



---

# Universidad de Valladolid

Facultad de Educación y Trabajo Social

Grado en Educación Primaria. Mención Educación Especial

## **TRABAJO FIN DE GRADO: PROGRAMA DE INTERVENCIÓN SOBRE EDUCACIÓN EMOCIONAL CON ALUMNOS CON TDAH.**

Dirigido por: Prof. Mariano Rubia Avi

Realizado por: Jennifer Martín Revenga

Curso académico: 2016-2017

# **RESUMEN**

El presente Trabajo Fin de Grado trata sobre el Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad (TDAH). Es actualmente, uno de los trastornos más frecuentes en nuestra sociedad, y más concretamente en la población infanto-juvenil.

La primera parte de nuestro trabajo, se basa en tener un conocimiento más profundo sobre el trastorno para poderlo afrontar.

En la segunda parte, introduciremos la Educación Emocional, de la cual cada vez se habla más en los últimos años, como factor importante a la hora de trabajar en el ámbito escolar, y especialmente con niños/as que presentan TDAH.

Finalmente, una vez hecha la fundamentación teórica, pretendemos llevar a cabo una propuesta de intervención sobre Educación Emocional en un centro específico en la etapa de Transición a la Vida Adulta, atendiendo a alumnos entre los 16 y los 21 años que presentan un TDAH, y además una discapacidad intelectual moderada asociada.

Palabras claves: TDAH, inteligencia emocional, competencias emocionales, detección, técnicas, habilidades sociales, propuesta de intervención.

# **ABSTRACT**

This End of Degree Work deals with Attention-Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). This one is currently, one of the most popular in our society, and more specifically between child-youth population.

The first section of our work is based on a deeper knowledge about this disorder to deal with such disorder.

In the second section, we will introduce Emotional Education, which is being quite important and well-known lately, as an imperative factor when working in the school environment, in particular with ADHD children.

Finally, once the theoretical foundation, we intend to carry out an intervention proposal about Emotional Education, in a specific center in the stage of Transition to Adult Life, attending to students between sixteen and twenty-one years old, who have ADHD, besides a moderate intellectual disability associated.

Keywords: ADHD, emotional intelligence, emotional competences, detection, techniques, social skills, intervention proposal.

# ÍNDICE

1. Justificación .....	Pág.4
2. Objetivos .....	Pág.5
3. Competencias generales y específicas .....	Pág.5
4. Marco teórico .....	Pág.7
4.1 TDAH .....	Pág.7
4.1.1 ¿Qué es el TDAH? .....	Pág.7
4.1.2 Causas .....	Pág.9
4.1.3 Características según la edad .....	Pág.10
4.1.4 Prevalencia y comorbilidad .....	Pág.10
4.1.5 Dificultades que presenta el alumno con TDAH .....	Pág.12
4.1.6 Diagnóstico .....	Pág.15
4.1.7 Tratamiento .....	Pág.17
4.2 Inteligencia emocional .....	Pág.19
4.2.1 Concepto y su importancia en el TDAH .....	Pág.19
4.2.2 La Inteligencia Emocional en el ámbito educativo .....	Pág.20
4.2.3 Principales intervenciones en el TDAH .....	Pág.21
5. Propuesta de intervención .....	Pág.22
5.1 Introducción .....	Pág.22
5.2 Contexto .....	Pág.22
5.3 Destinatarios .....	Pág.23
5.4 Objetivos .....	Pág.24
5.5 Contenidos .....	Pág.24
5.6 Metodología .....	Pág.25
5.7 Temporalización .....	Pág.25
5.8 Estrategias metodológicas .....	Pág.27
5.9 Sesiones .....	Pág.28
5.10 Evaluación .....	Pág.44
6. Conclusiones .....	Pág.45
7. Referencias Bibliográficas .....	Pág.47
7.1 Bibliografía.....	Pág.47
7.2 Webgrafía .....	Pág.49
8. Anexos .....	Pág.51

# 1. JUSTIFICACIÓN

Como alumna de cuarto de fin de carrera del grado de Educación Primaria con mención en Educación Especial, el tema elegido es el Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad, haciendo un programa de Intervención sobre Educación Emocional. Asimismo, existen tres razones, por lo que nos ha llevado a elegir este tema.

La primera, es el gran alcance, tanto numérico, siendo según la Organización Mundial de la Salud (OMS) de un 5%, uno de los trastornos infantiles más comunes en nuestra sociedad, como por las consecuencias que ocasionan en el niño dentro de su contexto escolar, familiar y social. Es por tanto, muy importante atender esta problemática, ya que actualmente existe un desconocimiento a la hora de detectar y abordar dicho trastorno, tanto en el ámbito escolar, como familiar.

La segunda razón, en la elección del tema, es porque creemos que profundizar en dicho trastorno va a ser bastante importante para nuestro desarrollo personal y profesional, de manera que podamos ofrecer la información, apoyo y ayuda necesarios, tanto al niño como a las familias, con la finalidad de mejorar la calidad de vida del niño y de su entorno.

La tercera razón, y no menos importante a la hora de elegir la temática se debe al gusto y motivación sobre el TDAH y la Educación Emocional en estos cuatro años de carrera, formándome y haciendo varios cursos sobre ello.

Finalmente, otro de los aspectos importante a tener en cuenta, es el contacto y la colaboración persistente de todos los agentes implicados, siendo fundamental para el desarrollo del niño en todos sus ámbitos. En definitiva, teniendo unos buenos conocimientos y también una buena disposición acerca del TDAH, lograremos un mayor entendimiento del problema y una mayor integración en el ámbito escolar, familiar y social del niño.

## 2. OBJETIVOS

A continuación vamos a pasar a enumerar una serie de objetivos. Por una parte, enunciaremos los generales y por otra los específicos:

### **Objetivo General:**

- Diseñar un programa de intervención sobre Educación Emocional en un centro específico en la etapa de Transición a la Vida Adulta (entre los 16 y los 21 años), que presentan TDAH, y además, una discapacidad intelectual moderada asociada.

### **Objetivos Específicos:**

- Elaborar un marco teórico, ofreciendo una información completa para que los docentes poseen un conocimiento amplio acerca del trastorno.
- Conocer y analizar las causas, las características según la edad, la prevalencia y comorbilidad, las dificultades a nivel académico, el diagnóstico Y el tratamiento a cerca del TDAH.
- Reflexionar sobre la importancia de la Educación emocional en niños con TDAH.
- Investigar y analizar bibliográficamente la relación entre el TDAH y la Educación Emocional.
- Conseguir una mejor detección del TDAH en las aulas.
- Facilitar la integración en el aula y mejorar los resultados educativos de los niños con TDAH.

## 3. COMPETENCIAS GENERALES Y ESPECÍFICAS

Para la elaboración de este trabajo fin de grado, vamos a desarrollar las siguientes competencias generales, que hacen referencia al Grado de Educación Primaria y las competencias específicas, propias de la mención de Educación Especial:

**Las competencias generales** que nos atañen son las siguientes:

- Diseñar, planificar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje, tanto individualmente como en colaboración con otros docentes y profesionales del centro.
- Diseñar, planificar, adaptar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje para el alumnado con necesidades educativas específicas, en colaboración con otros docentes y profesionales del centro.
- Diseñar y regular espacios de aprendizaje en contextos de diversidad y que atiendan a la igualdad de género, a la equidad y al respeto a los derechos humanos que conformen los valores de la formación ciudadana.

- Fomentar la convivencia en el aula y fuera de ella, resolver problemas de disciplina y contribuir a la resolución pacífica de conflictos. Estimular y valorar el esfuerzo, la constancia y la disciplina personal en los estudiantes.
- Reflexionar sobre las prácticas de aula para innovar y mejorar la labor docente. Adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y cooperativo y promoverlo entre los estudiantes.

**Las competencias específicas** que engloban la temática a tratar son las siguientes:

- Conocer, participar y reflexionar sobre la vida práctica del aula, aprendiendo a colaborar con los distintos sectores de la comunidad educativa, relacionando teoría y práctica. Esta competencia se concretará en el desarrollo de habilidades que formen a la persona titulada para:
  - Adquirir conocimiento práctico del aula y de la gestión de la misma.
  - Ser capaces de aplicar los procesos de interacción y comunicación en el aula, así como dominar las destrezas y habilidades sociales necesarias para fomentar un clima que facilite el aprendizaje y la convivencia.
  - Controlar y hacer el seguimiento del proceso educativo y, en particular, de enseñanza y aprendizaje mediante el dominio de técnicas y estrategias necesarias.
  - Ser capaces de relacionar teoría y práctica con la realidad del aula y del centro.
  - Participar en la actividad docente y aprender a saber hacer, actuando y reflexionando desde la práctica, con la perspectiva de innovar y mejorar la labor docente.
  - Ser capaces de regular los procesos de interacción y comunicación en grupos de estudiantes de 16 a 21 años en la etapa de Transición a la Vida Adulta (TVA).
  - Adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y cooperativo y promoverlo en los estudiantes.

# 4. MARCO TEÓRICO

## 4.1 TDAH

### 4.1.1 ¿Qué es el TDAH?

El Trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad (TDAH) presenta diferentes definiciones a lo largo de la historia, utilizando distintas maneras de expresar en qué consiste el trastorno. A continuación, presentaremos más de una definición para tener una información mucho más completa de dicho concepto.

Barkley (1999:33) expuso la siguiente definición:

*El Trastorno por déficit de Atención con o sin Hiperactividad (TDAH), es un trastorno del desarrollo del autocontrol. Engloba problemas para mantener la atención y para controlar los impulsos y el nivel de actividad. Pero, tal como descubrirá aquí, es mucho más. Estos problemas se reflejan en el deterioro de la voluntad del niño o de su capacidad para controlar su conducta a lo largo del tiempo, y para mantener en su mente las metas y consecuencias futuras. No es únicamente ser desatento e hiperactivo, como otros libros le podrían decir. No es un estado temporal que se curará con el tiempo, pero sí es normal durante una fase de la infancia.*

Otra de las definiciones, de acuerdo con la Guía para Padres y Profesionales de la Educación y la Medicina sobre el TDAH Fundaicyl (2009:14):

*El TDAH es un síndrome conductual con bases neurobiológicas y un fuerte componente genético. Se trata de un trastorno neurológico del comportamiento caracterizado por distracción de moderada a severa, periodos de atención breve, inquietud motora, inestabilidad emocional y conductas compulsivas.*

Y por último, según Aguilar (2014:127): “*El TDAH es un trastorno de origen neurobiológico que afecta principalmente a las áreas de la atención, la motricidad y la impulsividad, provocando generalmente una disminución de la atención, un exceso en la motricidad y en la impulsividad*”.

Después de haber expuesto estas tres definiciones podemos comprobar, que el TDAH tiene distintos rasgos, tanto los que se observan a simple vista, como los secundarios que se dan a partir del diagnóstico. A pesar de las modificaciones realizadas en la denominación a lo largo de la historia y en los síntomas principales del trastorno, tanto los profesionales, como toda la literatura publicada a cerca del TDAH, siguen describiendo tres síntomas principales (Aguilar, 2014):

- Déficit de Atención: aparece un problema para centrar su atención ante estímulos relevantes durante un periodo de tiempo suficiente.
- Hiperactividad: se produce un exceso de actividad, relacionado con la edad y las exigencias del entorno.
- Impulsividad. Se da una dificultad para el control de impulsos.

Por lo tanto, se identificará como un trastorno cuando estos tres síntomas se lleven a cabo con una gran frecuencia e intensidad en comparación con sus iguales e interfiera de manera negativa en su vida cotidiana (casa, escuela, entorno..etc.).

Habitualmente, los dos elementos del TDAH, la falta de atención e hiperactividad se dan juntas, pero esto no es siempre así, ya que pueden darse por separado. Por consiguiente, en este trastorno existen tres subtipos (Aguilar, 2014):

- Subtipo Inatento: se presenta incapacidad a la hora de mantener la atención, dándose los síntomas de inatención, pero no de hiperactividad.
- Subtipo hiperactivo: se dan los síntomas de hiperactividad, pero no están presentes los de inatención.
- Subtipo combinado: se presentan ambos trastornos a la vez, teniendo los síntomas de inatención, impulsividad e hiperactividad al mismo tiempo.

De acuerdo con Moreno (1999), lo que sí parece ser es un convenio generalizado a la hora de explicar las diferencias entre el comportamiento característico del “trastorno por déficit de atención” (TDA) y el del “trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH). A continuación, mostramos una serie de características conductuales del TDA y TDAH, ambos recogidos de Romero Medina & López Soler (2014), sacados de Rief (1999).

TDA	TDAH
Distracción con cualquier cosa	Hiperactividad: ➤ En constante movimiento, agitando manos o pies. ➤ Juegan con objetos o se los ponen en la boca. ➤ Deambulan por el aula, les cuesta mucho permanecer en su sitio.
Dificultad para escuchar y seguir instrucciones, sobre todo cuando se hace de manera rápida y poco clara.	
Problemas para concentrarse y realizar la tarea.	
El desempeño en el trabajo escolar es errático: un día es capaz de realizar la tarea y al día siguiente no.	Impulsividad: ➤ Tienen estallidos verbales, a menudo inadecuados. Hablan en exceso. ➤ Interrumpen a otros o se entrometen en lo que hacen. No guardan su turno. ➤ Se crean problemas porque no pueden pensar un instante antes de actuar. ➤ Se lanzan a actividades físicamente peligrosas, sin considerar las consecuencias, por lo cual se lastima con frecuencia.
Desconexión; puede parecer que está “en la luna”.	
Desorganización; pierde o no puede encontrar sus pertenencias (papeles, lápices, libros, etc.).	
Pobres aptitudes para el estudio.	Presentan una conducta agresiva, se sobreexcitan con facilidad.
Dificultad para trabajar con independencia.	Dificultad con las transiciones y el cambio de actividades. Es socialmente inmaduro y tiene una baja autoestima y una alta frustración.

Adaptación propia (2017) de Medina & Soler

En definitiva, los niños que tienen TDA, son más vulnerables y presentan más dificultades en su desarrollo social y cognitivo. En cambio, los problemas en el desarrollo del lenguaje son una de las dificultades que aparecen asociados al TDAH con mayor frecuencia (Ygual-Fernández, Miranda-Casas, & Cervera-Mérida, 2000).

#### **4.1.2 Causas.**

En la actualidad, desconocemos las causas del TDAH. Las investigaciones apuntan a que no hay una causa única y aunque son muchas las teorías que explican el origen del trastorno, consideran la causa biológica (orgánica), como principal responsable. Esta causa se considera un desequilibrio químico en las áreas cerebrales involucradas en la atención, el movimiento y la memoria de trabajo (Mena et al. 2006). Sin embargo varios autores coinciden como principal predisponente para desarrollar el TDAH la causa genética (Barkley, 2002; Mena et al. 2007; Soutullo Esperón & Díez Suárez, 2007).

De acuerdo con la fundación CADAH (2012), podemos diferenciar los siguientes factores como posibles facilitadores, desencadenantes, y/o agravantes:

- Factores genéticos. El TDAH tiene un claro factor genético. Se han demostrado índices de origen hereditario en un 70%-80% de los casos. Se nace con TDAH (congénito) y a no ser que se produzca una lesión cerebral, no se da a lo largo de la vida. También, es muy frecuente que las personas con TDAH tengan también un familiar directo afectado por el trastorno (padre, madre, abuelos, e incluso tíos).
- Factores neuroquímicos. El origen de las disfunciones cognitivas, comportamentales y emocionales en relación con el TDAH, según las diferentes teorías neuroquímica, hacen referencia a un fallo en el funcionamiento cerebral debido a un desequilibrio de dos neurotransmisores (dopamina y noradrenalina), alterando así el funcionamiento de las funciones ejecutivas (organizar, atender, planificar, inhibir estímulos irrelevantes y regular la conducta) (Soutullo Emperón & Díez Suárez, 2007).
- Factores psicosociales. Algunos estudios determinan la aparición del TDAH teniendo en cuenta los factores prenatales, durante el periodo gestacional y los factores perinatales, durante el nacimiento, así como el bajo peso al nacer, el tabaquismo, el alcohol, la adversidad psicosocial, el estrés, la ansiedad materna...etc (Soutullo Emperón y Díez Suárez, 2007). No hay una certeza científica de que el TDAH este causado por el estilo de crianza, la educación dada, las alergias alimentarias, problemas familiares, malos profesores o escuelas ineficaces, pero si va a contribuir a deteriorar los síntomas y la evolución del TDAH en el niño. Por lo tanto, hablamos de factores de riesgo psicosocial que influirían en el control emocional y cognitivo del paciente y a través de una intervención psicológica, familiar y educativa adecuada producirá una mejora de los síntomas y el pronóstico (Mena et al. 2007).

### 4.1.3 Características según la edad.

Se manifiestan una serie de síntomas de manera diferente en las distintas etapas del desarrollo (Mena et al. 2006).

