



---

# Universidad de Valladolid

Facultad de Educación y Trabajo Social

## Trabajo Fin de Grado

Grado en Educación Primaria - Mención Educación Especial

# RECHAZO SOCIAL A ALUMNOS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL EN EDUCACIÓN PRIMARIA

Autor: Gloria Delgado Olmedo

Tutor: Natalia Reoyo Serrano

## **RESUMEN**

El presente trabajo de fin de grado titulado “Rechazo social a alumnos con discapacidad intelectual en Educación Primaria” tiene como objetivo principal mejorar las relaciones sociales y evitar el aislamiento y rechazo que sufren algunos alumnos con discapacidad intelectual escolarizados en centros ordinarios. Para ello he investigado sobre la exclusión social que experimentan los alumnos con discapacidad en el aula, las dificultades que presentan a la hora de relacionarse con sus iguales y los comportamientos que pueden darse en el aula por parte del resto de alumnos.

Para mejorar las relaciones sociales y evitar la exclusión he realizado un programa de intervención en un aula de 3º de educación primaria a desarrollar con una metodología lúdica, dinámica y participativa centrándome en la mejora de las habilidades sociales, de la competencia emocional y social y el fomento de la autoestima y autoconfianza.

El trabajo concluye con la aportación de diversas ideas y reflexiones que permiten tomar conciencia de la importancia de la inclusión e integración social de los alumnos con discapacidad en la sociedad.

## **PALABRAS CLAVE**

Rechazo social, necesidades educativas especiales, discapacidad intelectual, educación primaria, habilidades sociales, autoestima y autoconcepto.

## **ABSTRACT**

The main aim of this essay, as part of my last year's degree, "*Social exclusion of intellectual handicapped students in primary studies*" is to highlight the social impact of this topic and avoid the isolation & rejection that some of these students suffer whilst attending ordinary schools.

In order to do so, I have thoroughly researched about social exclusion & the difficulties these pupils have when dealing with other students. In addition to that, I have also analysed the behavioral patterns of their peers when in contact with these students.

To improve the social relationships with their fellow students and avoid social exclusion, I have developed an interventionist programme to be applied in a 3<sup>o</sup> grade of primary studies. It is an engaging, dynamic & fun activity focused on improving their social abilities, empathy & self- esteem and confidence,

To sum it all up, the essay ends with an deep evaluation and consideration of different ideas to pin point how important is to promote the social inclusion of intellectual handicapped students not only in the school context but in the society as a whole.

## **KEY WORD**

Social rejection, special scholar need, intellectually handicapped, primary education, social abilities, self- esteem & self-confidence

## ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN</b> .....	5
<b>2. OBJETIVOS</b> .....	6
<b>3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO</b> .....	6
<b>4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA</b> .....	9
<b>4.1. Concepto de inclusión</b> .....	9
<b>4.2. Concepto de rechazo social</b> .....	9
<b>4.2.1. Perfil de los participantes</b> .....	12
<b>4.3. Rechazo social y discapacidad intelectual</b> .....	15
<b>4.4. Competencia social</b> .....	18
<b>4.5. Habilidades sociales</b> .....	18
<b>4.6. Autoconcepto y autoestima</b> .....	20
<b>4.7. Competencia emocional</b> .....	21
<b>5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN</b> .....	22
<b>5.1. Justificación</b> .....	22
<b>5.2. Objetivos</b> .....	23
<b>5.3. Descripción del alumno y del grupo clase</b> .....	24
<b>5.4. Procedimiento</b> .....	24
<b>5.4.1. Metodología</b> .....	24
<b>5.4.2. Temporalización</b> .....	25
<b>5.4.3. Sesiones de la intervención</b> .....	27
<b>5.5. Herramientas de evaluación</b> .....	40
<b>6. CONCLUSIONES</b> .....	42
<b>7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA</b> .....	45
<b>8. ANEXOS</b> .....	48

## **1. INTRODUCCIÓN**

Este trabajo está basado en una investigación sobre las relaciones sociales que experimentan los alumnos con discapacidad intelectual escolarizados en centros ordinarios y en una propuesta de intervención centrada en la inclusión e integración plena en la sociedad de los alumnos con discapacidad intelectual, puesto que las investigaciones que he llevado a cabo ponen de manifiesto, que un alto porcentaje de alumnos con necesidades educativas especiales en aulas ordinarias son menos aceptados y más rechazados que sus iguales sin necesidades educativas especiales (Baydik y Bakkaloglu, 2009; Frederikson, 2010; Pijl, 2007; Sabeh y Monjas, 2002; Simmonds, Evans y Soulsby, 2007; Pijl, 2007).

Puesto que un aspecto bastante común en los alumnos con discapacidad intelectual es el déficit en habilidades sociales (Al-Yagon y Mikulincer, 2004; Estell, 2008). Para mejorar esta carencia y con el fin de lograr su autonomía personal he elaborado una serie de sesiones centradas en su adquisición y correcta utilización en la vida diaria, lo cual facilitará que las relaciones e interacciones sociales sean más eficaces y positivas.

En la propuesta de intervención hay otras sesiones en las que se van a trabajar la autoestima y el autoconcepto, la eliminación del rechazo, agresividad y violencia hacia este colectivo, de la empatía y asertividad entre el grupo de iguales, a través de actividades individuales dirigidas por el PT en el aula de integración del centro y otras actividades grupales, que serán dirigidas por el PT y por el tutor y se van a desarrollar en el aula ordinaria del grupo de alumnos o en otros lugares dependiendo del espacio que se necesite para cada actividad, pues los alumnos con discapacidad intelectual tienen un mayor riesgo de sufrir altos niveles de acoso e intimidación de sus compañeros (Bourke y Burgman, 2010; Frederikson, 2010; Heinricks, 2003; Rose y Espelage, 2011). Además de presentar problemas de autoconcepto (Bakker y Bosman, 2003; Ruijs y Peetsma, 2009).

Con este programa pretendo que los alumnos dominen habilidades que les permitan mejorar su relación con su entorno más próximo tanto escolar como social y familiar y disminuir estas situaciones de rechazo concienciando a la sociedad desde edades tempranas sobre la importancia de la inclusión e integración de todos en la sociedad.

## **2. OBJETIVOS**

Los objetivos principales de este trabajo son dos, tanto realizar un acercamiento desde el marco teórico al concepto de rechazo social, prestando especial atención en el alumnado con necesidades educativas especiales (a partir de ahora ACNEE) con discapacidad intelectual, que se encuentra escolarizado en centros ordinarios y que habitualmente presenta importantes déficits en la conducta social y emocional. Así como diseñar y elaborar un programa de habilidades sociales dentro de sus programaciones curriculares para obtener un desarrollo pleno y un óptimo nivel de inclusión, identificando las relaciones de rechazo y aceptación entre iguales.

Los objetivos específicos de este trabajo son:

- Elaborar unas pautas de intervención para el aprendizaje y desarrollo de habilidades sociales con alumnos con necesidades educativas especiales.
- Favorecer a través de programas de habilidades sociales la participación y aceptación en la sociedad de las personas con discapacidad intelectual.
- Mejorar el autoconcepto y la autoestima, proporcionando unas pautas de entrenamiento en habilidades sociales.
- Lograr un grado de aceptación óptimo entre el alumnado, eliminando en la medida de lo posible, las discriminaciones y desigualdades entre compañeros.
- Enfrentar los retos y conflictos que surjan de forma adecuada mediante la comunicación y el trabajo en equipo.

## **3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO**

Mediante este trabajo se pretende realizar un acercamiento al grado de comprensión que tienen los niños/as con discapacidad intelectual escolarizados en centros ordinarios y las relaciones que experimentan con el resto de compañeros, cómo se auto perciben a sí mismos, los sentimientos y emociones que experimentan, el uso que hacen de las habilidades sociales y en qué medida comprenden los sentimientos de los demás, todo ello desde el marco de la atención a la diversidad, que según Bisquerra (2011) consiste en atender a las características y peculiaridades de cada alumno, en lo que cada uno

puede hacer, en sus capacidades y no sólo en sus limitaciones, lo cual es asunto de todo el profesorado.

En el Real Decreto 1393/2007 de 29 de octubre se recogen todas las competencias básicas que han sido clave en mi formación como docente:

Tabla 1

*Competencias del título*

<b>Competencias del Grado de Educación Primaria</b>	<b>Nivel de Desarrollo</b>
Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio –la Educación- que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.	Bastante desarrollada
Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio, la Educación.	Bastante desarrollada
Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos esenciales (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas esenciales de índole social, científica o ética.	Muy desarrollada
Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.	Muy desarrollada
Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.	Bastante desarrollada
Que los estudiantes desarrollen un compromiso ético en su	Muy

configuración como profesionales, compromiso que debe potenciar la idea de educación integral, con actitudes críticas y responsables; garantizando la igualdad efectiva de mujeres y hombres, la igualdad de oportunidades, la accesibilidad universal de las personas con discapacidad y los valores propios de una cultura de la paz y de los valores democráticos.	desarrollada
<b>Competencias de la Mención de Educación Especial</b>	<b>Nivel de desarrollo</b>
Diseñar y colaborar con diferentes agentes en la planificación y desarrollo de respuestas educativas que atiendan las necesidades educativas de cada estudiante, teniendo en cuenta los fundamentos psiconeurológicos que afectan al aprendizaje y las relaciones humanas.	Muy desarrollada
Crear entornos de aprendizaje que faciliten procesos globales de integración escolar y trabajo colaborativo con el profesorado, familias y equipos psicopedagógicos.	Muy desarrollada

Como resumen en la tabla, de manera general he adquirido todas las competencias del grado de educación primaria a lo largo de estos cuatro años y concretamente con este trabajo he puesto en práctica principalmente aspectos relacionados con lo psicológico, social y pedagógico en relación al alumnado, procedimientos y técnicas de la práctica educativa y procedimientos de búsqueda de información.

En relación a las competencias específicas de la Mención en Educación Especial, se trabaja la detección e identificación de problemas sociales, comunicativos y conductuales que se dan frecuentemente en el ámbito escolar además de promover una respuesta educativa que atienda a la diversidad del alumnado.

## **4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

### **4.1. Concepto de inclusión**

El concepto de educación inclusiva implica que no hay ningún tipo de discriminación y todos los niños y niñas aprenden juntos, independientemente de sus condiciones personales, familiares, sociales, culturales, etc., incluidos los que presentan una discapacidad. Con la educación inclusiva todos los alumnos se benefician de una enseñanza adaptada a sus necesidades y no sólo los que presentan necesidades educativas especiales (Bisquerra, 2011).

Según Arnáiz (1996) las escuelas inclusivas enfatizan el sentido de la comunidad, para que en las aulas y en la escuela todos tengan sensación de pertenencia, se sientan aceptados, apoyen y sean apoyados por sus iguales y otros miembros de la comunidad escolar, al tiempo que se satisfacen sus necesidades educativas. En estas los talentos de cada uno, incluyendo los de aquellos con profundas discapacidades, superdotación o comportamientos distorsionadores, son reconocidos, fomentados y utilizados al máximo, ya que cada persona es un miembro importante y valioso con responsabilidades y con un papel que desempeñar para apoyar a los demás, lo que ayuda a fomentar la autoestima, el orgullo en los logros, el respeto mutuo y un sentido de pertenencia y valía entre los miembros de la comunidad.

Por todo ello, la inclusión no es sólo para estudiantes con discapacidad, sino más bien para todos los estudiantes, educadores, padres y miembros de la comunidad.

