



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ZACATECAS**  
*"Francisco García Salinas"*  
**UNIDAD ACADÉMICA DE DOCENCIA SUPERIOR**  
**MAESTRÍA EN EDUCACIÓN Y DESARROLLO PROFESIONAL**  
**DOCENTE**

---

**INTERVENCIÓN EDUCATIVA**  
**CREATIVIDAD Y *MINDFULNESS*, PROGRAMA EDUCATIVO**  
**PARA ATENDER CONDUCTAS AGRESIVAS DE NIÑAS Y**  
**NIÑOS DE PREESCOLAR**

**QUE PARA OBTENER EL GRADO DE**  
**MAESTRA EN EDUCACIÓN Y DESARROLLO**  
**PROFESIONAL DOCENTE**

**PRESENTA:**

Lic. Nancy Anay Hernández Gómez

**Directora:**

Dra. Hilda María Ortega Neri

**Codirectoras:**

Dra. Silvia del Carmen Miramontes Zapata

Dra. Irma Faviola Castillo Ruíz

**Zacatecas, Zac. a 01 de julio del 2021**

## RESUMEN

La agresividad manifestada por niñas y niños, representa una problemática que afecta a la sociedad, por ello, es preciso atenderla de manera oportuna, generando estrategias de intervención desde el contexto escolar, en este caso, se trabajó con un grupo de preescolar del sector público, implementando un programa educativo para trabajar *mindfulness* y el desarrollo de la creatividad, con el objetivo de disminuir o modificar las conductas agresivas presentadas. Como resultados se obtuvo, la aceptación del *mindfulness* y mayor concentración al realizar actividades. De manera general se concluyó logrando disminuir la agresividad y, por consiguiente, una mejora en la convivencia grupal.

**PALABRAS CLAVE:** Agresividad, *mindfulness*, creatividad, niñas y niños.

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco primeramente a la Universidad Autónoma de Zacatecas por abrir sus diferentes espacios educativos, que sin duda son oportunidades de crecimiento académico, personal y profesional, de igual manera agradezco a la Unidad Académica de Docencia Superior por brindarme el espacio en el programa de la Maestría en Educación y Desarrollo Profesional Docente y, asimismo gracias a su excelente cuerpo de docentes, de quienes me llevo importantes aprendizajes, no solo académicos, sino también de su calidad humana, en especial gracias a la Dra. Hilda María Ortega Neri, por haber sido mi asesora en este trabajo de investigación que con profesionalismo, amabilidad y, sobre todo paciencia, me supo guiar en el proceso hasta este momento.

Doy gracias también al preescolar “Paulo Freire” así como a su directora y al personal docente, que me abrieron las puertas de la institución educativa para poder realizar el trabajo necesario e implementar mi propuesta de programa educativo psicopedagógico para la atención de conductas agresivas manifestadas por niñas y niños. Por último, doy gracias a mi familia, amigas y amigos por brindarme su apoyo moral para poder concluir una meta más en mi vida.

## DEDICATORIAS

*Dedico el esfuerzo de haber realizado este trabajo de investigación e implementar la intervención educativa para obtener el grado de maestría, a mis padres quienes son los principales pilares en mi vida y me han apoyado incondicionalmente en cada uno de mis pasos.*

*De igual manera lo dedico a mi amada hija Kimberly Alejandra, por toda su paciencia y entendimiento de mis ocupaciones laborales y académicas. Ella es mi luz para avanzar siempre*

# ÍNDICE GENERAL

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	1
<b>CAPÍTULO I. EL ENTORNO AGRESIVO EN LA INFANCIA</b> .....	23
1.1 Definición de infancia .....	24
1.2 La agresividad como condición humana.....	30
1.2.1 Agresividad vs. Violencia.....	33
1.3 La agresividad, una conducta aprendida .....	35
1.3.1 La familia y otros factores generadores de conductas agresivas en la infancia .....	38
1.4 Agresividad manifestada por niñas y niños .....	45
1.4.1 Familia y escuela .....	47
1.4.2 Conductas agresivas y su influencia en la convivencia escolar .....	51
<b>CAPÍTULO II. CREATIVIDAD Y <i>MINDFULNESS</i> PARA ATENDER CONDUCTAS AGRESIVAS EN NIÑAS Y NIÑOS</b> .....	55
2.1 ¿Qué es <i>Mindfulness</i> ? .....	56
2.2 La aplicación del <i>Mindfulness</i> como orientadora emocional.....	60
2.2.1 <i>Mindfulness</i> aplicado a niñas y niños .....	63
2.2.2 <i>Mindfulness</i> para atender conductas agresivas en infantes.....	66
2.3 <i>Mindfulness</i> y creatividad.....	68
2.4 ¿Qué es creatividad? .....	70

2.4.1 Desarrollo de la creatividad en niñas y niños .....	74
2.4.2 Creatividad y entorno escolar .....	76
2.4.3 Estimulación de la creatividad en infantes dentro del entorno escolar como apoyo para atender conductas agresivas.....	78
<b>CAPÍTULO III. ATENCIÓN A CONDUCTAS AGRESIVAS DE NIÑAS Y NIÑOS POR MEDIO DE <i>MINDFULNESS</i> Y LA ESTIMULACIÓN DE LA CREATIVIDAD.....</b>	<b>81</b>
3.1 Contexto del Preescolar “Paulo Freire” en la comunidad Dulce Grande, Villa de Ramos, San Luis Potosí.....	82
3.1.1 Conductas agresivas en el grupo 3° “A” .....	83
3.1.2 Entrevista dirigida al personal educativo .....	85
3.1.3 Encuesta aplicada a madres y/o padres de familia .....	88
3.2 Programa educativo: <i>Mindfulness</i> y creatividad, desarrollo infantil sin agresividad.....	93
3.2.1 Desarrollo del programa por sesiones, resultados alcanzados y observaciones.....	95
3.3 Análisis de los resultados .....	118
<b>CONCLUSIONES .....</b>	<b>123</b>
<b>REFERENCIAS.....</b>	<b>129</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>133</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Definiciones de “agresión” .....	31
Tabla 2. Factores de la creatividad .....	73
Tabla 3. Claves de informantes – alumnos/as .....	84

## ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo A. Autorización del preescolar “Paulo Freire” .....	133
Anexo B. Entrevista dirigida al personal educativo .....	134
Anexo C. Encuesta aplicada a madres y/o padres de familia .....	137
Anexo D. Programa educativo: <i>Mindfulness</i> y creatividad, desarrollo infantil sin agresividad. ....	142
Anexo E. Evidencia de las sesiones desarrolladas del programa educativo “ <i>Mindfulness</i> y creatividad, desarrollo infantil sin agresividad” .....	152

## ACRÓNIMOS

DOF	Diario Oficial de la Federación
IMSS	Instituto Mexicano del Seguro Social
INEGI	Instituto Nacional de Estadística y Geografía
ISSSTE	Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado
OEA	Organización de los Estados Unidos Americanos
SEP	Secretaría de Educación Pública
UNESCO	Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura
UNICEF	Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia

## INTRODUCCIÓN

La agresividad se encuentra presente en todos los ámbitos sociales, convirtiéndose en una problemática cuando no es atendida, las causas que la originan pueden ser variadas y es presentada por personas de todas las edades. Al ser manifestada por niñas y niños, en muchas de las ocasiones, las madres y/o padres no tienen conocimiento de cómo atenderla, utilizando medidas erróneas de corrección y, por el contrario, provocando que se refuercen, formándose como parte habitual del comportamiento del niño o niña.

Posteriormente, cuando ingresan a las primeras instituciones educativas como guarderías y el preescolar, la problemática se puede complicar aún más, debido a la interacción con otros niños y niñas, puesto que pueden ser poco tolerantes a ciertas situaciones que son necesarias en algunas actividades, como puede ser el compartir materiales. Por lo que el presente trabajo se enfocó en investigar la agresividad infantil que ocurre en el ámbito educativo, entender desde donde surge y, a partir de ello, proponer alternativas para su atención.

Hablar de agresividad manifestada por infantes en el espacio educativo, debería ser un tema de gran importancia para la sociedad, puesto que representa una problemática y una dificultad el saber cómo tratar dichas conductas, tanto para maestros y maestras, como para madres y padres de familia. Si este tipo de conductas que se presentan en la primera institución escolar a la que ingresan las y los niños no son atendidas, muy probablemente desencadenarán problemas en los niveles educativos siguientes y conflictos en la sociedad en general.

Las conductas agresivas difieren del comportamiento habitual del niño o niña, causando problemas en su entorno en general, por lo que, es necesario buscar alternativas para atenderlas. Es por ello, que el preescolar se convierte en un lugar donde es posible tener la oportunidad de detectar a tiempo las conductas agresivas y darles atención oportuna. Es importante entonces que el personal educativo cuente con herramientas para promover dentro y fuera de las aulas un ambiente favorable, de experiencias significativas, potenciando las conductas positivas en niñas y niños y, a la vez, minimizando las negativas.

En este trabajo se presenta una alternativa de apoyo para que las y los menores aprendan a expresar sus emociones, a tener una convivencia adecuada y comunicación asertiva, a estar conscientes de su entorno y de las situaciones que día a día viven, además de que les sea posible obtener calma en momentos en los que sea necesario, por medio de la utilización de *mindfulness* (estrategia que más adelante se explicará) y el desarrollo de su creatividad, brindándoles así la oportunidad de expresarse de diferentes maneras, sin recurrir a la agresividad.

Como conceptos clave dentro del trabajo de investigación, se incluyen las palabras: agresividad, *mindfulness*, creatividad, niñas y niños; las últimas dos se toman en cuenta por ser las y los sujetos con los cuales se llevó a cabo la investigación psicopedagógica; en cuanto a las primeras tres palabras, son con relación a que se pretende atender la agresividad que llegan a presentar las y los estudiantes del nivel educativo preescolar a través de la utilización del *mindfulness* y el desarrollo de la creatividad.

La agresividad en niñas y niños de preescolar, se presenta en diversos sectores sociales y no es solo un problema de carácter nacional, sino que también se detecta

en otros países como se muestra a continuación. Para ello, se revisaron algunas investigaciones previas internacionales, nacionales y locales, lo cual permitió tener un panorama más amplio sobre cómo se ha trabajado en distintos lugares esta problemática.

Dentro de las investigaciones internacionales, Ortega & Monks (2005), realizaron un estudio para examinar la naturaleza de la agresión injustificada en niñas y niños de preescolar. Los objetivos fueron: a) examinar los roles de agresor/a, colaborador/a del agresor/a, víctima, defensor/a y espectador/a, en acontecimientos de agresión injustificada; b) observar los tipos de agresión que se presentaba; c) caracterizar a las o los protagonistas en cuanto a su desarrollo social y físico; y, d) conocer las estrategias de afrontamiento a la agresividad.

Como población de estudio se tomó una escuela de educación infantil correspondiente al nivel de preescolar, ubicada en la ciudad de Sevilla, España, la muestra fue conformada por 49 niños y 43 niñas, de entre 4 y 6 años de edad. Los instrumentos para la recolección de información fueron: el primero, un cuestionario dirigido a las profesoras de la institución educativa; el segundo, una entrevista aplicada a las y los niños, en esta última se utilizó la técnica de nominación entre iguales y nominación propia, donde debían elegir entre cuatro situaciones diferentes relacionadas con la agresión, así como las estrategias para afrontarlas.

Los resultados obtenidos en cuanto a los roles fueron los siguientes: 12% agresores/as, 12% colaboradores/as, 14% víctimas, 29% defensores/as y 30% espectadores/as. Los más nominados como agresores/as, tanto por sus iguales, como por las docentes, fueron los niños, mientras que las niñas obtuvieron más nominaciones como espectadoras o defensoras. Aunque las y los agresores/as no

eran percibidos/as como tales, sin embargo, en mayor medida se les rechazaba por las y los demás.

Como conclusiones se obtuvo que la agresión injustificada existe desde los años en preescolar, destacando la agresión física directa (un niño/a pega, golpea, empuja a otro/a); y verbal directa (un niño/a grita e insulta a otro/a), aunque se señaló que se encontró un nivel bajo tanto en el rol de agresores/as, así como en de colaboradores/as de la agresión. El rol de defensor/a resultó ser el más popular; y en cuanto a las estrategias de afrontamiento, la que más sobresalió fue: “decírselo a un adulto/a”.

Por otra parte, Leiva (2007) realizó un estudio descriptivo para indagar sobre la agresividad existente en niños y niñas de preescolar, donde señaló que: “el objetivo básico del estudio fue analizar el entorno inmediato de los niños y niñas en el ámbito de la agresión” (p. 119). Como población, se tomaron 4 escuelas del área metropolitana en Costa Rica, y como muestra 79 niños y 75 niñas, sumando un total de 154, en edades de entre 5 y 9 años.

La metodología que se utilizó fue una observación no participante, dos días a la semana durante cuatro meses, para obtener información de las situaciones en las que se manifestaba agresividad por parte de las y los niños. También se usó un cuestionario con preguntas abiertas, enfocado a obtener información sobre la agresividad existente tanto en la escuela, como en la familia.

En los resultados se mostró que las y los niños reconocieron la palabra agresión, ya que por su definición lograron identificarla claramente, los sitios en los que más se observaron acciones agresivas, fue en la escuela y el hogar. Se encontró que en el entorno escolar se daba una serie de actos agresivos entre compañeros y

compañeras, estos actos fueron: golpes, empujones, pellizcos, jalones de cabello, patadas, palabras ofensivas relacionadas con las características físicas, de sexo, de procedencia o eficiencia académica.

Las y los niños como primera acción de respuesta, acudían a pedir ayuda a un adulto/a, en este caso la maestra o maestro, quien como principal medida correctiva realizaba y enviaba una nota a las madres y/o padres para dar a conocer la conducta de su hijo o hija, depositando en ellos y ellas la responsabilidad de corregir esas conductas, desautorizándose a sí mismo/a para corregirlas y sin tomar en cuenta si los padres y/o madres atendían dichas conductas de manera positiva.

En el ambiente familiar, los ejemplos de agresión estuvieron relacionados con las medidas disciplinarias utilizadas por las madres y los padres hacia ellos/ellas o sus hermanos/as, con el propósito de corregir o controlar conductas que les parecían inadecuadas, o cuando había disputas, para ponerle fin a las peleas, entre las acciones realizadas por madres y padres para obtener disciplina, se mencionaron las siguientes: pegar con la mano, pellizcar y tirar del cabello. De igual manera hubo niños y niñas dijeron haber presenciado peleas y agresiones entre sus progenitores. Y otro factor sobresaliente, en el cual habían observado agresión en el hogar, fue la televisión donde las y los infantes en algunas ocasiones vieron programación o imágenes con contenido agresivo.

Como conclusiones, las niñas y niños con los que se trabajó en el estudio, fueron de edades relativamente pequeñas, y manifestaron actos agresivos de importancia que las y los fueron llevando a un aprendizaje por modelaje de solución de conflictos sociales a través de la agresión. La mayoría de las y los infantes encuestados refirieron sentirse mal por las acciones agresivas que vivían en la escuela

y en su casa, sin embargo, fue algo asumido como cotidiano y a lo que se habían acostumbrado.

En el seno familiar se perpetuaban las acciones agresivas, que se distinguieron en dos vías, la primera hacia las y los niños en el orden correctivo o disciplinario, y la segunda como forma de resolución de conflictos en relación de pareja. Esto acentuado por el contenido agresivo observado en televisión. Al igual que en el hogar, en la escuela se presentaba el sentimiento de impotencia por parte de las y los menores, ante los actos de agresión y esto era reforzado por la conducta de inatención de las y los adultos ante dicha situación, por lo cual, la agresión se había instaurado de manera habitual, además de que niñas y niños aprendían la idea de que no era posible hacer nada contra ella en la vida adulta.

López (2018), llevó a cabo un programa de intervención educativa, enfocado a evitar o disminuir la agresividad mediante la aplicación de estrategias de educación emocional. El objetivo general fue realizar un programa con base en las emociones individuales y grupales para desarrollar la inteligencia emocional del alumnado, los objetivos específicos fueron: a) Aprender a reconocer, controlar y modificar las propias emociones creando conductas adaptadas al contexto; b) Plantear estrategias emocionales a las y los familiares, para obtener el desarrollo integral del alumno/a; y, por último, c) Reducir problemas de conducta y mejorar el aprendizaje en el aula fomentando una resolución de conflictos positiva y efectiva.

Como metodología, se realizó una previa evaluación psicopedagógica, utilizando instrumentos tales como: la observación, cuestionarios, pruebas, entrevistas, y protocolos. El programa de intervención se llevó a cabo durante los

meses de octubre y noviembre del ciclo escolar 2018 – 2019, 3 días por semana y en ciertas ocasiones 4, siendo un total de 28 días de trabajo.

Fue dirigido a una población de niñas y niños de entre 4 y 5 años de edad correspondiente al segundo ciclo de educación preescolar en Sevilla, España, aplicándose en un aula con un total de 24 alumnos y alumnas, en donde se habían presentado problemas de agresividad, en específico, se enfocó a un niño, quien tenía dificultades para su adaptación debido a las conductas agresivas presentadas con sus compañeros y compañeras, al igual que con los profesores/as y algunos/as familiares, sin embargo, para fomentar la inclusión, la intervención fue aplicada a todo el grupo.

Las actividades realizadas se basaron en criterios como la individualización, globalización, socialización y flexibilidad, buscando principalmente el interés del alumnado y la motivación por aprender, apoyándose de elementos como el juego, la acción y la experimentación, creando actividades para todos/as las y los integrantes del grupo, fomentando la inclusión escolar y propiciando que el niño identificado por manifestar conductas agresivas no se sintiera diferente al resto de las y los compañeros. También se llevaron a cabo conferencias y talleres sobre inteligencia emocional y resolución de conflictos, dirigidos para la formación del profesorado y para las y los familiares de alumnos y alumnas.

Como conclusiones, se señaló necesario intervenir al momento que se observaran conductas agresivas y rabietas constantes en un niño o niña, para evitar consecuencias que pudieran surgir a futuro en el ámbito social, académico y de desarrollo en general, asimismo, se destacó la importancia de las emociones en el correcto desarrollo de las personas, en palabras de la autora se mencionó que: “alguien que sabe reconocer, controlar y modificar sus emociones a cada situación y

contexto de su vida, es una persona más adaptada socialmente y con mejores resultados académicos” (p. 42). Por lo que es importante mostrar a las niñas y niños alternativas diferentes a la agresividad para reaccionar.

Se consideró indispensable trabajar las emociones en todas las personas, para ayudar a sobrellevar los problemas que se presentan en la vida cotidiana, incluyendo a las y los niños, para que les sea posible desarrollar estrategias prosociales, ante situaciones que se consideren difíciles de superar. De igual manera, se hizo mención que, el trabajar las emociones, ayuda a evitar en gran parte, el desarrollo de problemas psicológicos.

En cuanto a las investigaciones nacionales, se revisaron las siguientes: Escalante (2005), se enfocó en detectar las principales causas que originaban agresividad en los niños y niñas de preescolar, y cómo es que estas afectaban el proceso de enseñanza - aprendizaje, tomando en cuenta la escuela, la comunidad y, sobre todo, la familia como parte central para la detección de dicha problemática.

La población fue un jardín de niños de Michoacán, México, y la muestra estuvo conformada por un grupo de tercer grado de alumnos y alumnas (19 niñas y 11 niños), de entre 4 y 5 años de edad. El objetivo principal fue reflexionar en que el ambiente social y familiar contribuían a desencadenar situaciones de agresividad en el ámbito escolar y desarrollar estrategias para afrontarlas. Como metodología, para la recolección de información, se utilizó la observación en el entorno escolar así como entrevistas dirigidas a madres y padres de familia. A partir de la información recolectada, se realizaron actividades diseñadas para la atención de la agresividad.

De acuerdo con los resultados, en la observación destacaron 2 niñas, a quienes se les dio seguimiento por las conductas agresivas que habían presentado tales como:

morder a las y los compañeros, pelear con ellos/as y romperles sus trabajos, además de no tener avances en el aprendizaje, aunque lograban integrarse con el resto del grupo por medio del juego. En las entrevistas, la información más relevante fue que la mayoría de las y los niños realizaban berrinches y conductas agresivas en los hogares, además de haber presenciado en ocasiones programación televisiva con contenido agresivo.

Como conclusiones se obtuvo que la agresividad en niñas y niños de preescolar constituía una problemática grave, la cual requería el apoyo no solo de maestras y maestros, sino también de madres y padres de familia. Se señaló que el egocentrismo juega un papel importante en esta etapa de desarrollo, debido a que las y los menores pueden llegar a sentir que se invaden sus propiedades si otros u otras infantas se acercan a ellos/as, por lo que llegan a surgir conflictos, en este caso resultó importante la influencia del comportamiento de las y los adultos a su alrededor como modelo para reaccionar, planteando que las y los niños aprenden por imitación.

Luis (2010), realizó una investigación en un jardín de niños durante el ciclo escolar 2008 – 2009, debido a que se habían presentado problemas de agresividad, tanto físicas como verbales por parte del alumnado, afectando al grupo en general y alterando el ambiente de trabajo, además de que se detectaba un bajo rendimiento escolar, en las niñas y niños que presentaban dichas conductas.

El objetivo general fue crear una alternativa pedagógica por medio del juego y actividades lúdicas que ayudaran a disminuir la conducta agresiva, promoviendo una adecuada socialización, la modificación de actitudes y conductas para el desarrollo integral de las y los niños preescolares. Los objetivos particulares fueron: a) Contribuir a que el alumno/a construyera positivamente su identidad personal; b) Fomentar la

autorregulación mediante el autocontrol; c) Fortalecer el clima emocional del hogar; y d) Desarrollar habilidades personales para mejorar la relación social.

La población de estudio fue un jardín de niños ubicado en Nezahualcóyotl, en el Estado de México, la muestra la conformó un grupo de segundo grado, integrado por 20 alumnos y 14 alumnas, de los cuales se detectó que 5 de ellos (3 niños y 2 niñas) presentaban problemas de agresividad. En cuanto a la metodología, se realizó observación directa para identificar las conductas que se estaban presentando, de igual manera se recolectó información por medio de una entrevista realizada a las madres y padres de familia.

En la intervención se implementaron estrategias de juego tales como: de presentación y conocimiento, de autoconcepto y autoestima, tratando con temas y propuestas de socialización y autoimagen para fortalecer la autoestima en las y los alumnos. También se realizaron talleres dirigidos a padres y madres de familia, tomando en cuenta los temas de actitud hacia la crianza, la autoestima y los valores en la familia, los talleres fueron realizados de 2 a 3 veces por semana, desarrollados en un promedio de 30 a 40 minutos.

Como resultados, se obtuvo que las y los niños agresivos/as presentaban poca capacidad de expresión y comunicación, se les dificultaba cambiar los roles en los juegos, así como compartir y cooperar con el grupo, generalmente no terminaban las actividades o trabajos escolares, además de molestar a las y los compañeros. Se observó también que la autoimagen y el autoconcepto tenían gran influencia en la manifestación de conductas agresivas, tal como lo describe la autora:

La autoimagen y el autoconcepto que los alumnos manifestaban era de “soy bueno, bonito, chiquito, cariñoso”, y en su mayoría expresaban además algunos conceptos como “latosos, travieso, grosero, inquieto, malo, tonto, torpe, inútil,

etc". A partir de ello se distinguió una percepción personal baja prevalente. Por lo cual fue necesario seguir adoptando lo que su autoconcepto manifestaba "Si soy travieso debo hacer travesuras..." (Luis, 2010, p. 80).

También se observó que algunos/as, niños y niñas del grupo, demostraban conductas agresivas para llamar la atención, tales como molestar a las y los compañeros o responder con agresividad en muchas ocasiones. En cuanto a las relaciones sociales de las y los alumnos con dichas conductas, se notó que no convivían tanto con el resto del grupo, y generalmente se encontraban a la defensiva cuando participaban en juegos, llegando a agredir en ciertas ocasiones, y no hacían uso adecuado de los materiales, ya que los maltrataban o mordían.

Las conclusiones fueron que el trabajo docente requiere tener estrategias para fomentar la armonía grupal como parte del proceso de enseñanza – aprendizaje. El proyecto pedagógico ayudó a niñas y niños en contextos de desarrollo inadecuados y vulnerables por las condiciones sociales a integrarse en actividades grupales, mejorando sus capacidades y sin ser etiquetados/as, para adquirir un mejor desarrollo personal y social. Se observó también un mejoramiento de las actitudes de las madres hacía la crianza de sus hijos e hijas, después de la implementación de los talleres, de esta manera se logró que las y los niños identificados disminuyeran las actitudes agresivas dentro del aula, además de que tuvieran más integración de manera adecuada al grupo.

Chávez, Ramos & Velázquez (2017), realizaron una investigación cualitativa, con el objetivo de conocer las estrategias que empleaban las y los docentes en el nivel de educación preescolar para afrontar desafíos que se habían llegado a presentar en sus grupos, acerca de la convivencia, la indisciplina y la manifestación de agresividad dentro de las aulas.

Como metodología se realizaron entrevistas a 14 educadoras de escuelas públicas en el nivel preescolar, de la ciudad de México, con edades de entre 35 y 50 años, por lo cual el tiempo de experiencia laboral fue variable, entre 4 y 30 años frente a grupo. Las entrevistas fueron llevadas a cabo entre los años 2014 y 2015, cabe mencionar que, 9 de las educadoras pertenecían a diferentes centros escolares y las otras 5 eran parte de la planta docente de un jardín de niños.

En los resultados se reveló que, ante la manifestación de conductas agresivas, la pretensión primordial de las maestras era moldear la conducta de las y los menores mediante diversas actividades y juegos, en un sentido de reforzamiento de acciones positivas para mejorar la convivencia, y que las y los niños logaran contener y/o modificar la conducta negativa para evitar acciones como: una llamada de atención, ser cambiado/a de lugar, de grupo, llevado/a al área de dirección o hablar con la madre y/o padre en cuanto a su conducta.

Las conclusiones fueron que la disciplina por parte de las educadoras era vista como un elemento central para realizar actividades en el aula, y la convivencia era asociada a la conservación de un estado de armonía, de que las y los niños, aprendieran a regular su conducta, permanecieran en silencio y sentados, evitando situaciones de alteración y manifestación de conductas agresivas, buscando con ello que aprendieran a convivir de manera positiva, y que a su vez, interiorizaran cuáles eran las mejores maneras de actuar ante diferentes situaciones.

En las investigaciones locales, Díaz (2001), desarrolló un estudio de tipo descriptivo en un preescolar del Estado de Zacatecas, donde se detectó que se presentaban problemas de agresión sobresalientes. Los objetivos generales fueron: a) Identificar los factores que generaban una conducta agresiva en las y los niños; y, b)

Identificar las técnicas de disciplina que se habían utilizado para el manejo de la agresión. Los objetivos específicos fueron: a) Describir alternativas de solución para el cambio de conductas agresivas que se presentan en las y los niños; y b) Analizar formas de orientación para las y los maestros para que tuvieran un mejor trato hacia aquellos niños o niñas, que mostraban agresividad.

El estudio se llevó a cabo en el preescolar “Federico Froeber” ubicado en el municipio de Calera de Víctor Rosales, en el Estado de Zacatecas, la muestra seleccionada para el estudio fueron niñas y niños de entre 4 a 6 años de edad. Como metodología se utilizó la observación directa para obtener información sobre cuáles conductas agresivas se presentaban, qué impacto tenían estas en la disciplina del grupo y, por consiguiente, en el aprendizaje de las y los menores, también se observó, cómo las y los maestros reaccionaban a estas conductas y qué medidas tomaban para controlarlas.

A partir de la información recolectada, fue que se propusieron estrategias tales como: adoptar el juego en actividades grupales, incluyendo a las y los niños con conductas agresivas para mantenerlos/as ocupados/as e involucrados/as en el grupo, tratando de que descargaran su energía con juegos y actividades, buscando disminuir también los impulsos de agresividad y evitaran atacar a sus compañeros y compañeras. Se destacó la importancia de que las y los docentes mantuvieran la motivación en el aula al desarrollar los juegos y/o actividades estimulando a las y los menores con diferentes técnicas o materiales.

Como conclusiones, se señaló que las conductas agresivas presentadas en el aula por parte de las y los niños sí afectaban la convivencia grupal y el aprendizaje en general, se consideró que, factores como la familia, influían al ser modelos de

aprendizaje, debido a que las y los menores aprendían y reproducían las conductas de las y los adultos con quienes convivían. Además, se reconoció la necesidad de que las y los docentes trabajaran en conjunto con las madres y padres de familia para generar estrategias enfocadas a reducir dichas conductas negativas.

Díaz (2007) realizó un estudio en Zacatecas, donde planteó que las conductas agresivas presentadas en el aula afectaban la disciplina del grupo y, por consecuencia, existía un bajo aprovechamiento escolar. El objetivo general fue encontrar las condiciones y estrategias para atenuar los problemas de agresividad entre el alumnado y lograr un mejor aprovechamiento escolar. Los objetivos específicos fueron: a) Planear y desarrollar las estrategias necesarias para controlar los problemas de conducta y propiciar un aprendizaje significativo; y b) Superar los problemas de conducta de manera general, mediante estrategias diseñadas trabajando en grupo.

En cuanto a la metodología, se reunió información tanto teórica como práctica sobre el tema para diseñar un proyecto de intervención psicopedagógica. La población de estudio fue la estancia infantil “E. B. D. I.” #23 perteneciente al Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE), en el Estado de Zacatecas. La muestra estuvo conformada por un grupo de 27 alumnos y alumnas de entre 5 y 6 años de edad, inscritos en tercer grado correspondiente a preescolar. Se observó al grupo por 2 semanas, se aplicaron el test de *La figura humana de Karen Machover* y una guía para el desarrollo infantil, también se realizaron entrevistas para las madres y padres de familia y las educadoras.

Los resultados demostraron que, las conductas agresivas de algunos/as, niños y niñas afectaban la disciplina del grupo y, por consecuencia, reflejaban un bajo aprovechamiento escolar. Como conclusiones se señaló que el comportamiento no se

desarrolla de manera exclusiva a través de lo que se aprende directamente, sino también de lo que un niño o niña aprende indirectamente mediante la interacción con el medio y con las personas con quienes interactúan, por lo que las y los adultos deben tener en cuenta las conductas que muestran.

Se sugirió la realización de evaluaciones constantes por parte del departamento de psicología de la institución, además de que el personal educativo estuviera en capacitación constante sobre el tema, para así tener un mejor trato hacia las y los niños, así como responder de manera más adecuada a las necesidades que presentaban al manifestar agresión. Se propuso también, que se tomaran estrategias para reforzar la comunicación entre maestros/as, padres/madres e hijos/as, realizando reuniones informativas acerca del tema, para ofrecer una educación de calidad a las y los infantes.

García (2011), realizó una investigación donde planteó que las conductas agresivas, observables en las y los niños de 3 años de edad, que asistían a guardería, en el nivel correspondiente al primer grado de preescolar, eran provocadas por la falta de atención por parte de las madres y los padres, lo que fomentaba una relación inadecuada con las figuras de autoridad.

La población de estudio fue la guardería “Mi casita” ubicada en el municipio de Ojocaliente, Zacatecas, afiliada al Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), la muestra la conformaron un grupo de 5 alumnas y 12 alumnos. El objetivo general fue detectar los factores que provocaban el comportamiento agresivo en las y los niños de 3 años de edad que asistían a la guardería, los objetivos específicos: a) Favorecer la convivencia grupal por medio de estrategias didácticas que promovieran el respeto y

la tolerancia ante los problemas de agresividad; y b) Fomentar las reglas que permitieran la socialización e integración entre las y los niños.

La metodología que se utilizó fue la observación al grupo, la aplicación de entrevistas a las maestras a cargo, así como a las madres y padres de familia, además de aplicar la prueba “evolución del desarrollo del niño/a”. A partir de la información recabada, se realizó un programa de intervención psicopedagógica para minimizar las conductas agresivas y dar paso a la socialización, se trabajó de forma grupal, desarrollando 12 sesiones con actividades para promover el respeto y el compañerismo, implementando reglas y límites en la convivencia diaria, para integrar al grupo y disminuir la agresividad presentada.

Los resultados obtenidos fue la identificación de que las y los menores no se adaptaban a las diferentes formas de trabajo de las maestras, afectando la dinámica del grupo, puesto que frecuentemente existía rotación de personal. Otro punto observado, fue la poca motivación en las maestras, influyendo el desinterés para la organización de trabajos educativos y el control del grupo, pues se identificó que las y los niños con poca o nula estimulación durante de las actividades no lograban concluirlos, se molestaban y optaban por agredir, hacían rabieta, se dejaban caer al piso o aventaban objetos, las maestras los tranquilizaban, pero, cuando se les dejaba de prestar atención, mostraban las mismas acciones.

En las entrevistas realizadas a las madres de familia, se detectó que las y los niños convivían con la madre y/o padre por tiempos cortos, debido a que ellas y ellos trabajaban por largos periodos, principalmente para contribuir a la economía del hogar, y en varios casos estos niños y niñas al salir de la guardería quedaban al cuidado de otra u otras personas, por lo que algunas de las conductas agresivas eran provocadas

por la falta de atención, lo cual fomentaba una relación inadecuada con las figuras de autoridad, en la que se incluían la falta de límites y tolerancia.