Edad preescolar:	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Se mostrarán muy movidos e imprudentes, sin seguir órdenes y sin obedecer.</li><li>➤ No se entretendrán mucho rato con la actividad, cambiando de juego constantemente.</li><li>➤ Se mostrarán absorbente y necesitarán mucha supervisión.</li></ul>
Edad escolar:	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Tienen la dificultad para adquirir buenos hábitos, ya sean de higiene o bien académicos.</li><li>➤ Presentan las tareas escolares sucias y descuidadas.</li><li>➤ Se levantan constantemente de la silla y se balancean.</li><li>➤ Contestan antes de que acabes de formularles la pregunta.</li><li>➤ Tienen problemas de obediencia, portándose mal, no haciendo los deberes. Además, se distraen con cualquier cosa, interrumpiendo así la tarea que estén realizando.</li><li>➤ Hacen comentarios inapropiados que generan conflictos.</li><li>➤ A menudo pierden y olvidan objetos.</li><li>➤ Tienen problemas de relación con los compañeros, mostrando fácilmente rabia, pegando o insultando.</li></ul>
Adolescencia:	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ No se percibe tanto la hiperactividad motora, se aprecia más la hiperactividad interna.</li><li>➤ Se mantienen las dificultades atencionales y la impulsividad.</li><li>➤ Tienen dificultades de organización y planificación. También, con el control del tiempo y a la hora de establecer prioridades.</li><li>➤ Hablan y/o actúan sin pensar, aunque se arrepienten de inmediato.</li><li>➤ Presentan problemas en relación con el consumo de drogas, accidentes, conductas de riesgo o delictivas. Asimismo, se intensifican los problemas de autoestima.</li></ul>

Adaptación propia (2017) de Mena et al.

### 4.1.4 Prevalencia y comorbilidad.

De acuerdo con Pascual – Castroviejo (2008), hoy en día no existe un porcentaje exacto de niños con TDAH, pero si se ha producido un aumento de personas que presentan dicho trastorno y una disminución en la edad a la que pueden ser diagnosticados. Años atrás se apreciaba la prevalencia en un 5%, pero las últimas investigaciones epidemiológicas estiman cifras en torno al 10%-20%.

El TDAH ha sido predominado en varones respecto a mujeres, pero esta teoría explicativa a medida que pasa el tiempo va perdiendo fuerza y actualmente se aprecia que su prevalencia es parecida en ambos sexos, pareciendo ser que en los varones predomina más la hiperactividad y en las mujeres más el déficit de atención.

De la misma forma tradicionalmente se consideraba que el TDAH era propio de la infancia y adolescencia, pero actualmente persiste en la edad adulta, siendo las manifestaciones mucho más graves para la familia y la sociedad.

La comorbilidad es uno de los aspectos que debemos de tener en cuenta para conocer de manera anticipada el TDAH. Este término hace referencia a la muestra de otras enfermedades distintas a la diagnosticada. De este modo, hasta un 60% de los niños con TDAH muestran una patología psiquiátrica asociada (Sotullo Emperón & Díez Suárez, 2007). En este sentido, teniendo en cuenta la American Psychiatric Association (2014) y Sotullo Emperón & Díez Suárez (2007), los trastornos asociados al TDAH son los siguientes:

- Trastornos disruptivos:
  - Trastornos de la conducta disruptiva, es decir, el Trastorno negativista desafiante, el trastorno disocial, el trastorno explosivo intermitente, teniendo una prevalencia en la infancia-adolescencia de 4% aproximadamente, y que en el caso de los niños que presentan TDAH de entre un 40-60%.
  - Abuso de sustancias tóxicas. Según unos estudios, el 53% de personas diagnosticadas de TDAH son consumidoras, frente a un 27 % de la población sin el trastorno (Biederman et al. 1995).
- Trastornos del estado de ánimo: Sobre todo ansiedad y depresión. Aparece en un 2,5% de los niños hasta los 8-9 años y de un 8% en adolescentes. Los niños que presentan TDAH entorno a un 20-25% sufren este trastorno.
- Trastornos del neurodesarrollo:
  - El Síndrome de Tourette. Se caracteriza por la presencia de tics o movimientos vocales, bruscos, repetitivos de carácter involuntario. Suelen aparecer en un 4-16% de los niños en algún momento y crónicos en un 0,1%. De este modo, en niños con TDAH, la presencia de este trastorno es de un 25-50%. Alrededor del 70% de las personas que presentan el trastorno de Tourette padecen TDAH.
  - Síndrome de Asperger. Presenta un conjunto de características psicológicas y comportamentales dentro de los trastornos del espectro autista (TEA).
  - El Autismo. Se caracteriza por una alteración de la interacción social, la comunicación, comportamiento social restringido y presencia de actos repetitivos y compulsivos.

Otros trastornos asociados y no menos importantes son los trastornos del lenguaje como; la Dislexia (dificultad en lectoescritura), la Discalculia (dificultad en matemáticas), la Disgrafía (dificultad en escritura). Asimismo, los trastorno del lenguaje oral como; la disfemia (afecta a la fluidez oral y al ritmo), la taquifemia (aceleración del habla), las dislalias (alteraciones en la articulación de algún o algunos fonemas).

#### 4.1.5 Dificultades que presenta el niño con TDAH.

El TDAH es un problema que habitualmente lleva asociados otros problemas que afectan en las áreas cognitiva, conductual, emocional y social (Aguilar, 2014:135-140), y que veremos a continuación:

1. El área cognitiva:
  - a. Problemas de percepción de tiempo. Suele costarles más controlar el tiempo que se tiran haciendo una tarea. Esto provoca tener problemas en el área organizativa, demostrándose que son incapaces a la hora de organizarse y planificarse de manera individual.  
Una de las soluciones sería que los niños se movieran en un ambiente estable y predecible con una rutina de tareas diarias, acompañado de refuerzos.
  - b. Problemas de memoria.
    - i. Problemas en la “memoria de trabajo”. Tienen limitada su capacidad por la cantidad y tipo de información que recuperan en el momento o por la cantidad de información que retienen de manera simultáneamente.
    - ii. Problemas a la hora de relacionar conceptos nuevos, con los viejos. Una de las soluciones sería recuperar los conocimientos obtenidos sobre un tema y relacionarlos con los que van a aprender.
    - iii. Problemas en la memoria a corto plazo. Recuerdan menos ítems y en un periodo de tiempo menor que los niños de su edad que no presentan TDAH. Los niños presentarán dificultades a la hora de recordar las instrucciones y además seguirlas, por lo que deberemos dividir las en fases fáciles y concretas.
2. El área conductual:
  - a. Problemas para mantener la atención en una tarea. También, tienen problemas a la hora de priorizar las tareas más importantes en determinados momentos y dedicarles tiempo.
  - b. Los niños con TDAH presentan impulsividad, llevándoles a buscar una solución rápida sin importarles el resultado.
  - c. Problemas para cumplir sus compromisos a largo plazo. Esto se debe a su impulsividad, su inatención y falta de memoria, provocando problemas en el área escolar (hacer las tareas escolares), familiar (ayudar en las tareas del hogar) y sociales (relacionarse con amigos y compañeros de clase).
  - d. Realización simultánea de actividades. Suelen empezar una tarea sin terminar las que habían empezado anteriormente.
  - e. Problemas para esperar. Presentan mucha impaciencia y les cuesta seguir las normas sociales establecidas o lo políticamente correcto.
  - f. Otra de las peculiaridades es que las personas con TDAH intentan buscar estímulos nuevos, sintiéndose atraídos por lo novedoso. Por lo tanto, tiene una mayor predisposición a las adicciones (consumo y abuso de sustancias).
  - g. Muchas veces, suelen ser descritos como niños insensibles y agresivos.
  - h. Otra peculiaridad es que pueden llegar a ser personas muy creativas y con una gran iniciativa cuando están motivados en la tarea.

3. Área socioemocional. Los problemas que se dan en esta área están relacionados sobre todo con el control de la frustración y el control de emociones. Suelen ser niños inquietos y con cambios en el estado de ánimo frecuentes. También presentan problemas en su autoestima, pensando que el entorno le rechaza y problemas del autoconcepto, sintiendo una incapacidad a la hora de hacer correctamente las tareas. Igualmente, se preocupan demasiado por cosas aparentemente sin importancia, y muestran habitualmente una sensación de inseguridad, lo que da lugar a una mayor predisposición a las depresiones.

Consideramos importante centrarnos en Ripoll Salceda & Yoldi Hualde (2009:69-84), porque se ajusta mucho a los problemas de aprendizaje en niños con TDAH. A continuación, se proponen una serie de estrategias para abordar los diez problemas de aprendizaje más habituales:

1. Comete errores al leer:
  - Nivel 1: “Solicitar al alumno que reduzca su velocidad de lectura”.
  - Nivel 2: “Avisar al alumno con tiempo cuando tenga que leer un texto en voz alta en clase, para que lo pueda preparar”.
  - Nivel 3: “Pedir al alumno que se elabore sus tiras de vocabulario”. En caso de que el alumno se salte líneas al leer de manera frecuente, una de las estrategias sería: “Seguir la lectura con el dedo”.
2. Lee precipitadamente:
  - Nivel 1: “Uso de una técnica de ventana: el profesor controla la velocidad a la que aparece el texto, tapando con una cartulina en la que se ha realizado una ranura en la que el alumno sólo ve una parte de la línea y que va desplazando a lo largo del texto”.
  - Nivel 2: “Lectura con metrónomo: el alumno lee con un metrónomo y tiene que leer una sílaba por cada golpe del metrónomo” o “Tiempo mínimo: anotar al lado del texto el tiempo mínimo que el alumno tiene que dedicar a su lectura” o “Eliminar letras o palabras de los textos”.
  - Nivel 3: “Destacar los signos de puntuación”.
  - Nivel 4: “Uso de recordatorios: poner mensajes al alumno en textos en lo que resulte importante que lea con detenimiento”.
3. Comete abundantes errores de ortografía:
  - Nivel 1: “Pedirle que escriba con un boli de tinta “borrable” o que utilice líquido corrector” o “Darle tiempo para repasar sus redacciones y dictados según alguna norma ortográfica que pueda tener delante para consultar”.
  - Nivel 2: “Pegar en la mesa de trabajo un papel con las palabras en las que más frecuentemente comete errores”.
4. Su letra es irregular y la presentación es mala:
  - Nivel 1: “Probar distintas pautas de escritura (cuadros, línea, doble línea) de distinto tamaño para averiguar cuál es la que permite al alumno el mejor rendimiento al escribir” o “Controlar los aspectos que puedan influir en la escritura; longitud del lápiz, lápiz con pinta, postura del alumno al escribir, forma de coger el lápiz, altura de la silla y la mesa”.

- Nivel 2: “Marcar con rotulador grueso los márgenes de la hoja” o “Práctica supervisada de la caligrafía” o “Cuando se utiliza cuadrícula, puede ser necesario enseñar al alumno a marcar las líneas no utilizadas”.
  - Nivel 3: “Identificar las grafías más distorsionadas y enseñarle a realizarlas en otro tipo de letra”.
5. Su expresión escrita es pobre e incorrecta:
- Nivel 1: “Aceptar formas no escritas de los trabajos: exposiciones orales, presentaciones multimedia, grabaciones”.
  - Nivel 2: “Revisar el texto con el alumno y sugerirle una o dos mejoras”.
  - Nivel 3: “Enseñarle a hacer un sencillo plan de lo que va a escribir” o “Al encargarle una redacción, es una ayuda darle un modelo de texto para imitar”.
6. Comete errores de cálculo o de ejecución por distracción:
- Nivel 1: “Permitir el uso de la calculadora” o “Permitir que pueda consultar las tablas de multiplicar hasta que las domine”-
  - Nivel 2: “Señalar o que señale con color el signo de la operación” o “Colocar un cuadrado en el lugar donde va a tener que poner una llevada” o “Hacer que utilice papel cuadriculado o algún tipo de pauta que le ayude a colocar los números de las operaciones correctas” o “Práctica del cálculo con juegos de ordenador”.
  - Nivel 3: “En multiplicaciones y divisiones largas decirle cuál va a ser el resultado o el resto, o dejarle comprobar el resultado con una calculadora”.
7. No le da tiempo a acabar los exámenes:
- Nivel 1: “Evitar programar exámenes en momentos conflictivos (después del recreo o de una salida” o “Realizar el examen en dos sesiones” o “Darle tiempo extra para acabar el examen” o “Programar los exámenes en las primeras sesiones de la mañana” o “Reducir el examen” o “Disminuir el uso de los exámenes escritos y potenciar el uso de otras formas de evaluar al alumno”.
  - Nivel 2: “Observarle durante la realización del examen y si se queda detenido en una pregunta, darle instrucciones para que pase a otra pregunta y deje esa para el final”.
  - Nivel 3: “Utiliza una ficha de control de tiempo en el examen” o “Acompañar el examen con un recordatorio con instrucciones para aprovechar el tiempo de forma eficaz: 1- lee todas las preguntas, 2- responde las que mejor sepas, 3- deja para el final las que peor te sepas”.
8. Responde a las preguntas orales de forma impulsiva:
- Nivel 1: “No utilizar las preguntas como método para que se dé cuenta de que está distraído” o “Asegurarle de que ha comprendido qué se le pregunta” o “Dividir una pregunta compleja en varias preguntas simples o reformular la pregunta introduciendo alguna pista” o “Hacer la pregunta y sin que el alumno tenga tiempo de contestar pedir que espere”.
  - Nivel 2: “Dejar un tiempo entre la pregunta y la respuesta” o “Avisar de que se le va a hacer una pregunta e informarle de lo que se espera de él” o “Recordarle la información necesaria para responder la pregunta cuando ya sabe que es él, el que tiene que responder”.

- Nivel 3: “Anunciar que se está en el momento en que el profesor hace preguntas para comprobar qué es lo que se ha entendido”.
9. No lee bien las instrucciones de los ejercicios o el enunciado de los problemas:
- Nivel 1: “Explicarle de forma oral y particularmente qué es lo que tiene que hacer” o “Utilizar instrucciones muy claras, sencillas y con ejemplos”.
  - Nivel 2: “Leer las instrucciones con el alumno y asegurarse de que las ha comprendido” o “Entrenamiento con problemas desglosados”.
  - Nivel 3: “Enseñar al niño que en cualquier ejercicio, lo primero que tiene que hacer es rodear con un círculo la palabra o las palabras que le indiquen las acciones que tiene que llevar a cabo” o “Pedirle que haga un dibujo de la situación que se plantea en el problema” o “Utilizar un recordatorio con instrucciones sobre cómo afrontar la realización de los ejercicios o los problemas: 1- lee el enunciado, 2- pienso si ya sé lo que hay que hacer, 3- aclaro dudas (vuelvo a leer o pregunto), 4- hago el ejercicio”.
10. No aprende de sus errores:
- Nivel 1: “Si el alumno es reticente a preguntar o pedir ayudar, animarle a hacerlo”.
  - Nivel 2: “Corregir sus trabajos y ejercicios en cuanto ha terminado, o acercarse al alumno mientras está trabajando para darle instrucciones” o “En problemas de matemáticas o ejercicios en los que se realiza un proceso para llegar a un resultado final, se le puede facilitar la solución final del ejercicio para que la compare con la suya una vez que lo ha acabado y haga las correcciones oportunas si no coinciden”.
  - Nivel 3: “Avisarle previamente de los ejercicios en los que se prevé que va a cometer errores para que los haga con especial precaución” o “Llevar un registro de errores”.

#### **4.1.6 Diagnóstico.**

Como ya hemos dicho anteriormente, en el momento de diagnosticar podemos confundir el TDAH con otros trastornos que tengan síntomas parecidos. Varios estudios reflejan que entrono al 50% de los casos de TDAH van a tener asociado algún otro trastorno. Por ello, es muy importante el diagnóstico diferencial, cuyo objetivo es separar los síntomas para obtener un diagnóstico correcto del TDAH. A groso modo, los problemas que más suelen confundirse con el TDAH son los siguientes (Aguillar, 2014): medio familiar anómalo, retraso mental moderado, autismo y trastornos generalizados del desarrollo, trastorno de ansiedad, trastorno de estrés postraumático, depresión, trastorno de adaptación, trastorno negativista o trastorno antisocial.

A continuación, tanto la federación Española de Asociaciones para la ayuda al Déficit de Atención e Hiperactividad (2010), como Mena et al. (2006) nos explican en que consiste el diagnóstico.

Normalmente, suelen ser los padres los que se quejan de no poder o saber controlar el comportamiento de su hijo, y por otro lado, los profesores los que perciben las anomalías del alumno en su ritmo de aprendizaje, presentando también problemas de comportamiento. Pero el diagnóstico debe de ser llevado por profesionales con experiencia en el diagnóstico y tratamiento del TDAH y su posible comorbilidad, como son el Neuropsicólogo o Psicólogo clínico (campo de la Psicología) o Neuropediatra o Psiquiatra (campo de la Medicina).

El diagnóstico del TDAH es exclusivamente clínico. Para una detección eficaz, el profesional mediante preguntas abiertas, preguntas específicas, entrevistas semiestructuradas, cuestionarios y escalas, deberá recabar el máximo de información posible de los padres sobre el comportamiento del niño, de los profesores sobre el comportamiento y el rendimiento del niño y del propio niño para saber cómo se ve a sí mismo, para después compararlo con otros niños de su misma edad.

El proceso más correcto para llevar a cabo el diagnóstico comprende las siguientes valoraciones (Mena et al. 2006):

- Valoración psicológica: Determina las capacidades y las limitaciones del niño.
- Valoración médica: Descarta o confirma las enfermedades médicas que explicarán los síntomas que tiene el niño, valorando la presencia o no de otros trastornos asociados.
- Valoración psicopedagógica: Valora la existencia o no del fracaso escolar en el niño, valorando la presencia o no de otros trastornos asociados.

Actualmente, para diagnosticar el TDAH se utiliza la última versión del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5) en el 2014. Esta última versión incluye una serie de cambios significativos, cualitativos y cuantitativos con respecto a la última versión de 1994 (DSM-IV) y la revisión de esta en 2000 (DSM-IV-TR) que son los siguientes:

- Desaparece el apartado de "trastornos del niño y del adolescente", puesto que se considera que la patología psiquiátrica tiene una continuidad desde la infancia a la edad adulta.
- En el DSM-5 aparece el diagnóstico de TDAH en adultos incluyendo los criterios diagnósticos específicos para edades adultas.
- Se retrasa la edad de aparición. Ahora los síntomas deben aparecer antes de los 12 años, en vez de los 7 años.
- Cuando el alumno recibe recompensas normalmente por comportamientos correctos, los signos del trastorno pueden ser mínimos o estar ausentes.
- El TDAH aproximadamente el 5% de los niños y el 2,5% de los adultos.

