

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 5
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-04-19
		PÁGINA: 1 de 1

16

FECHA Martes 8 de junio de 2021

Señores
UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA
 BIBLIOTECA
 Ciudad

UNIDAD REGIONAL	Facatativá
TIPO DE DOCUMENTO	Pasantia- Trabajo de grado
FACULTAD	Ciencias sociales, humanidades y Ciencias Políticas
NIVEL ACADÉMICO DE FORMACIÓN O PROCESO	Pregrado
PROGRAMA ACADÉMICO	Psicología

El Autor(Es):

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS	No. DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN
Castiblanco Bautista	Natalia Andrea	1.073.163.862

Director(Es) y/o Asesor(Es) del documento:

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS
Cortes Lugo	Rafael Leonardo
Castiblanco	Andrea

TÍTULO DEL DOCUMENTO

Diseño de protocolo desde el arte terapia, para trabajar los niveles de ansiedad al cambio de curso en niños de quinto de primaria, de la Institución Educativa Departamental Serrezuela.

SUBTÍTULO

(Aplica solo para Tesis, Artículos Científicos, Disertaciones, Objetos Virtuales de Aprendizaje)

No aplica

TRABAJO PARA OPTAR AL TÍTULO DE:

Aplica para Tesis/Trabajo de Grado/Pasantía

Psicóloga

AÑO DE EDICIÓN DEL DOCUMENTO	NÚMERO DE PÁGINAS
8/06/2021	40

DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS
(Usar 6 descriptores o palabras claves)

ESPAÑOL	INGLÉS
1. Ansiedad	1. Anxiety
2. Psicología	2. Psychology
3. Arte terapia	3. Art therapy
4. Cognición	4. Cognition
5. Conducta	5. Conduct
6.	

RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLÉS
(Máximo 250 palabras – 1530 caracteres, aplica para resumen en español):

Resumen

El objetivo de este proyecto es diseñar un protocolo de intervención, desde el arte terapia para prevenir los niveles de ansiedad al cambio de curso en niños de quinto de primaria de una institución educativa de Madrid Cundinamarca. Dicho protocolo se aplicará con los estudiantes durante siete semanas con una actividad por semana, generando retroalimentación final en cada una de estas, se construye desde el modelo cognitivo y conductual ya que este modelo permite trabajar pensamientos distorsionados, conductas disfuncionales y desadaptativas en las personas y será desde el arte terapia ya que interviene la parte cognitiva sobre pensamientos disfuncionales, emociones y comportamientos que pueden llegar a distorsionar la percepción que la persona tiene de su contexto y hasta de él mismo, también utilizada el arte terapia en tratamientos de autoestima, salud física y mental, depresión, ansiedad, déficit de atención, etc.

Abstract

The objective of this project is to design an intervention protocol, from art therapy to prevent anxiety levels to change course in children of fifth grade of an educational institution in Madrid Cundinamarca. This protocol will be applied with students for seven weeks with one activity per week, generating final feedback in each of these, is built from the cognitive and behavioral model since this model allows to work distorted thoughts, dysfunctional and maladaptive behaviors in people and it will be from art therapy as it intervenes the cognitive part about dysfunctional thoughts, emotions and behaviors that can distort the perception that the person has of their context and even of himself, also

FUENTES (Todas las fuentes de su trabajo, en orden alfabético)

Referencias

Aldana, M. (2009). Los Trastornos de Ansiedad en Niños y Adolescentes: Particularidades de su presentación Clínica. Revista Científica, Instituto Colombiano del Sistema Nervioso, 2(1), 93-101.

https://clinicamontserrat.com.co/web/documents/Psimonart/volumen2-1/08_Psimonart_03_trastornos_de_ansiedad.pdf

Alvarado, S y Suárez, M. (2009). Las transiciones escolares: una oportunidad de desarrollo integral para niños y niñas. Infancias Imágenes, 9(1), 907-928. <https://www.redalyc.org/pdf/773/77315614014.pdf>

Andrade, A. (2008). El uso de mándalas como terapia artística para niños y niñas pacientes del Hospital Universitario de Los Andes (Tesis de pregrado). Universidad de Los Andes. http://bdigital.ula.ve/storage/pdftesis/pregrado/tde_arquivos/4/TDE-2010-10-05T03:08:29Z-1286/Publico/cerradaalbis.pdf

Aranguren, M y León T. (2011). Arteterapia: sus fundamentos y beneficios de aplicación en la psicosis. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Buenos Aires, Argentina. <https://www.academica.org/000-052/196.pdf?view>

Arbues, A y Domínguez, P. (2014). Arteterapia y creatividad: Implicaciones prácticas. ASANART. https://www.researchgate.net/publication/282978640_Arteterapia_y_creatividad_Implicaciones_practicas

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN

Por medio del presente escrito autorizo (Autorizamos) a la Universidad de Cundinamarca para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre mí (nuestra) obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que, en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación. En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autoriza a la Universidad de Cundinamarca, a los usuarios de la Biblioteca de la Universidad; así como a los usuarios de las redes, bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado una alianza, son: Marque con una "X":

AUTORIZO (AUTORIZAMOS)	SI	NO
1. La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer.	x	
2. La comunicación pública, masiva por cualquier procedimiento, medio físico, electrónico y digital	x	
3. La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previa alianza perfeccionada con la Universidad de Cundinamarca para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones.	x	
4. La inclusión en el Repositorio Institucional con motivos de publicación, en pro de su consulta, vicivilización académica y de investigación.	x	

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso mi (nuestra) obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de acuerdo con los usos honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo de lucro ni de comercialización.

Para el caso de las Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, de manera complementaria, garantizo(garantizamos) en mi(nuestra) calidad de estudiante(s) y por ende autor(es) exclusivo(s), que la Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi(nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro (aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o Trabajo de Grado es de mí (nuestra) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaré (continuaremos) conservando los correspondientes derechos patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que, de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, "*Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores*", los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Universidad de Cundinamarca está en la obligación de RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

NOTA: (Para Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía):

Información Confidencial:

Esta Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, contiene información privilegiada, estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de la investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado. SI _____ NO X .

En caso afirmativo expresamente indicaré (indicaremos), en carta adjunta tal situación con el fin de que se mantenga la restricción de acceso.

LICENCIA DE PUBLICACIÓN

Como titular(es) del derecho de autor, confiero(herimos) a la Universidad de Cundinamarca una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

- a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, por un plazo de 5 años, que serán prorrogables indefinidamente por el tiempo que dure el derecho patrimonial del autor. El autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito. (Para el caso de los Recursos Educativos Digitales, la Licencia de Publicación será permanente).
- b) Autoriza a la Universidad de Cundinamarca a publicar la obra en formato y/o soporte digital, conociendo que, dado que se publica en Internet, por este hecho circula con un alcance mundial.
- c) Los titulares aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.
- d) El(Los) Autor(es), garantizo(amos) que el documento en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi (nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro(aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos es de mí (nuestro) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.
- e) En todo caso la Universidad de Cundinamarca se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.
- f) Los titulares autorizan a la Universidad para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.
- g) Los titulares aceptan que la Universidad de Cundinamarca pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.
- h) Los titulares autorizan que la obra sea puesta a disposición del público en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en el "Manual del Repositorio Institucional AAAM003"
- i) Para el caso de los Recursos Educativos Digitales producidos por la Oficina de Educación Virtual, sus contenidos de publicación se rigen bajo la Licencia Creative Commons: Atribución- No comercial- Compartir Igual.



j) Para el caso de los Artículos Científicos y Revistas, sus contenidos se rigen bajo la Licencia Creative Commons Atribución- No comercial- Sin derivar.

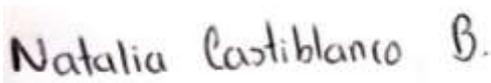


Nota:
Si el documento se basa en un trabajo que ha sido patrocinado o apoyado por una entidad, con excepción de Universidad de Cundinamarca, los autores garantizan que se ha cumplido con los derechos y obligaciones requeridos por el respectivo contrato o acuerdo

La obra que se integrará en el Repositorio Institucional, está en el(los) siguiente(s) archivo(s).

Nombre completo del Archivo Incluida su Extensión (Ej. Nombre completo del trabajo.pdf)	Tipo de documento (ej. Texto, imagen, video, etc.)
1 Protocolo desde el arte terapia, para prevenir niveles de ansiedad al cambio- Ext Facatativa. Pdf	Texto

En constancia de lo anterior, Firmo (amos) el presente documento:

APELLIDOS Y NOMBRES COMPLETOS	FIRMA (autógrafa)
Castiblanco Bautista Natalia Andrea	

Diseño de protocolo desde el arte terapia, para trabajar los niveles de ansiedad al cambio de curso en niños de quinto de primaria, de la Institución Educativa Departamental Serrezuela.