Como conclusiones se mostró que, aunque no se cumplieron del todo los objetivos, en general hubo avances a partir de las sesiones trabajadas, se notó cambio, tanto en las maestras como en las y los niños con conductas agresivas, mostrando más interés en algunas actividades. Las maestras también tuvieron oportunidad de reflexionar sobre el uso de límites y reglas establecidas para atender y modificar las conductas agresivas de las y los menores.

Como ya se expuso, es posible observar que la agresividad manifestada por niños y niñas de edad preescolar se presenta en diferentes contextos, tanto locales, nacionales como internacionales, y que no solo es una problemática aislada, por lo que se trata de un asunto de carácter social, familiar y educativo, que requiere de una adecuada atención para lograr una oportuna intervención con la finalidad de aminorar y/o modificar este tipo de conductas.

En este trabajo de investigación se presenta una intervención educativa psicopedagógica, donde se desarrolló un programa de atención como herramienta alternativa en apoyo a la manifestación de agresividad por parte de niñas y niños de preescolar, en beneficio no solo de las y los menores que la habían presentado, sino de todo el grupo, debido a que este tipo de conductas afecta la convivencia en general; de igual manera, el programa educativo resultaría de utilidad para las y los maestros, así como para la institución educativa, al poder atender la problemática que podría presentarse en otros grupos, del mismo modo, podría brindar apoyo a padres y madres de familia, al tener una orientación de cómo tratar dichas conductas de sus hijos e hijas.

El presente trabajo de intervención, originalmente se llevaría a cabo en una guardería del municipio de Guadalupe, en el Estado de Zacatecas, México, afiliada al IMSS, donde la problemática presentada era la detección de conductas agresivas por parte de niños y niñas, correspondientes al nivel de preescolar, sin embargo, debido a un cambio en la situación laboral de la autora de la investigación, así como de su residencia, se abortó dicha iniciativa, buscando entonces, un espacio escolar, donde se permitiera llevar a cabo la intervención educativa y en el que, existieran manifestaciones de agresividad por parte del alumnado, por ser el tema central de la investigación.

El lugar donde se trabajó, fue el preescolar “Paulo Freire” ubicado en la comunidad Dulce Grande, Villa de Ramos, en el Estado de San Luis Potosí, del turno vespertino donde, existían manifestaciones de agresividad, por parte de algunos niños y niñas, que se encontraban inscritos en el grupo de 3° “A”, durante el ciclo escolar 2019 – 2020, las cuales afectaban la convivencia grupal y el desarrollo integral de las y los menores. Y que, de igual manera, la situación mencionada representaba dificultades para la institución educativa en general. Se permitió el acceso a dicha institución para realizar la investigación y trabajo de campo, así como la autorización de mostrar los datos del preescolar y evidencias del trabajo desarrollado por parte de la directora del plantel educativo (ver anexo A).

Para la atención de dicha problemática, fue importante identificar ¿Cuáles eran las conductas agresivas que más sobresalían, en el grupo 3° “A” del preescolar “Paulo Freire”? ¿Cuáles eran los motivos por los que se estaban presentando? ¿Qué pasaría si no eran atendidas oportunamente?, así como tener conocimiento de ¿Si la agresividad que manifestaban las y los infantes fue aprendida? ¿De qué manera? ¿En

qué lugar?, y sobre todo, ¿Es posible modificar las conductas agresivas en las y los infantes de preescolar, a partir de un programa de intervención con enfoque en la creatividad y en el *mindfulness*?

Para dar respuesta a lo anterior, se planteó la siguiente hipótesis: Es posible modificar y/o disminuir las conductas agresivas en niños y niñas de preescolar, a partir de la identificación oportuna de la agresividad que ha sido aprendida en sus diferentes contextos de desarrollo, sobre todo el familiar, a partir de un programa de intervención psicopedagógica basado tanto en el uso de la estrategia *mindfulness* como en el desarrollo de la creatividad, el cual, contenga actividades que les permita a las y los infantes una reflexión de estas conductas y, sobre todo, una modificación paulatina y gradual de las mismas.

El objetivo general del presente trabajo fue: elaborar e implementar un programa educativo, para atender las conductas agresivas presentadas por niñas y niños de preescolar “Paulo Freire”, basado en *mindfulness* y el desarrollo de la creatividad. Asimismo, los objetivos específicos fueron: a) Deducir las posibles causas por las cuales se manifiesta la agresividad en infantes, así como identificar las conductas agresivas que presentaban las y los niños del grupo 3° “A” del preescolar “Paulo Freire”; b) Describir los significados y usos de la estrategia *mindfulness* y la creatividad, al igual que explicar cómo éstas pueden ayudar a atender la agresividad manifestada por infantes; y, c) Modificar o disminuir las conductas agresivas por medio de un programa educativo basado en *mindfulness* y el desarrollo de la creatividad.

Como metodología, Se realizó el trabajo de campo, utilizando un enfoque cualitativo, para identificar en práctica directa y observación empírica, cuáles fueron las conductas agresivas que habían presentado las y los infantes, se tomó como

muestra un grupo de tercer grado, conformado por 13 niños y 10 niñas, sumando un total de 23 alumnos y alumnas, de entre 5 y 6 años de edad, el grupo, fue designado por la Directora del plantel, debido a que, en él, se habían presentado una mayor cantidad de conductas agresivas.

Como instrumentos para la recolección de información, además de la observación, de la cual se tomaron registros en bitácora, también se realizó una entrevista (ver anexo B), aplicada tanto a la maestra a cargo del grupo asignado, como a la Directora del plantel educativo, para conocer cuáles conductas habían sido detectadas dentro y fuera de las aulas, en qué momentos sucedían y quiénes de las y los niños las realizaban, así como las estrategias que utilizaban para su atención, y de esta forma, tener un panorama general, de lo que acontecía en el grupo y en la institución.

De igual manera, se aplicó una encuesta (ver anexo C), dirigida a las madres y padres de las y los niños que conformaban el grupo, para conocer parte del entorno familiar, y si en este de igual manera, las y los menores habían presentado agresividad. A partir de los resultados obtenidos, se desarrolló un programa educativo psicopedagógico basado en *mindfulness*, y el desarrollo de la creatividad, como propuesta para la atención de dichas conductas.

El programa se dividió en 10 sesiones de trabajo, realizando 2 por semana, con una duración de aproximadamente 1 hora, la octava sesión, fue dirigida a las madres y padres de familia, (cabe señalar que solo asistieron madres y, fue la sesión número ocho, en lugar de la última como se había previsto en un inicio, debido a la disposición del espacio y tiempo dispuestos por la Directora del plantel), esta fue realizada con la

finalidad de crear conciencia sobre el tema y tener su apoyo en la modificación de conductas negativas en el hogar.

Las otras 9 sesiones fueron llevadas a cabo con las y los niños, donde realizaron actividades previamente planeadas, para que logran entender y/o identificar las emociones que sentían, además de centrar su atención en lo axiológico, y orientarlos/as a que tuvieran otras opciones de reacción ante situaciones que les causaran enojo o desacuerdo, sin recurrir a la agresividad, y en su lugar utilizaran la energía para potenciar el desarrollo de su creatividad. Después de llevar a cabo cada sesión de trabajo, se tomaron registros escritos, los cuales se utilizaron de apoyo y guía para la sesión subsecuente, como se podrá revisar posteriormente.

El presente trabajo se desarrolló en tres capítulos, el primero aborda de una manera general, el tema de la infancia, para conocer un poco de cómo ha sido vista desde diferentes perspectivas, el periodo de edad que comprende y cómo esta etapa de la vida ha sido y es tratada por la sociedad, de igual modo, se hace una revisión de conceptos de agresión, para hacer un análisis y una diferenciación en cuanto al término violencia. Se indaga en particular sobre la agresividad infantil, tomando una base teórica para entender desde donde surge, y por qué se llega a manifestar, y se hace un análisis de cómo es que la agresividad se presenta en el ámbito educativo y de qué manera afecta la convivencia con otros niños u otras niñas.

En el segundo capítulo se lleva a cabo una revisión del concepto de *mindfulness*, explicando principalmente, qué es y cómo puede ayudar en la atención de agresividad manifestada por niñas y niños, de la misma manera, se revisa el concepto de creatividad, dándole un sentido más amplio, puesto que de manera regular, solo se le asocia a las “manualidades”. Se habla posteriormente, como el

*mindfulness* puede favorecer el desarrollo de la creatividad, utilizándolos de manera conjunta en determinadas actividades para lograr disminuir y/o modificar las conductas agresivas presentadas por infantes.

En el capítulo tercero, se realiza una descripción del contexto del preescolar donde se implementó la intervención educativa, se presenta la información obtenida a partir de los instrumentos que se utilizaron, así como el desarrollo e implementación del programa educativo, describiendo los resultados alcanzados en cada sesión, con respecto, al uso y efectos del *mindfulness* en las actividades para dar paso al desarrollo de la creatividad en niñas y niños. De igual manera, se muestran algunas observaciones importantes relacionadas con las y los menores que presentaban agresividad en el grupo 3° “A” del preescolar “Paulo Freire”.

## **CAPÍTULO I. EL ENTORNO AGRESIVO EN LA INFANCIA**

La agresividad es una realidad existente en la sociedad, que puede llegar a afectar todos los contextos de las personas que la manifiestan, causando así problemas tanto intrapersonales como interpersonales, sin embargo, más preocupante debería ser el hecho de que las y los niños se están desarrollando en este entorno de expresiones agresivas, lo cual puede ser un factor determinante de conductas desfavorables para la adolescencia y la vida adulta.

La agresividad a temprana edad puede estar reflejando condiciones de crisis social, familiar y cultural en diferentes contextos, afectando el desarrollo personal, la convivencia y la integración social, por lo que es de suma importancia atender esta problemática, la cual requiere de un conocimiento general del tema para lograr una intervención inmediata.

Con esta investigación se buscó una alternativa para brindar atención a las conductas agresivas manifestadas por las y los niños, buscando disminuirlas y/o modificarlas, sin embargo, para poder trabajar en ello, resultó importante y necesario conocer desde dónde se generan dichas conductas, por lo cual, fue oportuno hacer una revisión de cómo ha sido vista la infancia desde diferentes perspectivas, y cómo se desarrolla el entorno agresivo en esta, del mismo modo, se indagó en los factores que intervienen, como el contexto familiar, dado que es uno de los principales lugares en el que las y los infantes se desarrollan.

Por lo que este capítulo se relaciona al primer objetivo particular establecido en la investigación: a) Deducir las posibles causas por las cuales se manifiesta la agresividad en infantes, así como identificar las conductas agresivas que presentaban

las y los niños del grupo 3° “A” del preescolar “Paulo Freire”, puesto que si bien el objetivo va dirigido al grupo en el que se llevó a cabo la investigación, así como el trabajo de campo que se realizó, los temas que se tomaron en cuenta en este capítulo, ayudaron a entender las causas que originan las conductas agresivas en niñas y niños.

### **1.1 Definición de infancia**

La palabra infancia, es utilizada comúnmente para hacer referencia a las niñas y los niños, es empleada día con día sin profundizar en qué significa más allá, sin embargo, pueden existir diferentes opiniones acerca de su significado y la edad en la que se comprende, dependiendo de cada contexto, de las diferentes perspectivas y apreciaciones que se tengan de ella, además de la cultura de cada lugar y la temporalidad.

Craig & Baucum (2009) describen: “en la Edad Media a los niños los consideraban menores hasta los seis o siete años. Después de los siete los veían como adultos pequeños y se les trataba como tales” (p. 10), por tal razón, se integraba a las y los infantes en las diferentes actividades de las y los adultos, incluso, a la realización de trabajos, posteriormente, con el paso del tiempo, describen los autores el cómo dichas actitudes hacia la niñez fueron cambiando.

En el siglo XVII empezó a verse la niñez como un periodo de inocencia, como sucede en buena medida actualmente; y los padres de familia comenzaron a tratar de proteger a sus hijos contra los excesos y pecados del mundo de los adultos. A los niños se les veía menos como integrantes anónimos de un clan o una comunidad y más como miembros de una familia (Craig & Baucum, 2009, p. 10).

Mencionan los autores que, al cambiar la manera de ver a las y los niños y las actitudes hacia ellos y ellas, cambiaron también los modelos de crianza, los castigos físicos que

determinaban las y los adultos ante ciertas situaciones, dejaron de ser tan severos y ya no era posible incorporar a las y los menores, como era costumbre, a los trabajos en cuanto sus condiciones físicas les permitieran.

El siglo XX no sólo significó una transición a prácticas más humanas de crianza, con protección legal de los derechos del niño, sino que también se pusieron en tela de juicio las ideas preconcebidas acerca de los niños y del desarrollo. En nuestros días se ha generalizado la aceptación de algunas conductas infantiles juzgadas antaño como peligrosas o no inconvenientes (Craig & Baucum, 2009, p. 11).

Existen actualmente organizaciones que se enfocan en promover los derechos y el bienestar de niñas, niños y adolescentes, como el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), organismo que tiene como uno de sus objetivos, promover la defensa de los derechos de las y los niños, suplir sus necesidades básicas y contribuir a su desarrollo, la UNICEF en su página electrónica, dentro de la publicación *La infancia amenazada. Estado mundial de la infancia (2005)*, hace la siguiente descripción:

La infancia es la época en la que los niños y niñas tienen que estar en la escuela y en los lugares de recreo, crecer fuertes y seguros de sí mismos y recibir el amor y el estímulo de sus familias y de una comunidad amplia de adultos. Es una época valiosa en la que los niños y las niñas deben vivir sin miedo, seguros frente a la violencia, protegidos contra los malos tratos y la explotación. Como tal, la infancia significa mucho más que el tiempo que transcurre entre el nacimiento y la edad adulta. Se refiere al estado y la condición de la vida de un niño, a la calidad de esos años (UNICEF, 2005, párr. 2).

Otro organismo participante en la actualidad es la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), que en su página electrónica, dentro de la publicación *Construir la paz en la mente de los hombres y las mujeres. La atención y la educación en la primera infancia (2015)*, se refiere a este periodo de la vida de la siguiente manera:

La primera infancia se define como un periodo que va del nacimiento a los ocho años de edad, y constituye un momento único del crecimiento en que el cerebro

se desarrolla notablemente. Durante esta etapa, los niños reciben una mayor influencia de sus entornos y contextos (UNESCO, 2015, párr. 1).

La UNESCO, en dicha publicación, establece que la atención dada en la primera infancia debe de contribuir como: “un objetivo de desarrollo holístico de las necesidades sociales, emocionales, cognitivas y físicas del niño, con miras a crear los cimientos amplios y sólidos de su bienestar y de su aprendizaje a lo largo de toda la vida” (párr. 2).

A partir de las aportaciones citadas por las dos organizaciones mencionadas, es posible entender la infancia como la etapa más importante del desarrollo humano, en la cual niñas y niños tienen derecho a llevar a una vida de calidad, recibir educación y, sobre todo, protección de malos tratos, puesto que es la base para la adquisición de aprendizajes a lo largo de su vida y el desarrollo de su bienestar emocional, físico y social.

Jaramillo (2007) divide la infancia como un periodo de crecimiento en dos etapas de la vida; la primera infancia correspondiente desde la gestación hasta aproximadamente los 7 años de edad y la segunda etapa en las edades de entre 8 y 10 años, por lo tanto, debido a los intereses de la investigación, se tomará en cuenta su aportación correspondiente a la primera infancia, para la cual menciona que: “se caracteriza por la rapidez de los cambios que ocurren. Esta primera etapa es decisiva en el desarrollo, pues de ella va a depender toda la evolución posterior del niño en las dimensiones motora, lenguaje, cognitiva y socioafectiva, entre otras” (p. 110), por lo cual, es entendible que el desarrollo ocurrido en los primeros años de vida de las y los niños, afectará posteriormente su conducta, en las etapas subsecuentes de su desarrollo.

Se puede observar en lo mencionado por el autor, que se caracteriza a la infancia como la etapa más relevante en el desarrollo del ser humano, abarcando los primeros años de su existencia, donde se establecen las principales adquisiciones del aprendizaje que serán necesarias a lo largo de la vida así como para el desarrollo de su personalidad. Sin embargo, se puede agregar a ello que las y los infantes son, a la vez, un sector vulnerable de la sociedad, ya que un niño o niña necesita de la asistencia y acompañamiento de las y los adultos desde su nacimiento, tanto para cubrir las necesidades básicas, como para adquirir una educación formal y no formal, por lo que juegan un papel muy importante para contribuir en su desarrollo, tanto físico, como psicológico y social.

Jaramillo (2007) refiere que en *La ley 1098 de la Infancia y la Adolescencia* (2006), se define el concepto del niño y la niña desde sus primeros años de vida como: “ser social activo y sujeto pleno de derechos; es concebido como un ser único, con una especificidad personal activa, biológica, psíquica, social y cultural en expansión” (p. 121), establecido esto, sin importar distinciones de edad, género, raza, etnia o estrato social.

Indagando de manera directa en el *Código de la infancia y la adolescencia* (2006), expedido en la *Ley 1098* de la Constitución Política de Colombia, citada por el autor anterior, se encontró que dicho código, fue decretado por el Congreso de Colombia, en el cual, establece que se entiende por niño o niña a las personas entre los 0 y los 12 años; el código tiene por finalidad garantizar a los niños, a las niñas y a los adolescentes, su pleno y armonioso desarrollo para que crezcan en el seno de la familia y de la comunidad en un ambiente de felicidad, amor y comprensión, donde

prevalecerá el reconocimiento a la igualdad y la dignidad humana, sin discriminación alguna.

En el caso de México, existe la *Ley para la protección de los derechos de niñas, niños y adolescentes* (2000), publicada en el Diario Oficial de la Federación (DOF), que es el periódico oficial del gobierno mexicano; en la mencionada ley, decretada por el entonces presidente de los Estados Unidos Mexicanos, Ernesto Zedillo Ponce de León, se determina que son niñas y niños las personas desde su nacimiento hasta 12 años incompletos.

En dicha ley se establece en el artículo 1 que “tiene por objeto garantizar a niñas, niños y adolescentes la tutela y el respeto de los derechos fundamentales reconocidos en la Constitución” (p. 1), y a su vez, en el artículo 3 afirma que “la protección de los derechos de niñas, niños y adolescentes, tiene como objetivo asegurarles un desarrollo pleno e integral, lo que implica la oportunidad de formarse física, mental, emocional, social y moralmente en condiciones de igualdad” (p. 1).

Por su parte, la Organización de los Estados Unidos Americanos (OEA) (2010), define que: “la primera infancia es una etapa crucial en el desarrollo vital del ser humano. En ella se asientan todos los cimientos para los aprendizajes posteriores” (p. 7), describe que la “primera infancia” es una etapa delimitada por un notable crecimiento físico, un desarrollo emocional, intelectual y social, así como del lenguaje, que contribuirán para la formación de las etapas posteriores de la vida. En cuanto a lo mencionado sobre la infancia, señala lo siguiente:

Etapa que abarca desde el nacimiento hasta los ocho años de edad, la primera infancia marca el periodo más significativo en la formación del individuo, puesto que en ella se estructuran las bases del desarrollo y de la personalidad, sobre las cuales las sucesivas etapas se consolidarán y se perfeccionarán (Organización de los Estados Unidos Americanos (OEA), 2010, p. 46).

Es posible entender entonces, que, al tener una atención apropiada en la infancia, donde las y los niños reciban protección, cuidados, satisfacción apropiada de las necesidades básicas además de una educación basada en valores como el respeto, se obtenga una adecuada convivencia dentro de la familia y en otros contextos, y por consiguiente, se logre una influencia positiva en el desarrollo de las etapas posteriores de la vida.

Con relación a lo anterior descrito, Campo (2014) coincide en la importancia de los primeros años de vida de las y los menores, mencionando que: “constituyen un periodo importante de desarrollo y evolución. Durante este se estructuran y afianzan elementos fundamentales para el desarrollo de la personalidad, que, de una u otra manera, se verán reflejados en los procesos de socialización” (p. 68).

A partir de la información presentada, se puede entender, que la definición de infancia tiene variaciones dependiendo del contexto y de las diferentes perspectivas que se tomen en cuenta, en general, se destaca la concordancia de las y los autores, con la idea de que la infancia logra diferenciarse de la adolescencia y la adultez, por las características que posee, siendo la principal etapa donde se adquieren las bases del desarrollo, que delimitarán la convivencia que se establezca con las y los demás, así como determinante para las conductas que se tendrán a futuro.

Asimismo, según lo revisado, existen variaciones en cuanto a la edad promedio que se toma en cuenta para determinar la etapa de la infancia, estando entre los 7 y 12 años como límite. Por lo que es conveniente señalar que para la realización del presente trabajo de intervención, se trabajó con niñas y niños inscritos en preescolar, quienes cursan este nivel educativo entre los 3 y 6 años aproximadamente, rango de edad considerado dentro de la etapa de infancia en México como ya se revisó en la

*Ley para la protección de los derechos de niñas, niños y adolescentes* (2000), y donde además se establece textualmente lo siguiente:

Artículo 11. Son obligaciones de madres, padres y de todas las personas que tengan a su cuidado niñas, niños y adolescentes: A. Proporcionarles una vida digna, garantizarles la satisfacción de alimentación, así como el pleno y armónico desarrollo de su personalidad en el seno de la familia, la escuela, la sociedad y las instituciones, de conformidad con lo dispuesto en el presente artículo [...] B. Protegerlos contra toda forma de maltrato, prejuicio, daño, agresión, abuso, trata y explotación. Lo anterior implica que la facultad que tienen quienes ejercen la patria potestad o la custodia de niñas, niños y adolescentes no podrán al ejercerla atentar contra su integridad física o mental ni actuar en menoscabo de su desarrollo (DOF, 2010, p. 3).

Se destaca lo establecido en el artículo 11 de la *Ley para la protección de los derechos de niñas, niños y adolescentes* (2000), donde se menciona que, a niñas, niños y adolescentes, se les debe proporcionar una vida digna y protegerlos/as de cualquier forma de maltrato, incluyendo agresión, la cual constituye el tema central de esta investigación. A continuación, para indagar más en el tema, se revisará información sobre la agresividad manifestada en diferentes contextos, con especial énfasis en la agresividad presentada por infantes, para precisar porque llega a surgir.

## **1.2 La agresividad como condición humana**

La agresividad se encuentra presente en la vida diaria, desarrollándose en los diferentes sectores sociales de manera frecuente, volviéndose habitual utilizarla como reacción a diversas situaciones, debido a ello, se puede percibir como algo “normal”, sin embargo, representa una situación que afecta de manera negativa tanto a la persona que la ejerce como a quien o a quiénes va dirigida. Esta conducta no es específica de los seres humanos, puesto que también es posible observarla en animales.

Generalmente y en términos comunes, se habla de agresividad para hacer referencia al hecho de provocar daño a una persona, animal u objeto. En cuanto a esto, Carrasco & González (2006), consideran que la agresividad es una conducta primaria y básica, describiendo que:

El concepto de agresión se ha empleado históricamente en contextos muy diferentes, aplicado tanto al comportamiento animal como al comportamiento humano infantil y adulto. Procede del latín “*agredi*”, una de cuyas acepciones, similar a la empleada en la actualidad, connota “ir contra alguien con la intención de producirle daño”, lo que hace referencia a un acto efectivo (Carrasco & González, 2006, p. 8).

De igual manera, los autores muestran una recopilación de las definiciones más conocidas y utilizadas para el término agresión, en función de la aparición cronológica, las cuales se presentan en la Tabla 1, donde se puede observar cómo ha sido vista la agresión ejercida por seres humanos, a través del tiempo.

*Tabla 1. Definiciones de “agresión”*

<b>Autor(es) y año</b>	<b>Definición</b>
Dollard <i>et al.</i> (1939)	Conducta cuyo objetivo es dañar a una persona o a otro objeto.
Buss (1961)	Respuesta que produce un estímulo doloroso en otro organismo.
Bandura (1972)	Conducta adquirida controlada por reforzadores, la cual es perjudicial y destructiva.
Patterson (1973)	Evento aversivo dispensado contingentemente a las conductas de otra persona.
Spielberger <i>et al.</i> (1983; 1985)	Conducta voluntaria, punitiva o destructiva, dirigida a una meta concreta, destruir objetos o dañar a otras personas.
Serrano (1998)	Conducta intencional que puede causar daño físico o psicológico.
Anderson y Bushman (2002)	Cualquier conducta dirigida hacia otro individuo, que es llevada a cabo con la intención inmediata de causar daño.

Fuente: elaboración propia a partir de Carrasco & González, 2006, p. 8.

Al observar las definiciones citadas en la Tabla 1 se coincide en que la agresión es una conducta dirigida hacia otra u otras personas u objetos, con la intención de provocar algún daño. Sin embargo, se puede agregar también, que las conductas agresivas pueden ser dirigidas hacia la misma persona que las manifiesta (de manera consciente o inconsciente), a causa de no ser tolerante consigo misma, exigirse demasiado ante ciertas situaciones o derivado del estrés que puede ser ocasionado por diferentes factores externos.

Leiva (2007) señala que la agresividad ha estado siendo normalizada y se ha instalado en la sociedad, menciona que “la hemos asumido como una manera de ser y de estar en el mundo; la intolerancia a la diferencia, la exclusión, la ausencia del diálogo, la resolución de conflicto por medio de la agresión, todos se han vuelto comportamientos cotidianos” (p. 117). El mismo el autor agrega que, al omitir la palabra como medio para solventar las diferencias y, en su lugar utilizar la agresividad como medio para obtener soluciones “el otro ser social es un potencial enemigo, del cual hay que estar a la defensiva, y a la ofensiva, aun en los ambientes más cercanos, como la familia, la escuela, el trabajo” (p. 118).

Para Jaramillo (2007) el concepto de infancia está determinado por un carácter histórico y cultural, dependiendo de su concepción y del contexto de la época. Afirma que esta etapa es decisiva en el desarrollo del ser humano, puesto que de ella depende una evolución posterior de las y los menores, comprendiendo dimensiones como la motora, cognitiva, socioafectiva y de lenguaje.

Con lo anterior revisado, es posible entender que en muchas de las ocasiones, la agresividad se presenta como una reacción de forma natural, ante diversas situaciones, sin embargo, de acuerdo con las experiencias adquiridas en los diferentes

entornos y a lo largo del desarrollo, las conductas agresivas pueden volverse habituales o contrariamente poder llegar a tener control sobre ellas.

### **1.2.1 Agresividad vs. Violencia**

En el presente trabajo se investigó sobre la agresividad, en específico la manifestada por niñas y niños en el entorno escolar, el término agresividad muy comúnmente se describe de la misma manera que violencia, e incluso, son utilizados como sinónimos, por lo que es importante hacer una diferenciación en cuanto a dichos términos, puesto que dentro del trabajo no se habla de violencia.

Respecto a ello, Carrasco & González (2006), expresan que el término agresión muchas veces se utiliza como sinónimo de violencia, sin embargo, este último se caracteriza por su ímpetu, intensidad y destrucción, mayores a los que se observan en actos agresivos y muchas veces sus definiciones incluyen los términos “intimidación” y “amenaza”, no presentes en las definiciones de agresión. Los autores, señalan además, que la violencia carece de justificación, es meramente ofensiva contra la integridad física, psicológica o moral de un ser humano y a menudo, en el uso de la violencia, interfiere la ilegalidad al ser sancionada por las leyes.

Las características de la violencia apuntadas no son elementos definitorios de la agresión, ya que, a veces, una conducta agresiva puede ser legítima, no tiene por qué ser ilegal, puede emplearse para defenderse de un ataque externo, y a menudo, posee un motivo que justifica su aparición, de lo que se deduce que no se puede equiparar todo acto agresivo con la violencia (Carrasco & González, 2006, p. 10).

En el mismo sentido, Arias (2013) indica que los términos agresión y violencia pueden confundirse e, incluso, ser usados como sinónimos, sin embargo, considera que: “toda

la violencia es agresión, pero muchos casos de la agresión no son violentos. Parece entonces que ambas conductas son parte de un continuo” (p. 12).

Para diferenciar los términos, la autora indica que la agresión es cualquier conducta dirigida hacia otro individuo, que se realiza con la intención inmediata de causar daño y, en algunas ocasiones, el individuo al cual se dirige el daño estará motivado a evitarlo. La violencia, en cambio, tiene como meta el daño extremo, incluidas las lesiones que dejan cicatrices físicas y emocionales en las víctimas durante un periodo prolongado e inclusive la muerte.

Al diferenciar ambos conceptos, se encuentra que la violencia hace referencia a acciones realizadas con total intención y de manera consiente de generar un daño extremo irreversible o a largo plazo, hacia otra u otras personas, sin tomar en cuenta la gravedad de las consecuencias y, en cambio, la agresividad en muchas ocasiones surge como respuesta a los estímulos externos, si bien se manifiesta en conductas con la intención de hacer un daño inmediato y de igual manera no se medirán las consecuencias, el daño provocado será menor.

Por lo anterior expuesto, y debido al rango de edad de las niñas y niños (5 y 6 años) con quienes se trabajó la intervención psicopedagógica, se decidió utilizar el término agresividad, siendo que a tan temprana edad las y los menores no tienen una total intencionalidad en las conductas que manifiestan. También se aclara que, dentro de la investigación, no se habla de *bullying*, aunque el tema central sean las conductas agresivas presentadas por niñas y niños en el contexto escolar, y el *bullying* sea un concepto que se desprende de la agresividad, no se utilizará justificando lo siguiente; la UNICEF (2014), describe que:

El *bullying* o acoso es la agresión para ejercer poder sobre otra persona. Los investigadores lo han definido como una serie de amenazas hostiles, físicas o verbales que se repiten, angustiando a la víctima y estableciendo un desequilibrio de poder entre ella y su acosador. (UNICEF, 2014, párr. 1).

Leiva (2007), también habla del *bullying*, argumentando que: “este término contempla a los niños y niñas que sufren de actos agresivos como es la intimidación, que es intencional y repetitiva a lo largo del tiempo” (p. 119), para explicar un poco más, la autora agrega:

Muchas de las conductas indeseadas del “*bullying*” se adquieren y se mantienen en gran parte por el refuerzo de los compañeros o compañeras. El grupo refuerza las conductas agresivas, ya que se valora más positivamente a los agresores que a las víctimas, lo cual se traduce por un lado, un mayor sentimiento de afiliación o temor a denunciar a los agresores y por otro, a que las víctimas se sienten más apartadas (Leiva, 2007, p. 119).

Por lo tanto, tomando en cuenta lo descrito sobre el *bullying*, siendo que conlleva una intencionalidad en los actos, que estos se realizan por un tiempo prolongado y de manera repetitiva, además del uso de la intimidación para ejercer poder sobre la víctima y, como ya se mencionó, debido a las edades con las que se trabajó en la intervención, las y los niños no tienen una total intencionalidad en la realización de sus actos, ni descargan su agresividad en una misma persona, ni de forma repetitiva, sino que tiene diferentes formas en que la expresa, dirigido a quien o quienes estén en su entorno, incluso a él o ella misma, es por ello que, dentro de este trabajo de este trabajo solo se hablará de conductas agresivas.

### **1.3 La agresividad, una conducta aprendida**

Para analizar las conductas agresivas manifestadas por infantes, es necesario conocer desde dónde y cómo se generan, además de los reforzadores que contribuyen a que sean realizadas. Craig & Baucum (2009), retoman a Burrus F. Skinner y su teoría del

“Condicionamiento operante” para describir que existen reforzadores de conducta positivos y reforzadores negativos, al igual que castigos.

Explican los autores: “Skinner pensaba que la conducta del sujeto “opera” sobre el ambiente y que se repite —o no— según sus consecuencias. Las consecuencias adoptan diversas formas como recibir recompensas o evitar resultados desagradables por realizar ciertas conductas” (p. 106). Según lo establecido por Skinner, los autores rescatan la siguiente cita:

En el reforzamiento positivo, que también se llama entrenamiento por recompensa, el sujeto recibe recompensas por cada realización de la conducta y se espera que ésta aumente (se vuelva más probable). Ejemplo: a un niño se le elogia por compartir sus juguetes con otro. En el reforzamiento negativo, que también se llama entrenamiento de escape o entrenamiento de evitación activa, la conducta hace que un resultado desagradable o aversivo desaparezca o simplemente no ocurra; también en este caso se supone que la conducta aumenta. Las fobias se mantienen por medio del reforzamiento negativo. La persona se acerca al objeto o la situación, siente temor y luego los evita, con lo cual los hace desaparecer. En el castigo positivo, llamado también evitación pasiva, la conducta hace que algo aversivo se presente u ocurra. Ejemplo: a un niño se le reprende por portarse mal y, en una situación ideal, no vuelve a hacerlo. Finalmente, en el castigo negativo, llamado también entrenamiento por omisión, la conducta hace desaparecer algo conveniente o agradable; este entrenamiento también hace que cese la conducta o que sea menos probable. En el caso de un niño que se porta mal, se le quitan algunos privilegios como ver la televisión (Craig & Baucum, 2009, p. 107).

