



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

Grado en Educación Primaria con mención en Audición y Lenguaje

TRABAJO DE FIN DE GRADO

**PROPUESTA DE INTERVENCIÓN DE INTELIGENCIA
EMOCIONAL APLICADO A LOS TRASTORNOS DE AUDICIÓN Y
LENGUAJE.**

Presentado por Andrea Domínguez Chacón

TUTOR ACADEMICO: María del Valle Flores Lucas

(Departamento de Psicología)

Por esas personas que me apoyaron y han estado presentes en este camino que solo
acaba de empezar.

RESUMEN

Es importante trabajar la Inteligencia emocional desde las primeras etapas de la vida, es decir, desde la infancia. Debido a que a través de las emociones se forma la personalidad, y la manera de enfrentarse a problemas/situaciones de la vida cotidiana de las personas. Incluyendo en el aula aspectos emocionales buscamos trabajar la Inteligencia emocional.

El principal objetivo del trabajo, es el diseño de una propuesta de intervención aplicado a la Inteligencia Emocional en alumnado con trastornos de Audición y lenguaje. Basándonos en el modelo de Mayer y Salovey, dividimos las actividades en bloques: percepción y expresión emocional, facilitación emocional, comprensión emocional, y regulación emocional. Con las actividades el alumnado deberá aprender a identificar y comprender las emociones de uno mismo y de los demás, aprender a expresar como se sienten en situaciones aisladas o planificadas, y también aprender a relacionar las emociones que sienten los demás en situaciones determinadas.

PALABRAS CLAVE: Inteligencia emocional, emociones, percepción y expresión emocional, facilitación emocional, comprensión emocional, regulación emocional.

ABSTRACT

It is important to work on Emotional Intelligence from the earliest stages of life, that is, from childhood. It is through emotions where the personality of each one of them is formed, and the way to face problems/situations of people's daily lives. By including emotional aspects in the classroom we seek to work on Emotional Intelligence from an early age.

The main objective of this dissertation is the design of an intervention proposal applying Emotional Intelligence to students with hearing and language impairment. To do this, we have based ourselves on Mayer and Salovey's model (1997), dividing the activities into four blocks: emotional perception and expression, emotional facilitation, emotional understanding, and finally, emotional regulation. Through the activities, it is intended that students learn to identify and understand their own and others' emotions, to express

how they feel in isolated or planned situations, and also to relate the emotions that others feel in certain situations.

KEYWORDS: Emotional Intelligence, emotions, emotional perception and expression, emotional facilitation, emotional understanding, emotional regulation.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	8
2. OBJETIVOS.....	10
3. JUSTIFICACIÓN.....	11
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	13
4.1 PSICOLOGÍA POSITIVA	13
4.1.1 Fortalezas humanas	14
4.2 LAS EMOCIONES.....	17
4.2.1 Concepto de emoción.....	17
4.2.2 Respuesta emocional (la triple respuesta emocional)	17
4.2.4 Clasificación de las emociones	18
4.3 DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL EN LA INFANCIA	20
4.3.1 Desarrollo socioemocional en educación infantil (0-6 años).....	20
4.3.2 Competencias emocionales	21
4.3.3 El desarrollo socioemocional en educación primaria (6-12 años)	24
4.5 INTELIGENCIA EMOCIONAL	24
4.6 MODELOS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	25
4.6.1 Modelos mixtos.....	25
4.6.1.1 Modelo de Goleman.....	25
4.6.1.2 Modelo de Bar-On.....	26
4.6.2 Modelos de habilidades	27
4.6.2.1 Modelo de Mayer y Salovey	27
4.7 APLICACIONES Y PROGRAMAS EN EL AULA	29
4.8 PATOLOGÍAS EN EL AULA	30
5. Propuesta de intervención.....	33
5.1 Justificación	33
5.2 Contextualización	34
5.3 Metodología.....	34
5.4 Temporalización	35
5.5 Actividades	38
5.2.1 “Conocemos las emociones”.....	38
5.2.2 “El monstruo de colores”	38

5.2.3 “Frascomoción”.....	39
5.2.4 “Conocemos más emociones”	40
5.2.5 “¿Tienes memoria?”	40
5.2.6 “¡Como se sienten!”	41
5.2.7 “Dado de las emociones”	42
5.2.8 “Aburrimiento”	43
5.2.8 “¿Quién no tiene vergüenza?”	43
5.2.9 “Sobres de colores”	44
5.2.10 “Frasco de la calma”	44
6. EXPOSICIÓN DE RESULTADOS.....	46
7. CONCLUSIONES.....	50
8. BIBLIOGRAFÍA	52
ANEXOS	54
Anexo I “Conocemos las emociones”	54
Anexo II “Frascomoción”	54
Anexo III “Conocemos más emociones”	55
Anexo IV “¿Tienes memoria?	55
Anexo V “¡Como se sienten!”	60
Anexo VI “Dado Monstruo de colores”	62
Anexo VII “Aburrimiento”	64
Anexo VIII “¿Quién no tiene vergüenza?.....	64
Anexo IX “Sobres de colores”	65
Anexo X: “Tabla de evaluación de la intervención”	67
Anexo XI: “Tabla de registro anecdótico”	69

1. INTRODUCCIÓN

En el presente trabajo de fin de grado se trabaja una propuesta de intervención de Inteligencia emocional aplicada a alumnos con trastornos en Audición y lenguaje. Para ello trataremos la Psicología positiva, las fortalezas humanas, las emociones y su desarrollo. También trabajaremos el concepto de Inteligencia Emocional, los modelos de esta, aplicaciones en el aula y las patologías que nos encontramos en nuestra aula de referencia.

A través de este trabajo buscamos dar la importancia que requiere la Inteligencia Emocional en estas primeras etapas de la vida. Al incluir aspectos emocionales en el aula se busca que los alumnos puedan formar su propia personalidad, y la forma en la que resuelvan las situaciones/problemas que se encuentren en su vida cotidiana.

El presente trabajo está estructurado en dos partes bastante diferenciadas, ya que en la primera parte se expone una fundamentación teórica en la cual se trabajan los conceptos de Psicología positiva, fortalezas humanas, el desarrollo socioemocional en la infancia, la Inteligencia emocional, con diferentes definiciones de autores centrados en trabajos sobre ello y los principales modelos de Inteligencia emocional. Por último se trabajan las aplicaciones en el aula de Inteligencia emocional, los programas, evaluaciones y las patologías que nos encontramos en el aula.

En segundo lugar, el trabajo muestra una propuesta de intervención, en forma de programa para trabajar la Inteligencia emocional en alumnado con trastornos en Audición y Lenguaje. Para realizar dicha intervención nos hemos basado en el modelo de habilidad de Inteligencia emocional de Mayer y Salovey (1997) y dividimos las actividades a realizar en cuatro bloques. En el primer bloque de *“Percepción y expresión emocional”* el alumnado deberá conocer y expresar sus propias emociones y las de los demás. En el segundo bloque *“Facilitación emocional”* el alumnado deberá de expresar sus emociones. En el tercer bloque de *“Compresión emocional”* el alumnado deberá de indicar las emociones que experimentan los demás en situaciones determinadas. Y en el cuarto y último bloque de *“Regulación emocional”*, los alumnos deberán de regular sus emociones en el caso de no controlar alguna de ellas.

Para evaluar la propuesta de intervención completaremos una tabla de evaluación, donde se encontraran los objetivos marcados en cada actividad y un registro

anecdótico, en el cual se deberá de reflejar aquellos datos más relevantes durante la propuesta de intervención.

Finalmente se analizaran los resultados obtenidos para después exponerlos. Estos resultados estarán reflejados al final del trabajo junto a las conclusiones tras la puesta en marcha de la propuesta de intervención.

2. OBJETIVOS

Los objetivos planteados en el presente trabajo son:

- **Objetivos generales:**
 - Proponer una intervención de Inteligencia emocional basada en el modelo de habilidad de Inteligencia emocional de Mayer y Salovey (1997) aplicándolo en alumnado con trastornos de Audición y lenguaje.

- **Objetivos específicos:**
 - Aprender a identificar y comprender las emociones propias y de los demás.
 - Saber expresar sus propios sentimientos en situaciones aisladas o planificadas.
 - Aprender a relacionar las emociones que sienten los demás en situaciones determinadas.
 - Saber regular sus propias emociones.

3. JUSTIFICACIÓN

El principal objetivo por el que he elegido este tema es la curiosidad que sentía por trabajar la Inteligencia emocional con este tipo de alumnado, y la importancia que está cobrando en la sociedad.

Considero que trabajar la Inteligencia emocional desde edades tempranas ayuda al desarrollo emocional del niño. Por lo que veo importante que toda la comunidad educativa incluya en su temario la Inteligencia emocional. Es a través de esta donde los alumnos van a formar su personalidad, conociendo sus propias emociones, las de los demás y aprendiendo a expresarlas y regulándolas.

Me he basado para realizar la propuesta de intervención en el modelo de habilidad de Inteligencia emocional de Mayer y Salovey de 1997, ya que es el que me parecía más completo para cubrir las necesidades de mis alumnos.

Considero que si como docentes buscamos educar en Inteligencia emocional a nuestros alumnos debemos tener nosotros buena Inteligencia emocional, ya que de esta forma podremos formar mejor a nuestros alumnos.

A continuación destacamos las competencias generales de Educación Primaria y las específicas de Audición y lenguaje relacionados con el presente trabajo.

➤ **Competencias generales:**

- Conocer y comprender para la aplicación práctica los aspectos principales de terminología educativa, y características psicológicas, sociológicas y pedagógicas, de carácter fundamental, del alumnado en las distintas etapas y enseñanzas del sistema educativo.
- Ser capaces de llevar a cabo prácticas de enseñanza-aprendizaje (reconocer, planificar y valorar), de analizar críticamente y argumentar decisiones en contextos educativos, integrar información y adquirir conocimientos necesarios para resolver problemas educativos.
- Fomentar valores democráticos, con especial incidencia en la tolerancia, solidaridad, justicia...es decir, valorando los derechos humanos.

➤ **Competencias específicas:**

- Conocer aspectos principales de terminología en el ámbito de la Audición y el Lenguaje, sabiendo identificar y analizar los principales trastornos.
- Conocer las estrategias de intervención y técnicas de evaluación de los trastornos de la lectoescritura, de los trastornos del lenguaje oral y del ritmo del habla y los trastornos de la audición.
- Ser capaces de evaluar los planes de trabajo individualizados en el ámbito de audición y lenguaje, introduciendo ajustes progresivos en los objetivos de la intervención, en la adecuación de los métodos y las pautas a seguir.
- Participar en procesos de mejora escolar dirigidos a introducir innovaciones que promuevan una mejor respuesta educativa a la diversidad del alumnado.
- Ser capaces de determinar las necesidades educativas de los distintos alumnos, definiendo ámbitos de actuación prioritarios, así como el grado y la duración de las intervenciones, las ayudas y los apoyos requeridos para promover el aprendizaje de los contenidos.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

La propuesta de intervención que se presenta después se basa en la aplicación de Inteligencia emocional en alumnado con trastornos de Audición y lenguaje.

Comenzaremos definiendo el concepto de Psicología positiva y la clasificación de las fortalezas humanas que comprende esta. Después trabajaremos el concepto de emoción, como se produce la respuesta emocional (la triple respuesta emocional) y la clasificación para que se podamos identificarlas. A esto se le añadirá la definición de Inteligencia emocional y los principales modelos de inteligencia emocional que comprende. Finalmente trabajaremos las aplicaciones en el aula, y las patologías que nos encontramos dentro de nuestra propuesta de intervención.

4.1 PSICOLOGÍA POSITIVA

La psicología positiva es un movimiento dentro de la psicología general, que estudia los aspectos positivos, la felicidad y el bienestar de las personas.

El propulsor de esta corriente de pensamiento fue Seligman al presentar su propuesta en la conferencia inaugural como presidente de la American Psychological Association (APA), refiriéndose a la psicológica positiva como el estudio de las fortalezas y virtudes humanas (Seligman, 1999).

Otras definiciones que dan Seligman y otros autores sobre psicología positiva y en qué consiste son:

“La psicología positiva es el estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos individuales positivos, las instituciones que facilitan su desarrollo y los programas que ayudan a mejorar la calidad de vida de los individuos, mientras previene o reduce la incidencia de la psicopatología” (Seligman 2005; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000)

“Estudio científico de las fortalezas y virtudes humanas, las cuales permiten adoptar una perspectiva más abierta respecto al potencial humano, sus motivaciones y capacidades” (Sheldon & King, 2001)

“La novedad de la psicología positiva implica el poner de relieve la importancia de potenciar la construcción de los aspectos positivos del ser humano y, de este modo,

llenar la vida de las personas de felicidad y bienestar a través del desarrollo de las fortalezas personales” (Peterson y Seligman, 2004)

Siempre que nos paramos a pensar sobre psicología nos centramos en los aspectos negativos, en el estudio de los aspectos negativos (emociones negativas). Es por eso que la psicología positiva se basa en reforzar los aspectos positivos (incluyendo así las emociones positivas) para obtener unos objetivos como es el bienestar y la felicidad de las personas. Trabajando también las fortalezas humanas; la creatividad, la gratitud, el autocontrol, la bondad, la inteligencia emocional entre otras, con el fin de servir como barrera contra los aspectos negativos.