Natalia Andrea Castiblanco Bautista

Programa de Psicología. Facultad de Ciencias Sociales, Humanidades y ciencias políticas,
Universidad de Cundinamarca

Proyecto de opción de grado: pasantía

Asesor universitario: Rafael Leonardo Lugo Cortes

Asesor sitio de pasantía: Andrea Castiblanco

10 de mayo de 2021

Tabla de contenido

Introducción	4
Planteamiento del problema.....	6
Objetivos	10
Objetivo General.....	10
Objetivos específicos	10
Síntesis Teórica.....	11
Transición escolar	11
Ansiedad escolar	14
Arte terapia.....	15
Pintura.....	19
Mándalas.....	22
Collage.....	22
Máscaras	23
Emojis	23
Plan de acción	25
Actividades	27
Resultados Esperados.....	32
Referencias.....	34

Lista de tablas

Tabla 1	13
Tabla 2	16
Tabla 3	20
Tabla 4	26

Introducción

El proceso de transición que atraviesan los estudiantes de grado quinto al avanzar de primaria a bachillerato, trae consigo cambios que pueden generar estrés y ansiedad en los mismos, situación que tiene como resultado el desarrollo de dificultades en distintos aspectos de la vida, lo cual es necesario intervenir de manera oportuna. Para efectos de la presente propuesta se consideró pertinente trabajar bajo un modelo cognitivo y conductual, el cual permite una forma de abordaje de pensamientos distorsionados, conductas disfuncionales y desadaptativas presentes en los individuos, esto mediante técnicas de psicoterapia que permiten cambiar los pensamientos y comportamientos del individuo. En la población infantil se requieren factores como compromiso y promover el accionar del niño al realizar tareas en las intervenciones con el objetivo de que ponga en práctica los aspectos trabajados, así el individuo aprende a identificar y cambiar aquellos pensamientos equivocados que interfieren en su comportamiento y sus relaciones con el entorno mejorando así su calidad de vida (Farez & Trujillo, 2013; Fullana et al., 2011; Kaplan et al., 1995).

Frente a la labor que se ha realizado con niños, niñas y adolescentes bajo este modelo y en concordancia con su aplicación en adultos, se ha tenido como objetivo trabajar los pensamientos, sentimientos y conductas de los mismos y poder generar formas diferentes de pensar, actuar y en su aplicación se han observado efectos positivos en población infantil al hacer uso de técnicas que puedan tener instrucciones que sean claras y sencillas para la comprensión de los niños y debe desarrollarse de tal manera que resulte divertida, interesante y apropiada para su edad, por ejemplo al hacer usos de imágenes positivas de afrontamiento las cuales ayudan a fomentar el bienestar emocional permitiendo hacer frente a sentimientos tales como la ansiedad (Kaplan et al., 1995). Este sentimiento de ansiedad puede producir en los menores pensamientos de fracaso ante situaciones futuras o sentimientos de temor ante el juicio de las demás personas, es aquí donde el

trabajo realizado bajo este modelo puede ser útil, debido a que se tratarán estos pensamientos desadaptativos con el fin último de reducir la ansiedad (Stallard, 2007)

Es importante tener en cuenta los materiales, las técnicas y las herramientas que se utilicen en el momento de trabajar este tipo de dificultades en niños, niñas y adolescentes. Desde hace unos años la psicología ha implementado técnicas y herramientas que le permiten al individuo integrarse al mundo no solo personal sino social y culturalmente. Entre estos se encuentra el arte o arte terapia que brinda diversidad de recursos como lo son la música, el baile, la pintura, el canto, etc., por medio de los cuales se puede intervenir en las diferentes problemáticas. El arte terapia es utilizada en tratamientos de autoestima, salud física y mental, relaciones interpersonales, funciones cognitivas, depresión, ansiedad, déficit de atención, dificultades de aprendizaje, problemas escolares, entre otros (Gallardo, 2010).

Las actividades artísticas generan un equilibrio en los individuos, las cuales ayudan a que estos busquen un lugar en la sociedad, proyectándose en ésta, le permite tener conocimiento de sí mismo, permite la comunicación, desarrollar un diálogo con el contexto físico y social, todo ello contribuye a la formación y potenciación de capacidades creativas, construcción de sus pensamientos y lenguaje (Ceballos, 2002). El arte terapia desde una perspectiva cognitivo – conductual tiene como objetivo intervenir en la parte cognitiva sobre pensamientos disfuncionales, emociones y comportamientos que distorsionan la percepción que el individuo tiene de su entorno y de él mismo, contribuyendo a que la persona tome conciencia de aquellas cogniciones que le producen malestar (Garzón, 2015).

Planteamiento del problema

En la infancia se presentan cambios constantes en la etapa académica, ya sea de curso, amistades o hasta de maestros. El proceso de transición que viven los estudiantes, al pasar de educación primaria a educación secundaria, es uno de los más comunes en la evolución académica, lo cual puede generar nuevas emociones, sensaciones y estas situaciones los enfrenta a nuevos conocimientos lo que provoca respuestas inesperadas como la ansiedad. Según Cárdenas et al. (2010) las personas ante situaciones nuevas, que se puedan percibir como amenazantes o inesperadas suelen reaccionar con ansiedad ya que esta es una emoción normal que se experimenta como respuesta o como mecanismo básico de supervivencia.

La Institución Educativa Departamental Serrezuela, tiene como filosofía la formación de jóvenes “que sean capaces de actuar frente a los cambios de la sociedad sin perder su dignidad y principios” (Institución Educativa Departamental Serrezuela, 2017. P,4), según la oficina de orientación de la institución, indicó que los estudiantes de quinto de primaria presentan ansiedad al cambio por diferentes situaciones entre estas:

“cuando llegan a sexto ... cambian completamente ya es el niño que a pesar de que son niños que hablan bastante y todo pero ya es el miedo de expresarse porque el otro empieza a burlarse ... empiezan a armarse los grupitos de niños, empiezan a hablar de temas de novios de novias ... empiezan a desmotivarse escolarmente no digo que todos pero un gran número de niños empiezan a tener esa desmotivación porque empieza a cobrar mucho más la importancia del grupo , el niño de quinto no se deja presionar fácilmente, es el niño que le avisa a la profesora todo, le dice profe es que no sé qué, profe es que no sé qué y busca mucho el apoyo en el docente, en sexto ya por el mismo, por la misma estructura por lo mismo que tienen 12 profes ellos ya no tienen esa posibilidad de hablar con el profesor y

decirle al profe me paso tal cosa porque el profe le va a decir “ay pues es que ustedes ya no son niños pequeños ya olvídense ya ustedes son grandes” (Ent1).

Asimismo, se realizó una entrevista a una de las docentes a cargo de grado quinto, la cual manifiesta lo siguiente:

“Ehh si les afecta digamos especialmente la parte académica porque ellos... esa ansiedad puede tener dos caminos ¿no? Y que es lo que uno ve en grado sexto ¿no? que de pronto no hagan nada y ellos crean que es como primaria y que van a pasar porque a veces ellos tienen como en su pensamiento que es así, o sea como que yo paso eso no me va a pasar nada no voy a perder el año o, como puede que le de ansiedad de que oiga no yo tengo que hacer las cosas tengo que mejorar tengo que ser más excelente” (Ent2).

Por dicha transición a la que los niños se enfrentarán, existen estudiantes que requerirán apoyo y acompañamiento profesional para tener una vida saludable y sobre todo un bienestar emocional. Este acompañamiento es importante, ya que se podrían evidenciar cuadros de ansiedad los cuales, no siempre se reconocen y puede llevar a complicaciones médicas o de conducta, por la edad en la que se encuentran, además “investigadores en el área han encontrado una importante asociación del bajo rendimiento académico en aquellos niños con sintomatología ansiosa” (Aldana, 2009, p. 3). Esto pone en evidencia, ya que de no brindarse el apoyo necesario ante este tipo de situaciones podrá existir una alta probabilidad de que se empiecen a ver afectadas algunas áreas de la vida de los estudiantes como puede ser su entorno educativo.