Por otro lado, para realizar un diagnóstico tendremos en cuenta un conjunto de síntomas que es lo que denominamos, los Criterios Diagnósticos del DSM-5 (2014) para el TDAH propuestos por la Sociedad Americana de Psiquiatría (DSM-5) para el diagnóstico del Déficit de Atención con Hiperactividad (Anexo 1).

#### **4.1.7 Tratamiento.**

A la hora de llevar a cabo un tratamiento individualizado y multidisciplinar con el niño y la familia debemos de tener en cuenta 3 aspectos fundamentales (Hidalgo Vicario & Soutullo Esperón, 2008):

1. Una medicación específica para el TDAH.
2. Intervención a nivel académico y escolar, tanto en el colegio, como en casa.
3. Entrenar a los padres, a través de un entrenamiento en técnicas de manejo conductual y psicoeducación sobre el TDAH.

La terapia más eficaz para tratar completamente los síntomas del TDAH es el tratamiento multidisciplinar, lo que conlleva la comunicación e interacción de médicos, psicólogos, profesores y padres. Por lo tanto, se coordinará el tratamiento farmacológico, psicológico y psicopedagógico, adaptándolo a las características individuales de cada niño en relación con su edad y sexo, así como su entorno familiar y social. (feaadah, 2010):

1. Tratamiento farmacológico. Nos ayuda a equilibrar la elaboración irregular de los neurotransmisores (dopamina y noradrenalina) que están dañados. Los fármacos actúan directamente sobre ellos y alivian los síntomas del trastorno, pudiendo ser estimulantes o no y siempre recetado bajo preinscripción médica.

Actualmente los dos fármacos más utilizados son el metilfenidato y la atomoxetina. El metilfenidato es la primera opción y es un psicoestimulante, el cual mejora la atención, reduce la hiperactividad, incrementa los niveles de dopamina y noradrenalina y actúa sobre las regiones subcorticales de la motivación y la recompensa. La atomoxetina es la segunda opción y no es un psicoestimulante, es un Inhibidor selectivo de la recaptación de noradrenalina (ISRN), la cual mejora la atención, la ansiedad y el desajuste emocional, incrementa los niveles de dopamina y noradrenalina y no actúa sobre las regiones subcorticales de la motivación y la recompensa. (Ubieto, 2014).

Según los expertos, el incremento en el uso de psicoestimulantes en España se debe, por un lado, a la publicidad positiva de las farmacéuticas sobre los medicamentos en EE.UU, en el que debido a la efectividad en los casos más agravantes, usar fármacos se ha extrapolado a los niños que solo poseen rasgos del trastorno, convirtiendo el tratamiento farmacológico en una especie de atajo popular, de cara a mejorar los resultados de los alumnos sin tener en cuenta el peligro para su salud. Y por otro lado, la presión continúa de algunos padres para que el comportamiento de sus hijos se modifique (Ubieto, 2014).

2. Tratamiento psicológico. Implica tanto al niño, como a sus padres, llevando a cabo una terapia familiar e individual que contribuya a disminuir el estrés procedente del TDAH en el hogar, una psicoterapia conductual para ayudar al niño a mejorar su autoestima, sus habilidades sociales y su autocontrol, y también un entrenamiento a los padres para aprender a controlar las conductas de su hijo, apoyándole en su desarrollo escolar, emocional y social.

Los estudios hablan de una mayor eficacia y mejor evolución cuando se combina la medicación con una intervención psicológica, pero por sí sola tiene un efecto débil sobre los síntomas del TDAH (Lorenzo Fernández & Fernández González, 2016).

La intervención psicoterapéutica atiende a los aspectos cognitivos, emocionales, afectivos, sociales y conductuales. Mediante la intervención con técnicas de modificación de conducta se pretenden modificar aquellos comportamientos inadecuados, entrenar aquellas áreas cognitivas más deficitarias, tratar los problemas emocionales y entrenar en el manejo de habilidades y estrategias de funcionamiento socioemocional para el día a día. Tiene como objetivo mejorar el rendimiento académico del niño o adolescentes en la escuela mediante la reeducación psicopedagógica y la intervención a través adaptaciones curriculares, medidas específicas y acciones dirigidas a la mejora de su adaptación escolar y académica (Lorenzo Fernández & Fernández González, 2016).

3. Tratamiento psicopedagógico. Implica la comunicación y cooperación entre los padres y el profesorado, así como la actuación en el aula de programas conductuales y de aprendizaje destinados al niño con TDAH. Dirigido a mejorar las habilidades académicas del niño y el comportamiento mientras estudia o hace los deberes, también pretende instaurar un hábito de estudio al niño que no lo tiene.

Podemos encontrar individuos que muestren características de déficit de atención y/o impulsividad/hiperactividad, pero que no representan ningún tipo de dificultad o impedimento en su vida social, académica, familiar y personal. Es decir, personas que han aprendido estrategias para manejarse y no requieren tratamiento, pues están perfectamente adaptadas a su entorno. (Mena et al. 2006). Por lo tanto, un tratamiento combinado, correctamente pautado, y de instauración precoz puede ofrecer nuevas perspectivas a la vida del niño y a su futuro.

## 4.2 INTELIGENCIA EMOCIONAL

### 4.2.1 Concepto y su importancia en el TDAH.

El importante papel de las emociones en nuestra vida es indiscutible. Educar las emociones se ha convertido en una necesidad potente en nuestra sociedad. En los últimos años, desde el campo educativo, se han identificado múltiples propuestas de intervención para enriquecer las habilidades personales de manera que favorezcan las relaciones positivas. Con este objetivo se han procurado productivos programas que han sido beneficiosos para niños y adolescentes. Estos programas han considerado la educación emocional como un elemento fundamental en el desarrollo personal y social de las personas (Clouder et al. 2013).

De acuerdo con García (2003), el término de Inteligencia Emocional fue utilizado por primera vez en 1990 por Peter Salovey y John Mayer, quienes la definen como: *"El agregado o capacidad global del individuo para actuar frente a un propósito, pensar racionalmente y manejar efectivamente su medio ambiente"*.

Posteriormente, Daniel Goleman (1995) populariza este término, en su libro "Inteligencia emocional", describiéndolo, como: *"La capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones"*. En definitiva, *consiste en saber manejar de manera correcta las relaciones sociales*.

Todo proceso de aprendizaje tiene como último fin el desarrollo del individuo y la educación emocional tiene como objetivo la adquisición de competencias emocionales, entendidas éstas como: *"El conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales"* (Bisquerra Alzina & Pérez Escoda, 2007).

Según el modelo de Goleman, la inteligencia emocional se divide en una serie de competencias que son: el autoconocimiento emocional, el autocontrol emocional, la automotivación, la empatía y las habilidades sociales (Fragoso—Luzuriaga, 2015).

La Educación Emocional es una instrucción que, de manera evidente y notoria, beneficia al individuo, con o sin TDAH, para guiarse a sí mismo y también resulta imprescindible en términos de interacción social. Los niños y adolescentes con TDAH se enfrentan a una serie de dificultades en el plano afectivo y relacional, derivadas de la sintomatología del trastorno que les convierte en una población especialmente vulnerable y sensible a los problemas en el ámbito emocional, necesitando una mayor dedicación en este sentido, si cabe (Gallego, 2015).

Albert, López-Martin, Fernández-Jaén y Carretié (2008) afirman que los niños que tienen TDAH presentan dificultades en la competencia emocional, afectando las habilidades de reconocimiento, regulación y expresión de las emociones. Esto provoca efectos negativos como; rechazo social, sentimiento de desengaño, frustración, agresividad, baja autoestima...etc

#### **4.2.2 La Inteligencia Emocional en el ámbito educativo.**

Si bien la familia representa el primer sistema en el que el niño se desarrolla y aprende, la escuela tiene el potencial para constituirse en un escenario favorable para el progreso de los niños en términos no solo intelectuales sino también de desarrollo emocional y de aprendizaje social. La escuela y la familia son los principales contextos de socialización y aprendizaje para los niños (Bronfrenbrenner, 1979). Por lo tanto, la interacción entre ambos sistemas es crucial para favorecer el desarrollo óptimo de las competencias necesarias, a fin de que el niño pueda desenvolverse de un modo adecuado en la vida.

En el ámbito escolar, el área de la inteligencia emocional no tiene el mismo tratamiento curricular que las demás materias, sino que forman parte de programas tutoriales y transversales. Esta área necesita una gran sensibilización hacia todos los aspectos emocionales, sentimientos, además del interés social y personal para mejorar las relaciones interpersonales.

Daniel Goleman (1995, 1999) en sus libros basados en inteligencia emocional, señala que el coeficiente emocional (CE) es igual de importante que el coeficiente intelectual (CI). Goleman objeta que el coeficiente intelectual (CI) aporta solamente un 20% de los factores que determinan el éxito, con lo cual el 80% restante depende de otros factores. Por lo tanto, estas investigaciones nos ayudan a entender la importancia de trabajar en la escuela, desde edades tempranas, programas dirigidos a desarrollar la Inteligencia Emocional.

Existen numerosos programas de Inteligencia Emocional en niños con TDAH como el llamado “Programas de reforzamiento en las habilidades sociales, autoestima y solución de problemas” (Valles, 1994) o SICLE: Siendo inteligentes con las emociones (Vallés, 1999) o “Conócete a ti mismo” (Güel & Muñoz, 2000) o “Educación emocional. Programa para 3-6 años” (Bisquerra & Pérez, 2003) o “Sentir y Pensar” (Ibarrolla & Delfo, 2003) que han mejorado los resultados académicos en un 95 %.

### 4.2.3 Principales intervenciones en el TDAH.

Una de las técnicas que ha resultado muy eficaz en el tratamiento del TDAH, es la terapia cognitivo-conductual. Barkley (2006) expuso la siguiente definición:

*La terapia cognitivo-conductual implica enseñar a los niños estrategias de auto-instrucción y de resolución de problemas, además de auto-monitoreo y auto-refuerzo. Se enseña al niño una serie de instrucciones auto-dirigidas que deben seguir cuando realizan una tarea. Estas instrucciones incluyen definir y comprender la tarea o el problema, planificar una estrategia general para aproximarse al problema, enfocar la atención en la tarea, seleccionar una respuesta o solución, y evaluar el desempeño.*

Todo programa de intervención debería realizarse y dirigirse; al niño, a las familias y a los maestros con la finalidad de lograr una gran eficacia.

De acuerdo con Pintor (2011), dentro de las terapias cognitivo-conductual dirigidas al niño con TDAH destacamos: el autocontrol de la conducta, el entrenamiento cognitivo-conductual, el entrenamiento en habilidades sociales, el desarrollo emocional y las técnicas de relajación.

Por otro lado, las familias pueden ser un apoyo de mejora para el niño, pero también puede llegar a ser todo lo contrario, por lo que es fundamental proporcionar a las familias un conocimiento y preparación acerca del trastorno. Es fundamental, que lleven a cabo una serie de entrenamientos para poder mejorar el clima familiar y el trato con sus hijos. A continuación proporcionamos algunas claves (Fundación CADAH, 2012):

- Conocimiento del TDAH.
- Fortalezas y debilidades de la familia.
- Ayudar al niño a fortalecer su autoestima.
- Comunicación y asertividad.
- Límites y normas.
- Desarrollo de la autonomía de los niños y hábitos de estudio.
- Modelamiento de conductas reflexivas.
- Relación padres-colegio.

También, creemos importante que los maestros deben tener una formación sobre el TDAH para poder comprenderlo y actuar de la manera más convenientemente. Es decir, uno de los primeros pasos es ser conscientes del trastorno y de lo que conlleva con la finalidad de identificar al alumno con TDAH y facilitarle una serie de herramientas adecuadas para ayudarle en su desarrollo de enseñanza-aprendizaje.

# **5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN**

## **5.1 INTRODUCCIÓN**

En el presente programa pretendemos trabajar la Educación Emocional con niños que presentan TDAH, acompañado de una discapacidad intelectual moderada.

Hoy en día, hay una gran preocupación en Educación, respecto a dar una mayor importancia a la parte emocional, aunque todavía queda mucho por profundizar. Llevar a cabo el desarrollo de las competencias emocionales hace que incida positivamente en nuestras vidas y tenga repercusiones importantes en el tema relacional. Asimismo, la Educación Emocional es algo aún más importante en niños que presentan algún tipo de discapacidad, ya que suelen tener más dificultades a la hora de interactuar con el resto.

Números autores como Villar Orjales (1998) o Barkley (2002), afirman la dificultad de los niños con TDAH en el área social, teniendo problemas a la hora de relacionarse con sus amigos o compañeros, de identificar sus emociones y las de los demás, de anticipar lo que va a suceder y sus consecuencias, que tendrán en uno mismo o en los demás...etc. Todo ello, provoca muchas veces un rechazo, un aislamiento, una soledad...etc. Por lo tanto, entrenar en Educación Emocional con niños con TDAH potenciará el desarrollo socio-afectivo, y esto tendrá una serie de beneficios, tales como aumentar la autoestima, incrementar las probabilidades de éxito escolar, mejorar el clima tanto familiar, como escolar, etc.

## **5.2 CONTEXTO**

Nuestra propuesta de intervención es útil para realizarla en cualquier colegio de Educación Especial, más concretamente lo llevaremos a cabo en el Colegio Público de Educación Especial N° 1, en un aula de Transición a la Vida Adulta que atiende a alumnos con edades comprendidas entre los 16 y los 21 años.

El Centro está situado en la Calle Joaquín Velasco Martín, en el barrio de Huerta del Rey, cuyas características socioeconómicas y culturales son bajas, teniendo un número importante de su población de etnia gitana. Al ser un Centro de Educación Especial, todos los alumnos presentan necesidades educativas especiales permanentes asociadas a una deficiencia psíquica en diferentes grados. La mayoría de ellos tienen además asociadas otras discapacidad (motóricas, sensoriales, graves problemas del comportamiento, trastornos del desarrollo...) y la etiología causante de esta problemática es muy variada.

En el centro se imparten las siguientes etapas:

- Educación Infantil: alumnos con edades entre los 3 y los 6 años.
- Educación Básica Obligatoria (EBO): separados en dos niveles:
  - EBO 1: alumnos con edades entre los 6 y los 12 años.
  - EBO 2: alumnos con edades entre los 12 y los 16 años.
- Transición a la Vida Adulta: alumnos con edades entre los 16 y los 21 años.

El aula de Transición a la Vida Adulta (TVA) se encuentra ubicada en la primera planta del centro, teniendo una superficie de 15 metros cuadrados aproximadamente con buena acústica para que todos los alumnos puedan escuchar bien y amplios ventanales para que la clase tenga una buena iluminación.

Respecto a la distribución del alumnado en el aula, las mesas están de cuatro en cuatro para que haya una mejor comunicación tanto verbal, como visual entre todos los alumnos. En cuanto, a cómo trabajan los alumnos en el aula, lo hacen de manera individual, pero de vez en cuando trabajan en grupos fomentando el aprendizaje cooperativo. Finalmente, decir que la decoración del aula llama la atención por su diversidad y colorido.

### **5.3 DESTINATARIOS**

El programa de Intervención va dirigido a un colegio de Educación Especial, más específicamente en la etapa de Transición a la Vida Adulta con alumnos entre los 16 y 21 años. Más concretamente actuaremos ante un grupo-clase de 8 alumnos, de los cuales 5 son niños y 3 son niñas, siendo una de las niñas de nacionalidad Rumana y uno de los niños de nacionalidad Boliviana. Todos ellos proceden de la ciudad de Valladolid y sus características socio-familiares son muy diversas.

Es una de las clases más autónomas del colegio, presentando un nivel de competencia curricular de primer y segundo ciclo de Educación Primaria. En general, tienen una discapacidad intelectual moderada y en concreto dos de los niños TDAH. Asimismo, les cuesta mucho entender las instrucciones, tienen dificultades importantes para prestar y mantener la atención en el tiempo, comprender y elaborar la información, recordar lo aprendido...etc. Su ritmo de trabajo es lento, dependiendo cada uno de sus capacidades.

Respecto a la autonomía a nivel personal y social es favorable. Se relacionan bien con sus compañeros, aunque les cuesta, unos más que a otros, expresar verbalmente sus emociones y experiencias. Suelen ser bastante inseguros y tímidos, lo que indica que presentan una autoestima baja. Y finalmente, tienen un comportamiento escolar correcto y buena aceptación de las normas y rutinas escolares.

## 5.4 OBJETIVOS

Con los objetivos que planteamos a continuación pretendemos que los alumnos comprendan los distintos procesos que ocurren en ellos mismos cada vez que les invade un sentimiento, cuál es su origen, sus consecuencias y las formas de gestionarlos.

El objetivo general de este programa de intervención es mejorar el conocimiento y la gestión de sus emociones y de las de los demás. De este objetivo principal se derivan otros objetivos específicos que planteamos a continuación:

- Conocer y dar nombre a las emociones básicas (alegría, tristeza, enfado, miedo, sorpresa y asco).
- Comprender, expresar y regular nuestras emociones y las de los demás, de una manera adecuada a través del lenguaje verbal y no verbal.
- Desarrollar una buena autoestima y automotivación.
- Transformar los pensamientos positivos en negativos.
- Promover la empatía, poniéndonos en el lugar de los demás.
- Trabajar estrategias de comunicación.
- Saber gestionar las emociones para favorecer la resolución de problemas.
- Adquirir la capacidad de saber relajarse ante una situación de alta tensión.
- Dominar las habilidades sociales básicas.
- Desarrollar el trabajo cooperativo y crear un buen clima y cohesión grupal.