### **4.2. Concepto de rechazo social**

Denominamos rechazo a la situación que sufre una persona cuando es excluida de una forma premeditada de su entorno, apartando las relaciones sociales y la interacción social.

Ser aceptado y querido por los compañeros, tener amigos y estar integrado en los diversos escenarios escolares, familiares y de ocio, donde los niños y adolescentes viven y se relacionan, son tareas evolutivas básicas que se tienen que ir alcanzando para el logro de un óptimo desarrollo emocional, cognitivo y social. En este largo y complejo

proceso la mayoría logran relaciones positivas y satisfactorias, pero algunos no participan o son apartados de esas interacciones y tienen experiencias negativas; entre ellos están los que son activa y sistemáticamente rechazados, excluidos y victimizados por sus iguales, situaciones que conllevan a consecuencias muy perjudiciales para el desarrollo socioemocional y cognitivo, como son la soledad, baja autoestima, agresión, ansiedad y depresión. También puede producir sentimientos de inseguridad emocional, aumentar la sensibilidad ante rechazos posteriores, crear una imagen general más negativa de sí mismas, desórdenes de atención y aprendizaje, alteraciones de conducta y sociales (Bierman, 2004; Gifford-Smith y Brownell, 2003).

El bullying o acoso escolar, es el maltrato físico y psicológico que sufre un alumno/a por parte de otro u otros compañeros de forma persistente. Por lo general los alumnos/as que son víctimas del bullying son más débiles que los agresores y por ello estos se aprovechan, para conseguir más poder o para pasarlo bien a costa de la víctima (Fernández, 2010).

En referencia a esto, en el estudio de Guterman y colaboradores (2002) se observó que las víctimas de bullying y rechazo social presentan síntomas depresivos y problemas de ansiedad y estrés incluso después de transcurrido un año desde el último episodio de maltrato.

El acoso entre iguales o bullying es conceptualizado como un tipo de violencia interpersonal que consiste en el maltrato y hostigamiento intencional y sistemático de un alumno hacia otro que está indefenso y que se convierte en víctima, de forma que se produce una perversión de las relaciones entre iguales que dejan de ser paralelas y simétricas y se convierten en desequilibradas y reguladas por el esquema dominio-sumisión entre intimidador y víctima (Avilés y Monjas, 2008; Cerezo, 2009; Cerezo y Ato, 2010; Garaigordobil y Oñederra, 2010; Monjas y Avilés, 2006).

También se habla de bullying cuando un joven está siendo molestado e intimidado o cuando otro grupo de alumnos se expresa de forma mezquina o desagradable; se ríe de él o lo llama por nombres molestos o hirientes; lo ignora completamente, lo excluye de su grupo de amigos o lo retira de actividades; lo golpea y empuja; lo amenaza, le cuenta

mentiras o falsos rumores, le envía notas hirientes y trata de convencer a los demás para que no se relacionen con él o ella (Prieto, Carrillo y Jiménez 2005).

En este sentido, Nieto Cano (2004) establece que bajo el término genérico de “alumnos en riesgo de exclusión”, se consideraran aquellos que:

- Manifiestan dificultades cognitivas y en el rendimiento académico.
- Tienden a calificarse como alumnos social y escolarmente inadaptados, con problemas de relación y de comportamiento.
- Pertenecen y comparten una determinada cultura de iguales, combinada de formas peculiares con la cultura familiar, en la que la escuela y el estudio están muy devaluados.
- Se esfuerzan y trabajan, pero sus capacidades intelectuales están limitadas.
- Aunque se reconoce que serían capaces e inteligente si quisieran, se han “desenganchado” de la escuela, ya sea por una historia escolar marcada por relaciones problemáticas con algunos de sus profesores o compañeros, provocando con el tiempo un conjunto de disposiciones, intereses y horizontes vitales entre los que lo escolar y lo académico ocupa, quizás, un lugar más que secundario.

Por ello debemos tener en cuenta estas consideraciones para evitar las situaciones de exclusión en los centros educativos.

#### 4.2.1. Perfil de los participantes

En toda situación de rechazo social o bullying suelen participar tres perfiles distintos: agresor, espectador y víctima o agredido, lo cual se trata del “Triángulo del Bullying”.



Figura 1. Triángulo del Bullying (elaboración propia)

##### a) Agresor o víctima activa

Estos jóvenes establecen una dinámica relacional agresiva y generalmente violenta con aquellos que consideran débiles y cobardes. Rayan en ocasiones con la provocación e intimidación. En cuanto a las variables de personalidad suelen presentar: elevado nivel de psicoticismo, extraversión y sinceridad, junto a un nivel medio de neuroticismo Cerezo, (2001).

Según Avilés (2006) un niño puede ser autor del rechazo cuando solo espera y quiere que hagan siempre su voluntad, cuando le gusta probar la sensación de poder, cuando no se siente bien o no disfruta con otros niños, si sufre intimidaciones o algún tipo de abuso en casa, en la escuela o en la familia, cuando es frecuentemente humillado por los adultos, o cuando vive bajo constante presión para que tenga éxito en sus actividades.

Davis (2008), señaló que:

Los agresores molestan, golpean, amenazan, crean rumores y/o acosan a sus víctimas, presionan a los demás para que guarden silencio acerca de la

intimidación y para que excluyan a las víctimas del círculo de amigos, sienten un deseo de poder que supera su sentido de empatía y por lo tanto están dispuestos a lastimar a los demás para sentirse poderosos, la intimidación es un asunto de poder (p.12).

Normalmente no agreden delante de los adultos, por lo tanto es habitual que los profesores y padres desconozcan la existencia de estos comportamientos agresivos y por ello no actúen inmediatamente ante estas situaciones.

Además, el agresor suele presentar cuatro necesidades básicas que Rodríguez (2004) resume en el siguiente esquema:

- *Necesidad de protagonismo:* El agresor suele tener la necesidad de ser visto y aceptado, de que le presten atención.
- *Necesidad de sentirse superior:* La mayoría de los agresores sienten un enorme deseo de ser más fuertes y poderosos que los demás.
- *Necesidad de sentirse diferente:* Los agresores suelen crearse una reputación y una identidad particular en el grupo de iguales que les rodea; pretenden ser diferentes y rechazan todo aquello que no es igual o similar a la imagen que han creado.
- *Necesidad de llenar un vacío emocional:* Los agresores no son capaces de emocionarse o reaccionar con afecto ante los estímulos diarios; por el contrario, persiguen constantemente nuevas vivencias y sensaciones que muchas veces logran únicamente cuando crean su propio “espectáculo”.

#### **b) Agredido o víctima pasiva**

Son los alumnos/as que suelen ser el blanco de los ataques sin previo desafío, por el contrario que los agresores, muestran rasgos específicos significativamente diferentes, incluyendo un aspecto físico destacable: su complexión débil, acompañada en ocasiones de algún tipo de hándicap.

La víctima desarrolla miedo y rechazo al contexto en el que sufre la violencia, sufre una pérdida de confianza en sí mismo y en los demás y se ve disminuido su rendimiento escolar (Díaz-Aguado, 2004). Así también se puede afirmar que las víctimas, son

personas que carecen de confianza en sí mismas: “Las víctimas generalmente muestran, a través de sus comportamientos y actitudes, que están ansiosas e inseguras de sí mismas” (Olweus, 2003). Esta falta de autoconfianza podría ser el resultado de la intimidación (Davis, 2008).

Las víctimas del bullying o del rechazo escolar son alumnos/as con bajas tasas de conductas prosociales, por ejemplo, colaboran poco, también pueden presentar altas tasas de falta de atención y/o inmaduras, altas tasas de conductas de ansiedad y evitación (Bierman, 2004).

En ocasiones los alumnos rechazados son los más agresivos y aislados y sobretodo, son los menos sociables de todos (García-Bacete, 2007). Viven sus relaciones interpersonales con un alto grado de timidez que en ocasiones les llevan al retraimiento y aislamiento social. Se autoevalúan poco sinceros, es decir, muestran una considerable tendencia al disimulo. Entre los rasgos de personalidad destaca una alta puntuación en neuroticismo junto con altos niveles de ansiedad e introversión, justo alcanzando valores opuestos a los agresores (Cerezo, 2001).

La personalidad de la víctima es insegura y con bajos niveles de autoestima. Se caracterizan por falta de competencia social, la cual se refleja en una carencia de asertividad; es decir, dificultad para saber comunicar sus necesidades, pensamientos o ideas.

### **c) Los espectadores**

Son alumnos que se encuentran inmersos en un clima muy alejado de unas relaciones de convivencia satisfactoria, con una conducta pasiva o que oculta el problema. Se muestran fieles a la “ley del silencio” lo que conlleva a favorecer y reforzar el conflicto, incluso en múltiples ocasiones se produce un contagio social que hace que los espectadores se impliquen directa o indirectamente en las agresiones (Prieto, Carrillo y Jiménez, 2005).

Son alumnos que presencian los ataques, generalmente suelen ser compañeros de las víctimas o de los agresores y desempeñan un papel pasivo en la situación de acoso o rechazo. Estos testigos principalmente se abstienen a intervenir en estas situaciones por miedo a ser incluido en la agresión o en el círculo de la victimización. Debido a que a

los agresores les encanta tener una audiencia, el espectador o también conocido como mirón, que anima o soporta estas situaciones, hace que el agresor se sienta más fuerte y popular.

### **4.3. Rechazo social y discapacidad intelectual**

El Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria, en su Artículo 9 que versa sobre Proceso de aprendizaje y atención individualizada establece que:

- La escolarización del alumnado que presente dificultades de aprendizaje se basará en los principios de normalización e inclusión, asegurando su no discriminación e igualdad efectiva.
- La intervención educativa debe contemplar como principio la diversidad del alumnado, entendiendo que de este modo se garantiza el desarrollo de todos ellos a la vez que una atención personalizada en función de las necesidades de cada uno.
- En esta etapa se pondrá especial énfasis en la atención a la diversidad del alumnado, en la atención individualizada, en la prevención de las dificultades de aprendizaje y en la puesta en práctica de mecanismos de refuerzo tan pronto como se detecten estas dificultades.

La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación establece que el alumnado ACNEE es aquél que requiere por un periodo de su escolarización o a lo largo de toda ella, determinados apoyos y atenciones educativas específicas derivadas de discapacidad o trastornos graves de conducta. Para ser considerado ACNEE necesita un informe de evaluación psicopedagógica y un Dictamen de Escolarización elaborado por los profesionales responsables de la orientación que establecen la presencia de necesidades educativas especiales y la modalidad de escolarización más adecuada para este alumno.

Según la Asociación Americana sobre la discapacidad Intelectual (2002) la discapacidad Intelectual se puede definir como el funcionamiento intelectual general significativamente inferior a la media, (medido mediante uno o más test de inteligencia estandarizados y administrados individualmente). Originado durante el periodo del

desarrollo. Asociado a un déficit en la conducta adaptativa (capacidad de un individuo para desempeñar las funciones de independencia personal y responsabilidad social, de acuerdo a lo esperado para su edad).

El Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, DSM- 5 (APA, 2013) recoge estos tres criterios para definir la discapacidad intelectual:

- a) Déficit en el funcionamiento intelectual, tal como en razonamiento, resolución de problemas, planificación, pensamiento abstracto, toma de decisiones, aprendizaje académico y aprendizajes por la propia experiencias, confirmado por evaluaciones clínicas a través de test de inteligencia estandarizados aplicados individualmente.
- b) Déficit en el funcionamiento adaptativo que resultan en la no consecución de los estándares sociales y culturales para la independencia personal y la responsabilidad social. Sin el consiguiente apoyo los déficits adaptativos limitan el funcionamiento en una o más actividades de la vida diaria tales como la comunicación, participación social, vida independiente, en múltiples entornos como en casa, en la escuela, el trabajo y la comunidad.
- c) Inicio de los déficits intelectuales y adaptativos durante el periodo del desarrollo.