A continuación trabajaremos las Fortalezas humanas.

4.1. 1 Fortalezas humanas

La psicología trabaja a través de las fortalezas humanas los rasgos positivos. En 1999 diversos investigadores como son Mihaly Csikszentmihalyi, Ed Diener, Martin Seligman y Christopher Peterson empezaron a crear una lista con las Fortalezas humanas, es en 2004 cuando propusieron una lista final con veinticuatro fortalezas humanas (Peterson y Seligman, 2004)

Los autores consideraban el concepto de virtud como algo demasiado amplio y abstracto, y es por eso que se refieren a la manifestación psicológica de la virtud. En otras palabras las fortalezas humanas serían los ingredientes (rasgos de personalidad) psicológicos que definen las virtudes (Peterson y Seligman, 2004)

Valoraron seis virtudes:

1. Sabiduría y conocimiento: fortalezas cognitivas.
2. Valor: fortalezas emocionales.
3. Amor y humanidad: fortalezas interpersonales.
4. Justicia: fortalezas cívicas.
5. Templanza: fortalezas que protegen contra el exceso y facilitan la expresión apropiada y moderada de los apetitos y necesidades.
6. Espiritualidad y trascendencia: fortalezas que conectan con el universo más amplio.

(Peterson y Seligman, 2004)

Virtud	Fortaleza humana	Definición
Sabiduría	Creatividad	Pensar nuevas y productivas formas de conceptualizar y hacer las cosas; incluye la creatividad artística, pero no se limita a ésta.
	Curiosidad/interés	Interesarse por el mundo, encontrar temas de interés, estar abierto a la experiencia, explorar y descubrir.
	Deseo de aprender	Deseo de conocer, mejorar y manejar nuevas habilidades.
	Apertura a la experiencia	Examinar bajo diferentes puntos de vista, tener en cuenta todas las características de la situación antes de opinar sobre ellas o tomar una decisión y ser capaz de cambiar de opinión ante la evidencia.
	Perspectiva	Ser capaz de proporcionar un sabio consejo a los demás; tener maneras de ver el mundo que hace que tenga sentido para uno mismo y para los otros.
Valor	Valor/Valentía	No echarse atrás por el miedo, los cambios, las dificultades o el dolor; defender lo que es justo a pesar de la oposición y actuar de acuerdo a las convicciones aunque sean.
	Perseverancia	Acabar lo que uno empieza; persistir en una acción a pesar de los obstáculos; concentrarse en lo que se hace y dedicar esfuerzo a conseguir objetivos.
	Integridad	Decir la verdad, vivir de forma genuina y auténtica y ser responsable de los propios sentimientos y acciones.
	Vitalidad	Vivir de forma apasionada y con energía, como si la vida fuera una aventura.
Amor Humildad	Intimidad	Amar y dejarse amar, valorar las relaciones íntimas y profundas con los demás, ser cercano a la gente.
	Amabilidad	Hacer favores a los otros, ayudarles y cuidarles.
	Inteligencia social	Conocimiento de uno mismo y de los demás, conocer cómo actuar en las situaciones sociales y cómo hacer que los otros se sientan bien.

Justicia	Ciudadanía	Trabajar bien en equipo, ser fiel y apoyar los objetivos comunes.
	Justicia	Tratar a todo el mundo con los mismos criterios de justicia; no permitir que los sentimientos personales interfieran en las actuaciones con los demás.
Templanza	Capacidad de perdonar	Olvidar lo que los otros nos han hecho y herido; darles una segunda oportunidad; no ser vengativo.
	Humildad	No intentar ser el centro de atención, no tratarse a uno mismo como más especial de lo que es.
	Prudencia	Ser cauto a la hora de tomar decisiones; no asumir riesgos innecesarios.
	Autorregulación	Regular lo que uno siente o piensa; ser disciplinado; controlar apetitos y necesidades.
Transcendencia	Apreciación de la belleza	Percibir y apreciar la belleza o excelencia de cualquier faceta de la vida.
	Gratitud	Ser consciente de las cosas buenas que suceden y dar gracias por ellas, dedicando tiempo a expresarlo.
	Optimismo Esperanza	Esperar lo mejor del futuro y trabajar para lograrlo; confiar en que el futuro depara cosas buenas.
	Humor	Tendencia a reír y sonreír; hacer reír a otras personas; ver el lado cómico de lo que sucede.
	Espiritualidad	Poseer creencias fuertes y coherentes sobre la razón y significado trascendente del universo; saber cuál es su lugar en el orden universal; apoyarse en estas creencias para actuar y sentirse reconfortado.

Cuadro 1. *Virtudes Humanas y Definición de las Fortalezas Asociadas (Peterson y Seligman, 2004)*

4.2 LAS EMOCIONES

Para trabajar las emociones, comenzaremos concretando el concepto de emoción, como responden las personas a estímulos/acontecimientos a través de la “triple respuesta emocional” que nos indica Bisquerra (2009) y una clasificación de las emociones para poder conocerlas y trabajar con ellas.

4.2.1 Concepto de emoción

Para hablar más adelante sobre el término de “Inteligencia emocional” primero trabajaremos el concepto de “Emoción”. Para ello acudiremos inicialmente al Diccionario de la Real Academia Española (2001), donde define el término “emoción” como: “Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”.

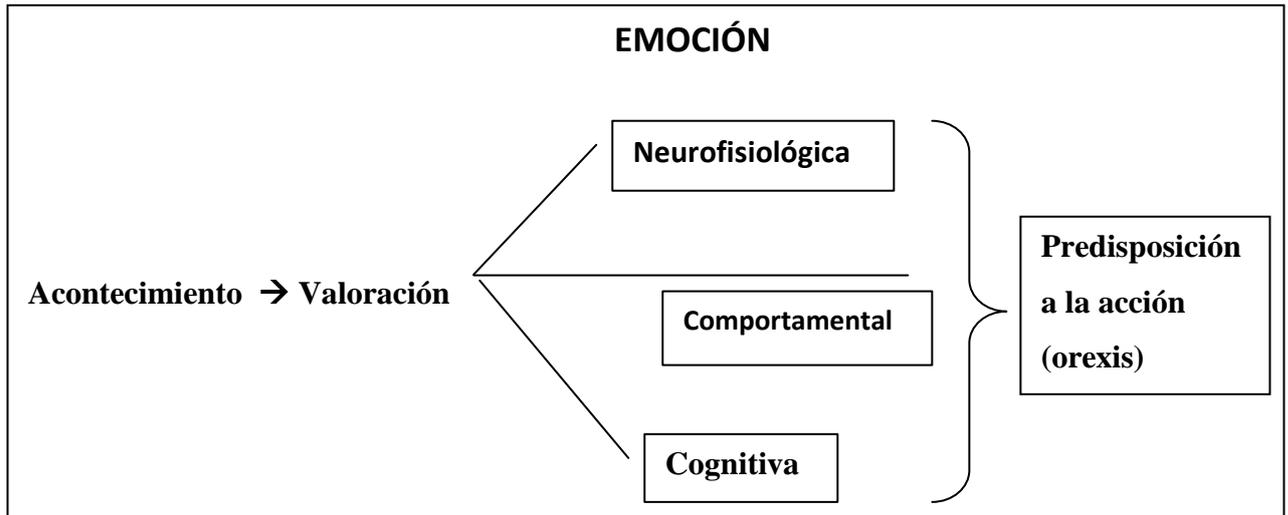
Pero la procedencia del concepto Emoción es dada por Goleman (1996) donde ve necesario dividir el término en lexema “moción”, lo que os explica que emana del verbo latino “moveré” que significa moverse, y en el prefijo “e-“, el cual nos indica que estos impulsos van dirigidos a la acción.

Nos centramos en la definición de Emoción de forma más específica dada por Bisquerra (2000) basada en sus estudios, donde define el término de emoción como “un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno”.

4.2.2 Respuesta emocional (la triple respuesta emocional)

Muchas veces nos preguntamos cómo se producen las emociones. Es verdad que a lo largo del día experimentamos muchas emociones, ya que a través de los sentidos captamos de forma automática acontecimientos y les damos una respuesta.

Volvemos a recurrir a Bisquerra y a sus estudios sobre Inteligencia emocional para hablar de los componentes que forman una emoción. Para Bisquerra (2009) dividimos los componentes que forman una emoción en tres respuestas: neurofisiológica, comportamental y cognitiva.



Cuadro 2. *Componentes de una emoción (Bisquerra, 2009)*

Para entender que es una emoción lo explicaremos a través de e.g., Lang (1994):

“Tras recibir el acontecimiento la valoración inicia la respuesta emocional que se manifiesta de tres formas que, en multitud de ocasiones muestran una débil relación entre sí”

- Respuesta neurofisiológica: reacciones corporales/físicas del organismo. Por ejemplo taquicardia, temblor, sudoración en una situación de miedo. A través de esta respuesta sabemos que estamos experimentando una emoción. Sin respuesta neurofisiológica no se llevaría a cabo la emoción.
- Respuesta comportamental: reacciones no verbales de la cara, es decir, el llanto, la sonrisa... Coincidiendo con la expresión emocional.
- Respuesta cognitiva: experiencia emocional, ya que al suceder podemos dar nombre a la emoción que estamos experimentando en ese momento.

4.2.4 Clasificación de las emociones

Para clasificar las emociones no contamos con una clasificación aceptada de forma general, si no que diferentes autores han ido clasificando las emociones dependiendo de sus criterios. Podemos mencionar a varios autores:

Autor	Criterio clasificatorio	Emociones
Ekman (1973, 1980)	Expresión facial	Miedo, ira, alegría, tristeza, sorpresa y asco
Lazarus (1991)	Cognitivo	Ira, ansiedad, vergüenza, tristeza, envidia, asco, felicidad/alegría, orgullo, amor/afecto, alivio, esperanza, compasión y emociones estéticas.
Goleman (1995)	Emociones primarias y sus “familiares”	Ira, tristeza, miedo, alegría, amor, sorpresa, aversión y vergüenza.

Cuadro 3. *Clasificaciones de emociones (Adaptado de Bisquerra, 2009)*

Según Bisquerra (2009) clasifica las emociones como “familias de emociones” desde una perspectiva psicopedagógica

A continuación se muestra un resumen de la clasificación de Bisquerra (2009)

- **Emociones negativas:** el miedo (terror, horror, pánico...), ira (rabia, cólera...), tristeza (depresión, frustración...), asco (rechazo, desprecio...), ansiedad (angustia, desesperación...).
 - **Emociones positivas:** la alegría (entusiasmo, euforia...), el amor (aceptación, cariño, afecto...), la felicidad (bienestar emocional, armonía...).
- Tanto las emociones positivas como las emociones negativas van encabezadas por una emoción básica o primitiva que son presentes desde el nacimiento, las emociones derivadas de estas emociones básicas se llaman emociones secundarias , complejas o derivadas ya que dependiendo de la persona se afrontan de un modo u otro.
- **Emociones ambiguas:** la sorpresa. Son denominada así ya que dependiendo quien o que lo provoque puede ser una emoción positiva o negativa para la persona. También añadimos en esta clasificación: sobresalto, asombro, desconcierto, confusión, perplejidad, admiración, inquietud, impaciencia. Lázarus (1991) incluye compasión y esperanza.

- **Emociones sociales** incluye la vergüenza, timidez, envidia, celos, indignación, desprecio, culpabilidad, vergüenza ajena. Simpatía, orgullo, gratitud y admiración.
- **Emociones estéticas**, aquellas que se experimentan ante las obras de arte y la belleza.

4.3 DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL EN LA INFANCIA

En los siguientes apartados trabajaremos el desarrollo socioemocional de la infancia dividiéndolo primero en la etapa de Educación infantil de 0 a 6 años, y después en la segunda etapa, es decir, en Educación primaria de 6 a 12 años.

Añadiremos también en este apartado la definición de competencias emocionales y su estructuración.

4.3.1 Desarrollo socioemocional en educación infantil (0-6 años)

Para hablar del desarrollo emocional en niños de 0 a 6 años destacamos la importancia de una buena educación emocional y de las funciones que realizan las emociones en ellos, ya que es importante para poder comprender el desarrollo emocional en la infancia.