## 5.5 CONTENIDOS

Los contenidos generales son la base sobre la que se asentarán las actividades para alcanzar los objetivos planteados. Cada uno de los contenidos es fundamental para conseguir la finalidad de esta propuesta. Los contenidos generales que van a trabajarse en el desarrollo de las actividades son los siguientes:

- Concepto y tipos de emociones básicas.
- Causas y consecuencias de las emociones.
- Adquisición de un vocabulario emocional.
- Reconocimiento, comprensión y expresión de las emociones y sentimientos.
- Utilización del lenguaje verbal y no verbal como medio de expresión emocional.
- El desarrollo de la autoestima.
- Capacidad de resolución de problemas, tanto internos, como con los demás.
- Estrategias para la regulación de las emociones.
- Adquisición de habilidades sociales y personales para la vida.
- El desarrollo del trabajo cooperativo y un buen clima y cohesión grupal.

## 5.6 METODOLOGÍA

Las actividades propuestas se fundamentarán en la motivación del alumnado y la colaboración y coordinación entre la familia y la escuela, teniendo como objetivo, favorecer la autonomía personal y fomentar la participación y ayuda entre todos.

Se procurará utilizar una metodología activa en la que los alumnos aprendan haciendo, y nos adaptaremos a los ritmos de trabajo y características personales de los alumnos. Asimismo, se tendrán en cuenta el principio de globalización y socialización en el diseño de las actividades y en el desarrollo de éstas, fomentando el aprendizaje colaborativo y un clima de afectividad y seguridad.

A través del trabajo cooperativo, mejoraremos positivamente el rendimiento y la productividad de los alumnos, procediendo a hacer tareas en grupos, heterogéneos en cuanto al rendimiento, sexo...etc, formando dos grupos (4 alumnos por grupo) o un grupo completo (8 alumnos).

Los espacios se organizarán en el aula de Transición a la vida adulta (TVA) descrita en el apartado anterior. La mitad de la clase está formada por ocho mesas, unidas de cuatro en cuatro para formar los dos grupos de trabajo y la otra mitad es un espacio libre y amplio para trabajar con el gran grupo. El material que hay en el aula es totalmente accesible a los alumnos.

A la hora de planificar el tiempo, distribuiremos las horas de forma equitativa entre los días de la semana, haciendo un total de dos horas por semana durante todo el curso académico. El tiempo estará organizado de manera flexible y respetando el horario.

## 5.7 TEMPORALIZACIÓN

Nuestra propuesta didáctica se desarrollará durante 32 sesiones de una hora abarcando todo el curso escolar. Se realizarán dos sesiones/horas por semana, más concretamente los martes de 09:30 a 10:30 y los jueves de 11:30 a 12:30 (dos semanas cada mes). Horario:

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
09:30-10:30	Ámbito (E. Física)	Ámbito (tutora)	Ámbito (tutora)	Ámbito (Música)	E. Física
13:30-11:30		Taller de Cerámica	Taller de Cerámica		Taller de Jardinería
11:30-12:30	Taller de Jardinería			Ámbito (tutora)	Piscina
12:30-13:00	RECREO				
13:00-13:45	Taller de Jardinería	Coro	Taller de Jardinería	Taller de Cerámica	Ámbito (tutora)
13:45-14:30	Ámbito (Música)	Música	Taller de Jardinería	Ámbito (E. Física)	

De acuerdo con Fragoso-Luzuriaga (2015), el modelo de competencias emocionales de Bisquerra (2007) dividió la inteligencia emocional en cinco bloques: autoconciencia, autorregulación, automotivación, empatía y habilidades sociales.

Como se puede observar en la tabla, tendremos cinco bloques de competencia emocional y dentro de cada bloque habrá seis sesiones relacionadas con dichos bloques:

FECHA	SESIÓN	ACTIVIDAD	DURACIÓN
<b>PRESENTACIÓN</b>			
05-10-2017	Sesión 0	Presentación	1 hora
<b>BLOQUE 1: AUTOCONCIENCIA</b>			
10-10-2017	Sesión 1	¿Cómo me siento?	1 hora
12-10-2017	Sesión 2	Secuenciación temporal.	1 hora
17-10-2017	Sesión 3	Pequeñas historias.	1 hora
19-10-2017	Sesión 4	Nos vemos en el espejo.	1 hora
07-11-2017	Sesión 5	Mi dado emocional.	1 hora
09-11-2017	Sesión 6	La historia de Pincho.	1 hora
<b>BLOQUE 2: AUTORREGULACIÓN</b>			
14-11-2017	Sesión 7	La técnica de la tortuga.	1 hora
16-11-2017	Sesión 8	La técnica del semáforo.	1 hora
12-12-2017	Sesión 9	Musicoterapia.	1 hora
14-12-2017	Sesión 10	Cine-fórum - Del revés.	2 horas
19-12-2017	Sesión 11		
21-12-2018	Sesión 12	La historia de Pincho.	1 hora
<b>BLOQUE 3: AUTOMOTIVACIÓN</b>			
09-01-2018	Sesión 13	Identificate.	1 hora
11-01-2018	Sesión 14	Soles y Nubes.	1 hora
16-01-2018	Sesión 15	La urraca vanidosa y la cotorra tonta.	1 hora
18-01-2018	Sesión 16	Risoterapia.	1 hora
13-02-2018	Sesión 17	El ciervo y su cornamenta.	1 hora
15-02-2018	Sesión 18	La historia de Pincho.	1 hora
<b>BLOQUE 4: EMPATÍA</b>			
20-02-2018	Sesión 19	Las tres urnas.	1 hora
22-02-2018	Sesión 20	Cuento "Otra cosa".	1 hora
06-03-2018	Sesión 21	Juego de roles.	1 hora
08-03-2018	Sesión 22	Te entiendo.	1 hora
13-03-2018	Sesión 23	Soy otra persona diferente.	1 hora
15-03-2018	Sesión 24	La historia de Pincho.	1 hora
<b>BLOQUE 5: HABILIDADES SOCIALES</b>			
03-04-2018	Sesión 25	Gracias y Por favor.	1 hora
05-04-2018	Sesión 26	Taller de abrazos.	1 hora
17-04-2018	Sesión 27	Cine-fórum: "Manuelita, la tortuga".	2 horas
19-04-2018	Sesión 28		
15-05-2018	Sesión 29	Me siento genial.	1 hora
17-05-2018	Sesión 30	La historia de Pincho.	1 hora
<b>FINAL</b>			
22-05-2018	Sesión 31	¡Encontramos el tesoro!	1 hora

## 5.8 ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

Una de las preocupaciones principales en este apartado es que el alumno desarrolle la competencia de aprender a aprender y durante todo este programa lo conseguiremos, considerando los siguientes aspectos (Banús, 2008):

- Aspectos generales:
  - El aula estará muy bien organizada.
  - Las instrucciones que demos serán breves y sencillas.
  - Las actividades planteadas serán cortas en el tiempo y realizaremos descansos.
  - Les motivaremos y trabajaremos el refuerzo positivo (elogios, pegatinas..).
  - Role-playing (dramatizar una situación).
  - Aprendizaje significativo. Se basa en que el alumnado sea capaz de unir una nueva información con los conocimientos previos que ya posee.
  - Aprendizaje por descubrimiento. El niño adquiere los conocimientos por sí solo.
  
- Aspectos específicos:
  - Retirada de atención. Es una de las técnicas de control de conducta más útil. Consiste en dejar de prestar atención al niño, en caso de rabietas y lloros. Una vez que el niño se tranquiliza, debemos prestarle atención y hablarle de lo que ha sucedido sin enfadarnos y con un tono calmado. Esta técnica se utilizará durante todo el programa en caso de que sea necesario.
  - Economía de fichas. Consiste en que el niño obtiene premios (refuerzo positivo) cuando lleva a cabo conductas positivas o deja de hacer aquellas que no son adecuadas, obsequiándole con fichas, puntos u otro material de refuerzo. Una vez alcanzados ciertos puntos, el niño cambiará sus puntos por un premio apalabrado inicialmente y que le resulta llamativo. En este programa, cada grupo recibirá una pegatina por cada sesión y por cada seis sesiones, recibirán una pista.
  - La técnica del semáforo. Consiste en asociar los diferentes colores a una acción. Es decir, la luz roja: alto (tranquilizaros y pensar antes de actuar), la luz amarilla: piensa (soluciones o alternativas) y la luz verde: adelante (pon en práctica la mejor solución). En este programa se les enseñará a utilizar la técnica del semáforo y también lo podrán usar a lo largo de todo el programa.
  - La técnica de la tortuga. Se basa en la historia de un cuento con la finalidad de favorecer el autocontrol y una relajación en situaciones que le generen al niño estrés o rabia. Esta técnica consiste en varias fases, donde cada fase consiste en aprender progresivamente a relajarse. En este programa, se les enseñará a utilizar la técnica de la tortuga y también lo podrán usar a lo largo de todo el programa.

## 5.9 SESIONES

A continuación, vamos a presentar una propuesta de intervención programada para todo un curso académico, dividiéndola en cinco bloques: 1-Autoconciencia, 2-Autocontrol, 3-Automotivación, 4-Empatía, 5-Habilidades Sociales. En cada uno de los diferentes bloques habrá seis sesiones de una hora cada una, y en la última sesión de cada bloque los alumnos deberán continuar la historia que plantee el maestro sobre el protagonista Pincho que explicaremos en el llamado, “Bloque 0: Presentación” a continuación.

Cabe destacar que las actividades descritas están basadas en Vaño (2011) y Lozano et al. (2011) con sus respectivas modificaciones teniendo en cuenta las características y necesidades del grupo-clase.

### PRESENTACIÓN

#### ➤ **Objetivos específicos:**

- Conocer las normas de funcionamiento del programa de intervención.
- Crear un buen clima y cohesión grupal.
- Motivar al alumnado sobre las emociones.
- Conocer al protagonista de la historia, Pincho.

➤ **Recursos didácticos:** canción: “El rock de las emociones: proyecto emoticantos”, ficha (Anexo 2), lápiz y goma.

➤ **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

#### **Parte 1: Visualizar, escuchar, bailar y reflexionar sobre la canción.**

Los alumnos escucharán y bailarán con la ayuda del maestro una canción recogida de YouTube, titulada “El rock de las emociones: proyecto emoticantos”:  
<https://www.youtube.com/watch?v=hX60bIksDsU>

La canción hace una pequeña introducción sobre las emociones y después presenta a la emoción de la tristeza, alegría y enfado.

Una vez escuchada y bailada la canción, haremos una asamblea general, haciendo una serie de preguntas y dando la palabra a algunos alumnos: ¿Alguna vez habéis pensado cómo os habéis sentido? ¿Por qué os sentís así? ¿Cómo os gustaría sentirlos? ¿Por qué actuáis así?...etc.

#### **Parte 2: Hacer dos equipos y negociar las normas de grupo.**

A continuación, dividiremos la clase en dos grupos, teniendo en cuenta que las relaciones de grupo sean buenas y que el nivel de aprendizaje sea parecido en ambos grupos.

Después, cada grupo rellenará una ficha (Anexo 2), poniendo un nombre a su equipo y negociando las normas que se van a cumplir en cada uno de ellos a lo largo de todas las sesiones del programa de intervención.

### **Parte 3: Presentar al protagonista del programa, Pincho.**

El maestro presentará al protagonista que va acompañarles a lo largo de todo el programa. Este personaje tiene características propias de un niño con TDAH, al que tendrán que ayudar durante todo el programa, y además alguno de los alumnos se sentirá identificado.

Los alumnos serán espectadores de la historia del protagonista, pero a la vez participes, puesto que la historia se dejará abierta e irán construyéndola al finalizar cada uno de los bloques con la finalidad de enriquecer los contenidos trabajados.

Cabe destacar que el personaje no es creado, ya que nos hemos inspirado en un cuento interactivo para trabajar con niños con TDAH, titulado “Pincho se va de vacaciones”.

Recogido de: <http://www.feadah.org/medimg74>

#### **Presentación de Pincho:**

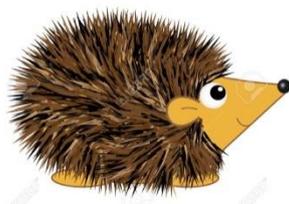
Os presento a Pincho. Siempre ha sido un erizo revoltoso y juguetón, por eso, sus padres le llamaron Pincho.

A pincho le cuesta mucho controlar sus púas, y cuando se distrae pincha sin querer a los demás y rompe cosas. Esto a menudo le trae problemas. Sus padres están enfadados y sus amigos ya no quieren jugar con él.....

Pincho se encuentra triste y no tiene ganas de salir de casa.....¿Os atrevéis a ayudar a Pincho a saber cómo utilizar sus púas? ¿Os atrevéis a ayudar a Pincho a que se sienta feliz?

Este verano sus padres le han apuntado a un campamento, en el cual deberá superar con vuestra compañía una serie de actividades para conseguir ser feliz. Por cada actividad, cada grupo recibirá una pegatina, y por cada seis pegatinas recibiréis una pista que os llevará al lugar donde está escondido el cofre del tesoro que guarda la solución para poder ayudar a Pincho...

¡Manos a la obra!



## **BLOQUE 1: AUTOCONCIENCIA**

La autoconciencia es la capacidad de ante cualquier situación centrarte en tu propio estado emocional, procesarlo y utilizar lo que ya sabes para actuar de la mejor manera posible.

Los niños con TDAH suelen tener dificultades para identificar sus propias emociones y las de los demás. Por lo tanto, los objetivos generales de este bloque serán: conocer y dar nombre a las emociones básicas (alegría, tristeza, enfado, miedo, sorpresa y asco) y comprender nuestras emociones y las de los demás.

## Sesión 1: ¿Cómo me siento?

- **Objetivos específicos:**
  - Identificar las seis emociones básicas (alegría, tristeza, enfado, miedo, sorpresa y asco) a través del lenguaje no verbal.
- **Recursos didácticos:** las seis caras (Anexo 3) / (alegre, triste, enfadado, miedoso, sorprendido y asqueado), las seis emociones escritas, pegamento, lápiz y goma.
- **Temporalización:** 1 hora.
- **Desarrollo de la actividad:**

### Parte 1: identificar las emociones.

El maestro repartirá a cada grupo seis caras (Anexo 3), estando alegre, triste, enfadado, miedoso, sorprendido y asqueado. Por otro lado, las seis palabras que corresponden a cada emoción (Anexo 3).

Cada grupo deberá relacionar las diferentes caras con la palabra escrita que corresponde a una emoción (Anexo 3). Una vez revisado por el maestro, los niños deberán pegarlo en un folio, teniendo las seis emociones básicas juntas.

### Parte 2: identificar cómo me siento y por qué.

Una vez identificada la cara emocional con la palabra, cada miembro del grupo por detrás del folio deberá pensar y escribir la siguiente frase:

Buenos días, me llamo \_\_\_\_\_. Hoy me siento \_\_\_\_\_,  
porque \_\_\_\_\_.

## Sesión 2: Secuenciación temporal.

- **Objetivos específicos:**
  - Comprender que las situaciones tienen un orden, acompañado de una emoción, y las consecuencias que puede tener.
  - Ordenar secuencias temporales.
- **Recursos didácticos:** cuatro series de imágenes (Anexo 4), pegamento, lápiz y goma.
- **Temporalización:** 1 hora.
- **Desarrollo de la actividad:**

El maestro entregará cuatro sobres y en cada sobre habrá una historia desordenada (Anexo 4). Cada grupo deberá ordenar y pegar la historia de manera ordenada en un folio. Después deberán pensar y escribir un título para cada una de las diferentes historias y las emociones que aparecen en cada una de ellas.

### Sesión 3: Pequeñas historias.

➤ **Objetivos específicos:**

- Reconocer una emoción asociada a una situación concreta.

➤ **Recursos didácticos:** Pequeñas historias.

➤ **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

El maestro entregará a cada grupo una serie de historias sobre la vida cotidiana, que tendrán que leer y después escribir como creen que se sentirían dichos personajes. Finalmente, haremos una asamblea general comentando cada una de las situaciones. A continuación os presentamos las pequeñas historias:

- A Lola le han regalado un libro que le ha gustado mucho ¿Cómo se sentirá?
- Marta estaba haciendo sus deberes cuando su hermana pequeña le pinto los ejercicios ¿Cómo se sentirá?
- Tomás suele tener miedo a la oscuridad y un día se va la luz en casa. ¿Cómo se sentirá Tomás?
- Jaime ha empujado a Iván en la fila. ¿Cómo se sentirá Iván?
- Pedro le ha dicho a Laura que es muy guapa. ¿Cómo se sentirá Laura?
- El abuelito de Ruth está enfermo. ¿Cómo se sentirá Ruth?

### Sesión 4: Nos vemos en el espejo.

➤ **Objetivos específicos:**

- Expresar las seis emociones básicas de manera gestual y no verbal.

➤ **Recursos didácticos:** cuatro espejos y dos cámaras.

➤ **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

Cada equipo tendrá dos espejos y una cámara. El maestro irá nombrando cada una de las emociones trabajadas hasta ahora (alegría, tristeza, miedo, sorpresa, asco, enfado) y los alumnos tendrán que expresarlo en los espejos uno por uno.

Una vez que todos hayan ensayado todas y cada uno de las emociones, el maestro hará fotos de cada uno de los alumnos expresando las seis emociones básicas para realizar la siguiente actividad.

### Sesión 5: Mi dado emocional.

➤ **Objetivos específicos:**

- Reproducir emociones a través de la expresión corporal y facial.
- Pensar en diferentes situaciones en las que hayas sentido una emoción básica.

➤ **Recursos didácticos:** plantilla del dado (Anexo 5), las fotografías (6 por cada niño), tijeras, pegamento, lápiz y goma.

➤ **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

**Parte 1: Realizar el dado de las emociones.**

Los alumnos tendrán que recortar la plantilla del dado (Anexo 5) y pegar las diferentes fotografías de cada uno (Alegre, triste, miedoso, sorprendido, enfado) en las diferentes caras. Después escribirán la emoción debajo de cada fotografía. Finalmente tendrán que pegar las pestañas de cada cara para formar el dado de las emociones.

**Parte 2: Jugar entre todos.**

La segunda parte consistirá en hacer un círculo entre todos y tirar un dado de los realizados anteriormente. La primera tirada será realizada por el maestro, eligiendo alguno de los alumnos, gritando su nombre, y así continuamente.

Si sale el número 1 (feliz), el 2 (triste), el 3 (sorpresa), el 4 (miedo) o el 5 (enfado), el alumno deberá pensar en una situación en la que haya sentido alguna vez una de esas emociones. Pero, si sale el número 6 (Adivina como me siento), cada uno podrá poner la cara que quiera y los compañeros deberán adivinar de que cara se trata.

## Sesión 6: La historia de Pincho.

➤ **Objetivos específicos:**

- Desarrollar la imaginación y creatividad continuando una historia.
- Fomentar el trabajo cooperativo.

➤ **Recursos didácticos:** folio, lápiz y goma.

➤ **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

Los alumnos por grupos deberán seguir la historia que el profesor inicio en la sesión de presentación sobre el protagonista Pincho.

El maestro seguirá la historia, contando a los alumnos que Pincho ya está en el campamento y que deberán pensar en diferentes aventuras, donde Pincho sienta las seis emociones básicas trabajadas en las sesiones anteriores.

## BLOQUE 2: AUTORREGULACIÓN

La autorregulación es la capacidad de controlar, expresar y sentir nuestras emociones y sentimientos, teniendo la opción de elegir cómo queremos estar y sentir en cada situación.

Los niños con TDAH se caracterizan principalmente por tener muy poco control respecto al manejo de sus emociones, siendo muy impulsivos y provocando en ellos problemas a la hora de relacionarse con sus compañeros y familia. Esto puede provocar en estos niños frustraciones, enfados...etc. Por lo tanto, los objetivos generales de este bloque serán: ser capaces de expresar y regular sus emociones y las de los demás.

## Sesión 7: La técnica de la tortuga.

- **Objetivos específicos:**
  - Enseñar a los alumnos pasos para controlar sus emociones y que puedan calmarse.
  - Expresar y regular las propias emociones.
  - Controlar la conducta a través del movimiento corporal.
- **Recursos didácticos:** canción “me tranquilizo”, cuento “técnica de la tortuga”, ficha para colorear (Anexo 6), pinturas, pegamento, tijeras, lápiz y goma.
- **Temporalización:** 1 hora.
- **Desarrollo de la actividad:**

### **Parte 1: visualizar, escuchar y bailar la canción “me tranquilizo”.**

Los alumnos escucharán y bailarán con la ayuda del maestro una canción recogida en YouTube, titulada “Canción infantil me tranquilizo para niños con tdah, modificación de conducta”: <https://www.youtube.com/watch?v=aixHCo0HIP4>

La canción es ideal para trabajar con alumnos que presentan TDAH o algún trastorno grave de conducta o simplemente alumnos inquietos y nerviosos. Está muy relacionada con la técnica de la tortuga. Primeramente, habla de las sensaciones de cuando estamos enfadados o no y después la técnica de contar hasta el número 10 para tranquilizarnos.

### **Parte 2: visualizar, escuchar y bailar el cuento “técnica de la tortuga”.**

Los alumnos escucharán y bailarán con la ayuda del maestro el cuento recogido en YouTube, titulado “La Técnica de la tortuga para aprender a calmarse”: <https://www.youtube.com/watch?v=H6Z1Y5mI3FE>

Después por grupos los alumnos harán un mural coloreando la ficha (Anexo 6), donde aparece la tortuga en sus diferentes fases y escribiéndolas:

- Primera etapa: reconocer sus emociones.
- Segunda etapa: pensar y parar.
- Tercera etapa: entrar en su caparazón y tomar tres respiraciones para calmarse.
- Cuarta etapa: salir de su caparazón y pensar en una solución.

## Sesión 8: La técnica del semáforo.

- **Objetivos específicos:**
  - Asociar los colores del semáforo (verde, amarillo y rojo) con las emociones y la conducta que corresponda.
  - Practicar el autocontrol a través del juego de roles.
  - Aprender a controlar nuestra propia conducta.
- **Recursos didácticos:** canción “el semáforo del corazón”, plantilla del semáforo (Anexo 7), tijeras y pintura roja, amarilla y verde.
- **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

**Parte 1: Visualizar, escuchar y bailar la canción del “Semáforo del corazón”.**

Los alumnos escucharán y bailarán con la ayuda del maestro una canción recogida en YouTube, titulada “Canción infantil el semáforo del corazón trabajamos las habilidades sociales”: [https://www.youtube.com/watch?v=q\\_dzk-XvX6w](https://www.youtube.com/watch?v=q_dzk-XvX6w)

La canción explica el significado de los colores del semáforo:

- La luz roja es para frenar.
- La luz amarilla es para pensar.
- La luz verde es para actuar.

**Parte 2: Realizar el semáforo.**

A continuación, el maestro dará a cada grupo la plantilla del semáforo (Anexo 7) que tendrá que recortar y entre todos deberán de colorear.

Después, para asociar las luces del semáforo con las emociones y la conducta, realizarán un mural con los siguientes pasos:

- Luz roja. ALTO, tranquilízate y piensa antes de actuar.
- Luz amarilla. PIENSA soluciones o alternativas y sus consecuencias.
- Luz verde. ADELANTE y pon en práctica la mejor solución.

**Parte 3: Poner un ejemplo y analizarlo con la técnica del semáforo.**

El maestro dará un folio con el siguiente ejemplo: “Pedro ha quitado el cuaderno a Susana. Cuando se da cuenta Susana le grita, le insulta y le pega a Pedro”. Los alumnos deberán seguir los siguientes pasos para analizarlo:

- Luz roja: ¿Qué emoción ha experimentado?
- Luz ámbar: ¿Cuál es el problema?
- Ahora es mejor que penséis antes de actuar; contando hasta diez y respirando
- Luz verde: ¿Qué puede hacer?

## Sesión 9: Musicoterapia.

➤ **Objetivos específicos:**

- Expresar corporal-musical, a través del movimiento emociones.
- Estimular la auto-expresión en una relación entre el autoconocimiento, la música y la pintura.

➤ **Recursos didácticos:** música con diferentes ritmos, folio, lápiz, goma, pinturas.

➤ **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

El maestro pondrá una canción con diferentes ritmos de música durante 15 minutos, y con su cuerpo tendrán que expresar lo que sienten y lo que se están imaginando. Al finalizar la canción, los alumnos deberán dibujar lo que se han imaginado, mientras han estado escuchando la canción (historia, emoción...).

## Sesión 10 y 11: Cine-fórum - Del revés.

- **Objetivos específicos:**
  - Reconocer y comprender las emociones.

- **Recursos didácticos:** folio, lápiz y goma.

- **Temporalización:** 2 horas.

- **Desarrollo de la actividad:**

Los alumnos visualizarán la película “Del revés”, puesto que es una película de animación de plena actualidad relacionada directamente con las emociones básicas del ser humano.

Después, hablaremos sobre la película con los niños. No lo entenderán como nosotros, pero seguro que podemos hablar de la importancia de todas las emociones o de su verbalización, entre otras cosas, y que saquen sus propias conclusiones al respecto.

## Sesión 12: La historia de Pincho.

- **Objetivos específicos:**
  - Desarrollar la imaginación y creatividad continuando una historia.
  - Fomentar el trabajo cooperativo.

- **Recursos didácticos:** folio, lápiz y goma.

- **Temporalización:** 1 hora.

- **Desarrollo de la actividad:**

El maestro seguirá la historia, contando a los alumnos que Trasto, uno de los compañeros del campamento de Pincho, le ha quitado el gorro de piscina y se lo ha roto. Cuando Pincho se ha dado cuenta, le ha gritado, le ha insultado y le ha pegado a Trasto. Por lo que los alumnos por grupos deberán continuar la historia utilizando alguna de las técnicas que hemos aprendido en este bloque y solucionar el problema.

## BLOQUE 3: AUTOMOTIVACIÓN

La automotivación es imprescindible para alcanzar tus metas. Está relacionada con el control de los impulsos, la inhibición de pensamientos negativos y la capacidad de resistencia a la frustración.

Los niños con TDAH suelen tener problemas a la hora de controlar sus impulsos, inhibir pensamientos negativos y resistir a la frustración. Por lo tanto, los objetivos generales de este bloque serán: desarrollar una buena autoestima y automotivación y transformar los pensamientos positivos en negativos.

## Sesión 13: Identifícate.

- **Objetivos específicos:**
  - Lograr conocernos mejor a nosotros mismos.
  - Comprender que podemos ser parecidos, pero no iguales.
- **Recursos didácticos:** espejo, folio, pelota, lápiz, goma y pinturas.
- **Temporalización:** 1 hora.
- **Desarrollo de la actividad:**

### Parte 1: El espejo y yo.

Los alumnos tendrán que ponerse delante del espejo y decir: “Me llamo \_\_\_\_\_, me gusta \_\_\_\_\_ (cualidad física), yo soy \_\_\_\_\_ (característica que les defina).

### Parte 2: Dibujarse así mismo.

En esta actividad, cada alumno del grupo deberá realizar un dibujo donde se describa a él mismo y escribir todo lo que cree que le caracteriza.

### Parte 3: Pelota de goma.

Los alumnos se colocarán en círculo, y uno de los alumnos tendrá que tirar la pelota a otro compañero, diciendo una característica positiva sobre él.

## Sesión 14: Soles y Nubes

- **Objetivos específicos:**
  - Transformar los pensamientos negativos en positivos.
- **Recursos didácticos:** folio, soles y nubes, pegamento.
- **Temporalización:** 1 hora.
- **Desarrollo de la actividad:**

Cada grupo recibirá una hoja con las siguientes frases escritas y tendrán que pegar una nube, si es un pensamiento negativo o un sol, si es un pensamiento positivo. Después cogeremos las frases negativas y las pondremos en positivo.

- Lo voy a intentar.
- Seguro que esta vez lo consigo.
- Todo me sale mal.
- Por mi culpa, mis papas, se enfadan.
- ¡Qué bonito está quedando!
- Seguro que me voy a equivocar otra vez.
- Voy a ver si juego con los niños.
- Que divertido es aprender.
- A ver si me sale.
- No me va a salir.
- Nadie va a jugar conmigo.
- Cuantas cosas bonitas me pasan.



## Sesión 15: La urraca y la cotorra.

➤ **Objetivos específicos:**

- Desarrollar en el alumnado la aceptación y satisfacción hacia la imagen de sí mismo.

➤ **Recursos didácticos:** folio, lápiz y goma.

➤ **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

**Parte 1: Visualizar del cuento.**

Los alumnos verán el cuento de “La urraca y la cotorra” a través de un vídeo en YouTube: <https://www.youtube.com/watch?v=vsPWRSChFo>

**Parte 2: Reflexionar y contestar a las preguntas relacionadas con el cuento.**

Después comentaremos el cuento y les propondremos una serie de preguntas:

1. ¿Qué hicieron la urraca vanidosa y la cotorra tonta al principio?
2. ¿Crees que actuó bien la urraca al ponerse las plumas de colores y la cotorra al pintarse entera de naranja?
3. ¿Qué sucedió cuando la urraca se pegó las plumas de colores y la cotorra se pintó entera de naranja?
4. ¿Qué hicieron finalmente la urraca y la cotorra?
5. ¿Crees que es necesario cambiar vuestra apariencia física o vuestra personalidad para ser aceptado por los demás?
6. ¿Qué consejos daríais a la urraca y a la cotorra?

## Sesión 16: Risoterapia.

➤ **Objetivos específicos:**

- Desarrollar el autoconcepto positivo y que lo verbalicen y expresen públicamente.

➤ **Recursos didácticos:** música de despedida.

➤ **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

**Parte 1: Calentamiento.**

Primero haremos pequeños estiramientos de cara, estirando la musculatura de la cara en general pasando las manos por las zonas. Después mientras los alumnos van andando, irán gritando (jajajaja jejejeje jijijiji jojojojo jujujuju).

**Parte 2: Río y me enfado.**

Haremos una señal de palmadas para que los alumnos se rían a carcajadas. Al hacer de nuevo la señal, todos los alumnos se pondrán serios. Se repetirá el ejercicio varias veces, logrando que los niños pasen de la risa al enfado.

### **Parte 3: Despedida.**

Los alumnos se tumbarán en el suelo boca arriba y se pondrá un audio de una risa graciosa forzada. Esto hará que todos comiencen a reírse. Después se les contará una historia para conseguir su relajación después del ejercicio de risoterapia

## **Sesión 17: El ciervo y su cornamenta.**

### ➤ **Objetivos específicos:**

- Enseñar a evaluar las cualidades positivas que tenemos de nosotros mismos y de los demás.

### ➤ **Recursos didácticos:** cuento “El ciervo y su cornamenta” (Anexo 8), folio, lápiz y goma.

### ➤ **Temporalización:** 1 hora.

### ➤ **Desarrollo de la actividad:**

### **Parte 1: Lectura del cuento.**

El alumno leerá el cuento llamado, “El ciervo y su cornamenta”. Después pintará al personaje (Anexo 8).

### **Parte 2: Reflexionar y contestar a las preguntas relacionadas con el cuento.**

Terminada la narración, hablaremos con los alumnos realizando preguntas sobre la actuación de este personaje:

1. ¿Qué le gustaba al ciervo de su cuerpo?
2. ¿Qué no le gustaba al ciervo de su cuerpo?
3. ¿Qué le pasó un día de verano con su cornamenta?
4. ¿Qué le ayudó a escapar de la frondosidad de los árboles?
5. ¿Cómo actuó el ciervo?
6. ¿Qué consejos le darías al ciervo?

## **Sesión 18: La historia de Pincho.**

### ➤ **Objetivos específicos:**

- Desarrollar la imaginación y creatividad continuando una historia.
- Fomentar el trabajo cooperativo.

### ➤ **Recursos didácticos:** folio, lápiz y goma.

### ➤ **Temporalización:** 1 hora.

### ➤ **Desarrollo de la actividad:**

El maestro seguirá la historia, contando a los alumnos que Pincho se encuentra triste y no se valora a sí mismo. Por lo que los alumnos por grupos deberán continuar la historia, dando consejos a Pincho para que se quiera a sí mismo y se valore, diciéndole las cualidades positivas que tiene.

## BLOQUE 4: EMPATÍA

La empatía es la capacidad de reconocer y comprender los sentimientos de los demás como si fueran los nuestros propios.

Los niños con TDAH tienen una baja autoestima, debido a que a veces reciben comentarios negativos por parte de la familia, profesores e iguales. Suelen tener dificultades para hacer y conservar amigos, a menudo se meten en problemas o tienen un bajo rendimiento escolar. Estas situaciones llevan a los niños con TDAH a tener una falta de empatía hacia los demás. Por lo tanto, los objetivos generales de este bloque serán: promover la empatía, poniéndonos en el lugar de los demás y trabajar estrategias de comunicación.

### Sesión 19: Las tres urnas.

➤ **Objetivos específicos:**

- Comprenderse mejor unos a otros.
- Promover la empatía y la ayuda mutua.

➤ **Recursos didácticos:** Tres urnas, Una hoja de etiquetas “Me gustaría superar... Me arrepiento de... Un problema mío es...”, tijeras, papel de celofán adhesivo para recortar y adherir etiquetas a las urnas, folios en blanco, lápiz y goma.

➤ **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

Se colocarán a la vista de todas 3 urnas con las siguientes etiquetas: Me gustaría superar..., Me arrepiento de..., Un problema mío es...

Los alumnos deberán terminar las frases en un folio, sin decirles que después las meteremos en las tres urnas.

Una vez introducidos todos los folios, leeremos los folios de cada uno y comentaremos en gran grupo, entre todos, aportando soluciones y dando consejos.

### Sesión 20: Cuento “Otra cosa”.

➤ **Objetivos específicos:**

- Aprender que las diferencias de las personas nos enriquecen.
- Entender lo que sienten los demás cuando son rechazados.
- Desarrollar valores de respeto y de tolerancia.

➤ **Recursos didácticos:** cuento “Otra cosa” (Anexo 9), folio, lápiz y goma.

➤ **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

Leeremos el cuento “Otra Cosa” de cave y Riddel (2003) / (Anexo 9) y después hablaremos sobre los sentimientos de Otra Cosa cuando está solo, cuando los demás lo rechazan por ser diferente. Después, nos pondremos en su situación y plantearemos la siguiente cuestión: ¿Alguna vez te has sentido como él?

Más tarde, reflexionaremos sobre la actitud de Otra Cosa cuando aparece Algo, poniéndonos en el lugar de los dos para ver cómo se sentía cada uno de ellos al encontrarse y planteando cuestiones que les hagan reflexionar: ¿qué quería conseguir el personaje Algo?, ¿cómo reaccionó el personaje Otra Cosa cuando apareció el personaje Algo?, ¿qué sintió el personaje Otra Cosa cuándo despidió al personaje Algo?...etc.

### Sesión 21: Juego de roles.

➤ **Objetivos específicos:**

- Desarrollar la empatía poniéndonos en el lugar de los demás.
- Trabajar estrategias de comunicación.
- Trabajar el role-playing.

➤ **Recursos didácticos:** No se necesita ningún material.

➤ **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

El maestro dará una serie de situaciones cotidianas de la vida diaria y los alumnos mediante un teatro deberán escenificar a los personajes elegidos por el maestro (maestro, padre, madre, amigo, carnicero...).

Una vez realizado la representación, los alumnos explicarán que emociones han sentido, cómo se han sentido...etc.

### Sesión 22: Te entiendo.

➤ **Objetivos específicos:**

- Utilizar una estrategia comunicativa para expresar lo que sentimos.
- Comprender las emociones en nosotros y en los demás.
- Trabajar el Role-playing.

➤ **Recursos didácticos:** No se necesita ningún material.

➤ **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

Por equipos deberán dramatizar una serie de situaciones planteadas por el maestro, donde se sienten mal. Al terminar la representación dirán por qué se han sentido mal, cuándo y porque. Se propondrá a los alumnos que cuando sientan la necesidad de decir algo que les ha sentado mal utilicen esta frase: YO ME HE SENTIDO \_\_\_\_\_ CUANDO TÚ \_\_\_\_\_ PORQUE \_\_\_\_\_.

### Sesión 23: Soy otra persona diferente.

➤ **Objetivos específicos:**

- Aprender a comprender situaciones y a personas de nuestro entorno.
- Entender lo que sienten los demás y adquirir la empatía.

➤ **Recursos didácticos:** folio, lápiz, pinturas, rotuladores.

➤ **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

El maestro repartirá un folio a cada alumno con el nombre de otro compañero, es decir, un alumno tendrá la personalidad de otro compañero. Este deberá presentarse como si fuera el compañero sin decir su nombre, diciendo las cualidades físicas, la manera de ser, los gustos y las aficiones que tiene dicho compañero.

El resto de alumnos deberán de adivinar quién es y quien acierte deberá presentar a otro compañero y así sucesivamente.

### Sesión 24: La historia de Pincho.

➤ **Objetivos específicos:**

- Desarrollar la imaginación y creatividad continuando una historia.
- Fomentar el trabajo cooperativo.

➤ **Recursos didácticos:** folio, lápiz y goma.

➤ **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

El maestro seguirá la historia, contando a los alumnos que Pincho sigue de campamento y que se van de excursión, pero Pincho se aburre de repente y se escapa.

Los alumnos tendrán que inventarse donde va Pincho de excursión, si luego Pincho se arrepiente o no, cómo cree Pincho que se sentirán los maestros y que sucede finalmente.

## BLOQUE 5: HABILIDADES SOCIALES

Las habilidades sociales son una serie de conductas, adquiridas de forma natural, que permiten desarrollarnos con lo demás adecuadamente.

Los alumnos con TDAH suelen tener dificultades a la hora de relacionarse con los demás, atender a las señales sociales y anticipar los resultados y las consecuencias en sí mismos y en los demás. Esto provoca rechazo, aislamiento...etc. Por lo tanto, los objetivos generales de este bloque serán: ser capaces de resolver problemas y dominar las habilidades sociales básicas.

### Sesión 25: Gracias y Por favor.

➤ **Objetivos específicos:**

- Reconocer las fórmulas de cortesía y de agradecimiento.

➤ **Recursos didácticos:** papel azul y amarillo, folios, lápices, pinturas.

➤ **Temporalización:** 1 hora.

➤ **Desarrollo de la actividad:**

Primeramente, practicaremos dar las gracias y por favor, haciendo tarjetas azules y amarillas y metiéndolas en una bolsa. Los alumnos, por turnos, tendrán que sacar tarjetas y quien saque una tarjeta azul tiene que pedir algo por favor y quien saque una amarilla tendrá que dar las gracias por algo.

Después al maestro ordenará a cada alumno que pida un objeto a uno de sus compañeros del modo que se le indique, es decir, de manera cómica, romántica, asustada, trágica...

## Sesión 26: Taller de abrazos.

- **Objetivos específicos:**
  - Generar bienestar.
  - Aliviar tensiones y disminuir el estrés
  - Promocionar seguridad y confianza.
- **Recursos didácticos:** papel.
- **Temporalización:** 1 hora.
- **Desarrollo de la actividad:**

### **Parte 1:**

Los alumnos deberán coger al azar un papel de distintos colores que tengan escrito el número 1 o el número 2.

Cada papel tendrá una frase motivadora:

- Sé que lo conseguirás.
- Eres capaz de hacerlo.
- Puedes llegar a donde tú quieras.
- Cuando me necesites, pídemelo.
- Puedes llegar a donde te propongas.
- Yo sé que eres bueno/a.
- ¡¡¡Vales mucho!!!

Una vez que todos los alumnos han encontrado su papel tendrán que ir a abrazarse de tal manera que ningún alumno se quede solo, siguiendo las siguientes instrucciones:

- Con una persona o personas que tenga escrito el mismo número que ellos.
- Con una persona o personas que tenga el mismo color de papel.
- Con la persona o personas que más relación tengan.
- Con la persona o personas que menos relación tienen.

### **Parte 2:**

Después, se colocarán en dos círculos concéntricos; los alumnos que tengan el papel con el número 1 se colocan por fuera y los del número 2 por dentro. Se van moviendo en direcciones opuestas y a la voz de “ya” se paran y con la persona que se encuentran enfrente tienen que:

- Abrazarse y decir algo que te guste mucho de ti.
- Abrazarse y decir algo que te haga muy feliz.
- Abrazarse y no decir nada.
- Abrazarse y decir algo que te guste mucho de la otra persona.

## Sesión 27 y 28: Cine-fórum: “Manuelita, la tortuga”.

- **Objetivos específicos:**
  - Ser conscientes de los éxitos y los fracasos.
  - Ser capaces de resolver conflictos.
- **Recursos didácticos:** Película “Manuelita, la tortuga. Película argentina completa de dibujos animados (1999)”: <https://www.youtube.com/watch?v=HatAfJXV0mU>
- **Temporalización:** 2 horas.
- **Desarrollo de la actividad:**

Primero se les pondrá la película “Manuelita, la tortuga” y después con la ayuda del maestro, reflexionarán a modo de debate.

## Sesión 29: Me siento genial.

- **Objetivos específicos:**
  - Saber identificar situaciones que nos hacen sentir bien y mal.
- **Recursos didácticos:** folio, lápiz y goma.
- **Temporalización:** 1 hora.
- **Desarrollo de la actividad:**

Cada grupo pensará una situación que les hace sentir bien y otra situación que les hace sentir mal. Cuando ya la hayan pensado, saldrán al centro de la clase por orden y la representarán con mímica.

El grupo que está observando tendrá que adivinar la situación y comentar por qué produce bienestar o malestar y cómo se puede solucionar esa situación.

## Sesión 30: La historia de Pincho.

- **Objetivos específicos:**
  - Desarrollar la imaginación y creatividad continuando un cuento.
  - Fomentar el trabajo cooperativo.
- **Recursos didácticos:** folio, lápiz y goma.
- **Temporalización:** 1 hora.
- **Desarrollo de la actividad:**

El maestro seguirá la historia, contando a los alumnos que Pincho y el resto de compañeros recibirán una visita y que deberán de recibirlos con educación y enseñarles las instalaciones del campamento.

Los alumnos tendrán que inventarse quien les va a ir a visitar al campamento e inventar un diálogo de manera educada utilizando las habilidades sociales básicas de saludo y despedida.

## FINAL

Por cada actividad, cada grupo recibirá una pegatina (refuerzo positivo) y una vez acabado el bloque, los alumnos recibirán una pista, que les llevará al lugar donde está escondido el cofre del tesoro, el cual guarda la solución para poder ayudar a Pincho.... A continuación, presentamos las cinco pistas que recibirán los alumnos a lo largo de todo el programa:

Pista 1: Situaros en la puerta del patio del colegio. Pista 2: Dar 30 pasos hacia delante. Pista 3: Dar 15 pasos hacia la derecha. Pista 4: Dar 20 pasos hacia la izquierda. Pista 5: llave que abre el cofre del tesoro.

En el cofre del tesoro vendrá la siguiente información:

Para que pincho pueda controlar sus púas, tendréis que acertar dos adivinanzas:

1. Tengo dientes y no muerdo, desenredo con cuidado, caminos abro en tu pelo, ya sea liso o rizado.
2. Seguro que en tu casa está, si no lo sabes no importa. Pero ¿qué cosa será, que cuanto más larga más corta?

Una vez que los alumnos han acertado las adivinanzas, ya sabrán cómo ayudar a Pincho a controlar sus púas; o bien peinándoselas o bien cortándoselas.

### 5.10 EVALUACIÓN

La evaluación es esencial para saber en qué grado se han logrado o no los objetivos propuestos en el programa de intervención.

Llevaremos a cabo una evaluación individual, teniendo en cuenta las capacidades y limitaciones del alumnado. Una evaluación continua, ya que lo llevaremos a cabo a lo largo de todo el curso académico y una evaluación formativa, indicando los progresos y las dificultades del alumnado en cada uno de los cinco bloques llevados a cabo. La técnica principal del proceso de evaluación será la observación directa y sistemática, y llevaremos a cabo tres fases:

- Evaluación inicial. Tendremos en cuenta los conocimientos previos que posee el alumnado a cerca de las emociones y recogeremos el primer día en una asamblea general.
- Evaluación formativa. Realizaremos un diario de clase e indicaremos los progresos y dificultades del alumnado en cada uno de los cinco talleres, explicando qué ha pasado, cómo ha reaccionado, cómo se ha sentido...etc. También, tendremos en cuenta las diferentes historias de nuestro personaje Pincho creadas por cada grupo en los diferentes bloques.
- Evaluación final. Los alumnos realizarán una autoevaluación y una evaluación del programa (Anexo 10) y el maestro hará una evaluación de los alumnos y del programa (Anexo 11). Una vez analizados los datos obtenidos en los cuestionarios realizados por el grupo-clase y viendo que no cumple con las expectativas que se habían propuesto al principio del programa de prevención, este se volverá a reprogramar proponiendo nuevas mejoras.

## 6. CONCLUSIONES

Este último apartado engloba las conclusiones obtenidas tras la realización de este trabajo fin de grado, así como una breve valoración personal.

En primer lugar, partimos de que es muy complicado saber cómo actuar ante los distintos tipos de niños que nos encontramos en el aula. Por ello, uno de los principales objetivos en la escuela es el de detectar cuáles son las necesidades educativas que presenta cada alumno. Una vez hecho esto, hay que analizarlas con la finalidad de proporcionar la respuesta educativa más adecuada para cada uno de los casos. Por otro lado, queremos resaltar la importancia que tiene la escuela en la educación de los niños, señalando lo preparada que tiene que estar para poder responder a todas las necesidades que puedan presentar dichos alumnos. Centrándonos en los alumnos con discapacidad, los maestros debemos lograr que estos alumnos se integren y se desarrollen adecuadamente.

La elección del tema del Trabajo Fin de Grado fue un proceso bastante rápido, ya que desde el primer momento tenía claro que quería elegir un tema que me gustara, motivara y tuviera ciertos conocimientos. Entre ellos estaba el trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad y la psicología positiva, por lo que mezclando ambos temas se me ocurrió la idea de crear un programa sobre Educación Emocional con alumnos que presentan un trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad.

Después, tuve que tomar la decisión de a que edades destinar mi propuesta de intervención, por lo que recordé mi experiencia en el Practicum II. Estuve en un colegio de Educación Especial, y más concretamente en un aula de Transición a la Vida adulta bastante autónoma que atendía a edades comprendidas entre los 16 y 21 años y vi la necesidad de trabajar el control emocional, la resolución de problemas, la autoestima, etc.. Por lo que lo puse en práctica, realizando un taller emocional de dos horas, el cual tuvo resultados bastantes satisfactorios. Por lo tanto, centré mi programa de intervención en el colegio de Educación Especial en el que estuve y en el aula y con los alumnos con los que pasé mis tres meses de prácticas.

En cuanto a la realización del trabajo fin de grado, una de las dificultades que he tenido ha sido a la hora de elaborar el marco teórico, puesto que existe mucha documentación sobre el Trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad y la Educación Emocional y leyendo tantas fuentes aún tengo la impresión de haberme olvidado de algo. Asimismo, existe una escasa información de la discapacidad en el mundo emocional, por lo que me entraron muchas dudas de si la propuesta de actividades funcionaría bien o se quedaría en una utopía.

Tengo que reconocer que a raíz de este trabajo fin de grado, mis conocimientos sobre ambos temas han sido ampliados y reforzados, siendo capaz de llevar a cabo la Educación Emocional tanto con niños con discapacidad, como sin ella.

Por otro lado, la importancia de la Educación Emocional tanto en niños, como en adultos ha quedado reflejada en este trabajo fin de grado. También, destacamos la importancia de las familias y la cohesión con la escuela con la finalidad de conseguir un buen desarrollo del niño en todos los aspectos. En conclusión, este trabajo fin de grado ha sido fruto de todo lo adquirido y aprendido en los cuatro años de carrera.

Con respecto a la propuesta de intervención, creemos que a la hora de aplicarlo vamos a obtener resultados bastante gratificantes, ya que hemos tenido en cuenta los intereses, características y capacidades del alumnado para poder hacer una adaptación lo más completa posible.

Para ello, hemos intentado poner como protagonista principal el juego, entendido a través de dos enfoques: con un fin, como actividad placentera para el alumnado y como medio para la consecución de los objetivos programados. Además, a través del juego desarrollamos los cuatro aspectos de la personalidad del niño: el cognitivo, resolviendo problemas planteados, el motriz, realizando movimientos, habilidades y destrezas, el social, fomentando la cooperación y el afectivo, estableciendo vínculos personales entre los alumnos.

Por otro lado, hemos intentado llevar a cabo una metodología centrada en el trabajo cooperativo, ya que constituye una forma de aprender haciendo y es una estrategia imprescindible para lograr un aprendizaje significativo potenciando:

- La responsabilidad de cada uno y también la colectiva.
- La comunicación entre todos los miembros del grupo.
- El liderazgo compartido y el reparto de responsabilidades.
- La participación de las familias en las actividades de aprendizaje.

En conclusión, ambos temas han sido muy interesantes, de los cuales hemos podido aprender de cara a nuestro futuro profesional. Finalmente, consideramos que la elaboración de este trabajo fin de grado ha sido una experiencia enriquecedora y gratificante que nos ha ayudado a comprender que cada alumno tiene una serie de necesidades, y como maestros, debemos dar respuesta de la forma más adecuada posible.

Por todo esto, nos quedamos con varias frases que han marcado toda mi vocación por la Educación Especial:

“La discapacidad es la capacidad extraordinaria de ser capaz”

“Cuanto más abiertos estemos hacia nuestros propios sentimientos, mejor podremos leer los de los demás”.

Daniel Goleman.

# 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

## 7.1 BIBLIOGRAFÍA

- Aguilar Millastre, C. (2014). *TDAH y dificultades del aprendizaje: Guía para padres y educadores*. Valencia: diálogo-tilde.
- Albert, J., López-Martín, S., Fernández-Jaén, A., & Carretié, L. (2008). Alteraciones emocionales en el trastorno por déficit de atención/ hiperactividad: datos existentes y cuestiones abiertas. *Revista de Neurología*, 47(1), 39-45.
- Barkley, R. A. (1999). *Niños hiperactivos: cómo comprender y atender sus necesidades especiales: guía completa del trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH)*.
- Barkley, R. A. (2002). *Niños hiperactivos. Cómo comprender y atender sus necesidades especiales*. 2ª ed. Barcelona: Paidós
- Barkley, R. A. (2006). *Attention-deficit hyperactivity disorder: A handbook for diagnosis and treatment (3rd ed.)*. New York: Guilford Press.
- Biederman, J., Wilens, T., Mick, E., Milberger, S., Spencer, T. J., & Faraone, S.V. (1995). Psychoactive substance use disorders in adults with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): effects of ADHD and psychiatric comorbidity. *American Journal of Psychiatry*, 152(11), 1652-1658.
- Bisquerra Alzina, R., & López, É. (2003). Educación emocional. Programa para 3-6 años. *Praxis. Mográfico Escuela Española*.
- Bisquerra Alzina, R., & Pérez Escoda, N. (2007), Las competencias emocionales. *Educación XXI: revista de la Facultad de Educación* (10). 61-82.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development* Cambridge. MA: Har.
- Cave, K. & Riddel, C. (2003). *Otra cosa*. Barcelona: Elfos.
- Clouder, C., Dahlin, B., Diesksitra, R., Fernández Berrocal, P., Heys, B., Lantieri, L., & Paschen, H. (2013). *Educación Emocional y Social: Análisis Internacional*: Santander:Fundación Mercelino Botín.
- De Psiquiatría, A. A. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales-DSM*. 5ª Ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Esperón, C. S., & Suárez, A. D. (2007). *Manual de diagnóstico y tratamiento del TDAH*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

- Federación Española de Asociaciones para la ayuda al Déficit de Atención e Hiperactividad (feaadah) (2010). Guía de actuación en la escuela ante el alumno con TDAH. Cartagena.
- Fernández, M. L., & González, E. F. (2016). *¿Cómo controlar el Déficit de Atención de mi hijo?: EL INQUIETO GENIO DISTRAÍDO*. Saludable.
- Fragoso-Luzuriaga, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto?. *Revista iberoamericana de educación superior*, 6(16), 110-125.
- Fundaicyl (2009). Guía para padres y profesionales de la educación y de la medicina sobre el TDAH. Valladolid
- Gallego Matellán. M. (2015). Educación Emocional “con” y “sin” TDAH (1st ed.). Madrid: EOS.
- García, M. C. (2003). Inteligencia Emocional: estudiando otras perspectivas. *Revista de Educación, Cultura y Sociedad*, 4, 143-148.
- Goleman, D. (1995). Inteligencia emocional. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (1999). La práctica de la Inteligencia emocional. Madrid: Kairós.
- Güell, M. & Muñoz, J. (2000). Desconóctete a ti mismo. Programa de alfabetización emocional. Barcelona. Paidós
- Ibarrola, B., & Delfo, E. (2003). Sentir y Pensar. Programa de Inteligencia emocional para niños de 6 a 8 años. SM.
- Lozano González, L., García Cueto, E., Lozano Fernández, L. M., Pedrosa García., I., & Llamno López, A. (2011). Programa Escolar de Desarrollo Emocional (P.E.D.E.): Actividades para el alumnado en el aula.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9 (3), 185-211.
- Medina, A. R., & Soler, C. L. (2014). *TDAH y Trastornos del Comportamiento en la infancia y la adolescencia*. Ediciones Pirámide.
- Mena, B.; Nicolau, R.; Salat, L.; Tort, P. & Romero, B. (2006). Guía práctica para educadores: El alumno con TDAH: *Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad*. 2ªed. Barcelona: Mayo.
- Moreno, I. (1999). Hiperactividad. Prevención, evaluación y tratamiento en la infancia. Madrid: Pirámide.
- Orjales Villar I. Déficit de atención con hiperactividad. Madrid: Cepe, 1998.