Teniendo en cuenta lo señalado por los autores, la forma de crianza que padres y madres elijan para llevar a cabo, utilizando o no, reforzadores positivos o negativos al igual que castigos, con el objetivo de moldear las conductas de sus hijos o hijas, determinarán formas de reaccionar de las y los niños en determinadas circunstancias, las cuales formarán parte de sus aprendizajes y, por tanto, reproducirán en las posteriores etapas de la vida y en los diferentes contextos.

Craig & Baucum (2009) también retoman la “Teoría del aprendizaje social” desarrollada por Albert Bandura en 1977, en la cual se describe lo siguiente: “De la

misma manera en que aprendemos en forma directa de la experiencia personal las consecuencias de nuestros actos, también aprendemos al observar la conducta ajena y sus efectos” (p. 108). Los autores complementan la cita con la siguiente afirmación:

En sus primeros años el niño aprende observando muchos aspectos de la conducta apropiada para su sexo y también las normas morales de su cultura. Aprende, además, a expresar la agresión o la dependencia y la manera de realizar conductas prosociales como compartir (Craig & Baucum, 2009, p. 108).

Pérez (2009), al explicar el surgimiento de la agresividad, de igual manera cita a Albert Bandura (1977), para señalar el siguiente planteamiento en su teoría: “las conductas agresivas pueden aprenderse por imitación u observación de la conducta de modelos agresivos” (p. 2), por lo que, el autor considera que:

Uno de los factores que influyen en la emisión de la conducta agresiva, es el factor sociocultural del individuo, ya que es el responsable de los modelos a que haya sido expuesto, así como de los procesos de reforzamientos que haya sido sometido. Si en el abundan modelos agresivos, la adquisición de estos modelos desadaptados será muy fácil (Pérez, 2009, p. 3).

Craig & Baucum (2009) mencionan: “En la vida, el individuo participa en varias e importantes relaciones interpersonales. La primera, sin duda la de mayor influencia, se da con la madre y con otras personas que lo atienden (denominados cuidadores primarios)” (p. 169). Los autores agregan que, desde el nacimiento, las y los niños comienzan a desarrollar apego con las personas que conviven, además de observar e imitar sus conductas, sean estas positivas o negativas, lo que determinará en gran medida la manera de relacionarse a futuro con otras personas, repitiendo conductas aprendidas.

De acuerdo con algunos estudios, 85 por ciento de los padres que maltratan o descuidan a sus hijos han pasado por experiencias negativas en su niñez temprana, es decir, también a ellos los maltrataron o descuidaron. Es evidente que no todos los que sufrieron maltratos hacen lo mismo con sus hijos, pero a menudo el ciclo se repite (Craig & Baucum, 2009, p. 181).

A partir de lo revisado es posible decir que, la agresividad, como cualquier otra conducta, es aprendida mediante las experiencias adquiridas en los primeros años de vida, de ahí la relevancia de que las madres, los padres y toda persona que conviva con menores, en cualquier contexto, sepan lo importante que es fomentar un ambiente sano y seguro, expresándose con un vocabulario adecuado y evitando manifestaciones de agresividad.

### **1.3.1 La familia y otros factores generadores de conductas agresivas en la infancia**

Ha sido posible observar en lo anterior que los primeros años de vida son esenciales para el desarrollo de una persona, en los que se construyen los cimientos para los aprendizajes posteriores, se moldean las conductas y se origina el desarrollo de habilidades sociales y emocionales. Por lo regular, es el contexto familiar donde transcurren estos primeros años, por lo que es en la familia donde se comenzará a indagar sobre el origen de la agresividad manifestada por niñas y niños.

Bolívar (2006), afirma que “el ámbito afectivo de la familia es el nivel privilegiado para la primera socialización” (p. 121), considerando las actitudes que se dan dentro del contexto familiar, los valores practicados, las normas establecidas, así como el cumplimiento de las mismas y las diferentes motivaciones que se transmiten a las y los niños para la vida futura, agrega que: “en los primeros años, la familia es un vehículo mediador en la relación del niño con el entorno, jugando un papel clave que incidirá en el desarrollo personal y social” (p. 121).

De igual manera Bolívar (2006) hace énfasis en que hoy en día la función de la familia en la sociedad ha cambiado, dejando de ser poco a poco el modelo base, dando

espacio a más familias monoparentales y reconstruidas, y esto, por consiguiente, ha llevado también a una modificación en las pautas de convivencia, que son reflejadas en los demás contextos sociales.

Relacionado con lo anterior, un elemento importante para la sociedad es el papel de las mujeres (las madres) en las familias, pues de acuerdo al Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) en el *Censo de Población y Vivienda 2020*, muestra que en México 1,978,432 mujeres se encuentran separadas, 884,340 son divorciadas y 2,798,472 son viudas, por lo que son hogares que cuentan solamente con la figura materna, lo que permite hacer el análisis de su influencia en la educación de hijos e hijas y, tal vez, la representatividad que tienen en las escuelas, al acudir solo ellas a las reuniones de padres y madres de familia.

De igual manera el INEGI en el mismo censo, refleja que de 35,219,141 hogares encuestados en México, 6,199,801 mujeres sin esposo o pareja participan en el desarrollo de actividades económicas, por lo que se analiza que una gran cantidad de estas mujeres son madres de familia y trabajan para el sustento del hogar, así como de los hijos e hijas, situación que posiblemente influya en la crianza de las y los infantes, teniendo que solicitar apoyo a otras personas e incluso instituciones para su cuidado y educación.

De acuerdo a lo anterior, Jaramillo (2007) hace referencia a que es necesario reconocer la importancia y el carácter social que posee la familia, mencionando lo siguiente: “se transita entre agentes socializadores; la familia, como primer agente socializador y la escuela, como segundo agente que en estos tiempos, cuando la mujer ha entrado a participar en el mercado laboral, asume un rol fundamental” (p. 111), aclarando que como agente socializador pueden ser los diferentes contextos, grupos

e instituciones que contribuyan a que un niño o niña tenga un desarrollo social. El autor agrega que:

La familia es el primer mundo social que encuentra el niño y la niña, y a través de este agente se les introduce en las relaciones íntimas y personales, y se les proporcionan sus primeras experiencias, como la de ser tratados como individuos distintos. Igualmente se convierte en el primer grupo referencial de normas y valores que el niño adopta como propias y que en el futuro le ayudarán a emitir juicios sobre sí mismo (Jaramillo, 2007, p. 116).

Coincidiendo con el autor, la familia es el lugar donde niñas y niños adquieren las primeras experiencias que formarán la base de su personalidad, por lo tanto, se convierte en el primer referente de las normas y los valores que las y los menores posteriormente pondrán en práctica al ampliar su interacción con otras personas en diferentes contextos. Por lo cual, es de importancia cuidar, trabajar y guiar el desarrollo de niñas y niños de temprana edad, siendo que todo lo que vivan en su infancia determinará de alguna manera su conducta futura.

Leiva (2007) argumenta que en todos los ámbitos sociales existe la agresividad, donde niñas y niños cotidianamente la están viviendo y aprendiendo, como un ejemplo, menciona que los medios de comunicación social tienen una gran participación como reforzadores, principalmente la televisión, puesto que el público infantil está expuesto libremente a escenas e imágenes de contenido inapropiado para su edad, propiciando un aprendizaje por imitación.

Los medios de comunicación exaltan situaciones de agresión, como una forma de mantener "rating", y ser el más leído, visto u oído, en una visión mercantilizada y no mediatizada por la razón. Se exhiben programas con contenido violento, y se le cede a los padres la responsabilidad de custodiar lo que ven los niños y niñas, descargando de esta manera su responsabilidad en la construcción de una jerarquía de valores que guíen un actuar ciudadano reflexivo, capaz de solucionar conflictos de una manera positiva (Leiva, 2007, p. 118).

La aportación de la autora es de gran importancia, siendo una realidad que la televisión es uno de los principales medios de acceso a la información en México y, no existe una regulación adecuada del contenido que se muestra, ni está dirigida a las diferentes edades en horarios adecuados. Cabe señalar además, el hecho de que, en algunas familias, no se tienen precauciones para evitar que las y los menores tengan acceso a programas televisivos que muestran contenido agresivo e incluso sexual.

Es importante mencionar que, aunque la autora no lo expone, el internet es hoy en día uno de los medios de comunicación más utilizados por personas de todas las edades, incluyendo niños y niñas, por lo que también se convierte en uno de los principales medios de información al que las y los infantes tienen acceso y, muchas de las veces sin la supervisión de adultos/as o restricción adecuada de contenidos.

Pérez (2009) explica que: “la familia es, durante la infancia, uno de los elementos más importantes del ámbito sociocultural del niño. Las interacciones entre padres e hijos van moldeando la conducta agresiva mediante las consecuencias reforzantes inherentes a su conducta” (p. 3). Por lo tanto, se entiende que las interacciones dadas entre padres e hijos moldean la conducta de las y los menores, puesto que, si un niño o niña vive en un ambiente agresivo, probablemente lo reproduzca y generalice a otras situaciones y contextos. En cuanto a ello, el autor agrega:

Dentro de la familia, además de los modelos y refuerzos, son responsables de la conducta agresiva el tipo de disciplina a que se le someta. Se ha demostrado que una combinación de disciplinas relajadas y pocos exigentes con actitudes hostiles por parte de ambos padres fomenta el comportamiento agresivo en los hijos. El padre poco exigente es aquel que hace siempre lo que el niño quiere, accede a sus demandas, le permite una gran cantidad de libertad, y en casos extremos le descuida y le abandona (Pérez, 2009, p. 3).

Del mismo modo, Pérez (2009) señala que, otro factor influyente para que se genere agresividad en niñas y niños dentro del entorno familiar, es la incongruencia con la que actúan padres y madres, donde con palabras desaprueban la agresión y, cuando de alguna forma esta ocurre, castigan con su propia agresión física o amenazas de agredir al niño o niña, por lo que aclara lo siguiente:

Los padres que desaprueban la agresión y la detienen, [...] tienen menos probabilidad de fomentar acciones agresivas posteriores. Es decir una atmósfera tolerante en la que el niño sabe que la agresión es una estrategia poco apropiada para salirse con la suya (Pérez, 2009, p. 3).

Con la mención anterior, el autor muestra que de esta manera es posible establecer límites firmes, claros y a la vez, pacíficos, por parte de las madres y padres, para enseñarle a la niña o el niño, alternativas de acción ante determinadas situaciones sin recurrir a la agresión, fomentando a la vez una forma de vida más adecuada.

Por su parte, Craig & Baucum (2009) mencionan que, conforme van creciendo las y los niños, sus progenitores les van enseñando algunas normas de conducta que consideran aceptables, señalan que es en el segundo año de vida en el que las y los infantes presentan conflictos emocionales, debido a una mayor necesidad de autonomía y sus habilidades limitadas. Por lo que, la forma de disciplina en que las madres y padres resuelven el conflicto entre autonomía e independencia, influirá en las conductas presentadas y la formación de aprendizajes de las y los menores.

¿Qué límites debe fijar un progenitor o un cuidador a la conducta del niño? Algunos progenitores temen que cualquier tipo de control de la conducta interfiera en la exploración creativa y la independencia, así que observan de manera pasiva a su hijo de dos años hacer todo lo que le place. Cuando tratan de disciplinarlo, las medidas correctivas son duras, lo que refleja el sentido de frustración de los adultos. Otros, decididos a no “malcriarlo” y convencidos de que debe obrar como un adulto pequeño, establecen tantos límites que el niño prácticamente no puede hacer nada bien. Salta a la vista el error de tales extremos, pero no es fácil dar normas aplicables a cualquier situación (Craig & Baucum, 2009, p. 189).

En torno a lo señalado por los autores, se observa que el débil establecimiento de límites en el entorno familiar genera una permisividad absoluta en las acciones de niñas y niños, por lo que, describen esto como otra de las causas por la que las y los infantes llegan a presentar conductas agresivas, puesto que consideran les es posible y permitido realizar lo que deseen y, el no respetar las reglas ni autoridades, les resulta común.

De igual manera, mencionan que existen padres y madres que establecen tantos límites a sus hijos e hijas, por lo que las y los menores pasan de manera rigurosa la etapa de la infancia, lo cual también, puede llegar a generar cambios negativos en su conducta y la forma de relacionarse. En cuanto a esto, los autores explican que: “La disciplina impuesta por los progenitores debe ser regulada por el sentido común y ha de tener en cuenta las necesidades de seguridad, independencia y expresión creativa del hijo” (Craig & Baucum, 2009, p. 198).

Bourcier (2012) describe que la agresividad manifestada por niñas y niños se debe a que aún no han aprendido a interactuar de manera positiva con su entorno, a lo cual, menciona que: “sus actos agresivos se explican por su malestar social, su inmadurez neurológica, sus aptitudes lingüísticas recién aparecidas y su incipiente capacidad para integrar las prohibiciones” (p. 11). Además de lo mencionado, la autora considera la existencia de algunos factores externos y situaciones relacionadas con la vida y acciones de los progenitores, los cuales pueden contribuir a que las y los niños desarrollen conductas agresivas.

Se han asociado numerosos factores a problemas de agresividad en los niños cuya madre es joven, fuma y posee unos ingresos poco elevados... Además de estos factores socioeconómicos; la violencia familiar, la depresión materna, la educación deficiente de los padres, la exposición prenatal a diversas drogas y la criminalidad de uno de los progenitores, están también asociadas a las

conductas agresivas del niño... Finalmente, la exposición prenatal al alcohol, al tabaco o a otras drogas y a una alimentación maternal deficiente, así como complicaciones en el nacimiento (como la falta de oxígeno o una inmadurez extrema) pueden contribuir al desarrollo de conductas agresivas. Estos factores pueden dañar el desarrollo del cerebro que tiene un papel esencial en el autocontrol. La toma de decisiones, la contención o la manifestación de los gestos pertenecen a la zona pre frontal del cerebro. Estas funciones permiten reflexionar antes de obrar de forma responsable... La acumulación de estos factores es lo que hace que se corra el peligro de que el niño se vuelva agresivo (Bourcier, 2012, p. 12).

Como se puede observar, el autor refiere, en un principio, a la mujer joven y que fuma, como una de las tantas causales de la agresividad en hijos o hijas, sin embargo, esto no es exclusivo de la mujer, pues también en hombres (padres de familia) se presentan estas conductas, causales que posiblemente influyan para que se presente agresividad en infantes.

De igual manera, Bourcier (2012) considera que: “algunos comportamientos agresivos son fruto de la reacción. Son manifestaciones torpes y pasajeras para adaptarse a una nueva situación” (p. 13), menciona algunos ejemplos tales como: un nacimiento, un traslado, una enfermedad, una muerte, un viaje e incluso la integración a una escuela, por lo que estos factores o algunos otros, ejercen una influencia negativa en el proceso de socialización de las y los niños y perjudican su adaptación social. El autor explica lo siguiente:

Estos niños desarrollarán poco a poco mecanismos para adaptarse al suceso generador del estrés, sobre todo si viven en un contexto familiar acogedor y previsible, donde los adultos comunican, cuentan, expresan en palabras lo que hace sufrir o angustia al niño (Bourcier, 2012, p. 13).

A partir de ello, Bourcier (2012) señala: “a medida que el niño verbaliza sus frustraciones, cada vez utiliza menos la agresión física” (p. 13), por tanto, es benéfico el hecho de que en el entorno familiar, sea posible la expresión verbal tanto de conflictos, como de las emociones, así las y los niños podrán aprender a partir de las

conductas de los mayores, a asimilar y afrontar situaciones difíciles y desafíos sociales, además, les serán de utilidad para encontrar maneras más adecuadas de actuar en situaciones similares futuras.

Teniendo en cuenta a las y los autores revisados, fue posible observar los múltiples factores que pueden llegar a generar conductas agresivas en la infancia, y además, que es la familia la principal institución formadora, donde niñas y niños viven sus primeros años, por tanto, en ella se adquieren aprendizajes de las acciones y actitudes de los miembros que la conforman, por medio de la convivencia diaria, siendo referencia para reproducir conductas en otros contextos.

#### **1.4 Agresividad manifestada por niñas y niños**

La agresividad no es un tema exclusivo de las y los adultos, sino que, como se ha venido revisando, las y los niños también la manifiestan desde sus primeros años de vida, y los factores que influyen para que se presente son variados, originados principalmente, de acuerdo con lo que han aprendido en la interacción con el entorno en el que se desarrollan.

Train (2004) habla de que en las y los niños, de manera normal existe la agresividad, y es vista como una conducta que llega y desaparece, menciona que: “Normalmente somos agresivos cuando queremos defendernos o cuando necesitamos lograr cosas” (p. 21). Sin embargo, esta agresividad, adquiere otro carácter al momento que estas conductas se vuelven persistentes y constantes en forma de “berrinches”.

A los doce meses, un niño comienza a mostrar agresividad dirigida hacia los compañeros y en general se refiere a los juguetes. Está comenzando a imponerse sobre su entorno. Su centro de atención comienza a desplazarse

hacia los objetos de su ambiente. En cierto sentido, ve estos objetos como una parte de sí mismo. Cualquiera que intente llevarse sus juguetes es considerado como una amenaza a su identidad. El resultado es un estallido de agresión (Train, 2004, p. 29).

Para Flores, Jiménez, Salcedo & Ruiz (2009), las conductas agresivas en la infancia son un rasgo común y normal, tales como pegar, burlarse, tener rabietas o utilizar palabras inadecuadas para llamar a las y los demás, mencionan los autores que las conductas agresivas son más frecuentes en los primeros años de vida y posteriormente van disminuyendo en frecuencia, no obstante señalan:

Los arrebatos de agresividad son un rasgo normal en la infancia, pero algunos niños se convierten en un problema por la persistencia de su agresividad y su incapacidad para dominar su mal genio. Estos niños agresivos, en muchos casos, son niños frustrados, que acaban dañándose a sí mismos, pues aún se frustran más cuando los demás niños les rechazan (Flores *et al.*, 2009, p. 4).

Para la OEA (2010), “las relaciones interpersonales son el eje central del desarrollo infantil, ya que los niños y niñas aprenden de los adultos habilidades emocionales, sociales, cognitivas y se adaptan al entorno” (p. 14). Siendo así, se puede enfatizar en que niñas y niños aprenderán a relacionarse con las y los demás a partir de los modelos de conducta a los que sean expuestos y los aprenderán, por lo cual, determinará en gran medida la conducta positiva o negativa que presenten en los diferentes entornos.

Bourcier (2012), considera que hay un riesgo, aunque no del todo determinante, de que las manifestaciones de agresividad a temprana edad, sean un indicador de dependencia en la adolescencia, así como de un comportamiento delincuente a futuro y un factor de riesgo elevado de consumo de drogas, pero también señala lo siguiente: “hay una cosa cierta: cuanto menor es el niño, más maleable es su cerebro y más fácil será llegar a lograr que desaparezcan comportamientos antes de que cristalicen” (p.

14). Por lo tanto, se entiende que es posible la modificación de conductas en niñas y niños de temprana edad.

Tomando en cuenta la información proporcionada por las y los autores revisados/as, se destaca que las conductas agresivas presentadas por infantes, sobre todo en el contexto educativo, por ser el de interés en este trabajo, son el resultado de un aprendizaje previo, delimitado por los modelos de convivencia en el que se desarrollan en sus primeros años de vida. Por esta razón, una intervención adecuada en la infancia para atender la manifestación de conductas agresivas, puede contribuir a que dichas conductas se modifiquen o reduzcan, y así lograr que las y los niños tengan otras posibilidades de adaptación y convivencia en su entorno, lo cual será benéfico en las etapas subsecuentes de su vida.

#### **1.4.1 Familia y escuela**

Es el entorno escolar uno de los primeros lugares donde un niño o niña interactúa con más personas ajenas al círculo social, en el que convive regularmente, sin embargo, la convivencia dada con las y los demás en un contexto escolar, no siempre es positiva, puede ser también de manera negativa, lo cual pudiera ocasionar que se desarrolle un ambiente hostil, tanto para las y los alumnos como para profesores, profesoras y el personal directivo. En atención a ello, el personal educativo debe de actuar, generando estrategias de intervención y promoviendo un ambiente de sana convivencia, de respeto y tolerancia, con el fin de evitar la agresividad entre el alumnado.

Gil & Sánchez (2004), resaltan la importancia del trabajo en conjunto de la familia y la escuela para atender la agresividad presentada en el entorno escolar, por ello, aclara lo siguiente: “La importancia del vínculo padres-docentes es clave, el papel

del docente no es enseñar a los padres, se produce una relación complementaria donde si se presentan temas educativos estimulantes y pertinentes, serán más fácilmente adoptados por las familias” (p. 537).

Bolívar (2006) explica que existe una necesidad de reafirmar la función de la institución educativa, considerando que: “Ni la escuela es el único contexto de educación ni sus profesores y profesoras los únicos agentes, al menos también la familia y los medios de comunicación desempeñan un importante papel educativo” (p. 120). Por lo que resulta necesario, que la escuela establezca acciones en conjunto con la familia y la comunidad, para obtener una adecuada socialización.

El mismo autor menciona: “la familia con la que la escuela ha de lidiar ya no es aquel pequeño núcleo donde el hombre desempeñaba el papel instrumental y la mujer el expresivo, dedicada por entero al cuidado de los hijos” (p. 122), tomando en cuenta que han aumentado las familias monoparentales y la inserción de la mujer al ámbito laboral, por lo cual señala: “los niños y niñas pasan largas horas fuera del espacio familiar, con otros agentes de socialización y —además— ha disminuido el contacto directo y la convivencia con los padres y hermanos” (p. 122). En consecuencia, estos cambios en la estructura familiar, afectan el contexto escolar, dejando a las y los docentes la responsabilidad de enseñar algunos valores y modelos de convivencia que antes eran propios de la familia.

Si las reglas ya no están dadas y los antiguos ajustes han desaparecido, la propia motivación de los alumnos ha de ser construida por el maestro. Esta situación se agrava cuando se acumulan tareas que antes eran asumidas por la familia, llegando a pedir a la escuela lo que la familia ya no está en condiciones de dar (educación moral y cívica, orientación, afectividad) (Bolívar, 2006, p. 124).

Jaramillo (2007), por su parte señala, que es en la familia y en la escuela donde las y los niños pasan la mayor parte del tiempo, por lo que las y los adultos con quienes conviven, son los modelos que tienden a seguir, generando una influencia en su desarrollo. Las experiencias vividas en estos dos entornos, marcan la pauta de convivencia que tendrán en su vida posterior, por lo que el autor describe:

Aquellos niños o niñas que han tenido una relación de apego y seguridad con sus padres probablemente desarrollarán con sus compañeros y con los profesores relaciones marcadas por el afecto y la seguridad, y si por el contrario, las relaciones infantiles se enmarcan en un clima de inseguridad y desconfianza, estas se reproducirán en sus relaciones futuras (Jaramillo, 2007, p. 123).

A partir de lo que plantea el autor, se reafirma la idea de que la agresividad es una conducta aprendida, siendo que, si en el contexto familiar existe un ambiente pacífico y seguro, con una adecuada expresión de las emociones y se opta por resolver conflictos por medio del diálogo, el niño o la niña mostrarán lo mismo en otros entornos sociales, en cambio, sí en la familia las y los niños viven en un ambiente de agresividad, con ausencia de diálogo para la resolución de conflictos y carencia de valores, las y los infantes lo reproducirán en otros contextos, incluyendo el educativo.

Jaramillo (2007) menciona que: “la infancia tiene formas particulares de ver, de entender y de sentir y que por ello deberían existir formas específicas de educación y de instrucción” (p. 111). A partir de lo señalado por el autor, es posible agregar que, en la infancia también deben de existir formas adecuadas de convivir y relacionarse con la otredad en todos los ámbitos, incluyendo el educativo, puesto que es un periodo donde las y los adultos deberían apoyar como guías para el favorable desarrollo emocional y social de las y los infantes.

Bourcier (2012) hace mención al término agresividad “normal”, definiendo que: “es la que se manifiesta en los niños de edad preescolar porque no han aprendido todavía a utilizar tácticas pacíficas para resolver sus conflictos, a regular sus emociones o a servirse de comportamientos de adaptación que sustituyan a la agresividad” (p. 11). Para el autor, las y los infantes en este rango de edad correspondiente, aún no han desarrollado la suficiente soltura social que les permita interactuar de forma positiva con su entorno.

La Secretaría de Educación Pública (SEP) en el documento *Aprendizajes Clave para la Educación Integral* (2017), señala lo siguiente: “para que el alumno logre un buen desempeño escolar se requiere que haya concordancia de propósitos entre la escuela y la casa” (p. 43). Se hace mención a que, en muchas ocasiones, las madres y padres esperan recibir la educación que ellos tuvieron, por lo que llegan a mostrar resistencia a formas diferentes de enseñanza-aprendizaje, sin embargo, es una realidad que la educación ha ido cambiando a través del tiempo.

La función de la escuela ya no es únicamente enseñar a niñas, niños y jóvenes lo que no saben, sino contribuir a desarrollar la capacidad de aprender a aprender, que significa aprender a pensar; a cuestionarse acerca de diversos fenómenos, sus causas y consecuencias; a controlar los procesos personales de aprendizaje; a valorar lo que se aprende en conjunto con otros; y a fomentar el interés y la motivación para aprender a lo largo de toda la vida. En una sociedad que construye conocimiento mediante múltiples formas y actores, el desafío de la escuela es contribuir también a que las personas encuentren al aprendizaje, al quehacer científico y a las posibilidades del saber (SEP, 2017, p. 29).

Respecto a lo revisado, es posible observar la estrecha relación existente entre la familia y la escuela, determinada por los mismos intereses: lograr que niñas, niños y adolescentes, obtengan una educación formal de calidad, adquiriendo aprendizajes

significativos, pero no solo referente al aprendizaje de contenidos, sino también como lo establece:

Se busca que los alumnos reconozcan su propia valía, aprendan a respetarse a sí mismos y a los demás, a expresar y autorregular sus emociones, a establecer y respetar acuerdos y reglas, así como a manejar y resolver conflictos de manera asertiva (SEP, 2017, p. 34).

La agresividad manifestada por niñas y niños es una realidad a la que se le debe de dar la importancia necesaria en la sociedad, principalmente desde el entorno familiar y el escolar, debido a que representa una problemática para la sociedad en general, por lo que es fundamental desarrollar estrategias oportunas de intervención desde el ámbito educativo.

#### **1.4.2 Conductas agresivas y su influencia en la convivencia escolar**

El preescolar es uno de los primeros lugares en donde el niño o niña tiene convivencia continua con otras y otros menores de su mismo rango de edad, y con más adultos y adultas que no conforman su círculo familiar, por lo que se vuelve una oportunidad de interacción, de compartir espacio, experiencias, historias y lenguaje, sin embargo, también representa la oportunidad de potenciar y/o modificar conductas positivas o negativas, tales como la agresividad.

Gil & Sánchez (2004) consideran que el objetivo fundamental de la educación inicial o preescolar es: “contribuir con el desarrollo infantil, para lo cual se requiere ofrecerle una atención integral en un ambiente de calidad que favorezca su crecimiento y desarrollo en los aspectos físico, cognitivos, socioemocionales, psicomotrices y del lenguaje” (p. 535). Para esto, es necesario ser conscientes de la importancia de los

primeros años de vida en el desarrollo de las y los niños y conocer además, los factores que los favorecen para intervenir de una forma adecuada en esta etapa.

Leiva (2007) destaca la importancia de la intervención oportuna de las y los maestros en conjunto con padres y madres en cuanto a los conflictos que se generen en el ámbito educativo, buscando de esta manera fomentar relaciones positivas entre las y los alumnos, dándoles herramientas para resolver los conflictos a través de la comunicación y no mediante conductas agresivas, buscando principalmente que este tipo de conductas negativas no llegue a ser algo habitual en ellos y ellas al llegar a la vida adulta. En este sentido, Jaramillo (2007) explica:

Se necesita que la familia y la escuela deban enfrenten sus obligaciones de manera conjunta para cumplir con su rol socializador, para que los niños tengan oportunidades que les permitan vivir y desarrollar la autonomía, la creatividad, la flexibilidad, la tolerancia, la cooperación, el respeto por el otro, el cuidado de sí mismo y del medio ambiente (p. 113).

La SEP en el documento *Programa de estudios 2011, Guía para la educadora* (2011) establece que, la interacción que tienen niñas y niños en la educación preescolar, presenta para ellas y ellos nuevas experiencias y desafíos, menciona además que: “Cuando las niñas y los niños se enfrentan a situaciones que les imponen retos y demandan que colaboren entre sí, conversen, busquen y prueben distintos procedimientos y tomen decisiones, ponen en práctica la reflexión, el diálogo y la argumentación” (p. 21). Esto sin duda, ayuda al desarrollo de la socialización, reforzando aprendizajes que hayan adquirido en años anteriores y adquiriendo nuevos mediante la interacción con las y los compañeros.

Al ingresar a la escuela, las niñas y los niños tienen conocimientos, creencias y suposiciones sobre el mundo que los rodea, las relaciones entre las personas y el comportamiento que se espera de ellos, y han desarrollado, con diferente grado de avance, competencias que serán esenciales para su desenvolvimiento en la vida escolar (SEP, 2011, p. 20).

Por su parte, León & López (2015) destacan la importancia de enseñar en la educación preescolar, no solo lo establecido en los planes curriculares, sino también a ser ciudadanos, donde las y los niños adquieran un dominio gradual de conocimientos sobre los derechos y deberes, desarrollando habilidades cognitivas, emocionales y comunicativas para convivir en sociedad. Los autores lo describen de la siguiente manera:

La importancia de que se enseñe en los currículos diseñados en las escuelas conocimientos y habilidades dirigidos a que los niños alcancen una comprensión de las implicaciones de ser ciudadano, y puedan así realizar un adecuado ejercicio de su ciudadanía dentro de una comunidad específica. Se plantea entonces que aprender a ser ciudadano no es algo que ocurra al alcanzar una edad adulta, sino que se construye desde edades tempranas y se consolida a lo largo del ciclo de vida (León & López, 2015, p. 247).

Los autores plantean que la formación educativa debe enfocarse en competencias ciudadanas de los niños, niñas y jóvenes desde la educación preescolar hasta la educación secundaria, donde tengan participación no solo maestras y maestros, sino también, padres y madres, así como la comunidad en general, tomando en cuenta que todos los factores externos influyen para la construcción de representaciones, a partir de lo que viven las y los niños, afectando su desarrollo. Relacionado con ello, la SEP, en el documento de *Aprendizajes Clave para la Educación Integral* describe:

Los cambios sociales y culturales de las últimas décadas, la incorporación creciente de las mujeres al trabajo, las transformaciones en las formas de organización familiar, la pobreza y la desigualdad social, la violencia y la inseguridad influyen en la manera en la que se desenvuelven los niños en su vida personal y en sus formas de proceder y comportarse en la escuela (SEP, 2017, p. 57).

Así como la cita anterior lo menciona, existen varios factores que pueden llegar a influir en la conducta que las y los niños presentan en el ámbito educativo, por lo que la agresividad que manifiestan puede estar surgiendo por algunos de ellos o varios, e incluso, otros que no se mencionen. Por lo que, el contexto escolar debe promoverse

como un lugar seguro para los niños y las niñas, donde no solo se pretenda que adquieran y amplíen sus conocimientos, sino que debe de ser un lugar cálido, con valores, donde se sientan seguros/as y aceptados/as, y donde adquieran aprendizajes significativos para obtener un desarrollo integral.

De acuerdo con las fuentes revisadas se advierte que, el entorno familiar y el educativo, son los dos pilares principales para contribuir al adecuado desarrollo de niñas y niños, y a la vez, disminuir las expresiones de agresividad en general, por medio de una atención oportuna, para evitar el posible desencadenamiento de otro tipo de conductas negativas a futuro.

Sin embargo, es cierto que la agresividad ha sido normalizada en la sociedad a través del tiempo, por lo que es de suma importancia que las y los adultos pertenecientes al medio educativo, cuenten con información necesaria, herramientas y estrategias de intervención para atender las conductas agresivas que se puedan presentar por parte del alumnado, en este caso, del nivel educativo preescolar, y así, poder dar solución o minimizar esta problemática. Por tanto, en el siguiente capítulo, se hablará de las estrategias que aquí se proponen para la atención de las conductas agresivas manifestadas por niñas y niños.

## **CAPÍTULO II. CREATIVIDAD Y *MINDFULNESS* PARA ATENDER CONDUCTAS AGRESIVAS EN NIÑAS Y NIÑOS**

Las conductas agresivas presentadas por infantes, como ya se mencionó en el capítulo anterior, son aprendidas en el entorno en el cual se desarrollan durante sus primeros años de vida, sobre todo en el familiar, y posteriormente son reproducidas en otros ámbitos; estas conductas se generan a partir de diversos sucesos, por lo que, se pueden considerar como respuestas a las exigencias del medio. Al ingresar las y los niños a la educación escolar, en el caso que nos ocupa, al preescolar, sus manifestaciones agresivas pueden ser un problema durante la interacción con otros u otras infantas de su grupo o de otros grupos, e incluso, pueden llegar a ser agresivos/as con las y los docentes que se encuentren a su cargo.

Es importante la intervención en este nivel educativo, por ser edades tempranas, siendo más posible que se pueden llevar a cabo modificaciones de conducta de las y los niños, y que estas puedan ser de utilidad para las etapas siguientes de adolescencia y adultez, promoviendo un mejor manejo de emociones y, por lo tanto, una manera más adecuada de actuar ante diferentes situaciones que puedan acontecer a lo largo de su vida, no solo en el contexto escolar.

Para ello, en el presente trabajo se tomaron en cuenta dos estrategias con las que se trabajó para desarrollar un programa educativo dirigido a aminorar y/o modificar conductas agresivas manifestadas por niñas y niños, estas estrategias fueron el *mindfulness* y el desarrollo de la creatividad mediante diversas actividades. Por lo que este capítulo se relaciona al segundo objetivo específico planteado en esta

investigación el cual fue: b) Describir los significados y usos de la estrategia *mindfulness* y la creatividad, al igual que explicar cómo éstas pueden ayudar a atender la agresividad manifestada por infantes.

## **2.1 ¿Qué es *Mindfulness*?**

*Mindfulness* es un término en inglés, quizá no muy escuchado y poco trabajado en México. Tovar (2018), señala que aunque en algunos otros países como Estados Unidos, Canadá, Perú, Reino Unido o España, ha tenido gran influencia y se ha ido implementando y trabajando como una estrategia muy usada en la psicología, la medicina y la educación, considerándola muy útil, en México existen menos de 10 artículos publicados sobre este tema.

Vallejo (2006) aclara que, *mindfulness* no se ha logrado traducir al castellano de manera concreta, y hasta ahora se ha interpretado como “atención y conciencia plena”, lo plantea como una acción de centrarse en el momento actual, en el aquí y el ahora de una manera reflexiva, “el *mindfulness* no puede ser entendido de forma genérica, sino que siempre es referido a un momento temporal concreto, al presente” (p. 92). El autor agrega que, la atención prestada a lo que acontece en un momento determinado, no debe de ser de carácter valorativo, sino contemplativo, es decir, ausente de críticas y prejuicios.

Vásquez (2011) argumenta que el *mindfulness* proviene de la tradición budista, siendo este un término tomado de la lengua *pali*, que se tradujo al inglés; señala que comenzó a surgir en la década de los setenta, del siglo XX, pero su mayor crecimiento se dio en los años noventa, utilizándose principalmente en la medicina y obteniendo resultados favorables; considera que se trata de una estrategia que consiste en tener

una atención plena y observar la realidad en el tiempo presente, con aceptación y sin emitir juicios. El autor lo describe de la siguiente manera:

*Mindfulness* es la traducción al inglés del término *pali* “*sati*”, que implica conciencia, atención y recuerdo. La traducción al castellano de *mindfulness* no tiene un estándar, ha sido traducido indistintamente como atención plena o conciencia plena, muchos autores optan por eso por el vocablo inglés *mindfulness* (Vásquez, 2011, p. 43).

En el mismo sentido, Parra, Montañés, Montañés & Bartolomé (2012), aclaran que etimológicamente el origen del término inglés *mindfulness*, es una traducción de la palabra “*sati*”, que pertenece a la lengua *pali*, en la cual se encuentran los escritos budistas más antiguos, en palabras de los autores: “*Sati* en la terminología budista, y en la mayor parte de los casos, se refiere al presente y como término psicológico general, conlleva el significado de «atención» o «conciencia»” (p. 30).

Describen también los autores que, dentro de la doctrina budista la palabra *sati*, se subdivide en tres categorías: sabiduría, conducta ética y entrenamiento de la mente; es en esta última categoría de donde se intenta realizar la traducción, debido a que el término hace referencia a “recta atención, estar presente o conciencia correcta del momento” (p. 30).

Por su parte Kabat-Zinn (2013), considerado uno de los principales referentes del *mindfulness* en Occidente, determina que se trata de la conciencia que emerge cuando se presta una atención deliberada y sin criticar el momento presente. Lo explica como algo universal, ya que tiene que ver con capacidades humanas innatas y lo describe así: “*Mindfulness* es conciencia, una conciencia que se desarrolla prestando una atención concreta, sostenida, deliberada y sin juzgar al momento presente” (p. 8).

Según Acosta (2014), definir *mindfulness* puede ser muy simple, pero entenderlo no resulta fácil. Para él, es vivir en el presente sin juzgar, desarrollar la atención en lo que está ocurriendo en cada momento, en otras palabras, es calmar la mente para ver con claridad, y explica: “Si observamos por ejemplo nuestra respiración y lo hacemos de forma inocente, sin juicio, pero sintiendo lo que está ocurriendo; nos entraremos en una frecuencia *Mindfulness*” (p. 29). El autor se refiere a esta estrategia como una meditación y señala que cada momento de la vida es propicio para meditar. Un dato que apoya lo señalado, es el que aporta Vázquez (2011), describiendo que:

La meditación se define como el proceso a través del cual, la persona observa y se hace consciente de lo que está sucediendo a cada instante en su cuerpo y en su mente, aceptando las experiencias que se van presentando tal y como éstas son (Vázquez, 2011, p. 43).

Por lo tanto, puede entenderse que *mindfulness* es un tipo de meditación o una estrategia derivada de esta, tratándose ambas de un estado en el que se pretende calmar la mente, centrándose en lo que ocurre en el momento presente; si bien la meditación es algo más profundo, el *mindfulness* resulta efectivo para que la persona que lo practique obtenga calma, logre analizar sus conductas y lo que sucede a su alrededor, además de comprender y dar coherencia a sus pensamientos, obteniendo así, mejores formas de actuar ante diversas situaciones.

Torres (2017) considera lo siguiente: “*Mindfulness* no es otra cosa que estar conscientemente presentes” (p. 6). Aclara que se trata de algo que tiene lugar en el tiempo presente y, si se sale de este, se deja de estar en *mindfulness*; lo define como la capacidad para centrar la atención en el momento actual, con aceptación y apertura, ser conscientes de lo que pasa en cada momento focalizándose en el aquí y el ahora, lo que lleva a centrar los pensamientos y a darse cuenta de las emociones y las

sensaciones corporales que se experimentan en cada momento. El autor describe lo siguiente en relación con entender de manera más clara el concepto:

*Mindfulness* es experimentar el sol en tu piel. Sentir esas gotas saladas deslizarse por tu mejilla. Percibir la irritación en tu cuerpo. Experimentar la alegría y la tristeza en el momento en que estas suceden. Sin tener que hacer nada con ello, sin tener que reaccionar inmediatamente o expresar qué piensas (Torres, 2017, p. 6).

Muñoz, Monroy & Torres (2017), describen que la psicología clínica se ha interesado por el *mindfulness* debido al efecto positivo que produce al ser aplicado en trastornos como la ansiedad y el estrés. Este interés fue despertado a mediados de 1970 al observar los efectos que tenía en personas que lo practicaban, por lo que se empezó a aplicar en la psicología y la medicina como un tratamiento alternativo para personas que padecían dolor crónico o agudo, debido al padecimiento de enfermedades como diabetes, hipertensión, cardiovasculares, cefaleas, fatiga crónica, problemas de la piel y alteraciones en el sueño. Su implementación fue mostrando resultados en cuanto a la reducción de síntomas, por lo cual, fue adquiriendo popularidad, convirtiéndose en una intervención que brindaba respuestas rápidas y efectivas. En el mismo sentido, Acosta (2014) indica lo siguiente:

El *Mindfulness* en psicoterapia está tomando cada día más fuerza, debido a que los resultados son palpables. Muchos psicólogos convencionales de países como Canadá, Alemania e Inglaterra, han decidido cambiar su modelo terapéutico para abrazar el *Mindfulness* porque han comprobado su efectividad (Acosta, 2014, p. 34).

Puesto que esta estrategia, se ha ido introduciendo en la psicología y la psicoterapia y, ha sido aceptada por sus resultados benéficos al disminuir los síntomas de algunos padecimientos, también es posible adoptarla poco a poco como una práctica en la vida cotidiana, como apoyo para momentos de estrés, de angustia o tensión, para que la persona que lo practique aprenda a autorregularse, no solo para beneficio mismo, sino

también para con quienes convive y, de igual aprender a valorar los pequeños detalles que ocurren a su alrededor, que pasan desapercibidos casi en su totalidad.

Tomando en cuenta la información presentada, puede observarse que el *mindfulness* no tiene una traducción exacta al español, sin embargo, hasta ahora las y los autores presentados/as, coinciden en que el término es entendido y aceptado como “atención o conciencia plena”, haciendo referencia a centrarse en el momento actual con aceptación, es decir, en el presente, sin emitir juicios valorativos de lo que sucede.

## **2.2 La aplicación del *Mindfulness* como orientadora emocional**

La aceptación de las experiencias es algo que conlleva el *mindfulness*, aceptar lo que acontece en el momento presente, pero esta aceptación debe implicar tanto las emociones positivas como las negativas. A las personas les puede resultar más grato experimentar algo positivo, y se busca evitar lo negativo, pero, de igual manera, se debe de realizar el esfuerzo por aceptarlo, siendo que al negar las experiencias que no se consideran agradables, no dejan de existir, puesto que son parte de la vivencia humana. Como lo señala Vallejo (2006): “La aceptación supone una renuncia al control directo. No se busca que la persona controle sus reacciones, sentimientos o emociones sino que los experimente tal y como se producen” (p. 94).

Al aceptar la totalidad de las experiencias vividas, y tener conciencia plena de ellas, sobre todo de las que no son placenteras, llevaría a las personas a comprender en parte el por qué están sucediendo, a buscar soluciones viables y a entender las situaciones que se pueden detonar a partir de ellas, tales como enfado, malestar, estrés, pensamientos negativos e, incluso, las conductas agresivas hacia las y los

demás y hacia ellos y ellas mismos/as, de manera que, les sea posible centrar la atención en lo que sucede en el momento y no desgastarse en suponer si hubiera sido de otra manera, o buscar culpables para disminuir su angustia, teniendo así un mejor manejo de las emociones. Relacionado con ello, Torres (2017) describe:

La práctica de la atención plena contribuye al desarrollo integral de la persona dotándola de un mayor equilibrio emocional y favoreciendo la disposición para los aprendizajes, suponiendo así una clara inversión en felicidad, lo que implica bienestar emocional (2017, p. 19).

Palau (2015), cita a Barner & Barner (2011) al señalar que, centrando la atención de manera plena en lo que acontece en cada momento puede ayudar a las personas a estar preparadas para superar sus limitaciones y tener una apertura a nuevas experiencias de manera positiva, manteniendo una mayor regulación emocional, sobre todo al presentarse situaciones difíciles o, incluso, estresantes en la vida, previniendo que lleguen a surgir problemas de salud, tanto físicos como psicológicos o, en dado caso, lograr aminorarlos. De igual manera, Palau (2015) retoma lo siguiente:

La práctica del *mindfulness* puede ayudar a la persona a regular sus emociones de una manera más saludable, por lo que constituye una herramienta muy útil para la promoción del bienestar psicológico y prevenir la aparición de problemas relacionados con el estrés (Felipe, Rovira & Martín, 2014; citado por Palau, 2015, p. 7).

Parra *et al.* (2012), retoman a Pérez & Botella (2006), al igual que a Delgado (2009), quienes coinciden describiendo que, la práctica de *mindfulness* provoca cambios en la forma de pensar de las personas, logrando comprender que los pensamientos solo son eventos mentales y no lo que ocurre en la realidad, de esta manera, muestran resultados positivos en las respuestas tanto físicas, refiriendo los patrones de conducta, como en las psíquicas en cuanto al manejo de emociones.

Moñivas, García & García (2012), se refieren al *mindfulness*, como algo útil para “sosegar” o calmar la mente y centrarse en el aquí y el ahora, agregan que: “se puede aprender practicando, dando lugar a una filosofía de vida, al margen de cualquier creencia religiosa, política o nivel sociocultural” (p. 88). Describen algunas formas para llevarlo a cabo: a) La respiración consiente; b) Realizar un escaneo corporal (identificar qué es lo que siente el cuerpo); c) Caminar conscientemente (centrando la atención en los movimientos y la respiración); y d) Realizar con atención plena cualquier actividad de la vida diaria incluso discutir, esta última forma los autores lo señalan así: “si discutiésemos con ‘conciencia plena’ no habría violencia, ya que controlaríamos la implementación de nuestras emociones en nuestro sistema motor” (p. 86).

Acosta (2014) considera al *mindfulness* como una parte importante de la concepción holística del ser humano, donde la mente no es una parte separada del cuerpo, entendiendo que, si la mente se encuentra despejada y tranquila o, por el contrario, abrumada y sometida al estrés, esto se verá reflejado en el cuerpo, por tanto, el autor afirma: “vivir en el presente sin juzgar es la esencia de nuestra liberación de una mente que nos encarcela y nos condena al sufrimiento” (p. 21).

El autor agrega que, el practicar *mindfulness*, puede ayudar a calmar la mente y ver con más claridad lo que sucede, ya que los pensamientos se mueven sin control, y eso hace que las personas se sientan inquietas, turbadas y sin poder encontrar soluciones o una salida. Y, por el contrario, al aprender a observar lo que pasa, con una mayor aceptación, de manera tranquila, se calmará la mente y se logrará tener una visión diferente, desapareciendo aquello que amenazaba.

Torres (2017) concuerda con la idea de que las personas viven sujetas a las exigencias y al estrés que se produce de ellas, describe: “el ser humano es una fábrica

de preocupaciones y éstas son el fruto de querer que las cosas sean distintas a lo que ahora son, y cuesta mucho aprender que no por preocuparte más se llega antes a la solución” (p. 15).

Con estas aportaciones se comprende que, la práctica del *mindfulness* puede ayudar a entender y reducir pensamientos y emociones negativas. Entonces, ejercerlo puede servir de apoyo para enfocar y dirigir los pensamientos a través de las experiencias, sensaciones y sentimientos del momento presente (del aquí y, del ahora), siendo conscientes de lo que se experimenta. De esta manera, se puede tener un mayor y mejor manejo de las emociones y de los pensamientos, evitando que estos sean tan reiterados y enfocados solo en el futuro, o centrados en el pasado, por lo que habría una disminución de angustia, preocupación y sentimientos de culpa.

### **2.2.1 *Mindfulness* aplicado a niñas y niños**

Esta estrategia no solo ha sido aplicada en adultos/as, sino también en las y los niños, en este sentido, Palau (2015) describe cómo el *mindfulness* ha sido de utilidad en infantes, teniendo algunos beneficios tales como: reducción del estrés, problemas de conducta, mejora en la concentración y la atención, en el rendimiento académico, el sueño, y como apoyo para desarrollar actividades enfocadas a resolver conflictos, instruyendo a las y los niños a realizar la práctica de *mindfulness* de su vida cotidiana.

La atención plena en niños es muy importante...despeja su mente, favorece la consciencia, el pensamiento creativo y la reflexión, además demuestra mejorar áreas como: la inteligencia, creatividad, memoria y rendimiento académico [...] En el comportamiento social, aumenta la seguridad en sí mismos, favorece las relaciones con los otros, mejora su rendimiento y satisfacción (Palau, 2015, p. 19).

Arrojo (2016) hace el señalamiento de que niñas y niños se muestran más centrados/as en el presente que las y los adultos, porque cuando se encuentran jugando están totalmente concentrados/as en el juego, para ellos y ellas no hay nada más en ese momento, sus pensamientos están inmersos en la actividad que realizan, imaginan lo que está sucediendo, lo actúan, son conscientes de ello y hasta pueden explicarlo con palabras, además de que muestran tal cual las emociones que están experimentando. Relacionado con lo descrito, Acosta (2014) expresa lo siguiente: “Los niños viven constantemente en *mindfulness*, se emocionan con todo, aprecian los detalles, no juzgan, son francos, sinceros y no guardan rencor. Se dedican sólo a vivir” (Acosta, 2014, p. 31).

Arrojo (2016) señala además, que niños y niñas de la misma manera que las y los adultos, se encuentran sumergidos/as en las rutinas diarias, como son, el seguir reglas y horarios que se tengan en la dinámica familiar, asistir a la escuela, y algunos/as asistiendo también a clases extraescolares. Estas son las actividades en las cuales no están plenamente conscientes de lo que están haciendo, debido a que las normas y rutinas están establecidas por las y los adultos, y ellos/as solamente las cumplen día con día, lo cual también puede generarles estrés debido a las exigencias.

Hablar entonces, de *mindfulness* aplicado a las y los infantes, es una idea que puede contribuir en mucho para regular sus emociones, a que tengan plena conciencia de lo que les acontece y, que puedan contar con herramientas para afrontar dificultades que lleguen a presentarse en su vida, por tanto, como lo señala la autora:

Es necesario preparar a nuestros pequeños para afrontar con éxito la sociedad y la realidad que van a vivir. Prepararlos para gestionar y superar situaciones complejas, proporcionarles técnicas de autocontrol que les permitan tomar decisiones de manera conscientes, enseñarles a no dejarse llevar por sus pensamientos (Arrojo, 2016, p. 8).

Torres (2017) igualmente plantea que en ocasiones las y los menores viven el estrés de los padres y madres, considerando que estos últimos se encuentran tan inmersos en las ideas de lo que es mejor para sus hijos e hijas, que les exigen tener buenas notas, que destaquen en actividades extraescolares, que asuman roles de liderazgo, que obtengan reconocimientos, entrando en ocasiones en un sentido de competencia con otros padres y madres, en consecuencia a esto, llegan a pasar por alto cualidades de sus hijos e hijas que pueden ser de mayor utilidad para su desarrollo.

Por todo ello, las y los infantes se encuentran sobrecargados/as de tareas, las cuales muchas de las veces no son de su agrado y que no llegan a comprender totalmente, planteándose cuestiones tales como ¿Por qué realizan lo que realizan? ¿Con qué fin?, o ¿Qué consecuencias tendrán para ellos? Solo las realizan porque sus progenitores así lo quieren; en cambio, al tomar en cuenta las necesidades, gustos y habilidades de las y los niños, su desarrollo será integral y realmente destacarán en lo que sea de su agrado, como Torres (2017) lo indica:

Quando el niño aprende a percibir por sí mismo las conexiones entre las personas, lugares y cosas, empieza a comprender muchas otras cosas que le dan una visión cambiante de la vida ayudándole a entender la transitoriedad, y a tomar consciencia al mismo tiempo de las consecuencias de sus acciones (2017, p. 16).

Por lo tanto, puede considerarse que si se trabaja *mindfulness* con niñas y niños, tendrán una visión más amplia de lo que sucede a su alrededor, mostrando más sensibilidad, entendiendo por qué realizan las actividades diarias, ya sea escolares o del hogar, centrándose en las que son más de su interés y, a su temprana edad aprenderán a tener más herramientas para resolver conflictos de manera positiva, lo que será de ayuda a lo largo de su vida, reduciendo, de esta manera, aspectos

negativos de su conducta como la agresividad, siendo más reflexivos y tolerantes consigo mismos y con quienes los rodean.

Se dice que los niños tienen realmente una tendencia natural de *Mindfulness* porque son capaces de disfrutar con total plenitud cada instante. Son capaces de enfrascarse en ese aquí y ahora con total intensidad. Pero no tardarán en anticipar excesivamente las cosas y a darle vueltas a lo que fue y a lo que será. Esa predisposición natural al *Mindfulness* irá desapareciendo (Torres, 2017, p. 16).

Con base en lo descrito por las y los autores, se destaca que si las y los niños practican frecuentemente *mindfulness*, se formará como un hábito en su vida; en cambio, si no se les invita a realizarlo frecuentemente, el interés y la disposición natural que tienen hacia él, irá desapareciendo conforme vayan creciendo, insertándose tarde o temprano en las exigencias del mundo adulto.

### **2.2.2 *Mindfulness* para atender conductas agresivas en infantes**

Así como las y los adultos, también es importante que las y los niños aprendan a identificar lo que sienten con relación a lo que les sucede en la vida diaria, que aprendan a reconocer y diferenciar sus emociones, sobre todo, las que les lleguen a causar malestar, o las y los conduzcan a manifestar agresividad. Por lo que trabajar *mindfulness* con infantes puede ser una opción viable para regular las emociones, los pensamientos negativos, y disminuir y/o modificar las conductas agresivas. Relacionado con ello, Torres (2017) cita a Fontana & Slack (1999) donde mencionan que:

Teniendo en cuenta que la personalidad comienza a forjarse en la infancia, la forma en que los niños hagan frente a sus angustias e inquietudes tendrá una clara influencia en el comportamiento posterior como adulto a la hora de enfrentarse a situaciones conflictivas a lo largo de su vida. La meditación puede ayudar a enfrentarse a los más pequeños a sus ansiedades tanto física como mentalmente (Fontana & Slack, 1999; citado por Torres, 2017, p. 14).

Arrojo (2016) considera que practicar *mindfulness* implica un aumento en la atención y la conciencia, además de una regulación de las emociones, obteniendo beneficios, tanto físicos como emocionales, debido a la reducción de las tensiones. Según la autora, en mayor medida esto hace referencia a las y los adultos, sin embargo, considera que al trabajar *mindfulness* con infantes, se esperan benéficos y resultados, dado que las y los niños, por naturaleza, se centran más en el presente, son más conscientes de lo que hacen en cada momento y tienen gran capacidad de concentración. La autora retoma a Hooker & Fodor (2008), quienes dicen:

Para comenzar a trabajar *mindfulness* con niños hay que tener en cuenta en primer lugar la edad a la que va dirigida y adoptar un lenguaje apropiado en las actividades, [...] Éstas deberán ser descritas con instrucciones bastante claras, sencillas y concretas, a la vez que se emplearán recursos llamativos para los niños, que fomenten la motivación y creatividad (Hooker & Fodor, 2008; citados por Arrojo Montilla, 2016, p. 6).

Torres (2017) afirma que las y los niños tienen una predisposición al *mindfulness*, siendo que son capaces de disfrutar con plenitud e intensidad los acontecimientos, enfocándose totalmente en el momento que viven, pero esto va disminuyendo conforme van creciendo, por lo que es importante que las y los menores practiquen *mindfulness* y la meditación, lo que ayudará a que tengan un mejor entendimiento de sus actos y de lo que acontece a su alrededor.

La meditación no sólo facilita al niño la adquisición de los aprendizajes mejorando su capacidad de atención, concentración y creatividad, sino que permite en ese estado de sosiego mental conectarlo con su naturaleza más profunda, que es amable, alegre, generosa y compasiva (Torres, 2017, p. 17).

Relacionado con lo descrito por el autor, se señala que toda capacidad en el ser humano es necesario que se practique para que se convierta en una habilidad, aun y cuando se tenga predisposición a dicha capacidad, es decir, toda capacidad en el ser humano requiere ser educada, fomentada y desarrollada. Es por ello que la aplicación

de *mindfulness* en niñas y niños puede resultar una herramienta viable en su desarrollo, sobre todo en el aspecto emocional, ya que su práctica les ayudará a adquirir herramientas para el autocontrol, reduciendo así la impulsividad ante determinadas situaciones, en este caso a las que conducen a la manifestación de conductas agresivas.

Con base en la información que se presentó, a partir de las y los diferentes autores/as sobre lo que es *mindfulness*, lo que significa y, sobre todo, en lo que puede ayudar y ser aplicada la estrategia, la autora de esta investigación, aporta su propia definición: *Mindfulness* es centrar la atención en el momento actual, experimentarlo con aceptación y sin juicios para lograr calmar la mente, ver con claridad lo que sucede y así poder tener mejores respuestas ante las situaciones externas.

### **2.3 *Mindfulness* y creatividad**

De acuerdo a lo que se ha revisado sobre la estrategia *mindfulness*, es posible ver que su práctica conduce a vivir el presente, centrándose en lo que está ocurriendo en el momento, restando atención al pasado y al futuro, siendo que, lo ocurrido en el pasado no se puede modificar, y estar pensando en ello no dejará avanzar a la persona; mientras que imaginar lo que sucederá, resulta innecesario. Como lo describe Ruiz (2016):

El tiempo solamente existe en el presente, el pasado es un conjunto de pensamientos e ideas, el futuro se compone de expectativas, sueños e ilusiones [...] El momento es ahora, el ayer ya no existe y el mañana no ha llegado (Ruiz, 2016, p. 496).

Al ser una estrategia para centrar la atención en lo que ocurre en el presente, *mindfulness* puede contribuir a que las personas se enfoquen en descubrir sus

capacidades y desarrollar habilidades; es decir, si un adulto se encuentra sin la tensión de estar pensando en lo que no ocurrió, o puede ocurrir, en relación con determinado suceso, tendrá más oportunidad de ver lo que ocurre en su tiempo presente, ya sea positivo o negativo, generando mejores estrategias en sus acciones. Por lo tanto, se entiende que, centrarse en el presente y en lo que se puede realizar en el momento, resultará más útil para el reconocimiento de las emociones, efectuar una comunicación asertiva, potenciar habilidades, e incluso desarrollar la creatividad.

Por ello, practicar *mindfulness*, no solo las y los adultos sino también adolescentes, niñas y niños, tiene resultados positivos en todos los contextos, destacando el educativo, por ser el de interés en este trabajo. Es muy importante orientar y ayudar a las niñas y niños a desarrollar buenas aptitudes académicas, en razón de que esto contribuye a una educación equilibrada y de calidad, como lo hace notar Torres (2017): “uno de los objetivos de *Mindfulness* en un niño es procurar un equilibrio entre lo académico, lo social y lo emocional. La atención y la compasión deberían ser elementos esenciales del aprendizaje” (2017, p. 14).

Palau (2015) destaca que, siendo la atención uno de sus principales mecanismos de funcionamiento del *mindfulness*, produce mejorías en la concentración y en la memoria. Indica que, al practicar esta estrategia de manera regular, ayudará a las personas a desarrollar habilidades para observar y atender diversos estímulos de forma consiente, potenciando de esta manera su capacidad creativa. Siendo la creatividad una de las partes importantes que se toma en cuenta en este trabajo, buscando desarrollarla en las y los niños, para atender las conductas agresivas presentadas en preescolar.

## 2.4 ¿Qué es creatividad?

De manera común se asocia a la creatividad con el arte o con la realización de manualidades, y también puede considerarse una cualidad que solo algunas personas tienen, sin embargo, se puede encontrar en todas las personas, siendo esta una capacidad que se verá reflejada en mayor o menor medida y de diferentes maneras, según se trabaje en ella a lo largo de la vida.

Referente a esto, Bravo (2009) expresa que: “La creatividad es una de las capacidades más importantes que tiene el ser humano para su desarrollo integral. Su valor no sólo se encuentra en las artes; está también en la vida cotidiana” (p. 9). A continuación, se mostrarán algunas definiciones de creatividad de diferentes autores para comprender más sobre ella.

Para Esquivias (2004), la creatividad es una habilidad del ser humano relacionada con su naturaleza y, por tanto, ha existido desde siempre. La autora considera que el proceso creativo es una de las potencialidades más elevadas y complejas de los seres humanos, integrando desde los procesos cognitivos menos complicados, hasta los conocidos como superiores. Describe lo siguiente:

La creatividad es un concepto que alude a uno de los procesos cognitivos más sofisticado del ser humano, todo apunta a que se encuentra influida por una amplia gama de experiencias evolutivas, sociales y educativas y su manifestación es diversa en un sin número de campos, [...] En definitiva la creatividad no puede ser abordada como un rasgo simple de los seres humanos, es indudable que aspectos como: la mente, los procesos cognitivos que en esta se llevan a cabo, la personalidad, la motivación, las emociones y el mundo afectivo, juegan un componente singular en este proceso. Por otra parte, todos somos creativos en mayor o en menor medida y lo que es más alentador aún, todos podemos desarrollarla (Esquivias, 2004, p. 16).

Por su parte, Avalos (2006), se refiere a la creatividad como una forma de conducta expresada desde la infancia, con características especiales como la fluidez,

flexibilidad, elaboración y originalidad, que surge a través de un interés por enfrentar y resolver problemas. Considera que las y los niños son creativos por naturaleza, y esta creatividad se desarrolla desde el primer día de vida, en la interacción de las diferentes áreas del desarrollo.

De igual manera Avalos (2006) destaca una aportación hecha por Dacey (1989), quien dice que la creatividad de una persona pasa por periodos críticos a lo largo de su vida, por lo que sugiere que, esta debe ser cultivada de manera constante. Dacey describe que el primer período crítico en el desarrollo de la creatividad se da durante los primeros 5 años de vida, que es cuando se tiene un mayor desarrollo neuronal del ser humano; el segundo período lo ubica entre los 11 y los 14 años, donde se está en la pubertad; el tercer período lo señala entre los 18 y 20 años, al iniciar la edad adulta; el cuarto período de los 28 a los 30 años, ya que a esa edad existe una reconceptualización de los valores a nivel intelectual; el quinto período de los 40 a los 45 años, cuando, según él, se observan cambios en la autopercepción; y el último periodo ocurre de los 60 a los 65 años, etapa en la cual, por lo general, se va reduciendo la capacidad de trabajo de las personas.

Tomando en cuenta la información que proporcionó Dacey citado por Avalos (2006), se puede resaltar la importancia de estimular la creatividad en todas las edades, dado que en cada etapa de la vida hay nuevas experiencias y, por lo tanto, nuevos aprendizajes con los cuales es posible potenciar el pensamiento creativo, para ello, tiene gran influencia el ambiente que existan en los diferentes contextos donde las personas se desarrollan, al igual que con quienes se convive.

Cemades (2008) considera lo siguiente: “cada vez es más necesario formar personas ‘creativas’, capaces de desenvolverse en distintos medios, de obtener

información con rapidez. Deben saber elegir entre toda la información que tiene a su alcance, y de aplicarla de modo diferente, original” (p. 9). Para esto, es necesario crear las condiciones adecuadas para el desarrollo de niñas y niños, sobre todo en el ámbito educativo, tomando en cuenta la rapidez con la que la sociedad cambia a igual que sus exigencias.

Bravo (2009) describe la creatividad como una aptitud innata que existe potencialmente en todo individuo y a cualquier edad, que requiere de condiciones del medio social para desarrollarse y se presenta al existir algún problema o dificultad para buscar posibles soluciones por medio de un proceso que lleva a descubrir algo nuevo, redescubrir algo, o a reorganizar conocimientos existentes, y así, obtener un producto o resultado, ya sea de creación artística o científica.

Asensio, Rodríguez, Asenjo & Castro (2012) mencionan que la creatividad es un proceso complejo del ser humano, en el cual aprende habilidades a lo largo de su vida, desarrolladas según las condiciones del contexto y, al ponerlas en práctica en algún determinado momento, lo llevarán a la elaboración de un producto o a encontrar una solución. Indican que el proceso creativo no termina ahí, sino que continúa al comunicarlo o compartirlo socialmente.

Hablar de creatividad supone hacer referencia a una persona, que tiene un conjunto de características singulares a partir de las cuales y en determinadas condiciones, ejecuta un proceso crítico, el cual lleva a la elaboración de un producto que resulta nuevo y valioso, en alguna medida, para su contexto micro o macro social (Asensio *et al.*, 2012, p. 112).

Por su parte, Ortega (2014) considera que la creatividad forma parte de la naturaleza de los seres humanos, sin embargo, destaca la importancia de que se cuente con el interés por desarrollarla e involucrarse en ese desarrollo. Asume la creatividad como: “una capacidad inherente al ser humano y que requiere ser practicada para convertirla

en habilidad y a partir de ahí reconocerla, reflexionarla, compartirla, practicarla, educarla y desarrollarla para la formación integral” (p. 42).

Fernández (2016) cita a Guilford, quien describe una serie de factores, que se distinguen en la creatividad, los cuales son: fluidez, flexibilidad, originalidad, elaboración, redefinición, análisis y síntesis. Estos factores concuerdan con algunas características de la creatividad descritas por Avalos (2006), que se señalaron anteriormente. A continuación, se muestra la tabla 2, donde se puede revisar a detalle el significado que tiene cada uno de ellos, según Guilford.

*Tabla 2. Factores de la creatividad*

Fluidez	Capacidad para evocar gran cantidad de ideas, palabras y respuestas. Guilford distribuye este factor en clases: fluidez ideacional (producción cualitativa de ideas); fluidez figurativa (distintas formas que se pueden crear en un tiempo determinado); fluidez asociativa (establecimiento de relaciones); fluidez de expresión (facilita la construcción de frases); fluidez verbal y fluidez de las inferencias (presentada una hipótesis han de imaginarse las consecuencias en un tiempo determinado).
Flexibilidad	Capacidad de adaptación, cambiar una idea por otra o modificarla. Se pueden distinguir dos tipos de flexibilidad: espontánea, aquella que el individuo utiliza incluso sin proponérselo para dar respuesta a un problema; por otro lado destacamos la flexibilidad de adaptación, cuando el sujeto realiza ciertos cambios en la interpretación de una tarea.
Originalidad	Tiene carácter de novedad e intenta buscar soluciones nuevas. Es el factor más determinante de la capacidad creadora.
Elaboración	La elaboración hace que la obra sea lo más perfecta posible.
Redefinición	Se refiere a la solución de un problema desde diversas perspectivas.
Análisis	Capacidad para desintegrar un todo en sus partes. Permite descubrir nuevos sentidos y relaciones entre los elementos de un conjunto.
Síntesis	Combinar varios elementos para formar un todo, es una “síntesis mental”.

Fuente: (Elaboración propia a partir de Fernández, 2016).

Señala Guilford que, a partir de los factores mencionados, se lleva a cabo el proceso creativo; pero, estos no siguen un orden y no siempre aparecen todos. En el caso de los que se refieren a síntesis y análisis, se debe tener en cuenta la presencia de otros componentes para determinarlos, tales como: la sensibilidad ante los problemas, facultad de evaluación, memoria, motivación, justificación y organización coherente, por lo que a los intereses de este trabajo y delimitado por las edades de las y los niños con lo que se trabajó, fueron los 5 primeros factores, los que se tomaron en cuenta, los que contribuyen al desarrollo de la creatividad en la infancia.

#### **2.4.1 Desarrollo de la creatividad en niñas y niños**

En torno a lo ya expuesto, podría decirse que la creatividad en niñas y niños es una cualidad innata; todas y todos nacemos con la capacidad de ser creativos, y es algo que fluye de forma natural, en diferente medida y conforme se van adquiriendo experiencias y aprendizajes. No obstante, lejos de lo que se cree, es posible potenciar el desarrollo de la creatividad a cualquier edad, sobre todo en las niñas y niños, por ser el tema en cuestión, estimulándolos/as durante sus aprendizajes y fomentando en ellos y ellas la capacidad para aprender, para intentar, para mejorar, para resolver problemas, para escuchar y para pensar, utilizando diferentes estrategias de apoyo como el *mindfulness*, en vista de que la creatividad ayuda a la estimulación de los procesos cognitivos, como lo define Esquivias (2004):

El proceso creativo es una de las potencialidades más elevadas y complejas de los seres humanos, éste implica habilidades del pensamiento que permiten integrar los procesos cognitivos menos complicados, hasta los conocidos como superiores para el logro de una idea o pensamiento nuevo (p. 3).

Avalos (2006) considera que la creatividad es una forma de conducta con características especiales que dan paso a la elaboración de una idea, a solucionar un problema o a la creación de un producto novedoso. Para la autora, la creatividad se manifiesta desde la infancia a través de un interés de las y los menores por detectar, enfrentar y resolver problemas como parte de su aprendizaje.

Es posible entender entonces que, niñas y niños tienen una capacidad creativa por naturaleza, y es importante estimularla día con día, tanto en el entorno familiar como en el escolar, haciendo énfasis en el nivel preescolar, como lo describe la autora: “En la educación preescolar cuando se habla de la formación integral del niño, se tiene que considerar en un primer plano, las actividades de expresión creadora, que son un medio para desarrollar la capacidad constructora y expresiva” (p. 13).

Vázquez (2011) plantea que la primera creación del infante es desarrollar su propio lenguaje para comunicarse con las y los demás mediante expresiones no verbales; en su opinión, cada niño o niña se expresa con movimientos corporales distintos que él o ella misma crea para externar sus necesidades. La autora considera que estos movimientos corporales son el primer lenguaje del niño o niña y el principio de toda su vida creativa, y lo llama “lenguaje infantil”.

El niño comienza a expresarse desde el nacimiento. Ya en las primeras semanas de su vida se puede distinguir entre la expresión dirigida hacia un fin específico y la expresión sin fin aparente; se puede decir que la forma de expresar los sentimientos varía incluso en un lactante (Vázquez, 2011, p. 9).

Vázquez (2011) también enfatiza que la niña o el niño aprende a hacer uso de sus sentidos, a observar y a escuchar mediante las experiencias que va teniendo en su vida, aprende a manejar materiales de diferentes maneras, a abstraer información de cómo funcionan, a sintetizar y a organizar lo que ven sus ojos por lo que, la mayoría

de las veces, tiene más relevancia el proceso del desarrollo creativo que el producto que resulte de este. Asimismo, la autora resalta que, de esta manera, el infante también aprende a descubrir los problemas que le rodean.

Palau (2015) considera lo siguiente: “El proceso creativo es una potencialidad compleja y muy importante del ser humano, pues implica habilidades del pensamiento que integran procesos cognitivos desde los más sencillos a los más sofisticados para construir ideas o pensamientos nuevos” (p. 6). El autor señala que la creatividad es una habilidad que posee el ser humano desde siempre, debido a que se encuentra en su naturaleza.

#### **2.4.2 Creatividad y entorno escolar**

La escuela es uno de los primeros lugares en donde el niño o la niña conviven continuamente con otros/as menores de su mismo rango de edad, además de otros adultos y adultas que no conforman su círculo familiar, por lo que se vuelve una oportunidad de compartir espacio, experiencias, historias y lenguaje, y así, enriquecer sus conocimientos, pero también, el entorno escolar representa la oportunidad de potenciar el desarrollo de su creatividad, por medio del aprendizaje, ya que como lo señala Ortega (2014): “toda actividad en el proceso de enseñanza-aprendizaje lleva implícita la creatividad” (p. 440).

Cemades (2008) considera que: “la creatividad es una característica inherente al ser humano, susceptible de ser estimulada por el entorno, familiar y social del niño. En todo ser humano existe el impulso de experimentar, indagar, relacionar, en definitiva, de crear” (p. 10). La autora enfatiza que el niño o niña, a la edad de ingresar a una institución educativa, pasa por un periodo de gran desarrollo neuronal, y si

existen presiones autoritarias que provengan del exterior su pensamiento creativo, decrecerá.

El niño de educación infantil es un niño deseoso de resolver los problemas por sí mismo, se enfrenta a situaciones nuevas y busca soluciones a veces inesperadas por nosotros los adultos. Se encuentra en una etapa ideal para el desarrollo de su creatividad. Todavía no está atado a esquemas, lo que le permite dar respuestas creativas ante cualquier situación que se le plantee. Si desde un primer momento conseguimos mantener esa libertad, esa naturalidad, dándole seguridad en sí mismo podemos conseguir que ese desarrollo no disminuya (Cemades, 2008, p. 10).

El problema está, señala la autora, en que a las y los adultos, no nos satisface en muchas de las ocasiones la manera en que un niño o niña responde, sus soluciones, creaciones o respuestas no son lo que esperábamos y, si a partir de ello, se le corrige, rechazando lo que haya creado, el niño o niña dejará de crear, y se limitará a realizar lo que las y los adultos le indiquen, así creerá que “no fallará”, y no le será necesario repetir las tareas para satisfacer a su educador/a.

Si, por el contrario, se le permite que tome sus propias decisiones, conservará su potencial creativo y lo fortalecerá conforme vaya creciendo hasta llegar a la edad adulta, y su capacidad creativa le ayudará en gran medida a que pueda resolver problemas de una manera más adecuada. Con base en lo descrito, la autora refiere:

Es evidente que debemos intentar educar niños creativos y capaces de resolver problemas por sí mismos, por lo que las y los educadores debemos buscar una metodología que permita llevar a cabo un proceso de enseñanza aprendizaje que estimule la creatividad (Cemades, 2008, p. 11).

Es importante entonces, como lo señala Cemades (2008), permitir que el niño o niña construya su propio aprendizaje a partir de lo que a él o ella le interese, y lo desarrolle según sus capacidades; para ello, es necesario que en el ambiente educativo existan las condiciones para que explore, experimente y tenga una libertad en la búsqueda de información, siendo el maestro o maestra una guía para potenciar su pensamiento

creativo, mostrándose reflexivo/a para implementar los cambios necesarios en su práctica, puesto que no basta con solo dejarle hacer al niño o niña lo que la institución establece, o lo marcado en un plan de estudio a seguir, sino fomentar que logre expresarse de diferentes maneras, siguiendo su proceso de aprendizaje y construyendo sus propios conceptos.

Si entendemos creatividad como la capacidad que tiene el ser humano en transformar los estímulos recibidos del exterior en ideas propias, esto nos lleva a la idea de que un proceso de enseñanza aprendizaje basado en una educación creativa, será el que permite al niño construir sus propios conceptos, su propio proceso de aprendizaje. Siendo necesario para ello crear un clima de libertad, donde el niño pueda descubrir sus posibilidades individuales, por lo que el adulto debe mantener una postura permanente de observación y flexibilidad, para orientar y apoyar al niño así como para reconocer y utilizar sus potencialidades (Cemades, 2008, p. 12).

Medina, Velázquez, Alhuay & Aguirre (2017), consideran que el desarrollo de la creatividad en niñas y niños, implica la ejecución de los componentes afectivos, motivacionales y cognitivos, de manera que estos contribuyen a que se actúe de manera intencionada para poner en práctica actividades comunicativas, científicas y artísticas, como la música, la danza, la pintura y la literatura. La creatividad, en tanto, es una cualidad del ser humano que le permite crear y buscar soluciones para resolver problemas, por lo que, es importante estimularla en todas las edades, sobre todo en la infancia y en el contexto educativo.

#### **2.4.3 Estimulación de la creatividad en infantes dentro del entorno escolar como apoyo para atender conductas agresivas**

La agresividad en niños y niñas de preescolar es una problemática importante de atender a través de diversas estrategias, en este caso el *mindfulness*, el cual, como ya se revisó, puede contribuir a que niños y niñas logren centrar su atención en lo que

pasa en el momento presente, y que puedan entender lo que están sintiendo; una vez que pase eso, se tendrá la oportunidad de estimular y/o potencializar su creatividad, con la finalidad de que las y los menores logren ocupar su tiempo y energía en realizar actividades positivas y creativas, que sean benéficas para su desarrollo integral.

Avalos (2006) menciona que, al estimular a un niño o niña para que desarrolle su potencial creativo, le ayuda a tener en su vida adulta mayores recursos para adaptarse al medio en el que vive, y obtendrá más posibilidades de resolver conflictos, teniendo la capacidad de analizarlos, tomar decisiones y desarrollar diferentes ideas para llegar a soluciones prácticas. Siendo que:

Al participar en diversas experiencias sociales, entre las que destaca el juego, ya sea en la familia o en otros espacios, los pequeños adquieren conocimientos fundamentales y desarrollan competencias que les permiten actuar cada vez con mayor autonomía y continuar su propio y acelerado aprendizaje acerca del mundo que los rodea (Avalos, 2006, p. 18).

Cemades (2008) plantea que el niño o niña, cuando entra por primera vez a un centro de educación infantil, viene con unas características propias, puesto que no todos y todas tienen las mismas capacidades; Algunas le vienen dadas por sus características innatas (madurez, inteligencia), pero también hay una parte aprendida en el hogar, como lo describe: “una familia rígida y poco motivadora, no permitirá desarrollar la creatividad; un ambiente relajado, flexible y motivador, mostrará a un niño más creativo y seguro de sí mismo” (p. 10).

Palau (2015) plantea que el *mindfulness* aplicado, tanto a adolescentes como a niñas y niños, presenta efectos benéficos en su capacidad creativa, por lo que, implementar esta técnica en los centros educativos, sería de gran ayuda para su desarrollo y para obtener favorables resultados académicos en el pensamiento creativo, en su desempeño y en su conducta.

Medina *et al.* (2017) consideran que, “la persona creativa se puede desenvolver amplia y acertadamente en los diversos escenarios de actuación porque tiene la agudeza mental para poner en práctica sus destrezas y competencias en la resolución de problemas de la vida y de su contexto” (p. 154), para ello, es necesario potenciar las capacidades y habilidades de las y los niños desde sus primeros años de vida, en el ámbito familiar y el educativo, de esta manera, en la adultez tendrán la capacidad de resolver las problemáticas de una forma más adecuada, con un mejor desarrollo de su independencia y asertividad en sus acciones. En cuanto a esto, Medina *et al.* (2017), citan a Vygotsky (1997), quien refiere lo siguiente:

La creatividad es una capacidad que puede desarrollar el sujeto siempre que sea estimulada a través de actividades donde se prioricen la comunicativa, la observación, la orientación; para que el niño resuelva la tarea a un nivel real y potencial se incita ante una actividad que el menor no tiene los recursos para resolverla por sí mismo, puede lograrlo si la actividad reúne las condiciones y una orientación precisa del maestro, la familia u otro compañero que asegura la apropiación del saber, el saber hacer, el ser y en general la independencia del niño (Vygotsky, 1997; citado por Medina *et al.*, 2012, p. 160).

Con base en las aportaciones revisadas de las y los autores citados, resultó importante la elaboración de un programa educativo combinando ambas estrategias, para la atención de conductas agresivas en preescolar, en vista de que, puede ser de gran utilidad como una herramienta psicopedagógica para encausar estas conductas, de manera que niñas y niños sean capaces de regular sus emociones por medio de mindfulness y, asimismo, tener la oportunidad de potenciar el desarrollo de habilidades —como en este caso, la creatividad— y generar en ellos y ellas aprendizajes significativos, que les sean de utilidad a lo largo de su vida.

### **CAPÍTULO III. ATENCIÓN A CONDUCTAS AGRESIVAS DE NIÑAS Y NIÑOS POR MEDIO DE *MINDFULNESS* Y LA ESTIMULACIÓN DE LA CREATIVIDAD**

Como ya se revisó en el primer capítulo, una intervención oportuna en la infancia puede contribuir a que niñas y niños tengan un buen desarrollo psicológico y social. Por lo que se elaboró un programa educativo de intervención psicopedagógica con el que se pretendió lograr que, las y los menores inscritos en un preescolar del sector público, quienes manifestaban agresividad, promovieran su tranquilidad y se centraran en obtener calma en momentos que les resultaran difíciles, de estrés, disgusto o enojo, para evitar que recurrieran a conductas agresivas, afectando la convivencia del grupo y de la institución educativa en general.

Las estrategias que se tomaron en cuenta para diseñar el programa educativo fueron el *mindfulness* y el desarrollo de la creatividad que, como ya se pudo corroborar en el capítulo dos, ambas pueden contribuir a que las conductas agresivas manifestadas por niñas y niños, se modifiquen y/o disminuyan, promoviendo así un mejor manejo de las emociones, sobre todo de las negativas y, por lo tanto, mejores respuestas ante ciertas situaciones. Por lo que en este último capítulo se desarrolla el tercer objetivo particular de la investigación: c) Modificar o disminuir las conductas agresivas por medio de un programa educativo basado en *mindfulness* y el desarrollo de la creatividad.

Como base para la elaboración del programa, se tomó como guía, la descripción que dieron Moñivas, García & García (2012), citados anteriormente, sobre algunas

formas para llevar a cabo *mindfulness*, así como también, se consideraron 5 de los factores de la creatividad descritos por Guilford (citado por Fernández, 2016). En cada sesión que se llevó a cabo, se integraron ejercicios para trabajar el *mindfulness* al inicio, continuando con actividades enfocadas a desarrollar la creatividad en niñas y niños, con la finalidad de disminuir y/o modificar la agresividad que se manifestaba en la convivencia diaria. A continuación, se describirá el lugar donde se llevó a cabo la intervención educativa psicopedagógica.

### **3.1 Contexto del Preescolar “Paulo Freire” en la comunidad Dulce Grande, Villa de Ramos, San Luis Potosí**

El lugar donde se realizó la investigación, así como el trabajo de campo, necesarios para llevar a cabo la intervención educativa basada en *mindfulness* y el desarrollo de la creatividad en niñas y niños, fue el Preescolar “Paulo Freire”, perteneciente al sector público, ubicado en la comunidad Dulce Grande, del municipio Villa de Ramos, en San Luis Potosí, México, y se llevó a cabo durante el ciclo escolar 2019 – 2020.

Dicha institución educativa laboraba en el turno vespertino, con un horario de 2:00 pm a 5:00 pm, y compartía las instalaciones con el preescolar “Gabriela Mistral”, del turno matutino. Se encontraban ubicados en la zona centro de la comunidad, el edificio se conformaba por una estructura de 7 aulas, 1 biblioteca, 2 espacios usados como dirección, una por cada turno y preescolar, además de los baños divididos por sexos, el patio cívico, y un área de juegos al aire libre. Al momento de realizar la investigación el preescolar “Paulo Freire”, ocupaba para la atención de sus alumnos y alumnas, 5 aulas de las 7 mencionadas, teniendo una capacidad para 150 estudiantes, pero solo se tenían inscritos a 89, distribuidos en un grupo de primer grado, dos grupos

de segundo y dos grupos de tercero, donde el personal educativo para su atención lo integraban, la Directora y cuatro maestras más.

La Directora del plantel señaló que la población con la cual se había contado en los dos ciclos escolares anteriores y en los cuales ella había formado parte del colectivo docente, registraban aproximadamente la misma cantidad de estudiantes, las variantes eran mínimas, agregando, además, que la mayor población de alumnas y alumnos se encontraban en el plantel del turno matutino.

### **3.1.1 Conductas agresivas en el grupo 3° “A”**

Se trabajó el programa educativo con el grupo de 3° “A”, conformado por un total de 23 alumnos y alumnas (10 niñas y 13 niños), que oscilaban entre los 5 y 6 años de edad. El grupo fue asignado por la Directora de dicha institución, ya que, en su opinión, era en el cual se habían presentado de forma más notoria, conductas consideradas agresivas, en las niñas y niños. Para el análisis y revisión de dichas conductas, se mostrará información recopilada a partir de dos instrumentos, ambos elaborados por la autora de este trabajo académico. El objetivo primordial fue ahondar en los motivos y antecedentes de las conductas agresivas al interior y exterior del preescolar.

El primero fue una entrevista dirigida a la Directora del plantel educativo, así como a la docente a cargo del grupo 3° “A”, con la intención de conocer más a detalle su opinión sobre lo que consideraban como conductas agresivas. De este modo, algunas de las interrogantes que surgieron, fueron: ¿Quiénes eran las y los alumnos que las han presentado? ¿En qué momentos?, y ¿Cuáles fueron las estrategias que se habían utilizado para atenderlas? El segundo instrumento fue una encuesta aplicada a padres y madres de familia, con la finalidad de conocer el entorno en el cual

se desarrollaban las y los niños, y así analizar si este contribuía a la manifestación de la agresividad.

La información recopilada tanto en la observación como con la entrevista fueron de ayuda para identificar las conductas agresivas presentadas en el grupo 3° “A”, entre las que se destacaron: decir palabras altisonantes, realizar gestos, gritos, insultos y golpes; además de conocer qué niñas y niños las realizaban con mayor frecuencia, de igual manera, la información que arrojó la encuesta a madres y/o padres de familia, ayudó a conocer un poco del entorno familiar en el cual se desarrollaban la y los infantes.

A partir de la información obtenida, se identificó a una niña y tres niños, quienes manifestaban, de manera frecuente, conductas agresivas y a quienes, por protección de su identidad, se referirá a ella y ellos dentro de la investigación por claves de informantes que se presentan a continuación en la tabla 3. Claves de informantes – alumnos/as.

*Tabla 3. Claves de informantes – alumnos/as*

Clave	Edad	Sexo	Escolaridad
Alumna.1.Y	5 años	Femenino	Preescolar
Alumno.2.F	5 años	Masculino	Preescolar
Alumno.3.J	5 años	Masculino	Preescolar
Alumno.4.E	5 años	Masculino	Preescolar

Fuente: (Elaboración propia)

Para comenzar las actividades de la intervención educativa psicopedagógica, se realizó una presentación de manera verbal, informando a las y los alumnos del grupo

3° “A”, que se estaría trabajando con ellos y ellas durante varios días. Al principio denotaron extrañamiento, pero, el hecho de que la maestra titular del grupo estuviera presente en todo momento, les generó confianza. Durante la presentación, fue posible observar la conducta del grupo y, en específico, de la niña y los niños ya identificados, donde resaltaron acciones como: empujones, gritos y arrebatos de objetos.

### **3.1.2 Entrevista dirigida al personal educativo**

Como se señaló antes, el primer instrumento (ver anexo B) para la recolección de datos fue una entrevista de elaboración propia, conformada por 19 preguntas abiertas, diseñadas para indagar sobre los sucesos de agresividad que pudieran haberse presentado en el preescolar “Paulo Freire” por parte del alumnado, específicamente en el grupo de 3° “A”, con el cual se trabajó para implementar el programa educativo psicopedagógico basado en *mindfulness* y el desarrollo de la creatividad. Las entrevistas fueron aplicadas a la Directora de la institución, quién también funge como docente del grupo 3° “B”, y a la maestra titular del grupo 3° “A”.

La Directora expresó, a través del instrumento, que le parecía pertinente se llevara a cabo el programa educativo que se planteó para la atención de dichas conductas, siendo que, en la institución, de manera general, durante el ciclo escolar 2019 – 2020, se había presentado agresividad por parte de algunos niños y niñas, dentro y fuera de las aulas, mencionando algunas como: palabras altisonantes, empujones y golpes, etcétera.

Entre las acciones que se habían implementado con anterioridad para atenderlas, mencionó las siguientes: “se habla con el niño o niña para conocer el por qué de su conducta, si la conducta sigue, se habla con los padres para darles a

conocer la situación y se realiza el esfuerzo de trabajar en conjunto”. También informó que cada docente desarrollaba actividades de convivencia, las cuales ayudaban a crear ambientes más propicios para la empatía y la convivencia saludable.

En cuanto al grupo de 3° “A”, la Directora dio a conocer que las conductas agresivas presentadas habían sido: palabras altisonantes, golpes y gestos. Estas conductas eran manifestadas principalmente por Alumno.2.F y Alumna.1.Y, en los momentos en los que algo parecía disgustarles; esto, en su opinión, detenía el proceso de aprendizaje del grupo entero, restando tiempo en las actividades planeadas, puesto que, las docentes, dedicaban algunos minutos a moderar las conductas agresivas. La directora consideró que el ambiente familiar de cada niño y niña, el interés de las madres y de los padres, así como el uso de la tecnología, eran factores importantes para que se llegara a presentar agresividad en el entorno escolar.

En la entrevista dirigida a la maestra responsable del grupo 3 “A” con el cual se trabajó, comentó que, para ella, la agresividad era: “todo acto de provocar daño a una persona, tanto físico como verbalmente”, y afirmó que, de manera general, en la institución educativa en la que ella se desempeñaba, se habían presentado conductas agresivas por parte de las y los alumnos, entre estas: golpes, insultos, gritos, burlas, amenazas y tonos de voz disonantes. Informó que, para atenderlas, la institución había implementado actividades didácticas relacionadas con la inclusión, promoviendo valores como el respeto, la empatía, la equidad y la igualdad.

En cuanto al grupo de 3° “A” del cual ella era responsable, mencionó que la mayoría de las y los alumnos convivían de manera sana y pacífica, a excepción de una niña y tres niños. La niña, a quien se identificó aquí como Alumna.1.Y, solía empujar a las y los compañeros/as, quitarles el material, además de tener dificultades

para el trabajo colaborativo y la cooperación. También mencionó que, en las últimas semanas, la niña había intentado “besar” a algunos compañeros, además de que siempre tenía una imagen de su persona “desaseada”, incumplía de manera constante con las tareas, y solía ausentarse frecuentemente; situaciones por las cuales ya se había conversado con la mamá, sin obtener cambios ni mejoras.

Uno de los niños, Alumno.4.E, presentaba problemas del habla, lo cual le dificultaba su expresión oral y, asimismo, le complicaba el entendimiento de lo que quería comunicar; esta situación le producía enfado y, por consecuencia, provocaba que se desahogase, dirigiéndose con gestos y gritos a las y los compañeros, además mostraba disgusto y rabia cuando se le dificultaba realizar las actividades escolares y llegaba al punto de lanzar con enojo los materiales.

Otro de los niños identificados: Alumno.3.J, quien apenas semanas atrás se había integrado al grupo, veía ofuscada la convivencia con las y los demás, significando, para él incluso, un gran esfuerzo compartir materiales de trabajo; en ocasiones hacía gestos grotescos, empujaba o pegaba a sus compañeros y compañeras para quitarles el material de trabajo.

Por último, refirió a Alumno.2.F, quien en momentos de trabajo no quería compartir útiles escolares, se molestaba con facilidad si no se le daba algo que él quería, profería palabras altisonantes, y en el receso no esperaba turno para subir a los columpios o resbaladillas, prefiriendo arrebatarse la oportunidad con golpes, empujones e insultos a compañeros y compañeras, para cumplir sus deseos.

La maestra explicó que las conductas mostradas por los tres niños y la niña, afectaban de manera considerable la socialización entre los miembros de la clase, puesto que, al comportarse de forma agresiva, habían producido exclusión y rechazo

por parte del resto de las y los compañeros. Mencionó que, dentro de las estrategias que ella había implementado en varias ocasiones para atender dichas conductas, era propiciar espacios para el diálogo, la reflexión y la expresión de las emociones positivas y negativas.

Expresó considerar que, tanto el contexto social como el ambiente familiar, influían para que se presentaran conductas agresivas por parte del alumnado. Considerando principalmente la familia, como fuente inicial de conocimiento, donde se imita a través de la observación y se recibe la herencia cultural y el carácter social, el cual, más tarde habrá de replicarse en los ambientes sociales más diversos; de tal suerte que, si las y los infantes ven y viven agresión, eso será lo que ellos y ellas practiquen de manera normalizada, quizá para toda su vida.

Mencionó también haber entablado un diálogo con las madres de familia para informarles de las conductas presentadas de sus hijos e hijas dentro del plantel, y entre las respuestas que había obtenido se encontraban: que las y los niños, en casa tenían el mismo actuar agresivo, pelear con las y los hermanos, hacer berrinches, decir palabras altisonantes (las cuales escuchan de otras personas), lanzar o golpear objetos e, incluso, y en el caso de Alumna.1.Y además de Alumno.2.F, pegarles a las mamás en algunas ocasiones que llamaban su atención o trataban de reprenderles.

### **3.1.3 Encuesta aplicada a madres y/o padres de familia**

La aplicación de encuestas (ver anexo C) se realizó durante la sesión dedicada al trabajo con madres y/o padres de familia, como complemento de las sesiones realizadas con sus hijos e hijas. Es importante señalar que solo asistieron once mamás de veintitrés que conformaban el grupo y ningún padre de familia, al realizar un

comentario (la autora de la investigación) de que solo había mamás en la sesión, una de ellas dijo lo siguiente: “es que aquí los papás no vienen a las juntas, les da vergüenza, dicen que es cosa de mujeres”.

Entre las once madres de familia presentes se encontraban las mamás de Alumna.1.Y, Alumno.2.F, Alumno.3.J y Alumno.4.E, debido a que, con el apoyo de la maestra, a ellas se les hizo énfasis en que era muy importante su asistencia; y sin duda, su presencia fue benéfica para la investigación. La encuesta constó de 30 preguntas, de elaboración propia, diseñadas con la finalidad de conocer los entornos familiares de las y los niños, y a partir de ello, averiguar si en su convivencia familiar se presentaban actos de agresividad.

La encuesta fue aplicada a todas las madres de familia que se encontraban presentes, pero, dado el caso, solo se mostrará la información obtenida por este instrumento de investigación de la niña y los tres niños ya nombrados, quienes destacaron en mostrar expresiones de agresividad. La información encontrada fue la siguiente:

Durante el tiempo en que se realizó la investigación, Alumna.1.Y vivía con su mamá, sus abuelos maternos y sus dos hermanas mayores, que cursaban la educación primaria, además de una hermana menor; el padre no vivía en la misma casa, en razón de que hubo separación entre él y la madre, y cabe señalar que las niñas no llevaban relación con él.

Debido a que la mamá de Alumna.1.Y manifestó ser analfabeta, se le apoyó con el llenado de la encuesta. Comentó que, para ella, la agresividad “era pelear” y que cuando sus hijas peleaban, las regañaba o, a veces, las reprendía con castigos físicos (nalgadas). La misma señora indicó que su hija se mostraba inquieta, tanto en la casa

como en el ámbito escolar; de este último lo sabía, porque algunas veces la maestra así se lo había reportado.

La mamá de Alumna.1.Y mencionó que apoyaba a la niña en todo lo referente a la escuela, sin embargo, la maestra había informado con anterioridad que la menor, por lo regular, incumplía con tareas y trabajos, al igual que con la asistencia. La madre de la infanta agregó que, en su familia, no se tenían reglas establecidas para convivir, que no existían personas agresivas con quienes cohabitaba su hija, y que siempre podían sostener conversaciones sin discutir, pero, más adelante, contradijo estas palabras, declarándose ella misma una persona “agresiva”, y constatando que la menor había sido testiga de discusiones y desacuerdos al interior del núcleo familiar.

Por otra parte, la madre de Alumno.2.F respondió en la encuesta que ella era quien se encargaba la mayor parte del tiempo del cuidado de su hijo y de su hija mayor que Alumno.2.F, aclarando que el padre se encontraba ausente del hogar. Refirió que ella trabajaba, por lo cual su familia la apoyaba para cuidar a la niña y el niño durante el tiempo que no se encontraba presente.

La madre del menor, señaló también que, por su trabajo, no podía dedicarle mucho tiempo a Alumno.2.F, así que, eran pocas las veces que le podía ayudar con trabajos y tareas, además de que no le quedaba tiempo para juegos o actividades de recreación; de tal suerte que, al no poder brindarle tanto tiempo, ella trataba de recompensarlo al comprarle dulces, juguetes u objetos que él deseara.

En complemento, dio cuenta de que su hijo siempre hacía “berrinches” y se enojaba cuando no obtenía algo deseado, ante lo cual respondía ella con regaños, ignorándolo y, a veces, con reprimendas físicas (nalgadas o manotazos). Mencionó que, por parte del preescolar, pocas veces se le había informado que el niño haya

presentado conductas agresivas, aclarando que, para ella, la agresividad era algo “referente a la pelea” y a la “desobediencia”. Destacó que su hijo solía ser agresivo, pero que, en la mayor parte del tiempo, el niño se mostraba gentil y con buena convivencia.

La madre de Alumno.2.F expresó considerarse agresiva, de manera específica ante diversas situaciones; también refirió que su padre (el abuelo del niño), con quien su hijo convivía frecuentemente, era también una persona con ciertas actitudes de agresividad; mencionó que, dentro de la familia, habían ocurrido discusiones y, en algunas, había estado presente su hijo.

Explicó que las conductas agresivas que más presentaba Alumno.2.F eran pelear con su hermana por algún juguete u objeto, como podía ser el control de la televisión, entre otros; y ante este tipo de situaciones ella había reaccionado con reprimendas verbales, tales como regaños y gritos; y reprimendas físicas, como nalgadas. En cambio, cuando consideraba que realizaban una conducta adecuada, o se portaban bien, los premiaba con un dulce, o con un beso y un abrazo (esta última acción podría haber estado condicionando a recibir cariño si se consideraba que se portaban bien o mal).

Por lo que respecta a Alumno.3.J, la madre informó en la encuesta, que el niño convivía con siete adultos/as y otros/as seis niños/as en el hogar. Su esposo, el padre de Alumno.3.J, trabajaba al igual que ella, por lo que, la familia con quienes compartían vivienda, la apoyaban en el cuidado del menor. Comentó que, tanto su esposo como ella, buscaban tener tiempo para jugar con su hijo, hablar con él y ayudarlo con las tareas escolares; además de que, con frecuencia, le preguntaban qué era lo que sucedía en el preescolar.

Reconoció que, la mayoría de las veces, el niño hacía berrinches, lloraba y actuaba agresivamente, sobre todo si no se le daba algo que deseaba o no se le permitía jugar con lo que quería; como respuesta, ella lo regañaba, lo amenazaba con no comprarle juguetes ni dulces; y cuando el niño se calmaba, trataba de explicarle que no estaba bien que actuara de esa forma. En cambio, si ella consideraba que Alumno.3.J tenía un comportamiento adecuado, lo recompensaba comprándole algo que a él le interesara, o lo llevaba a dar un paseo a ciertos lugares fuera de casa.

La señora informó, tener un hermano a quien consideró agresivo, y con quien el niño convivía diariamente; también sostuvo que ella misma solía actuar de forma agresiva, en lo particular, cuando se habían presentado discusiones familiares, las cuales el mismo niño había presenciado. Por parte de la institución educativa, expresó que pocas veces le informaron que su hijo haya presentado agresividad, sin embargo agregó reconocer que su hijo se comportaba “inquieto” dentro del preescolar.

Por último, la mamá de Alumno.4.E, en la encuesta respondió ser ella quien se encargaba de su cuidado, y buscaba tener tiempo para jugar con su hijo y realizar actividades recreativas; manifestó apoyarlo con la elaboración de trabajos y tareas, además de que le expresaba siempre el cariño y le preguntaba con frecuencia lo que sucedía en el preescolar. Comentó que, el niño hacía berrinches cuando se le presentaba algún motivo de enfado, por ejemplo, al no conseguir algo que deseaba; además de que el menor daba muestras de no ser compartido con sus pertenencias o juguetes.

Comentó que su hijo convivía con vecinos de su edad, pero muy poco, porque “lo peleaban”, motivo por el cual la madre había restringido la, ya de por sí escasa, convivencia. En cuanto al preescolar, muy pocas veces le informaron que el niño

manifestaba conductas agresivas o que no obedeciera; por lo que desconocía con certeza el desempeño social del infante dentro de la institución educativa.

En cuanto a la conducta de Alumno.4.E, consideró que algunas veces reaccionaba con agresividad ante algunas circunstancias; además, relató que el niño había presenciado un par de discusiones dentro del hogar, pero señaló que el menor pocas veces había manifestado agresividad en el entorno familiar, como podría ser: pelear. Para esto, las medidas de corrección que utilizaba la mamá, habían sido, que cuando a su consideración, el niño se comportaba bien, le permitía ver durante más tiempo la programación de sus caricaturas favoritas en la televisión, o comprarle juguetes que premiaran su actitud positiva.

### **3.2 Programa educativo: *Mindfulness* y creatividad, desarrollo infantil sin agresividad**

Al programa educativo elaborado se le dio el nombre de “*Mindfulness* y creatividad, desarrollo infantil sin agresividad” (ver anexo D). Su planeación se hizo a partir de la información recopilada por medio de los instrumentos utilizados, con la pretensión de lograr que niñas y niños promovieran su tranquilidad ante situaciones de estrés o en las que experimentarían disgusto o enojo y, con ello, evitar que manifestaran conductas agresivas.

El desarrollo del programa se basó en 5 de los 7 factores de la creatividad, los cuales propuso Guilford (citado por Fernández, 2016): fluidez, flexibilidad, originalidad, elaboración y redefinición, descritos en el capítulo anterior. Se tomaron en cuenta solo 5 factores, debido a que, por la edad de las y los infantes y el grado que cursaban, eran los procesos que podían llevar más fácilmente a cabo. También se incluyeron

ejercicios de *mindfulness* al inicio de todas las sesiones, para promover que las y los niños se encontraran en calma emocional, al momento de desarrollar las actividades, para esto se tomó como guía, la descripción que dieron Moñivas, García & García (2012), citados anteriormente, sobre algunas formas para llevar a cabo *mindfulness*.

Todas las actividades propuestas se realizaron en forma grupal, debido a que, las conductas agresivas no solo afectan al niño o niña que las manifiesta, sino que, por medio de la interacción afectan al grupo en general. El programa educativo se desarrolló en 9 sesiones dirigidas a las y los niños, y 1 sesión con las madres y/o padres de familia. Después de ser implementada cada una, se registraron los resultados obtenidos, mismos que sirvieron de apoyo para el desarrollo de la sesión subsecuente.

Cabe mencionar que, la maestra responsable del grupo, estuvo presente en cada sesión realizada con las y los menores, sin embargo, no participó en el desarrollo de ellas, puesto que la implementación del programa educativo psicopedagógico estuvo a cargo de la autora de la investigación. De igual manera se aclara que, en el desarrollo de la sesión dirigida a madres y/o padres de familia, no estuvo presente la maestra del grupo.

Con la implementación del programa educativo, se pretendió obtener la disminución o, en dado caso, la eliminación de conductas agresivas de las y los niños, y fomentar en ellos y ellas la capacidad de afrontar situaciones que les generen angustia, de tal manera que sean también capaces de idear soluciones o alternativas más adecuadas, al expresarse y actuar, alentando aprendizajes que les serán de utilidad para la vida futura.

### **3.2.1 Desarrollo del programa por sesiones, resultados alcanzados y observaciones**

A continuación, se describen las sesiones implementadas y se plantean algunas observaciones de cada una de ellas, para la posterior evaluación de los resultados sobre el desarrollo del programa educativo, el cual se puede revisar de forma detallada en el apartado de anexos, desde las actividades planteadas, los objetivos de cada sesión, así como algunas evidencias (ver anexo D y anexo E).

Para no saturar la descripción de los resultados con la información de todos los casos de las y los alumnos que conformaban el grupo, aleatoriamente se irán describiendo en cada sesión realizada cuál fue la actitud y desempeño de actividades solo de los tres niños y la niña a quienes se consideró de forma especial en esta investigación.

#### **Sesión 1 “Conociéndome”**

**Resultados alcanzados:** En esta primera sesión de trabajo con las y los niños, quienes sumaban un total de 14, se mostraron extrañados/as al notar la variación en sus actividades cotidianas; pero luego, al contar con la presencia de la maestra del grupo, se sintieron con más seguridad y confianza. Al comenzar a explicar cómo se llevaría a cabo la actividad, prestaron atención; se observó que algunos/as participaron favorablemente identificando las emociones, y expresando cuáles eran las que sentían en ese momento.

Posteriormente, al desarrollar el *mindfulness*, las y los niños siguieron las instrucciones y fue notoria, en la mayoría de ellos y ellas, la tranquilidad que reflejaron al escuchar la canción de las emociones con los ojos cerrados. No obstante, hubo

quienes los abrieron, incluyendo a Alumna.1.Y, y a Alumno.3.J, y no solo abrieron los ojos, sino que reían en un tono bajo. Al finalizar esta primera parte de la actividad, comentaron lo que escucharon en la canción y qué emociones reconocieron; incluso, varios de ellos/as, hicieron gestos para expresarse. En el caso de Alumno.4.E, su respuesta solo fue: “dice las emociones”. Y Alumno.2.F dio muestra de haber desarrollado adecuadamente el *mindfulness*, incluso, aún estaba cantando pequeños fragmentos de lo que decía la canción.

Para favorecer su creatividad, se continuó con la invención de un cuento. Algunas niñas y niños, entre ellos Alumna.1.Y, Alumno.2.F, Alumno.3.J, antes de que se les indicara que lo hicieran, tomaron y voltearon las imágenes, las cuales previamente se colocaron en el piso, distribuidas por el aula, debido a que serían el material de trabajo para esa actividad. Se les explicó que debían seguir las indicaciones y, esperar su turno de participar, pero fue una regla que no acataron.

Se comenzó el cuento con la frase “Había una vez”, y al preguntar quién quería pasar a pegar una imagen para usarla como referente de la historia a desarrollar, varios niños y niñas levantaron su mano; pero Alumno.2.F se levantó y avanzó para participar, sin comentar que quería hacerlo, a lo cual se le permitió participar, previo explicarle la importancia de seguir las reglas de la actividad. Tomó una imagen y, al verla, dijo: “esta niña está llorando y triste”. Luego, se le preguntó si quería darle un nombre a la niña de la imagen, y dijo: “Rosy, como mi hermana”.

Continuando con el cuento, se solicitó las participaciones del resto de las y los niños del grupo, quienes fueron pasando poco a poco; algunos/as de manera tímida. Al participar Alumna.1.Y, tomó una imagen que expresaba ira; al verla, dijo: “ella está gritando por su mamá que le pegó”, y esto se agregó al cuento. Al terminar, se les leyó

la historia que entre todas y todos habían construido, para que escucharan el resultado final; al leer la frase que dijo Alumna.1.Y, ella misma comentó: “es que las mamás pegan y dicen: eres tonta”.

Para finalizar la actividad, se les preguntó cómo se sintieron; la mayoría, respondió: “feliz”, “contentos”. Para relacionar lo visto con las emociones que percibieron, se les preguntó en qué situaciones sentían cada una de las emociones que se revisaron durante la actividad; Alumno.2.F comentó: “Yo me siento triste cuando no me comparten algo”.

**Observaciones:** Se pudo notar que, para Alumna.1.Y, la agresividad se encontraba normalizada, pues sintió identificación al ver la emoción de la ira y, muy probablemente, en su ambiente familiar haya presenciado o vivido agresiones físicas, lo cual en consecuencia, le pudo provocar sentirse enojada ante esas situaciones. En cuanto a Alumno.2.F, fue posible percibir su dificultad por seguir reglas, reflejándolo en la impaciencia que denotó al pasar al frente, sin dar aviso de su interés por participar; el niño solamente se levantó del lugar en el cual se encontraba, y avanzó hasta tomar una imagen, acción que se le permitió para no cortar su iniciativa, también fue notorio que el niño, al ver la imagen que levanto, la relacionó con la emoción tristeza.

## **Sesión 2 “El tren de la armonía”**

**Resultados alcanzados:** en esta sesión estuvieron presentes 18 alumnos/as. Al iniciar con *mindfulness*, se les explicó, en primer lugar, el concepto de armonía, así como su utilidad. Se les habló entonces del tren de la armonía, y la mayoría se

mostraron interesados/as por imaginarlo; cerraron sus ojos, y algunos/as comenzaron a describir sus características. Alumno.4.E, quien había estado muy inquieto al principio, se mostró muy tranquilo al momento de estar imaginando a ojos cerrados y, en instantes sonreía.

Durante la respiración guiada, algunos/as levantaban sus manos al inhalar, y al exhalar, las bajaban. Un grupo de tres niños perdió la concentración, a causa de que uno de ellos abrió los ojos, comenzó a reír, y los otros dos, quienes se encontraban a un lado de él, hicieron lo mismo; el resto del grupo llevó adecuadamente la respiración guiada, apoyados de la imaginación, para que el tren avanzara por su cuerpo, llevando armonía.

Al finalizar esta primera parte de la actividad, abrieron los ojos y comenzaron a relatar lo que habían imaginado; enseguida, se les proporcionó material para dibujar los trenes, tal como minutos antes los habían imaginado. Alumno.2.F dijo en un principio que su tren era invisible y, por eso no lo podía dibujar, pero luego, lo describió diciendo verbalmente: “mi tren tiene brazos de pulpo y en él está un cochino con un cuchillo encajado”. Al preguntarle por qué lo describió así, dijo: “porque son las películas de mi casa”.

Una vez que todos y todas terminaron de plasmar sus trenes, se comenzó la exposición, en la cual, por turnos, niñas y niños, excepto Alumno.2.F quien se negó a realizar el dibujo, pasaron a pegar en el pizarrón su creación y, al mismo tiempo, describían algunas de sus características y, que era lo que hacía, por ejemplo, en qué partes de su cuerpo dejó la armonía. Cuando se dio por finalizada la actividad, algunos niños y algunas niñas, entre ellos/as Alumno.4.E, expresaron sentirse “felices” durante el desarrollo de la sesión.

**Observaciones:** se logró identificar que, en el contexto familiar de Alumno.2.F, se le habían mostrado películas con algún contenido de agresividad, no aptas para menores de edad, algo que se infirió debido a los comentarios que hizo durante la actividad. Asimismo, se observó a las y los niños más familiarizados con las emociones positivas, así como con el *mindfulness*, condición que les permitió encontrar su armonía.

### **Sesión 3 “Me expreso con mi cuerpo”**

**Resultados alcanzados:** esta sesión se realizó con un total de 19 alumnos y alumnas. Al comenzar la parte de *mindfulness*, se les dijo que se convertirían en el mar, explicando que, en ocasiones, el mar se altera y mueve sus olas con fuerza, pero asimismo, se puede poner en calma y mover tranquilamente; para matizar la metáfora, se les explicó que así como el mar, era posible que ellos y ellas lograran tranquilizarse en los momentos en los cuales se sintieran alterados o enojados con las y los compañeros.

Sin embargo, con esta primera parte de la actividad, algunos/as se distrajerón con facilidad, sin lograr concentrarse en su respiración, entre ellos/as Alumno.3.J y Alumna.1.Y debido a que estaban tratando de jugar con el barco, o riendo con el compañero o compañera de sus costados. En cambio, otros niños y otras niñas dijeron sentirse tranquilos/as, como el mar; Alumno.2.F estuvo muy concentrado en realizar lo que se le dijo, y mencionó que le fue muy agradable mover el barco con su respiración.

Al pasar a la siguiente parte de la actividad, la mayoría de las y los niños estuvieron muy participativos/as, incluyendo a Alumno.2.F y Alumno.4.E, quienes se expresaron muy bien con gestos y acciones. Todos y todas fueron pasando por turnos

frente al grupo, ya que debían de representar lo que habían escogido convertirse. Para lograr esto, realizaron algunos movimientos y sonidos, utilizando su creatividad, para que a sus compañeros/as les fuera posible adivinar. Algunos/as estuvieron muy tímidos/as para participar, por lo cual se les animó, y se les dio confianza para que lo lograran. Cada vez que alguien pasaba al frente, se les brindaba un fuerte aplauso y, se les regalaba una estampa en forma de estrella, para reconocer su esfuerzo.

Para finalizar la actividad, se realizó una reflexión acerca del por qué es importante expresar cómo se sienten en distintas ocasiones, y cómo lograr tranquilizarse en caso de que estuvieran alterados/s; los comentarios realizados por algunos niños y niñas al respecto, fueron: “respirando tranquilamente”, “pensar en el mar”, y “no pelear”. Al término de la reflexión, se brindó un aplauso para todos y todas por haber participado.

**Observaciones:** en esta sesión de trabajo se logró visualizar que las niñas y los niños se encontraban más familiarizados/as al realizar *mindfulness*; puesto que les agrada tener momentos para relajarse. En especial, fue notorio con Alumno.2.F durante el desarrollo de la actividad, en vista de que le fue posible concentrarse en la respiración guiada con el barco, sin intentar jugar con él.

#### **Sesión 4 “Superhéroes”**

**Resultados alcanzados:** en esta sesión estuvieron presentes 17 alumnos y alumnas, quienes en su mayoría, se mostraron inquietos e inquietas, pero, al comenzar con las indicaciones de la mecánica de trabajo con *mindfulness*, se logró captar su atención; la excepción fueron tres niños, entre ellos Alumno.2.F y Alumno.3.J, quienes se

encontraban jugando, por lo cual se entabló un diálogo con ellos para explicarles que se trabajaría con un globo imaginario, y así se obtuvo su interés. Se volvieron a explicar las instrucciones, de tal manera que fuesen entendibles para todas y todos.

Las niñas y los niños estuvieron concentrados al estar imaginando el globo, sin embargo, la atención, más que estar enfocada en la respiración, se centró en jugar con su globo imaginario, riendo bastante al momento de simular soltarlo; incluso, pidieron repetir la actividad. Al principio, Alumno.2.F había manifestado que él no podía imaginar nada, e hizo muecas que indicaban su negatividad a participar, pero terminó por realizar lo que se le indicó.

Para finalizar esta primera parte de la actividad, se les pidió que expresaran cómo se habían sentido; las respuestas más frecuentes fueron: “bien” y “felices”. Continuando con la actividad, y con la misma posición en la cual se encontraban, se les solicitó que imaginaran un superhéroe, quien debía de tener poderes, principalmente para eliminar el enojo y las ganas de agredir; les agradó la idea, e inmediatamente comenzaron a describir algunas características y virtudes de su creación. Alumno.4.E, comentó “mi superhéroe es bueno porque hace el bien”; y Alumno.2.F, se mostró renuente al decir que él no podía imaginar un superhéroe, y que no sabía cómo hacerlo; por tanto, se le animó a que lo intentara.

Posteriormente se les entregó material necesario para que dibujaran lo que crearon en su imaginación. Alumno.2.F, al tomar la hoja que se le proporcionó, la manipuló bastante, al grado de maltratarla; además hacía expresiones de querer llorar, repitiendo que él no podía hacerlo, y que prefería utilizar pintura en lugar de un gis, pero se le explicó que debía de realizar la actividad con gis, como lo hacían sus

compañeros/as, y que en otra ocasión utilizaría pintura, pero él siguió con poco interés para participar.

El resto de las niñas y los niños comenzaron a dibujar; previamente se les había propuesto la opción de que, entre ellos/as, podían compartir los gises para que tuvieran variedad de colores. Al estar dibujando, Alumno.3.J se distrajo y se fue a tomar otro material que se encontraba en el salón; por lo que se le preguntó si ya no quería concluir el dibujo que había comenzado, e inmediatamente, se regresó al lugar en donde estaba, para proseguir. Mientras tanto, Alumno.2.F seguía diciendo que no trabajaría, porque no quería utilizar gises, sino pintura; al no obtener lo que quería, aventó la hoja y comenzó a llorar y manotear. En consecuencia, se le permitió expresarse durante un momento, y al calmarse, se habló con él para identificar cómo se sentía, mientras el resto de las y los alumnos, finalizaban su creación.

Para terminar se les pidió mostrar sus dibujos a sus compañeras y compañeros, mencionando cuál era el nombre que dieron a sus superhéroes, y las características que poseían. Algunos de los comentarios fueron: “es bueno”, “ayuda a no portarse mal”, y “ayuda a que no debemos pelear porque somos compañeritos”. Alumno.4.E, estuvo muy participativo y animado durante toda la actividad, y dijo que su superhéroe “era feliz”, y “no peleaba”. Se agradeció la participación de todas y todos dando un fuerte aplauso, y se dieron un abrazo grupal. Alumno.2.F, estuvo atento a lo que decían las y los demás en esta última parte de la actividad, pero no quiso mencionar nada, aunque participó en el abrazo grupal.

**Observaciones:** al conversar con Alumno.2.F, acerca de su renuencia a participar y por las conductas que realizó, el infante expreso: “es que yo no puedo y quería usar pintura porque me encanta”. Se le explicó que era una ocasión especial,

en la cual tendría la oportunidad de usar gises, y que en otra ocasión usaría la pintura. Se le hizo énfasis en que él poseía la capacidad de realizar la actividad, como todas y todos los demás, pero, quizá, no era un buen momento para llevarla a cabo.

Ante esta situación el niño comenzó a llorar, y expreso su sentir: “es que ya me quiero ir, extraño a mi mamá”. Se le dijo que al término del horario escolar podría verla, e incluso decirle que la extrañó, o podría darle un abrazo si así lo deseaba; aún con el llanto, respondió: “es que no quiere, me va a decir que está ocupada, siempre está ocupada”. Se le trató de tranquilizar con palabras, animándolo a que pudiera expresar su sentir a su mamá y él respondió con un abrazo.

Con lo ocurrido a Alumno.2.F, se pudo inferir que en ocasiones se siente descuidado por su mamá (por ser la constante en sus expresiones); de ahí que pide más atención de su parte, y esto lo manifiesta con alteraciones en su conducta. También se puede observar que, para obtener algo que desea, le es normal hacer berrinches, y si no lo consigue, se enoja, llora o, como en este caso, se niega a realizar las actividades.

### **Sesión 5 “Compartiendo”**

**Resultados obtenidos:** durante esta sesión de trabajo estuvieron presentes 14 niñas y niños. La mayoría de ellas y ellos realizaron satisfactoriamente y de manera tranquila el *mindfulness*, expresando comentarios de que les agradaba la música que escuchaban (flauta de pan), y que les parecía “música feliz”. Alumno.4.E estuvo muy atento y participativo durante esta primera parte de la actividad, sonreía bastante y dijo sentirse feliz.

Caso contrario fue el de Alumno.3.J, quién estuvo muy inquieto; se observó que no lograba concentrarse en escuchar la música, y repetía que ya quería irse al receso, pero, al momento que se les proporcionó la masa para moldear, logró concentrarse en manipularla. Mientras todo el grupo trabajaba con la masa, se volvió a reproducir la música del principio, lo cual causó que algunos niños y algunas niñas volvieran a cerrar los ojos, aun cuando estaban manipulando la masa, e incluso sonreían.

Al terminar esta primera parte de la sesión de trabajo, se pidió al alumnado que expresaran su sentir. La mayoría de las respuestas fueron: “contentos/as”, “felices”, y también dijeron haber identificado sonidos como cantos de aves, silbidos y agua fluyendo. Se les explicó que la música les puede ayudar a relajarse, o a sentirse mejor, si se encuentran enojados con alguien o por algo que les haya sucedido; al escuchar sonidos que producen algunos instrumentos musicales, como la flauta de pan, puede ayudar a obtener tranquilidad, a que desaparezcan las ganas de pelear, de gritar o de hacer algo que le afecte a las y los demás.

Después se les indicó que con la masa crearan algo que hubieran imaginado mientras escuchaban la música, e inmediatamente comenzaron a moldear la masa. Al terminar sus creaciones, se les dijo que las regalarían al compañero o compañera que se encontrara a su derecha, de tal manera que nadie se quedaría sin un regalo creado con masa, esto con la finalidad de que pudieran desprenderse de algo que fuese de su agrado, y compartirlo con las y los demás.

Cabe señalar que, a Alumno.3.J, le costó trabajo compartir; incluso, su compañero (quien estaba a su izquierda) ya le había brindado su masa de modelado, la niña (de su derecha) a quien debía regalársela, le dijo: “es que dame la masita

porque yo no tengo y tú ya tienes dos”, pero Alumno.3.J seguía sin querer dársela, por lo cual se le explicó la importancia de compartir, y entonces logró hacerlo.

Para finalizar, se les cuestionó el por qué es importante compartir, a lo cual una niña respondió: “porque somos compañeritos”, y Alumno.3.J expresó lo siguiente: “para que todos estemos felices y nadie se quede sin masita”. También se les preguntó nuevamente por qué es bueno escuchar música de flauta, o de otros instrumentos musicales que les agraden, y las principales respuestas fueron: “para relajarnos” y “para sentirnos bien”; esta vez el comentario de Alumno.3.J, fue: “para no pelear”. Después de escuchar sus respuestas, y de fortalecer el tema haciendo una reflexión al respecto, se dieron un fuerte aplauso para todas y a todos, y para agradecer sus participaciones.

**Observaciones:** Es esta sesión, al igual que en la anterior, se pudo identificar que a Alumno.3.J le fue difícil concentrarse e integrarse a las actividades del grupo. También se observaron sus complicaciones para compartir y desprenderse de cosas que le agradan, pero, al explicarle por qué es importante hacerlo, logró reflexionar y entender que es algo necesario para convivir adecuadamente con las y los demás, por lo cual se puede decir, que el niño tiene una gran capacidad de reflexión.

### **Sesión 6: “Buscando al león herido”**

**Resultados alcanzados:** en esta sesión se trabajó con 16 niños y niñas. Se comenzó con un ejercicio mediante el cual debían imaginarse como motociclistas. Al iniciar el trabajo del *mindfulness*, les agradó el ejercicio de imaginación, incluso, describían cómo se veían, lo que hacían y las características de sus motocicletas. Se notó que lograron tener concentración, todos y todas hicieron en buen tiempo lo que se les iba

indicando, y sus rostros expresaban la concentración y el gusto que sentían, al cual se hace referencia. Al final de esta primera parte, se les invitó a que platicaran sobre cómo se sintieron; la mayoría manifestó sentirse feliz y con ánimos de seguir jugando con las motos.

En la segunda parte de la actividad, se les informó que, siendo un equipo y ayudándose unos a otros, entrarían a la selva (simulándola en el patio cívico), para buscar a un león que se encontraba herido y debían de ayudarlo. Durante esta actividad, Alumno.2.F comentó: “vamos a cazarlo”; ante esta opinión, se le preguntó: ¿Crees que sea bueno cazar a los animales?, y su respuesta fue: “sí, porque eso se hace con los animales que son salvajes”.

En ese momento, se aprovechó la oportunidad para explicarles a todas y todos, que la cacería no es una práctica sana, porque se lastima a los animales de forma injusta y cruel, que la cacería hace que se termine con bastantes de las especies del planeta y que, como seres vivos, a los animales se les debe de respetar. Alumno.2.F volvió a comentar: “pero hay que matarlos porque nos atacan”; en contestación, algunos/as otros niños y niñas, dijeron: “es malo matar a los animales”, “si los lastimamos les duele” y “no debemos matarlos”.

A partir de las opiniones de las y los infantes, se aprovechó para hacer una reflexión más profunda sobre no lastimar a los animales, y no apoyar prácticas como la cacería. Una vez terminada la explicación, se continuó con la actividad para fomentar la imaginación y la creatividad en las y los niños, para lo cual se les indicó lo que se iba a realizar. La totalidad del grupo participó y llevaron a cabo libremente acciones para representar lo que se les iba diciendo, por ejemplo: “entrarán a una

cueva y se agacharán”, “caminarán despacio y sin hacer ruido para no despertar a las serpientes”, o “cruzarán el río nadando”.

Cabe destacar que las y los niños se divirtieron durante el recorrido guiado, haciendo diferentes movimientos con el cuerpo, también hubo apoyo y compañerismo, pues, incluso, algunos y algunas iban tomados/as de la mano mientras realizaban la actividad. En un momento, al correr, Alumno.4.E se cayó, y Alumno.2.F lo ayudó a levantarse diciéndole: “amigo yo te ayudo, vámonos porque nos come el oso”, y siguieron de la mano. Al término del recorrido, las y los niños llegaron al salón de clases; en el pizarrón ya se encontraba el dibujo de un león herido, cuyo rostro expresaba tristeza, debido a las heridas que se había hecho, les emocionó bastante encontrarlo.

Para continuar, se les preguntó ¿Qué se podía hacer para ayudar al león? Entre las respuestas, se escucharon las siguientes: “curarlo”, “limpiarle sus heridas”, “no lastimarlo”, “darle de comer” y “darle agua”. Se pidió después su participación, para pasar a limpiar con algodón las heridas del león y colocarle curitas, buscando de esta manera simbólica, aliviar su dolor. Alumno.4.E fue el primero en querer pasar, y dijo: “que no le duela”, mientras simulaba limpiar una de las heridas del león.

Se invitó a Alumno.2.F a participar, pero no quiso hacerlo, mientras las y los niños del grupo terminaron la actividad de ayudar al león. Para concluir, se realizó una reflexión más, sobre por qué es necesario respetar a las demás personas y seres vivos, también del por qué cuidarse y ayudarse entre todas y todos, es de gran importancia.

**Observaciones:** con lo implementado, se consiguió identificar que para Alumno.2.F la agresividad estaba normalizada, pues para él, no era malo dañar a los animales. Al realizar la actividad, el infante se concentró en imaginar todos los

escenarios que se mostraron, participando adecuadamente, también ayudó a Alumno.4.E a levantarse. Se puede decir que el concepto de compañerismo fue asimilado por él, sin embargo, al ayudar simbólicamente al león, y pedirle que participara, no quiso hacerlo.

### **Sesión 7 “Las vocales”**

**Resultados alcanzados:** en esta sesión estuvieron presentes 19 niños y niñas. Para llevar a cabo el *mindfulness*, se trabajó con la respiración, solicitando a las y los alumnos que inhalaran profundamente, y que, al exhalar, lo hicieran diciendo una vocal, hasta sacar todo el aire; la finalidad era que se concentraran no solo en su respiración, sino en escuchar su voz. Las alumnas y los alumnos se colocaron de pie, formando un círculo, y realizaron satisfactoriamente el ejercicio de respiración; la mayoría de ellos/as, se notaron muy concentrados/as al realizar esta primera parte de la actividad.

En seguida, se les indicó que trabajarían en equipos. En esta ocasión, escribirían con pintura dactilar las vocales, plasmándolas con diferentes colores sobre una cartulina; se hizo hincapié en que deberían compartir el material y respetar los turnos. Se les proporcionó el material necesario y, al hacerlo, se notó que Alumna.1.Y no quería compartir con las compañeras y compañeros de su equipo, puesto que jalaba constantemente la cartulina hacia ella, y tomó uno de los recipientes donde iría la pintura para esconderlo; se le explicó que era necesario compartir el material, para que todos y todas pudieran participar. Esta explicación personal se repitió varias veces, fue necesario porque la alumna continuaba renuente a compartir; lo hizo al cabo de insistirle, pero fue notorio que para ella fue difícil ceder.

También para Alumno.3.J fue complicado aceptar que el resto de sus compañeras y compañeros del equipo hicieran uso del mismo material, así como la utilización del espacio en la cartulina; adicional a esto, y como mostró una actitud dominante, en ocasiones tuvo conductas agresivas, tales como empujar a un compañero que estaba a su lado, para hacerse espacio y arrebatarse el material. Al trabajar, y después de recordarles en repetidas ocasiones la importancia de tolerar la participación de las y los demás, para realizar un buen trabajo en equipo, Alumno.3.J y Alumna.1.Y lograron por fin adaptarse a la labor con las y los integrantes de sus respectivos equipos.

Al terminar el ejercicio con la pintura dactilar sobre cartulinas, se les repartieron toallas húmedas para que se limpiaran sus manos, así como su espacio de trabajo; al finalizar esto, se procedió a realizar una exposición de los trabajos, y al mostrar cada uno de ellos, se les felicitó y brindó un aplauso por haberlo realizado en colectivo.

Para cerrar la actividad, se llevó a cabo una plática, con el fin de profundizar en el tema acerca de la diversidad de gustos y maneras de trabajar. Se le hizo énfasis en que cada una era buena e importante, y en resultado eso hizo que sus trabajos fuesen diferentes y quedaran muy bien realizados, por lo cual era bueno tolerar la manera de ser y hacer de las y los demás, así como trabajar en equipo.

**Observaciones:** en esta ocasión se pudo observar nuevamente que a Alumno.3.J se le dificultaba compartir materiales, así como los espacios. De igual manera que a Alumna.1.Y le fue complicado realizar la actividad, en colaboración con las y los compañeros. Debido a esto, se pudo constatar que ambos expresaban agresividad, sin embargo, lograron tolerar el compartir materiales y trabajar en equipo.

## **Sesión 8 “Trabajando con las madres y los padres de familia”**

**Resultados alcanzados:** en esta sesión, dispuesta para las madres y los padres de familia, solo asistieron 11 mamás, entre ellas las de los tres niños y la niña que presentaban conductas agresivas, a quienes previamente se les había hecho énfasis, con apoyo de la maestra responsable del grupo, de contar con su presencia. Se inició la sesión informando el motivo de la misma, y se les dio a conocer que se estaba trabajando con sus niñas y niños, en la implementación de una intervención educativa para atender conductas agresivas, por medio del *mindfulness* (explicando a detalle en qué consiste), además de fomentar el desarrollo de su creatividad, todo con fines de investigación educativa. La totalidad de las madres de familia se mostraron optimistas, y en favor de la realización este trabajo.

Para continuar, se les solicitó que llenaran la encuesta (elaborada con anterioridad), con el propósito de obtener información sobre el tema por el cual se estaba planteando la investigación educativa en el plantel; se aclaró que la información proporcionada sería manejada con todo cuidado y respeto a la identidad personal de su familia, ante lo cual todas las asistes estuvieron de acuerdo, y contestaron las encuestas.

Continuando con lo programado, se les expuso información, en formato digital, dando respuestas acerca de ¿Qué es la agresividad? ¿Cómo surge? ¿Por qué se presenta? ¿Cómo es que las y los niños la manifiestan?, y ¿Cuáles son los factores que pueden influir para que así sea? Además, se les mostró casos de agresividad que se han vivido en todo el país (México), y algunos sucedidos dentro de la comunidad, pretendiendo con esto crear conciencia al respecto.

Para terminar la presentación, se les preguntó qué es lo que se podía realizar para atender la agresividad, empezando por sí mismas, y continuando con la sociedad en general y, más en específico: ¿Cómo ellas, siendo madres de familia, podían hacer para atender la agresividad que pudieran llegar a presentar sus hijas e hijos? Se hizo al final una enriquecedora reflexión con sus comentarios y propuestas de acciones a realizar.

A manera de cierre, se tomaron unos minutos para trabajar *mindfulness* con las madres de familia, con el objetivo de que tuvieran la experiencia en primera persona, de qué es, cómo se hace, y para qué. De esta manera podrían implementarlo en casa, y darle continuidad a las sesiones que se habían llevado a cabo con las niñas y los niños. De igual forma, podrían llegar a tomarlo en cuenta para utilizarlo en las ocasiones que se sintieran bajo estrés o experimentaran agresividad.

El *mindfulness* se llevó a cabo de la siguiente manera: se les solicitó a las madres de familia que cerraran los ojos, y se concentraran en escuchar la música que se reproducía (flauta de pan, de piano y sonidos de la naturaleza). Al mismo tiempo, se les estaba narrando una situación agradable de forma guiada, para que logran imaginar lo que escuchaban, además de realizar ejercicios de respiración, e ir moviendo con delicadeza partes de su cuerpo. Al finalizar la música y la narración guiada, se les indicó que abrieran lentamente los ojos, inhalando de manera profunda por la nariz, y exhalando por la boca, hasta incorporarse totalmente.

Las madres de familia expresaron agrado por la actividad realizada, manifestaron sentirse bastante relajadas y, hasta “descansadas”. Se les explicó que algo semejante era lo que se había estado implementando con sus hijas e hijos, y se les recordó nuevamente los beneficios que otorga realizar *mindfulness* en situaciones

difíciles, estresantes o de agresividad; las madres de familia comentaron que sería buena idea hacerlo en sus hogares, y que les parecía adecuado el hecho de que se estuviera trabajando con sus hijos e hijas, para que no fueran agresivos/as, “enojones/as”, y “berrinchudos/as”.

Comentaron que les parecía muy importante contar con personas especialistas para atender los problemas más comunes que presentan sus hijas e hijos, también solicitaron que ese tipo de información y de actividades se hicieran de manera más frecuente, tanto para el alumnado, como para las madres y padres de familia. Algunas mencionaron lo siguiente: “así, es más interesante venir a las reuniones con temas para ayudar a los niños”; “haciéndolo así, vendrían más mamás y hasta los papás”; “sí, y más si nos relajamos un rato de tanto estrés”.

Para finalizar, se agradeció su participación, y se invitó a realizar retroalimentación, haciendo énfasis en la manera de educar a las hijas e hijos en casa. Además, se enfatizó en la importancia de estar bien uno mismo/a, para de igual manera estarlo con las y los demás con quienes se convive, explicando que las niñas y los niños aprenden las conductas que se les muestran de manera consciente o inconsciente, y eso mismo es lo que reproducen en los escenarios sociales, incluidas conductas desfavorables como la agresión.

**Observaciones:** algo importante de rescatar en esta sesión, fue el hecho de que asistieron solo 11 madres de familia, aun cuando la maestra del grupo insistió, de manera general, que era importante contar con su presencia. Esto reflejó que un gran número de madres y padres no tienen cercanía con el personal educativo, y que hay poco interés por asuntos relacionados con el preescolar.

También se pudo destacar que las madres de familia refieren la agresividad solo a los golpes, sin considerar a otras conductas como tales y, aún más, que las han llegado a practicar. Para algunas de ellas, es adecuado utilizar agresiones físicas (como nalgadas), para reprender a sus hijos e hijas. Asimismo, se pudo notar que los hombres de la comunidad delegan la responsabilidad de crianza y asuntos relacionados con la institución educativa a las mujeres, porque consideran que son “exclusivas del sexo femenino”, al expresar que las reuniones escolares son “cosa de mujeres”.

### **Sesión 9 “¿Qué más puedo hacer?”**

**Resultados alcanzados:** en esta sesión estuvieron presentes 17 de las alumnas y los alumnos quienes conforman el grupo. Todas y todos realizaron satisfactoriamente la primera parte de la actividad, en la cual se trabajó el *mindfulness*. Al explicarles lo que harían, hubo comentarios como: “ya vamos a relajarnos” y, “vamos a escuchar la música feliz”. Una vez dadas las indicaciones, las y los alumnos eligieron si querían tener los ojos cerrados o no, y la mayoría optó por la primera opción.

Es oportuno destacar que, en esta ocasión, lograron concentrarse respirando tranquilamente y escuchando con atención la música; al término de esta, abrieron los ojos; y se continuó trabajando con la respiración para que siguieran en calma. Al finalizar esto, se les solicitó que expresaran cómo se sintieron al desarrollar la actividad, y la mayoría de los comentarios fueron: “feliz”, “bien” y “relajados/as”.

A partir de lo que expresaron, se aprovechó para recordarles que, cuando se sintieran enojados/as por diferentes situaciones, podían recurrir a los ejercicios de respiración que habían aprendido, y así sentirse mejor; porque al experimentar enojo,

las cosas no salen bien, o pueden llegar a tener arrebatos que lastimen a las y los compañeros u otras personas con quienes convivan.

Dicho lo anterior, Alumno.2.F intervino diciendo: “o ponemos música de esta que nos pones tú para relajarnos”, a lo que se les confirmó que también era una muy buena opción, para obtener tranquilidad, de igual manera, se les sugirió que tomaran algún material que les agradara manipular o jugar con él, para lograr ocupar el pensamiento, y concentrar la energía en el juego, llegando a disminuir los niveles de agresividad expresada.

Para continuar con la actividad diseñada con el fin de favorecer la creatividad, se les explicó que se les mostraría una serie de objetos, los cuales se encontraban en una caja, y que ellas y ellos deberían de indicar el uso o la aplicación de los mismos, pero, además, imaginar usos diferentes. Se dio inicio y, por cada objeto que se les mostró, inmediatamente externaron comentarios para describir de forma acertada los usos más comunes.

Posterior a ello, se les preguntaba ¿Para qué más les puede servir?, o ¿Qué más pueden hacer con esto? Ante tales interrogantes las niñas y los niños dieron sus ideas, algunas eran realmente sorprendentes, debido al grado de imaginación que mostraron. Al terminar la exposición de los objetos, y al tenerlos en el centro del salón, se les indicó que con ellos debían de formar un juguete, o inventar algún juego.

La idea les resultó interesante. Se acercaron y comenzaron a tomar los objetos; la indicación fue pasar en orden, sin correr, sin empujar, respetando a las compañeras y a los compañeros, sin quitar los objetos a nadie, y todo de manera tranquila. Para esto, la música y el *mindfulness* ya los había ayudado a relajarse, y había desaparecido todo signo de descontrol.

Cabe señalar que respetaron las indicaciones, tomaron objetos en orden, decidieron jugar de manera individual o en colectivo, algunos/as construyeron torres, otros/as jugaron a “que tenían aviones”, o formaron instrumentos musicales. En este caso, Alumno.2.F se acercó solicitando ayuda para unir con cinta un tubo de papel a unos aros de plástico, porque esas eran las llantas que formarían un carro.

Después de jugar durante un lapso de tiempo, se les indicó que guardaran los objetos en la caja de donde, originalmente, salieron, y volvieran a sus respectivos lugares. Una vez más se llevó a cabo, como complemento, un ejercicio de respiración guiada, y se les preguntó de las actividades realizadas, cuál les gustó más. Alumno.2.F y Alumno.4.E dijeron que jugar, otros más, eligieron la música.

Para cerrar la actividad, se les explicó que, en cualquier momento, pueden utilizar su imaginación y así, darle otros usos a las cosas, no solo para lo que les hayan dicho que sirven, o para lo que fueron creados, tal y como lo hicieron anteriormente con los objetos, dándoles otros usos para divertirse. De igual manera, se les dijo que algunas situaciones que pasan en la vida, pueden tener varias soluciones y es cuestión de que puedan usar su imaginación y creatividad para encontrarlas, así como los hicieron dándoles otros usos a los objetos mostrados anteriormente y, para mayor comprensión se les citó algunos ejemplos.

Acto seguido, se les señaló a las y los alumnos que, de la misma manera como habían pasado a tomar los objetos, esto es: con tranquilidad, y sin empujar a las y los compañeros, podían también realizar todas las actividades dentro del aula y en los juegos que se encuentran al aire libre, es decir: organizados para tomar turnos, sin agredir, dando y recibiendo respeto.

**Observaciones:** para estos momentos de la investigación, se identificó que las y los alumnos estaban ya familiarizados con *mindfulness*, en vista de que les gustaba y les ayudaba a relajarse, así como a concentrarse para continuar con las actividades con más entusiasmo y disposición. En esta sesión también se observó que lograron convivir y desarrollar las actividades sin problemas, ni manifestaciones de agresividad, además de estimular su imaginación y creatividad, reinventando los usos para los objetos que se mostraron.

### **Sesión 10 “Me tranquilizo”**

**Resultados alcanzados:** se realizó la actividad con 18 niñas y niños. Antes de comenzar, se encontraban inquietos, pero se les comentó que se trabajaría la última sesión, y se les explicó cómo se realizaría. Para comenzar con la primera parte, todos y todas tomaron sus lugares; al reproducir la canción “Espacio me tranquilizo”, la mayoría de las niñas y los niños de inmediato cerraron los ojos, colocando las manos sobre las mesas de trabajo, escucharon con atención e, incluso, al reproducirla de nueva cuenta, cantaban fragmentos. Al terminar esta parte de *mindfulness*, comentaron que se sentían “felices”.

La maestra responsable del grupo, relató que Alumno.4.E, en la actividad de la clase normal previa, había manifestado enojo al no poder llevarla a cabo como se indicó, que se había desahogado de manera brusca, lanzando el material al piso y emitiendo gritos. Después de dar inicio con esta sesión de trabajo y de comenzar a desarrollar *mindfulness*, el niño participó de forma adecuada, obteniendo calma, incluso, mencionó con tono de alegría: “sí me gusta y es feliz”, refiriéndose a la canción escuchada.

Para dar continuidad, se les explicó que se les repartiría el material necesario para que elaboraran un “frasco de la calma”, el cual les ayudaría, como su nombre lo indicaba, a dar calma en los momentos en los cuales no se sintieran bien, estuvieran tristes, con ganas de destruir algo, agredir, enojados o con impulsos de aventar objetos, o empujar a compañeros y compañeras. Se les dijo que el “frasco de la calma”, era una opción para ayudarles a tranquilizarse, al igual que la música, los ejercicios de respiración y utilizar otros materiales con los cuales habían trabajado anteriormente. En esta ocasión, Alumno.2.F comentó: “sí, y le decimos a las mamás que también nos pongan música de sentirse feliz”.

Al proporcionar el material, se mostraron ansiosos por tener todo lo necesario; esto fue más notorio con Alumna.1.Y, quien intentó tomar el material de quienes estaban a su lado, por lo cual se le dijo, en un par ocasiones, que la paciencia y el respeto para con las y los demás, también eran indispensables para elaborar su frasco. Una vez que tuvieron lo necesario comenzaron vertiendo, con apoyo de la autora del programa educativo, agua templada dentro de los frascos, mientras seguían una a una las indicaciones con mucho empeño y concentración.

Para terminar, sellaron también apoyados, la tapa con silicona, para evitar fugas y, por último, se les indicó que agitaran repetidas veces los frascos, y que observaran cómo su contenido caía lentamente. Al realizar esto, las niñas y los niños tenían toda su atención puesta en sus frascos, manipulándolos y observando cómo el contenido se movía, y después caía lentamente. Alumno.3.J comentó: “yo me lo quiero llevar a mi casa, para enseñárselo a mi mamá y decirle que es para calmarse y no portarse mal”. Como complemento de la actividad, se reprodujo una vez más, la canción que habían escuchado al comenzar, lo cual, de forma notoria, logró que obtuvieran la

concentración total, incluso, algunos/as no dejaban de ver sus frascos, y a la vez cantaban.

**Observaciones:** durante esta sesión, se identificó en Alumna.1.Y la dificultad que tenía para esperar hacer uso de los materiales, antes de que se dieran las indicaciones. Hechos que reflejaron que, en el hogar, la niña tenía pocas o nulas reglas establecidas, lo cual se traducía en su dificultad para acatarlas, no obstante, logró de manera más fácil que en ocasiones pasadas ser paciente para realizarlo como se le indicaba.

En cuanto a Alumno.2.F, se observó, en esta y en sesiones anteriores, que la música le agrada y le ayuda tanto a concentrar su atención, como a relajarse. Alumno.3.J estuvo paciente durante toda la actividad, tolerando que se tomara el tiempo para que todas y todos tuvieran los materiales necesarios, y así elaborar su “frasco de la calma”. En general, todo el grupo trabajó muy bien y en armonía.

### **3.3 Análisis de los resultados**

Al haber trabajado el programa educativo “*Mindfulness* y creatividad, desarrollo infantil sin agresividad”, con el grupo de 3° “A” del preescolar “Paulo Freire”, se obtuvieron importantes resultados. En especial con Alumna.1.Y, Alumno.2.F, Alumno.3.J y Alumno.4.E, quienes, como informaron en las entrevistas la Directora de la institución y la maestra a cargo del grupo, habían manifestado conductas agresivas dentro del preescolar. A partir de la información recopilada con los instrumentos aplicados y las observaciones realizadas en cada sesión de trabajo, se muestra lo siguiente:

En cuanto a la niña identificada como Alumna.1.Y, se logró detectar agresividad normalizada en el entorno familiar en el cual ella se desenvolvía. En tanto que la madre

había recurrido al castigo físico (nalgadas) y la reprensión verbal (gritos y palabras con contenido agresivo), era una situación que la niña había reflejado a través de algunas de sus conductas en el preescolar.

Otro factor a tomar en cuenta, es el hecho de que en este hogar que se menciona, no se llevaban reglas establecidas para la convivencia, esto pudo representar una influencia negativa para Alumna.1.Y, al grado de volverle complejo respetar normas de convivencia, así como seguir indicaciones de autoridades en la institución educativa, una condición que de no atenderle se pudiera reflejar posteriormente en su vida adulta.

También a la niña se le dificultaba el trabajo colaborativo, así como compartir materiales; cuando era necesario hacerlo, mostraba agresividad con las compañeras y los compañeros. Durante el desarrollo del programa esto fue muy notorio, y en el transcurso de las sesiones Alumna.1.Y fue aprendiendo a ser más tolerante con las y los demás integrantes del grupo, con lo cual disminuyó sus conductas agresivas, sobre todo empujar y arrebatar material de trabajo.

En el caso del menor identificado como Alumno.2.F, se logró detectar que se le dificultaba seguir reglas, buscaba que las cosas fueran como él las quería y que las y los demás hicieran lo que él deseaba realizando berrinches si no se satisfacían sus deseos. Para él, las manifestaciones de agresividad eran algo normal. Y fue sabido con los resultados de una sesión de trabajo, que en su entorno familiar había observado películas con contenido agresivo.

La mamá del niño, había optado por regaños, castigos físicos y verbales, como medio de corrección a ciertas conductas que manifestaban él y su hermana; además, la madre le dedicaba poco tiempo para asuntos escolares y personales, debido a las

actividades laborales que realizaba. Por tal razón, el niño experimentaba emociones negativas, y una imperante necesidad por captar la atención de la madre.

También le resultaba normal a Alumno.2.F la práctica de la cacería y hacerles daño a algunos animales, sobre todo los que le habían hecho considerar como “salvajes”. Durante el desarrollo del programa se trabajaron estos aspectos mediante las actividades planeadas en cada sesión, con lo cual se logró que el niño expresara sus emociones y pensamientos, orientándolo a ser más tolerante con las y los compañeros de grupo, además, se le alentó a encontrar formas de actuar sin recurrir al uso de la agresividad; para ello, realizar *mindfulness* le ayudó a tranquilizarse en diversas situaciones.

En el caso del infante identificado como Alumno.3.J, fue una notoria falta de concentración lo que derivó en la dificultad de interacción grupal. Este antecedente propició que le costara trabajo compartir tanto materiales como espacios, y participar en el trabajo colaborativo llegando por ello a mostrar agresividad en ciertas ocasiones. De igual manera contribuyeron a sus conductas algunas situaciones vividas poco favorables en el entorno familiar, entendiendo debido a ello, que recurrir a la agresividad era una opción válida. Sin embargo, después de haber realizado algunas sesiones del programa educativo enfocadas a la tolerancia, el trabajo en equipo, compartir y evitar las conductas agresivas, se notó en Alumno.3.J un importante avance en materia de cooperación y convivencia adecuada.

En cuanto al niño identificado como Alumno.4.E, padecía ligeras dificultades en la convivencia, debido, en gran medida, a su problema del habla. Mostraba desesperación y disgusto cuando no lograba darse a entender; también se logró identificar que se enfadaba con facilidad, al suponer que no podía realizar las

actividades que se le indicaban, por lo cual, solía mostrar agresividad, gritando y/o aventando materiales.

En el entorno familiar, la madre se encargaba de su cuidado, y no propiciaba su convivencia con otros niños o niñas de su edad, porque ella considera que “lo molestaban”, por lo que lo protegía limitando la interacción social, hecho que pudo haber estado reforzando en el niño, inseguridad para realizar algunas actividades o convivir con más niños y niñas.

Durante la ejecución de las sesiones correspondientes al programa educativo, se le invitó y animó a Alumno.4.E a participar y, lo hizo favorablemente, de manera individual y en colectivo, desarrollando más confianza en sí mismo para expresar sus emociones sobre todo al trabajar con *mindfulness*, lo cual, resultó benéfico para su desarrollo personal y social. También pudo ser más tolerante consigo mismo para intentar realizar las actividades con más calma y para su dificultad con el habla.

De manera general, en el grupo 3° “A” se dio la aceptación del *mindfulness*, desde el primer día que se implementó el programa. Conforme se fueron desarrollando las sesiones, su aceptación y agrado por realizarlo fue mayor, logrando familiarizarse con él. Fue muy notable que les ayudo a las y los alumnos, a obtener relajación en momentos de estrés y agresividad, del mismo modo que a adquirir mayor concentración para continuar con las actividades, desarrollándolas favorablemente, promoviendo, a la vez, la estimulación de la imaginación y el desarrollo su creatividad.

Lo cual contribuyó a la modificación y disminución de las conductas agresivas que habían sido manifestadas con anterioridad por los tres niños y la niña que se identificaron al principio y con quienes se tuvo especial atención en cada sesión del programa llevada a cabo. Al finalizar el programa educativo, la maestra a cargo del

grupo, quien había presenciado el desarrollo de cada sesión, comentó que el *mindfulness* le parecía una buena estrategia y debido a los resultados obtenidos en su grupo, intentaría incluirla en varias de sus actividades, sobre todo para tener una sana convivencia.

## CONCLUSIONES

El programa educativo aquí propuesto, fue desarrollado con actividades enfocadas a que las y los niños encontraran calma en momentos de alteración o de enojo, para evitar que presentarán agresividad y, a la vez, pudieran desarrollar su creatividad. Al identificar dichas conductas manifestadas por algunos/as infantes, por medio de la observación y aplicación de los instrumentos ya descritos, se pudieron conocer las causas por las que surgieron, que fueron: la imitación y reproducción de conductas previamente aprendidas en el primer entorno de desarrollo, y a su vez, reforzadas por situaciones de interacción en el contexto educativo, por lo cual, permitió desarrollar e implementar el programa de intervención educativa, con acciones pedagógicas, para obtener la disminución y/o modificación de las conductas agresivas, mejorando así la convivencia de las y los menores y, por consiguiente, de todo el grupo.

Esta investigación ayudó a comprender algunos de los factores por los cuales niñas y niños presentan conductas agresivas dentro del contexto educativo preescolar, logrando tener sensibilidad al tema para desarrollar una alternativa de atención que puede ser utilizada por las y los docentes a cargo de grupos, beneficiando la convivencia en general dentro de una institución educativa, de igual manera, al informar a padres y madres de familia sobre el tema y brindarles una alternativa de atención, se busca crear conciencia en la manera de educar y de llevar a cabo la crianza de las y los hijos, y a la vez, poder contribuir en trabajo colaborativo padres, madres y docentes a que niñas y niños tengan un desarrollo integral y sano.

La problematización presentada en esta investigación, sobre conductas agresivas por parte de niñas y niños de nivel educativo preescolar, no es aislada, sino que, es más común de lo que se considera, como se pudo constatar con la base teórica presentada en el desarrollo de la investigación. La agresividad acontece tanto a nivel local, nacional e internacional, y se observó también, que se ha tratado de combatir en mayor medida mediante el manejo de las emociones, en este caso, de igual manera, se tomaron en cuenta, trabajándolas por medio del *mindfulness*, con actividades realizadas para todo el grupo, propiciando con su aplicación, que las y los niños encontraran calma y tranquilidad para posteriormente estimular el desarrollo de su creatividad.

En el preescolar “Paulo Freire”, donde se llevó a cabo la ejecución del programa educativo diseñado y, en específico en el grupo 3° “A”, se habían estado presentando conductas agresivas por parte de 3 niños y 1 niña, situación que estaba afectando la convivencia del grupo en general. La hipótesis presentada fue que los niños y la niña que mostraban agresividad, lo hacían debido a las conductas que aprendían en sus diferentes entornos de desarrollo, principalmente en la familia, debido a los modelos a los que eran expuestos/as y reproducían en otros escenarios, y que mediante la implementación de un programa educativo basado en *mindfulness* y el desarrollo de la creatividad, sería posible disminuir o modificar dichas conductas, por lo que, a partir de la información recopilada y los resultados de la aplicación del programa, la hipótesis fue comprobada.

Se cumplió el objetivo general de la investigación, logrando elaborar e implementar de un programa educativo psicopedagógico, basado en *mindfulness* y el desarrollo de la creatividad para atender la agresividad presentada por niñas y niños

de preescolar. Y de la misma manera, se cumplieron los objetivos específicos, identificando cuáles conductas agresivas presentaban algunas y algunos infantes del grupo 3° “A” del preescolar “Paulo Freire”, al igual que determinar las causas por las cuales las manifestaban, y, a partir de ello, con las sesiones desarrolladas en el programa educativo psicopedagógico utilizando mindfulness y el desarrollo de la creatividad (que como se mostró ambas estrategias son factibles para la atención de la agresividad en infantes) se logró la modificación y disminución de las conductas agresivas que habían sido manifestadas en el grupo.

Es posible considerar que la metodología utilizada fue adecuada, correspondiente a los intereses de la investigación, por ser un estudio descriptivo y cualitativo, puesto que, por medio de la observación directa en el grupo, se pudieron identificar tanto a los niños y la niña, como las conductas que presentaban, de esa manera se logró tener un panorama más amplio de los acontecimientos en la institución.

Tanto las entrevistas como las encuestas, de igual manera, fueron de gran ayuda en la recopilación de la información, necesaria para desarrollar las actividades que conformaron el programa educativo. No obstante, si se quisiera realizar un estudio cuantitativo del tema, sería necesario utilizar otros o más instrumentos de investigación. Una observación más, es que, quizá el realizar más sesiones de trabajo, hubiera sido pertinente para verificar los resultados a largo plazo.

Varios de los autores consultados, abordaron la idea de que la agresividad es una conducta aprendida en los primeros años de vida principalmente en el ámbito familiar, por lo que, con los resultados obtenidos aquí, se afirmó la idea de que las conductas agresivas presentadas por niñas y niños en el contexto escolar, son el

reflejo de las conductas ya aprendidas dentro de la familia, sin embargo, no solo se puede atender desde un ámbito, se necesita de la colaboración de ambos (familia-escuela) para lograr cambios significativos.

Este trabajo aporta una alternativa novedosa para la enseñanza–aprendizaje, por haber utilizado el *mindfulness*, ya que, como fue posible conocer dentro del capítulo 2, es una estrategia que brinda la posibilidad de encontrar calma, prestar atención de manera consiente, tomar decisiones más adecuadas y elegir no utilizar la agresividad como medio para obtener resultados; aunque en México, es poco conocida y por tanto poco usada, también puede ser benéfico su uso, en la atención de ciertas enfermedades o dificultades, como se ha utilizado en otros países.

Es una importante aportación como apoyo para la crianza en el hogar y como una alternativa en el contexto escolar, que puede ser utilizada por docentes de todos los niveles educativos, como fue posible comprobar, es posible aplicarla a niñas y niños al igual que con adultos y adultas, esto se observó durante cada una de las sesiones trabajadas, aportando tranquilidad a las y los infantes, de igual manera, en la sesión dedicada a las madres de familia, utilizar *mindfulness* les resultó grato y relajante, para olvidar el estrés producido por diferentes factores externos, pareciéndoles una buena alternativa implantarlo también en casa como ayuda para la crianza de sus hijos e hijas.

La intervención educativa impactó en el grupo de estudio, de tal manera que las manifestaciones de agresividad se redujeron, como se pudo discutir en el análisis de los resultados, los niños y la niña que en un inicio presentaban agresividad, modificaron algunas de sus conductas, no obstante, para que los aprendizajes tengan un alcance mayor, sean más sólidos y significativos, es necesario que sigan

practicando *mindfulness* y realizando actividades que favorezcan el desarrollo de su creatividad. Sin duda, también la institución educativa se vio beneficiada con la reducción de conductas agresivas en el grupo de 3° “A”, puesto que era en el que más se habían presentado y, se veía como un grupo complicado.

En general, puede decirse que la acción educativa que se realizó, fue para beneficio de la comunidad, sin embargo, es necesario implementar más proyectos, no solo en el preescolar en el que se trabajó, sino también en todas las otras instituciones educativas de los diferentes niveles con las que la comunidad cuenta, para obtener un cambio relativo en la crianza y educación de las nuevas generaciones.

Fueron satisfactorios los resultados obtenidos, puesto que se buscó intervenir para atender las manifestaciones de agresividad presentadas en el nivel de educación preescolar, desde una perspectiva diferente, tomando en cuenta una estrategia novedosa en México como el *mindfulness*, que brindó beneficios tales como: la reducción de conductas agresivas, mejora en la convivencia grupal, integración de la niña y niños identificados en actividades colaborativas, poniendo a prueba su tolerancia, capacidad de reflexión, actuación y manejo de emociones.

El programa educativo puede ser utilizado en otro u otros grupos de educación preescolar u otro nivel educativo, como una herramienta pedagógica para la atención de la agresividad en el aula, o alguna otra problemática, puesto que el *mindfulness* puede ayudar en diversas situaciones, adecuando las actividades de acuerdo con las edades de las y los niños o jóvenes.

En este caso, sobre conductas agresivas, que al lograr disminuirlas y algunas modificarlas, se obtuvo una convivencia más adecuada en el grupo que las que se presentaban, las y los menores encontraron otras alternativas de actuación ante

determinadas situaciones donde experimentaban enojo o que les resultaran difíciles de sobrellevar, alternativas que se pueden llegar a desarrollar como aprendizajes significativos para lo largo de su vida.

La autora del presente trabajo considera que a futuro es posible seguir implementando actividades donde incluya el *mindfulness*, puesto que los resultados que se obtuvieron al utilizarlo en el programa educativo fueron favorables para la problemática del grupo, atendiendo la agresividad, mejorando convivencia y útil para sobrellevar dificultades, adquiriendo maneras de actuar más adecuadas. Por lo tanto, ha considerado conveniente adecuarlo e implementarlo en otras situaciones. Y no solo ponerlo en práctica en el contexto profesional, sino también en el personal.

## REFERENCIAS

- Acosta, P. (2014). *Mindfulness para el mundo, vivir en el presente sin juzgar*. República Dominicana: Búho.
- Arias, N. (2013). *Evaluación neuropsicológica en internos penitenciarios mexicanos: un estudio desde dos entidades clínicas*. (Tesis de doctorado). México, D.F: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Arrojo, S. (2016). *Programa de mindfulness aplicado a educación infantil*. (Tesis de licenciatura). España: Universidad de Granada.
- Asensio, M., Rodríguez, J., Asenjo, E., & Castro, Y. (2012). Desarrollo del potencial creativo en la infancia: reflexiones desde el museo como entorno comunicativo. *SIAM. Series Iberoamericanas de Museología*. Vol. 2, pp. 111 – 123.
- Avalos, L. (2006). *El desarrollo de la creatividad en el niño de preescolar*. (Tesis de licenciatura). Cd. del Carmen, Campeche: Universidad Pedagógica Nacional, Unidad 042.
- Bolívar, A. (2006). Familia y escuela: dos mundos llamados a trabajar en común. *Revista de Educación*, Núm. 339, pp.119-146.
- Bourcier, S. (2012). *La agresividad en niños de 0 a 6 años*. España: Narcea, S. A. de ediciones.
- Bravo, D. (2009). *Desarrollo de la creatividad en la escuela*. Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana. San José, Costa Rica: Editorama, S. A.
- Campo, L. (2014). El desarrollo del autoconcepto en niños y niñas y su relación con la interacción social en la infancia. *Psicogente*, Vol. 17, Núm. 31, pp. 67-79.
- Carrasco, M., & González, M. (2006). Aspectos conceptuales de la agresión: definición y modelos explicativos. *Revista Acción Psicológica*, Vol. 4, Núm. 2, pp. 7-38.
- Cemades, I. (2008). Desarrollo de la creatividad en educación infantil. *Revista creatividad y sociedad*, Núm. 12, pp. 7-20.
- Chavez, M., Ramos, A., & Velázquez, P. (2017). Análisis de las estrategias docentes para promover la convivencia y disciplina en el nivel de educación preescolar. *Educación*, Vol. 26, Núm. 51, pp. 55-78.
- Constitución Política de Colombia. Ley 1098 (2006). Código de la Infancia y la Adolescencia: Congreso de la República de Colombia. Colombia.
- Craig, G., & Baucum, D. (2009). *Desarrollo Psicológico*. (9 ed.). México: Pearson.

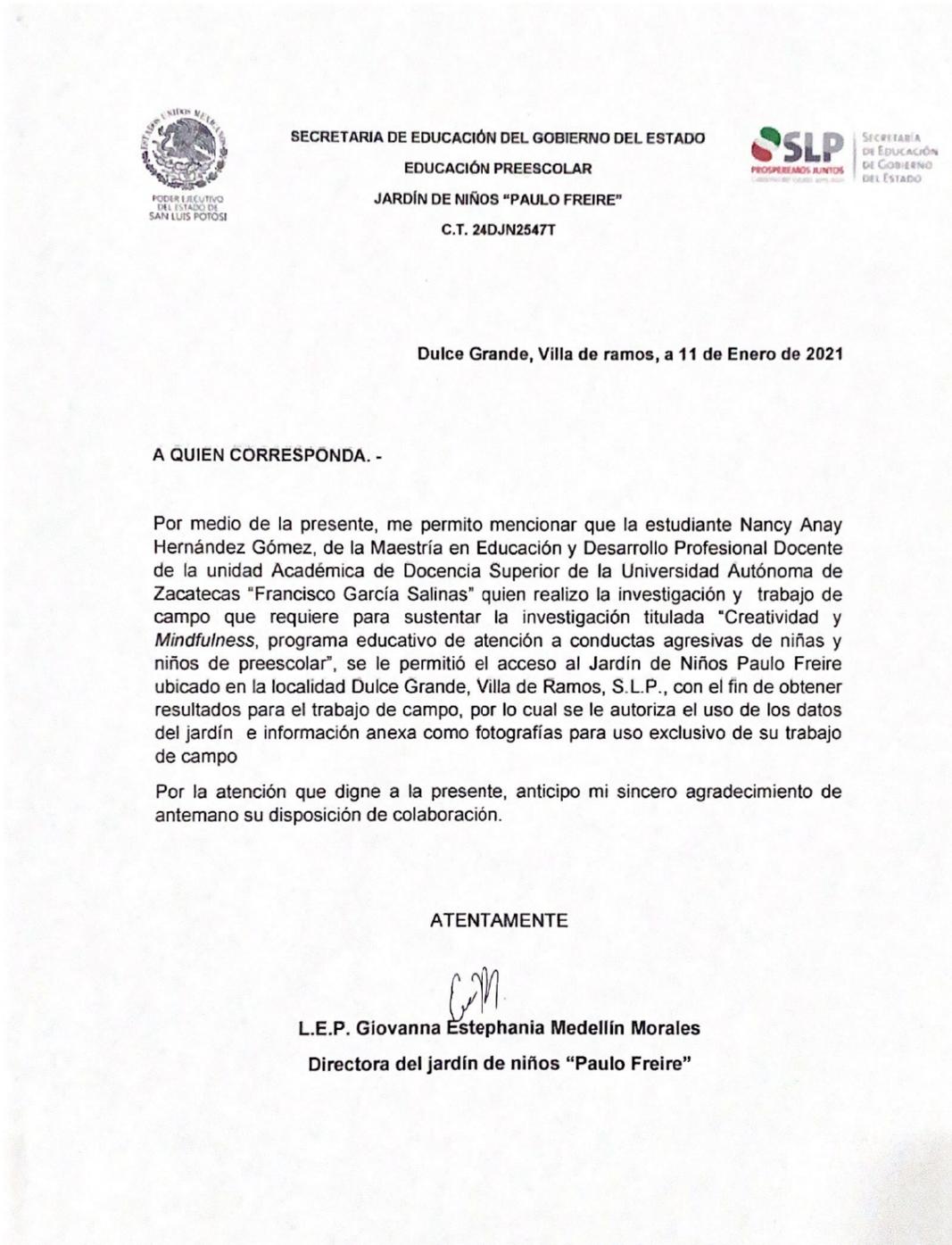
- Diario Oficial de la Federación (DOF) (2000). Ley para la protección de los derechos de niñas, niños y adolescentes: Presidencia de la República. México.
- Díaz, M. (2007). *La agresión e introversión afectan la disciplina del grupo de preescolar y en consecuencia hay bajo aprovechamiento escolar*. (Tesis de licenciatura). Zacatecas, Zacatecas: Universidad Autónoma de Zacatecas.
- Díaz, M. (2001). *La agresividad en niños de preescolar*. (Tesis de licenciatura). Zacatecas, Zacatecas: Universidad Autónoma de Zacatecas.
- Escalante, F. (2005). *La agresividad en el niño preescolar*. (Tesis de licenciatura). Zamora, Michoacán: Universidad Pedagógica Nacional, Unidad 162.
- Esquivias, M. (2004). Creatividad: definiciones, antecedentes y aportaciones. *Revista Digital Universitaria*, Vol. 5, Núm. 1, pp. 2-17.
- Fernández, S. (2016). Desarrollo de la creatividad infantil. *Revista digital para profesionales de la enseñanza, Temas para la educación*, Núm. 34, pp. 1-6.
- Flores, P., Jiménez, J., Salcedo, A., & Ruiz, C. (2009). *Agresividad infantil. Bases psicopedagógicas de la educación especial*.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2005). *La infancia amenazada. Estado mundial de la infancia*. Recuperado de: <https://www.unicef.org/spanish/sowc05/childhooddefined.html>, Fecha de consulta 8 de febrero de 2019.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2014). *Ocultos a plena luz. El bullying o acoso*. Recuperado de: [http://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/entrega3\\_bullying.pdf](http://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/entrega3_bullying.pdf), Fecha de consulta 11 de febrero de 2019.
- García, A. (2011). *Conductas agresivas en niños de Guardería del IMSS*. (Tesis de licenciatura) Zacatecas, Zacatecas: Universidad Autónoma de Zacatecas.
- Gil, M., & Sánchez, O. (2004). Educación inicial o preescolar: el niño y a niña menores de 3 años. Algunas orientaciones a los docentes. *Educare la Revista Venezolana de Educación*, Vol. 8, Núm. 27, pp. 535-543.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) (2020). *Censo de Población y Vivienda 2020*. Recuperado de: [https://www.inegi.org.mx/sistemas/olap/consulta/general\\_ver4/MDXQueryDatos.asp?proy](https://www.inegi.org.mx/sistemas/olap/consulta/general_ver4/MDXQueryDatos.asp?proy), Fecha de consulta 28 de marzo 2020.
- Jaramillo, L. (2007). Concepción de infancia. *Zona Próxima, Revista del Instituto de estudios superiores en Educación*, Núm. 8, pp. 108-123.
- Kabat – Zinn, J. (2013). *Mindfulness para principiantes. (1ed.)*. España: Kairós.