A continuación Saarni, Campos, Camras y Witherington (2006) hacen hincapié en la importancia de las emociones en los humanos: “Las emociones parecen cumplir una importante función adaptativa para el ser humano pues le preparan, por ejemplo, para actuar de forma adecuada en una situación de peligro o le ayudan a comunicarse con los demás desde el momento del nacimiento favoreciendo que se asegure la supervivencia; en segundo lugar, las emociones tienen funciones motivacionales y reguladoras y, además, cumplen la función de ayudar a establecer, mantener o cambiar las relación del individuo con sus circunstancias en situaciones que son importantes para él”

En cuanto a la clasificación de las emociones, nos referimos a primarias o básicas, cuando hablamos de la alegría, disgusto, sorpresa, enfado, tristeza y miedo. Y a emociones secundarias o autoconscientes cuando son aquellas que no se hacen de forma consciente, es decir, cuando nos referimos a la empatía, la envidia, la vergüenza, los celos, el orgullo, la culpa, la timidez y el desprecio.

Las diferencia más destacadas entre estos dos tipos de emociones es que las emociones primarias son programadas biológicamente e innatas desde el nacimiento o en los primeros meses de vida, es decir, entre los seis u ocho primeros meses de vida. Mientras que las emociones secundarias son adquiridas más tarde, sobre los 18 meses de vida y son adquiridas a través de la implicación de las reglas sociales con las que comparamos nuestro comportamiento y la interacción de procesos cognitivos y afectivos; además, no tienen unas mismas conductas expresivas consistentes a lo largo del ciclo vital ni su expresión gestual y facial coincide en todas las culturas (Saarni, Campos, Camras, y Witherington, 2006)

		Edad aproximada de aparición
Emociones primarias	Alegría, disgusto.	Casi desde el nacimiento.
	Sorpresa, enfado, tristeza.	Entre los 3 y los 5 meses.
	Miedo.	Entre los 6 y los 8 meses.
Emociones secundarias	Empatía, envidia, vergüenza, celos.	Entre los 18 y los 24 meses.
	Orgullo, timidez, culpa, desprecio.	A partir de los 2 años y medio.

Cuadro 4. *Curso evolutivo de las emociones en la infancia.*

En cuanto a la expresión y reconocimiento emocional, destacamos dos comportamientos por un lado el llanto, que nos expresa la inconformidad, el disgusto, la frustración del individuo. El otro comportamiento sería la sonrisa, con la cual nos expresa su estado de bienestar.

4.3.2 Competencias emocionales

El concepto de competencia emocional ha sido un tema de debate para diversos expertos a lo largo de la historia, en la actualidad no hay un acuerdo unánime sobre esta definición.

Expertos como Salovey y Sluyter (1997) identificaron cinco dimensiones básicas en las competencias emocionales: cooperación, asertividad, responsabilidad, empatía, autocontrol. Por otro lado anteriormente, Goleman (1995) lo había dividido en cinco dominios, tales como: autoconciencia emocional, manejo de las emociones,

automotivación, empatía y habilidades sociales, incluyendo a su vez veinticinco competencias.

Desde 1997 la GROOP (grupo de Recerca en Orientació Psicopedagógica) dividen las competencias emocionales en cinco bloques, los cuales Bisquerra (2003) divide a su vez las competencias dentro de esos cinco bloques en:

- **Conciencia emocional:** competencia para tomar conocimiento de tus propias emociones y de las de los demás. Toma de conciencia de las propias emociones, dar nombre a las emociones y comprensión de las emociones de los demás.
- **Regulación emocional:** capacidad para manejar las emociones de uno mismo de una forma adecuada. Tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento, tener estrategias de afrontamiento, capacidad para autogenerarse emociones positivas...
- **Autonomía emocional:** concepto que encuentra englobado la autogestión personal, es decir, la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, capacidad para buscar ayuda y auto eficacia emocional.
- **Competencia social:** capacidad para mantener relaciones con los demás, es decir, dominar las habilidades sociales, capacidad de comunicación afectiva, respeto, actitudes pro-sociales, respeto...
- **Competencias para la vida y el bienestar:** capacidad para adoptar comportamientos apropiados en situaciones de la vida cotidiana.

Tras trabajar el concepto de competencia emocional destacamos la *comprensión emocional* y *regulación emocional* como dos habilidades que empiezan a cobrar importancia en la etapa de educación infantil.

Comprensión emocional, habilidad para hablar de las emociones.	
18 meses a 2 años	<ul style="list-style-type: none"> - Como se sienten. - Reconocen emociones básicas propias y ajenas.
2 – 4 años	<ul style="list-style-type: none"> - Emociones pasadas, presentes y futuras. - Emociones autoconscientes de ellos y de los demás.
4 – 6 años	<ul style="list-style-type: none"> - Conciencia de que no todos tenemos las mismas emociones desencadenadas por un hecho aislado. - Disimulan o exageran emociones facialmente.

Cuadro 5. *Desarrollo de la comprensión emocional de la etapa de 0-6 años (Recuperado de Harris, 2008)*

0-3 meses	Las emociones son reguladas por los adultos y por acciones reflejas (como chuparse el dedo).
3-12 meses	Solo actúa cuando se le llama la atención (deja de llorar, de gritar...)
12-24 meses	Estrategias básicas para disminuir el malestar causado por una emoción negativa (apartarse del estímulo, balancearse, mover un objeto...). Empieza a ser consciente de la posibilidad de control.
2-3 años	Mejoran las capacidades de regulación en situaciones negativas y la habilidad para utilizar estrategias constructivas. Suele utilizar a la madre o a los cuidadores para regular los miedos.
3-6 años	Desarrollo de la conciencia de la necesidad de control emocional de acuerdo con las reglas sociales. Se incrementa la capacidad de afrontar las situaciones negativas con estrategias constructivas. Se verbalizan las estrategias de afrontamiento.

Cuadro 6. *Desarrollo de la autorregulación emocional en la etapa de 0-6 años (Recuperado de Gross, 2008)*

4.3.3 El desarrollo socioemocional en educación primaria (6-12 años)

Es importante destacar que en esta etapa se consolidara todo lo adquirido en la etapa anterior y se adquirirán otros aspectos de la competencia emocional (Berk, 2004):

- Mejora de la comprensión emocional.
- Desarrollo de las emociones secundarias.
- Duijvenvoorde, Huizenga y Jansen (2014) indican que se “desarrollan las emociones contrafactuales (alivio o arrepentimiento)”
- Capacidad para saber distinguir entre emociones contradictorias, esta capacidad adquiere su mayor desarrollo en torno a los 10 u 11 años.
- Simulación de expresiones emocionales.
- Regulación de emociones.

Para el desarrollo socioemocional es muy importante los factores que influyen, es decir, el factor intrínseco (temperamento), y el factor extrínseco (relaciones sociales que experimentan en su vida).

4.5 INTELIGENCIA EMOCIONAL

Para hablar del concepto de Inteligencia emocional acudimos a la primera definición dada por Salovey y Mayer (1990) afirmando que: “Una parte de la inteligencia social que incluye la capacidad de controlar nuestras emociones y las de los demás, discriminar entre ellas y usar dicha información para guiar nuestro pensamiento y nuestros comportamientos” (p.99)

Tras realizar la definición indican Salovey y Mayer (1990) que en su modelo se distinguen un conjunto de habilidades emocionales adaptadas y conceptualmente relacionadas como son la: “Evaluación, expresión y regulación de las emociones y la utilización de estas de forma adaptativa” (p.99)

Más tarde y con la definición que Goleman dio del concepto Inteligencia emocional adquirió una importancia convirtiéndose este en popular. Goleman (1995) define el concepto de inteligencia emocional como la unión de dos conceptos opuestos, estos son: inteligencia y emoción. Por lo que Goleman (1995) afirma que: “El viejo paradigma proponía un ideal de razón liberada de los impulsos de la emoción. El nuevo paradigma, por su parte, propone armonizar la cabeza y el corazón” (p.32)

4.6 MODELOS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

A lo largo de los años de investigación sobre Inteligencia emocional se han ido elaborando y reelaborando diferentes modelos teóricos de Inteligencia emocional, estos modelos tienden a ser complementarios los unos con los otros, es decir poco a poco se ha ido complementando la información entre ellos creando modelos más firmes.

Se encuentran divididos en dos grandes modelos de IE: modelos mixtos (destacando el modelo de Goleman y de Bar-On) y los modelos de habilidades (destacando el modelo de Mayer y Salovey). Existen más modelos que complementan a ambos.

4.6.1 Modelos mixtos

Los modelos mixtos o también llamados, modelos basados en rasgos de personalidad. Según Mayer y Salovey (1997) “describen una concepción compuesta de inteligencia que incluye capacidades mentales, y otras disposiciones y rasgos” (p. 44)

A continuación se exponen los modelos más importantes dentro de los modelos mixtos: modelo de Goleman (2001) y modelo de Bar-On (1997).

4.6.1.1 Modelo de Goleman

Podemos destacar a Daniel Goleman como ya hemos indicando anteriormente como el nombre más famoso dentro de la Inteligencia emocional, ya que con él se popularizó este concepto.

Es el modelo de Goleman (2001) donde clasificó las competencias socioemocionales en 25, divididas en dos criterios por un lado hablamos de la competencia personal y por el otro, de la competencia social. Después estas competencias las divide dependiendo del tipo de proceso emocional. A continuación muestro en el cuadro la clasificación de las competencias socioemocionales en el modelo de Goleman (2001)

	Competencia personal	Competencia social
	Autoconciencia emocional	Empatía
Reconocimiento	Autoevaluación	Orientación al cliente
	Autoconfianza	Conciencia organizacional

Regulación	Autocontrol emocional	Desarrollo de los demás
	Formalidad	Influencia
	Responsabilidad	Comunicación
	Adaptabilidad	Gestión de conflictos
	Motivación de logro	Liderazgo
	Iniciativa	Catalización del cambio
		Construcción de alianzas
		Trabajo en equipo

Cuadro7. *Clasificación de las competencias socioemocionales en el modelo de Goleman (2001) (p.58)*

4.6.1.2 Modelo de Bar-On

El modelo de Bar-On (1997) es considerado otro de los modelos con mayor influencia dentro de los modelos mixtos de Inteligencia emocional. Bar-On denomina a la Inteligencia emocional como inteligencia social y emocional, y la divide en cinco grandes áreas compuestas por subcomponentes.

Inteligencia intrapersonal	Autoconciencia emocional
	Asertividad
	Autoestima
	Autorrealización
	Independencia
Inteligencia interpersonal	Empatía
	Relaciones interpersonales
	Responsabilidad social
Adaptabilidad	Solución de problemas
	Prueba de realidad
	Flexibilidad
Gestión del estrés	Tolerancia al estrés
	Gestión de impulsos

Cuadro 8. *Clasificación de componentes del modelo de Inteligencia emocional de Bar-On (Adaptado de Bisquerra, Pérez, García, (2015) (p.60))*

4.6.2 Modelos de habilidades

Los modelos de habilidades no incluyen rasgos de personalidad como los modelos mixtos, si no, que estos se centran en el procesamiento emocional y en el estudio de capacidades de este. Destacamos dentro de los modelos de habilidades el modelo de Mayer y Salovey (1997).

4.6.2.1 Modelo de Mayer y Salovey

Dentro del modelo de Mayer y Salovey (1997) estos dos autores definieron la Inteligencia emocional como:

“la capacidad para percibir, valorar y expresar las emociones con exactitud; la capacidad para acceder a, o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la capacidad para comprender las emociones y el conocimiento emocional; y la capacidad para regular las emociones promoviendo el crecimiento emocional e intelectual” (p.55)

Como ya he dicho anteriormente la primera definición de estos autores sobre el concepto de Inteligencia emocional Salovey y Mayer (1990) fue:

“Una parte de la inteligencia social que incluye la capacidad de controlar nuestras emociones y las de los demás, discriminar entre ellas y usar dicha información para guiar nuestro pensamiento y nuestros comportamientos”