El rechazo social hacia el alumnado con necesidades educativas especiales con discapacidad intelectual es una forma de discriminación que en la actualidad ocurre en las aulas ordinarias. Las investigaciones ponen de manifiesto, que un alto porcentaje de ACNEE en aulas ordinarias son menos aceptados y más rechazados que sus iguales sin necesidades especiales (Baydik y Bakkaloglu, 2009; Frederikson, 2010; Frederikson, Simmonds, Evans y Soulsby, 2007; Pijl, 2007; Sabeh y Monjas, 2002, entre otros). Esta situación de rechazo y bajo estatus social se produce tanto para situación de juego como académica y se aprecia incluso en las situaciones en que son parte de la clase y tienen amigos (Frederickson y Furnham, 2004).

Por lo que se refiere al bullying y teniendo en cuenta que es limitada la investigación con esta población, los estudios evidencian que los alumnos con necesidades educativas especiales tienen mayor riesgo y sufren altos niveles de acoso e intimidación de sus compañeros (Bourke y Burgman, 2010; Frederikson, 2010; Heinrichs, 2003; Rose y Espelage, 2011). Pueden verse más implicados como víctimas, ya que suelen estar menos integrados socialmente, no tienen protección de sus iguales y presentan una actitud pasiva ante las actuaciones de los agresores. (Card, 2003).

Este alumnado presenta más dificultades sociales (Nowicki, 2003), muestran una conducta más solitaria y mayores tasas de aislamiento social (Kavale y Forness, 1996; Kemp y Carter, 2002), participan menos frecuentemente como miembros de subgrupos (Frostdad y Pijl, 2007), tienen menos amigos y pueden experimentar mayor soledad que sus iguales (Pijl, Frostdad y Flem, 2010). Un aspecto bastante común en este colectivo es que tienen déficits en habilidades sociales (Al-Yagon y Mikulincer, 2004; Estell, 2008). Se señala también que tienen problemas de autoconcepto (Bakker y Bosman, 2003; Ruijs y Peetsma, 2009).

Según Monjas y Sanchiz (2014) son más rechazados y más victimizados por sus iguales, tienen una reputación conductual de más agresivos, menos prosociales y más aislados, se autoperiben más negativamente y son valorados por sus profesores como menos competentes socialmente.

Los déficits que presentan estos alumnos/as repercuten en la competencia social, en las habilidades sociales, en la autoestima, autoconcepto y en la competencia emocional, viéndose alteradas distintas habilidades básicas del desarrollo personal y social.

A continuación expongo estos ámbitos en los que repercuten los déficits, con una explicación conceptual de cada uno de ellos.

#### **4.4. Competencia social**

Las Competencias sociales son todas las destrezas imprescindibles para tener un comportamiento apropiado y positivo que permita al sujeto superar adecuadamente los desafíos de la vida diaria. Son conductas que ayudan y favorecen la solución de situaciones de forma positiva.

Las competencias sociales, pueden considerarse como los medios necesarios a poner en práctica para el logro de los objetivos. Estas competencias no son innatas, sino que se adquieren y se van aprendiendo a lo largo de la vida.

Bisquerra y Pérez (2007) destacan las siguientes características en el concepto de competencia:

- Es aplicable a las personas (individualmente o de forma grupal).
- Implica unos conocimientos “saberes”, unas habilidades “saber-hacer” y unas actitudes y conductas “saber estar” y “saber ser” integrados entre sí.
- Una competencia se desarrolla a lo largo de la vida y en general, siempre se puede mejorar.

#### **4.5. Habilidades sociales**

Las habilidades sociales son un conjunto de cogniciones, emociones y conductas que permiten relacionarse y convivir con otras personas de forma satisfactoria y eficaz (Monjas, 2007).

Cuevas (2014) concibe las habilidades sociales como un conjunto de conductas necesarias que nos permiten interactuar y relacionarnos con los demás de manera efectiva y satisfactoria. Son conductas aprendidas, que a lo largo de nuestro desarrollo las vamos incorporando facilitando así la relación con los demás y la resolución de problemas.

Existen dos tipos de habilidades sociales, unas básicas y otras más complejas, para desarrollar las habilidades sociales complejas es necesario haber adquirido antes las básicas.

Las habilidades básicas incluyen saber escuchar y hacer preguntas, dar las gracias, iniciar y mantener una conversación, presentarse, saber despedirse, hacer cumplidos, elogiar, etc. Mientras que las habilidades complejas incluyen conductas como saber disculparse y pedir ayuda, afrontar las críticas, convencer a los demás, etc.

En relación a las habilidades sociales está el comportamiento social de las personas, lo cual podemos situarlo en un continuo de estilos de respuesta: Pasivo, asertivo, agresivo.

Tabla 2.

*Continuo pasivo, asertivo, agresivo*

<b>Pasivo</b>	<b>Asertivo</b>	<b>Agresivo</b>
El sujeto no expresa sus necesidades, pensamientos y sentimientos.	Expresa sus pensamientos, sentimientos y necesidades con sinceridad y respetando los de los demás.	Actúa y responde de forma violenta, con continuas falta de respeto, ofensas o provocación.
Ignora los derechos propios para permitir que los demás impongan sus deseos.	Es equilibrado, se acepta a sí mismo tal y como es y acepta a los demás.	No muestra ninguna preocupación por los sentimientos y necesidades de los demás.
No toma iniciativas ni se defiende en caso de ser atacado por sus iguales.	Participativo y colaborativo contribuyendo a favor de la convivencia del grupo.	Defiende sus derechos por medio de la fuerza y humilla a los demás.  Se relaciona con los demás para conseguir lo que desea.
Baja autoestima.	Socialmente positivo.	Socialmente explosivo, desafiante, hostil y mandón.

*Nota:* Adaptado de Monjas, I. (2000). Las habilidades sociales en el currículo. Madrid: Centro de Investigación y Documentación Educativa.

El docente debe saber identificar todos estos estilos de comportamiento en el aula para poder intervenir adecuadamente en caso de que se manifiesten conductas inapropiadas entre el alumnado.

#### **4.6. Autoconcepto y autoestima**

El autoconcepto y la autoestima son aspectos fundamentales en la vida de las personas y desempeñan un papel muy importante tanto para lo personal como social y profesional y tiene una gran influencia en el desarrollo de la persona a lo largo de la vida ya que poco a poco cada sujeto va desarrollando su autoconcepto, no es algo innato con lo que nacemos.

Frecuentemente solemos confundir la autoestima con el autoconcepto, pero son aspectos distintos aunque relacionados. La palabra autoconcepto hace referencia a los aspectos cognitivos, a la percepción y la imagen que cada uno tiene de sí mismo, mientras que el término autoestima indica los aspectos afectivos.

Roa (2014) considera que un autoconcepto positivo lleva a una autoestima positiva y viceversa. El autoconcepto y la autoestima son el resultado de un largo proceso, determinado por un gran número de experiencias personales y sociales. Los éxitos y los fracasos, las valoraciones y comentarios de las personas que rodean al niño, el estilo educativo de padres y profesores y los valores y modelos que la sociedad ofrece van construyendo el autoconcepto y la autoestima de forma casi imperceptible. Dentro de lo que es autoconcepto general se distinguen otros autoconceptos más concretos que se refieren a áreas específicas de la experiencia:

- *Autoconcepto físico*: La percepción que uno tiene, tanto de su apariencia y presencia físicas como de sus habilidades y competencia para cualquier tipo de actividad física.
- *Autoconcepto académico*: El resultado de todo el conjunto de experiencias, éxitos, fracasos y valoraciones académicas que el alumno tiene a lo largo de los años escolares.
- *Autoconcepto social*: Consecuencia de las relaciones sociales, de su habilidad para solucionar problemas sociales, de la adaptación al medio y de la aceptación de los demás.

- *Autoconcepto personal*: Incluye la percepción de la propia identidad y el sentido de responsabilidad, autocontrol y autonomía personales.
- *Autoconcepto emocional*: Se refiere a los sentimientos de bienestar y satisfacción, al equilibrio emocional, a la aceptación de sí mismo y a la seguridad y confianza en sus posibilidades.

#### 4.7. Competencia emocional

La competencia emocional es la capacidad que tiene la persona para describir sus propias emociones, comprender las emociones de los demás y actuar adecuadamente en función de estas.

Según Bisquerra (2010) la competencia emocional está constituida por cinco microcompetencias:

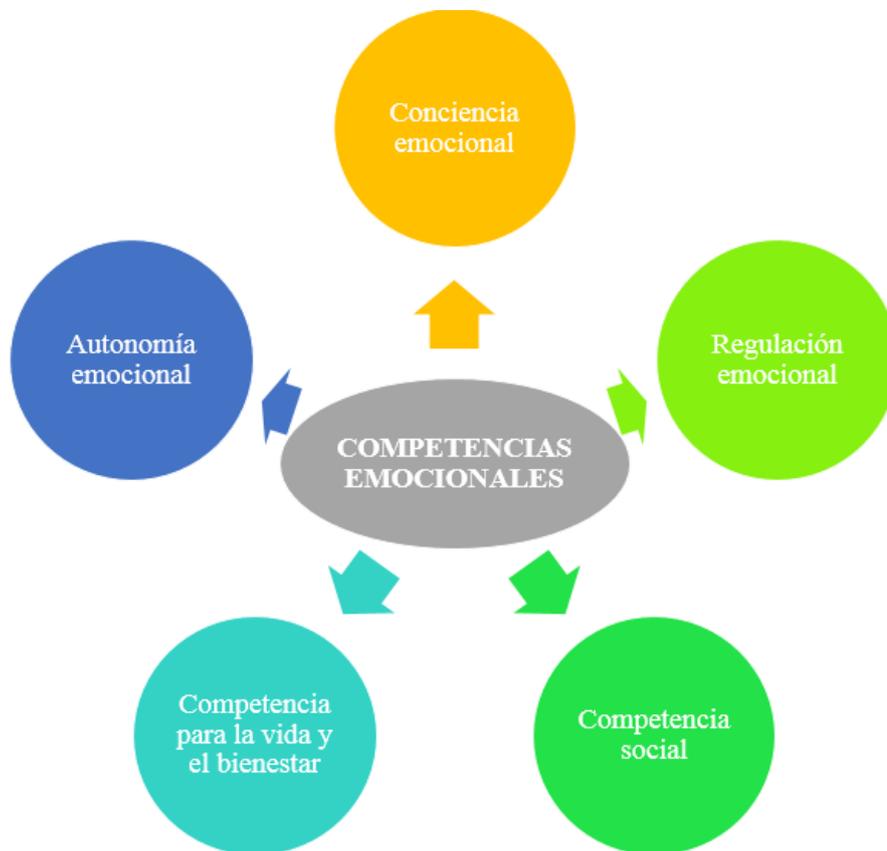


Figura 2. Competencias emocionales según Bisquerra.

- *Conciencia Emocional:* Capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás.
- *Autonomía Emocional:* Conjunto de características y elementos relacionados con la autogestión personal, entre las que se encuentran la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la autoeficacia emocional.
- *Regulación Emocional:* Capacidad para manejar las emociones de forma apropiada.
- *Competencia Social:* Capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas, lo que implica dominar las habilidades sociales básicas.
- *Competencia para la vida y el bienestar:* Capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar satisfactoriamente los desafíos diarios de la vida.

