54,24
Objetos extraños	17	18	48,57	51,43
Separación padres	24	26	48,00	52,00
Quedarse solo	38	38	50,00	50,00
Animales	20	28	41,67	58,33
Insectos	22	38	36,67	63,33
Monstruos imaginarios	28	29	49,12	50,88
Fantasmas	29	21	58,00	42,00
Personajes ficción	22	20	52,38	47,62
Pesadillas	27	30	47,37	52,63
Dormir solo	19	21	47,50	52,50
Castigo	29	29	50,00	50,00
Médico	11	17	39,29	60,71
Muerte	13	12	52,00	48,00
Perderse	31	36	46,27	53,73
Fuego	23	26	46,94	53,06
Hacerse daño	23	34	40,35	59,65
Ir al colegio	3	0	100,00	0,00
Discusiones	23	28	45,10	54,90
No estén padres salida colegio	28	24	53,85	46,15

Anexo 10. Miedos en niños y niñas de 5 años de la muestra total

Miedos	5 M	5 F	% 5 M	% 5 F
Oscuridad	31	36	46,27	53,73
Tormenta	14	14	50,00	50,00
Altura	15	13	53,57	46,43
Mar	11	12	47,83	52,17
Ruidos fuertes	26	28	48,15	51,85
Desconocidos	26	23	53,06	46,94
Objetos extraños	10	9	52,63	47,37
Separación padres	25	21	54,35	45,65
Quedarse solo	40	33	54,79	45,21
Animales	19	22	46,34	53,66
Insectos	23	31	42,59	57,41
Monstruos imaginarios	20	23	46,51	53,49
Fantasmas	19	19	50,00	50,00
Personajes ficción	13	18	41,94	58,06
Pesadillas	32	28	53,33	46,67
Dormir solo	25	24	51,02	48,98
Castigo	30	22	57,69	42,31
Médico	12	13	48,00	52,00
Muerte	20	17	54,05	45,95
Perderse	36	32	52,94	47,06
Fuego	19	24	44,19	55,81
Hacerse daño	33	23	58,93	41,07
Ir al colegio	0	3	0,00	100,00
Discusiones	22	26	45,83	54,17
No estén padres salida colegio	27	17	61,36	38,64

Anexo 11. Miedos en niños y niñas de 6 años de la muestra total

Miedos	6 M	6 F	% 6 M	% 6 F
Oscuridad	20	13	60,61	39,39
Tormenta	9	2	81,82	18,18
Altura	14	5	73,68	26,32
Mar	9	2	81,82	18,18
Ruidos fuertes	14	7	66,67	33,33
Desconocidos	18	9	66,67	33,33
Objetos extraños	9	2	81,82	18,18
Separación padres	17	11	60,71	39,29
Quedarse solo	19	8	70,37	29,63
Animales	11	5	68,75	31,25
Insectos	12	9	57,14	42,86
Monstruos imaginarios	15	9	62,50	37,50
Fantasmas	18	6	75,00	25,00
Personajes ficción	11	5	68,75	31,25
Pesadillas	16	10	61,54	38,46
Dormir solo	11	7	61,11	38,89
Castigo	14	5	73,68	26,32
Médico	6	4	60,00	40,00
Muerte	14	7	66,67	33,33
Perderse	24	10	70,59	29,41
Fuego	12	5	70,59	29,41
Hacerse daño	15	11	57,69	42,31
Ir al colegio	1	0	100,00	0,00
Discusiones	15	7	68,18	31,82
No estén padres salida colegio	16	7	69,57	30,43

Anexo 12. Miedos a animales

Animal	Nº niños	% Niños
Perro	59	41,26
Araña	25	17,48
Serpiente	23	16,08
Avispa	20	13,99
Insectos	17	11,89
Lobo	15	10,49
Abeja	14	9,79
Gato	12	8,39
León	12	8,39
Tiburón	12	8,39
Tigre	10	6,99
Mosca	9	6,29
Hormiga	7	4,90
Toro	6	4,20
Cocodrilo	5	3,50
Escorpión	2	1,40
Oso	2	1,40
Caballo	2	1,40
Dragón	2	1,40
Mosquito	2	1,40
Leopardo	2	1,40
Ratón	2	1,40
Gallina	2	1,40
Pájaro	1	0,70

¿Con qué miedos nos encontramos en las aulas de Educación Infantil?

Cobra venenosa	1	0,70
Gusano	1	0,70
Vaca	1	0,70
Elefante	1	0,70
Dinosaurio	1	0,70
Murciélago	1	0,70
Hormiga Voladora	1	0,70
Cucaracha	1	0,70
Mariposa	1	0,70
Rana	1	0,70
Caracol	1	0,70
Saltamontes	1	0,70
Oruga	1	0,70
Hiena	1	0,70
Ballena	1	0,70