Según el estudio de Jacques y Mash (2004) los niños con ansiedad tienden a preocuparse más por el futuro, por su bienestar y por las reacciones de otras personas. Entendiendo que la problemática de ansiedad al cambio a la que se enfrentan dentro de las instituciones públicas puede

tener diferentes consecuencias, como: desmotivación en el estudio, hábitos inadecuados, inexistencia en horarios de sueño, uso excesivo de las redes sociales, no comer en horas establecidas, hasta ideación suicida.

La problemática de ansiedad al cambio se convierte en una oportunidad de trabajo cuyo objetivo valla orientado a la minimización de riesgos a los que están expuestos los estudiantes a través del uso de herramientas psicológicas que puedan implementarse en el grupo de grado de quinto de primaria en la institución educativa departamental Serrezuela. El arte terapia, dentro de las técnicas psicológicas, permite a las personas realizar una proyección y exploración de sí mismas, con el fin que adquieran nuevos conocimientos, oportunidad de expresión de lo que no pueden explicar con palabras por medio de diversos materiales: pinturas, plastilina, papel, colores, entre otros, lo cual busca la experimentación de nuevas sensaciones en la que se utilicen las mismas a favor para la resolución de conflictos, autoestima, resiliencia y sobre todo para reducir niveles altos de ansiedad. En el caso de los niños, el arte terapia les permite generar espacios donde pueden simular situaciones que se deseen mitigar o controlar, para que sean ellos mismos los que creen estrategias de cómo solucionar sus problemas, de la mano del terapeuta, quien realizará el análisis y la reflexión de la actividad que se culmine (Asociación Americana de Arte Terapia; Schttenloher, 2004; García, 2014).

En estudios realizados frente al tema se ha podido evidenciar que al finalizar actividades de arte terapia los participantes muestran una disminución significativa de sus niveles de ansiedad, del mismo modo se ha encontrado que en sesiones de 30 minutos de duración han permitido, no solo la creación de un producto artístico, sino la reducción de niveles de ansiedad a comparación del grupo que no tuvo un acercamiento a estas actividades creativas (Chambala, 2008; Sandmire et al., 2012.). El arte terapia está relacionado con componentes de comunicación como: libre expresión,

libertad de pensamiento, creatividad, comunicación no verbal, etc. Por esto, debido a que el arte terapia ha tenido resultados positivos, se aplica en campos como, clínico, educativo y hasta social, utilizada como herramienta terapéutica en el caso de la ansiedad. Con lo mencionado anteriormente surge como pregunta del proyecto.

¿El diseño e implementación de un protocolo basado en arte terapia para la intervención a la ansiedad al cambio por el periodo de transición de primaria a secundaria, podría prevenir los niveles de ansiedad ante esta situación en estudiantes de grado quinto de la Institución educativa Departamental Serrezuela?

Objetivos

Objetivo general

Diseñar un protocolo basado en arte terapia, para la intervención la ansiedad la cambio en el periodo de transición de primaria a secundaria en niños de quinto de primaria, de la institución educativa departamental serrezuela.

Objetivos específicos

- Determinar por medio de la revisión documental herramientas adecuadas desde el arte terapia para el trabajo de ansiedad en procesos de transición con niños de primaria.
- Plantear distintas actividades basado en el arte terapia adecuadas para los estudiantes de quinto de primaria.
- Diseñar un protocolo como herramienta a los docentes de la institución, para trabajar la prevención de ansiedad al cambio, en los estudiantes.

Síntesis Teórica

La educación es un proceso de formación que subyace gran parte del desarrollo físico, cognitivo y social de los individuos que les permite una inserción exitosa en la sociedad. Los primeros años de estudio son cruciales para los menores debido a que se encuentran en un proceso de desarrollo cognitivo en donde sus capacidades mentales y de pensamiento atraviesan por numerosos cambios, teniendo como resultado mayor obtención de conocimientos y habilidades para desenvolverse en la realidad, los cuales se llevan a cabo en la niñez no solo desde la individualidad sino desde la socialización ya que el ser humano es social por naturaleza; al hablar del desarrollo cognitivo es inherente ver al individuo en sociedad, así como menciona Vygotsky en su teoría sociocultural del desarrollo cognitivo en donde indico que para comprender al niño se debe conocer su cultura en donde sus patrones de pensamiento son producto de la misma y de las actividades sociales por medio de las cuales adquiere herramientas como el lenguaje, escritura, el arte, etc. (Linares, 2008).

A lo largo del tiempo las personas se enfrentan a cambios continuos que se producen en distintos ámbitos de la vida que requieren de una adaptación constante, entre estas se encuentra los originados en la etapa de escolarización en donde los estudiantes deben hacer frente a nuevos retos como se evidencia en el periodo de transición que atraviesan al culminar la primaria e ingresar al bachillerato, situación que puede generar distintos sentimientos y emociones en los alumnos que de no manejarse correctamente puede desencadenar distintas problemáticas en el menor.

Transición escolar

La interacción con la sociedad juega un papel primordial para el desarrollo de los niños, ya que en la etapa educativa es vital promover que este tipo de relaciones se den de forma idónea. Un aspecto para tener en cuenta en este proceso es el periodo de transición que atraviesan los

estudiantes de primaria que están prontos a ingresar a bachillerato, ya que ésta puede darse de forma adaptativa o no, situación que se verá reflejada en aspectos de socialización, aprendizaje significativo, estado de ánimo, etc. Durante este periodo se presentan cambios en el clima institucional respecto a las normas de convivencia, niveles de exigencia, número de docentes, cambios en las relaciones con el profesorado ya que se tornan impersonales al llevar un acompañamiento con más profesores y por último, están las metodologías implementadas por los docentes ya que en ocasiones el aula ya no será fija sino que tendrán que movilizarse hacia otras aulas y con ello los menores entran a interactuar con muchos más estudiantes, sumando a ello las expectativas altas que tengan en cuanto a resultados académicos y responsabilidades que serán otorgadas, entre otras (véase tabla 1) (Ruiz, 2010; Fabuel, 2015).

Desde una perspectiva educativa, las transiciones se pueden relacionar con momentos críticos de los estudiantes, ya que pasan de un ambiente a otro, en busca de oportunidades para un desarrollo como seres humanos y aprendizajes para la vida diaria (Alvarado & Suárez, 2009). El concepto de transición específicamente hace referencia a un cambio de etapa en este caso de primaria a secundaria, el cual trae consigo alteraciones a las personas que transitan por el mismo; estas dificultades pueden ser mejoradas por medio de acciones dirigidas a la orientación y al acompañamiento que se le brinde al estudiante, siendo de gran importancia la parte pedagógica en donde se puede trabajar aspectos organizativos, relaciones con el entorno, etc., esto por medio de equipos que permitan mejorar el nivel curricular de orientación y participación de las familias (Martínez & Pinya, 2015).

La adecuada adaptación que manifiesten los estudiantes tras este proceso de transición se verá en gran medida influenciada por los recursos que éste posea como son: el control emocional, la tolerancia a la frustración, las estrategias de afrontamiento, la autoestima, los factores

motivacionales, etc. La motivación es un factor indispensable para cualquier actividad que realice el ser humano ya que opera como fuente de movilización del comportamiento del mismo, los cuales estarán dirigidos a lograr sus metas, a satisfacer necesidades, influir en el desarrollo personal y social y la percepción de sí mismo, este último aspecto hace referencia a la autoestima la cual se puede ver afectada por sucesos negativos, situación que puede traer diferentes consecuencias en el estudiante a nivel personal, social educativo, entre los cuales se encuentra la ansiedad (Castro et al., 2010; Cough et al., 2015).

Tabla 1

Diferencias entre educación primaria y Secundaria

Educación Primaria	Educación Secundaria
Currículo más integrado.	Currículo más especializado, específico.
Modelo de organización comunitario.	Modelo de organización burocrático.
Generalmente los alumnos tienen entre 1 y 4 profesores.	Aumenta el número de docentes, de acuerdo con las materias del currículo aproximadamente 12-13.
Tareas asignadas y desarrolladas en el propio centro con seguimiento por parte del docente.	Tareas para el hogar menos específicas “ <i>estudiad el tema...</i> ”, mayor número de trabajos en grupo.
Clima escolar más personal debido a que el docente tiene menos cantidad de alumnos por aula.	El clima de relación personal alumno-profesor en el aula es más distante. El número de estudiantes que atiende un profesor de ESO puede alcanzar entre 200-400 por curso académico
Mayor contacto entre los padres y profesores.	Disminuye el contacto con los padres de familia y se le asigna esa labor al tutor o al orientador del centro.
Seguimiento más directo por parte del profesor sobre el estudiante.	Necesidad de mayor autocontrol por parte del estudiante

Círculo de amistades controlado por los padres y ligados al centro con el objetivo de jugar.	Círculo de amistades más cerrado.
Mayor cercanía del centro a su hogar. Menor carga horaria	Dependencia “afectiva” mayor del grupo. Mayor distancia desde el centro a su hogar, más carga horaria y más tiempo fuera de casa.