## **5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN**

### **5.1. Justificación**

Esta propuesta de intervención está basada en un programa para la mejora de habilidades sociales, del autoconcepto y de la autoestima desde edades tempranas. Está destinado en particular a los alumnos y alumnas con necesidades educativas especiales y en general al resto de alumnado escolarizado en centros ordinarios para mejorar su independencia y autonomía personal, así como su adaptación al medio e interacción con otras personas que participarán de forma activa en este programa y harán posible la plena integración de todos ellos en la comunidad educativa.

Este programa surge tras la observación y análisis de los recreos durante mi periodo de prácticas de Grado de Educación Especial al comprobar como ciertos alumnos tanto del aula de integración como de las aulas ordinarias jugaban solos en el patio, con alumnos de edades inferiores o con sus familiares, sin relacionarse con su grupo de iguales, así

pude comprobar que estos alumnos con los que compartía las horas en el aula de integración presentaban más incidencia a ser rechazados. Por ello con esta propuesta pretendo dar una respuesta educativa a todos los alumnos atendiendo a sus necesidades, con independencia de su condición física, psíquica, personal o social ya que todos los alumnos y alumnas tienen el derecho a recibir una educación digna en un entorno normalizado.

Hay una gran variedad de habilidades sociales, hay quien las conoce pero no hace buen uso de ellas y hay quien no las conoce y por tanto no se beneficia de ellas en sus relaciones interpersonales. Este será el fin de esta intervención, hacer que unos sepan utilizarlas correctamente y que otros las incorporen en su repertorio de estrategias para comunicarse y afrontar las distintas situaciones que se le planteen.

El programa consiste en una intervención específica de aula, con el objetivo de reforzar las relaciones entre iguales y evitar situaciones de rechazo y violencia entre iguales. Se divide en sesiones que se llevarán a cabo en distintos escenarios en los que se desenvuelve la alumna y las habilidades que necesita dominar para cada uno de ellos. Estas sesiones serán guiadas por su tutor de grupo y el PT del centro en coordinación con los demás profesores.

## **5.2. Objetivos**

El objetivo principal es mejorar las relaciones interpersonales entre el grupo de iguales y evitar situaciones de rechazo y violencia ya que este alumnado pertenece a un colectivo con una mayor incidencia de recibir rechazo por parte de los iguales en el ámbito escolar.

Con este programa se pretende potenciar las capacidades de estos alumnos/as para que logren utilizar las habilidades sociales de forma adecuada y favorable con los demás compañeros.

Los objetivos de este programa de intervención son:

- Desarrollar habilidades sociales y emocionales para expresar sentimientos, pedir ayuda y relacionarse con los demás utilizando las normas básicas de cortesía.
- Erradicar las conductas de rechazo, violencia y agresividad entre el alumnado.
- Identificar los estados de ánimo propios y los de los demás, mostrando empatía y asertividad.
- Mejorar la autoestima y el autoconcepto.

### **5.3. Descripción del alumno y del grupo clase**

Este programa está destinado a los alumnos/as de 3º curso de educación primaria de forma general y en particular a una alumna con discapacidad intelectual leve que pertenece a esta aula y también acude al aula de integración tres horas semanales. Este grupo está formado por 24 alumnos/as, mayormente por niños/as pertenecientes a minorías étnicas, concretamente a la etnia gitana cuyas familias forman parte de una situación empobrecida y marginal que acuden con irregularidad al aula y con unos valores sociales muy escasos que conllevan a emitir ciertas actitudes y comportamientos que fomentan el rechazo en el aula.

### **5.4. Procedimiento**

#### **5.4.1. Metodología**

La metodología que vamos a emplear será abierta, flexible y adaptada a las características y necesidades individuales de cada alumno.

Esta intervención se va a llevar a cabo a través de un proceso dinámico, participativo e interactivo del alumnado, de modo que el conocimiento sea una construcción llevada a cabo por el alumno/a que aprende.

Entre los objetivos principales, está fomentar la interacción social y las habilidades de autonomía, ofreciendo al alumnado aprendizajes útiles y generalizados que les sirvan en su vida cotidiana.

Al trabajar con una alumna con discapacidad intelectual leve, que acude al aula de integración y con los alumnos/as de su aula ordinaria, se van a llevar a cabo unas actividades individuales dirigidas a esta alumna y otras actividades comunes para todos

ellos. Vamos a utilizar técnicas que permitan la colaboración entre los alumnos y la aportación de cada uno de ellos tanto desde sus competencias reales, como del aprendizaje cooperativo.

Los procedimientos que vamos a llevar a cabo los docentes implicados en esta intervención son:

- Respetaremos los ritmos de trabajo de forma individual, proporcionando tareas de corta duración y muy concretas. Iremos ampliando las actividades de forma gradual, con pautas sencillas, de manera que puedan terminarse sin gran dificultad, ya que ante una tarea muy extensa se pueden sentir angustiados y tender a pensar que no son capaces de hacerlo, provocando frustración.
- Adecuaremos el lenguaje al nivel de comprensión del alumnado, utilizando con frecuencia preguntas para comprobar que aquellos que presentan mayores dificultades son capaces de entender lo que se les está exponiendo y para tener la seguridad de que saben lo que tienen que hacer y cómo han de realizarlo.
- Los aprendizajes serán funcionales y se llevarán a cabo con una metodología basada en el diálogo, el juego y las preguntas.
- Se enseñará a través de la imitación.
- A cada alumno se le dejará cierta autonomía al realizar las tareas.
- Se procurará que la información llegue a través de todos los canales sensoriales posibles.
- Las conductas positivas serán reforzadas para que se repitan y las negativas serán debilitadas para erradicarlas. Utilizaremos en gran medida el refuerzo positivo, lo cual les motiva y provoca que aumente la probabilidad de repetir o aumentar una conducta.

#### **5.4.2. Temporalización**

El programa tendrá una duración de cinco semanas, realizándose en las horas en que nuestra alumna acude al aula de integración, es decir, tres veces por semana, con

sesiones de una hora de duración. Las sesiones individuales se llevaran a cabo en dicho aula y serán dirigidas por el PT del centro y las sesiones grupales tendrán lugar en el aula ordinaria o en otros lugares del centro dependiendo del espacio que precise cada sesión y serán guiadas por el tutor y PT conjuntamente.

La distribución de las actividades se muestra en la *tabla 3*. Cada semana se trabajará un objetivo específico a través de tres sesiones. En cambio la última semana de este programa consiste en la realización de una actividad grupal que se llevará a cabo a lo largo de todo el trimestre un día a la semana, guiada por el PT del centro y está basada en el objetivo principal de este programa, que es la mejora de las relaciones sociales entre el grupo de iguales, después de haber trabajado y superado todos los objetivos específicos. Con cada objetivo se van a trabajar sesiones tanto individuales como grupales para fomentar las relaciones sociales.

La sesión final es de evaluación, que se realizará a todos los alumnos que han participado y al profesorado que lo ha llevado a cabo.

La distribución semanal de las sesiones se muestra en la siguiente tabla:

Tabla 3

*Distribución de las sesiones*

<b>Semana</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Sesiones</b>
Semana 1	Desarrollar habilidades sociales y emocionales para expresar sentimientos, pedir ayuda y relacionarse con los demás utilizando las normas básicas de cortesía.	Buenos días El buzón de la amistad Vamos al teatro
Semana 2	Identificar los estados de ánimo propios y los de los demás, mostrando empatía y asertividad.	¿Cómo me siento? Me siento Mu Juegos sensibilizadores
Semana 3	Erradicar las conductas de rechazo,	Cuento de la tortuga

	violencia y agresividad entre el alumnado.	Te respeto  Ejercicios de relajación de Jacobson
Semana 4	Mejorar la autoestima y el autoconcepto.	Así soy yo  Mi caja de los secretos  Mi clase es la mejor
Semana 5	Mejorar las relaciones interpersonales entre el grupo de iguales.	Los juegos del recreo  Evaluación Final

### 5.4.3. Sesiones de la intervención

#### 1ª Sesión “BUENOS DÍAS”

##### *Objetivo general*

- Desarrollar habilidades sociales y emocionales para expresar sentimientos, pedir ayuda y relacionarse con los demás utilizando las normas básicas de cortesía.

##### *Objetivos específicos*

- Interactuar con sus iguales y con el entorno adecuadamente.
- Manejar un amplio repertorio de habilidades sociales.
- Mejorar las relaciones sociales con el grupo de iguales.

##### *Desarrollo*

La PT durante esta actividad va a ejercer de modelo para que nuestra alumna tenga un ejemplo adecuado de cómo actuar utilizando adecuadamente las habilidades básicas.

Habilidades básicas de interacción social que vamos a tratar en esta sesión:

- Sonreír y reír: Sus diferencias y situaciones en las que sonreímos o reímos.

- Saludos y despedidas: Explicación de las situaciones en las que las practicamos y los distintos tipos tanto verbales como corporales.
- Presentaciones: Formas de cortesía básica que solemos emplear cuando saludamos y situaciones en las que se saluda.
- Favores: Personas a las que pedir favores, expresión corporal y verbal adecuadas para pedir un favor.
- Cortesía y amabilidad: Expresiones verbales básicas y tono de voz adecuado.

También trabajaremos el contacto visual y las distancias que hay que mantener cuando hablamos con un interlocutor y todas estas habilidades sociales las trabajaremos simulando situaciones distintas de la vida diaria.

### *Observaciones*

Todos los días en el aula se trabajarán habilidades sociales y las normas básicas de cortesía a la entrada y salida del aula y en distintas situaciones que se den como pedir algún objeto o agradecimientos.

## **2ª Sesión “EL BUZÓN DE LA AMISTAD”**

### *Objetivo general*

- Desarrollar habilidades sociales y emocionales para expresar sentimientos, pedir ayuda y relacionarse con los demás utilizando las normas básicas de cortesía.

### *Objetivos específicos*

- Mejorar la capacidad de comunicación con los demás.
- Desarrollar habilidades para expresar sentimientos hacia los demás.

### *Desarrollo*

Entre todos los alumnos del aula confeccionarán un buzón personalizándolo a su gusto para luego depositar mensajes a sus compañeros o a sus profesores. Únicamente se van a poder enviar mensajes positivos o dibujos agradables indicando al destinatario que se lo envían. Todos los lunes al entrar al aula se abrirá el buzón con la previa supervisión

de los mensajes por parte de la profesora y se leerán en voz alta. Se procurará que todos los alumnos reciban algún mensaje bonito pues los profesores también felicitarán a los alumnos su trabajo y sus esfuerzos.

#### *Observaciones*

En el caso de que haya algún mensaje negativo para alguien no se leerá y se eliminará.

### **3ª Sesión “VAMOS AL TEATRO”**

#### *Objetivo general*

- Desarrollar habilidades sociales y emocionales para expresar sentimientos, pedir ayuda y relacionarse con los demás utilizando las normas básicas de cortesía.

#### *Objetivos específicos*

- Mejorar el lenguaje y la comunicación.
- Utilizar de forma simultánea el lenguaje verbal y el corporal para que la comunicación sea más efectiva.
- Conocer distintos tipos de saludos y normas de cortesía.

#### *Desarrollo*

Esta actividad tendrá un esquema inamovible, se comenzará con un saludo, para que se sientan cómodos desde el primer momento. Posteriormente se procederá a leer la obra de teatro y hacer un análisis de las normas de cortesía, tipos de saludos y despedidas empleados, véase anexo I. Tras haber leído la obra de teatro entre todos los dividiremos en 4 grupos de 6 alumnos/as cada uno.