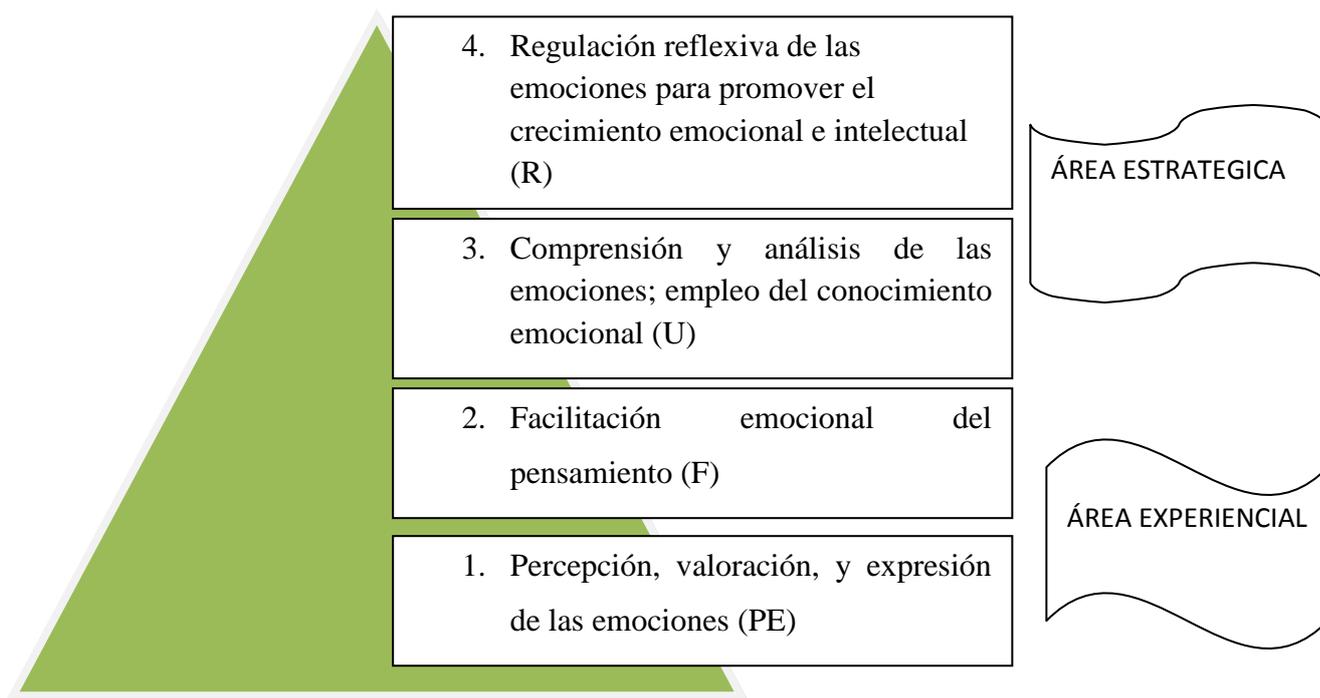
A continuación se muestran los tres procesos mentales que incluye el modelo de Inteligencia emocional de Salovey y Mayer (1990):

Inteligencia emocional			
	Valoración y expresión de las emociones	Regulación de las emociones	Utilización de las emociones
En uno mismo	Verbal – No verbal	Meta - experiencias del estado de ánimo	Planificación flexible Pensamiento creativo Atención redirigida Motivación
En los demás	Empatía - No verbal	Regulación interpersonal del estado de ánimo	

Cuadro 9. *Modelo de inteligencia emocional de Salovey y Mayer (1990)*

Tras la reformulación del modelo de habilidad de Inteligencia emocional de 1990, en el modelo de 1997 añadieron un cuarto componente: la comprensión de las emociones y dividió las principales dimensiones del modelo en ramas, las cuales organizo jerárquicamente. Esas cuatro dimensiones son:

- *Percepción, valoración y expresión de las emociones*, implica identificar y expresar las emociones de uno mismo y de los demás, y expresar las emociones con exactitud.
- *Facilitación emocional del pensamiento*, sentimientos que promuevan el pensamiento, es decir, aquellos sentimientos que prioricen ideas, cambio de estado de ánimo.
- *Comprensión y análisis de las emociones*, implica la comprensión de sentimientos complejos y la transición de emociones.
- *Regulación de las emociones*, implica regular emociones de uno mismo y de los demás y permanecer abierto a sentimientos.



Cuadro 10. *Modelo piramidal de la inteligencia emocional (adaptado de Mayer y Salovey, 1997: 7)*

El modelo piramidal de la inteligencia emocional quiere decir que la adquisición y desarrollo de las dimensiones situadas arriba necesitan más desarrollo elemental que las situadas debajo, es este modelo al que Pérez-González (2010) le denomina PEUR.

4.7 APLICACIONES Y PROGRAMAS EN EL AULA

Debido a la importancia que ha cobrado en la actualidad la Inteligencia y Educación emocional destacaremos un programa que se llevo a cabo en las aulas.

Antes de exponer el programa, recurriremos a la definición de Educación emocional dada por Bisquerra (2000) donde afirma que es un: “proceso educativo, continuo y permanente, que pretende desarrollar el conocimiento sobre las propias emociones y las de los demás con objeto de capacitar al individuo para que adopte comportamientos que tengan presente los principios de prevención y desarrollo humano”

Un plan que se ha llevado a cabo en las aulas ha sido, el “Programa interno”, este programa busca a través de la educación emocional evitar el inicio y consumo progresivo de sustancias estupefacientes. Para ello dota de diversas habilidades

emocionales a los participantes. Esta dirigido para adolescentes de entre 12 y 18 años en Málaga. Se lleva a cabo al igual que nuestra propuesta de intervención basándose en el modelo de Mayer y Salovey de 1997.

Para llevar a cabo el “Programa interno” realizaron diferentes actividades en cada bloque del modelo de Mayer y Salovey, es decir, actividades de percepción emocional, asimilación emocional, comprensión de las emociones y regulación de las emociones. También se les entregó una hoja de registro donde debían de indicar como se sienten ese día y como cree que se siente su compañero, explicando porque se siente así y porque cree que su compañero se siente así. Cuando se realizan programas de Inteligencia emocional hace que se incremente el éxito académico de los alumnos.

4.8 PATOLOGÍAS EN EL AULA

Dentro del aula de Audición y lenguaje donde se va a llevar a cabo la propuesta de intervención destacamos tres patologías de los alumnos, estas están incluidas en la ATDi como ACNEE por lo que son derivados con la maestra de Audición y lenguaje.

Contaremos con cinco alumnos, dos de los cuales son de Educación infantil, estos alumnos son derivados al aula de AL por Retrasos madurativos infantiles. El resto de alumnos son de la etapa de Educación primaria, dos de ellos son derivados por discapacidad intelectual leve y moderada, y por último, otro alumno es derivado al aula de AL por un trastorno específico del lenguaje (TEL).

A continuación se muestran las causas, clasificación y definiciones de las dichas patologías presentes en el aula de AL:

Nombre	Retraso madurativo
Definición	<p>Retraso madurativo cronológico, donde el niño se encuentra por debajo de las características que debería de tener para la edad en la que se encuentra. Afecta a varias áreas. Estas áreas pueden ser: el uso del habla, el desarrollo cognitivo, la motricidad y la socialización.</p> <p>Este retraso es temporal, es decir el niño ira adquiriendo las características a otro ritmo. En el caso de no adquirir esas características pasaría a tener que ser diagnosticado.</p>

Causas	Las causas que derivan a este retraso madurativo del niño pueden ser varias tales como: nacimientos prematuros, malos hábitos (dados por los padres), ausencia de estimulación (carecen en su mayoría de unos estímulos desde pequeños) o por causas desconocidas.
Características	Como ya hemos indicado anteriormente una característica a tomar en cuenta será el retraso cronológico, es decir, que evoluciona a otro ritmo, no como los niños de su edad. Y otra sería, las áreas de desarrollo, incidiendo en dos o más áreas para considerarse retraso madurativo.

Cuadro 11. *Retraso madurativo infantil (Adaptado de <https://akroseducational.es/blog/retraso-madurativo-infantil/>)*

Nombre	Discapacidad intelectual
Definición	Trastorno con inicio en la infancia que incluye el déficit de la inteligencia adaptativa a diferentes marcos conceptuales, sociales y prácticos.
Clasificación	<p>Dependiendo del grado, enmarcamos cuatro niveles, según su gravedad, es decir, los dividimos en: leve, moderada, severa y extrema. Para evaluar en qué nivel se encuentra, tienen que observar tres ámbitos/dominios:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dominio conceptual donde se incluyen las habilidades de lenguaje, lectura, escritura, matemáticas, razonamiento...es decir el conocimiento general. - Ámbito social donde se incluye la capacidad de empatía, habilidades de comunicación y habilidades sociales. - Dominio práctico donde se incluyen los espacios personales, es decir, si saben cuidar de sí mismo, si tienen responsabilidad en el trabajo, administración del dinero...

Discapacidad intelectual leve	La discapacidad intelectual leve no es inmediatamente evidente, se suele desarrollar en las habilidades sociales y de comunicación en preescolar, es decir, de 0 a 5 años de edad. Muestran deterioro mínimo en las áreas sensoriales y motoras.
Discapacidad intelectual moderada	Lo más notorio de los niños con discapacidad intelectual moderada es la adquisición lenta del uso del lenguaje.

Cuadro 12. *Tipos de discapacidad intelectual (Adaptado de <https://akroseducational.es/blog/tipos-discapacidad-intelectual/>)*

Nombre	Trastorno específico del lenguaje (TEL)
Definición y características	Según Ervin (2001): “El TEL se caracteriza por dificultades con la adquisición y curso del desarrollo del lenguaje que no son causadas por ningún déficit conocido de tipo neurológico, sensorial, intelectual o emocional que pueda afectar al desarrollo del vocabulario, la sintaxis o las habilidades discursivas. Los niños con TEL suelen ser inteligentes y sanos en todos los aspectos excepto en el lenguaje. Suelen comenzar a hablar tarde y no es inusual encontrar a niños con TEL que a los 3 o 4 años tengan un vocabulario muy limitado y sólo construyan frases cortas” (p.25)

Cuadro 13. *Trastorno específico del lenguaje (TEL)*

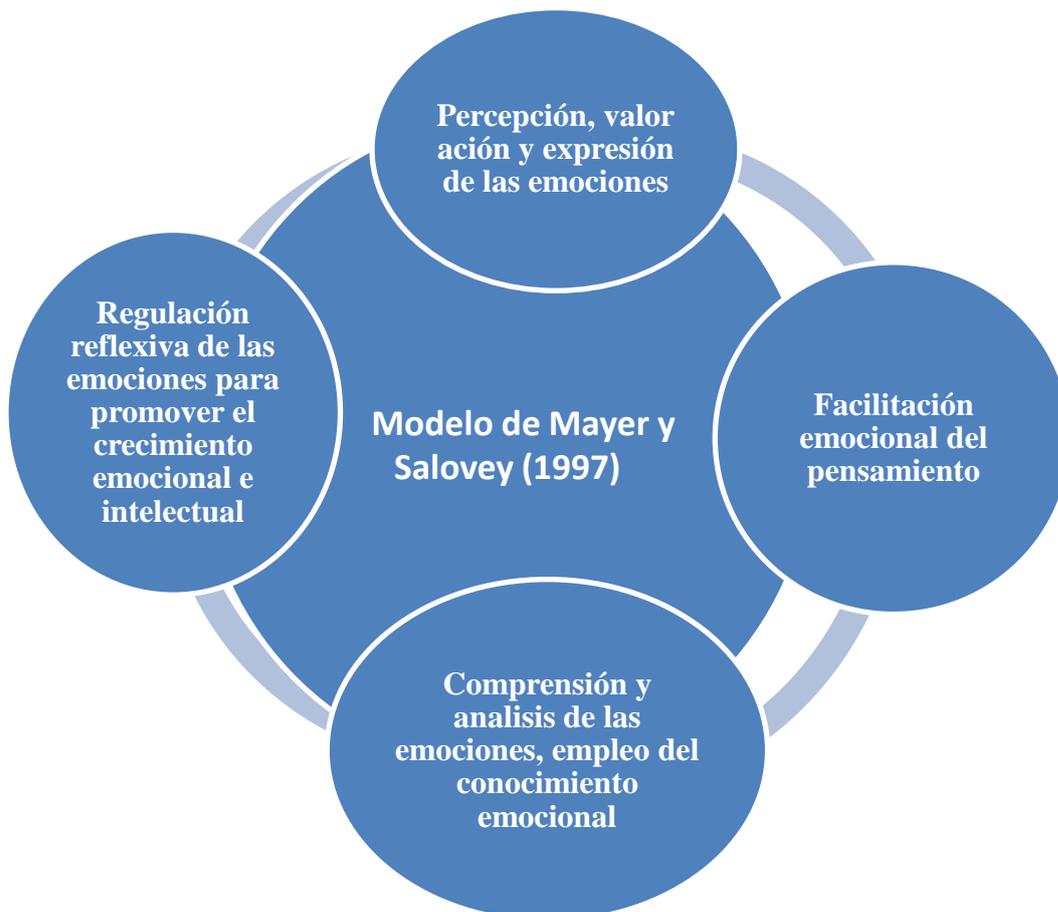
5. Propuesta de intervención

5.1 Justificación

Para hablar de Inteligencia emocional en la propuesta de intervención hemos destacado la definición dada por Salovey y Mayer (1990):

“Una parte de la inteligencia social que incluye la capacidad de controlar nuestras emociones y las de los demás, discriminar entre ellas y usar dicha información para guiar nuestro pensamiento y nuestros comportamientos” (p.99)

Para planificar y llevar a cabo la propuesta de intervención para alumnos con trastornos de Audición y lenguaje nos basaremos en el modelo de Mayer y Salovey (1997) y dividiremos las sesiones y las actividades dependiendo que se trabaje en cuatro bloques. A continuación se muestra un esquema con los bloques que vamos a trabajar con los alumnos ordenados de derecha a izquierda.