Nota. La tabla representa las diferencias que se presentan entre la educación que se ofrece a nivel de primaria y secundaria. Tomado de *La transición de la educación primaria a la educación secundaria: sugerencias para padres* (p. 164), por Isorna, Navia y Felpeto, (2013), Innovación Educativa.

Ansiedad escolar

Los cambios por los que atraviesan los estudiantes al pasar de una etapa a otra pueden generar en ellas sentimientos de estrés, este tipo de respuestas que las personas manifiestan ante estos eventos se pueden considerar beneficioso ya que le permitirán a los individuos enfrentar los retos de la vida diaria utilizando todos los recursos que requieran para afrontar con éxito las demandas de su entorno, con esto se hace evidente que las personas cuentan con los recursos necesarios para enfrentarse a las demandas del entorno, pero cuando el sujeto percibe que estas superan sus recursos y genera un elevado grado de activación puede generarse un desequilibrio que afecta la salud del individuo (Gonzales & García, 1995).

A lo largo de la vida, las personas se enfrentan a situaciones conocidas o desconocidas que requieren de recursos para enfrentarse a las mismas; ante esto, los individuos presentan estados de estrés al encontrarse bajo presión y no poder cumplir con estas demandas que, subjetivamente, pueden sobrepasar la capacidad de comprensión y control de sí mismo y que, dependiendo de la intensidad, síntomas, duración y persistencia, pueden llevar a un estado de ansiedad que se mostrará como un conjunto de respuestas motoras, fisiológicas, afectivas y cognitivas que se activan para movilizar al individuo para prever situaciones que valora como amenazantes ya que

son inesperadas, difíciles de manejar y podrían poner en riesgo sus intereses, así como se evidencia en el contexto escolar ya que los estudiantes pasan por distintas situaciones estresantes como la transición de primaria a bachillerato, que de no manejarse de forma adecuada puede producir ansiedad que en niveles elevados producen excesiva sensibilidad, temor a la escuela, timidez, inseguridades, etc. y consecuentemente disminución en los procesos atencionales, concentración y con ello bajos resultados en el aprendizaje (Jadue, 2001; Clark & Beck, 2012).

Las consecuencias que este estado emocional trae consigo, no solo afecta el rendimiento académico, también las relaciones sociales debido a que, dentro del entorno escolar, los alumnos se encuentran en un ambiente de continua convivencia que les permite desarrollar sus habilidades sociales, interiorizar modelos de conducta y establecer relaciones sociales con sus pares y adultos, situación que demanda cierta capacidad para adaptarse, esto se torna problemático para los estudiantes con sentimientos de ansiedad debido a que presentan problemas en la socialización, dado que el contexto educativo se encuentra rodeado por evaluaciones propias del sistema escolar por las cuales el estudiante puede desarrollar temor al contacto interpersonal más aún si este presenta inseguridades de sus habilidades sociales y miedo ante los juicios de sus pares, amigos y docentes (Jadue, 2001; Fernández et al., 2014)

Arte terapia

Desde la psicología se han ido adoptando novedosas herramientas que permiten llevar a cabo el ejercicio profesional de manera eficaz, una de ellas es el uso del arte dentro de la práctica terapéutica, educativa y psicosocial. El arte juega un papel vital en la educación infantil, debido a que tiene como objetivo el desarrollo de la creatividad de los niños, es un medio de comunicación con sí mismo en donde selecciona aspectos presentes en su entorno con los que se identifica para, posteriormente, organizarlos en un producto nuevo e importante para él, el arte permite que los

niños manifiesten sus pensamientos, sentimientos y como medio de expresión el desarrollo en distintas dimensiones de su vida, como la emocional la que le permitirá sentirse seguro para afrontar dificultades que se le presenten, intelectualmente favorece el desarrollo de la conciencia de sí mismo y del entorno que lo rodea (Liebmann, 2004; Castillo & Pinela, 2015).

El arte al igual que los diferentes procesos presentes en el ser humano, requieren de un desarrollo desde la infancia. Según Aron (2005) se ha observado que durante el desarrollo artístico en la infancia se desencadenan una serie de eventos que ocurren a medida que el niño va madurando, en donde se encuentran aspectos como el dibujo, la pintura, el modelado y la construcción, a partir de ello el autor propone una serie de etapas para describir el desarrollo del arte en la niñez, entre las que se encuentran: manipular, formar, nombrar, representar, contener, experimentar, consolidar, naturalizar y personalizar, cada una predominante en un grupo etario específico, aclarando que cada niño posee diferentes ritmos de desarrollo y de trabajo que dependerán de diferentes factores como son los genéticos y ambientales (véase tabla 2).

Tabla 2

Etapas del desarrollo del arte en niños

Etapa	Descripción
<i>Manipular (1 a 2 años)</i>	El primer encuentro con materiales siempre es manipulativo, es por esto que las características sensoriales de los materiales son de gran importancia como el tacto de las pinturas, las texturas de los materiales sólidos, etc., así mismo es vital los factores cenestésicos como el movimiento del cuerpo en el momento de la experiencia sensitiva.
<i>Formación (2 a 3 años)</i>	Se posee mayor capacidad intelectual y fisiológica que les permite tener mayor control de sus movimientos, empiezan a mostrar repetición en las actividades que realizan como hacer trazos circulares, aplanar o envolver arcilla o plastilina, alterna de forma

	consiente la manipulación de los materiales, hacer formas u objetos separados
<i>Nombrar (3 a 4 años)</i>	Nombran marcas u objetos como si fueran cosas reales, por ejemplo, un bloque puede ser nombrado como un carro, esto a menudo puede cambiar ya que no es algo fijo sino una asociación que le niño hace de una forma u objeto en un momento específico.
<i>Representar (4 a 6 años)</i>	Las representaciones surgen de los procesos anteriores, suelen ser extraños, complicados de reconocer, pero lo importante de esta etapa es que los niños empiezan a representar las cualidades de los objetos. Los niños representan lo que está dentro de sus posibilidades pintan lo que conocen, es una forma de simbolización.
<i>Naturalización (9 a 12 años)</i>	A lo largo de las fases anteriores el trabajo de los niños se vuelve cada vez más naturalista, se desarrolla mayor precisión espacial, los colores y tamaños se acercan más a la realidad, batallan con las proporciones, el sombreado y el control sobre las líneas y el color, se manifiesta más insatisfacción y autocrítica de sus creaciones, se esfuerzan aún más por hacer las cosas bien, pudiendo causar cierta frustración y ansiedad al intentar las cosas como son. Este periodo continúa hasta la adolescencia temprana aproximadamente.
<i>Personalización (de 12 a 18 años)</i>	Al lograr con satisfacción la etapa anterior y con mucha práctica e instrucción el menor podrá desarrollar mayor habilidad en la interpretación naturalista de los objetos, o también pueden elegir el trabajo abstracto o actividades no gráficas como las manualidades. Se hace mayor la autocrítica y ocupación por la calidad, además de abarcar no solo el naturalismo sino también los objetivos expresivos y estéticos

Nota. La tabla muestra las etapas del desarrollo artístico en las primeras etapas de la vida. Tomado de *Child Art Therapy* (p. 16), por Aron, 2005.

Por otra parte, el arte dentro de los procesos terapéuticos hace referencia a una disciplina que contempla elementos artísticos en todas sus formas de expresión, tales como el dibujo, la pintura, fotografía, teatro, música, etc., y extrae de estas herramientas para llevar a cabo procesos

terapéuticos. (Farias, 2009). Desde la psicología es necesario que el arte terapeuta posea los conocimientos suficientes que le permitan evaluar el comportamiento de las personas con el fin de halla futuros obstáculos que se puedan presentar durante el proceso, asimismo las intervenciones a realizar variaran según el tipo de tratamiento, la formación teórica del arte terapeuta. De igual modo las intervenciones realizadas por medio de artes visuales y plásticas cuentan con mayor flexibilidad para adaptarlas e implementarlas e contextos tradicionales como son hospitales, consultorios privados, etc., como en intervenciones sociales – comunitarias (Aranguren & León, 2011).