- Actividad 1: Consiste en representar a los 6 personajes principales de la obra sin utilizar palabras, es decir, a través del lenguaje corporal.
- Actividad 2: Para desarrollar su creatividad los alumnos/as inventarán otro final de la historia.
- Actividad 3: Por parejas mantendrá una conversación de uno o dos minutos y el resto de compañeros/as del grupo analizará sus expresiones verbales y corporales (si

han mantenido la mirada, si han mostrado cercanía o lejanía, la postura del cuerpo, las palabras y entonación empleadas, etc.)

- Actividad 4: Se les plantearán diversas incógnitas sobre las situaciones que se dan en la obra para ver cómo actuarían ellos, empleando una serie de habilidades sociales como son la escucha atenta, aprender a iniciar y finalizar una conversación haciendo uso de los saludos y señales de despedida, emplear normas de cortesía como dar las gracias o hacer cumplidos y hacer preguntas de forma adecuada.

En la última parte de la sesión, todos nos sentaremos en círculo y será el momento en el que cada alumno exprese cómo se ha encontrado, lo cual le ayudará a volver a hablar de sus emociones.

#### *Observaciones*

Cada grupo irá rotando de una actividad a otra de forma que todos los grupos pasen por todas las actividades.

### **4ª sesión “¿CÓMO ME SIENTO?”**

#### *Objetivo general*

- Identificar los estados de ánimo propios y los de los demás, mostrando empatía y asertividad.

#### *Objetivos específicos*

- Escenificar corporalmente cómo se siente.
- Observar cómo otras personas manifiestan sus emociones y sentimientos.
- Prestar atención a las sensaciones corporales.

#### *Desarrollo*

Proporcionaremos a la alumna una serie de vocabulario relativo a las emociones básicas con los sentimientos y situaciones en las que se puede dar cada una, para que de esta forma pueda iniciarse en la identificación y comunicación de sentimientos y llamar a las emociones por su nombre, las emociones básicas a trabajar son las siguientes:

- |                |             |
|----------------|-------------|
| - Alegría      | - Pena      |
| - Tristeza     | - Miedo     |
| - Sorpresa     | - Enfado    |
| - Aburrimiento | - Celos     |
| - Interés      | - Culpa     |
| - Rabia        | - Vergüenza |

Le entregaremos unas fichas con caras que expresen distintas emociones: alegría, tristeza, sorpresa, enfado... haciendo hincapié en que la alumna se fije bien en las diferentes expresiones faciales y en la posición de las cejas, expresión de los ojos y de la boca, etc. (*Véase anexo II*).

Delante del espejo el PT y el alumno experimentarán las distintas expresiones para que observe en su propio rostro y en el del PT cómo cambian los ojos, la boca, la frente, las cejas... con cada una de ellas.

Después de haber observado en imágenes los rasgos distintos de cada expresión y haberlo practicado ante el espejo, le proporcionaremos unas fichas con la silueta de la cara y en cada una de ellas tendrá que representar las facciones de la emoción que se indique e inventar una historia acorde a esa expresión. (*Véase anexo III*)

#### *Observaciones*

Estas fichas se expondrán en un lugar visible del aula y cuando el niño manifieste una emoción, acudiremos a ese lugar para que señale la imagen que representa su estado de ánimo en ese momento lo cual será una sencilla forma para aprender a etiquetar las emociones.

### **5ª sesión “ME SIENTO MU”**

#### *Objetivo general*

- Identificar los estados de ánimo propios y los de los demás, mostrando empatía y asertividad.

### *Objetivos específicos*

- Comprender la importancia de identificar las emociones y los pensamientos de los demás.
- Favorecer el desarrollo de las habilidades sociales y competencias emocionales.

### *Desarrollo*

Explicamos a los alumnos/as las diferentes emociones: sorpresa, tristeza, alegría, amor, miedo, enfado, asco, soledad, nerviosismo, vergüenza, etc. y hacemos dos equipos, uno de los equipos elige una emoción que el otro equipo deberá adivinar. Cuando el segundo equipo pregunte ¿Cómo te sientes hoy? Y los miembros del otro equipo responderán “me siento mu”. El equipo que pregunta debe adivinar qué emoción es y para ello tendrá que hacer preguntas como: ¿Qué haces cuando te sientes “mu”? ¿Cuándo te sientes así? ¿Dónde estás cuando te sientes “mu”?, etc. El equipo que tiene la emoción no puede dar más pistas, solo responder a las preguntas.

También vamos a hacer el juego de forma individual y sin hablar, es decir, a través de la mímica vamos a escenificar las emociones y para ello todos los participantes se sentarán en círculo en el suelo, uno de ellos cogerá una tarjeta y escenificará la emoción que corresponda. Los demás intentarán adivinar esa emoción y el que la adivine, tendrá que salir al centro a escenificar otra.

### *Observaciones*

## **6ª sesión “JUEGOS SENSIBILIZADORES”**

### *Objetivo general*

- Identificar los estados de ánimo propios y los de los demás, mostrando empatía y asertividad.

### *Objetivos específicos*

- Fomentar valores cooperativos y de colaboración con compañeros/as con discapacidad.

- Conocer distintos tipos de discapacidad y sus características.
- Sensibilizar al alumnado de las dificultades con las que se encuentran a diario las personas que sufren algún tipo de discapacidad.
- Promover una actitud positiva ante las personas con discapacidad.

### *Desarrollo*

Actividad inicial: Vídeo sensibilizador a modo de explicación sobre distintos tipos de discapacidad: física, visual y auditiva: <https://www.youtube.com/watch?v=dRiisNleFXg> después de su visualización se comentará y se comentará conjuntamente entre todos.

Posteriormente en el patio se realizarán una serie de actividades por grupos por las que los alumnos/as se acercarán a la realidad de las personas con diferentes tipos de discapacidad.

*“El Juego sobre ruedas”*: Aquí los/as participantes realizarán un recorrido en silla de ruedas a través de un circuito en el cual se encontrarán varias barreras que les dificultarán el paso (escaleras, rampas, superficies de cemento, tierra, arena, conos, etc.)

*“Guíame”*: En esta actividad los alumnos se van a colocar en grupos de tres personas, uno de ellos se cubrirá los ojos con un pañuelo, otro será el que guíe las indicaciones y el otro será al que pinte la cara el compañero de los ojos vendados, este no se podrá mover. Al finalizar se cambiarán los roles, de forma que los tres experimenten cada papel.

*“Observa mis palabras”*: Por parejas, uno de ellos se tapaná los oídos de forma que no pueda escuchar nada y el compañero/a le irá relatando sin voz y con el ritmo adecuado para que su compañero le entienda, el estribillo de una canción, también se podrá ayudar de la mímica. Una vez captado el mensaje se cambiarán los roles.

*“Mi mano”*: De forma individual, con una mano deberán ser capaces de untar crema de cacao en una rebanada de pan y comérselo con una mano.

*Actividad final de reflexión*: Al finalizar se hará una reflexión con todos los alumnos sentados en círculo respondiendo a las siguientes preguntas planteadas:

- ¿Cómo os habéis sentido al simular las dificultades planteadas en cada recorrido?

- ¿Cuál ha sido la actividad que más difícil os ha resultado y por qué?
- ¿Habéis percibido que activabais algunos sentidos más que otros en cada situación?
- ¿Has necesitado ayuda de algún compañero para realizar alguna actividad?
- ¿Cómo creéis que se sienten las personas que sufren alguna discapacidad al encontrar barreras a su alrededor? ¿Qué podemos hacer nosotros para ayudarles?

#### *Observaciones*

Cada grupo irá pasando por todas las actividades.

### **7ª sesión “EL CUENTO DE LA TORTUGA”**

#### *Objetivo general*

- Erradicar las conductas de rechazo, violencia y agresividad entre el alumnado.

#### *Objetivos específicos*

- Tomar conciencia de las emociones
- Controlar las emociones en momentos difíciles.
- Evitar conductas disruptivas.

#### *Desarrollo*

La profesora comenzará leyendo el cuento de la tortuga en el aula, véase *anexo IV*, al finalizarlo los alumnos lo comentarán y se hará una reflexión.

A continuación la profesora irá indicando diversas situaciones frustrantes en las que se puede representar a la tortuga a través del cuerpo, practicando la respiración al mismo tiempo que cruzamos los brazos, evadimos nuestra mente pensando en algo agradable y nos vamos tranquilizando poco a poco.

Se pueden tomar como conductas de ejemplo algunos incidentes que hayan ocurrido durante el resto del día y hacer ver a los alumnos como podrían haber actuado ante esas situaciones utilizando este nuevo truco, ya sea cuando ha habido alguna agresión, se han burlado de algún compañero o le han quitado algo. El profesor describirá la situación, modelará la respuesta de la Tortuga y pedirá a la clase que le imite.

Se reforzará a los niños por su respuesta inmediata.

*Observaciones*

### **8ª sesión “EJERCICIOS DE RELAJACION DE JACOBSON”**

*Objetivo general*

- Erradicar las conductas de rechazo, violencia y agresividad entre el alumnado.

*Objetivos específicos*

- Conseguir relajación y tranquilidad.
- Eliminar tensiones que conduzcan a conductas agresivas.
- Canalizar la frustración ante el fracaso.

*Desarrollo*

Las técnicas de Jacobson, consisten en aprender a tensar y luego relajar los distintos grupos musculares del cuerpo, de forma que los alumnos sepan diferenciar las sensaciones cuando los músculos están en tensión y cuando están relajados. Una vez que se ha aprendido a diferenciar estas sensaciones los alumnos/as estarán capacitados para identificar y tratar las diferentes situaciones cotidianas que les crean ansiedad, tensión o emociones negativas. (Véase anexo V)

*Observaciones*

### **9ª sesión “TE RESPETO”**

*Objetivo general*

- Erradicar las conductas de rechazo, violencia y agresividad entre el alumnado.

*Objetivos específicos*

- Establecer valores de respeto hacia los demás.
- Fomentar la cohesión del grupo

- Manifestar sentimientos de vergüenza y miedo que normalmente son más difíciles de exteriorizar.

### *Desarrollo*

La profesora comenzará la sesión relatando una breve historia a los alumnos/as

*“Cuando Manuel llegó al colegio, eran las ocho de la mañana, como todos los días, al entrar en clase, Juan y sus amigos le cogieron la mochila, la abrieron, sacaron los libros y los tiraron por el suelo. Toda la clase se reía y sólo el grupo de amigos de Manuel, que eran 3, se quedaba perplejo por lo que siempre le ocurría. No se atrevían a ayudarlo, ya que un día lo intentaron y les robaron sus mochilas. Después de esto, el papel de Manuel era siempre recoger los libros y callarse. Pero hubo un día que fue distinto y ya no podía más, no sabía que sus compañeros pudieran llegar a este extremo y como de costumbre le abrieron mi mochila, pero esta vez sus libros acabaron en el wáter, después empezaron a pegarle, hasta el punto de que tuvo que ir al hospital lleno de moratones. En esos momentos, por su mente sólo pasaba una pregunta ¿por qué a él? ¿Qué había hecho a sus compañeros para que le trataran así?”*

A continuación se abrirá un debate haciendo reflexionar a los alumnos/as sobre por qué las personas nos metemos con los demás y les faltamos a respeto, donde los alumnos/as comenzarán a dar sus opiniones y se involucrarán en el tema y la profesora irá anotando en la pizarra las causas que vayan diciendo los alumnos/as y analizándolas.