Para trabajar las emociones nos hemos basado en el libro de Anna Llenas “El monstruo de colores” donde clasifica las emociones con colores. Para ello inicialmente hemos usado sus colores y después hemos ido añadiendo nuevos colores al trabajar nuevas emociones.

5.2 Contextualización

Con respecto a la propuesta de intervención y su puesta en práctica, pasaremos a citar las características del centro elegido, así como el alumnado al que ha sido destinada la propuesta de intervención.

El centro que he tomado como referencia ha sido un colegio público rural durante tres semanas con alumnos de Educación infantil y primaria derivados con la maestra de Audición y lenguaje. Dichos alumnos pertenecen al grupo de alumnos con necesidades educativas especiales (ACNEE), por lo que son alumnos que tienen características y necesidades específicas y requieren de apoyos personalizados.

Los alumnos a los que se les va a aplicar la propuesta de intervención acuden al aula varias veces a la semana, de forma individual o en grupo dependiendo del día.

La propuesta de intervención tendrá lugar con cinco alumnos.

ACNEE			
Alumno	Curso	Categoría	Tipología
Alumno 1	2º de EI	Retraso madurativo	-
Alumno 2	2º de EI	Retraso madurativo	-
Alumno 3	6º de EP	Discapacidad intelectual	Moderado
Alumno 4	2º de EP	Discapacidad intelectual	Leve
Alumno 5	1º de EP	Trastorno de comunicación y lenguaje muy significativos	Trastorno específico del lenguaje (TEL)

5.3 Metodología

La metodología con la que se lleva a cabo la propuesta de intervención está basada en cinco principios importantes:

- Principio de actividad, se busca que la enseñanza sea activa (participación del alumnado), planteando situaciones en las que los alumnos indique que

emociones sienten ellos, que las expresen y sepan regularlas, o cual son las emociones de sus compañeros.

- Principio de globalización, se organizan los contenidos buscando favorecer las relaciones entre los contenidos, eligiendo un tema de forma que motive y despierte el interés entre el alumnado.
- Principio de juego, jugando se aprenden muchas cosas, motiva el aprendizaje y fomenta la creatividad.
- Principio de personalización, dedicado al trabajo individual de cada alumno y adaptando el ritmo de aprendizaje de cada uno. En este principio se tendrá en cuenta el grado de dificultad de las tareas, haciendo así que el alumno pueda sentirse bien emocionalmente.
- Principio de interacción, para que todos los alumnos se sientan dentro del grupo clase dándose así un buen clima entre el profesor y los alumnos en el aula.

5.4 Temporalización

El horario escolar en el que se llevara a cabo la propuesta de intervención será el siguiente:

HORARIO	L	M	X	J	V
9:00-9:30	Alumno 3				
9:30-10:00				Alumno 5	Alumno 3
10:00-10:30	Alumno 1 y 2	Alumno 1 y 2			
10:30-11:00					
11:00-11:30				Alumno 1 y 2	
11:30-12:00	Alumno 4				
12:00-12:30	RECREO	RECREO	REC.	RECREO	RECREO
12:30-13:15		Alumno 5			
13:15-14:00				Alumno 4	

Las actividades están agrupadas en 10 sesiones, se realizaran 2 sesiones semanales, por lo que la propuesta de intervención de Inteligencia emocional durará cuatro semanas.

Las sesiones tienen una duración de entre 20 y 30 minutos aproximadamente.

A continuación se encuentra representada la clasificación de actividades llevadas a cabo en la propuesta de intervención según el modelo de habilidad de Inteligencia emocional de Mayer y Salovey (1997).

PERCEPCIÓN, EVALUACIÓN Y EXPRESIÓN DE EMOCIONES

Actividad 1 : “Conocemos las emociones”

Actividad 2: “El Monstruo de colores”

Actividad 3: “Frascomoción”

Actividad 4: “Conocemos más emociones”

FACILITACIÓN EMOCIONAL DEL PENSAMIENTO

Actividad 5: “¿Tienes memoria?”

Actividad 6: “¡Como se sienten!”

Actividad 7: “Datos de las emociones”

COMPRENSIÓN, ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN EMOCIONAL; UTILIZACIÓN DEL CONOCIMIENTO EMOCIONAL

Actividad 8: “Aburrimiento”

Actividad 9: “¿Quién no tiene vergüenza?”

Actividad 10: “Sobres de colores”

REGULACIÓN DE EMOCIONES

Actividad 11: “Frasco de la calma”

Finalmente, la siguiente tabla contiene la distribución de las sesiones y las actividades que constara cada sesión y su duración.

SESIONES	ACTIVIDADES	DURACIÓN
Sesión 1	Actividad 1 : “Conocemos las emociones”	20 minutos
Sesión 2	Actividad 2: “El Monstruo de colores”	30 minutos
Sesión 3	Actividad 3: “Frascomoción”	10 minutos
Sesión 4	Actividad 3: “Frascomoción”	10 minutos

	Actividad 4: “Conocemos más emociones”	15 minutos
Sesión 5	Actividad 3: “Frascomoción”	10 minutos
	Actividad 5: “¿Tienes memoria?”	20 minutos
Sesión 6	Actividad 3: “Frascomoción”	10 minutos
	Actividad 6: “¿Como se sienten!”	20 minutos
Sesión 7	Actividad 3: “Frascomoción”	10 minutos
	Actividad 7: “Datos de las emociones”	20 minutos
Sesión 8	Actividad 3: “Frascomoción”	10 minutos
	Actividad 8: “Aburrimiento”	10 minutos
	Actividad 9: “¿Quién no tiene vergüenza?”	10 minutos
Sesión 9	Actividad 3: “Frascomoción”	10 minutos
	Actividad 10: “Sobres de colores”	20 minutos
Sesión 10	Actividad 3: “Frascomoción”	10 minutos
	Actividad 11: “Frasco de la calma”	15 minutos

5.5 Actividades

5.2.1 “Conocemos las emociones”

Objetivos:

- Identificar y reconocer las emociones representadas.
- Identificar y reconocer sus emociones.

Material y recursos: fotos representando emociones primarias o básicas: alegría, enfado/rabia, miedo, sorpresa, tristeza y amor.

Descripción de la actividad: para iniciar la propuesta de intervención comenzaremos realizando a través de imágenes la identificación y reconocimiento de las emociones representadas, dichas emociones serán emociones primarias o básicas.

Trabajaremos emociones básicas con el fin de que puedan reconocerlas sin dificultad. Se busca también que ellos empiecen a expresar como se sienten en este momento o si se sienten como en la imagen en algún momento.

Utilizaremos esta actividad para ver en qué punto se encuentran los alumnos.

Duración: 20 minutos.

(Anexo I)

5.2.2 “El monstruo de colores”

Objetivos:

- Conocer el cuento “*El monstruo de colores*”.
- Reconocer las emociones que aparecen en el cuento.
- Relacionar las emociones con su color.

Material y recursos:

- Cuento: “*El monstruo de colores*” (Llenas. (2012). *El monstruo de colores*. Flamboyant.)
- Video del monstruo de colores (<https://www.youtube.com/watch?v=S-PTa20NNrI>)

Descripción de la actividad: mostraremos a los alumnos el cuento “El monstruo de colores”, para hacer la actividad más dinámica veremos primero un video en el que nos contaran el cuento, aunque en el aula se dispondrá del libro para que después nos lo cuenten ellos.

Duración: 30 minutos.

5.2.3 “Frascomoción”

Objetivos:

- Reconocer las emociones que aparecen en el cuento.
- Relacionar las emociones con el color que la representa.
- Identificar y reconocer sus emociones.

Material y recursos:

- Frascos de colores
- Foto de cada alumno al que se le va a realizar la intervención
- “*Monstruito*”
- “*La carta del monstruito*”

Descripción de la actividad: el Frasco de colores servirá de actividad inicial en toda la propuesta de intervención, ya que se pondrá en una superficie del aula inicialmente los seis frascos con las seis emociones que conocemos del cuento del “Monstruo de colores”: miedo – negro, amor – rosa, alegría – amarillo, rabia/enfado – rojo, calma – verde y tristeza – azul. (Al ir conociendo nuevas emociones iremos añadiendo más frascos al frasco de colores). Servirá como actividad inicial ya que al entrar en el aula los niños deberán de indicar como se sienten hoy, movimiento su monstruo personalizado con su foto en el frasco de la emoción que sientan ese día.

Como ya he indicado anteriormente cada alumno tendrá un “*Monstruito*” con su foto, con este monstruo personalizado indicaran como se sienten en ese momento moviéndolo al frasco de la emoción indicada. Al finalizar la clase también deberán de indicar si se sienten igual o ha cambiado el como se sienten.

Para explicarles en que va a consistir la actividad rutinaria cada vez que vengan al aula y que tienen que hacer con el monstruo con su cara, les leeremos “*La carta del monstruito*”.

Duración: el primer día que se presente la actividad durará 30 minutos, ya que si fuese necesario recurriremos al cuento de nuevo para trabajar los colores con que emoción están relacionados. Después durará 10 minutos al entrar y al salir del aula al comenzar y al finalizar la sesión.

(Anexo II)

5.2.4 “Conocemos más emociones”

Objetivos:

- Reconocer las emociones.
- Identificar y reconocer sus emociones.

Material: Foto representando: asco y sorpresa

Descripción de la actividad: para añadir más emociones a nuestra rutina del “Frascomoción” les enseñaremos a los alumnos una nueva imagen donde se encuentra representado el asco, y recordaremos la sorpresa que trabajamos en la primera sesión.

Les enseñaremos las dos imágenes y les preguntaremos que ven en esas imágenes, que creen que sienten esos niños y cuando ellos se sienten así, para ver si por último saben decirnos que emoción queremos trabajar.

Tras realizar la actividad añadiremos al “Frascomoción” el frasco del asco de color marrón y el de la sorpresa de color morado.

(Anexo III)

Duración: 20 minutos

5.2.5 “¿Tienes memoria?”

Objetivos:

- Reconocer las emociones que se encuentren representadas.
- Identificar y reconocer sus emociones.

Material:

- Cartas del Memory
- Monstruos de colores

Descripción de la actividad: para realizar esta actividad se pondrá boca abajo cartas, en estas cartas se encuentran representados rostros tanto de niñas/os como de adultos. En los rostros se reflejan emociones. Los niños deberán de ir destapando las tarjetas y buscando las parejas iguales. Iremos aumentando la dificultad del juego añadiendo tarjetas, iniciaremos con 4 emociones y según vayamos avanzando iremos añadiendo dificultad añadiendo más rostros y más emociones representadas.

Al destapar las tarjetas tendrán en la mesa monstruos de colores de cada emoción representada en las tarjetas del memory y deberán de poner esa tarjeta con el monstruo que le corresponda.

Duración: 20 minutos

(Anexo IV)

5.2.6 “¡Como se sienten!”

Objetivos:

- Reconocer los sentimientos y emociones de un mismo.
- Relacionar diferentes emociones con situaciones.

Material:

- Caras con el color de las emociones y situaciones

Descripción de la actividad: los niños deberán de relacionar cada situación a la emoción que creen que se refiere. Para ello tendrán ocho situaciones, tales como, una familia junta, un niño dando un regalo a su madre, un niño besando a su madre... y las deberán de colocar con la carita y su color correspondiente.

Duración: 20 minutos

(Anexo V)

5.2.7 “Dado de las emociones”

Objetivos:

- Reconocer cada emoción con su color.
- Reconocer sus emociones.
- Relacionar en qué situación puedes sentir determinadas emociones.

Material:

- Dado del monstruo de las emociones
- Dados con objetos o situaciones (dado con imágenes)

Descripción de la actividad: para realizar esta actividad contaremos con cuatro dados, tres pequeños y uno grande.

En el dado grande se encuentran representadas las emociones trabajadas en el cuento del “Monstruo de colores” (alegría, enfado, tristeza, calma, amor y miedo).

En los tres dados pequeños nos encontraremos con:

En el primer dado de los objetos y situaciones: un parque con niños jugando, una araña con una tela de araña, unos abuelos dándose un beso, muchas gominolas, juguetes tachados indicando prohibición y notas musicales.

El segundo dado de los objetos y situaciones: una pelota de colores, un perro y un gato, una nube con lluvia, una bicicleta rota con un niño que se ha caído de ella y un plato con pescado.

El tercer dado de los objetos y situaciones: una imagen de una nube con rayos representando la tormenta, un taladro en el que se representa el ruido de este, un niño haciendo deberes, un niño leyendo, un árbol de Navidad y la oscuridad con una imagen en la que solo se ven unos ojos en un fondo negro.

El juego consistirá en que cada alumno tendrá que tirar el dado grande y tras reconocer la emoción que sale en este tirará los dados pequeños para ver si las imágenes o situaciones representadas en los dados pequeños tienen relación con esa emoción para ellos, en el caso de que no sea así deberán de decirnos que sienten ellos a través de esa imagen.