- Leiva, V. (2007). Agresividad en niños y niñas de kínder y del primer ciclo del área metropolitana. *Revista de Ciencias Sociales*, Vol. 3-4, Núm. 117-188, pp.117-127.
- León, S., & López, J. (2015). Formar ciudadanos desde el pre-escolar. *Educación y educadores*. Vol. 18, Núm. 2, pp. 245-260.
- López, I. (2018). *Propuesta de intervención para la agresividad infantil, mediante estrategias de educación emocional*. (Tesis de licenciatura). Sevilla, España: Universidad de la Rioja.
- Luis, M. (2010). *Actividades lúdicas para disminuir la agresividad en el aula preescolar*. (Tesis de licenciatura). México, D. F. Universidad Pedagógica Nacional, Unidad 098.
- Medina, N., Velázquez, M., Alhuay, J., & Aguirre, F. (2017). La Creatividad en los niños de preescolar, un reto de la educación contemporánea. *REICE Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*. Vol. 15, Núm. 2, pp. 153-181.
- Moñivas, A., García, G., & García, R. (2012). Mindfulness (atención plena): concepto y teoría. *Portularia*. Vol. 12, Núm. Extra 83-89, pp. 83-89.
- Muñoz, A., Monroy, A., & Torres, L. (2017). Mindfulness: ¿proceso, habilidad o estrategia? Un análisis desde el análisis del comportamiento y del contextualismo funcional. *Psicología USP*. Vol. 28, Núm. 2, pp. 298-303.
- Organización de los Estados Unidos Americanos (OEA) (2010). *Primera infancia: una mirada desde la neuroeducación*. Perú: Cerebrum.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) (2015). *Construir la paz en la mente de los hombres y las mujeres. La atención y la educación en la primera infancia*. Recuperado de: <https://es.unesco.org/themes/atencion-educacion-primera-infancia>, Fecha de consulta 7 de febrero de 2019.
- Ortega, H. (2014). *La creatividad en la enseñanza del docente universitario de la Universidad Autónoma de Zacatecas, México*. (Tesis de doctorado). Madrid: Universidad Complutense de Madrid. Facultad de Bellas Artes.
- Ortega, R., & Monks, C. (2005). Agresividad injustificada entre preescolares. *Psicothema*, Vol. 17, Núm. 3, pp. 453-458.
- Palau, V. (2015). *Mindfulness y creatividad*. (Tesis de licenciatura). España: Universidad Jaume I.
- Parra, M., Montañés, J., Montañés, M., & Bartolomé, R. (2012). Conociendo mindfulness. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*. Núm. 27, pp. 29-46.

- Pérez, J. (2009). *Agresividad infantil*. Recuperado de: <https://www.yumpu.com/es/document/read/14583705/la-agresividad-infantil-psicologo-psicologos-tarragona>. Fecha de consulta 9 de febrero de 2019.
- Ruiz, P. (2016). *Mindfulness en niños y adolescentes*. Ponencia presentada en *Curso de actualización en Pediatría 2016*. Madrid, España.
- Secretaría de Educación Pública (SEP). *Aprendizajes Clave para la educación integral. Plan y programas de estudio para la educación básica* (2017). México, D. F.
- Secretaría de Educación Pública (SEP). *Programa de estudios 2011, Guía para la educadora. Educación básica preescolar* (2011). México, D. F.
- Torres, R., (2017). *La atención plena o mindfulness en la educación emocional: "Taller de educación emocional y atención plena para niños de 4 a 8 años"*. (Tesis de licenciatura). España: Universidad de Barcelona.
- Tovar, R. (2018, marzo, 25). *¿Realmente qué es mindfulness? Sus usos en medicina y psicología*. Instituto de Mindfulness Mente Serena. Recuperado de: <https://m-people.safecreative.org/realmente-que-es-mindfulness-sus-usos-en-medicina-y-psicologia/w1803266343398>, Fecha de consulta 17 de septiembre de 2019.
- Train, A. (2004). *Agresividad en niños y niñas. Ayudas, tratamientos, apoyos en la familia y en la escuela*. (2 ed.). España: Narcea.
- Vásquez, E. (2011). Mindfulness: Conceptos generales, psicoterapia y aplicaciones clínicas. *Revista de Neuropsiquiatría*, Vol. 79, Núm. 1, pp. 42-51.
- Vallejo, P. M. (2006). Mindfulness. *Revista Papeles del Psicólogo*. Vol. 27, Núm. 2, pp. 92-99.
- Vázquez, V. J. (2011). *La creatividad y la intervención en educación infantil*. España.

# ANEXOS

## Anexo A. Autorización del preescolar “Paulo Freire”



## Anexo B. Entrevista dirigida al personal educativo



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ZACATECAS**  
*"Francisco García Salinas"*  
**UNIDAD ACADÉMICA DE DOCENCIA SUPERIOR**  
**MAESTRÍA EN EDUCACIÓN Y DESARROLLO PROFESIONAL DOCENTE**

### **Entrevista: Agresividad en niñas y niños de preescolar**

La presente entrevista se realiza con fines de investigación, está dirigida al personal educativo del preescolar "Paulo Freire" del turno vespertino, ubicado en la comunidad Dulce Grande, Villa de Ramos, San Luis Potosí, con el objetivo de detectar manifestaciones de conductas agresivas en niñas y niños de preescolar.

### **Instrucciones: Favor de responder las siguientes preguntas**

Nombre: \_\_\_\_\_

Cargo: \_\_\_\_\_

- 1.- ¿Para usted que es la agresividad?
  
- 2.- ¿Cómo considera que las y los niños manifiestan la agresividad?
  
- 3.- ¿Existen conductas agresivas dentro de la institución por parte de las y los alumnos de los diferentes grupos?
  
- 4.- ¿Cómo cuáles?
  
- 5.- ¿Qué se ha implementado en la institución para atenderlas?

6.- Explique ¿Cómo considera qué es la convivencia en el grupo de 3°A entre las y los alumnos?

7.- ¿Dentro del grupo de 3° "A" han existido conductas agresivas?

8.- ¿Cómo cuáles?

9.- ¿Quiénes son las niñas o niños que han presentado conductas agresivas del grupo 3° "A"? (se cuidará la identidad de las y los mencionados)

10.- ¿Cuáles son los momentos en que las manifiestan?

11.- ¿Cómo afectan las manifestaciones de agresividad de estos niños y niñas en la convivencia y/o rendimiento académico del grupo?

12.- ¿Qué se ha implementado en el grupo anteriormente para atenderlas?

13.- ¿Cuáles factores considera que puedan influir para que se presenten este tipo de conductas?

14.- ¿Cómo considera que el ambiente familiar influye para que las y los niños manifiesten conductas agresivas dentro de la institución educativa?

15.- ¿Se ha hablado con las madres y/o los padres de familia de las y los niños que presentan conductas agresivas?

16.- ¿Cuáles han sido las respuestas de las madres y/o los padres al momento de informarles sobre las conductas agresivas que han presentado sus hijos e hijas?

17.- ¿Las madres y/o padres de familia de las niñas y niños que han manifestado agresividad en el preescolar, han informado si en casa también las han presentado?

18. - A partir de la información brindada por las madres y/o padres ¿Cuáles son las conductas agresivas que han presentado niñas y niños en casa?

19.- ¿Cómo han atendido las madres y/o padres dichas conductas?

Gracias por su colaboración...

## Anexo C. Encuesta aplicada a madres y/o padres de familia



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ZACATECAS**  
*"Francisco García Salinas"*  
**UNIDAD ACADÉMICA DE DOCENCIA SUPERIOR**  
**MAESTRÍA EN EDUCACIÓN Y DESARROLLO PROFESIONAL DOCENTE**

### Encuesta: Agresividad en niñas y niños de preescolar

La presente encuesta está dirigida a las madres y/o padres de familia de las y los niños del grupo 3°A del preescolar "Paulo Freire" del turno vespertino, ubicado en la comunidad Dulce Grande, Villa de Ramos, San Luis Potosí. Con el objetivo de detectar la manifestación de conductas agresivas para fines de investigación educativa, por lo que se cuidará la información que se brinde de los menores y se protegerá su identidad.

**Instrucciones: Favor de responder las preguntas y, en donde se muestren opciones seleccione la que considere adecuada.**

Nombre del niño o niña: \_\_\_\_\_

Edad del niño o niña: \_\_\_\_\_

1.- ¿Quién responde la encuesta?

- a) Madre
- b) Padre
- c) Ambos

2.- ¿Con cuántos adultos y/o adultas convive su hijo o hija en casa y con cuántos otros niños o niñas? (tomando en cuenta padres, hermanos, abuelos u otros familiares con quien viva)

3.- ¿Usted labora actualmente? Si la respuesta es "Sí", indique cuantas horas al día

- a) No
- b) Si \_\_\_\_\_

4.- ¿Quién se encarga frecuentemente del cuidado y atención del niño o niña?

- a) Madre
- b) Padre
- c) Ambos
- d) Abuelos
- e) Otras personas: \_\_\_\_\_

5.- ¿Cuántas horas al día aproximadamente dedica a su hijo o hija para juegos, conversaciones u otras actividades recreativas?

- a) Ninguna
- b) De 1 a 2 horas
- c) De 2 a 3 horas
- d) Más de 3 horas

6.- ¿Considera que la comunicación dentro de la familia es importante para la convivencia?

- a) Siempre
- b) La mayoría de las veces
- c) Pocas veces
- d) Nunca

7.- ¿Las manifestaciones de cariño en la familia son parte de la convivencia cotidiana?

- a) Siempre
- b) La mayoría de las veces
- c) Pocas veces
- d) Nunca

8.- ¿Con qué frecuencia le expresa en palabras el cariño a su hijo a hija?

- a) Siempre
- b) La mayoría de las veces
- c) Pocas veces
- d) Nunca

9.- ¿Con qué frecuencia le pregunta a su hijo o hija lo que sucede en el preescolar?

- a) Siempre
- b) La mayoría de las veces
- c) Pocas veces
- d) Nunca

10.- ¿Apoya a su hijo o hija con la realización de tareas y trabajos extraescolares?

- a) Siempre
- b) La mayoría de las veces
- c) Pocas veces
- d) Nunca

11.- ¿El niño o niña comparte sus juguetes y/o pertenencias cuándo convive con otros niños o niñas?

- a) Siempre
- b) La mayoría de las veces
- c) Pocas veces
- d) Nunca

12.- ¿Su hijo o hija realiza “berrinches” cuándo no obtiene algo deseado?

- a) Siempre
- b) La mayoría de las veces
- c) Pocas veces
- d) Nunca

13.- ¿Qué hace usted cuándo su hijo o hija realiza “berrinches”?

14.- ¿Para usted qué es la agresividad?

15.- ¿Cómo considera la conducta de su hijo o hija dentro del preescolar?

- a) Convive adecuadamente
- b) Es inquieto(a)
- c) Manifiesta conductas agresivas
- d) Desconozco

16.- ¿Le han informado del preescolar si su hijo o hija ha manifestado conductas agresivas dentro de la institución?

- a) Siempre
- b) La mayoría de las veces
- c) Pocas veces
- d) Nunca

17.- ¿Usted se considera una persona agresiva?

- a) Siempre
- b) La mayoría de las veces
- c) Algunas veces
- d) Nunca

18.- ¿Dentro de su familia existen personas que sean agresivas, con quiénes su hijo o hija conviva? Si la respuesta es "Si" indique el parentesco

- c) No
- d) Si \_\_\_\_\_

19.- ¿En la familia se pueden sostener pláticas o conversaciones sin discutir?

- a) Siempre
- b) La mayoría de las veces
- c) Pocas veces
- d) Nunca

20.- ¿El niño o niña ha estado presente en discusiones?

- a) Siempre
- b) La mayoría de las veces
- c) Algunas veces
- d) Nunca

21.- ¿El niño o niña ha presentado conductas agresivas en casa?

- a) Siempre
- b) La mayoría de las veces
- c) Pocas veces
- d) Nunca

22.- ¿Lo ha informado a la directora o la maestra de su hijo o hija?

Si \_\_\_\_\_

No \_\_\_\_\_

23.- ¿Cuáles son las conductas agresivas que su hijo o hija ha presentado en casa y en qué momentos las ha presentado?

24.- ¿Existe alguna sanción castigo que usted utilice cuando su hijo o hija realiza conductas agresivas?

Si \_\_\_\_\_

No \_\_\_\_\_

25.- ¿Cuáles sanciones o castigos, suele usted utilizar para moderar la conducta de su hijo o hija?

26.- ¿Dentro de la familia se siguen reglas?

- a) Siempre
- b) La mayoría de las veces
- c) Pocas veces
- d) Nunca

27.- ¿Cuáles son las reglas que se implementan dentro de la familia?

28.- Si su hijo o hija no sigue las reglas que se tienen establecidas en la familia ¿tiene alguna sanción por ello?

- a) Siempre
- b) La mayoría de las veces
- c) Pocas veces
- d) Nunca

29.- ¿Premia o recompensa a su hijo o hija cuando usted considera que se comporta adecuadamente?

- a) Siempre
- b) La mayoría de las veces
- c) Pocas veces
- d) Nunca

30.- ¿Cuáles suelen ser los premios o recompensas que usted como madre y/o padre utiliza regularmente?

Gracias por su colaboración...

**Anexo D. Programa educativo: *Mindfulness* y creatividad, desarrollo infantil sin agresividad.**

<b>Sesión 1 “Conociéndome”</b>	
<b>Vía de conocimiento</b>	Emociones
<b>Factor(es) de la creatividad a desarrollar</b>	Fluidez y originalidad
<b>Objetivo</b>	Identificarán las emociones que experimenten a través de la escucha concentrada de una canción, en un momento de relajación y la posterior invención de un cuento.
<b>Desarrollo de la actividad</b>	Se iniciará con una explicación a las niñas y a los niños acerca de lo que son las emociones; en este caso se hablará de cuatro: alegría, enojo, tristeza y miedo. Para lograr una mayor concentración en el tema, y dar inicio al trabajo del <i>mindfulness</i> , ellos y ellas cerrarán los ojos, escucharán una canción de fondo que desarrolla el tema de las emociones y, al mismo tiempo, deberán proyectar en su imaginación lo descrito por la canción. Al término de esta primera parte de la actividad, abrirán los ojos lentamente y expresarán de manera verbal lo que la canción les hizo experimentar. Posteriormente, se distribuirán por toda el aula varias imágenes que muestran las emociones. Las y los menores elegirán alguna, y la tomarán para, entre todos, inventar un cuento comenzando con la frase “Había una vez”. Cada niña y niño irá mostrando la imagen que eligieron, y agregando al cuento lo que él o ella deseen, para continuarlo hasta concluir. Al final, todos y todas expresarán sus emociones surgidas con esta actividad.
<b>Duración</b>	50 minutos
<b>Material</b>	Imágenes que expresen las emociones: alegría, enojo, tristeza y miedo; cinta adhesiva, marcadores de colores, papel bond, canción de emociones, reproductor de sonido.

<b>Sesión 2 “El tren de la armonía”</b>	
<b>Vía de conocimiento</b>	Imaginación
<b>Factor(es) de la creatividad a desarrollar</b>	Fluidez y elaboración.
<b>Objetivo</b>	Concentrarse en su respiración mediante la escucha de una historia sobre un tren que llevará armonía a las diferentes partes del cuerpo para fomentar una convivencia adecuada con las y los compañeros, posteriormente diseñar el tren en papel cartoncillo y realizar una exposición para propiciar que les sea posible expresarse frente a las y los demás.
<b>Desarrollo de la actividad</b>	Para comenzar con <i>mindfulness</i> , se sentarán en su lugar correspondiente y cerrarán los ojos, respirando lentamente por la nariz, deberán imaginar un tren. La indicación a seguir será que escucharán una historia sobre el “tren de la armonía”, que va cargado de calma y enseña a convivir con las y los demás sin pelear, este avanzará conforme vayan inhalando y exhalando. Se les indicará que partirá de su cabeza, haciendo un recorrido hasta llegar a sus pies, llevando armonía a todo su ser (se irá guiando el recorrido y nombrando partes del cuerpo para que lo visualicen). Al término de esta primera parte de la actividad, deberán abrir sus ojos lentamente; para continuar se les pedirá que en un trozo de cartoncillo color negro, dibujen con gises de colores el tren que cada quien imaginó, con las características que deseen. Para finalizar, se realizará una exposición, mostrando cada creación y mencionando sus componentes y capacidades.
<b>Duración</b>	45 minutos
<b>Material</b>	Gises de colores, papel cartoncillo de color negro, cinta adhesiva.

<b>Sesión 3 “Me expreso con mi cuerpo”</b>	
<b>Vía de conocimiento</b>	Comunicación
<b>Factor(es) de la creatividad a desarrollar</b>	Fluidez y originalidad
<b>Objetivo</b>	Trasmitir ideas por medio de la expresión corporal y la producción de sonidos, con la intención de que aprendan a comunicar lo que están viviendo y su sentir en determinados momentos.
<b>Desarrollo de la actividad</b>	Se dará inicio al <i>mindfulness</i> con un ejercicio guiado de respiración, donde cada niño y niña simularán ser el mar; explicándoles que en ocasiones este se altera y mueve sus olas con fuerza, pero así mismo, se puede poner en calma y mover tranquilamente y, así como él, ellos/as también pueden lograr tranquilizarse cuando se sientan enfadados, para no agredir a nadie. Continuando con la actividad, se recostarán en el piso sobre un tapete, colocándoles un barco de papel en el estómago, el cual moverán al ritmo de su respiración, inhalando y exhalando conforme se les vaya indicando, para que puedan centrar su atención. El ejercicio se repetirá varias veces; al terminar, deberán sentarse lentamente y comentarán cómo se sintieron. Posteriormente, se les explicará que jugarán ser diferentes objetos, utensilios o animales, lo que ellos/as elijan y deseen ser, pasando al frente por turnos y utilizando la imaginación, deberán comunicarle a las y los demás lo que son, haciendo uso de expresiones y sonidos, sin decir el nombre, para que el resto del grupo lo adivinen. Al término de cada participación; se les otorgará una estampa en forma de estrella, y un aplauso reconociendo su esfuerzo. Dando cierre a la actividad, se entonararán las canciones: “Soy una taza”, “El arca de Noé” y “Caminando por el bosque”, realizando las expresiones corporales que se indiquen en cada canción.
<b>Duración</b>	45 minutos
<b>Material</b>	Barcos de papel, tapete, estampas en forma de estrellas.

<b>Sesión 4 “Superhéroes”</b>	
<b>Vía de conocimiento</b>	Imaginación y visión
<b>Factor(es) de la creatividad a desarrollar</b>	Fluidez y originalidad
<b>Objetivo</b>	Que las y los niños, obtengan calma al centrarse en la respiración y a la vez estimular su imaginación, posteriormente mostrarán un superhéroe creado por ellos/as del que describirán los poderes que posee para acabar con la agresividad, fomentando que ellos y ellas logren reducir las manifestaciones de agresividad.
<b>Desarrollo de la actividad</b>	Se comenzará con un ejercicio guiado de respiración, dando paso al trabajo de <i>mindfulness</i> . Formarán un círculo en el aula estando de pie, e imaginarán que inflan un globo, inhalando y exhalando, siguiendo ritmos y así harán crecer su globo imaginario, el cual después soltarán para que se desinfla. Enseguida se les explicará que, así como imaginaron el globo, ahora imaginarán un superhéroe con las características físicas que ellos/as deseen, el cual deberá tener poderes para acabar con la agresividad, es decir, con el enojo y las ganas de pegar a las y los compañeros cuando algo les molesta. Después de darles un tiempo para crearlo, se les proporcionarán hojas de papel y gises de colores, para que en ellas los plasmen. Conforme terminen sus creaciones, irán pasando por turnos para mostrar y explicar cómo es su superhéroe, y el funcionamiento de sus poderes, mientras el resto del grupo escuchará a sus compañeros/as. A partir de los comentarios surgidos durante la exposición, se llevará a cabo una reflexión en torno a por qué es importante saber manejar el enojo y eliminar los deseos de agredir a alguien. Para cerrar, se dará un fuerte aplauso reconociendo sus participaciones.
<b>Duración</b>	50 minutos
<b>Material</b>	Hojas de papel, gises de colores, cinta adhesiva.

<b>Sesión 5 “Moldeando”</b>	
<b>Vía de conocimiento</b>	Compartir
<b>Factor(es) de la creatividad a desarrollar</b>	Originalidad y elaboración
<b>Objetivo</b>	Realizar <i>mindfulness</i> escuchando música de flauta de pan en un primer momento y, continuar con la manipulación de masa para moldear escuchando nuevamente la música del inicio, y posteriormente crear algo con la masa para regalarlo, propiciando la importancia de compartir.
<b>Desarrollo de la actividad</b>	Para dar paso al trabajo del <i>mindfulness</i> , se pedirá que tomen una posición cómoda en sus lugares y que escuchen con atención la música que se reproducirá, mientras respiran de una manera lenta, después se pondrá nuevamente la música, pero esta vez se les proporcionará a cada quien masa para moldear (elaborada con anterioridad). Al finalizar esto, y siguiendo con la manipulación de la masa, se les solicitará que con ella elaboren algo en lo que hayan pensado, o que los haya hecho sentir la música. Una vez realizado, la indicación será que le regalarán al compañero/a que esté a su derecha lo que hayan elaborado, con la finalidad de que toleren compartir algo que les gusta y que hayan hecho por sí mismos/as, de tal manera que todos y todas compartan. Previamente se les dará una explicación de para qué les sirve compartir con las y los demás lo que se tiene. Al finalizar la actividad, se les preguntará cuál fue la parte que más les gustó realizar, y cómo se sintieron con ello.
<b>Duración</b>	45 minutos
<b>Material</b>	Masa para moldear (elaborada con harina, agua, aceite y colorante), música de flauta de pan, reproductor de sonido.

<b>Sesión 6 “Buscando al león herido”</b>	
<b>Vía de conocimiento</b>	Imaginación y desarrollo de la empatía
<b>Factor(es) de la creatividad a desarrollar</b>	Flexibilidad y originalidad
<b>Objetivo</b>	Lograr concentración y relajación por medio de <i>mindfulness</i> . Continuando con la implementación de una historia guiada, para desarrollar empatía y compañerismo al enfrentarse a diferentes situaciones de manera adecuada.
<b>Desarrollo de la actividad</b>	<p>Para dar inicio con <i>mindfulness</i>, será necesario salir al patio cívico, donde se les pedirá a las y los menores que se sienten en el piso, formando un círculo, de tal forma que haya cierta distancia entre unos y otros. Se comenzará por explicar que se convertirán en motociclistas, mientras inhalan y exhalan varias veces, de manera lenta y profunda. Una vez que logren centrarse en su respiración, y haciendo las debidas expresiones corporales, además de los sonidos correspondientes, imaginarán subir a una motocicleta, encenderla y colocarse casco. Se guiará un recorrido imaginario, indicando en qué momento deberán girar a la izquierda, a la derecha, pasar topes, baches, ir despacio, ir rápido, saludar personas, detenerse por algo, o tomar agua. Para terminar esta primera parte de la sesión, se les dirá que han llegado a una selva donde se estacionarán. Continuando con la segunda parte, estando en la selva buscarán a un león que se encuentra herido, pero tendrán que pasar varios obstáculos y peligros para encontrarlo, por lo que entre todos y todas deberán cuidarse y ayudarse, teniendo siempre presente que son un equipo. Se irán describiendo diferentes situaciones, por ejemplo: nadar para cruzar un río en el cual hay cocodrilos. Al término del recorrido, llegarán a donde se encontrará el dibujo en tamaño grande de un león herido, el cual será necesario atender entre todos y todas para ayudar a que sane. Finalizando la actividad, se les pedirá su participación para expresar cómo se sintieron al encontrar al león, y de qué manera es que pudieron ayudarlo a él y al resto de sus compañeros/as, mientras lo buscaban.</p>
<b>Duración</b>	45 minutos
<b>Material</b>	El dibujo de un león en tamaño grande, curitas, algodón, cinta adhesiva.

<b>Sesión 7 “Las vocales”</b>	
<b>Vía de conocimiento</b>	Tolerancia y trabajo colaborativo.
<b>Factor(es) de la creatividad a desarrollar</b>	Fluidez, flexibilidad y elaboración.
<b>Objetivo</b>	Concentrarse en la respiración y el sonido de su voz, utilizando las vocales, para posteriormente dibujarlas entre todos y todas, utilizando pintura dactilar, compartiendo el material y siguiendo turnos, para reforzar la importancia de compartir, y a la vez, desarrollar la capacidad de tolerancia.
<b>Desarrollo de la actividad</b>	Se iniciará con <i>mindfulness</i> , solicitando a las niñas y a los niños que formen un círculo en el centro del salón, y se concentren en relajar su cuerpo, mediante la inhalación de manera profunda, y la exhalación será de manera lenta pronunciando la vocal “a”, hasta que su cuerpo se vacíe de aire y, en la siguiente respiración, se utilizará la “e”, exhalando de la misma manera hasta finalizar las cinco vocales. El ejercicio se repetirá tres veces, con la finalidad de que logren centrar su atención no solo en la respiración, sino también en el sonido de su voz. Para continuar, se formarán cuatro equipos para dibujar en cartulinas blancas las vocales, utilizando las palmas de las manos y los dedos. A su alrededor habrá recipientes con pintura dactilar de diferentes colores, se les colocarán batas para cubrir su ropa. La indicación fue que dibujarán entre todas y todos, compartirán el material como equipo, respetando la participación, la manera y el espacio en que cada compañero/a utilice para pintar, sin llegar a enojarse, debido a que es necesario tolerar el gusto de todos y todas, al igual que su manera de ser y actuar. Al terminar, y después de que hayan limpiado con toallas húmedas sus manos y el espacio en el que trabajaron, se realizará una exposición por equipos, para mostrar la decoración de sus cartulinas, Como cierre de la actividad, se les dará una explicación de los beneficios que otorga el trabajo en equipo, y lo importante que es tolerar la manera de ser y hacer de las y los demás.
<b>Duración</b>	45 minutos
<b>Material</b>	Pintura dactilar de diferentes colores, recipientes de plástico, toallas húmedas, batas para pintar, 4 cartulinas blancas.

<b>Sesión 8 “Trabajando con las madres y padres de familia”</b>	
<b>Vía de conocimiento</b>	Concientización
<b>Objetivo</b>	Concientizar a las madres y/o padres de familia sobre el tema de la agresividad, además de mostrarles el uso de <i>mindfulness</i> como alternativa para obtener calma, poder disminuir el estrés y la impulsividad al enfrentar situaciones complicadas o de frustración. Mostrando que es benéfico tanto para adultos y adultas como para niños y niñas.
<b>Desarrollo de la actividad</b>	Se dará inicio a la sesión solicitando a las madres y/o padres de familia su participación para mencionar lo que conozcan sobre el tema, a partir de ello, se realizará una lluvia de ideas. Posteriormente, se les pedirá contestar una encuesta con fines de investigación educativa, diseñada para detectar conductas agresivas en niñas y niños de preescolar; una vez realizadas, se procederá a mostrarles por medio de una presentación en <i>PowerPoint</i> información sobre el tema en cuestión, además de visibilizar casos de agresividad que se hayan presentado, tanto en el país (México) como en su comunidad, esto para fomentar la toma de conciencia respecto a la agresividad. Se les explicará, además, qué es <i>mindfulness</i> y los beneficios que puede brindar para atender conductas agresivas. Al terminar esta parte de la actividad, nuevamente se realizará una lluvia de ideas, para detectar si hubo cambios en su percepción sobre el tema. De igual manera, se hará una reflexión de qué es lo que ellos y ellas pueden realizar desde su entorno familiar para atender las manifestaciones de agresividad, tanto de sí mismos/as como de sus hijos e hijas, buscando con ello que se tenga un ambiente familiar adecuado y un mejor desarrollo, tanto social como psicológico. Para finalizar la sesión, se llevará a cabo un ejercicio guiado de respiración, apoyado de música de flauta de pan, de piano y sonidos de la naturaleza, para que experimenten los beneficios que se pueden obtener al practicar <i>mindfulness</i> .
<b>Duración</b>	60 minutos
<b>Material</b>	Computadora, presentación en <i>PowerPoint</i> sobre el tema tratado, proyector, bocinas, lápices, encuestas previamente elaboradas, reproductor de audio, música de piano, de flauta de pan y sonidos de la naturaleza.

<b>Sesión 9 “¿Qué más puedo hacer?”</b>	
<b>Vía de conocimiento</b>	Imaginación y generación de ideas.
<b>Factor(es) de la creatividad a desarrollar</b>	Fluidez y redefinición.
<b>Objetivo</b>	Que logren obtener relajación al escuchar una canción sobre emociones, y al mismo tiempo identificar su sentir al estar enojados/as, además de lo que pueden hacer para tener calma. Posteriormente, propondrán diferentes usos a objetos cotidianos, invitándolos a sugerir juegos y aplicaciones diferentes de los mismos. Estimulando la imaginación y creatividad.
<b>Desarrollo de la actividad</b>	Se comenzará con el trabajo de <i>mindfulness</i> , indicando que se sentarán en el piso para formar un círculo. Se les pedirá que se concentren en su respiración, en cómo entra el aire a su cuerpo y en cómo sale, al igual que deberán escuchar atentamente la canción “Cuando me enfado”, repitiéndola tres veces. Al terminar, se les preguntará de qué se trataba la canción, qué es lo que mencionaba que podían hacer para lograr calmarse. A la vez, se les preguntará qué otras acciones pueden realizar para tranquilizarse cuando sientan enfado. Para continuar con la segunda parte de la actividad, se les mostrará una serie de objetos y se les harán preguntas como, por ejemplo: ¿Cuál es el uso común u original de cada objeto?, después de escuchar las respuestas, se les preguntará si el objeto mostrado se puede usar de otra manera, si pudieran hacer algo más con ellos. Para finalizar se les pedirá que con los objetos inventen un juego, o les den la forma y el uso de los juguetes que ellos/as deseen. Si necesitan ayuda se les apoyará. Después de unos minutos de juego, se dará la indicación de guardar los objetos en la misma caja de donde salieron. Para cerrar, se hará una reflexión de que siempre es posible encontrar soluciones si se sientan enfadados, o con impulsos de discutir y/o pelear, y que también pueden buscar diferentes usos para las cosas cuando lo necesiten, al utilizar su imaginación y creatividad.
<b>Duración</b>	40 minutos
<b>Material</b>	Reproductor de sonido, canción “Cuando me enfado”, tubos de cartón, botellas de plástico, pinzas para ropa, aros de diferentes tamaños, palos de madera, platos de plástico, cucharas, cajas de cartón de tamaño pequeño, mediano y grande, listones, recipientes transparentes, círculos de plástico y cinta adhesiva.

<b>Sesión 10 “Me tranquilizo”</b>	
<b>Vía de conocimiento</b>	Audición y concentración.
<b>Factor(es) de la creatividad a desarrollar</b>	Elaboración.
<b>Objetivo</b>	Que logren obtener calma por medio de <i>mindfulness</i> al escuchar la canción infantil “Espacio me tranquilizo”, y posteriormente elaborar un “frasco de la calma” para utilizarlo en los momentos en los que sea necesario, para desarrollar la capacidad de tranquilizarse, favoreciendo la adquisición de aprendizajes significativos para disminuir las conductas agresivas.
<b>Desarrollo de la actividad</b>	Se comenzará la actividad con la canción infantil “Espacio me tranquilizo”, se pedirá a los niños y niñas que tomen una posición cómoda para que puedan escucharla y así dar paso al trabajo del <i>mindfulness</i> . Al terminar se les pedirá que expresen qué les pareció la canción y qué les hizo pensar o sentir. Para continuar elaborarán un “frasco de la calma”; se les explicará para qué y cómo funciona, al moverlo deberán fijar su atención en lo que contiene y de qué manera, este se pone en calma mientras va cayendo su contenido hacia el fondo del frasco. Se les explicará que, de la misma manera, ellos y ellas cuando se sienten enojados o tristes, pueden esperar a que esas emociones se vayan calmando poco a poco, tal como pasa con en el frasco, respirar tranquilamente y así poder actuar de manera más adecuada sin utilizar la agresividad. Para elaborarlo se les repartirá en orden el material necesario y, deberán esperar a que todos/as lo tengan para comenzar su elaboración, mencionando las indicaciones que tendrán que seguir (se les apoyará a verter el agua en sus frascos y a sellar las tapas con silicona). Al finalizar, todos y todas podrán manipular sus frascos libremente, y después lo harán escuchando nuevamente la canción “Espacio me tranquilizo”, para obtener una mayor concentración.
<b>Duración</b>	50 minutos
<b>Material</b>	Canción infantil “Espacio me tranquilizo”, reproductor de sonido, frascos de plástico con tapas, gel, agua templada, diamantina de diferentes colores y tamaños, cucharas de plástico en tamaño pequeño, pistola de silicona y barras de silicona.

**Anexo E. Evidencia de las sesiones desarrolladas del programa educativo  
“Mindfulness y creatividad, desarrollo infantil sin agresividad”**

**Sesión 1 “Conociéndome”**



**Sesión 2 “El tren de la armonía”**



### Sesión 3 “Me expreso con mi cuerpo”



### Sesión 4 “Superhéroes”



## Sesión 5 “Moldeando”



## Sesión 6 “Buscando al león herido”



### Sesión 7 “Las vocales”



### Sesión 9 “¿Qué más puedo hacer?”



### Sesión 10 “Me tranquilizo”