La profesora saca el tema de los agresores, preguntando si alguno de ellos alguna vez ha actuado de esa forma y una vez delimitados los alumnos que suelen actuar así se les preguntará de manera respetuosa y mostrando una gran sorpresa por qué lo hacen.

A continuación la profesora invitará a los alumnos a indicar las causas por las que alguna vez se han burlado de ellos o se han sentido rechazados e intimidados e irá anotándolas en la pizarra por categorías: Por no saber hacer las cosas bien, por sus características físicas, por su personalidad... Al pasar por todos los alumnos seguramente veamos como todos han sufrido alguna vez burlas y lanzaremos una pregunta: ¿Qué sentimientos habéis experimentado cuando se han burlado de vosotros y os han ridiculizado en público?, ¿cómo habéis actuado cuando los demás se han metido

con vosotros? ¿Y si se estaban burlando de un compañero? Se irán anotando en la pizarra los sentimientos y las posibles soluciones aportadas por ellos.

Para finalizar la sesión se hablará de la importancia del compañerismo y se resaltarán las diferencias y similitudes entre todos ellos para hacerles conscientes de que no tienen por qué destacar en lo mismo, que a unos se les da mejor unas cosas que otras y por ello no hay que burlarse de nadie.

*Observaciones*

### **10ª sesión “ASÍ SOY YO”**

*Objetivo general*

- Mejorar la autoestima y el autoconcepto del alumnado.

*Objetivos específicos*

- Conocer mejor a los compañeros.
- Tener una visión positiva de sí mismos.

*Desarrollo*

En primer lugar todos los alumnos se van a dibujar a sí mismos en un folio de forma que describan tanto física como personalmente la imagen que tienen de sí mismos. Escribirán y dibujarán ciertos aspectos que los definan y lo que les gusta hacer en su vida diaria como jugar a las muñecas, al fútbol, la música...

En un lateral escribirán su nombre en vertical explicando con cada una de las letras una cualidad positiva suya y crearán una rima con su nombre.

Cuando todos hayan terminado su ficha saldrán al centro de la clase a presentarse a través del dibujo.

*Observaciones*

## **11ª sesión “MI CAJA DE LOS SECRETOS”**

### *Objetivo general*

- Mejorar la autoestima y el autoconcepto.

### *Objetivos específicos*

- Respetar los sentimientos propios.
- Elegir lo que nos enriquece personalmente.

### *Desarrollo*

Nuestra alumna va a crear su caja de los secreto con una caja de cartón que ella decorará a su gusto con su nombre o fotos. En su interior introducirá un espejo, algunas fotos de sus seres queridos, mensajes de sus compañeros/as y unas tarjetas que expresen su mundo interior ya sean sus gustos, características personales, deseos, pensamientos positivos... De forma que cada vez que la habrá vea en ella el reflejo de sí misma y de su mundo interior y tenga una visión positiva de sí misma.

### *Observaciones*

Nuestra alumna irá elaborando su caja a lo largo del curso, con los objetos, frases, dibujos, etc. que le transmitan sensaciones positivas.

## **12ª sesión “MI CLASE ES LA MEJOR”**

### *Objetivo general*

- Mejorar la autoestima y el autoconcepto del alumnado.

### *Objetivos específicos*

- Trabajar de forma cooperativa.
- Expresar palabras de afecto y respeto hacia los demás.
- Fomentar actitudes para mejorar la armonía grupal.

### *Desarrollo*

Esta actividad consiste en la elaboración de un mural donde cada alumno tendrá que dibujarse a sí mismo poniendo su nombre encima de su imagen y el resto de compañeros tendrá que ir completando el mural escribiendo o dibujando una cualidad, un mensaje o un deseo positivo a cada uno de ellos, la profesora también participará anotando algún aspecto a destacar de cada alumno y entre todos elegirán un título acorde al tema tratado y cuando esté finalizado será expuesto en la entrada del colegio para que todos vean los valores que ha aprendido este grupo.

*Observaciones*

### **13ª sesión “LOS JUEGOS DEL RECREO”**

*Objetivo general*

- Mejorar las relaciones interpersonales entre el grupo de iguales.

*Objetivos específicos*

- Dinamizar los recreos y lograr una enriquecedora convivencia a través de los juegos.
- Suprimir o evitar las actitudes agresivas, el exceso de competitividad y reducir el riesgo de disputas o peleas.
- Recuperar juegos tradicionales.

*Desarrollo*

La organización de la actividad se hará desde el aula de integración, allí se trabajara cada semana un juego. Se hará una explicación-demostración del juego a todos los alumnos/as que acuden a esta aula, se realizará un cartel informativo, se practicará, se buscarán variantes del juego y se aprenderán las normas.

Un día concreto de la semana se podrán los carteles informativos en la entrada del colegio y a la hora del recreo estará la PT con el alumnado del aula de integración y el material necesario en el lugar destinado del patio para realizar esta actividad.

Se explicará el juego a los niños que se acerquen a participar y jugaremos juntos o en pequeños grupos dependiendo del número de alumnos y del tipo de juego. (*Véase anexo VI*)

*Observaciones*

Esta será una actividad voluntaria y su objetivo principal será hacer partícipes a los alumnos del aula de integración en la vida escolar del centro. Siendo protagonistas del proyecto y responsables de la animación, moderación, información, explicación y demostración de cada juego.

**5.5. Herramientas de evaluación**

La evaluación de la propuesta de intervención es continua, se va a llevar a cabo principalmente a través de la observación sistemática de los progresos y dificultades que presentan la alumna y sus compañeros/as a lo largo del desarrollo de este programa ya que a través de esta técnica podemos ver cómo se desenvuelven los alumnos en su contexto natural y cercano. Iremos comprobando a medida que este programa se va llevando a cabo si los alumnos/as van avanzando y mejorando sus actitudes respecto al comienzo, para ello he elaborado una lista de control donde se muestran los aspectos fundamentales a evaluar al finalizar el programa.

Tabla 4

*Ficha de registro*

<b>Aspectos Generales</b>	<b>Aspectos Específicos</b>
<p>Nivel de participación e interés de los alumnos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nivel de colaboración en la realización de tareas.</li> <li>• Nivel de interés por las explicaciones del tutor y PT.</li> <li>• Nivel de motivación hacia las actividades propuestas.</li> </ul>

<p>Respeto hacia los compañeros</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nivel de cooperación entre los alumnos/as.</li> <li>• Nivel de compromiso en ayudar a los demás.</li> <li>• Resolución de conflictos de forma pacífica.</li> </ul>
<p>Agresividad y rechazo entre iguales</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acciones provocadoras e intimidantes.</li> <li>• Conductas impulsivas negativas.</li> <li>• Burlas ante los errores o defectos de otros.</li> <li>• Molestias a sus compañeros.</li> </ul>
<p>Nivel de aprendizaje adquirido</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nivel de predisposición hacia el aprendizaje.</li> <li>• Consolidación de aprendizajes funcionales.</li> <li>• Grado de aceptación e inclusión entre los compañeros.</li> </ul>
<p>Observaciones (Profesorado)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dificultades que han surgido al llevar a cabo este plan de trabajo.</li> <li>• Cumplimiento de los tiempos establecidos por cada sesión.</li> <li>• Cambios en las actitudes de los alumnos durante y después de haber desarrollado el plan.</li> <li>• Resolución satisfactoria de las actividades.</li> </ul>

## **6. CONCLUSIONES**

En todos los ambientes sociales se dan casos de rechazo y exclusión social lo cual produce cierta frustración y sentimientos negativos en las personas que lo sufren afectando en lo cognitivo, emocional, comportamental y físico, por ello desde la escuela y a través de una educación de calidad debemos atender y dar respuestas a las diferencias y combatir las desigualdades para acabar con las injusticias y exclusiones que se dan en la sociedad, es decir, promover la atención a la diversidad, que según Bisquerra (2011) implica fijarse en las características peculiares de cada alumno, en lo que cada uno puede hacer, en sus capacidades y en sus limitaciones y se complementa con el concepto de escuela inclusiva.

Para combatir estas situaciones de rechazo debemos buscar líneas de intervención que permitan evidenciar que la desigualdad es un problema de toda la comunidad educativa y de toda la sociedad. Por ello debemos ofrecer la posibilidad de un cambio con propuestas viables hacia el éxito y hacer una reflexión conjunta sobre los aspectos que son necesarios para dicho cambio, ya sea en las estructuras de los centros, en la organización flexible, promoviendo unos valores adecuados, en la coordinación conjunta entre el profesorado, fomentando la participación de todos los miembros de la comunidad con la colaboración de los especialistas para atender a la diversidad, fomentar la integración y aumentar sus recursos, para así lograr el objetivo básico de la escuela: una educación integral y de calidad para todos los alumnos/as respetando sus derechos y proporcionando situaciones de igualdad.

Algo fundamental para llevar a cabo un programa para mejorar las relaciones sociales entre el grupo de iguales es el análisis y la identificación de los problemas y sus posibles soluciones. Es muy importante en este análisis tener en cuenta las características de los alumnos/as con los que vamos a trabajar, conocer los cambios cognitivos, emocionales y sociales por los que pasan los alumnos de dicha edad y analizar el contexto en el que vive el alumnado y en el que lo vamos a llevar a cabo, las relaciones que mantienen estos con su entorno, el papel que desempeñan dentro de su familia, los valores y normas que les han inculcado y sus costumbres para poder comprender mejor las situaciones y comportamientos que se dan en el aula.

Por ello cada centro deberá tener un proyecto que dé respuesta a las necesidades y problemas existentes.

También es muy importante que el profesor conozca el tipo de relaciones sociales se desarrollan en el aula y de qué manera, para actuar adecuadamente ante cualquier problema de ámbito social de relación entre iguales y a través de una observación continua detectar el papel o rol que desempeña cada alumno en el aula y con los demás compañeros, quienes son los líderes del grupo, los grupos de amigos que hay dentro del aula, si algún alumno juega solo durante el recreo, si nadie le elige a la hora de hacer equipos, o si está siendo objeto de burlas o agresiones por los demás compañeros. Todo esto nos dará pistas y nos ayudará a entender las relaciones sociales que hay en el aula y podremos actuar adecuadamente estableciendo unos objetivos que queremos lograr para conseguir la plena inserción de todo el alumnado y una educación de calidad.

En el caso del rechazo y la exclusión social, es fundamental detectar las situaciones cuanto antes, ya que así se pueden prevenir posibles dificultades sociales en el futuro puesto que un mal desarrollo del niño en edades tempranas puede ser muy perjudicial para el resto de su vida. Por ello las administraciones educativas y los docentes deben proporcionar los recursos y medios necesarios para detectar estos problemas.

### **Consideraciones finales**

La realización de este trabajo me ha ayudado a acercarme y a entender mejor las dificultades sociales que sufren los alumnos con discapacidad intelectual. Desde el primer momento que lo elegí me ha parecido un tema muy atractivo y cercano a todos los miembros de la sociedad por ello decidí centrarlo en el contexto en el que he realizado mis prácticas de educación especial, tanto con los alumnos del aula de integración, que todos tenían discapacidad intelectual, como con alumnos de etnia gitana, cuya cultura me parece muy interesante.

No obstante me he encontrado con algunas limitaciones, como la imposibilidad de llevar a cabo mi propuesta de intervención puesto que durante mi periodo de prácticas no pude de llevarlo a cabo, pues había una adecuada relación entre el alumnado con el que

yo compartía mis horas en el aula de integración y el alumnado de sus correspondientes aulas ordinarias.