(Si esta actividad se pueda realizar en grupo cada alumno tiraría solo un dado, y así pondrían en común sus emociones)

Duración: 20 minutos.

(Anexo VI)

5.2.8 “Aburrimiento”

Objetivos:

- Reconocer la emoción representada.
- Relacionar la emoción con situaciones de su vida cotidiana.

Material:

- Imágenes de niños aburridos

Descripción de la actividad: inicialmente les pondremos imágenes de niños apoyados en sus manos, con cara tristes y tumbados en el sofá sin hacer nada para ver si reconocen la emoción que queremos trabajar. En caso contrario, es decir, si no lo reconocieran, les ayudaríamos a través de preguntas.

Tras realizar la actividad añadiremos al “Frascomoción” el frasco del aburrimiento de color gris.

Duración: 10 minutos.

(Anexo VII)

5.2.8 “¿Quién no tiene vergüenza?”

Objetivos:

- Reconocer la emoción representada.
- Relacionar la emoción con situaciones de su vida cotidiana.

Material: Imágenes con niños pasando vergüenza en diferentes situaciones

Descripción de la actividad: inicialmente les pondremos imágenes de niños tapándose la cara en público, o escondiéndose en las piernas de su mamá... para ver si reconocen la emoción que queremos trabajar. En el caso de que no sepan reconocer la emoción a trabajar utilizaremos preguntas para ayudarles a reconocerlo.

Tras realizar la actividad añadiremos al “Frascomoción” el frasco de la vergüenza de color naranja.

Duración: 10 minutos.

(Anexo VIII)

5.2.9 “Sobres de colores”

Objetivos:

- Reconocer la emoción tras escuchar la situación vivida.
- Identificar los sentimientos y las emociones de las demás personas.

Material:

- Sobres de colores, estos sobres tienen los mismos colores que los frascos de colores empleados en el FrascoMoción.
- Historias

Descripción de la actividad: la actividad consistirá en situar a los alumnos en la puerta del aula y se les contara una historia la cual suscitara para ellos a un estado emocional. Por otro lado, en el aula se encontraran situados sobres de colores (los mismos que los frascos del FrascoMoción) y deberán de ir al sobre dependiendo de la emoción de la que se hable en la historia.

Duración: 20 minutos.

(Anexo IX)

5.2.10 “Frasco de la calma”

Objetivos:

- Controlar sus emociones

Material: Agua, pegamento, frasco y purpurina

Descripción de la actividad: el frasco de la calma es una de las técnicas más conocidas del método Montessori. Es un frasco fabricado para reducir o controlar los estados de enfado o de ansiedad de los niños.

A través del frasco se genera una canalización emocional donde en el momento de ansiedad o enfado el niño deberá de agitar el frasco y una vez que lo ha agitado la purpurina se moverá en este creando una acción relajante.

Duración: 15 minutos.

5.3 Evaluación

Evaluaremos la propuesta de intervención llevando a cabo una evaluación continua donde analizaremos las actividades que vamos planteando, viendo si se consiguen los objetivos propuestos, o por el contrario no se consiguen.

Para ello hemos procedido a la elaboración de una tabla de evaluación, donde los objetivos van a ser valorados con una escala de 1, 2 y 3, según el grado de cumplimiento. Siendo el número 1 cuando no se ha conseguido el objetivo planteado, el número 2 el objetivo se ha completado parcialmente y por último, la valoración 3 si se ha cumplido el objetivo en su totalidad.

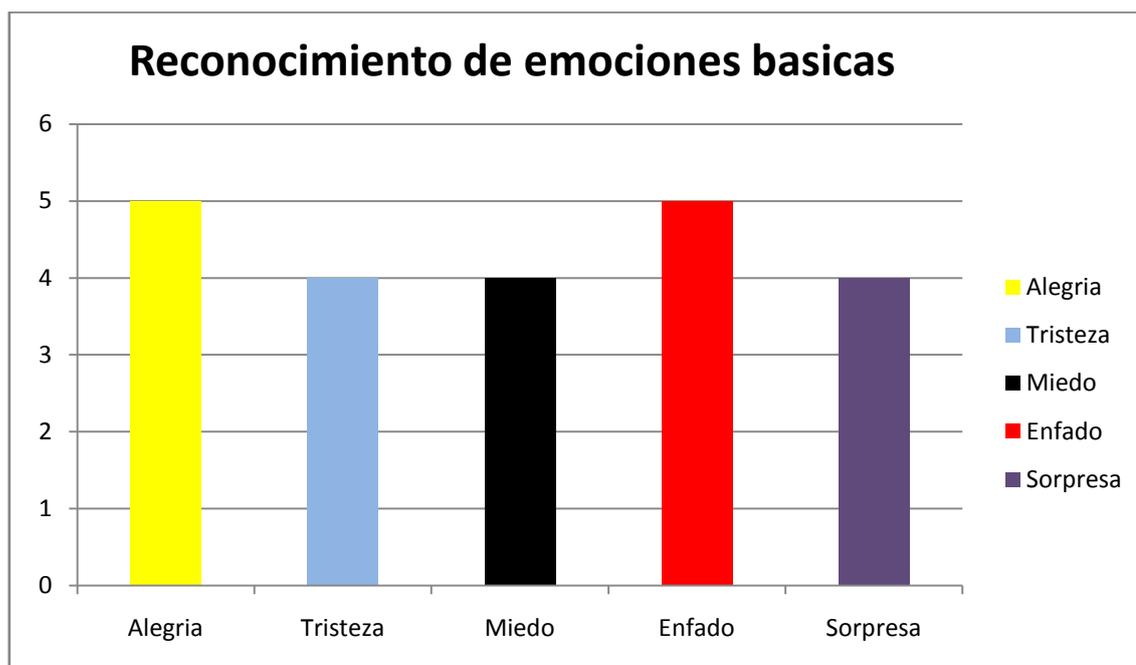
También adjuntaremos una tabla de registro anecdótico de cada alumno dentro de la intervención a través de la cual se quiere recoger información diaria de la propuesta de intervención.

(Anexos X-XI)

6. EXPOSICIÓN DE RESULTADOS

A continuación vamos a analizar los resultados obtenidos en la tabla de evaluación continua y en los registros anecdóticos de cada alumno.

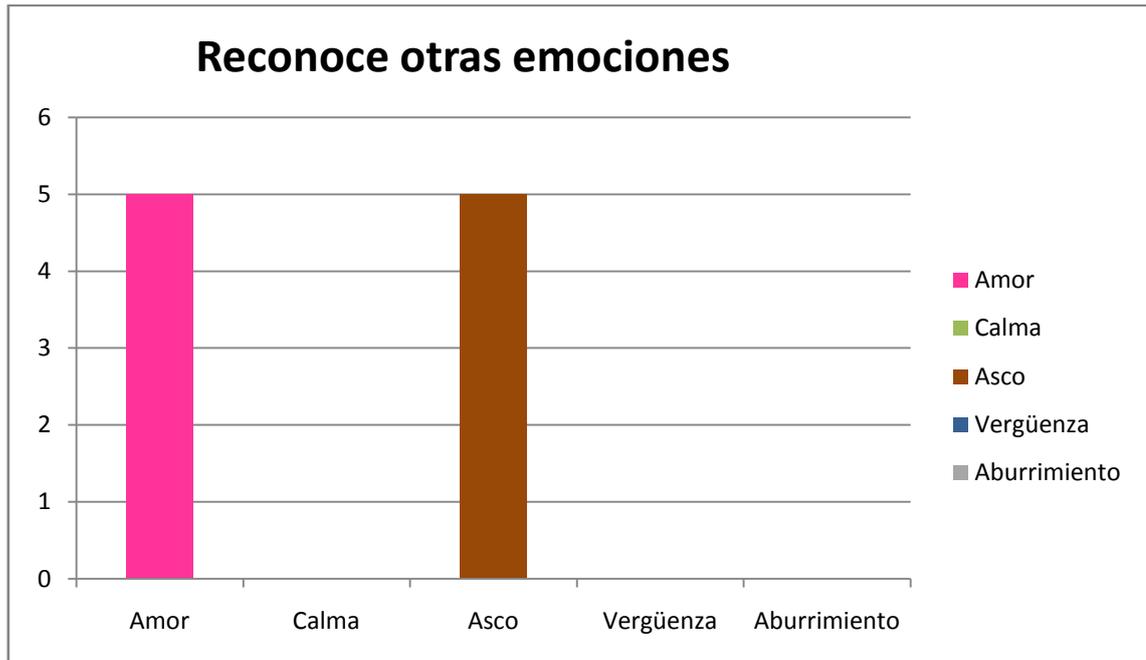
Para ello comenzaremos analizando las emociones básicas en un gráfico, es decir, analizando la alegría, la tristeza, el miedo, el enfado y la sorpresa.



En el gráfico se observa que en el eje de abscisas aparecen las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, enfado y sorpresa) y en el eje de las coordenadas el número de alumnos que han participado en la intervención (han participado cinco alumnos en la intervención).

En el gráfico podemos observar que los alumnos no han tenido problemas en reconocer ninguna emoción, ya que la mayoría de las emociones son reconocidas por ellos, si es verdad que todos conocen la alegría y el enfado a la primera, y les cuesta parcialmente reconocer la tristeza y el miedo. En cuanto a la sorpresa encuentran alguna dificultad.

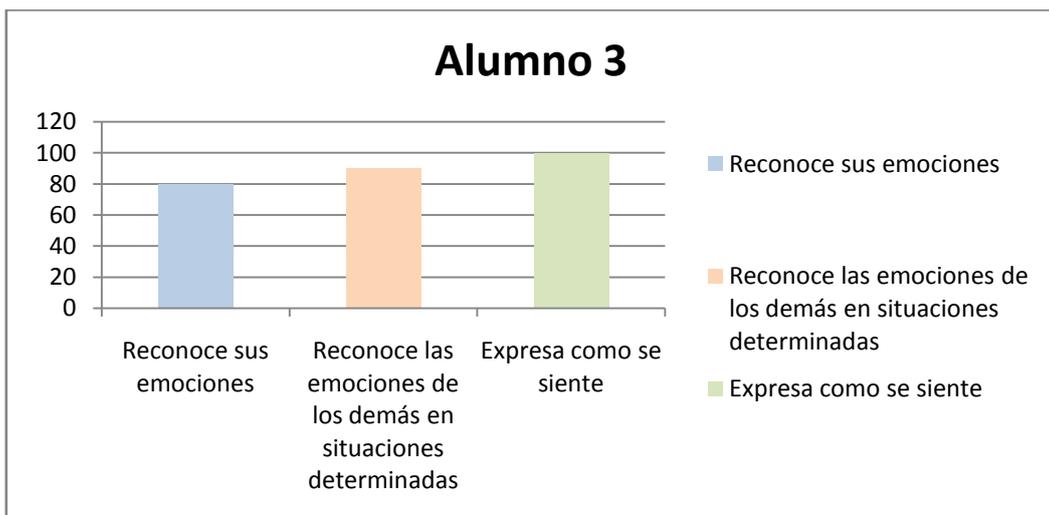
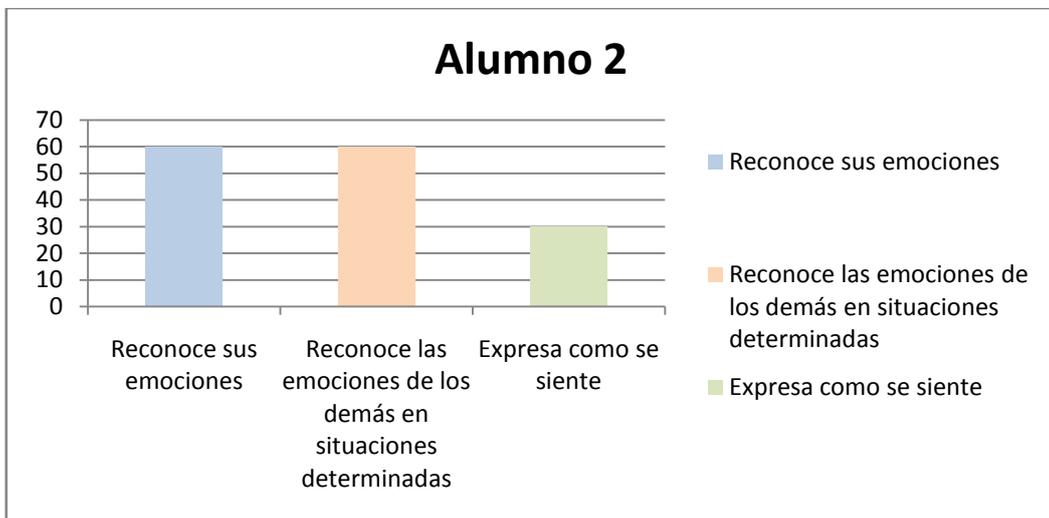
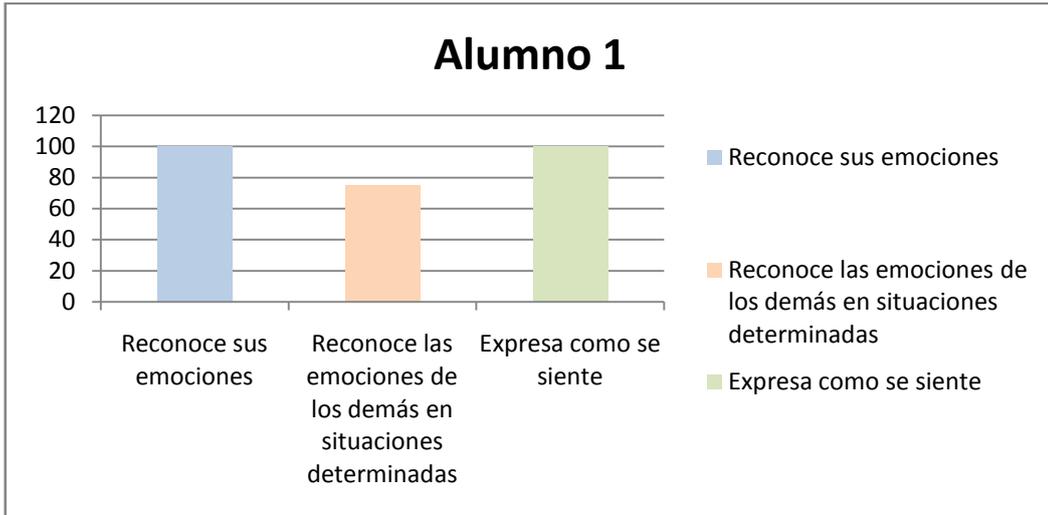
Después pasaremos a reconocer otras emociones que hemos trabajado en la intervención como son: el asco, el amor y la calma. Añadiremos también en el gráfico el aburrimiento y la vergüenza ya que son dos emociones que también se encuentran planteadas dentro de la propuesta de intervención. En el caso de nuestra planificación no se ha podido llevar a cabo el trabajo de estas dos emociones por cuestión de tiempo.