- Pascual - Castroviejo, I. (2008). Trastornos por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). *Asociación Española de Pediatría y Sociedad Española de Neurología Pediátrica. Protocolos de Neurología*, 140-150.
- Pintor Cano, B. (2011). Tesis doctoral. Elaboración de un cuestionario para detectar el grado de conocimiento de familias y docentes respecto al TDAH. Universidad Almería. Recogido el 15 de Abril del 2017: [http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/1158/Pintor\\_%20Cano\\_Beatriz.pdf?sequence=1](http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/1158/Pintor_%20Cano_Beatriz.pdf?sequence=1)
- Rief, S. (1999). *Cómo tratar y enseñar al niño con problemas de atención e hiperactividad. Técnicas, estrategias e intervenciones para el tratamiento del TDA/TDAH*. Buenos Aires: Paidós.
- Ripoll, J. C. S, & Yoldi, M. H. (2009). *Alumnos distraídos, inquietos e impulsivos (TDA-H): Estrategias para atender su tratamiento en educación primaria*. Madrid: CEPE.
- Ubieto, J. R. (2014). *TDAH: hablar con el cuerpo*. Editorial UOC.
- Vallés Arándiga, A. (1999). SICLE. Siendo inteligente con las emociones. *Promolibro. Colección Atención a la Diversidad*.
- Vallés, A. (1994). Programa de reforzamiento en las habilidades sociales, autoestima y solución de problemas (I, II, III). *Madrid: EOS*.
- Vañó, A. C. (2011). *Cultivando emociones: educación emocional de 3 a 8 años*.
- Vicario, M. I. H., & Esperón, C. S. (2008). Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). *Pediatría Integral*, 177-197.
- Ygual-Fernández, A., Miranda-Casas, A., & Cervera-Mérida, J. F. (2000). Dificultades en las dimensiones de forma y contenido del lenguaje en los niños con trastorno por déficit de atención con hiperactividad. *Rev Neurol Clin*, 1, 193-202.

## 7.2 WEB-GRAFÍA

- Banús Llort, S. (2008). *Psicodiagnos: Psicología infantil y juvenil*. Tarragona (España). Técnicas conductuales para niños. Recuperado el día 3 de Junio del 2017 en: <https://psicodiagnos.es/areaespecializada/tecnicasdeintervencion/tecnicasconductualesaplicadasanios/index.php>
- Banús Llort, S. (2008). *Psicodiagnos: Psicología infantil y juvenil*. Tarragona (España). Orientaciones déficit de atención. Recuperado el día 9 de Junio del 2017 en: <https://psicodiagnos.es/areaescolar/intervencion-psicopedagogica-alumnos-especiales/orientacionesalumnosdeficitatencion/index.php>

- Federación Española de Asociaciones para la ayuda al Déficit de Atención e Hiperactividad (feadah) (2010). Cuento Infantil: Pincho se va de vacaciones. Recuperado el día 1 de Junio del 2017 en: <http://www.feadah.org/medimg74>
- Fundación CADAH (2012). Entrenamiento para padres de afectados con TDAH. Recuperado el día 09 de Junio del 2017 en: <https://www.fundacioncadah.org/web/articulo/entrenamiento-para-padres-de-afectados-con-tdah.html>
- Fundación CADAH (2012). Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad. Recuperado el día 14 de Abril del 2017 en: <https://www.fundacioncadah.org/web/articulo/que-causa-y-que-no-causa-el-tdah.html>
- García-Rincón de Castro, C. [César García-Rincón de Castro]. (2015, Diciembre 5). El rock de las emociones: proyecto Emoticanos [Archivo de vídeo]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=hX60bIksDsU>
- García-Rincón de Castro, C. [Orientacionandujar]. (2014, Junio 4). Canción infantil me tranquilizo para niños tdah modificación de conducta [Archivo de vídeo]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=aixHCo0HIP4>
- Rizaldos Lamoca, M.A. [Miguel Ángel Rizaldos Lamoca]. (2014, Diciembre 22). Canción infantil el semáforo del corazón trabajamos las habilidades sociales. [Archivo de vídeo]. Recuperado de: [https://www.youtube.com/watch?v=q\\_dzk-XvX6w](https://www.youtube.com/watch?v=q_dzk-XvX6w)
- Robles, A. [Arturo Robles]. (2016, Septiembre 29). Autoestima urraca y cotorra. [Archivo de vídeo]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=vsPW rRSChFo>
- TecDiSol. [TecDiSol Com]. (2015, Octubre 11). La Técnica de la tortuga para aprender a calmarse [Archivo de vídeo]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=H6Z1Y5mI3FE>

## 7. ANEXOS

### ANEXO 1

A. Patrón persistente de inatención y/o hiperactividad-impulsividad que interfiere con el funcionamiento o desarrollo que se caracteriza por (1) y/o (2):

Inatención: Seis (o más) de los siguientes síntomas se han mantenido durante al menos 6 meses en un grado que no concuerda con el nivel de desarrollo y que afecta directamente las ACTIVIDADES sociales y académicas/laborales:

Nota: Los síntomas no son sólo una manifestación del comportamiento de oposición, desafío, hostilidad o fracaso para comprender las tareas o INSTRUCCIONES.

\* Para adolescentes mayores y adultos (a partir de 17 años de edad), se requiere un mínimo de 5 síntomas.

a. Con frecuencia falla en PRESTAR la debida atención a los detalles o por descuido se cometen errores en las tareas escolares, en el trabajo o durante otras actividades (por ejemplo, se pasan por alto o se pierden detalles, el trabajo no se lleva a cabo con precisión).

b. Con frecuencia tiene dificultades para mantener la atención en tareas o actividades recreativas (por ejemplo, tiene dificultad para mantener la atención en clases, conversaciones o lectura prolongada).

c. Con frecuencia parece no escuchar cuando se le habla directamente (por ejemplo, parece tener la mente en otras cosas, incluso en ausencia de cualquier distracción aparente).

d. Con frecuencia no sigue las INSTRUCCIONES y no termina las tareas escolares, los quehaceres o los deberes laborales (por ejemplo, inicia tareas pero se distrae rápidamente y se evade con facilidad).

e. Con frecuencia tiene dificultad para organizar tareas y actividades (por ejemplo, dificultad para gestionar tareas secuenciales; dificultad para poner los materiales y pertenencias en orden; descuido y desorganización en el trabajo; mala gestión del tiempo; no cumple los plazos).

f. Con frecuencia evita, le disgusta o se muestra poco entusiasta en INICIAR tareas que requieren un esfuerzo mental sostenido (por ejemplo tareas escolares o quehaceres domésticos; en adolescentes mayores y adultos, preparación de informes, completar formularios, revisar artículos largos).

g. Con frecuencia pierde cosas necesarias para tareas o actividades (por ejemplo, materiales escolares, lápices, libros, instrumentos, billetero, llaves, papeles de trabajo, gafas, móvil).

h. Con frecuencia se distrae con facilidad por estímulos externos (para adolescentes mayores y adultos, puede incluir pensamientos no relacionados).

i. Con frecuencia olvida las actividades cotidianas (por ejemplo, hacer las tareas, hacer las diligencias; en adolescentes mayores y adultos, devolver las llamadas, pagar las facturas, acudir a las citas).

Hiperactividad e inatención: Seis (o más) de los siguientes síntomas se han mantenido durante al menos 6 meses en un grado que no concuerda con el nivel de desarrollo y que afecta directamente las actividades sociales y académicas/laborales:

Nota: Los síntomas no son sólo una manifestación del comportamiento de oposición, desafío, hostilidad o fracaso para comprender las tareas o instrucciones.

\* Para adolescentes mayores y adultos (a partir de 17 años de edad), se requiere un mínimo de 5 síntomas.

- a. Con frecuencia juguetea o golpea con las manos o los pies o se retuerce en el asiento.
- b. Con frecuencia se levanta en situaciones en que se espera que permanezca sentado (por ejemplo, se levanta en clase, en la oficina o en otro lugar de TRABAJO, en situaciones que requieren mantenerse en su lugar).
- c. Con frecuencia corretea o trepa en situaciones en las que no resulta apropiado. (Nota: En adolescentes o adultos, PUEDE limitarse a estar inquieto.).
- d. Con frecuencia es incapaz de jugar o de ocuparse tranquilamente en ACTIVIDADES recreativas
- e. Con frecuencia está `ocupado`, actuando como si `lo impulsara un motor` (por ejemplo, es incapaz de estar o se siente incómodo estando quieto DURANTE un tiempo prolongado, como en restaurantes, reuniones; los otros pueden pensar que está intranquilo o que le resulta difícil seguirlos).
- f. Con frecuencia habla excesivamente.
- g. Con frecuencia responde inesperadamente o antes de que se haya concluido una pregunta (por ejemplo, termina las frases de otros; no respeta el turno de conversación)
- h. Con frecuencia le es difícil esperar su turno (por ejemplo, mientras espera una cola).
- i. Con frecuencia interrumpe o se inmiscuye con otros (por ejemplo, se mete en las conversaciones, juegos o actividades; puede empezar a utilizar las cosas de otras personas sin esperar o recibir permiso; en adolescentes y adultos, puede inmiscuirse o adelantarse a lo que hacen los otros).

B. Algunos síntomas de inatención o hiperactivo-impulsivos estaban presentes antes de los 12 años.

C. Varios síntomas de inatención o hiperactivo-impulsivos están presentes en dos o más contextos (por ejemplo, en casa, en el COLEGIO o el trabajo; con los amigos o familiares; en otras actividades).

D. Existen pruebas claras de que los síntomas interfieren con el funcionamiento social, académico o laboral, o reducen la calidad de los mismos.

E. Los síntomas no se producen exclusivamente durante el curso de la esquizofrenia o de otro trastorno psicótico y no se explican mejor por otro trastorno mental (por ejemplo, TRASTORNO DEL ESTADO DE ÁNIMO, trastorno de ansiedad, trastorno disociativo, trastorno de la personalidad, intoxicación o abstinencia de sustancias).

En función de los resultados se podrán clasificar las siguientes presentaciones:

- Presentación combinada: Si se cumplen el Criterio A1 (inatención) y el Criterio A2 (hiperactividad-impulsividad) DURANTE los últimos 6 meses.
- Presentación predominante con falta de atención: Si se cumple el Criterio A1 pero no se cumple el criterio A2 (hiperactividad-impulsividad) durante los últimos 6 meses.
- Presentación predominante hiperactiva/impulsiva: Si se cumple el Criterio A2 (hiperactividad-impulsividad) y no se cumple el Criterio A1 (inatención) durante los últimos 6 meses.

Especificar si:

- En remisión parcial: cuando previamente se cumplían todos los criterios, no todos los criterios se han cumplido durante los últimos 6 meses, y los síntomas siguen deteriorando el funcionamiento social, académico o laboral.

Especificar la gravedad actual: Leve, Moderado, Severo

**ANEXO 2**

**EQUIPO:** \_\_\_\_\_ **Fecha:** \_\_\_\_\_

**¿Quiénes formamos el equipo?**

---

---

---

**¿Cómo se llama el equipo?**

---

**¿Qué hace cada uno?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Estas son las normas de nuestro equipo:**

<b>NORMAS</b>	<b>SÍ</b>	<b>NO</b>
Todos participamos		
Repartimos las tareas		
Discutimos		
Hablamos sin gritar		
Escuchamos las ideas de todos		
Levantamos la mano para hablar		
Somos desordenados		
Nos esforzamos		
Intentamos ayudar siempre a los compañeros		

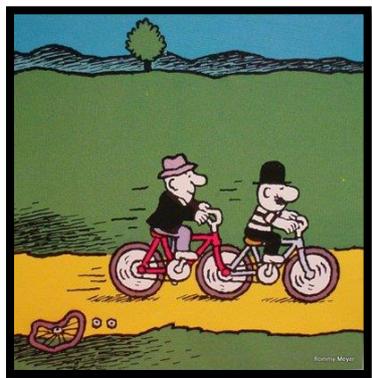
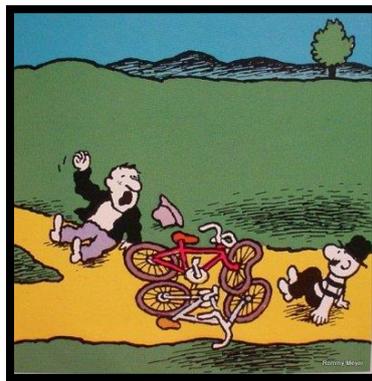
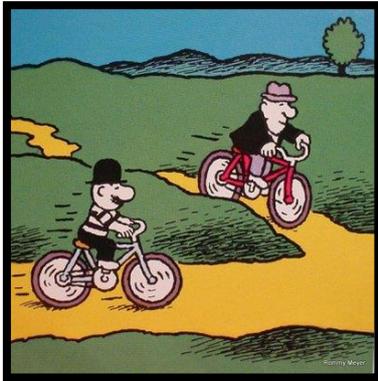
ANEXO 3



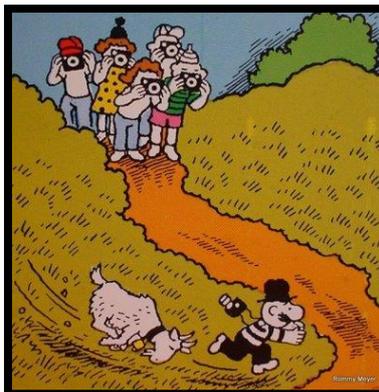
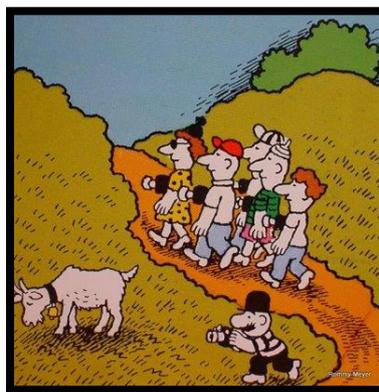
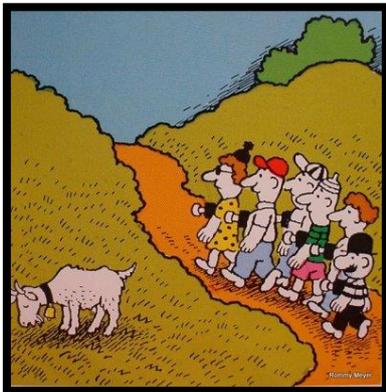
TRISTEZA	SORPRESA
ALEGRÍA	ENFADO
MIEDO	ASCO

ANEXO 4

Serie 1:



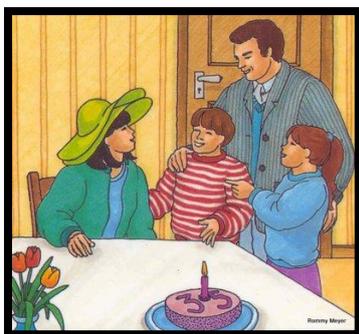
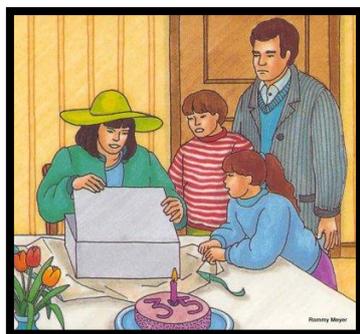
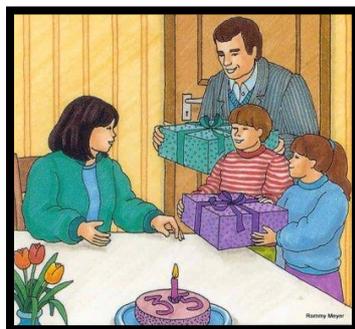
Serie 2:



