



Biblioteca Virtual

Maestros: cómo ayudar a los Niños a Controlar el Enojo

Marian Marion
University of Illinois at Urbana-Champaign
Children's Research Center

El enojo de los niños presenta un desafío a los maestros quienes están comprometidos a una orientación educativa constructiva, ética y eficaz. Este artículo explora lo que se sabe de los componentes del enojo de los niños, los factores que contribuyen a la comprensión y manejo del enojo, y las maneras en que los maestros pueden controlar las expresiones de enojo de sus alumnos.

Los Tres Componentes del Enojo

Se postula que existen tres componentes del enojo (Lewis y Michalson, 1983). El estado emotivo del enojo. El primer componente del enojo es la emoción misma, definida como un estado afectivo o de estímulo, o una sensación experimentada cuando se ve vedada una meta o las necesidades de uno no se pueden obtener. Fabes y Eisenberg (1992) describen varios tipos de provocaciones con los que los niños se enfrentan diariamente en sus interacciones en el salón de clase:

Los conflictos debido a las pertenencias, como quitarles su propiedad o la invasión de su espacio.

La agresión física, la cual incluye el abuso de un niño por otro, como, por ejemplo, empujarlo o golpearlo.

Los conflictos verbales, por ejemplo, molestar o provocar.

El rechazo, el cual incluye ignorar o no permitir jugar a un niño.

Los conflictos de conformidad, los cuales incluyen, a menudo, la petición o la insistencia en que los niños hagan algo en particular que no quieren hacer—por ejemplo, lavarse las manos.

El segundo componente del enojo es su expresión. Algunos niños expresan el enojo a través de las expresiones faciales, el llanto, el estar de mal humor, o por hablar, pero hacen poco para resolver el problema o enfrentarse con la persona que les provoca. Otros niños resisten activamente, defendiendo sus posturas, autoestima, o pertenencias física o verbalmente de manera no agresiva. Algunos niños expresan el enojo de manera agresiva y vengativa, haciéndole una represalia física o verbal a la persona provocadora, mientras que otros niños expresan su disgusto, diciéndole al que le ofende que no puede jugar con ellos o que nadie lo quiere. Otros niños expresan el enojo evitando o tratando de escaparse o evadir al que les provoca, mientras que otros buscan a un adulto, procurando consuelo o soluciones de un maestro, o contándole al maestro un incidente.

Los maestros pueden utilizar estrategias de orientación para ayudar a los niños a expresar el enojo de manera socialmente constructiva. Los niños desarrollan una idea de cómo expresar las emociones (Michalson y Lewis, 1985; Russel, 1989) principalmente a través de la interacción social con su familia, y después, viendo la televisión o las películas, jugando los videojuegos, y leyendo libros (Honig y Wittmer, 1992). Algunos niños aprenden una manera negativa y agresiva de expresar el enojo (Cummings, 1987; Hennessy y otros, 1994) y, al enfrentarse con conflictos que provocan el enojo, recurren al uso de agresión en el salón de clase (Huesmann, 1988). Un gran desafío para los maestros de jardín de infantes es animar a los niños a reconocer los sentimientos de enojo y ayudarles a aprender a expresarlo a través de

maneras positivas y eficaces.

La comprensión del enojo. El tercer componente de la experiencia del enojo es la comprensión—la interpretación y la evaluación—de la emoción. Debido a que la capacidad de regular la expresión del enojo se relaciona con la comprensión de la emoción (Zeman y Shipman, 1996), y porque la capacidad del niño de reflexionar sobre el enojo es limitada, los niños necesitan orientación por parte de los maestros y padres en lo que es la comprensión y manejo de sus sentimientos de enojo.

La Comprensión y el Manejo del Enojo

El desarrollo de los procesos cognitivos básicos ofrece estructura para la comprensión gradual del niño del concepto del enojo (Lewis y Saarni, 1985).

Memoria. La memoria mejora substancialmente durante la temprana niñez (Perlmutter, 1986), dándoles la posibilidad a los niños de poder recordar ciertos aspectos de las interacciones que producen un malestar. Los niños que desarrollan ideas poco sanas de cómo expresar el enojo (Miller y Sperry, 1987) pueden recurrir a una estrategia anterior inútil aun después de que los maestros

les ayuden a tener una perspectiva más útil. Esta determinación implica que los maestros tal vez tengan que recordarles a ciertos niños, a veces más de una o dos veces, las maneras menos agresivas de expresar el enojo.

Lenguaje. Hablar de las emociones ayuda a los niños pequeños a comprender sus emociones (Brown y Dunn, 1996). La comprensión de la emoción en los niños de la edad del jardín de infantes se puede predecir al ver su habilidad lingüística global (Denham, Zoller, y Couchoud, 1994). Los maestros pueden imaginarse que habrá diferencias personales en la habilidad de los niños de reconocer e identificar los sentimientos de enojo porque las familias de los niños tienen diferentes maneras de hablar de las emociones.

Los comportamientos autoreferenciales y autoregulatorios. Los comportamientos autoreferenciales incluyen el ver a uno mismo separado de los demás y como agente causal, activo e independiente. La autoregulación se refiere al control de impulsos, la tolerancia de la frustración, y el posponer la gratificación inmediata. La autoregulación inicial en los niños pequeños ofrece una base para los maestros de jardines de infantes quienes pueden desarrollar estrategias para cultivar la habilidad emergente del niño a regular la expresión del enojo.

La Orientación de la Expresión del Enojo Los maestros pueden ayudar a los niños a enfrentarse con la cuestión del enojo al orientar su comprensión y manejo de esta emoción. Las prácticas descritas aquí pueden servir para lograr que los niños comprendan y manejen sus sentimientos de enojo de manera directa y no agresiva.

Crear un ámbito emocional seguro. Un ámbito de niñez sano permite a los niños reconocer los sentimientos, positivos y negativos, y no permite que el enojo sea castigado. Los sistemas de salón de clase sanos tienen límites claros, firmes y flexibles.

Ser un ejemplo del manejo responsable del enojo. Los niños tienen una capacidad limitada de comprender la emoción cuando los adultos manifiestan mucho enojo (Denham, Zoller y Couchoud, 1994). Los adultos más eficaces en ayudar a los niños a controlar el enojo son ejemplares en el manejo responsable del enojo: reconocen, aceptan y se hacen responsables por sus propios sentimientos de enojo, y por expresar el enojo en maneras directas y no agresivas.

Ayudar a los niños a desarrollar la capacidad de autoregulación. Los maestros de bebés e infantes hacen mucho "trabajo de autoregulación," reconociendo que los niños bajo su tutela tienen una capacidad limitada de poder regular sus propias emociones. A medida que crezcan los niños, los adultos pueden pasar el control del niño al niño mismo para que él desarrolle para sí mismo la capacidad de autoregulación.

Animar a los niños a poner un rótulo a los sentimientos de enojo. Tanto los maestros como los padres pueden ayudar a los niños a poner un rótulo al enojo al enseñarles que tienen un sentimiento y que pueden usar una palabra para describir ese sentimiento. Un historial (un libro o un cuadro) compuesto por listas de rótulos puede crearse (por ejemplo, enojado, irritado, molesto) y la clase puede referirse a él al discutir sus sentimientos de enojo.

Alentar a los niños a hablar de las situaciones que producen el enojo. Los niños de la edad de jardín de infantes comprenden el enojo y otras emociones mejor cuando los adultos se los explican (Denham, Zoller, y Couchoud, 1994). Cuando los niños se involucran en una interacción que produce enojo, los maestros pueden ayudar al oírles sin juzgar, evaluar o exigirles a sentirse de otra manera.

Usar libros e historias sobre el enojo para ayudar a los niños a comprender y manejar el enojo. Las historias sobre el enojo y otras emociones bien presentadas convalidan los sentimientos de los niños y les ofrecen información sobre el enojo (Jalongo, 1986; Marion, 1995). Sin embargo, es importante leer los libros que tratan el tema del enojo antes de presentarlos porque algunas historias enseñan un manejo del enojo irresponsable.

Comunicarse con los padres. Algunas de las estrategias utilizadas para hablar con los padres sobre ciertos aspectos del programa de estudios pueden usarse para lograr su apoyo en ayudar a los niños a aprender a expresar sus emociones. Por ejemplo, los artículos sobre aprender a usar rótulos para describir el enojo pueden ser incluidos en una carta a los padres.

Los niños orientados hacia el manejo responsable del enojo son más propensos a comprender y manejar los sentimientos de enojo directa y no agresivamente, y a evitar la presión que con frecuencia acompaña el mal manejo del enojo (Eisenberg y otros, 1991). Los maestros pueden suavizar el proceso de comprensión y manejo del enojo al adoptar estrategias de orientación positivas.

ABA Colombia
Asociación Colombiana para el Avance de las Ciencias del Comportamiento
web@abacolombia.org.co

Este artículo proviene de: www.abacolombia.org.co
Todos los derechos reservados ©2003