El arte terapia hace uso de las producciones artísticas para la expresión y comunicación de los sentimientos de la persona, le permite al interventor poder intercambiar, compartir y llevar a cabo un proceso de construcción de sociabilización con otras personas haciendo visible la extensión que tiene el área psicosocial en el individuo, igualmente el arte terapeuta apoya a pensar, elaborar y dirigir todo aquello que surge de la comprensión de los estados emocionales y así la persona asociara su arte con sus experiencias de vida dando paso a la comprensión intelectual y emocional de sí mismo, de igual manera se realiza un acompañamiento mediante sus expresiones artísticas con el objetivo de que por medio de una recorrido simbólico las personas se re- crean por si misma a través de su arte, es decir en la arte terapia el individuo mientras trabaja en su obra simultáneamente trabaja sobre sí mismo, por lo tanto obra tras obra permite una transformación del individuo (Aranguren & León, 2011; Arbues & Domínguez, 2014; Guerrón, 2015).

Las expresiones a través del arte posibilitan al ser humano llegar a los sentimientos más profundos que posee, le permite sobrepasar limites por medio de la creatividad una relación entre lo real y lo ficticio, en donde se manifiestan un sin número de historias acumuladas, se parte del supuesto que todas las personas sin importar edad, sexo, cultura y posición social elaboran

imágenes en su mente que le permiten evocar distintos sentimientos y sensaciones y por medio de la creatividad la persona puede dar forma a estas imágenes, es por esto que el arte terapia plantea profundizar en sí mismo a través de la creación de imágenes plásticas, trabajar en lo que éstas representan y de este modo se efectuar una modificación y transformación sobre el creador (Polo, 2000).

Del mismo modo, la arte terapia en niños contribuye a la interacción y comprensión de su entorno, mediante distintos niveles: como la asimilación del proceso de creación del arte, por medio de la dinámica de relaciones, de reflexiones sobre el contenido de la imagen, etc., por esto que al realizarla en población infantil cumple un papel importante ya que desde el arte el niño puede interactuar y comprender el ambiente en el que se encuentra, es por ello que mediante la arte terapia el menor participa pintando, escribiendo, contando una historia, mediante la danza, el teatro, etc., en algunas ocasiones frente a sus compañeros situación que les permite aprender de sus compañeros, aprenden a interactuar, compartir y ampliar sus estrategias para la solución de conflictos y a recordar aspectos y sentimientos olvidados, mediante la arte terapia el niño empieza a dar sentido a sus emociones o vivencias de su vida, mediante la pintura o tareas complejas pueden condensar elementos de su experiencia para formar un todo significativo, de esta manera el fin de la arte terapia en niños es animar al menor a explorar, experimentar y encontrar su camino (Gholamzade et al., 2013) .

Pintura

La pintura es utilizada como medio de expresión tanto por niños como por adultos ya sea por diversión o profesionalmente esta permite desplegar la imaginación y la creatividad. Según León & Ávila (2018) es considerada un arte de la representación gráfica en donde las personas aplican distintas técnicas, teorías del color y el dibujo que aplican sobre una superficie como hojas de

papel, madera, lienzo o cualquier otra en donde puedan plasmar una técnica concreta y así lograr un producto compuesto por formas, colores y demás características que le permiten llegar a la obra final, dentro de la psicología la pintura usualmente es utilizada en el arte terapia, en donde la persona puede plasmar sus ideas mediante colores y trazos ya sea sobre lienzo, papel o cualquier otro material que le brinda la posibilidad de exponer sentimientos y pensamientos que necesita comunicar ya que no puede hacerlo por otro medio, produciendo esto ciertos beneficios en los niños, (véase en la tabla 3)

Tabla 3

Beneficios de la pintura en la terapia con niños

Beneficio	Descripción
<i>Mejora la comunicación</i>	Aquellas personas tímidas y retraídas que tienen problemas para comunicarse con las demás personas, al iniciar el proceso terapéutico consiguen por medio de la creatividad manifiesta sus sentimientos y emociones.
<i>Aumento de la autoestima</i>	Realizar el proceso terapéutico con la pintura en espacios tranquilos y no competitivos les permite a los niños obtener grandes logros que pueden llevar al fortalecimiento de su autoestima y autonomía, permitiendo con ello tratar temas como la dependencia, traumas, etc.
<i>Motricidad</i>	La manipulación de objetos como el pincel o el lápiz permite que el niño aprenda a regular sus movimientos de las manos y con ello la creación de nuevas sinapsis concernientes a la motricidad.

<i>El cerebro en movimiento</i>	Actividades como la pintura y el dibujo estimulan el hemisferio izquierdo del cerebro implicando la lógica y lo racional y el hemisferio derecho vinculado con los procesos creativos y emocionales
<i>Concentración</i>	Realizar cualquier tipo de actividad artística requiere de concentración, en el caso de la pintura se considera un trabajo que debe realizarse meticulosamente y que posibilita la desconexión con el entorno, llevándonos a un estado de concentración mayor (Alpha) que también se puede obtener con la meditación.
<i>Inteligencia emocional</i>	Por medio de la pintura el niño puede dejar fluir sus emociones, entrar en armonía y poder percibir sentimientos de felicidad, amor, empatía y paz.
<i>Vinculación con la realidad</i>	La expresión artística por medio de la pintura abre la posibilidad de que el niño se encuentre con su realidad por medio de cada diseño que crea. Diferentes autores han creado programas artísticos para la intervención psicoeducativa para entrenan a los estudiantes en el desarrollo de la comunicación. Pensamiento productivo, fluidez, toma de decisiones, liderazgo, auto concepto, habilidades sociales, etc. Así mismo la expresión artística permite disminuir los niveles de ansiedad, contribuye a que los menores se sientan bien en el entorno escolar y permite trabajar en proceso cognitivos.

Nota: Esta tabla muestra los beneficios de realizar terapia con pintura en niños.

Expresiones artísticas requieren de múltiples recursos cerebrales presentes en el ser humano, respecto a las realizadas por medio de la pintura se encuentra que parte de vías eferentes como la visión y el tacto y por otra parte las vías aferentes transformadas en conductas motoras que

permiten llevar a cabo la acción misma de pintar, se requiere igualmente de mecanismos cerebrales que le permitan realizar operaciones tales como la abstracción y transformación del objeto, la presencia de estados emocionales y sensaciones de la persona que estarán determinados por sus experiencias, del mismo modo se ha evidenciado que pintar conlleva a la liberación de algunos neurotransmisores como la dopamina la cual proporciona una sensación de recompensa en el individuo y las endorfinas vinculadas con la sensación de bienestar en el mismo (Ríos & Jiménez, 2016; León & Ávila, 2018).

Mándalas

El mándala es considerado como un arquetipo que representa el orden la elaboración del mismo permite la estructuración de los pensamientos y de las emociones, que desde la psicología se ha integrado como herramienta en la arte terapia debido a que durante su creación se involucran distintos procesos como la concentración, estado de ánimo del individuo, procesos reflexivos que posibilitan el autoconocimiento, dado que el sujeto simboliza por medio de él mándala aspectos que lo representan a él, atribuyéndole un significado y para ello debe entrar en un estado de relajación que los conecte con sus características internas posibilitándole conocer pensamientos y tomar conciencia de los mismos (Andrade, 2008; Forero et al, 2014).

Collage

En los procesos de arte terapia se utilizan herramientas que le permiten al individuo expresar con más facilidad sus sentimientos por medio del arte, pero a medida que los individuos crecen pueden percibir que no tiene habilidades para el arte, pensamientos que llegan a generar resistencia en la persona ante procesos arte terapéuticos, por lo tanto es necesario que el interventor utilice diferentes técnicas que se adapten a la persona y sean de su agrado entre ellas se encuentra: la elaboración del collage que evita que el sujeto se desanime al no tener habilidades con el dibujo y

en remplazo realizaría una actividad más placentera y así no se obligaría a realizar un dibujo o pintura que le provoque sentimientos de desagrado (Guerrón, 2015).). Por otra parte, esta herramienta junto con otras técnicas de arte terapia ha sido utilizada en distintos escenarios como aquellos que van dirigidos al trabajo con niños con dificultades para la expresión de emociones con el fin de estimular y reforzar el reconocimiento de las mismas (Gonzales et al., 2009).

Máscaras

Dentro del arte terapia el uso de las distintas actividades artísticas permite obtener información vital para el proceso terapéutico además de servir como herramienta para la misma terapia, como son la pintura, el dibujo y demás formas de arte. Del mismo modo el trabajo con niños por medio de recursos de expresión dramática como es la elaboración de máscaras contribuye en los procesos de intervención ya que se trabaja alrededor de componentes visuales y metafóricos, su uso ha permitido evidenciar que por medio de las máscaras los menores se reconocen e identifican con diferentes emociones, además ayuda a ponerse en el lugar del otro, a estimular las habilidades sociales, encontrar posibles soluciones a los problemas y le permite al menor la expresión de sus vivencias (Morales & Jarpa, 2010; Fuentes, 2013).