La única actividad que he llevado a cabo durante mi periodo de prácticas ha sido la de los juegos del recreo, ya que los días en los que cuidaba el patio pude observar cómo había siempre algunos alumnos de distintas aulas que jugaban solos o jugaban con sus hermanos y tuvo una gran aceptación ya que además de participar los alumnos que normalmente jugaban solos se acercaban otros grupos.

Para finalizar me gustaría matizar como algo fundamental en el caso de que se pusiera en marcha esta propuesta de intervención, la importancia de la predisposición del profesorado, para así motivar a los alumnos en la participación y concienciar de la necesidad de integración plena de todo el alumnado, para ello el centro deberá sensibilizar a todos los miembros de la comunidad educativa incluidas las familias, proporcionar métodos de trabajo en este ámbito y hacer una reflexión conjunta para conseguir un cambio de actitud más favorable para todos.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA

- Arnaiz, P. (1996). "Las escuelas son para todos". *Siglo Cero*, n.27, pp. 25-34
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2013). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5ª ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Avilés, J. M. (2006). *Bullying: el maltrato entre iguales. Agresores, víctimas y testigos en la escuela*. Salamanca: Amarú Ediciones
- Bisquerra, R y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82.
- Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Cerezo, F. (2001) "Variables de personalidad asociadas en la dinámica bullying en niños y niñas de 10 a 15 años". *Anales de Psicología*. n.17, pp 37- 43.
- Cuevas, G. (2015). ¿Qué son las habilidades sociales? [Mensaje en un blog]. Recuperado de: <http://lamenteesmaravillosa.com/que-son-las-habilidades-sociales/>
- Davis, S y Davis, J. (2008). *Crecer Sin Miedo. Estrategias positivas para controlar el acoso escolar o bullying*. Bogotá: Grupo Editorial Norma.
- Echeita, G y Simón, C. (2007). "La contribución de la educación escolar a la calidad de vida de las personas con discapacidad. Ante el desafío de su inclusión social". En: Lorenzo y Pérez, *Tratado sobre Discapacidad*, (pp. 1103-1134). Madrid: Thomson & Aranzadi.
- Educación y psicopedagogía práctica. (2014). *El autoconcepto, la autoestima y su relación con la educación afectiva que recibimos cuando éramos niños*. Recuperado el 21 de mayo de 2015, de: <https://roaeducacion.wordpress.com/2014/02/21/el-autoconcepto-la-autoestima-y-su-relacion-con-la-educacion-afectiva-que-recvimos-cuando-eramos-ninos/>

- Estévez, E. (2005). *Violencia, victimización y rechazo escolar en la adolescencia*. [Tesis doctoral]. Universidad de Valencia. Recuperado el 15 de abril del 2015, de: <https://www.uv.es/lisis/estevez/tesisestevez.pdf>
- Estévez, E., Martínez, B., Moreno, D., y Musitu, G. (2006). “Relaciones familiares, rechazo entre iguales y violencia escolar”. *Cultura y Educación*, n.18, pp. 335-344
- Fernández, I. (2010). *El maltrato o acoso infantil en las aulas*. [Tesis doctoral]. Universidad de Cataluña. Recuperado el 24 de julio del 2015, de: <http://www.eduinnova.es/monografias2010/nov2010/maltrato.pdf>
- Garalgordobll, I y Duré, A. (2006). “Relaciones del autoconcepto y la auto estima con la sociabilidad, estabilidad emocional y responsabilidad en adolescentes de 14 a 17 años” *Análisis y Modificación de Conducta*, n. 32, p. 39
- García, A. (2009). “El bullying: una relación destructiva”. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*. Universidad de Málaga.
- García-Bacete, F. J., Martín-Antón, L.J., Monjas, M.I y Sanchiz, M.L. (2014). “Rechazo y victimización al alumnado con necesidad de apoyo educativo en primero de primaria”. *Anales de Psicología*. Vol. 30, n.2, pp. 499-511
- García-Bacete, F. J., Monjas, M. I., Ferrá, P., Sanchiz, M. L., Marande, G y Muñoz, V. (2011).
- García-Bacete, F. J., Sureda, I y Monjas, M. I. (2010). “El rechazo entre iguales en la educación primaria: Una panorámica general”. *Anales de Psicología*. Vol. 26, n.1, pp. 123- 136
- Hervas, F., Quesada, M.A., Resola, J.M y Santaella, J. (2010). “Bullying. Terror en las aulas”. *Transversalidad Educativa*, n. 31, pp. 147-149
- Ley orgánica para la mejora de la calidad educativa (LOMCE) (Ley Orgánica 2/2006, 3 de mayo) Boletín Oficial del Estado, nº 295, 2013, 3 mayo.
- Luckasson, R., Borthwick-Duffy, S., Buntix, W.H.E., Coulter, D.L., Craig, E.M., Reeve, A., y Cols. (2002). *Mental Retardation. Definition, classification and*

systems of supports (10th ed.). Washington: American Association on Mental Retardation. [Traducción al castellano de M.A. Verdugo y C. Jenaro (en prensa).Madrid: Alianza Editorial].

Marín, J.A., García, M y Sola, J.M. (2012). “Reflexión y análisis sobre los Programas de Cualificación Profesional Inicial como medida de inclusión social y educativa en Andalucía”. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, n. 12, pp. 83-102.

Monjas, M. I. (2000). *Las habilidades sociales en el currículo*. Madrid: Centro de Investigación y Documentación Educativa.

Monjas, M. I. (2007). *Cómo promover la convivencia. Programa de asertividad y habilidades sociales (PAHS)*. Madrid: CEPE.

Monjas, M. I., Martín-Antón, L. J., García-Bacete, F.J., y Sanchiz, M.L. (2014). “Rechazo y victimización al alumnado con necesidad de apoyo educativo en primero de primaria”. *Anales de Psicología*, vol.30, n.2.

Prieto, M.T., Carrillo, J.C., y Jiménez, J. (2005). “La violencia escolar. Un estudio en el nivel medio superior”. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, vol. 10, n. 27, pp. 1027- 1045

Roa, A. (2014). *El autoconcepto, la autoestima y su relación con la educación afectiva que recibimos cuando éramos niños* [Mensaje en un blog]. Recuperado de <https://roaeducacion.wordpress.com/2014/02/21/el-autoconcepto-la-autoestima-y-su-relacion-con-la-educacion-afectiva-que-recibimos-cuando-eramos-ninos/>

Rodríguez, N. (2004). *Guerra en las aulas*. Madrid: Temas de Hoy

Vélez, J. (2015). *Percepción de la inclusión social de las personas con discapacidad*. [Tesis doctoral]. Universidad de Ecuador. Recuperado el 28 de junio de 2015, de:  
<http://repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/359/1/VELEZ%20LAJONES%20JACQUELINE.pdf>

## 8. ANEXOS

### Anexo I : OBRA DE TEATRO “LA TÍA CORTÉS”

Ocho papeles: Burro, Gallina, Chivo, Papa Cerdo, Mama Cerdo, Niño Cerdo, Niña Cerdo y Tía Cerdo.

(Entran BURRO, GALLINA y CHIVO y en el centro hay un comedero).

BURRO: (Rebuznando) Buenos días, comadre. ¿Cómo amaneciste?

GALLINA: (Cacareando) Buenos días, compadre. Bien ¿y tú?

CHIVO: (Balando) Amigos, ¿qué tal?

BURRO: Bien, todo bien, viejo amigo, ¿y tú?

CHIVO: Bueno, les cuento que...

(Entra PAPA CERDO, MAMA CERDO, NIÑO CERDO y NIÑA CERDO).

PAPA CERDO: Apúrense, ¡se va acabar la comida!

(Toda LA FAMILIA CERDO corre hacia el comedero, se arrodillan y agachan las cabezas para comer con mucha ansia y se cubren las caras con salsa negra).

BURRO: Ni siquiera saludan.

GALLINA: Qué descortesía.

CHIVO: Como si fuera la última cena.

BURRO: ¿Será que todos en la familia Cerdo son así?

MAMA CERDO: ¿Qué tal la comida que preparé, querida?

PAPA CERDO: (Sacando un bote de tomate) Comida mala, con tomate resbala. (Echa tomate a la comida y sigue comiendo).

(Entra TÍA CERDO con una maleta).

TÍA CERDO: (Al BURRO) Buenos días. Mucho gusto.

BURRO: Buenos Días, ¿es usted de la familia Cerdo? Tiene algo parecido.

TÍA CERDO: Sí, soy la Tía.

BURRO: Soy el Sr. Burro, a sus órdenes. Aquí le presento a mis amigos Sra. Gallina y el Sr. Chivo.

GALLINA: Es un placer conocerle.

CHIVO: Aquí para servirle.

TÍA CERDO: Encantada. Me alegra que mi familia tenga vecinos tan gentiles. Disculpe, si es tan amable, ¿me puede indicar dónde les puedo encontrar?

GALLINA: Están por allí, "cenando".

TÍA CERDO: Ay, qué pena molestarles, pero vengo de lejos y hace mucho tiempo que no los veo. (Acercando a Papa Cerdo) Disculpe, Papa Cerdo es Tía.

PAPA CERDO: ¿No ve que estamos comiendo?

MAMA CERDO: Querido, es nuestra Tía, de la costa ¿No te acuerdas?

TÍA CERDO: Qué pena molestarles.

MAMA CERDO: (Limpiando la cara con su falda) No es molestia. Usted sabe lo importante que es la comida para nosotros. Nene, es tu Tía.

NIÑO CERDO: Mamá, no molestes. (Sigue comiendo)

MAMA CERDO: Nena, ven a conocer a tu Tía.

NIÑA CERDO: Estoy ocupada (Sigue comiendo)

MAMA CERDO: Bueno, ¿Y cuándo se va?

TÍA CERDO: Bueno, pensaba quedarme una semana.

MAMA CERDO: ¿A dónde?

TÍA CERDO: Con ustedes, si no es mucha molestia. Yo les mandé una carta hace un mes avisando de mi llegada.

MAMA CERDO: Querido, recibiste una carta de Tía hace un mes?

PAPA CERDO: (Limpiándose la cara) Sí, pero tú sabes que estamos un poco estrechos. Como ha crecido la familia, no hay cómo recibirla, entonces no te lo comenté.

MAMA CERDO: Debe haber un hotel en el pueblo.

TÍA CERDO: Bueno, siendo así...qué pena. Hasta luego. ( Se despide de BURRO, GALLINA Y CHIVO) Hasta luego amigos, mucho gusto en haberles conocido (Sale)

BURRO: Qué señora tan amable.

GALLINA: Ya sabemos que no toda la familia es descortés.

CHIVO: Si, la rudeza no es propia, es cuestión de crianza.

(Pasa LA FAMILIA CERDO por el medio, los niños empujando uno al otro. Salen y entran de nuevo con maletas en la mano).

PAPA CERDO: (Al BURRO) Ya nos vamos de vacaciones. Cuídenos la casa. Adiós. (Salen)

BURRO: (Al Papá Cerdo). Hasta luego. No se preocupe. Está bien encomendada.

GALLINA: Se va la familia Cerdo. ¿Pero quién los recibirá allá?

CHIVO: Quién sabe. Pero bendito sea, una semana aquí sin este alboroto.

(Salen BURRO, GALLINA y CHIVO. Entra la familia Cerdo con maletas. Todos cansados).

MAMA CERDO: Querido, hemos buscado por toda la ciudad. No puedo dar un paso más.

NIÑO CERDO: (Chillando) Mamá, tengo hambre.

