

TITULILLO: PROYECTO DE INTERVENCION

Herramienta didáctica (Cuky) para la potencialización del desarrollo de la autorregulación emocional en niños de preescolar

Melissa María Vélez Zappala

Universidad CES

Medellín

2014

TABLA DE CONTENIDO

TEMA	4
PROBLEMA	5
INTRODUCCION	6
INFORMACION ACADEMICA DEL PROYECTO	
JUSTIFICACION	7
OBJETIVOS	
OBJETIVO GENERAL	9
OBJETIVOS ESPECIFICOS	9
REFERENTES TEORICOS	
AUTORREGULACION	10
AUTORREGULACION EMOCIONAL	12
AUTORREGULACION EN ETAPA PRESCOLAR	13
EL JUEGO Y LOS JUGUETES	15
COBERTURA...	18
FUNCIONAMIENTO- GUIA DE USO	19

RECUROS Y PRESUPUESTO	26
CRONOGRAMA	27
MECANISMO DE EVALUACION	28
REFERENCIAS	30

Tema

Herramienta didáctica para promover la autorregulación emocional en niños en etapa preescolar en un rango de edad de 3 a 6 años.

Problema

Escasas herramientas didácticas para promover la autorregulación emocional en niños en etapa preescolar.

Introducción

En el presente proyecto se pretende proponer una herramienta didáctica, específicamente un juguete, que promueva la autorregulación emocional en niños en etapa preescolar, dentro de un rango de edad de 3 a 6 años. Esta herramienta didáctica fue pensada, diseñada y elaborada a partir de la exploración y abordaje teórico de la autorregulación, la autorregulación emocional, las diferentes técnicas para el autocontrol emocional, la autorregulación desde un enfoque evolutivo, 3 a 6 años, y el papel que cumple el juego y los juguetes como herramienta potencializadora en la infancia.

Información académica del curso

Justificación

La autorregulación emocional en los niños comienza a desarrollarse desde los primeros meses de vida y se evidencia en los procesos autorregulatorios innatos como son el llanto, el balbuceo, el desarrollo del lenguaje, el control de los movimientos, la risa, entre otros. Sin embargo estos procesos autorregulatorios innatos, trascienden en el ser humano y exigen un proceso mas especializado y de mayor complejidad que es el desarrollo de la autorregulación emocional que comienza a desarrollarse con los procesos innatos pero que se fortalece a medida que el niño crece.

La etapa escolar es la etapa en la cual el niño mas desarrolla el control emocional y de los impulsos, ya que, es una periodo que le exige al niño cambios comporta mentales, cognitivos, sociales y emocionales diferentes a los que venía desarrollando y manejando desde el hogar.

Sin embargo y a pesar de que se supone es parte de desarrollo evolutivo de los niños y del ser humano, la autorregulación emocional y de los impulsos ha sido la principal queja de los

padres que asisten al centro de salud mental de Envigado. Observando y entendiendo esta dificultad de los niños, como una de las principales quejas de los padres, surgió la pregunta de cómo trabajar la autorregulación emocional con niños en etapa preescolar, como darle pautas a los padres y hasta el momento, qué herramientas existían para fermentar esta autorregulación.

Después de preguntar a diferentes profesionales del Centro de Salud Mental de Envigado y a diferentes padre de familia que asiste al mismo centro, se encontró que existen pocas herramientas didácticas que trabajen específicamente el tema de autorregulación emocional, también se halló que las pocas herramientas de trabajo de autorregulación que ya existen, son poco llamativas para los niños y por lo mismo muestran poco interés por ellas.

El presente proyecto pretende basado en teorías y técnicas proponer una herramienta didáctica, un juguete, que no solo potencialice la autorregulación en los niños, sino, que le brinde a los padres, profesionales y docentes soluciones y estrategias para que desarrollen en los niños en etapa preescolar el control de la emociones por medio de un juguete que a su vez va a convertir la adquisición de una habilidad como es la autorregulación, en un proceso divertido y didáctico.

Objetivos

Objetivo general.

Generar un juguete, que permita el desarrollo, de modo divertido y didáctico, la autorregulación emocional en niños en etapa preescolar.

Objetivos específicos.

Promover la autorregulación emocional en niños en etapa preescolar, en un rango de edad de 3 a 6 años.

Brindar a los padres y docentes una herramienta didáctica potencialice el autocontrol emocional en los niños de 3 a 6 años.

Marco teórico

Para la elaboración de la presente propuesta de intervención, es imprescindible realizar una revisión teórica que se dará de manera explícita y concreta a continuación. Para lograr una integralidad es necesario en un primer momento aclarar que es la autorregulación, abordar el tema específico a trabajar que es la autorregulación emocional e integrarla con la manera como esta se desarrolla en los niños en una etapa preescolar, es decir, de 3 a 6 años, finalmente se trabajara el tema como el juguete y los juegos pueden ser una herramienta útil a la hora de trabajar con niños preescolares.

Autorregulación.

El proceso de autorregulación se puede definir como el proceso por el cual se es consciente de lo que se siente y por el cual se buscan diferentes estrategias para controlarse (Plana, 2007) sin embargo la autorregulación abarca varias funciones que explican porque la importancia de la misma. Dentro de lo que se describe como conductas de autorregulación podremos describir las siguientes: control de las emociones e impulsos destructivos, autodominio de emociones, capacidad para gestionar la ansiedad, capacidad para tranquilizarse y controlarse a uno mismo, capacidad para aplazar las recompensas y capacidad para canalizar de forma adaptativa las emociones y los sentimientos (Mercé, 2005).

Al estudiar la autorregulación como proceso de control y capacidad para buscar estrategias adaptativas de desahogo, se debe indagar sobre la relación que existe entre el autocontrol y algunos de los procesos cognitivos superiores y como, también, esta autorregulación hace parte de estos procesos cerebrales que desarrollamos desde que somos concebidos. Desde la neurobiología, los procesos de autorregulación están directamente relacionados con los procesos de desarrollo de la función ejecutiva, es decir que estas funciones de planificar, revisar, organizar, regularizar y evaluar son las que permiten autorregular el comportamiento para lograr los objetivos y las metas propuestas (Barkley, 1998)

Por consiguiente, el proceso de autocontrol es un proceso que depende de la genética y todo lo que tiene que ver con la predisposición que trae un bebe desde sus genes para desarrollar más o menos esta capacidad; el ambiente que propicie las herramientas y las competencias necesarias para lograr un proceso de autocontrol y las interacciones, vistas desde los vínculos afectivos que genera el niño con las personas de su entorno y que le permiten o en su defecto le obstaculizan su proceso de adquisición de la autorregulación (Armus, Duhalde, Oliver, & Woscoboinik, 2012).

También es importante aclarar que dentro del proceso de autorregulación se distinguen varios subprocesos (Mercé, 2005), como es en específico, el que trabajaremos en este proyecto de intervención, la autorregulación emocional.

Autorregulación emocional

La autorregulación emocional es la capacidad que tenemos los seres humanos de controlar impulsos y sentimientos conflictivos (Plana, 2007).

La autorregulación de las emociones se puede conseguir de diferentes maneras, pero el primer paso para lograrlo es la asertiva comunicación de los sentimientos, que quiere decir, saber expresar de manera adecuada lo que estoy sintiendo, para ellos es importante primero reconocer la emoción y segundo buscar estrategias para expresarla, como son, técnicas de relajación, diálogo interno y/o evaluación de las emociones, entre otras (Plana, 2007).

Lo que no se puede desahogar lo gobierna a uno (Werner Erhard). Otra de las características importantes de la autorregulación emocional es el desahogo de las emociones, ya que, en ocasiones se tiende a pensar que autocontrolarse es sinónimo de guardarse lo que se siente, por ellos es importante, aclarar que el desahogo es parte esencial del proceso de autocontrol; lo que marca diferencia y límite, es la manera desfavorable o favorable como se

logra llegar a ese desahogo, es decir, poseer una inteligencia emocional y potencializarla en los niños es lo que va a ser base de promover, también, la autorregulación.

Para el desarrollo de las habilidades de autorregulación emocional, hay que promover en los niños técnicas cognitivas, donde ellos realicen un reconociendo de la emoción, un contraste de la misma y un dialogo sobre cómo se sienten y cuál es la mejor manera de expresarla; este tipo de técnica debe realizarse con el acompañamiento de un adulto que guie y enseñe al niño a pensar sobre sus emociones o lo que también se conoce un proceso de autoreflexión. También se debe acompañar este proceso con técnicas más conductuales como son las técnicas de relajación o de recompensa para promover el desahogo positivo y el control de las tensiones (Martínez, Pereira, & Álvarez, 2007).

La autorregulación en etapa preescolar

Durante la etapa preescolar los niños comienza a experimentar un periodo en que comparten con otros niños de su misma edad y en el que el juego se convierte el centro de sus interacciones. Cuando el niños experimenta un juego, ya no individual, sino, grupal, comienza también a enfrentarse a diferentes retos y situaciones que le van exigir ciertas habilidades. Estas habilidades están directamente relacionadas con las reglas y como estas reglas comienzan a desarrollar en los niños autorregulación y a su vez habilidades sociales (Bras, 2005). Es decir, que la etapa preescolar en los niños, es una fase en la cual, por medio del juego, se desarrolla las

habilidades sociales, el respeto del turno, el control de los movimientos, la concentración, la atención y por supuesto la autorregulación (Gonzales-Mena & Widmeyer, 2011).

Los niños preescolares no solo comienzan a desarrollar habilidades sociales para el juego, ni solo se van a interesar en la interacción con el otro; sino que en esta edad también van a comenzar a poner a prueba sus comportamientos, la expresión de sus emociones y sus habilidades físicas (Bras, 2005), es decir en este proceso preescolar se le exige al niño regulación social, interacción y por consiguiente, autocontrol de sí mismo. Aquí también es entonces donde el entorno comienza a demandar al niño, autocontrol y autorregulación para ser hábil socialmente.

En los niños la autorregulación comienzan a desarrollarse cuando el niño se ve enfrentado a las estrategias básicas de manejo como son: las rutinas, los horarios, las normas, los deberes, entre otros. Es frente a estas primeras situaciones, inicialmente en la casa y luego en los preescolares, donde el niño comienza a desarrollar una capacidad para manejar sus comportamientos y sus emociones. Estas primeras conductas son desarrolladas por los padres o cuidadores primarios quienes son modelo para los niños y potencializadores de comportamiento autorregulatorios positivos y es por medio de ese modelo y del vínculo que se hace con el niño, que se desarrolla el autocontrol en los niños (Shonkoff & Phillips, 2000).

El juego y el juguete como herramienta potencializadora de la infancia

El juego se define como una actividad lúdica, que, está presente en la vida de todos los seres humanos. Los etólogos lo han identificado con un posible patrón fijo de comportamiento en la ontogénesis humana, que se ha consolidado a lo largo de la evolución de la especie (filogénesis). Su universalidad es el mejor indicativo de la función primordial que debe cumplir a lo largo del ciclo vital de cada sujeto. Normalmente se relaciona con la infancia, pero la realidad es que se manifiesta a lo largo de toda la vida, incluso hasta en la ancianidad.

Popularmente se le identifica con diversión, satisfacción y ocio, contraria a la actividad laboral, que normalmente es evaluada positivamente por quien la realiza. Pero su trascendencia es mucho mayor, ya que a través del juego las culturas transmiten valores, normas de conducta, resuelven conflictos, educan a sus miembros jóvenes y desarrollan múltiples facetas de su personalidad.

Desde pensadores como Platón y Aristóteles ya se le daba una gran importancia al aprender jugando, y animaban a los padres para que dieran a sus hijos juguetes que ayudaran a *“formar sus mentes”* para sus actividades futuras como adultos. Las primeras teorías psicológicas sobre el juego aparecen en la segunda mitad del siglo XIX, donde el juego se consideraba como el resultado de un exceso de energía acumulada (Spencer, 1855), por el contrario, otros autores sostenían que los individuos tienden a realizar actividades difíciles y trabajosas que producen fatiga, de las cuales descansan por medio de otras actividades como el

juego, que producen relajación (Lázaros, 1883). Por su parte Groos (Gross, 1898) (Gross, 1901) concibe el juego como una forma de ejercitar o practicar los instintos antes de que éstos estén completamente desarrollados. El fin del juego es el juego mismo es realizar la actividad que produce placer.

Más tarde Freud relaciona el juego con la necesidad de la satisfacción de impulsos instintivos de carácter sexual o agresivo, y con la necesidad de expresión y comunicación de sus experiencias vitales y las emociones que acompañan estas experiencias. El juego es una actividad por medio de la cual el hombre se libera de los conflictos y los resuelve mediante la ficción.

En tiempos más recientes el juego ha sido estudiado e interpretado según los nuevos planteamientos teóricos que se han venido desarrollando en la Psicología. Piaget (Piaget, 1946) (Piaget, 1966) ha resaltado la importancia del juego en los procesos de desarrollo. Relaciona el desarrollo de los estadios cognitivos con el desarrollo de la actividad lúdica: las distintas formas de juego que se dan a lo largo del desarrollo infantil son consecuencia directa de las transformaciones que sufren paralelamente las estructuras cognitivas del niño. De los dos componentes que supone toda adaptación inteligente a la realidad (asimilación y acomodación) y el paso de una estructura cognitiva a otra, el juego es paradigma de la asimilación ya que es la acción infantil por antonomasia, la actividad necesaria mediante la cual el niño interactúa con una realidad que lo rodea.

Por consiguiente, son muchos los autores que bajo distintas perspectivas, han considerado y consideran el juego como un factor importante y potenciador del desarrollo tanto físico como psíquico del ser humano, especialmente en su etapa infantil. El desarrollo infantil está directamente vinculado con el juego, debido a que además de ser una actividad natural y espontánea a la que el niño le dedica todo el tiempo posible, a través de él, el niño desarrolla su personalidad y habilidades sociales, sus capacidades intelectuales y psicomotoras y, en general, le proporciona las experiencias que le enseñan a vivir en sociedad, a conocer sus posibilidades y limitaciones, a crecer y madurar. Todas las capacidades del niño se desarrollan más eficazmente en el juego que fuera de él.

Por medio del juego el niño puede ir descubriendo y conociendo el placer de hacer cosas y estar con otros. Es uno de los medios más importantes que tiene para expresar sus sentimientos, intereses y aficiones (el juego es uno de los primeros lenguajes del niño, una de sus formas de expresión más natural). Este está relacionado con la creatividad, la solución de problemas, al desarrollo del lenguaje o de papeles sociales; es decir, con numerosos fenómenos cognoscitivos y sociales. Tiene una función educativa clara, ya que ayuda al niño a desarrollar sus capacidades motoras, mentales, sociales, afectivas y emocionales; además de estimular su interés y su espíritu de observación y exploración para conocer lo que le rodea. El juego es transformado en un proceso de descubrimiento de la realidad exterior por medio del cual el niño va formando y reestructurando progresivamente sus conceptos sobre el mundo ayudándole a descubrirse a sí mismo, a conocerse y a formar su personalidad.

Cobertura

El presente trabajo va dirigido a la población infantil comprendida entre los 3 y los 6 años de edad, es decir niños y niñas en etapa escolar.

Será un juguete para los niños y niñas, sin embargo, también será unas herramientas para padres, docentes y profesionales que trabajen con infantes preescolares.

Esta herramienta didáctica podrá ser utilizada por cualquier niño en etapa preescolar, ya que el objetivo del juguete no es intervenir una dificultad sino promover la autorregulación emocional en los niños.

Funcionamiento- guía de uso

Cabeza

- **Objetivo:** promover el reconocimiento de la emociones básicas: alegría, tristeza, miedo, rabia, sorpresa y cansancio (sueño).
- **Materiales:** tela peluche y estampación.
- **Modo de empleo:** El adulto deberá explicar y mostrar al niño las diferentes emociones que tienen las mascararas que vienen con Cuky. Por ejemplo se le muestra al niño la máscara de la tristeza y se le explica que esa es la expresión que ponemos cuando nos sentimos tristes. De igual manera se explican con las 6 emociones.

Luego el adulto deberá volver a preguntar al niño cada mascara que emoción refleja, con el fin de asegurar un adecuado reconocimiento emocional.

Finalmente explicaremos a los niños que Cuky se siente como el niño se siente, es decir cuando el niño se sienta triste entonces Cuky también estará triste; y se le explicará que esta es la manera como hará entender a los adultos con los que el niño se encuentre como se siente sin necesidad de hacer una pataleta, gritar, ser agresivo o reaccionar de manera negativa y extrema.

Antena y brazos

- **Objetivo:** Desahogo físico de emociones negativas.
- **Materiales:** Resorte, bola de peluche y goma.
- **Modo de empleo:** El adulto explicara al niño que en los momentos que sienta emociones negativas (tristeza, enojo o miedo) Cuky lo ayudara y podrán jugar jalando su antena y sus brazos, ya que Cuky descubrió que su antena al estirarse con sus brazos producían una òmagiaö que ayudaran a calmar esas emociones negativas.

Cuerpo

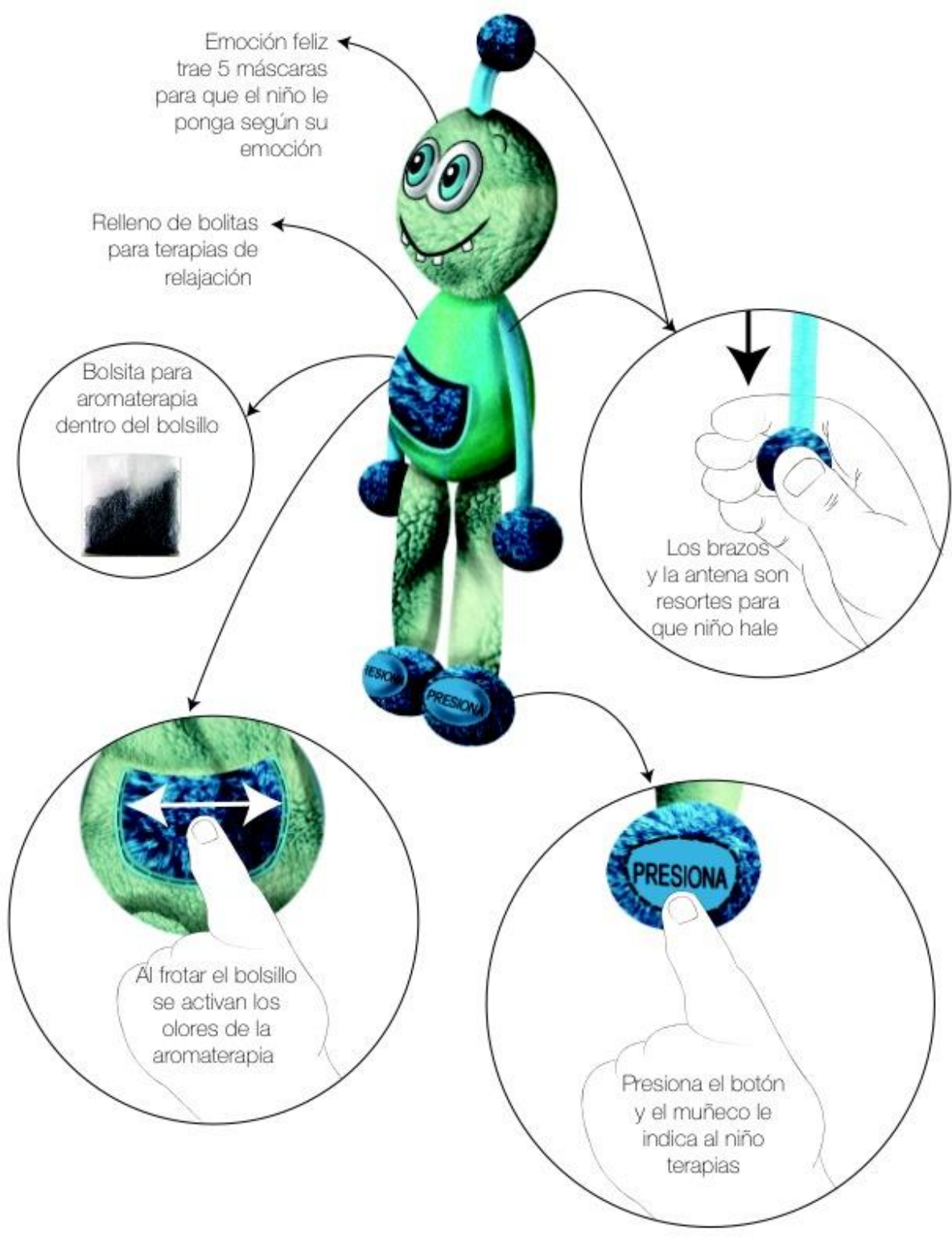
- **Objetivo:** relajar al niño por medio de texturas, un cojín relajante y aromaterapia.
- **Materiales:** tela de licra, bolitas de icopor, tela de peluche, bolsa de aromaterapia (menta y lavanda).
- **Modo de empleo:** El adulto explicará al niño que podrá apretar òla barriguita de Cukyö cuando el este triste, enojado, feliz, aburrido, cansado, etc. Y dira al niño que a Cuky le encanta que le hagan cosquillas y le molesten la barriguita y cuando Cuky está feliz y le dan cosquillas suelta un aroma mágico que nos ayuda a relajarnos y sentirnos mejor.

Piernas y pies

- **Objetivo:** Enseñar al niño técnicas de respiración y autocontrol
- **Materiales:** Tela de peluche, alambre y dispositivos de sonido (sistema arduino).
- **Modo de empleo:**

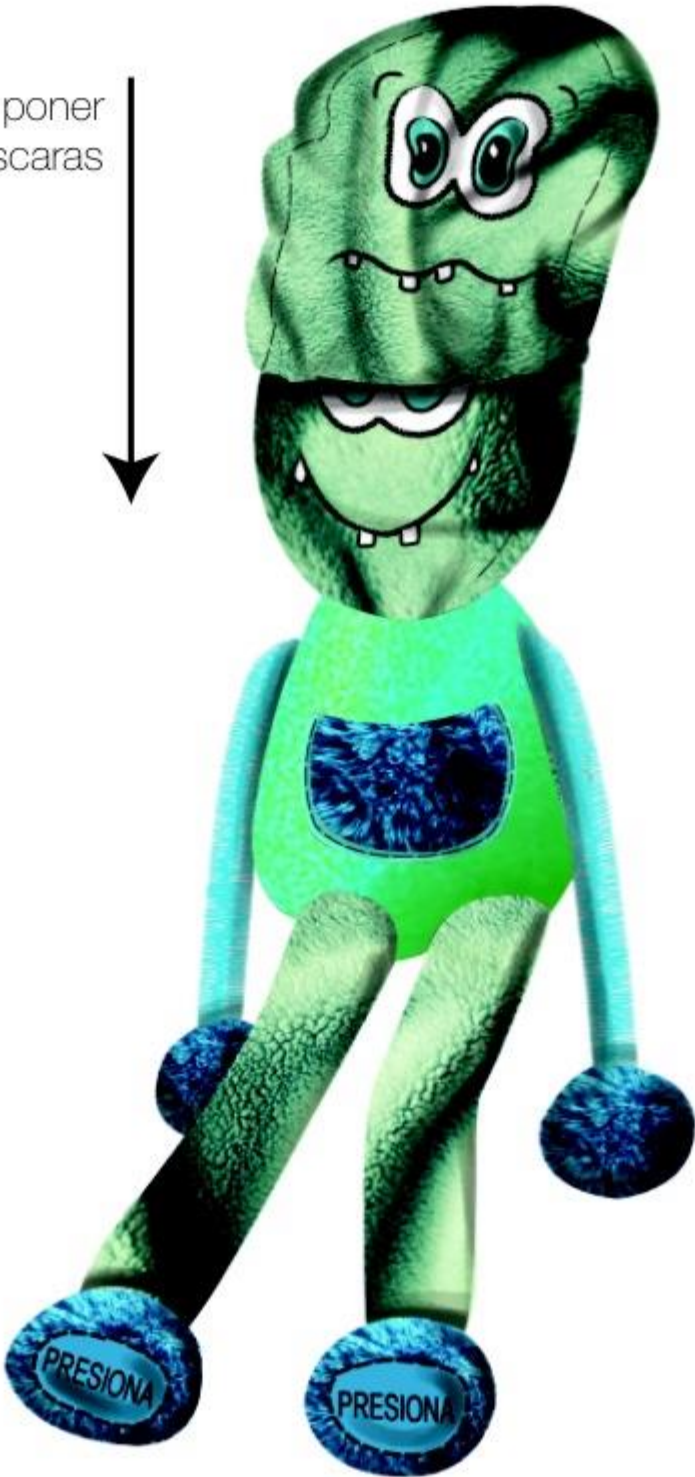
Piernas: el niño podrá modelar la piernas de Cuky como desee, podrá pararlo, sentarlo, cruzarle las piernas, etc. El objetivo es estimular la imaginación del niño y permitirle jugar e interactuar con Cuky.

Pies: El pie izquierdo de Cuky tendrá un dispositivo de sonido que dará instrucciones al niño para hacer una adecuada respiración, Cuky dirá al niño: *respira profundo por la nariz, infla tu barriguita, ahora vota el aire por la boca.* El pie derecho de Cuky también tendrá un dispositivo de sonido donde se hará un ejercicio de autocontrol. El niño debe apretar el pie de Cuky y este dirá: *estatua, 1,2,3,4* el propósito es que el niño se quede quieto y Cuky contare los segundos que el niño logre mantenerse como *estatua*, al niño moverse volverá a apretar el pie de Cuky para que este termine de contar. (En una hoja el adulto podrá llevar un registro de los tiempos que el niño logra mantenerse quieto).





Forma de poner
las máscaras



Emoción: triste



Emoción: sorprendido



Emoción: Enojado



Emoción: Asustado



Emoción: Cansado



Recurso y presupuesto

A continuación se presentara el presupuesto necesario para la elaboración de 100 muñecos, el diseño de la propuesta y el diseño del juguete.

ITEM	CANTIDAD	PRECIO
Diseño propuesta (horas psicólogo)	30	\$ 900.000 (30.000x hora)
Diseño muñeco (horas ingeniero de producto)	15	\$ 300.000 (20.000 x hora)
Tela licra	3500 cm x 10000 cm (35 cm x 100 cm por muñeco)	\$ 350.000 (3.500 x unidad)
Tela peluche	4800 cm x 4500 cm (48 cm x 45 cm por muñeco)	\$ 140.000(1.400 x unidad)
Resorte	3000 cm	\$ 90.000 (900 x unidad)
Sistema arduino (dispositivo de sonido)	100	\$ 2.500.000 (25.000 x unidad)
Programación para 100 muñecos	1	\$ 200.000 (2.000 x muñeco)
Mano de obra muñeco	1	\$ 1.000.000 (10.000 x muñeco)
	Total neto	\$ 5.480.000
	Valor unitario	\$ 54.480

Cronograma

ACTIVIDAD	FECHA
Diseño de la propuesta	Febrero 1- mayo 28 2014
Diseño del producto (juguete)	Abril 1- mayo 25 2014
Elaboración del producto (juguete)	Junio1- julio 30 de 2014

Mecanismo de Evaluación

El presente proyecto se evaluará con un estudio en el que se tendrá una muestra poblacional de 10 niños en etapa preescolar (entre los 3 y los 6 años de edad) a los cuales se les entregara el juguete. Inicialmente se entregara a 10 niños y se capacitara a los padres en el uso del juguete, también se aplicara una evaluación inicial (anexo 1) para conocer como está la autorregulación del niño antes de entregarle el juguete. Luego se realizara un seguimiento a los tres meses de estar los niños con el juguete y se aplicará la misma escala evaluativa (anexo 1) que al inicio y finalmente se hará un seguimiento final a los seis meses aplicando nuevamente la escala. Las escalas de evaluación aplicadas antes (al inicio), durante (3 meses) y al finalizar (6 meses), serán comparadas para medir si el niño logro mejorar los proceso autorregulatorios después de usar el juguete.

Anexo 1

A continuación encontrara una serie de preguntas las cuales deben ser contestadas de acuerdo a lo que observe en su hijo; atribuyendo los siguientes valores: 1- nunca, 2- casi nunca, 3- a veces, 4- casi siempre, 5- siempre.

Conducta	1	2	3	4	5
Reconoce su hijo las emociones básicas: tristeza, alegría, enojo, sorpresa, miedo.					
Hace "pataletas" como síntoma de disgusto, enojo o tristeza?					
Es impulsivo y agresivo frente a situaciones que lo molesten					
Cuando esta triste llora inconsolablemente					

En los momentos de alegría es excesivamente inquieto, habla fuerte, grita, se emociona en exceso					
No logra quedarse quieto cuando se requiere					
Cuando presenta un conflicto con un compañero o par golpea, grita o ataca al otro niño					
Presenta reacciones extremas frente a una situación de angustia o temor					

Referencias

Armus, M., Duhalde, C., Oliver, M., & Woscoboinik, N. (2012). *Desarrollo emocional. Clave para la primera infancia* (primera.). Argentina: Unicef, fundación Kaleidos.

Barkley. (1998). *A theory of ADHD: Inhibition, Executive functions, Self-control, and time*. (2° ed.). New York: The Guilford Press.

Bras, J. (2005). *Pediatría en atención primaria* (Segunda.). Mexico: Masson.

Gonzales-Mena, J., & Widmeyer, D. (2011). *Infants, Toddlers and Caregivers: A Curriculum of Respectful, Responsive, Relationship-based care and education* (9° ed.). McGraw Hill.

Gross, K. (1898). *The play of animals*. New York: Appleton.

Gross, K. (1901). *The play of man*. New York: Appleton.

Lázarus, M. (1883). *Concerning the fascination of play*. Berlin: Dummler.

Martínez, G., Pereira, G., & Alvarez, B. (2007). *Estrategias para prevenir y afrontar conflictos en las relaciones familiares (padres e hijos)*. Ministerio de trabajo y asuntos sociales.

Mercé, C. (2005). *crisis emocionales: la inteligencia emocional aplicada a situaciones limite*. Amat.

Piaget, J. (1946). *La formación del símbolo en el niño*. México: fondo de cultura económica.

Piaget, J. (1966). *Response to Sutton - Smith*. Psychological Review.

Plana, A. (2007). *Educación emocional. Programa para educación primaria (6- 12 años)*.

Wolters Kluwer.

Shonkoff, J., & Phillips, D. (2000). *From neurons to neighborhoods: Acquiring auto-regulation*.

Washington, D.C.: National Academy of Sciences.

Spencer, H. (1855). *Principios de psicología*. Madrid: Espasa-Calpe.