Emojis

En la era digital el uso de imágenes estáticas como son los emojis que en la actualidad es una herramienta ampliamente utilizada, estos tienen como objetivo ilustrar y favorecer la comprensión de la información que se quiere comunicar, al ser elementos visuales pueden ser utilizados universalmente por personas que hablan distintos idiomas, posibilitando la representación de palabras, ideas, emociones, expresiones faciales, etc., se pueden considerar como expresiones corporales no verbales; desde una perspectiva terapéutica el uso de emoticones se puede tomar como herramienta para el entrenamiento en habilidades que subyacen de la inteligencia emocional,

como son el reconocimiento y comunicación de los estados emocionales de sí mismo y de los demás, reflexionar acerca de ellas (Belloch, 1994; Fernández, 2016).

Dentro de los procesos arte terapéuticos se puede hacer uso de distintas herramientas artísticas que permitirán la expresión de ideas, pensamientos y emociones profundas presentes en las personas participantes, es por esto que la presente propuesta se llevara a cabo bajo los postulados mencionados anteriormente, dando paso a la realización de distintas actividades artísticas que tienen como objetivo trabajar sobre aquellas emociones presentes en los estudiantes que atraviesan por un proceso de transición escolar.

Plan de acción

Teniendo en cuenta la transición de primaria a secundaria que van a tener los alumnos de quinto de la Institución Educativa Departamental Serrezuela, se realizó la elaboración de un protocolo como herramienta para los docentes que estén a cargo de dichos cursos. Esta guía está pensada para que se pueda prevenir que los estudiantes puedan generar momentos de ansiedad a causa del cambio que vivirán. Inicialmente se realizan dos entrevistas, con el fin de tener un diagnóstico dentro de la institución, clarificando la problemática que se tuvo presente para la elaboración del protocolo, una de las entrevistas se le realizó a la orientadora de la institución y la otra a la docente que está a cargo del grado quinto.

Dicho protocolo consta de 7 actividades, cada una de ellas describe: objetivo, materiales, tiempo de realización y una descripción del paso a paso; se aplicarán una actividad por semana, durante 7 semanas en compañía de la docente a cargo del curso (véase tabla 4).

Para el proceso de intervención se destinará un segundo espacio con la docente de grado quinto, en el cual se realizará una segunda entrevista, con la finalidad de recoger datos de satisfacción, de acuerdo con lo que ella observa con sus estudiantes, antes y después de la aplicación del protocolo, y con los alumnos se realizará un conversatorio no mayor a 15 minutos en la primera sesión y en la última sesión, para conocer sus opiniones. Sin embargo, en cada una de las sesiones se tendrá un espacio de reflexión y recolección de información de los mismos estudiantes frente a cada una de las actividades propuestas.

Tabla 4

Protocolo desde el arte terapia, para trabajar los niveles de ansiedad al cambio de curso en niños de quinto de primaria, de la Institución Educativa Departamental Serrezuela.

Sesión	Actividad	Objetivo	Tiempo de duración y materiales
#1	<i>Collage Relajante</i>	Crear un espacio para que los alumnos identifiquen, personas u objetos, que les generen tranquilidad. En los cuales podrán pensar o acudir en momentos de estrés o ansiedad.	*1 hora y 30 minutos. *Una hoja blanca tamaño carta, hojas iris de diferentes colores, tijeras, pegamento colores, lápiz o esfero.
#2	<i>Mascara protectora</i>	Facilitar el reconocimiento de miedos o temores, pero a su vez también de símbolos protectores	*1 hora y 30 minutos. *1/8 de cartulina Tijeras, pegamento y, pinturas (Lentejuelas, brillantes, plumas, botones)
#3	<i>Soplado miedos</i>	Permitir que los alumnos, por medio de colores e imaginación, dejen atrás sus miedos y vean las dificultades de una manera diferente.	*1 hora *Hoja blanca o 1/8 de cartulina lápiz, pitillo pinturas de diferentes Colores
#4	<i>Mándala</i>	Generar un estado de atención plena y estimular estados de calma o relajación,	*1 hora *Una mándala echa Colores, o crayones

		para que se fortalezca su concentración y su creatividad.	
#5	<i>Colegio lineal</i>	Imaginar la nueva institución en donde cursaran la secundaria, siendo capaces de decorarla, generando expectativas y reconociendo las cosas positivas que esta traerá.	*1 hora *Hoja blanca Lápiz, colores
#6	<i>Emoción de emoción</i>	Identificar en cada uno de los estudiantes lo que genera una situación en específico y lograr que entre el grupo se puedan solucionar las sensaciones negativas	*1 hora *Hojas blancas o cartulina colores o marcadores, tijeras
#7	<i>Arcoíris de vida</i>	Generar un espacio donde los alumnos, puedan identificar las redes de apoyo más cercanas, para acudir en momentos de ansiedad o estrés.	*1 hora *Hojas iris de varios colores, o papel crepe. Espero o marcador negro, tijeras, pegante 1/8 de cartulina amarilla.

Nota: En esta tabla se presenta la descripción de las actividades incluidas en el protocolo

Actividades

Collage relajante: esta primera actividad se desarrollará en hora y media y este tiempo se dividirá en cinco momentos 1) se realizará un conversatorio no mayor a 15 minutos con los estudiantes generando un espacio de confianza y empatía; 2) se les pedirá a los alumnos que identifiquen un lugar, una situación, una persona o un objeto, que les genere tranquilidad; 3) dibujarán con un lápiz lo que imaginaron, en la hoja blanca; 4) recortarán muchos trozos de papel iris, y decoraran su dibujo; 5) y por último se socializará el porqué de lo que escogieron para

dibujar. Este ejercicio se realizará con el fin de expresar su comodidad con algo o alguien en específico ayudándose por medio del collage en donde los niños por medio de la representación que hagan de las imágenes construidas logren identificar aquellos seres o cosas que generen en ellos un estado de tranquilidad y seguridad y así adoptarlas como herramientas para la resolución de problemas ya que se ha visto que las actividades de recortar y pegar pueden ser dos formas de trabajar en el establecimiento de conflictos mentales (García & Sánchez, 2011).

Mascara protectora: Esta segunda actividad se realizará en hora y media y se le dará una división en 3 momentos: 1) se les pedirá a los alumnos que piensen en un animal, al que admiren y que pueda protegerlos en un momento de peligro; 2) Se diseñará una máscara representando ese animal, se decorará y los adornarán como ellos prefieran; 3) Se socializará por que escogieron ese animal, y en qué momentos creen los protegerán. Las máscaras se realizarán con el objetivo del reconocimiento de emociones en los alumnos y con ello empezar a desarrollar habilidades como la identificación de todos aquellos aspectos o situaciones que le generan inquietud, temor e intranquilidad y la forma adecuada para afrontar las mismas, una vez se hayan reconocido estas emociones se podrá encontrar una manera de expresarlas y trabajarlas (Morales & Jarpa, 2010; Fuentes, 2013).

Mándala: esta actividad se realizará en una hora, y tendrá tres momentos: 1) se generará un primer espacio, donde se trabajará la respiración con música relajante; 2) los alumnos procederán a decorar de manera libre la mandala; 3) se socializarán las sensaciones que estuvieron presentes en el momento de la actividad, esto con el objetivo de visibilizar en los estudiantes que hay distintas técnicas que les pueden permitir llegar a un estado de calma ante situaciones estresantes y simultáneamente esto posibilitará trabajar en el desarrollo de habilidades como es al autocontrol

de las emociones y manejo adecuado de las mismas, ya que el mándala, permite a los alumnos, generar un estado de atención, y estimula estados de clama y relajación, lo cual los conectará con sus características internas posibilitándoles conocer pensamientos y tomar conciencia de los mismos (Andrade, 2008; Forero et al, 2014).