NIÑA CERDO: (Llorando) Mami, me duelen las patas.

PAPA CERDO: ¡Cállense! Tiene que haber un hotel más económico aquí.

MAMA CERDO: Querido, aquí en la costa los precios son más altos. Hubiéramos enviado una carta a la Tía, para quedarnos con ella.

PAPA CERDO: ¿Con qué cara vamos a pedir hospedaje de la Tía?

MAMA CERDO: Verdad, no la recibimos muy bien. Pero yo no quiero quedarme en ninguna marranera que sea un cuchitril.

PAPA CERDO: ¿Entonces qué? Ya que estamos aquí tan lejos de la casa, no nos queda otra opción. Vamos donde la Tía.

(Cogen sus maletas y caminan. Entra TÍA CERDO).

TÍA CERDO: Hola, ¿Cómo están? Qué tal el viaje. Pero adelante. Qué gusto verles de nuevo. Sigán. Están en su casa.

PAPA CERDO: La verdad es que estamos un poco apenados.

MAMA CERDO: Sí, por la manera en que le recibimos la vez pasada.

TÍA CERDO: Tranquilos, tranquilos, no hay de qué. Estoy feliz que estén aquí en mi casa.

MAMA CERDO: ¿No es ninguna molestia?

TÍA CERDO: Por supuesto que no. Mi casa es su casa.

PAPA CERDO: Tía, ¿Cómo puede ser siempre tan amable y agradable? Es como si no tuviera problemas en su vida.

TÍA CERDO: Mis queridos, aquél que no los tiene en su vida, los tiene en bajada. (Se ríe a su propio chiste). Permiso, les voy a preparar un cafecito. (Sale).

MAMA CERDO: Creo que la Tía nos ha enseñado algo muy importante.

PAPA CERDO: Sí, la cortesía no cuesta nada.

TÍA CERDO: Bahá'u'lláh dijo: "Una lengua amable es un imán para los corazones de los hombres. Es pan del espíritu; reviste a las palabras de significado; es la fuente de la luz de la sabiduría y de la comprensión."

FIN

## Anexo II: FICHA DE EXPRESIONES FACIALES

### EMOCIONES BÁSICAS



Alegría



Enfado



Sorpresa

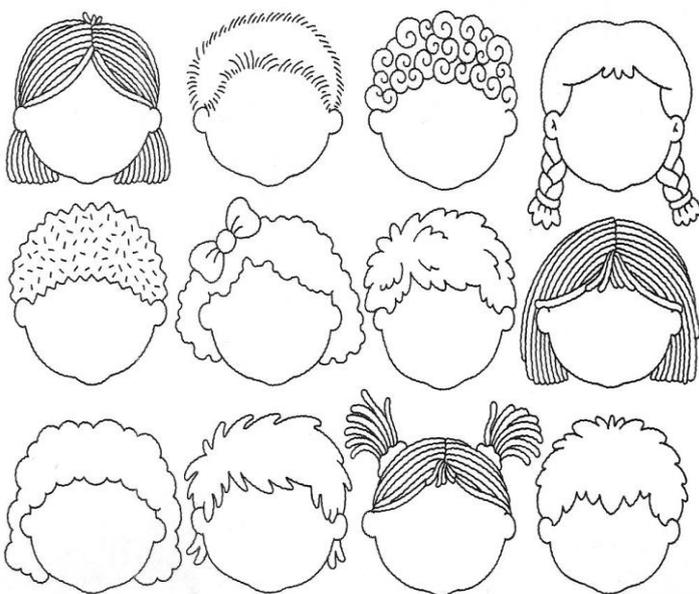


Tristeza



Miedo

## Anexo II: SILUETAS FACIALES



#### **Anexo IV: EL CUENTO DE LA TORTUGA**

Antiguamente había una hermosa y joven tortuga, tenía 9 años y su nombre era Pequeña Tortuga. A ella no le gustaba mucho ir al Cole, prefería estar en casa con su hermano menor y con su madre. No le gustaba aprender cosas en el colegio, ella quería correr, jugar... era demasiado difícil y pesado hacer fichas y copiar de la pizarra, o participar en algunas de las actividades. No le gustaba escuchar al profesor, era más divertido hacer ruidos de motores de coches que algunas de las cosas que el profesor contaba y nunca recordaba que no los tenía que hacer. A ella lo que le gustaba era pelearse con los demás niños, meterse con ellos y gastarles bromas. Así que el colegio para ella era un poco duro.

Cada día en el camino hacia el colegio se decía a si misma que lo haría lo mejor posible para no meterse con ellos. Pero a pesar de esto, era fácil que algo o alguien la descontrolara, y al final siempre acababa enfadada, o peleada con algún compañero o castigada. “Siempre metida en líos” pensaba “como siga así voy a odiar al colegio y a todos.” Y la Tortuga lo pasaba muy pero que muy mal.

Un día de los que peor se sentía, encontró a la más grande y vieja Tortuga que ella hubiera podido imaginar. Era un vieja Tortuga que tenía más de trescientos años y era tan grande como una montaña. La Pequeña Tortuga le hablaba con una vocecita tímida porque estaba algo asustada de la enorme tortuga. Pero la vieja tortuga era tan amable como grande y estaba muy dispuesta a ayudarla: “¡Oye! ¡Aquí!” dijo con su potente voz, “te contaré un secreto”. ¿Tú no te das cuenta que la solución a tus problemas la llevas encima de ti?”.

La Pequeña Tortuga no sabía de lo que estaba hablando. “¡Tu caparazón!” le gritaba “¿para qué tienes tu concha? Tú te puedes esconder en tu concha siempre que tengas sentimientos de rabia, de ira, siempre que tengas ganas de romper, de gritar, de pegar... Cuando estés en tu concha puedes descansar un momento, hasta que ya no te sientas tan enfadada. Así que la próxima vez que te enfades ¡Métete en tu concha!

A la Pequeña Tortuga le gustó la idea, y estaba muy contenta de intentar este nuevo secreto de la escuela. A partir de ese momento lo utilizó siempre que notaba que se iba a

enfadar y sorprendentemente esta técnica le daba resultados muy positivos, pues nunca más se volvió a pelear con sus compañeros.

## **Anexo V: EJERCICIOS DE RELAJACIÓN DE JACOBSON**

Normas básicas:

- En la relajación es esencial la concentración.
- Se eliminará en lo posible toda contracción o sensación de estar agarrotado/a.
- El lugar donde se lleve a cabo ha de ser tranquilo.
- Se evitarán los ambientes muy calurosos o muy fríos.
- La luz debe ser tenue.
- La ropa ha de ser adecuada a las condiciones ambientales El ambiente de la habitación ha de ser adecuado, con poca luz y, si es posible, se pueden aprovechar los efectos relajantes que tienen ciertos olores como, por ejemplo el aroma de lavanda lo cual se puede conseguir con un ambientador adecuado.

Postura de relajación:

Cuando nos encontremos cómodos/as, vamos a tensar un grupo de músculos, tratando de identificar donde sentimos mayor tensión y siguiendo la siguiente secuencia:

Vamos a empezar por “la frente”. Arrugamos la frente todo lo que pueda. Notamos durante unos cinco segundos la tensión que se produce en la misma. Comenzamos a relajarla despacio, notando cómo los músculos se van relajando y empezamos a sentir la agradable sensación de falta de tensión en esos músculos. Los relajamos por completo y nos recreamos en la sensación de relajación total durante unos diez segundos como mínimo.

Seguidamente, cerramos “los ojos” apretándolos fuertemente, debemos sentir la tensión en cada párpado, en los bordes interior y exterior de cada ojo. Poco a poco relajamos nuestros ojos tanto como podamos hasta dejarlos entreabiertos y notamos la diferencia entre las sensaciones.

Seguimos con “la nariz y labios” arrugamos la nariz, la relajamos. Arrugamos los labios, los relajamos y procuramos que la tensión se mantenga durante unos cinco segundos y la relajación no menos de diez.

Con “el cuello” hacemos lo mismo, apretamos el cuello tanto como podamos y lo mantenemos tenso. Vamos relajando los músculos lentamente, concentrándonos en la diferencia entre tensión y relajación y deleitándonos en esta última.

Seguidamente, levantamos “el brazo”, cerramos el puño todo lo que podamos y ponemos todo el conjunto del brazo lo más rígido posible. Gradualmente vamos bajando el brazo destensándolo, abrimos lentamente la mano y dejamos todo el brazo descansando sobre el muslo. Lo repetimos ahora con el otro brazo.

Hacemos exactamente lo mismo con “las piernas”.

Después inclinamos “la espalda” hacia delante notando la tensión que se produce en la mitad de la espalda. Llevamos los codos hacia atrás y tensamos todos los músculos que podamos. Volvemos a llevar la espalda a su posición original y relajamos los brazos sobre los muslos. Volvemos a recrearnos en la sensación de relajación durante un tiempo.

Tensamos fuertemente los músculos del “estómago” (los abdominales) y repetimos las sensaciones de tensión y relajación al estirar los músculos.

Procedemos de igual forma con “los glúteos y los muslos”.

## **Anexo VI: LOS JUEGOS DEL RECREO**

BALÓN-TIRO	JUEGOS DE MANOS O PALMAS	JUEGOS DE PAÑUELOS
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Puntos</li><li>▪ Cementerio</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ En la calle 44</li><li>▪ Chocla</li><li>▪ Mil campanas</li><li>▪ Coca-cola</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ El pañuelo</li><li>▪ La cola del zorro</li></ul>

<p><b>JUEGOS DE DESPLAZAMIENTOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Las cuatro esquinas</li> <li>▪ A pillar</li> <li>▪ Cadeneta</li> </ul>	<p><b>JUEGOS DE PERCEPCIÓN ESPACIAL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Casa, inquilino</li> <li>▪ Stop</li> <li>▪ Alturitas</li> </ul>	<p><b>JUEGOS DE PESCAR Y LIBRAR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Policías y ladrones</li> </ul>
<p><b>LA GOMA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La goma elástica</li> <li>▪ Alturitas</li> <li>▪ Triángulo</li> </ul>	<p><b>JUEGOS DE HABILIDAD</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ El diábolo</li> <li>▪ Yoyo</li> <li>▪ Peonza</li> </ul>	<p><b>CANICAS</b></p>
<p><b>LAS CHAPAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Recorrido</li> <li>▪ Futbol</li> <li>▪ Vuelta ciclista</li> </ul>	<p><b>RAYUELA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La semana</li> <li>▪ El avión</li> <li>▪ Juego del caracol</li> </ul>	<p><b>JUEGOS CON PELOTAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bola de fuego</li> <li>▪ Bomba</li> </ul>
<p><b>LA COMBA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Al pasar la barca</li> <li>▪ Reina de los mares</li> <li>▪ Cocherito leré</li> <li>▪ Te invito a un café</li> </ul>	<p><b>JUEGOS DE ECHAR A SUERTES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cara o cruz</li> <li>▪ Piedra, papel o tijera</li> <li>▪ Pares, nones</li> <li>▪ Las pajitas</li> <li>▪ Oro-plata</li> </ul>	<p><b>JUEGOS DE SOMBRAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conejo</li> <li>▪ Serpiente</li> <li>▪ Perro</li> <li>▪ Paloma</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La mosca puñetera</li><li>▪ Pinto-pinto</li><li>▪ El café</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Escondite</li><li>▪ Zapatilla por detrás</li><li>▪ Telegrama</li><li>▪ El polvorón</li><li>▪ Gallinita ciega</li></ul>
--	---	--