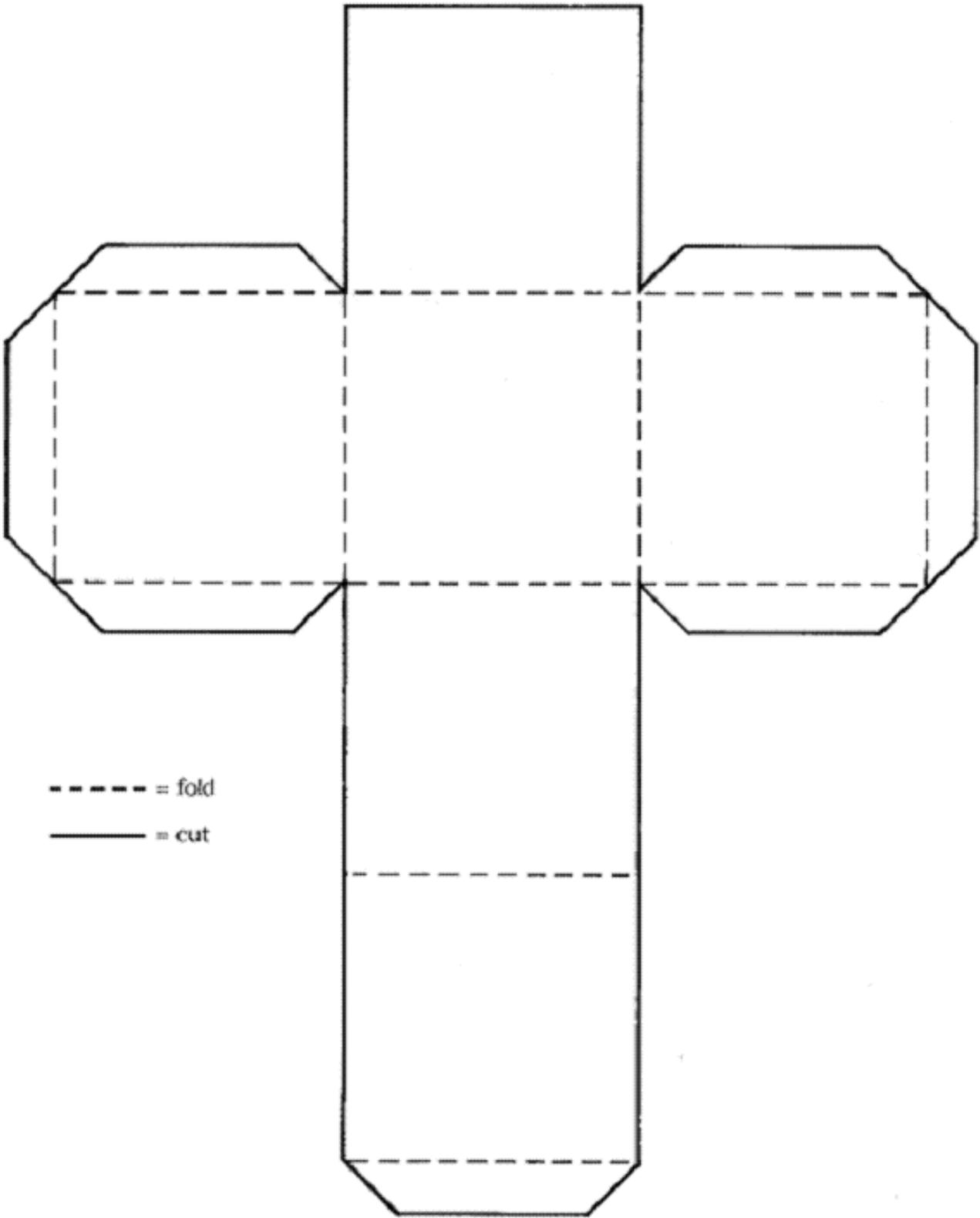
Serie 3:



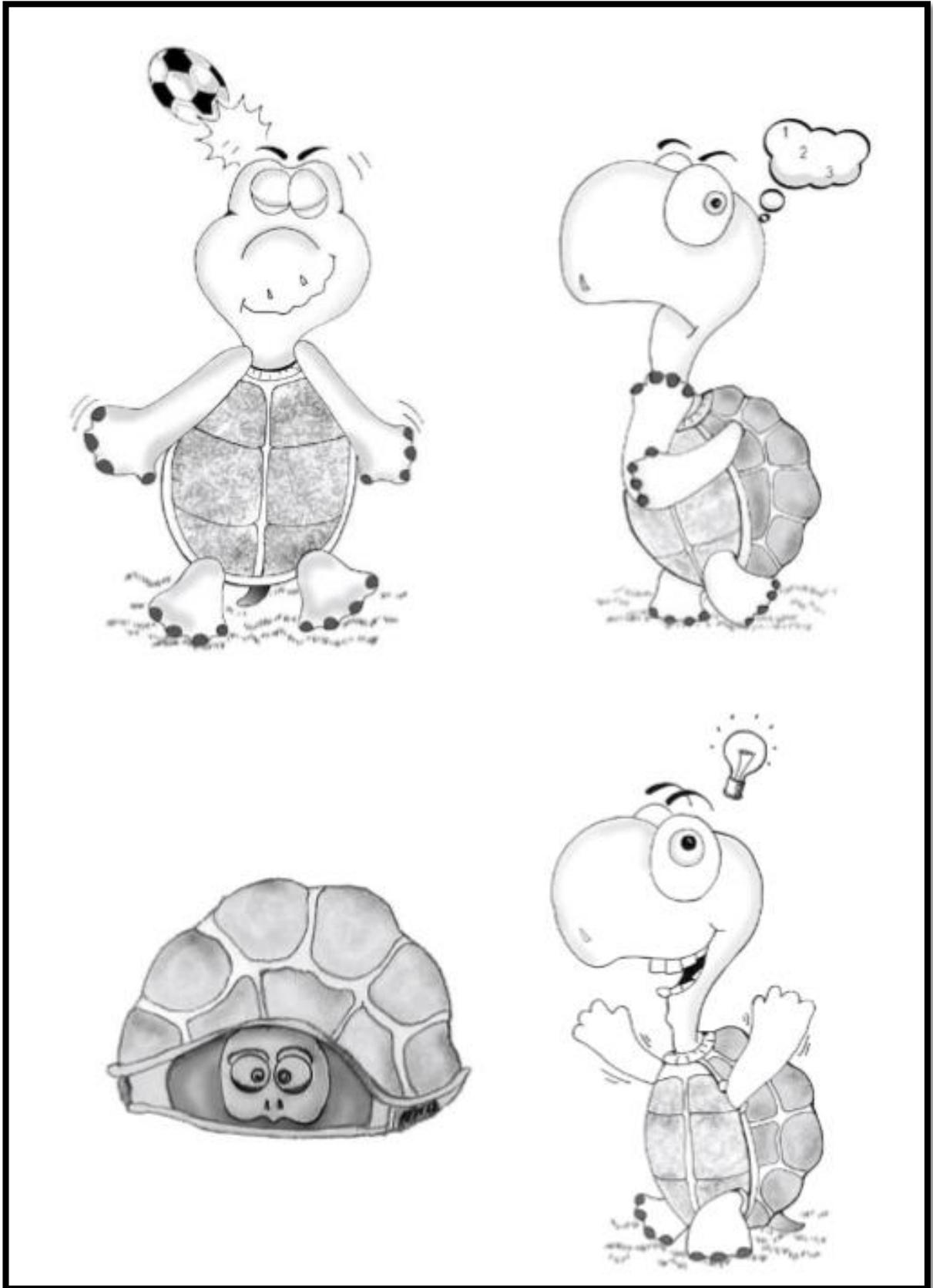
Serie 4:

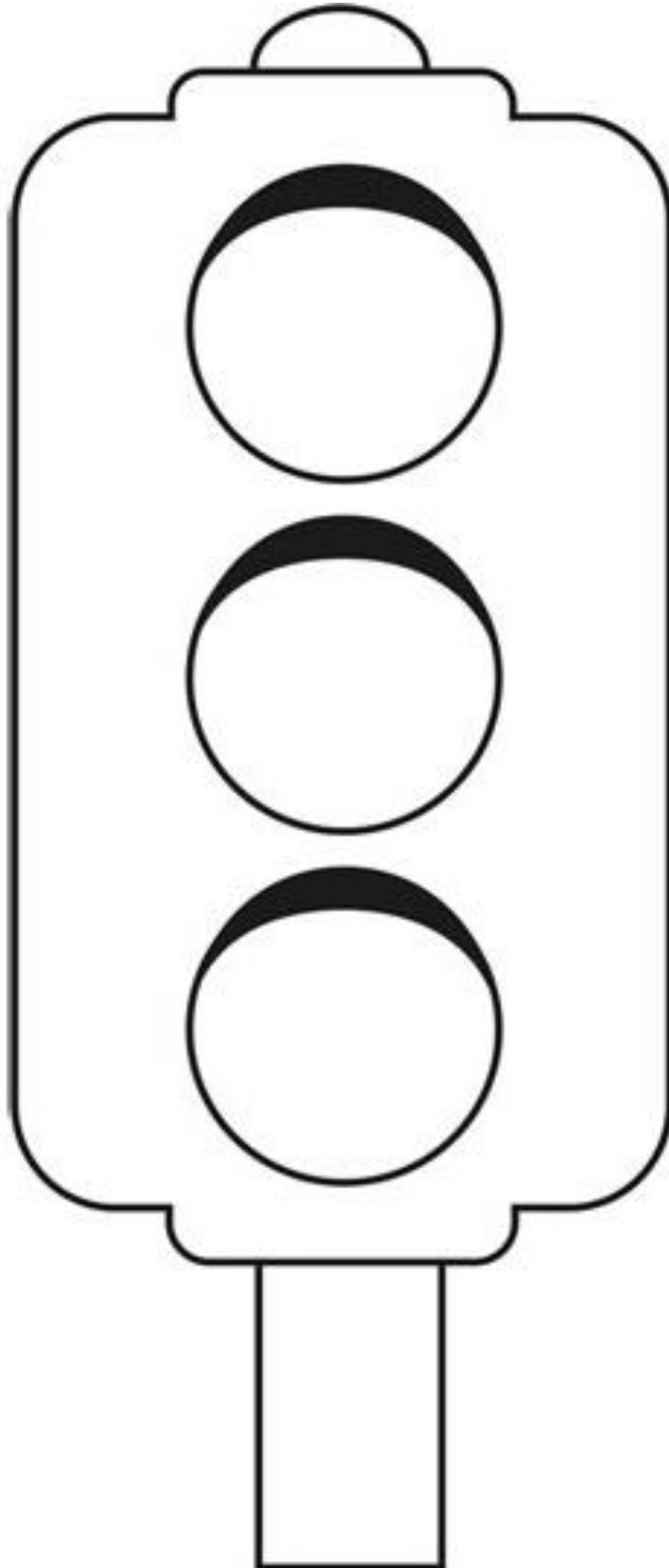


ANEXO 5



ANEXO 6





## ANEXO 8

Cuento: El ciervo y su cornamenta (anónimo).

Érase una vez un ciervo que tenía una bonita y grande cornamenta, de la cual estaba tan orgulloso, que se burlaba de los carneritos, haciéndoles sentir inferiores porque ellos no tienen cornamenta.

Todos los días se miraba en el agua del arroyo y se decía: “Que cornamenta tan bonita y fuerte tengo, sin embargo mis patas son tan delgadas, si pudiera cambiarlas por otras, sería muy feliz”.

Un día de verano, estaba paseando por el campo, cuando sintió el rugir de un león y al verlo corrió desesperado porque lo seguía.

Sus patas veloces lo ayudaban a alejarse, pero de pronto su hermosa cornamenta se enganchó entre la frondosidad de los árboles.

El ciervo, intentó desesperadamente liberarse, pero no pudo. Mientras el león casi lo alcanzaba, el ciervo con una de sus patas pudo alejar unas ramas primero y otras después hasta que se liberó, y con ágiles movimientos huyó rápidamente para escaparse del león.

Cuando ya estaba a salvo se dijo muy arrepentido: “¡Las patas que tanto desprecié me han salvado en la fuga y mi cornamenta que tanto admiraba me traicionó!”, he comprendido que no debo quejarme de mis patas porque ellas son muy veloces”.

## ANEXO 9

Cuento “Otra Cosa”

En una alta montaña, solo, sin amigos, vivía Otra Cosa. Sabía que era Otra Cosa porque todo el mundo lo decía. Cuando intentaba acercarse a los demás o paseaba junto a ellos, siempre le decían: “Lo sentimos, pero tú eres otra cosa. Eres diferente. No eres como nosotros”.

Otra Cosa se esforzaba mucho por ser igual que los demás. Sonreía y decía “Hola” igual que ellos. Pintaba cuadros. Jugaba con ellos cuando le dejaban. Incluso llevaba su merienda en una bolsa, igual que ellos. Pero no era suficiente, aunque lo intentaba con todas sus fuerzas: su aspecto era diferente y su manera de hablar también era diferente. Pintaba las cosas de manera diferente. Jugaba de manera diferente. Hasta su merienda le parecía diferente.

“Eres otra cosa”, le decían. “No eres como nosotros”, “eres diferente”. No eres uno de los nuestros”

Otra Cosa se sentía triste, triste y pequeño e iba a su casa. Una noche estaba a punto de acostarse cuando oyó que alguien o algo llamaba a su puerta. Abrió y de pie ante él vio Algo.

“Hola”, saludó Algo. “Encantado de conocerte. ¿Puedo entrar?”

“¿Cómo? ¿Qué dices?”, dijo Otra Cosa.

“Hola”, dijo Algo, y extendió su pata para saludarle, ¿o tal vez era una aleta?

Otra Cosa le miró la pata y luego dijo: “Creo que te has equivocado de lugar”.

Algo negó con la cabeza. “No, no me he equivocado. Esta casa es perfecta para mí.  
Y antes de que Otra Cosa entendiera lo que estaba pasando, Algo entró en la casa y... ¡se sentó en su sillón, encima de su cena!  
“¿Te conozco?, preguntó Otra Cosa muy extrañado.  
“¿Conocerme? ¡Pues claro que sí!”  
Algo se echó a reír. “Acércate. ¡Mírame bien!”  
Y Otra Cosa se acercó y empezó a mirarle. Lo inspeccionó de arriba a abajo, por delante y por detrás. No sabía qué decir, así que no dijo nada.  
“Pero, ¿no lo ves?”, dijo Algo. “Soy igualito que tú. Tú eres diferente de los demás y yo también”.  
Y de nuevo extendió la pata (¿o era una aleta?) y sonrió.  
Otra Cosa estaba demasiado sorprendido para poder sonreír y también demasiado asombrado para poder estrecharle la pata (¿o era una aleta?).  
“¿Igual que yo?”, dijo. “Tú no eres igual que yo”. “De hecho, no he visto a nadie como tú en toda mi vida. Así que...”, se dirigió a la puerta y la abrió:” “...Lo siento. Buenas noches y adiós”.  
Algo retiró su pata-aleta lentamente y dijo un “¡Oh!” muy bajito. Parecía triste, triste y pequeño, pequeño.  
Entonces Otra Cosa sintió algo en su interior. No podía explicar qué era, pero recordaba muy bien esa sensación.  
Corrió lo más rápido que pudo hasta alcanzar a Algo, agarró su pata-aleta y la sujetó con fuerza.  
“No eres como yo, pero no me importa. Puedes quedarte conmigo si quieres”. Y Algo se quedó.  
A partir de ese momento Otra Cosa tuvo un amigo. Se miraban, se sonreían y se decían “¡Hola!”. Pintaban cuadros. Cada uno jugaba a los juegos del otro, o al menos lo intentaba. Merendaban juntos. Eran diferentes, pero estaban juntos y se entendían.  
Y cuando alguien diferente y realmente raro aparecía, nunca le decían que no era como ellos o que se fuera. En seguida le hacían sitio y lo aceptaban.

**ANEXO 10**

Del alumno:

Autoevaluación:

	Mucho	Bastante	Poco	Nada
He terminado todas las fichas				
He participado en el equipo				
He dado ideas nuevas y he respetado a los demás				
Me he relacionado con los demás compañeros del equipo				
He aprendido cosas nuevas				
He sido responsable				
Me he divertido				

Evaluación del programa:

	Mucho	Bastante	Poco	Nada
Me han gustado las actividades				
Las actividades estaban bien explicadas				
He entendido todas las actividades				
Lo que he aprendido me sirve en mi vida diaria.				
He trabajado en equipo				
En general el programa me ha parecido...				
	Fantástico	Normal	Aburrido	

**ANEXO 11**

Del profesor:

Evaluación de los alumnos:

	CONSEGUIDO	EN PROCESO	NO CONSEGUIDO
Identifica las emociones básicas correctamente.			
Reconoce las emociones negativas y positivas en sí mismo y en los demás.			
Desarrolla su autoestima.			
Promueve la empatía, poniéndose en el lugar de los demás.			
Utiliza las habilidades sociales básicas.			
Regula las emociones para resolver problemas.			
Utiliza técnicas para relajarse en situaciones de alta tensión.			
Se implica en las actividades.			
Es capaz de trabajar en grupo con orden y respetando a los demás.			
Aplica en su vida cotidiana los conceptos trabajados en el programa.			
Participa de manera activa en los juegos de forma individual y colectiva.			
Observaciones:			

Evaluación del programa:

Aspectos que se deben de evaluar	Excelente 4 puntos	Bien 3 puntos	Regular 2 puntos	Mal 1 punto	Puntos
Objetivos conseguidos	Se han conseguido todos los objetivos	Se han conseguido en su mayoría	Quedan objetivos por conseguir	El proyecto no contribuye a conseguir los objetivos	
Actividades	Motivan al alumnado y todo el alumnado ha realizado las actividades	En su mayoría motivan y la mayor parte del alumnado ha completado con éxito estas actividades	Habría que incluir otras actividades y una gran parte de los alumnos han finalizado estas actividades	No motivan al alumno y ha costado enormemente completar estas actividades	
Valoración general del alumno sobre el programa	Más del 75 % lo han valorado positivamente	Más del 50 % lo han valorado positivamente	Más del 50 % ha realizado una valoración negativa	Más del 75 % ha mostrado opiniones negativas	
En general el programa ha resultado	Muy recomendable para realizarlo con otros alumnos	Interesante para volverlo a realizar con algunas mejoras	Repetible si se introducen bastantes mejoras	Es preferible no volverlo a realizar	
Aspectos que se deben mejorar					