Emoción con emoticón: esta actividad se realizará en una hora y se dividirá en tres momentos; 1) se pedirá a los alumnos que se realicen en la hoja o cartulina, cuatro emoticones feliz, triste, enojado, asustado; 2) se les mencionarán algunas situaciones que se viven en el ámbito académico, como evaluaciones, salir a descanso, cambiar de cursos, izada de bandera, etc. los estudiantes deberán responder a cada situación con uno de los emoticones realizados, al azar se escogerá un participante, descubrirá su cara y explicara el porqué de su emoción y como cree que podría cambiarla; 3) se socializará, lo que se llevan de la actividad, el objetivo de esta actividad es trabajar en el reconocimiento de las emociones en los estudiantes, brindando herramientas que les permita la expresión de las mismas, en esta caso de manera no verbal por medio de emojis, de igual forma se busca permitir que el niño conozca sus emociones, pueda expresarlas libremente y con ello mostrarle que ante distintas situaciones es normal experimentar ciertas emociones y no debe avergonzarse por eso al ser un proceso natural, por lo tanto se pretende utilizar los emoticones como una manera de comunicación no verbal, convirtiéndose en una herramienta terapéutica que facilita la expresión de emociones y sentimientos ya sea de sí mismo o de los demás (Belloch, 1994; Fernández, 2016).

Soplado miedos: esta actividad se realizará en una hora y se dividirá en cuatro momentos: 1) los alumnos deberán dibujar con lápiz negro, una situación, persona u objeto que les genere temor o ansiedad; 2) luego de tener el dibujo a blanco y negro, tendrán que pensar en una figura u objeto

que les represente tranquilidad; 3) la figura u objeto que pensaron, lo redibujarán sobre el dibujo que tienen a blanco y negro, lo harán a color con las pinturas que tengan soplando con el pitillo; 4) Se socializará como se sintieron tapando y dándole color a esa situación que generaba temor. Esta actividad tiene como fin que los estudiantes por medio de imágenes y trazos representen todos aquellos temores e inseguridades que hayan tenido o estén sintiendo en el momento y por medio del color encontrar situaciones o personas que les sirva como medio para superar estos miedos y así establezcan estrategias de afrontamiento adaptativas y reconozcan caminos para la resolución de conflictos.

Colegio lineal: para esta actividad se destinará una hora, y se dividirá en cuatro momentos; 1) se les pedirá a los estudiantes imaginen el nuevo colegio donde, estarán en su educación secundaria; 2) tendrá que dibujar con lápiz el colegio que imaginaron; 3) decorarán el colegio que dibujaron con colores, esta vez no colorearán, solamente trazaran líneas; 4) se socializara, como imaginan el colegio y las expectativas que tienen. Por medio de esta sesión se busca que los estudiantes realicen una representación de su colegio que enmarque sus expectativas, imaginarios, ilusiones y demás pensamientos que le animen a estar en él y que esto pueda tomarse como estrategias de afrontamiento para manejar y cambiar pensamientos negativos o miedos que se generen tras el proceso de transición al cambio.

Arcoíris de vida: esta actividad se llevará a cabo en una hora y se dividirá en cinco momentos: 1) se realizará un espacio de reflexión con música relajante y se pedirá a los estudiantes que identifiquen cuatro grupos de personas más cercanas como familia, amigos, maestros, etc. a la que ellos puedan acudir cuando tengan un momento difícil como, estrés, ansiedad, miedo, tristeza etc.; 2) escoger un color para grupo identificado; 3) realizar un sol con la cartulina amarilla y escribir

su nombre; 4) construir un arcoíris en el sol, el cual va a representar las redes de apoyo que los alumnos identificaron; 5) se socializará porqué se escogieron estas personas. En esta última sesión se busca que por medio del dibujo y del color los estudiantes identifiquen sus redes de apoyo a los cuales puedan acudir ante alguna situación problemática para ellos.

Estas tres actividades soplando miedos, colegio lineal y arcoíris de vida se plantean desde la pintura y dibujo como medio terapéutico, ya que desde el arte terapia se utiliza como medio de expresión con la finalidad de que las personas puedan representar, pensamientos y sentimientos generando beneficios como, por ejemplo: vinculación con la realidad, ya que la expresión artística permite disminuir niveles de ansiedad, contribuye a que los menores se sientan bien en el entorno escolar y permite trabajar en proceso cognitivos (León & Ávila, 2018).

Estas actividades anteriormente mencionadas se realizarán desde el arte terapia ya que “La creación artística conecta con la esencia inexplorada de nuestra propia creatividad, en un clima de confianza, respeto y seguridad, facilita la comprensión de los sentimientos y de la propia naturaleza” (Cury, 2007, p. 84).

Resultados esperados

La aplicación del protocolo que se realizará dentro de la institución lleva a que las expectativas que se tienen frente a los resultados sean adecuadas y de una gran utilidad para los estudiantes. El resultado esperado luego de dicha aplicación es que los niños tengan una nueva y diferente herramienta para exteriorizar y compartir sentimientos que son en algunas ocasiones difíciles de expresar, para que de esta manera se tenga un aprendizaje de control de emociones previniendo estados de ansiedad. Este protocolo está basado a través de técnicas de arte terapia siendo un método psicoterapéutico que se aplica en cualquier tipo de población como: niños, adultos, ancianos, etc.

Según Martínez y Pérez (2002) trabajar con los niños dentro de las aulas, permite que tengan una respuesta favorable a cada una de las actividades, teniendo en cuenta que pueden expresar características como: su nivel de desarrollo, sus expectativas frente a la vida o a algo en específico, el inicio de independencia en sus pensamientos, la libertad de encontrar o desarrollar sus propias estrategias de afrontamiento, y hasta la facilidad de una mejor adaptación a sus nuevos contextos. En el arte terapia, se realizan las intervenciones utilizando herramientas como; pintura, diseño, máscaras, títeres, dibujo, artes visuales, baile, entre muchas otras.

De acuerdo a lo consultado y a los objetivos que se tuvieron en cuenta para la realización de este protocolo, lo que se espera de la aplicación del mismo, es lo siguiente:

- Que los alumnos puedan generar ambientes de confianza, donde reconozcan y exterioricen por medio del arte sus miedos, expectativas, redes de apoyo, situaciones de inseguridad y de tranquilidad.

- Se espera que los niños tengan participación tanto en el desarrollo de la manualidad como en la socialización de experiencias de cada una de las actividades.
- Se espera que por medio de esta propuesta se trabajen áreas personales como la emocional teniendo en cuenta que trabajando la inteligencia emocional en los niños, ayuda a formar personas empáticas, que mantienen motivaciones personales y grupales sin importar las adversidades, pueden llegar a ser estables emocionalmente aceptando cambios, críticas y opiniones de las demás personas, se adaptan mucho mejor al cambio y saben cómo reaccionar a la frustración teniendo un aprendizaje de cada situación esto se trabaja con el fin de prevenir sentimientos de ansiedad que pueda producir la transición de primaria a secundaria (Bermúdez et al., 2003)
- Y por último se espera que, este protocolo sea una herramienta útil dentro de la institución para la aplicación y prevención de niveles de ansiedad.

Se esperan dichos resultados al aplicar el protocolo ya que, en estudios realizados anteriormente, se evidencia como el arte terapia se convierte en herramienta fundamental para, nuevas interacciones sociales, crecimiento personal, reducción de ansiedad, y hasta el establecimiento de nuevas metas o expectativas, previniendo enfermedades tanto físicas como mentales (Schmid, 2005).

Referencias

Aldana, M. (2009). Los Trastornos de Ansiedad en Niños y Adolescentes: Particularidades de su presentación Clínica. *Revista Científica, Instituto Colombiano del Sistema Nervioso*, 2(1), 93-101.

https://clinicamontserrat.com.co/web/documents/Psimonart/volumen2-1/08_Psimonart_03_trastornos_de_ansiedad.pdf

Alvarado, S y Suárez, M. (2009). Las transiciones escolares: una oportunidad de desarrollo integral para niños y niñas. *Infancias Imágenes*, 9(1), 907-928.
<https://www.redalyc.org/pdf/773/77315614014.pdf>

Andrade, A. (2008). *El uso de mándalas como terapia artística para niños y niñas pacientes del Hospital Universitario de Los Andes* (Tesis de pregrado). Universidad de Los Andes.
http://bdigital.ula.ve/storage/pdftesis/pregrado/tde_archivos/4/TDE-2010-10-05T03:08:29Z-1286/Publico/cerradaalbis.pdf

Aranguren, M y León T. (2011). Arteterapia: sus fundamentos y beneficios de aplicación en la psicosis. *III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Buenos Aires, Argentina. <https://www.aacademica.org/000-052/196.pdf?view>

Arbues, A y Domínguez, P. (2014). *Arteterapia y creatividad: Implicaciones prácticas*. ASANART.

https://www.researchgate.net/publication/282978640_Arteterapia_y_creatividad_Implicaciones_practicas

Aron, J. (2005). *Child Art Therapy*. John Wiley & Sons, Inc.

Belloch, C. (1994). Aplicaciones Multimedia. *Unidad de Tecnología Educativa*, 1–13.

<https://www.uv.es/bellochc/logopedia/NRTLogo4.pdf>.

Cárdenas., Ferla, M., Palacios, L., & De la Peña, F. (2010). Guía Clínica para los trastornos de Ansiedad en niños y adolescentes. *Instituto Nacional de Psiquiatría de Ramon de la Fuente Muñiz*, México, D.F. http://inprf-cd.gob.mx/guiasclinicas/trastornos_de_ansiedad.pdf

Castillo, M y Pineda, H. (2015). *Influencia del arte como metodología activa para los niños de educación inicial de la escuela de educación básica provincia del oro. Propuesta guía didáctica para docentes* (Proyecto de especialización). Universidad de Guayaquil. <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/15697/1/Castillo%20-%20Pinela.pdf>

Castro, M., Ruiz, L., Leon, A., Fonseca, H., Diaz, M y Umaña, W. (2010). Factores académicos en la transición de la primaria a la secundaria: motivación, rendimiento académico y disciplina. *Revista Electrónica actualidades Investigativas en Educación*, 10 (3), 1- 29. <https://www.redalyc.org/pdf/447/44717980007.pdf>

Chambala, A. (2008). Anxiety and Art Therapy: Treatment in the Public Eye. *Art Therapy. Journal of the American Art Therapy Association*, 25(4), 187-189. <https://doi.org/10.1080/07421656.2008.10129540>

Clark, D y Beck, A. (2012). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad Ciencia y práctica*. Editorial desclée de brouwer, S.A.
https://www.srmcursos.com/archivos/arch_5847348cec977.pdf

Couoh, C., Gongora, A., Garcia, A., Macias, I y Olmos, N. (2015). Ansiedad y autoestima en escolares de educación primaria de Mérida, Yucatán. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 20 (3), 302-308. <https://www.redalyc.org/pdf/292/29242800007.pdf>

Cury, M. (2007). Tras el silencio. *Arte Terapia. Papeles de arte terapia y educación artística para la inclusión social*, 2, 71-86.
<https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/ARTE0707110071A/8924>

Fabuel, V. (2015). Una reflexión sobre las transiciones educativas. De primaria a secundaria ¿traspaso o acompañamiento? *EDETANIA*, 48, 159-183.
<https://revistas.ucv.es/index.php/Edetania/article/view/43>

Farez, P y Trujillo, P. (2013). *Estrategias Psicoeducativas cognitivo-conductual para desarrollar habilidades sociales en la resolución de conflictos* (Tesis de especialización). Universidad de Cuenca. <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/480/1/TESIS..pdf>

Farias, A. (2009). Arte Terapia como provocadora de conocimiento. Arte Terapia como posible herramienta en tratamientos psicopedagógicos. *Revista Construcción Pedagógica*, 7 (14), 9-17.
[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-69542009000100002&lng=pt&tlng=es.](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-69542009000100002&lng=pt&tlng=es)

- Fernández, C., Fernández, S., Sales, O y Caliatto, G. (2014). Ansiedad y dificultades escolares. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 5 (1), 433-442.
<https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851788049.pdf>
- Fernández, G. (2016). *Las tecnologías de la comunicación en psicoterapia desde la psicología sistémica* (Tesis maestría). Universidad de Chile.
<http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/152529/Las%20tecnolog%C3%ADas%20de%20la%20comunicaci%C3%B3n%20en%20psicoterapia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Forero, B., Piñeros, C Y Pardo, D. (2014). *Los mándalas y su utilidad terapéutica desde la psicología transpersonal* (Tesis de pregrado). Universidad Cooperativa de Colombia.
https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/12575/1/2014_mandalas_utilidad_terapeutica.pdf
- Fuentes, V. (2013). *La alfombra mágica: técnicas terapéuticas y actividades lúdicas para niños y niñas*. Corporación Opción. <https://opcion.cl/wp-content/uploads/2016/04/LaAlfombraMagica.pdf>
- García, K. (2014). *Revisión sistemática entorno a la evidencia científica en el arte terapia* (Tesis posgrado). Costa Rica. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/textos/tesis59.pdf>
- García, R y Sánchez, E. (2011). Arteterapia y subjetividad femenina: construyendo un collage. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 6, 87-103.
https://doi.org/10.5209/rev_ARTE.2011.v6.37086

- Gholamzade, M., Babapour, J y sabourimoghaddam, H. (2013). The effect of art therapy based on painting therapy in reducing symptoms of separation anxiety disorder (SAD) in elementary School Boys. *Procedia - Social and Behavioral sciences*, 84, 1697-1703. https://www.researchgate.net/publication/273425447_The_Effect_of_Art_Therapy_based_on_Painting_Therapy_in_Reducing_Symptoms_of_Separation_Anxiety_Disorder_SAD_in_Elementary_School_Boys
- Gonzales, M y Garcia, M. (1995). El estrés y el niño. factores de estrés durante la infancia. *Ediciones Universidad de Salamanca*, 185-201. <https://revistas.usal.es/index.php/0214-3402/article/view/3388/3409>
- Gonzales, R., Martinez, M y Cano, C. (2009). Los colores que hay en mí: una experiencia de arte-terapia en pacientes oncológicos infantiles y cuidadores primarios. *Enseñanza e investigación en psicología*, 14 (1), 77-93. <https://www.redalyc.org/pdf/292/29214106.pdf>
- Guerrón, E. (2015). *Guía didáctica de estrategias en arte terapia para el trabajo con adolescentes entre las edades de 16 – 18 años que presenten ansiedad del colegio fiscal “Octavio Cordero Palacios”* (Teses de pregrado). Universidad del Azuay. <http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/4969/1/11408.pdf>
- Isorna, M., Navia, C y Felpeto, M. (2013). La transición de la educación primaria a la educación secundaria: sugerencias para padres. *Innovación Educativa*, 23, 161-177. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4563787>
- Jadue, G. (2001). Algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar. *Estudios Pedagógicos*, 27, 111-118. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052001000100008>

- León, E y Avila, S. (2018). *Abordaje terapéutico de la ansiedad utilizando la técnica de pintura en niños de 7 a 12 años debido a conflictos en pareja manifestados por sus padres* (Tesis de pregrado). Universidad de San Carlos de Guatemala.
<http://www.repositorio.usac.edu.gt/10977/1/13%20T%283235%29.pdf>
- Liebmann, M. (2004). *Art Therapy for Groups a handbook of themes and exercises* (2 ed.). Brunner-Routledge.
- Linares, A. (2007-2008). Desarrollo cognitivo: las teoria de Piaget y de Vygotsky. Col legi Oficial de psicòlegs de Catalunya – Universidad Autonoma de Barcelona.
http://www.paidopsiquiatria.cat/files/teorias_desarrollo_cognitivo_0.pdf
- Martínez García, L.M y Pérez Gutiérrez, R. (2002). Artes plásticas y su función en la escuela. Málaga: Aljibe.
- Martínez, M y Pinya, C. (2015). La transición primaria---secundaria en los Institutos – Escuela en Catalunya. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 18 (2), 57-72. <https://doi.org/10.6018/reifop.18.2.219141>
- Morales, P y Jarpa, J. (2010). Elementos de Arteterapia como Medio de Comunicación y Elaboración en Psicoterapia con Adolescentes. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 5, 137-152.
<https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/ARTE1010110137A>
- Polo, L. (2000). Tres aproximaciones al Arte Terapia. *Arte, Individuo y Sociedad*, 12, 311-319.
<https://revistas.ucm.es/index.php/ARIS/article/view/ARIS0000110311A>

- Ríos, J y Jiménez, P. (2016). Activación de las redes neuronales del arte y la creatividad en la rehabilitación neuropsicológica. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 15 (2), 47-60. <https://doi.org/10.18270/chps..v15i2.1913>
- Ruiz Guevara, L. S. et al. (2010). Transición a la secundaria: Los temores y preocupaciones que experimentan los estudiantes de primaria. *Revista Iberoamericana de Educación*, 52(3), 1-13. <http://www.rieoei.org/deloslectores/3253Ruiz.pdf>
- Sandmire, D., Gorham, S., Rankin N & Grimm, D. (2012): The Influencia de la creación artística en la ansiedad: un estudio piloto, *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 29: 2, 68-73. <https://doi.org/10.1080/07421656.2012.683748>
- Schmid, T. (2005). *Promoting health through creativity. For professionals in health, arts and education*. England: Whurr