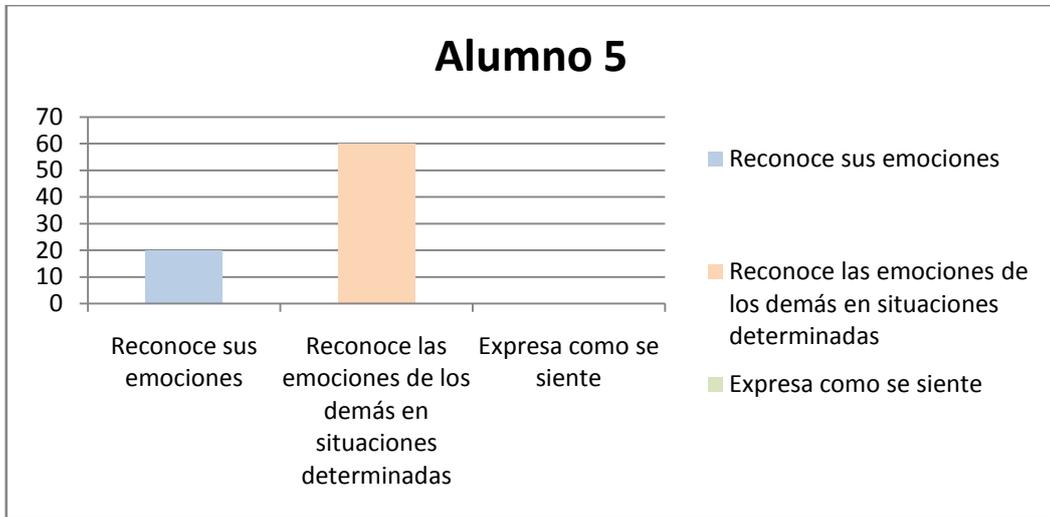
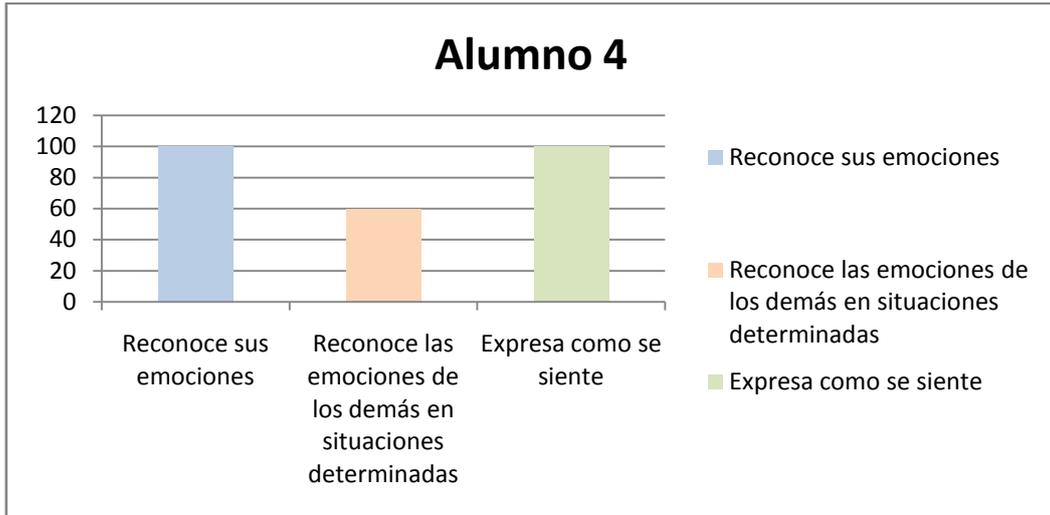


En el gráfico se observa que en el eje de abscisas aparecen las emociones que hemos trabajado y en el eje de las coordenadas el número de alumnos que han participado en la intervención. Por lo que podemos observar que los alumnos no han tenido problemas en reconocer el amor y el asco. En el caso de la calma, que si que ha sido trabajada por ellos, ninguno la reconoció inicialmente.

Ahora pasaremos a analizar si han reconocido sus emociones, las emociones de los demás dependiendo una situación determinada y si sabe expresar como se siente (frascoemoción).

Para ello realizaremos gráficos de manera individual de cada alumno, donde el eje de abscisas aparecerán los tres ítems indicados y en el de coordenadas el porcentaje en relación a los datos que hemos podido observar en la tabla de evaluación, basándonos en cuantas veces ha cumplido los objetivos y con qué puntuación.





Tras realizar los gráficos podemos ver que cada alumno ha obtenido un porcentaje diferente en cada objetivo.

A simple vista se puede observar que varía mucho las columnas de reconoce sus emociones frente a las de reconoce las emociones de los demás en situaciones determinadas, ya que saben reconocer mejor las emociones de los demás fijándose en la expresión facial que en las suyas propias. Por otro lado, la mayoría de alumnos saben expresar como se sienten cuando llegaban al aula.

7. CONCLUSIONES

Una vez finalizada parte de la propuesta de intervención de Inteligencia emocional con los cinco alumnos anteriormente expuestos (alumnos con trastornos de Audición y lenguaje) voy a proceder a destacar aspectos que he observado.

El primer aspecto a destacar será la importancia de incluir en el aula aspectos emocionales aludiendo así a la importancia y a la vez, la necesidad de aportar estrategias necesarias que ayuden a los alumnos a saber identificar sus emociones y las de los demás, y también la gran importancia que tiene la regulación de estas.

La propuesta de intervención no está muy centrada en la regulación de emociones, ya que el alumnado para el que estaba destinada no demostraba grandes estados de nervios, ni de ansiedad o enfado, es por eso que no me he centrado en ese aspecto. Quiero recalcar que en el caso de tener un alumnado con necesidades sobre esto se debería de hacer alguna modificación centrándose más en esta parte del modelo habilidad de Inteligencia emocional de Mayer y Salovey (1997).

Antes de realizar la propuesta de intervención estuve con el alumnado un mes observándoles y viendo como actuaban en el aula, en el patio, con quien jugaban, como se socializaban, y es por eso que me he centrado más en las necesidades que estos alumnos presentaban, que era sobre todo la de reconocer sus emociones. Si es verdad, que una vez puesta en práctica el “Frascomoción” y habiendo trabajado cada emoción tanto con el cuento del “Monstruo de colores” como con los frascos de colores los alumnos se volvían cada vez más receptivos con la propuesta de intervención.

Tras realizar los gráficos de barras y ver los resultados y también viendo como he ido completando la tabla de evaluación y el registro anecdótico quiero destacar varios aspectos observados.

Dentro del reconocimiento de emociones básicas, los alumnos tienen interiorizadas estas emociones, menos el caso de un alumno que confundía el miedo con la sorpresa llegando a no saber identificar ni el miedo ni la sorpresa.

En cuanto a las demás emociones trabajadas, es destacable el reconocimiento inmediato del asco, y por el contrario, la confusión que les creaba la calma con la tranquilidad.

Quiero destacar como iban avanzando al ir trabajando con ellos día tras día las emociones, si me llama la atención que los alumnos han obtenido mejores resultados cuando tenían que identificar las emociones de los demás al contarles o ver ellos una situación determinada, que al intentar razonar con ellos cuando ellos se sienten así, demostrando de este modo que ven mejor las emociones de los demás que en ellos mismos.

En cuanto a expresar como se sienten a diario, la rutina de los frascos con el monstruito atraía mucho a un alumnado, y en cambio para otro era muy difícil de trabajar nada más llegar al aula, en ocasiones llegue a pensar que a algún alumno le daba miedo abrirse a decir cómo se sentía por si podía ser tomado para los demás como algo gracioso.

8. BIBLIOGRAFÍA

Alvarez, M., Bisquerra, R., Fita, E., Martínez F., Pérez, N. (2000). Evaluación de programas de Educación emocional. *Revista de investigación educativa*, 18, nº2, 587-599. Recuperado de <http://revistas.um.es/rie/article/viewFile/121241/113891>.

Barahona, M. N., Sánchez, A., Urchaga, J.D. (2013). La Psicología Positiva aplicada a la educación: el programa CIP para la mejora de las competencias vitales en la Educación Superior. *Revista de Formación e Innovación educativa Universitaria*, 6(4), 244-256. Recuperado de http://refiedu.webs.uvigo.es/Refiedu/Vol6_4/REFIEDU_6_4_5.pdf

Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.

Bisquerra, R. (2016). *10 Ideas clave. Educación Emocional*. Barcelona: Graó.

Bisquerra, R., Pérez, J.C., García, E. (2015). *Inteligencia Emocional en educación*. Madrid: Síntesis

Bisquerra R., Pérez N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82. Recuperado de <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:EducacionXXI-2007numero10-823/Documento.pdf>.

Contreras, Françoise, & Esguerra, Gustavo. (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 2(2), 311-319. Retrieved May 31, 2018, from http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982006000200011&lng=en&tlng=.

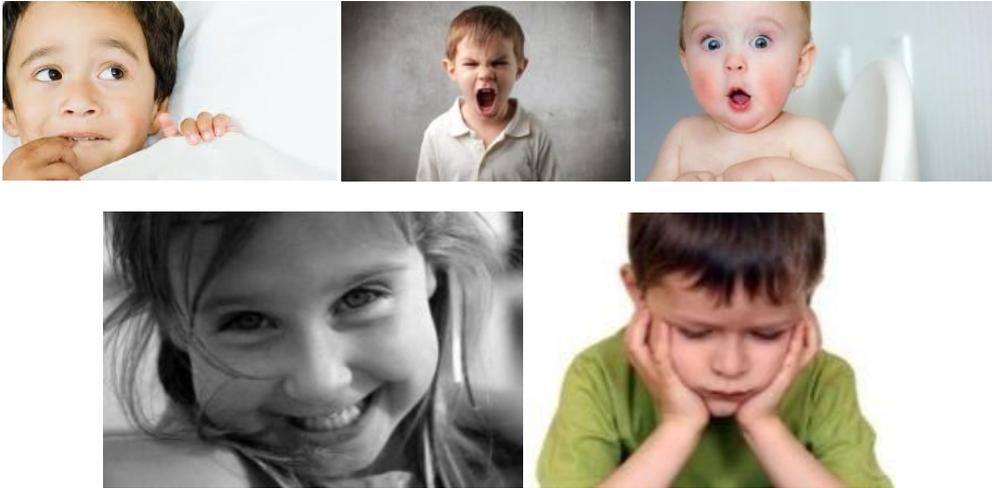
Esguerra, G. (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Revista diversitas - perspectiva en psicología*, (2), 2, 2006. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v2n2/v2n2a11.pdf>.

Giménez, M., Vázquez, C., Hervás, G. (2010). El análisis de las fortalezas psicológicas en la adolescencia: más allá de los modelos de vulnerabilidad. *Psychology, Society & Education*, 2 nº2, 97-116. Recuperado de http://webs.ucm.es/info/psisalud/carmelo/PUBLICACIONES_pdf/2010-Fortalezas%20Adolescencia.pdf.

- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós
- Real Academia Española. (2001). Diccionario de la lengua española (22. ed.)
- Martín, C., Navarro J.I., Coords. (2015). *Psicología evolutiva en Educación Infantil y Primaria*. Madrid: Pirámide
- Mendoza, E. (2016). *Trastorno específico del lenguaje (TEL) avances en el estudio de un trastorno invisible*. Madrid: Pirámide.
- Ortega, A. (2017). *Vivir en Inteligencia Emocional*. Sevilla: Alegoría
- Park, N., Peterson, C., Sun, J. (2013). La psicología positiva: Investigación y aplicaciones. *Terapia psicológica*, (31), 1, 11-19.
- Ruiz, D., Fernández, P., Cabello, R., Martín, J. (2008). Educando la inteligencia emocional en el aula: Proyecto Interno. *Revista de Investigación Psicoeducativa*, 6, 240-251.
- Vera, B. (2006). Psicología Positiva: una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del psicólogo*, (27), pp. 3-8. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/778/77827102/>

ANEXOS

Anexo I “Conocemos las emociones”



Anexo II “Frascomoción”



Hola pequeños monstruitos:

Espero que os haya gustado mucho mi cuento y que hayáis aprendido mucho con el.

A partir de hoy, todos los días según entréis y salgáis de clase debéis de coger el monstruito con vuestra foto y colocarlo en el frasco dependiendo de cómo os sintáis.

Yo estoy muy alegre porque a partir de hoy formo parte de vuestra aula. Espero que no se os olvide cada día colocarme en un frasco.

Un saludo.



El Monstruo de colores.

Anexo III “Conocemos más emociones”



Anexo IV “¿Tienes memoria?”

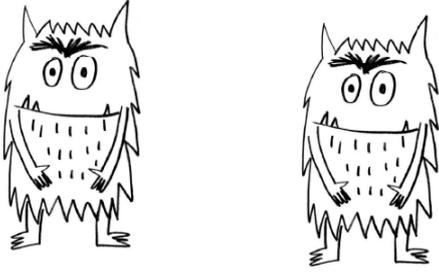








MARIONETA EL MONSTRUO DE LOS COLORES.



Rocio Olivares. El Aula de PT. <http://rociauladept.blogspot.com.es/>



Anexo V “¿Como se sienten!”





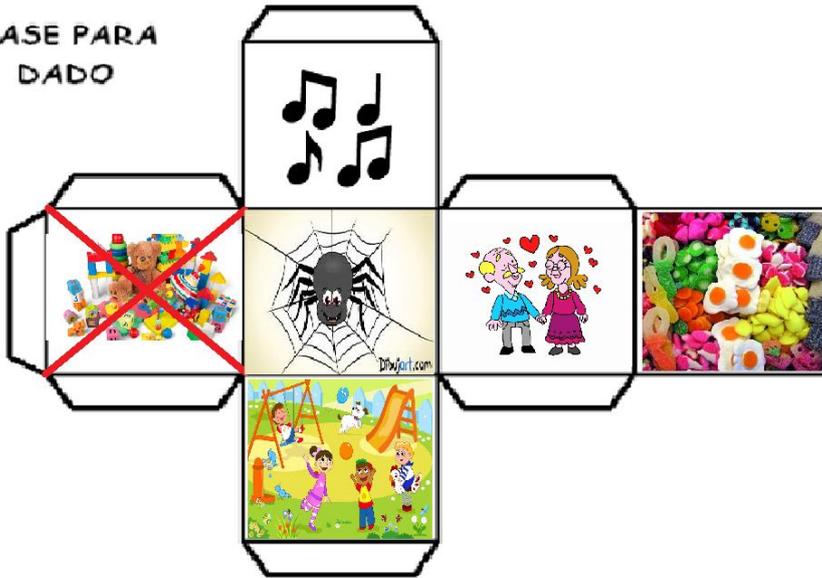
Anexo VI “Dado Monstruo de colores”

<http://rincondeunamaestra.blogspot.com.es/>
Basado en “El monstruo de colores” de Anna Llenas

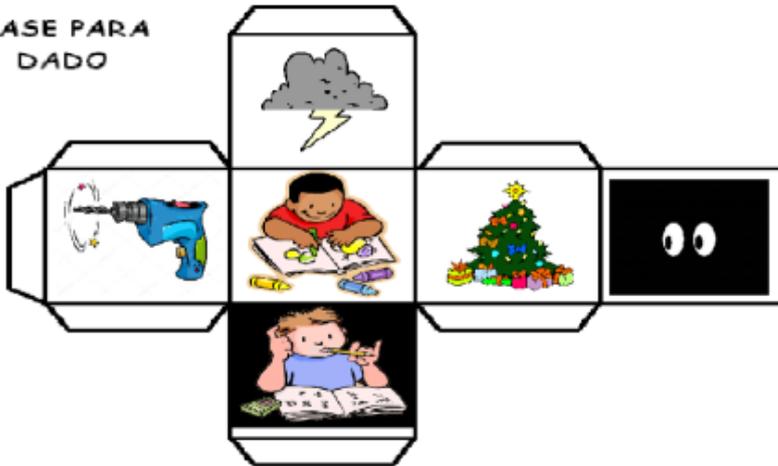


<http://rincondeunamaestra.blogspot.com.es/>
Basado en “El monstruo de colores” de Anna Llenas

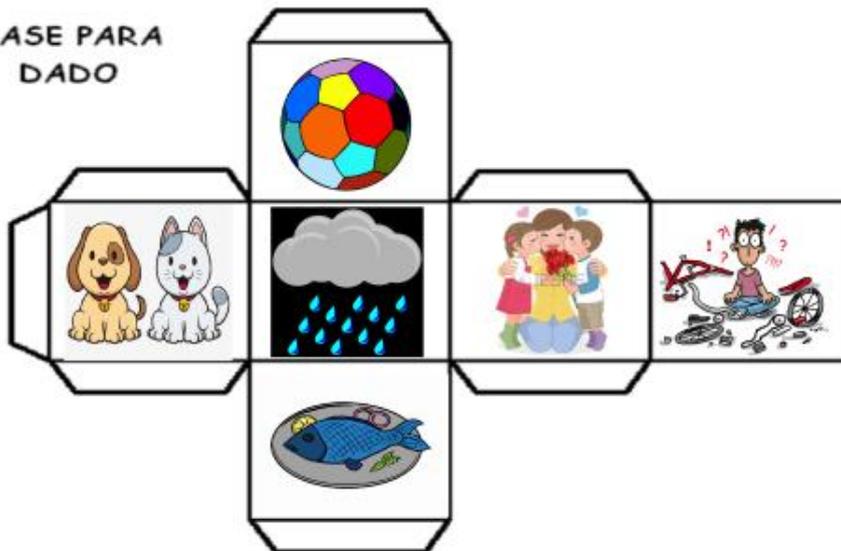
BASE PARA
DADO



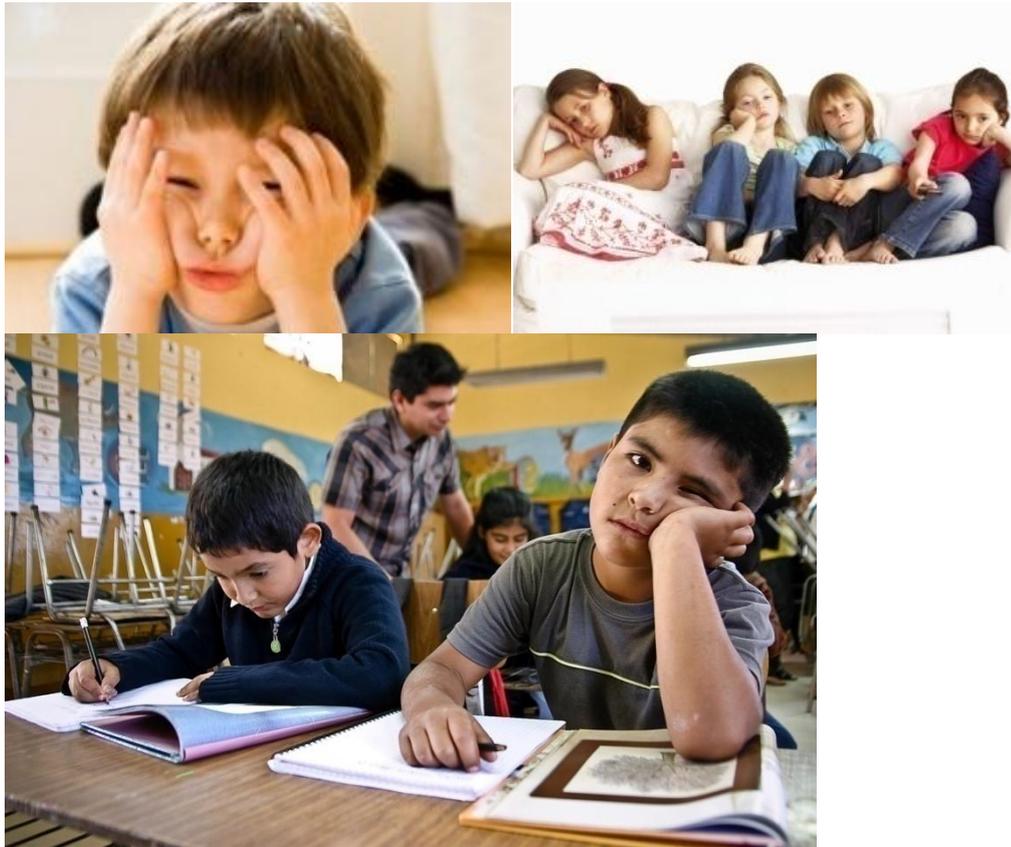
BASE PARA
DADO



BASE PARA
DADO



Anexo VII “Aburrimiento”



Anexo VIII “¿Quién no tiene vergüenza?”





Anexo IX “Sobres de colores”

Historia 1: “La mama de Sara la tiro a la basura el dibujo que hizo la noche anterior sabiendo que a Sara la encantaba como había quedado”

Historia 2: “Esta mañana a Sara le han puesto la vacuna de la varicela, no ha dejado de llorar en una hora”

Historia 3: “Anoche Sara quería seguir jugando con el móvil de su papá pero este se le quito para que se fuera a la cama”

Historia 4: “Durante el fin de semana Sara se paso el día jugando con sus primos del pueblo a los que quiere mucho”

Historia 5: “Cuando va a casa de sus abuelos al pueblo Sara se tumba en el césped del jardín de la abuela”

Historia 6: “Sara odia las gachas y su abuela las hace siempre que va porque dice que tiene que crecer comiendo lo mismo que comía su mama y la obliga a comerlas”

Historia 7: “Los tíos de Francia le regalaron a Sara las entradas para ir un fin de semana a Disneyland”

Historia 8: “Cuando se fueron sus primos Sara se sentó en el sofá porque no sabía que hacer ahora que se había quedado sola”

Historia 9: “Los vecinos de la abuela de Sara fueron a presentarse ya que eran nuevos en el pueblo. Sara es muy tímida”

Historia 10: “Al volver a casa el perrito de Sara movía mucho la cola al verla”

“¿Como se sienten!”	1	2	3
Reconoce los sentimientos y emociones de un mismo.			
Relaciona diferentes emociones con situaciones.			
Expresa como se siente hoy en el “Frascomocion”			
“Dado de las emociones”	1	2	3
Reconoce cada emoción con su color.			
Reconoce sus emociones.			
Relaciona en qué situación puedes sentir determinadas emociones.			
Expresa como se siente hoy en el “Frascomocion”			
“Aburrimiento”	1	2	3
Reconoce la emoción representada.			
Relaciona la emoción con situaciones de su vida cotidiana.			
Expresa como se siente hoy en el “Frascomocion”			
“¿Quién no tiene vergüenza?”	1	2	3
Reconoce la emoción representada.			
Relaciona la emoción con situaciones de su vida cotidiana.			
Expresa como se siente hoy en el “Frascomocion”			
“Sobres de colores”	1	2	3
Reconoce la emoción tras escuchar la situación vivida.			

Identifica los sentimientos y las emociones de las demás personas.	
Expresa como se siente hoy en el “Frascomocion”	
“Frasco de la calma”	1 2 3
Regula sus emociones.	
Expresa como se siente hoy en el “Frascomocion”	

Anexo XI: “Tabla de registro anecdótico”

Nombre del alumno:
Conducta durante la intervención:
Emoción que ha expresado en el Frasco: Sesión 1: Sesión 2: Sesión 3: Sesión 4: Sesión 5: Sesión 6: Sesión 7: Sesión 8: Sesión 9: Sesión 10:
Emoción que le ha costado reconocer o ha confundido durante la intervención: