



**Universidad de Valladolid**

**Facultad de Educación y  
Trabajo Social**

**TRABAJO FIN DE GRADO**

**Grado en Educación Primaria**

**Propuesta de intervención para  
mejorar la autoestima en  
alumnos con TDAH a través de  
los cuentos.**

**Autor:**

**JULIA GONZALEZ ALONSO**

**Tutor:**

**M<sup>a</sup> INMACULADA GALLEGO GUTIERREZ**

# RESUMEN

En este trabajo abordaremos una de las principales características de los niños con Trastorno con Déficit de Atención e Hiperactividad, la baja autoestima. En primer lugar, comenzaremos explicando en qué consiste el TDAH, sus características, sus puntos fuertes y débiles y sus necesidades de cara a la intervención educativa.

En segundo lugar, nos centraremos en la inteligencia emocional y la importancia de enseñar a los alumnos aspectos tan esenciales como es aprender a identificar y regular las emociones, sobre todo para aquellos alumnos con TDAH. En base al análisis de estas características y necesidades explicaremos en qué consiste la autoestima, cómo se relaciona con este tipo de trastorno y cómo podemos mejorarlo. En este trabajo planteamos la lectura y trabajo de las emociones mediante los cuentos. Los cuentos son un recurso que hemos disfrutado de generación en generación, siempre han estado con nosotros, enseñándonos a difundir valores y emociones mientras buceamos en la lectura de personajes y mundos fantásticos.

En base a todo ello hemos diseñado unas actividades para mejorar la autoestima del alumnado diagnosticado con TDAH, para posteriormente valorar su influencia y repercusión en la variable seleccionada, la autoestima.

## PALABRAS CLAVE

Déficit de atención, hiperactividad, autoestima, cuento, valores y emociones.

# ABSTRACT

In this work we will address one of the main characteristics of children with [Attention Deficit Hyperactivity Disorder](#) and low self-esteem. First of all, we will begin by explaining what TDAH is analyzing the protocol of coordination of attention deficit hyperactivity disorder and the DSM-V.

Secondly, we will focus on emotional intelligence and the importance of teaching students how fundamental it is to learn to identify and regulate emotions especially for those students with TDAH. Considering the analysis of the characteristics and needs of these children we will explain what is the self-esteem, how it relates to this type of disorder and how we can improve it, in our case will be through the use of stories. Tales have always been usefull resource for spreading values and expressing emotions while enjoying readings on fantastic characters and Worlds.

Therefore we will design activities for the increase of self-esteem to be implemented with students with this diagnosis. Finally we will explain how it has affected the accomplishment of these activities to the selected students.

# ÍNDICE

1.	INTRODUCCIÓN	4
2.	OBJETIVOS	4
3.	JUSTIFICACIÓN DEL TEMA	5
4.	FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	6
4.1.	Alumnos/as con TDAH.	6
4.2.	Inteligencia emocional.	8
4.2.1.	<i>Historia de la Inteligencia Emocional.</i>	8
4.2.2.	<i>¿Qué es la inteligencia emocional?</i>	8
4.2.3.	<i>Objetivos de la Inteligencia Emocional.</i>	10
4.3.	Emociones.	10
4.3.1.	<i>Concepto de emoción.</i>	10
4.3.2.	<i>Las competencias de las emociones.</i>	12
4.3.3.	Autoestima.	15
4.4.	Inteligencia Emocional con alumnos con TDAH.	17
4.5.	Cuentos.	18
4.5.1.	<i>Su importancia en Educación Primaria.</i>	19
5.	DISEÑO DE LA PROPUESTA.	20
5.1.	Contextualización de la propuesta.	20
5.2.	Cronograma.	22
5.3.	Distribución de las sesiones.	22
5.3.1.	<i>Sesión 1. EVALUACIÓN INICIAL.</i>	22
5.3.2.	<i>Sesión 2. “PÚAS EL ERIZO “</i>	23
5.3.3.	<i>Sesión 3. “CUENTO DEL PIRATA”.</i>	27
5.3.4.	<i>Sesión 4. “CUENTO CONMIGO”.</i>	29
5.3.5.	<i>Sesión 5. “LA INVENTORA DE PALABRAS”.</i>	32
5.3.6.	<i>Sesión 6. EVALUACIÓN FINAL.</i>	36
8.	EVALUACIÓN DEL PROGRAMA	36
9.	CONCLUSIONES	38
10.	BIBLIOGRAFÍA	40
11.	ANEXOS	44

## **1. INTRODUCCIÓN**

El estudio de los aspectos emocionales en el ámbito educativo siempre ha sido una asignatura pendiente.

El desarrollo de la competencia social es fundamental en un mundo cada vez más complejo como el actual, de hecho es una de las competencias básicas que se contempla en la normativa actual en los currículos de las diversas etapas educativas. La repercusión que tiene las emociones en el rendimiento escolar y su incidencia en los problemas de aprendizaje ha sido reflejada en diversos estudios y trabajos.

Si analizamos estos aspectos entre el alumnado con Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), nos ayudará a entender mejor algunos de sus comportamientos y reacciones, en algunas ocasiones de cierta agresividad.

Muchos alumnos con TDAH reciben medicación para aumentar la dopamina y la noradrenalina cerebral necesarias para el correcto funcionamiento de las áreas cerebrales implicadas, y de esta forma regular su atención. La administración de estos fármacos tal vez pueden mejorar algunos síntomas, pero no todos, por ello, en este TFG nos planteamos una propuesta para mejorar el autoestima ya sea como alternativa o como medida complementaria para mejorar el desarrollo socio-afectivo del alumno.

Como explicaremos a lo largo de este trabajo la autoestima puede ser mejorada con una propuesta de intervención planificada por medio de cuentos, cuya lectura nos ayudará a reflexionar sobre algunos valores, interiorizarlos a la par que el alumno/a despierta su imaginación y disfruta en este proceso.

## **2. OBJETIVOS**

En este apartado expondremos cuál es el objetivo principal que se pretende conseguir con esta propuesta de intervención, así como otros de carácter más concreto y específico.

Objetivo general:

- Aumentar la autoestima en los alumnos con TDAH a través de la utilización de cuentos.

Tomando como punto de referencia este objetivo general, expondremos a continuación una serie de objetivos específicos que pretendemos abordar a lo largo de la intervención:

- Identificar sus emociones y las emociones de los demás.
- Comprender las características y necesidades de cada persona de forma individualizada.
- Desarrollar unas habilidades de automotivación y actitud positiva ante las distintas situaciones a las que estén expuestos.
- Reconocer, adquirir y transmitir valores a través de las lecturas.
- Fortalecer la confianza y seguridad en sí mismo-a.
- Despertar la atención y la imaginación del alumno a través de los cuentos.

### **3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA**

Una de las principales características de los niños/as con Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad que se recoge en el manual DSM-V (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) es su baja autoestima. La inestabilidad emocional suele ser bastante acentuada entre los TDAH, su sensación de aislamiento, incompetencia y percepción de fracaso pueden desencadenar episodios de ansiedad y depresión.

Como iremos viendo a lo largo de este TFG es una propuesta fundamentada y necesaria ante la alta tasa de prevalencia de este trastorno y los riesgos o repercusiones que tienen a nivel académico, social, laboral, familiar, personal, etc. tanto del que lo sufre como para la sociedad, sobre todo cuando se realiza un abordaje muy tardío o poco adecuado. Por lo tanto, es fundamental para el desarrollo de este colectivo una construcción de un autoconcepto social, académico y familiar ajustado y positivo.

Según Miras (2002), la autoestima representa la evaluación afectiva de nuestro autoconcepto y puede ser modificada por la percepción de fracaso o éxito personal; llegando a condicionar nuestra motivación y esfuerzo hacia las tareas y situaciones.

Por tanto, es fundamental aumentar su autoestima y para conseguirlo utilizaremos como instrumento fundamental la lectura de cuentos en el aula. Los cuentos son recursos que han existido siempre y que son de gran utilidad para analizar consecuencias, replantearse algunas cuestiones, interiorizar algunos valores, etc.

## 4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

### 4.1. Alumnos/as con TDAH.

Como nos indica la Federación Española de Asociaciones de Ayuda al Déficit de Atención e Hiperactividad el TDAH es una patología psiquiátrica que tiene entre un 2 y un 5% de la población infantil. Debido a la gran cantidad de niños/as y adolescentes que lo muestran centraremos nuestro estudio en ello.

Podemos definir el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad como un “síndrome conductual heterogéneo de inicio precoz caracterizado por la combinación de los síntomas centrales de inatención, hiperactividad e impulsividad, con gran variabilidad en cuanto a su presentación, intensidad y gravedad”. En el Protocolo de Coordinación del trastorno por déficit de atención e hiperactividad de Castilla y León (2017) recoge que se trata de un trastorno multifactorial con base neurobiológica y predisposición genética que interactúa con frecuencia con factores ambientales.

El DSM-V define el TDAH como un patrón persistente de inatención y/o hiperactividad-impulsividad que interfiere con el funcionamiento o el desarrollo, que se caracteriza por la inatención y/o hiperactividad:

- Inatención: se diagnostica si se presenta seis o más de los síntomas siguientes, persiste durante unos seis meses y afecta a las actividades sociales, físicas y académicas/laborales.
  - No presta atención a los detalles y comete errores en las tareas.
  - Tiene dificultades para mantener la atención.
  - Parece que no escucha cuando se le habla.
  - No sigue las indicaciones y tiende a no terminar las tareas.
  - Tiene dificultades en organizar sus tareas.
  - Tiende a evitar o mostrar iniciativa para comenzar las tareas.
  - Pierde cosas con frecuencia.
  - Se distrae con facilidad por los estímulos externos.
  - Olvida sus actividades cotidianas.

- Hiperactividad e impulsividad: al igual que con la inatención debe presentar al menos seis síntomas durante al menos seis meses y que afecte a las actividades sociales, físicas y académicas/laborales:
  - Juega o golpea con las manos o los pies el asiento.
  - Se levanta en repetidas ocasiones.
  - Corretea o trepa cuando la situación no lo pide.
  - Es incapaz de jugar tranquilamente.
  - Se siente incómodo cuando está parado y es incapaz de parar.
  - Habla en exceso.
  - Responde de manera impulsiva incluso antes de que se haya concluido la pregunta.
  - Le cuesta esperar su turno.
  - Tiende a interrumpir o inmiscuir a los demás.
- Algunos de los síntomas de la inatención o la hiperactividad/impulsividad estarán presentes antes de los 12 años. Además, pueden estar presentes en dos o más contextos (casa, escuela, trabajo...)
- Estos síntomas pueden interferir en el funcionamiento social, académico o laborar.

Las causas de este tipo de trastorno pueden ser desde orígenes biológicos o hereditarios hasta las metodologías educativas o la educación de los padres. Aunque no se sepa todavía el origen exacto del trastorno los avances médicos y tecnológicos nos permiten observar que hay unas pequeñas diferencias en algunas áreas cerebrales.

Como hemos visto, la sintomatología que presenta el alumnado con TDHA tiene repercusiones prácticamente en todas las áreas de la vida humana. Sienten mayor frustración y reaccionan con un comportamiento más hostil y disruptivo, además de sentirse inseguros a la hora de asumir responsabilidades.

Tomando como referencia el DSM-V podemos comprobar que tienen problemas para relacionarse, sus comportamientos anteriormente mencionados provocan cierto rechazo social, y tendrán, por lo tanto, menos oportunidades para ser invitados a algunas actividades (fiesta de cumpleaños, juegos colectivos....).

## **4.2. Inteligencia emocional.**

### **4.2.1. Historia de la Inteligencia Emocional.**

Desde Charles Darwin en 1872 en su libro “*La expresión de las emociones en el hombre y en los animales*” donde destacó la importancia del componente emocional para la supervivencia, hasta Robert Cooper en su obra “*La inteligencia emocional aplicada al liderazgo y a las Organizaciones*” en 1997 se ha venido utilizando, estudiando y desarrollando el concepto de Inteligencia Emocional.

Debemos subrayar entre los autores más influyentes, las aportaciones de Howard Gardner en 1983, con su Teoría de las inteligencias múltiples, quien planteó la existencia de distintos tipos de inteligencia, destacando dos de ellas, la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal:

1. Inteligencia interpersonal: se define como la capacidad de comprender a los demás, sus comportamientos, estados de ánimo y deseos. La empatía es un elemento esencial para poder vivir en sociedad, además ayuda a conseguir una buena comunicación, teniendo en cuenta los gestos, el tono de voz y el lenguaje corporal.
2. Inteligencia intrapersonal: la capacidad de comprendernos a nosotros mismos, nuestros pensamientos, deseos o comportamientos. De esta manera podemos desenvolvemos de manera más eficaz en el entorno.

Esta visión sobre la inteligencia ayudó al Dr. Daniel Goleman a realizar sus estudios y publicaciones sobre la Inteligencia Emocional popularizando así este concepto.

### **4.2.2. ¿Qué es la inteligencia emocional?**

Rafael Bisquerra para explicarnos en qué consiste la Inteligencia emocional hace una pequeña reflexión sobre tres acontecimientos o autores que han hecho de ella, el gran modelo a desarrollar en las aulas.

En primer lugar hace referencia a Salovey y Mayer, principales descubridores de la Inteligencia emocional, posteriormente habla sobre Daniel Goleman, gran impulsor de la inteligencia emocional, y por último se refiere a un movimiento revolucionario conocido como Zeitgeist.

En su versión original, en 1990 consideraron la inteligencia emocional como una habilidad para manejar los sentimientos y las emociones y para discriminar las de los demás. En actualizaciones posteriores Salovey y Mayer (1997: 10) definieron la IE como la habilidad para:

- Percibir con precisión, valorar y expresar emoción.
- Acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos.
- Comprender la emoción y el conocimiento emocional.
- Regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual.

En las últimas actualizaciones de Mayer y Salovey del año 2000, incluyeron en la estructura de la inteligencia emocional cuatro ramas interrelacionadas entre ellas: Percepción emocional, facilitación emocional del pensamiento, comprensión emocional regulación emocional.

En 1995, el Dr. Daniel Goleman (2008, p. 75) cohesionando las diferentes teorías que se han expuesto a lo largo de los años propulsó el término Inteligencia Emocional y lo definió como:

“La capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con nuestras facultades racionales y por último, -pero no por ello menos importante- la capacidad de empatizar y confiar en los demás”.

Con esta definición, Goleman quiere destacar cinco aptitudes emocionales: autoconocimiento, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales.

Finalmente, su obra publicada en 1995, tuvo enorme repercusión social sobre todo a la entrada de los años 2000. A pesar de esto, no todo es positivo, ya que surgieron numerosas críticas y malos entendidos. Por todo ello se comienza a hablar de un movimiento de inteligencia emocional conocido como Zeitgeist.

El Zeitgeist consiste en una revolución emocional donde la finalidad está en crear un futuro totalmente distinto al pasado, es decir, crear unas metas hacia un futuro más inteligente y feliz. Para ello, es necesario que las personas dejen de pensar de forma individual y lo hagan de una manera social de tal forma que se consiga un bienestar y una calidad de vida.

### **4.2.3. *Objetivos de la Inteligencia Emocional.***

Según Rafael Bisquerra experto en inteligencia emocional y autor de numerosos libros relacionados con esta temática, los principales objetivos en cuanto a la educación emocional se pueden resumir en:

- Obtener un mayor conocimiento sobre las propias emociones.
- Reconocer las emociones y sentimientos de los demás.
- Desarrollar habilidades de autocontrol y autorregulación de emociones.
- Reconocer y reducir los efectos de emociones negativas.
- Aumentar las acciones que provoquen emociones positivas.
- Desarrollar la competencia emocional.
- Aprender habilidades de automotivación.
- Seguir una actitud positiva.

Algunos de estos objetivos han sido tomados como referencia en el diseño de este trabajo contextualizándolos en un centro educativo y dirigiéndolos a un alumnado muy concreto.

## **4.3. Emociones.**

### **4.3.1. *Concepto de emoción.***

Rafael Bisquerra nos proporciona un esquema explicando las distintas fases de este proceso. En primer lugar debe haber un evento o situación en el que se produzcan las emociones. En segundo lugar, será nuestra labor valorar si lo que sentimos es positivo o negativo para el logro de nuestras metas, y de la misma forma reflexionar sobre cómo hacer frente a ese evento.

La mayoría de las emociones se producen de manera inconsciente y pueden ser reacciones emocionales innatas y acciones emocionales voluntarias.

Las emociones constan de tres componentes: neurofisiológico, conductual y cognitiva:

1. Neurofisiológica: son respuestas involuntarias que el cuerpo no puede controlar. La acumulación de emociones intensas puede provocar problemas en nuestra salud. Pero se puede evitar utilizando técnicas, como por ejemplo la relajación.

2. Conductual: nuestro lenguaje no verbal, tono de voz, movimientos y expresiones faciales pueden ayudarnos a conocer las emociones que estamos sintiendo. La maduración de la persona también implicar el autocontrol de las emociones.
3. Cognitiva: también conocida como vivencia subjetiva o sentimiento. La principal diferencia con el componente neurofisiológica sería que la cognitiva es más consciente, lo que nos permite que podamos reconocer y clasificar nuestros estados de ánimo y poder darles un nombre. Nuestro nivel cognitivo puede suponer un impedimento a la hora de tomar conciencia sobre lo que sentimos, lo que puede provocar efectos negativos en nosotros mismos y en los que nos rodean. Esto demuestra la necesidad de una educación emocional en los colegios.

Estos tres componentes tienen bastantes implicaciones en las conductas de los alumnos/as TDAH puesto que tanto a nivel conductual, cognitivo como neurofisiológico estarían afectados

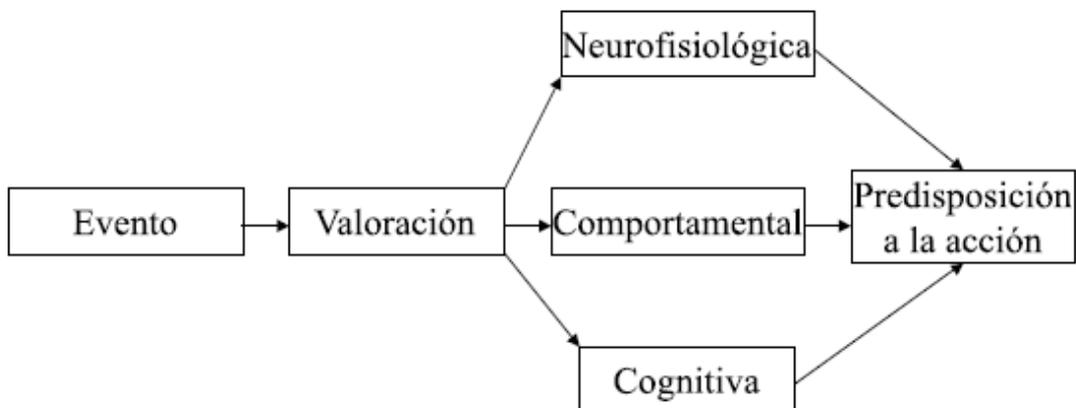


Figura 1. Concepto de emoción. Rafael Bisquerra (2018).

### 4.3.2. *Las competencias de las emociones.*

El concepto de competencia es un término con una gran complejidad debido a su variedad de categorías. Basándonos en Rafael Bisquerra hablaremos sobre las competencias emociones, dónde se aplican y cómo se clasifican estas competencias.

A pesar de las innumerables definiciones sobre este término debemos dividir entre competencias de desarrollo técnico-profesional y competencias de desarrollo social-personal. Serán en estas últimas competencias en las que nos centraremos en este proyecto. Dentro de ellas podemos destacar: motivación, autoestima, autoconfianza, autocontrol, paciencia, autocrítica, autonomía, control de estrés, responsabilidad, empatía, etc. Muchas de estas competencias serán incluidas en la propuesta de intervención.

Sin embargo no debemos olvidar que, aunque nuestro estudio se centre en las competencias de desarrollo socio-personal, estas irán estrechamente ligadas a las competencias de desarrollo técnico-profesional. Así el Dr. Daniel Goleman comenta los estudios realizados por Roger Weissberg (director del Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning de la Universidad de Illinois de Chicago, una organización que pone en marcha programas de IE por escuelas de todo el mundo) en el que, tomando como base 78 evaluaciones sobre estos programas desde la etapa infantil hasta la secundaria, se confirma que el desarrollo de las habilidades de las Inteligencias Emocionales ayuda a los alumnos a obtener mejores calificaciones académicas, además las situaciones de conflicto se redujeron un 28% y aumentaron un 68% en cuanto a aptitudes positivas.

Es innegable pensar que si estos programas mejoran el comportamiento del alumnado en general, resultarán de gran utilidad para aquellos alumnos que presentan necesidades derivadas del Trastorno por Déficit de atención e hiperactividad, TDAH dadas las características socioemocionales ya comentadas en apartados anteriores...

A continuación nos centraremos en las competencias emocionales o socio-emocionales.

Bisquerra concluye en definir la competencia emocional como “el conjunto, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales”. (Rafael Bisquerra y Nuria Pérez, 2007, p 8, Las competencias emocionales (Emotional competencies).

Desde 1997 el GROPE (Grupo de Recerca en Orientación Psicopedagógica) trabaja en la educación emocional para ayudar al desarrollo de las competencias emocionales. Las cuales pueden agruparse en 5 bloques: competencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, inteligencias interpersonales y habilidades de vida y bienestar.

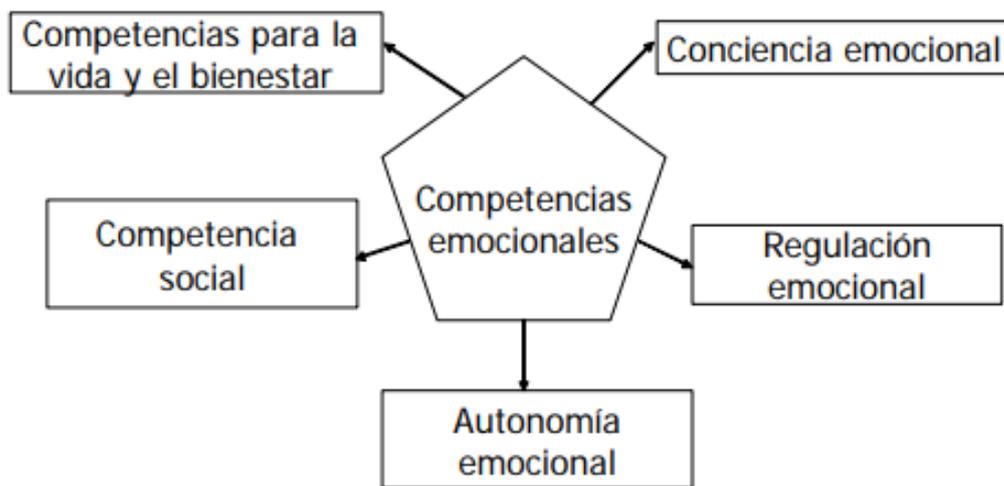


Figura 2: Rafael Bisquerra y Nuria Pérez (2007 P.9)

Las competencias emocionales.

- Conciencia emocional: se trata de la habilidad de tomar conciencia de las emociones propias y las de los demás. Por tanto, se necesita identificar las propias emociones y sentimientos, ser capaces de darles un nombre según el contexto cultural y comprender tanto los nuestro como los de los demás mostrando empatía.

- Regulación emocional: es la habilidad para manejar y regular emociones de forma apropiada. Debemos entender cómo inciden las emociones en nuestras emociones, aprender a expresarlos de la mejor forma posible, mostrar una mayor maduración en su control y en nuestra actitud ante las emociones de los demás. Además, tenemos que aprender a afrontar las emociones negativas utilizando estrategias de autorregulación y autogestión. Por último, debemos buscar situaciones que nos produzcan e emociones positivas (alegría, amor, humor...) y disfrutar de ellos.

Estos aspectos son fundamentales en el alumnado TDAH dada la baja tolerancia a la frustración y sus dificultades de autorregulación.

- Autonomía emocional: es un término más amplio que incluyen características relacionados con el autocontrol, donde se encuentra principalmente la autoestima, en la cual nos centraremos en este TFG para trabajar con los niños con TDAH.
  - Autoestima: es la imagen que tenemos de nosotros mismos.
  - Automotivación: capacidad para motivarse a sí mismo para realizar diferentes tareas o actividades en los diferentes contextos de la vida (personal, social, profesional, tiempo libre, etc.).
  - Actitud positiva: mostrarte positivo ante la vida y ante las situaciones a las que debemos afrontar en el día a día.
  - Responsabilidad: tener la intención de aceptar una tarea y cumplirla. Supone tomar decisiones tomando actitudes positivas o negativas dependiendo de la responsabilidad a la que uno se compromete.
  - Autoeficacia emocional: tener una conciencia de lo que siente aceptarlo, esta aceptación estará acorde con los valores y creencias de la persona.
  - Análisis crítico de normas sociales: realizar una evaluación sobre el contexto social y cultural en el que nos encontramos.
  - Resiliencia: capacidad para adaptarnos a un agente perturbador.

- Competencia social: es la capacidad para relacionarnos de forma positiva con otras personas. Para ello, es necesario dominar las habilidades sociales (escuchar, hablar, pedir perdón, pedir permiso, dar las gracias...), mostrar respeto hacia los demás, comunicándonos con los demás de forma receptiva y expresiva, compartir nuestros sentimientos y emociones y situaciones de grupo y cooperación, mantener la asertividad y prevenir y solucionar conflictos gestionando las emociones propias y las de los demás.
- Competencia para la vida y el bienestar: adquiriendo los comportamientos más idóneos para afrontar de manera satisfactoria los desafíos y problemas del día a día. Además, debemos fijarnos unas series de metas y objetivos en nuestra vida que sean realistas y positivas, tomar decisiones en los diferentes contextos de la vida, buscar los apoyos necesarios, participar en una ciudadanía activa, responsable crítica y comprometida, desarrollar la capacidad de disfrutar de las pequeñas cosas de la vida e intentar ver el lado positivo de todas las situaciones.

### **4.3.3. Autoestima.**

Antes de comenzar a hablar de la autoestima debemos mencionar que el autoconcepto precede a esta, por tanto explicaremos primeramente lo que significa este término y cuál es el proceso que se sigue para construir la autoestima.

El autoconcepto es la idea que tenemos de nosotros mismos. Es la representación mental de todos y cada uno de los elementos de nuestra persona. Se trata de un elemento cognitivo, e incluye todas las ideas sobre nuestra personalidad, nuestras capacidades, nuestra apariencia física, etc., pero sin aplicarles ningún valor negativo o positivo (Vallés, 1998).

La autoestima es la valoración que el sujeto hace de su autoconcepto (González Martínez, 1999). Partiendo del autoconcepto somos capaces de autoevaluar cualquier característica de nuestro aspecto o personalidad de manera positiva o negativa. Por tanto, nuestras metas y el camino que seguiremos para conseguirlo serán totalmente distintos al estar condicionados por la autoestima.

Finalmente podemos afirmar que autoconcepto y autoestima no son lo mismo pero sí que dependen el uno del otro ya que una buena valoración de uno conllevará a una valoración positiva del otro.

La autoestima es uno de los conceptos más antiguos que existen en la psicología científica, el constructo fue utilizado por James en 1890 para hacer referencia a la medida que se utiliza para evaluar a las personas, sus éxitos o fracasos. Podemos citar el concepto de Nathaniel Branden (citado en Gades, 1998):

"La autoestima es la confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida. La confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos, y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos."

Como nos afirma Feldman en 2001, el concepto de autoestima es complejo y cambiante a lo largo de nuestra vida, por lo que debemos tener en cuenta una serie de factores y dimensiones.

La autoestima comprende distintas dimensiones: física, académica y social.

- La autoestima física: los niños/as captan desde edades muy tempranas aquello que es bello y tienden a compararse con los estereotipos fijados por la sociedad. Existen dos subáreas que complementan toda la autoestima física:
  - o La apariencia física: está muy regulada y por tanto, los niños/as conocen perfectamente cuáles son las características y su apariencia. Un factor negativo sería el impacto de los medios de comunicación que forman los estereotipos de belleza.
  - o La habilidad motriz: se trata de las prácticas de las diferentes actividades físico-deportivas. Un factor negativo pueden ser las altas exigencias que se necesitan para su realización. Esto les puede causar mucho estrés al niño y rechazar las clases de educación física.
- La autoestima académica: la escuela es una de las principales fuentes de influencia de imagen para los niños. Todo lo recibido en este contexto son valoraciones, críticas, informaciones, etc.
- La autoestima social: se basa en las relaciones sociales que el alumno establece con aquellos agentes que le rodean. Su autoestima se irá construyendo en base a la interacción social con los demás. Para analizar esta dimensión deberemos englobar dos aspectos claves que nos aporta Milicic N. (2003):
  - o Sentimientos de aceptación o rechazo.
  - o Actitud para resolver problemas y dificultades que se presenten.

#### **4.4. Inteligencia Emocional con alumnos con TDAH.**

Como Hemos mencionado los alumnos/as con Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad muestran muchos problemas a la hora de realizar tareas. Cada tarea es un desafío al que el alumno/a debe enfrentarse todos los días. Pruebas que pueden resultar fáciles para sus compañeros/as, pero para ellos, por mucho que se esfuercen, solo son fracasos consecutivos. Este tipo de alumnado suele caer en la frustración y responder de manera muy negativa, ya sea por medio de rabietas o agresiones.

Por tanto, uno de los papeles importantes de la Inteligencia Emocional es moldear la respuesta que los alumnos/as deben responder ante los retos y mejorar su confianza para lograr afrontarlos con éxito.

En la intervención se ha tenido en cuenta cinco pasos para trabajar con los alumnos/as que combinados ayudarán a lograr mejores resultados:

- Darse cuenta de que se está frustrando.
- Analizar las consecuencias de sus actos.
- Buscar una alternativa a una respuesta negativa.
- Querer intentarlo de nuevo o pedir ayudar.
- Comprender que necesita más tiempo u otras alternativas para llegar al éxito.

Algunos de los TDAH no muestran ningún problema con la IE, sino que al contrario, pueden mostrar una IE particularmente alta, no es un grupo mayoritario.

Pero aquellos que sí que muestran dificultades pueden pasar por alto aspectos sociales porque no ponen la suficiente atención para detectarlas. En este caso, las familias deben tener en cuenta que son el principal punto de apoyo para el alumno y que han de ayudarles a mejorar su autoestima.

Lo principal que deben saber es que los alumnos pueden modificar su IE con esfuerzo y trabajo, aunque estén limitados por las dificultades de aprendizaje y atención con ayuda y una intervención adecuada pueden lograrlo.

Es importante que las familias pregunten a sus hijos cómo se sienten cuando se les presenta un problema, dar un nombre a aquello que sienten y después preguntarle por si está sintiendo la emoción que acaba de mencionar. También pueden proponerles ideas sobre cómo podrían haber actuado para que la situación fuera distinta. O acompañarles a que cuiden de personas necesitadas para que desarrollen la empatía, vean realidades distintas, aumente su sensación de competencia y por tanto su bienestar socioemocional.

#### 4.5. Cuentos.

Me gustaría empezar este bonito apartado con una historia de uno de los mayores autores de cuentos infantiles de toda la historia, Jacob Grimm. En 1794 cuando tenía la edad de 9 años, tuvo que enfrentarse a una operación para extirparle un tumor. Debido a la época en la que nos encontramos aún no habían aparecido antibióticos ni anestésicos que pudieran ayudar al pequeño Jacob Grimm, solo se le ofreció un cuento para poder distraerle. Al terminar la hospitalización afirmó que no sintió ningún dolor.

Esta historia nos hace pensar que los cuentos son realmente mágicos y que realmente, al escucharlos, nos envolvemos en un entorno fantástico y mágico que nos cautiva, permitiendo que nuestra imaginación vuele sin control a un mundo donde puede ocurrir cualquier cosa.

Desde la antigüedad se han transmitidos cuentos, primero de forma oral, donde el cuento no tenía autoría sino que emanaba del pueblo reflejando su cultura y el pensamiento de la época, y posteriormente fueron recogidos por escrito.

Según Rodríguez Almodóvar (2004) los cuentos populares son relatos de tradición oral relativamente cortos, con un desarrollo argumental de intriga en dos partes o secuencias y perteneciente a un patrimonio cultural colectivo que remite a la cultura indoeuropea.

Su posible clasificación basándonos en Rodríguez Almodóvar, puede ser:

- Cuentos maravillosos o de hadas.
- Cuentos de costumbre: hacen referencias a hechos más cotidianos, más cercanos a la realidad diaria.
- Cuentos de animales.
- Cuentos burlescos o de humor.
- Cuentos religiosos
- Cuentos realistas.

Siempre ha existido un transmisor que utilizaba su poder para transformar historias comunes a cuentos llenos de fantasía, esto lo conseguía mediante el cambio de registros en la voz o las diferentes caracterizaciones de cada personaje, consiguiendo que el momento de leer un cuento antes de dormir fuera para muchos niños el momento más feliz del mundo.

Por tanto, para Raúl Castagnino, docente, crítico y escritor argentino, “el cuento constituye la piedra de toque en la culminación del arte de narrar. Tal culminación consiste en la capacidad de encerrar en las pocas páginas de su extensión: intensidad concentrada, elevado interés y depurada condición expresiva”.

#### **4.5.1. *Su importancia en Educación Primaria.***

La lectura en la etapa de Educación Primaria tiene una gran importancia para su desarrollo y maduración. Potencia todas las capacidades del niño permitiéndole vivir una situación de placer y gozo. Por todo esto, la lectura de cuentos es una actividad fundamental entre los 6 y los 12 años.

Como hemos visto, el cuento tiene la capacidad mágica de transportarnos a lugares fantásticos y maravillosos donde el niño/a puede aprender a reconocer emociones y compartirlos. Pero para que esto ocurra, el niño debe comprender que “leer” no solo significa pronunciar las palabras escritas en un papel, sino que implicar comprender lo que estamos leyendo, de este modo dotaremos a la lectura de musicalidad, ritmo, pausas y palabras.

Una vez esto esté entendido, podemos adentrarnos a una infinidad de mundos soñados y miles de maneras diferentes de expresar la realidad. Por tanto, podemos dar múltiples respuestas psicológicas del niño/a, de este modo le proporcionaremos la satisfacción de poder hacer frente a sus temores de una manera más creativa. Además, debemos destacar que puede servirle como enseñanza de la lengua escrita, en que el adquirirá unos sistemas simbólicos de un colectivo cultural, aprenderá formas, formatos y acciones sobre la lengua escrita, desarrollará su competencia narrativa y unas estrategias narrativas, todo ello para enfocarle hacia un camino motivador de lengua escrita.

La necesidad de trabajar los cuentos en Educación Primaria es importante debido:

- Nos ayuda a dar respuestas a las necesidades psicológicas: donde se encuentra el hecho de intentar comprender la vida y el mundo que les rodea. Crean su propio orden interior y, a partir de ahí, intentan entender las cosas.
- Despierta la atención y la imaginación del niño: les permite creer en un universo paralelo donde viven historias fantásticas, esa visualización permite el desarrollo de los niños.

- Les provoca fascinación: poder olvidar el mundo en el que viven y relajarse con una historia sobre piratas, hadas o princesas. Aventuras que dirigidas por nuestra voz hacen que se convierta una innegable corriente de afecto y fascinación.
- Puede tener una finalidad terapéutica: al leer o escuchar cuentos, los alumnos/as pueden obtener información sobre la propia experiencia y así conseguir dar sentido a muchas situaciones, dificultades y adversidades que se encuentren. El promotor de esta idea fue Milton Erickson quien utilizaba los relatos en sus pacientes para poder acceder a sus emociones y pensamientos. Utilizó la fascinación de los cuentos para poder dar sentido a sus mensajes.
- Transmiten valores: los valores se manifiestan en las personas que están condicionadas por el momento histórico y el contexto en el que se encuentran. Muchos cuentos tradicionales han tenido que actualizar su contenido para que sus personajes puedan ofrecer una idea más moderna de sus historias y modificar sus valores.
- Descubren la lengua y su uso oral y escrito: le permite establecer una comunicación e intercambio social a través del lenguaje. Por tanto, constituye una habilidad esencial para el desarrollo intelectual y social.
- Desarrollo del autoconcepto y autoestima: de forma inconsciente puede ser que el niño se identifique con algún personaje y sea capaz de comprenderle y entenderle. Se sienten vinculados a ellos y tratan de actuar como ellos al enfrentarse a alguna adversidad. Por todo ello, es importante utilizar los cuentos para cambiar conductas o pensamientos del propio niño y que pueda crear una nueva imagen de sí mismo.

## **5. DISEÑO DE LA PROPUESTA.**

### **5.1. Contextualización de la propuesta.**

Esta propuesta se ha trabajado en un centro de educación primaria de la ciudad de Valladolid. Se trata de un centro de nivel 1 que cuenta con un especialista en Pedagogía Terapéutica, que atiende a un total de once alumnos con necesidades educativas específicas de los cuales siete de ellos han sido diagnosticados como TDAH, a este colectivo es al que ha ido dirigida esta propuesta de intervención.

Para contextualizar esta propuesta comenzaremos analizando el centro para luego precisar la intervención llevada a cabo en el aula.

- A nivel de centro: el centro concede gran importancia al Plan de Fomento de Lectura donde se trabajan obras literarias como son: teatro, poesías, cuentos fábulas, comic... cada uno adaptado a su nivel. Con esto se intenta que los niños/as no solo lean, sino que comprendan y asimilen lo que leen para poder trabajar los valores, recursos lingüísticos, creativos, plásticos...

Otro de los principales objetivos de este plan es trabajar todas las áreas con una serie de actividades que se realizan a lo largo del curso para mejorar la comprensión lectora y el hábito de la lectura en el tiempo libre. Para conseguir esto es necesaria también la coordinación con las familias. Desde casa se puede apoyar el hábito de la lectura comprando y leyendo cuentos a sus hijos. Para ello, la familia tiene que estar concienciada de la importancia de la comprensión lectora para el aprendizaje y desarrollo del alumno/a. Además, se contará con la ayuda del AMPA que informará a las familias sobre la importancia de la lectura y la conveniencia de que sus hijos lean de forma diaria desde etapas tempranas para crear un hábito lector.

- A nivel de aula de PT: se realiza una atención individualizada de cada alumno/a partiendo de su nivel de la competencia curricular, asegurando la construcción de aprendizajes significativos y funcionales, desarrollando al máximo las capacidades del alumnado, favoreciendo y fomentando el control atencional de los alumnos y la motivación de los alumnos utilizando tecnologías, materiales y estrategias diversas.
- Alumnos con TDAH que participan en la propuesta de intervención:
  - Grupo 1: compuesto por dos alumnos de 6º de Primaria.
  - Grupo 2: compuesto por dos alumnos de 5º de Primaria.
  - Grupo 3: compuesto por tres alumnos de 4º de Primaria.

## 5.2. Cronograma.

Sesiones	Título de cuentos	Aspectos a trabajar	Fecha
Sesión 1	Evaluación	Evaluar la autoestima que presentan los alumnos con TDAH.	1º semana de abril.
Sesión 2	“Púas el Erizo”	Autoestima	1º semana de abril.
Sesión 3	“Cuentos del tesoro pirata”	Valoración de uno mismo	2º semana de abril
Sesión 4	“Cuento conmigo”	Confianza en uno mismo	3º semana de abril
Sesión 5	“La inventora de palabras”	Aceptación de uno mismo.	4º semana de abril.
Sesión 6	Evaluación final	Evaluación del grado de consecución de los objetivos	1º semana de mayo.

Figura 3: Cronograma que muestra el desarrollo temporal de las sesiones del Programa de intervención.

## 5.3. Distribución de las sesiones.

Tal y como se refleja en el Cronograma, la propuesta de intervención se desarrollará en seis sesiones.

### 5.3.1. Sesión 1. EVALUACIÓN INICIAL.

Como parte esencial de esta propuesta, necesitamos partir de unos resultados fiables para comprobar que las actividades han conseguido los objetivos para los cuales fueron seleccionados, y por tanto, que la propuesta funciona.

A partir, de la observación y la investigación de diferentes test sobre la autoestima, se ha diseñado/adaptado un cuestionario al que los alumnos debían responder de forma sincera y confidencial, para que esto fuera posible se les aplicó por grupos y cuando fue posible de forma individualizada.

Con este instrumento pretendíamos demostrar que los alumnos/as con TDAH seleccionados mostraban un autoestima baja o, tal como comprobamos a lo largo de nuestra estancia en el centro, y la información transmitida por el profesorado.

Desafortunadamente nuestra evaluación inicial no reveló lo que nosotros queríamos demostrar, debido a que muchos de estos alumnos también manifiestan un autoconcepto muy distorsionado.

Finalmente, con toda la información disponible y con las observaciones en el día a día del aula elaboramos esta propuesta para que los alumnos/as con TDAH mejorasen su autoestima, se conocieran mejor a sí mismos y pudieran afrontar con confianza las adversidades, contrariedades o retos que se les presentase.

En la Figura 4 de los Anexos se mostrará el test que los alumnos de TDAH realizaron como Evaluación Inicial.

### **5.3.2. Sesión 2. “PÚAS EL ERIZO “.**

#### **1. Objetivos:**

- Objetivo general:
  - Comprender que las dificultades y las diferencias se pueden superar.
- Objetivos específicos:
  - Desarrollar un autoconcepto y una autoestima positiva
  - Motivar a los alumnos para aceptarse a sí mismos.
  - Respetar los materiales
  - Aprender a aceptar las críticas.

#### **2. Temporalización**

La temporalización general de la sesión será de 50 minutos, los 10 primeros minutos se destinarán a realizar preguntas sobre el cuento que vamos a leer, 15 para la lectura y el tiempo restante para realizar la actividad “Así soy yo”.

### 3. Contenidos

Es un cuento metafórico sobre las diferencias que se van a trabajar y como conseguirán las personas con dificultades superarlas. Las principales características de un alumno con TDAH como puede ser la hiperactividad, la impulsividad o su actividad motriz puede no ser aceptada por todos, para ello, con este cuento intentaremos abordar los siguientes objetivos:

- Identificar de rasgos personales.
- Autorreflexión sobre uno mismo.
- Respeto y aceptación por las opiniones de los demás.
- Desarrollo de actitudes de respeto y colaboración para trabajar con los demás.

### 4. Competencias

- **Aprender a aprender:**
  - Conocimiento del contenido a tratar en la tarea.
  - Motivarse para implicarse en la tarea.
  - Sentirse protagonista del proceso y del resultado de su aprendizaje.
  - Tener la percepción de auto-eficacia y confianza en sí mismo.
- **Competencia sociales y cívicas:**
  - Comprender códigos de conducta.
  - Trabajar conceptos de igualdad.
  - Saber comunicarse de una manera constructiva en distintos entornos y mostrar tolerancia.
  - Manifestar solidaridad e interés por resolver problemas.
  - Participar de manera constructiva en la actividad.
  - Tener disposición para superar los prejuicios y respetar las diferencia.
- **Competencia en comunicación lingüística.**
  - Estar dispuesto al diálogo crítico y constructivo.
  - Tener interés por la interacción con los demás.

## 5. Actividades:

### Actividades de prelectura.

#### *Actividad 1. “CONOZCAMOS A PUAS”.*

Su duración será de 10 minutos aproximadamente.

Para introducir la lectura les propondremos una serie de preguntas cortas sobre el protagonista de nuestro cuento. Como en este caso, nuestro personaje principal es un erizo les haremos preguntas en relación a los conocimientos previos de un erizo.

- ¿Sabéis como son los erizos?
- ¿Dónde viven los erizos?
- ¿Qué características tienen los erizos?
- ¿Por qué creéis que tienen esas púas?
- ¿Entonces serán buenas o malas?
- ¿Qué creéis que le pasara a nuestro erizo en este cuento?

Después de responder a estas preguntas de una manera grupal, se comenzará con el cuento.

### Actividades de postlectura.

#### *Actividad 1: “ASÍ SOY YO”.*

La duración estimada será de unos 20/25 minutos.

Se trata de una actividad para ayudar a definir el autoconcepto de los niños, por lo que se realizará después de la lectura del cuento “Púas el erizo”, donde cada alumno elaborará una autoevaluación sobre sus cualidad y personalidad. La actividad consiste en definirse a uno mismo ya sea escribiendo o dibujando sus rasgos de personalidad y su autoconcepto tanto sus aspectos positivos como los que intentan esconder. Después, responderán a una serie de preguntas de forma sincera para finalizar con una pequeña reflexión sobre lo que han escrito o dibujado.

La actividad puede realizarse de manera individual o grupal dependiendo de los agrupamientos de los alumnos. Si lo hacen de manera grupal puede intercambiarse los papeles y leer lo que sus compañeros/as han hecho. Posteriormente responderán a las preguntas sobre ellos mismos y a las de sus compañeros/as

La actividad como hemos explicado contará con tres partes, la primera será realizar una pequeña explicación de la actividad, a continuación se realizará la actividad y se les dejará un tiempo para que puedan pensar y responder a la actividad y por último, se hará una pequeña puesta en común seguido de una pequeña reflexión final.

Las preguntas de reflexión serán:

- ¿Cómo nos sentimos al hablar de todo lo positivo que llevamos dentro?
- ¿Resulta más difícil hablar de las cosas negativas que de las positivas?
- ¿A qué estamos acostumbrados a hablar?
- ¿Creéis que es bueno eso?

De esta forma intentaremos que aprendan a aceptarse a sí mismos con sus cosas buenas y las malas.

En la Figura 5 del apartado de los Anexos encontraremos una de las fichas realizadas por un alumno con TDAH a lo largo de la intervención.

## **6. Recursos.**

- Cuento “Púas el Erizo” (Figura 6 del apartado de los Anexos).
- Folio.
- Pinturas.
- Lápices.

## **7. Valoración de la sesión**

Según la distribución de los grupos teníamos pensado realizar la actividad en grupos de tres en tres o por parejas, pero debido al desajuste en los horarios hemos realizado la actividad con cinco alumnos. Al juntar a tantos alumnos y en la última hora de clase hemos podido comprobar que se han mostrado intranquilos y cansados.

Algunos han mostrado mucho interés en el cuento y posteriormente en la actividad. Al principio eran un poco reticentes a la hora de escribir sus cualidades pero poco a poco todos se han animado y han rellenado la mayoría de las líneas, incluso se han realizado un dibujo donde mostraban sus gustos.

### 5.3.3. Sesión 3. “CUENTO DEL PIRATA”.

#### 1. Objetivos.

- Objetivo general:
  - Valorarse a uno mismo.
- Objetivo específico:
  - Comprender que somos únicos e irremplazables.

#### 2. Temporalización

La duración de esta sesión fue de 40 minutos. En los primeros 10 minutos los alumnos realizaron la actividad de prelectura, la actividad de poslectura se desarrolló en los siguientes 20 minutos, lo que incluye la interacción de los alumnos con el cuento, y finalmente una reflexión.

#### 3. Contenidos

Con este cuento pretendemos que comprendan que al igual que para un pirata, las joyas o el dinero son su tesoro más valioso, para los familiares y gente de alrededor nosotros somos el tesoro más valioso, capaces de hacer cosas por los demás.

- Establecimiento de relaciones.
- Interés por la actividad.
- Curiosidad y motivación por realizar la actividad.
- Respeto y aceptación por las opiniones de los demás.
- Desarrollo de actitudes de respeto y colaboración para trabajar con los demás.

#### 4. Competencias

- **Aprender a aprender:**
  - Conocimiento sobre lo que uno sabe y desconoce sobre uno mismo.
  - Conocimiento del contenido a tratar en la tarea.
  - Motivarse para implicarse en la tarea.
  - Sentirse protagonista del proceso y del resultado de su aprendizaje.
  - Tener la percepción de auto-eficacia y confianza en sí mismo.

- **Competencia sociales y cívicas:**
  - Comprender códigos de conducta.
  - Trabajar conceptos de igualdad.
  - Saber comunicarse de na manera constructiva en distintos entornos y mostrar tolerancia.
  - Manifestar solidaridad e interés por resolver problemas.
  - Participar de manera constructiva en la actividad.
  - Tener disposición para superar los prejuicios y respetar las diferencia.

## 5. Actividades

### Actividades de prelectura.

#### *Actividad 2. “EL MAPA DEL TESORO”.*

En el momento en el que los alumnos han tomado asiento, encontrarán encima de la mesa un mapa indicando donde hay escondido un tesoro “¿qué será?”. Los alumnos tendrán que buscar el tesoro a partir de la interpretación del mapa. El mapa tendrá el grado de dificultad de acuerdo a la etapa a la que vaya destinada.

En cuanto encuentren el tesoro se lo entregaran a la profesora la cual comenzará a contar el cuento.

### Actividades de postlectura.

#### *Actividad 2. “CUENTO DEL TESORO PIRATA”.*

Esta actividad está relacionada con la confianza y valoración en uno mismo. Para el desarrollo de esta actividad utilizaremos un cofre/caja donde se esconderá un espejo dentro. El profesor contará una historia de piratas relacionada con la sorpresa que se encuentra dentro del cofre/caja. En un momento del cuento los niños lo irán abriendo uno a uno.

Al terminar se comentarán las reacciones:

- ¿Qué os ha parecido?
- ¿Cómo os habéis sentido?
- ¿Os sentís como alguien valioso?
- ¿Pensáis que sois la persona más importante del mundo para vosotros mismos?
- ¿Y las demás personas os ven también como alguien valioso?

La actividad se realizará de manera grupal. Así a la hora de comenzar el cuento podrán hacer un brainstorming y responder a las diferentes preguntas para conseguir que la actividad sea más dinámica.

Esta actividad constará de dos partes, la primera será el relato del cuento y la interacción con los alumnos, esta parte ocupará la mayor parte del tiempo. La segunda parte se destinará para hacer una pequeña reflexión sobre lo que el cuento nos ha querido transmitir.

En la Figura7 del apartado de los Anexos se mostrará el “Cuento del Pirata”.

## **6. Recursos**

- Mapa del tesoro.
- Cuento.
- Caja o cofre.
- Espejo.

## **7. Valoración se la sesión.**

Grupo 1: han participado en la actividad de manera muy positiva dando unas cuantas ideas y respondiendo de manera motivada cada vez que se pedía su colaboración. Han comprendido cuál era la finalidad del cuento y han dado su opinión con respecto a la actividad.

Grupo 2: han mostrado mucho interés por realizar la actividad, las ideas han quedado claras. Con respecto a la actividad anterior se ha demostrado que los grupos cuanto más pequeños mejor es el resultado debido a que están más centrados en la actividad y no en lo que hacen los demás, mejorando por tanto su concentración.

Grupo 3: Al ser los más pequeños han sentido mucho interés por la actividad, han aportado muchas ideas y se les ha notado disfrutar del cuento. Finalmente han captado la finalidad de la sesión.

### **5.3.4. Sesión 4. “CUENTO CONMIGO”.**

#### **1. Objetivos.**

- Objetivos generales:
  - o Aprender a confiar en uno mismo.

- **Objetivos específicos:**
  - Establecer unos objetivos de vida y luchar por ellos.
  - Desarrollar la motivación.
  - Aprender a tolerar la frustración.

## **2. Temporalización**

50 minutos dependiendo del nº de alumnos.

## **3. Contenidos**

Se trata de un cuento metafórico que nos hace pensar en la soledad de las personas y en cómo podemos confiar en nosotros mismos aunque en algunas situaciones no contemos con nadie más. La vida nos enseña a desear algo desde que somos pequeños y a luchar por ello a lo largo de nuestra vida, pero siempre hay algo que no conseguimos alcanzar y podemos caer en la frustración. Los niños con TDAH suelen caer en esta situación debido a su falta de concentración y atención a la hora de hacer cosas, por lo que pretendemos trabajar:

- Objetivos personales.
- Frustraciones.
- Esfuerzo personal.

## **4. Competencias**

- **Aprender a aprender:**
  - Motivarse para implicarse en la tarea.
  - Sentirse protagonista del proceso y del resultado de su aprendizaje.
  - Tener la percepción de auto-eficacia y confianza en sí mismo.
- **Competencia sociales y cívicas:**
  - Mostrar tolerancia.
  - Manifestar solidaridad e interés por resolver problemas.
  - Participar de manera constructiva en la actividad.
  - Tener disposición para superar los prejuicios.

## 5. Actividades

### Actividades de prelectura.

#### *Actividad 3. “SE PARECE A MI”.*

Esta actividad tendrá una duración de 15 minutos.

El principal objetivo de esta actividad es que intenten reflexionar sobre cómo se ven a ellos mismos en un futuro. Para ello, les entregaremos una hoja en blanco con una silueta donde se dibujarán a ellos mismos pero en el futuro, por lo que podrán dibujarse con algún uniforme o material dependiendo de la profesión que elijan.

Cuando terminen el dibujo comenzaremos con el cuento “Cuento conmigo” y la silueta les acompañará a lo largo de todo el relato.

### Actividades de postlectura.

#### *Actividad 3. “JUEGO DE LAS ANILLAS”.*

Esta actividad tendrá una duración total de 30 minutos.

Se trata del juego tradicional de las anillas donde cada anilla representará un objetivo, por lo que los niños intentarán meter la anilla en la pica.

Lo que se pretende con esta actividad es demostrarles que todos tenemos unos objetivos o metas que queremos cumplir y que no siempre son fáciles de conseguir, ya que cabe la posibilidad de que no metamos todas las anillas o que no consigamos todos los objetivos de nuestra vida pero ello no debe ser motivo de desilusión.

En primer lugar, se explicará la actividad y se escribirán los objetivos o metas en unas hojas que después pegaremos en las anillas. Para esta primera parte se les dejará un total de 10 minutos para que puedan reflexionar sobre sus metas.

En segundo lugar, se sacará a los alumnos al patio o a un espacio del centro donde se pueda realizar la actividad. El tiempo de esta parte dependerá del número de intentos que se les permita a los niños y del número de alumnos que sean. Se estimará un máximo de 20 minutos.

Finalmente haremos una pequeña reflexión sobre las anillas que han podido meter y aquellos que no lo han hecho. Esta parte puede durar unos 10 minutos.

## **6. Recursos**

- Cuento “cuento conmigo” (Figura 8 del apartado de los Anexos).
- Silueta.
- Pinturas.
- Papel.
- Lápices.
- Anillas.
- Picas.

## **7. Valoración de la sesión.**

Grupo 1: se han visto claras diferencias entre ellos, ya que como en el caso anterior, el alumno con una autoestima más baja escribía objetivos como por ejemplo: valorarse más, querer más a sus compañeros, etc. En cambio, el otro alumno que mostraba un autoconcepto distorsionado solo escribía profesiones alternativas.

Grupo 2: ambos alumnos se han mostrado muy interesados en la actividad y han comprendido cuál era su finalidad. Se han visto claras diferencias entre los alumnos, ya que uno de ellos consciente de su personalidad se propuso como objetivos el intentar ser mejor persona y portarse mejor, por ejemplo.

Grupo 3: los alumnos más pequeños han mostrado mucha madurez al hablar sobre sus objetivos personales. Además, se han apoyado a la hora de realizar la actividad, por lo que han disfrutado mucho de ella.

### **5.3.5. Sesión 5. “LA INVENTORA DE PALABRAS”.**

#### **1. Objetivos.**

- Objetivos generales:
  - Conocer y aceptar las personalidades de las personas.
- Objetivos específicos:
  - Transformar pensamientos negativos en positivos.
  - Comprender como nos afecta lo que ocurre a nuestro alrededor.
  - Enseñarles a enfrentarse a la vida.

## 2. Temporalización

Esta sesión desarrolla en 50 minutos. Los primeros 10 minutos repasaremos los contenidos adquiridos en las sesiones anteriores. El tiempo restante se empleará en leer el cuento “La inventora de palabras” y desarrollar las actividades de prelectura y poslectura.

## 3. Contenidos

Este cuento trata de explicarnos las diferencias entre las personas y cómo lo que nos rodea puede afectarnos. Cada persona tiene su personalidad y peculiaridades que los demás no pueden llegar a entender pero que sí que pueden aceptar, por lo que nosotros no debemos entenderlo como algo negativo, sino que podemos utilizarlo para definirnos. Por todo esto, intentaremos trabajar con los alumnos:

- Positivo y negativo.
- Factores internos y externos que afectan a nuestra vida.

## 4. Competencias

- **Aprender a aprender:**
  - Conocimiento sobre lo que uno sabe y desconoce sobre uno mismo.
  - Conocimiento del contenido a tratar en la tarea.
  - Motivarse para implicarse en la tarea.
  - Sentirse protagonista del proceso y del resultado de su aprendizaje.
- **Competencia sociales y cívicas:**
  - Saber comunicarse de una manera constructiva en distintos entornos y mostrar tolerancia.
  - Manifestar solidaridad e interés por resolver problemas.
  - Participar de manera constructiva en la actividad.
  - Tener disposición para superar los prejuicios y respetar las diferencias.
- **Competencia en comunicación lingüística:**
  - Estar dispuesto al diálogo crítico y constructivo.
  - Tener interés por la interacción con los demás.

## 5. Actividades

### Actividades de prelectura.

#### *Actividad 4. “¿QUÉ NOS DICEN LAS PORTADAS?”*

La actividad de prelectura tendrá una duración de 15 minutos.

Esta actividad consiste en acercar el cuento a los niños y motivarles a que comiencen la lectura. Empezaremos la actividad después de hacer la reflexión pertinente de las sesiones anteriores.

En primer lugar, les mostraremos la portada del cuento, en este caso del cuento “La inventora de palabras”. Los alumnos tendrán un momento para pensar y, a continuación, deberán inventar un cuento en relación con esta portada.

Finalmente, comenzarán a leer el cuento para que puedan comprobar si el cuento respondía o no a sus expectativas.

### Actividades de postlectura

#### *Actividad 3. “SOLES Y NUBES”*

El tiempo de esta actividad será de 25 minutos.

Esta actividad trata de realizar una reflexión sobre las cosas que ocurren a nuestro alrededor y cómo nos afectan, ya que desde el punto de vista que lo veamos pueden producir efectos muy distintos en nosotros mismos. Enseñar a los niños a que sean optimistas es una buena forma de ayudarles a enfrentarse a la vida.

Está dividida en dos partes. En primer lugar se les da una hoja con las siguientes frases escritas y se les pide que dibujen una nube o un sol al lado de cada frase según les parezca negativa o positiva. Las frases son las siguientes:

- Esto es muy difícil, no puedo hacerlo.
- 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 demás.

- Que divertido es aprender.
- A ver si me sale.
- No me va a salir.
- Nadie quiere jugar conmigo.
- Cuantas cosas bonitas me pasan.

En segundo lugar, se hace una puesta en común y se comentan los resultados. Después se intenta poner todas las frases negativas en positivo.

## **6. Recursos**

- Cuando “La inventora de palabras”. (Figura 9 del apartado de los Anexos)
- Portada del cuento.
- Fichas con las frases escritas.
- Pinturas.
- Lápices.

## **7. Valoración se la sesión.**

Grupo 1: al tratarse de los alumnos más mayores han realizado la actividad sin ayuda y con una gran autonomía. Han puesto muchos ejemplos de cómo los factores externos pueden afectar a su ánimo y cómo esa causa provoca efectos negativos. Finalmente han reflexionado sobre ello e intentaron cambiar esos factores negativos en positivos.

Grupo 2: se han mostrado muy receptivos con respecto al cuento, han participado en el diálogo establecido para comprender la actividad y muy creativos a la hora de transformar las frases negativas en positivas.

Grupo 3: al igual que el grupo anterior han respondido bien a la actividad reflexionando sobre la situación del protagonista del cuento, una alumna se ha sentido identificada. Al finalizar la actividad han propuesto situaciones personales en las que intentarán mirar el lado positivo a partir de ahora.

### **5.3.6. Sesión 6. EVALUACIÓN FINAL.**

En esta última sesión realizaremos el mismo test que les pasamos en la primera sesión para corroborar si se ha producido alguna mejora. Debemos tener en cuenta que, como comentamos en la primera sesión la evaluación inicial no reflejaba la realidad del autoconcepto de los alumnos, es decir, su baja autoestima, debido al autoconcepto tan distorsionado que algunos alumnos mostraban tal vez como mecanismo de defensa para evadirse de su propia realidad. Ante la pregunta de si tienen muchos amigos responden afirmativamente, cuando la realidad es que en los recreos estaba solo.

En la observación diaria a lo largo de las distintas sesiones se ha observado una evolución positiva a la hora de hablar, identificar emociones, empatía etc. creando un espacio para que ellos puedan hablar de estos temas expresando sus emociones y sentimientos. Lo cual en sí mismo ya es algo muy positivo para ellos.

## **8. EVALUACIÓN DEL PROGRAMA**

Para que realmente sea más efectivo, deberíamos ampliar el número de sesiones e incluir a la familia y al resto de profesorado para que trabajen con ellos y con toda el aula aspectos relacionados con la autoestima. Es importante que sean conscientes del problema que presentan estos niños y que les aporten refuerzos para que consigan evolucionar como personas positivas.

En cuanto al diseño de la propuesta debemos analizar varios aspectos, empezando por la temporalización de las sesiones ha sido adecuadas y se han ajustado al tiempo que disponíamos, ya que se han desarrollado en el tiempo necesario para que los alumnos/as pudieran reflexionar y disfrutar de los cuentos analizando las diferentes partes y valores de los que conforman la lectura. Estas no han sido demasiado largas para que sean más dinámicas y se pudieran leer y trabajar en una única sesión. A pesar de ello, debemos remarcar que los resultados serían más significativos si se contara con más sesiones y la participación de más agentes cercanos al alumno/a. Por tanto, un elemento de mejora sería aumentar el número de sesiones pero manteniendo la temporalización y distribución de cada una de ellas, y lograr una generalización de los aspectos trabajados desarrollándolo con el grupo clase cuando se considere oportuno e implicando a las familias de los alumnos/as.

Con respecto a la elección de los cuentos consideramos que transmiten de forma abstracta y confusa lo que se pretende que el alumno/a adquiera, por lo que será necesario contar con un profesor o una persona que haga de guía para que puedan descubrir todos los aspectos que los cuentos mencionan. Por tanto como elemento de mejora se podría realizar una adaptación de los cuentos para hacer la lectura más comprensible y accesible a todos.

Por otra parte debemos mencionar que son cuentos poco conocidos pero de lectura amena que nos proporcionará dinamismo a las sesiones. Con un mayor número de sesiones o de tiempo nos hubiera gustado trabajar cuentos populares para demostrar que las lecturas que todos los niños conocen pueden transmitirles valores distintos. Esto se podría llevar a cabo en casa con sus familias cuando tienen un tiempo de lectura o cuando se van a la cama.

Otro aspecto que debemos analizar es la distribución de los grupos. Como hemos mencionado, los grupos se han establecido así por la distribución de las clases de apoyo, por lo que el trabajo con grupos tan reducidos ha sido beneficioso para las sesiones y para los alumnos/as ya que permitía un clima de confianza, libertad y seguridad a la hora de expresar sus sentimientos. El aumento de miembros en una sesión (como ocurrió en la segunda sesión por la distribución horaria de las clases de apoyo) provocó que se desestabilizara el clima consistente de la sesión debido a la risa y a la inseguridad de mostrar sus emociones ante la sensación de hacer el ridículo. Si bien trabajarlos progresivamente en grupos cada vez más amplios favorecerá la generalización de los aprendizajes que aquí se plantean.

Por último, hay que mencionar que los test de evaluación inicial y final son los mismos para corroborar la eficacia de la propuesta, pero debido a lo mencionado anteriormente como el reducido número de sesiones, la necesidad de una guía o de adaptación de los cuentos y un concepto poco ajustado de su propia realidad etc. hace que los resultados obtenidos por algunos alumnos no reflejen resultados satisfactorios y pueda parecer en algunos casos poco eficaz. En la mayoría de ellos los resultados fueron positivos.

Para concluir consideramos que la propuesta resultó gratificante y enriquecedora para ellos al crearse un espacio de confianza donde poder expresarse y escuchar a otros compañeros/as en su misma situación.

## 9. CONCLUSIONES

Tras la investigación y la búsqueda de información acerca del TDAH y el nivel de autoestima que presentan, llegamos a las siguientes conclusiones:

La primera, es que el trastorno por déficit de atención con hiperactividad es uno de los más frecuentes en la infancia y adolescencia y muchos alumnos con TDAH también presenta otro tipo de trastornos asociados, como puede ser el trastorno oposicionista desafiante, trastorno disocial, trastorno de ansiedad, de aprendizaje... (Macià, 2012). Ante este incremento de alumnado detectado con este trastorno es imprescindible una intervención planificada y consensuada a nivel de centro educativo y de aula para trabajar de manera conjunta y coordinada en la adopción de medidas y planes que favorezcan la atención de las necesidades educativa derivadas de este trastorno.

El tipo de tratamiento que necesitamos conocer para este tipo de trastorno es muy variado, ya que aunque muchos estudios demuestran que el tratamiento más útil y utilizado es el tratamiento farmacológico, por reducir su motricidad y mejorar su concentración. Otros estudios confirman que se puede optar por tratamientos alternativos no farmacológicos, realizando intervenciones psicológicas y psicopedagógicas. Incluso hay expertos que proponen la utilización conjunta de ambos tratamientos. En esta intervención han participado niños que recibían una medicación y otros que no, pero los resultados en ambos casos han sido positivos.

Al tratar con este tipo de trastorno es esencial que los agentes relacionados con estas personas sean conscientes del tratamiento que siguen (farmacológico o no farmacológico) y cuáles son sus consecuencias (nauseas, dolor de cabeza, falta de apetito insomnio...) (Jarque, 2012; Serrano, Guidi y Alda, 2013). Esta información es esencial, ya que en muchos casos debido a las consecuencias mencionadas provocadas por la medicación, se ha tenido que modificar el diseño o desarrollo de las sesiones, llegando incluso a cambiar su temporalización adaptándolas a las necesidades del alumno.

La cuarta conclusión es el los padres deben ser conscientes de lo que el TDAH significa y todo lo que conlleva. Son los primeros que deben comprender a sus hijos y apoyarles sean cuales sean sus actitudes y comportamientos.

El profesorado debe conocer las características de sus alumnos, adecuar la metodología y la intervención en el aula con este tipo de alumnado según las necesidades concretas

de cada uno. Hay que destacar la importancia de la colaboración y el trabajo conjunto entre los padres y los profesores tal y como indica Bernal (2008) y Ramírez (2011).

Una de las principales características de los TDAH es su baja autoestima. Muchos estudios demuestran que se valoran más negativamente que el resto de personas de su misma edad. Esto es debido a sus dificultades con la Inteligencia Emocional, provocándoles problemas emocionales como: desconfianza, inseguridad, depresión, etc. Además están sometidos a un mayor número de fracasos y dificultades, se sienten más inseguros, necesitan una mayor atención y mejorar su autoconcepto para afrontar las tareas con mayor confianza.

Por este motivo y por los resultados obtenidos es fundamental diseñar un programa que se prolongue, que tenga una continuidad no solo en el centro sino también en casa para mejorar la autoestima en niños con TDAH y que sean capaces de superar todas las dificultades y fracasos que se les presenten tanto en el proceso de enseñanza-aprendizaje, como en la vida.

¿Cuál es el camino? Nosotros buscamos un camino para poder explorar un territorio tan complejo y difícil como es el mundo de las emociones mediante la utilización de los cuentos. Esto será esencial para transmitirles valores, verse reflejados en personajes metafóricos y filosóficos, orientarse con ellos y comprender las claves de nuestro mundo interior o de nuestros conflictos. Todo ello, con un toque de magia que estimula la imaginación y la fantasía.

Es necesario que no solo se trabaje en el aula de apoyo sino que forma parte del día a día del aula. Cualquier situación o motivo puede servir para transmitir valores positivos a los alumnos, puede ser un trabajo bien hecho, el respetar el turno de palabra, el hacer un cumplido a un compañero, el escuchar aunque sea en breves espacios de tiempo, el traer las tareas hechas al cole, el esfuerzo realizado, etc..

## 10. BIBLIOGRAFÍA

(s.f.). Obtenido de

[https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero\\_38/MARIEM\\_DRIS\\_2.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_38/MARIEM_DRIS_2.pdf)

¿*Qué son las emociones?* (s.f.). Obtenido de <https://www.psicoactiva.com/blog/que-son-las-emociones/>

ADANA. (2001). *AUTOESTIMA Y TDAH*. Obtenido de

[http://www.fundacionadana.org/wp-content/uploads/2016/12/autoestima\\_castella.pdf](http://www.fundacionadana.org/wp-content/uploads/2016/12/autoestima_castella.pdf)

Ahmed, M. D. (Enero de 2011). *Importancia de la lectura en infantil y primaria*.

Obtenido de

[https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero\\_38/MARIEM\\_DRIS\\_2.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_38/MARIEM_DRIS_2.pdf)

Almodovar, A. R. (2004). *Cuentos Populares Españoles*. ANAYA.

Andalucía., F. d. (Enero de 2011). *Temas para la educación*. Obtenido de

<https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7866.pdf>

Arandiga, A. V. (1998). *Autoconcepto y Autoestima*. Escuela Español. S.A.

Bernal Hernández, J. (2008). *Hiperactivos. Estrategias y técnicas para ayudarlos en casa y en la escuela*. Lo que no existe.

Bisquerra, R. (2003). EDUCACIÓN EMOCIONAL Y COMPETENCIAS. *Revista de Investigación Educativa*, 7-43. Obtenido de

<http://revistas.um.es/rie/article/viewFile/99071/94661>

Bisquerra, R. (s.f.). *Componentes de la emoción*. Obtenido de

<http://www.rafaelbisquerra.com/es/biografia/publicaciones/articulos/101-educacion-emocional-competencias-basicas-para-vida/209-componentes-emocion.html>

Corbin, J. A. (s.f.). *Los 8 tipos de emociones (clasificación y descripción)*. Obtenido de

<https://psicologiaymente.net/psicologia/tipos-de-emociones>

Corbin, J. A. (s.f.). *Psicología emocional: principales teorías de la emoción*. Obtenido

de <https://psicologiaymente.net/psicologia/psicologia-emocional>

Díaz, S. B. (13 de junio de 2016). *La vergüenza, emoción escondida*. Obtenido de

<http://amadag.com/la-verguenza-emocion-escondida/>

- Escoda, R. B. (2007). *LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES*. Obtenido de <http://espacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:EducacionXXI-2007numero10-823/Documento.pdf>
- F.S.Estaire. (22 de julio de 2016). *Los sentimientos de culpa*. Obtenido de <http://psicologosenmadrid.eu/category/emociones/>
- Federación Española de Asociaciones de Ayuda al Déficit de Atención e Hiperactividad. (s.f.). Obtenido de <http://www.feaadah.org/es/sobre-el-tdah/datos-y-cifras.htm>
- Gil, P. T. (abril de 2014). *Reconociendo las emociones ¿Qué son y para qué sirve?* Obtenido de [https://extension.uned.es/archivos\\_publicos/webex\\_actividades/5413/reconociendolasemocionesquesonyparaquesirven.pdf](https://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/5413/reconociendolasemocionesquesonyparaquesirven.pdf)
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. KAIRÓS, S.A.
- Goleman, D. (2008). *La Inteligencia Emocional*. ZETA.
- Graczyk, P. A. (2000). Criteria for Evaluating the Quality of School-Based Social and Emotional. *The Handbook of Emotional Intelligence. Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplace*, 391-410.
- Hueso, A. G. (19 de diciembre de 2011). *Inteligencias Múltiples. Gardner, Goleman y Angélica Olvera*. Obtenido de <http://www.alaya.es/2011/12/19/inteligencias-multiples/>
- Jarque, S. (2012). Eficacia de las intervenciones con niños y adolescentes con Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad. *Anuario de Psicología.*, 19-33.
- José Antonio Pacheco, C. (. (s.f.). *Plan de Orientación y Acción Tutorial para Educación Primaria*. Cadiz.
- MARTÍN, S. M. (s.f.). *PSICOGLOBAL*. Obtenido de <http://entrenando-emociones.blogspot.com.es/2014/01/orgullo.html>
- Martínez, M. T. (1999). Algo sobre autoestima. *Revista de Pedagogía de la Universidad de Salamanca*, 217-232.
- Martorell, E. L. (20 de Febrero de 2015). *PRopuesta de intervención con niños con trastorno de deficit de atención e hiperactividad para 1º y 2º de primaria*. Obtenido de <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/3179/lerma%20martorell.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Milicic, N. (2015). *Desarrollar la Autoestima de nuestros hijos: Tarea familiar imprescindible*. Obtenido de <http://valoras.uc.cl/images/centro-recursos/familias/ValoresEticaYDesarrolloSocioemocional/Fichas/Desarrollar-la-autoestima-de-nuestros-hijos.pdf>
- Miras, M. (2002). *Afectos, emociones, atribuciones y expectativas*. Desarrollo psicológico y educación .
- P. Salovey, J. M. (1990). *Inteligencia emocional*. academia. edu.
- PLAZA, J. (18 de Enero de 2018). Barómetro de la lectura 2017: se lee más pero peor. *EL MUNDO*, pág. <http://www.elmundo.es/cultura/literatura/2018/01/18/5a607873468aeb34758b4600.html>. Obtenido de EL MUNDO.
- Ramírez Sánchez, D. M. (2011). Estrategias de intervención educativa con el alumnado con trastornos por déficit de atención con hiperactividad. *Revista digital. Innovación y Experiencias educativas*. , 45.
- Redacción. (02 de 05 de 2018). *Lola Escalante: “Entre el 14% y el 19% de la población infantojuvenil padece trastorno de ansiedad”*. Obtenido de <https://elfarodeceuta.es/lola-escalante-entre-el-14-y-el-19-de-la-poblacion-infantojuvenil-padece-trastorno-de-ansiedad/>
- Redorta, J. O. (2006). *Emoción y conflicto. Aprenda a manejar las emociones*. Barcelona: Paidós.
- rejuega. (13 de abril de 2016). *50 cuentos para trabajar emociones con los niños*. Obtenido de <http://rejuega.com/reflexiones-y-recursos/literatura-infantil/50-cuentos-para-trabajar-las-emociones-con-los-ninos/>
- Rosen, P. (s.f.). *Understood*. Obtenido de La importancia de la inteligencia emocional para los niños con dificultades de aprendizaje y de atención: <https://www.understood.org/es-mx/friends-feelings/empowering-your-child/building-on-strengths/the-importance-of-emotional-intelligence-for-kids-with-learning-and-attention-issues>
- Saarni. (1999). *The Development of Emotional Competence*. New York: Guilford Press.
- Saarni. (2000). Emotional Competence: A Developmental Perspective. *he Handbook of Emotional Intelligence: Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplace*, 68-91.

- Saarni. (s.f.). Emotional competence and self regulation in childhood. *Emotional development and emotional intelligence*, 35-66.
- Santos, A. (9 de septiembre de 2011). *EL LÍMITE ENTRE LA SORPRESA Y EL MIEDO*. Obtenido de <https://paraemocionarse.wordpress.com/2011/09/09/el-limite-entre-la-sorpresa-y-el-miedo/>
- Valle, A. M. (09 de 09 de 2011). *Inteligencia emocional: origen y concepto*. Obtenido de <http://www.grandespymes.com.ar/2011/09/09/la-inteligencia-emocional-origen-y-concepto/>
- Wax, Y. (27 de enero de 2017). *Emociones Básicas: Asco, Alegría, Miedo, Sorpresa, Ira y Tristeza*. Obtenido de <http://www.pixelsxl.com/emociones-basicas-asco-alegria-miedo-sorpresa-ira-y-tristeza/>

## 11.ANEXOS

Figura 4: Evaluación inicial. También servirá como Evaluación final.

<b>FECHA:</b>
<b>NOMBRE:</b>

Responde las preguntas de manera sincera. Marca con una X en las casillas de “si” o “no dependiendo de tu respuesta.

<b>PREGUNTAS</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
¿Mis compañeros se burlan de mí?		
¿Me gusta ser como soy?		
¿Me gustaría ser una persona distinta?		
¿Me gusta mi aspecto?		
¿Soy bueno haciendo mis deberes?		
¿Me escogen el último cuando jugamos en equipo?		
¿Me doy por vencido rápidamente cuando no me sale una tarea?		
¿Tengo muchos amigos?		
¿Estoy contento con las cosas que hago?		
¿Mis compañeros de clase valen más que yo?		
¿Valgo más que el resto?		
¿Me querrán más mis compañeros si fuera diferente?		

Figura 5: Ficha de la Actividad de poslectura “Así soy yo”.

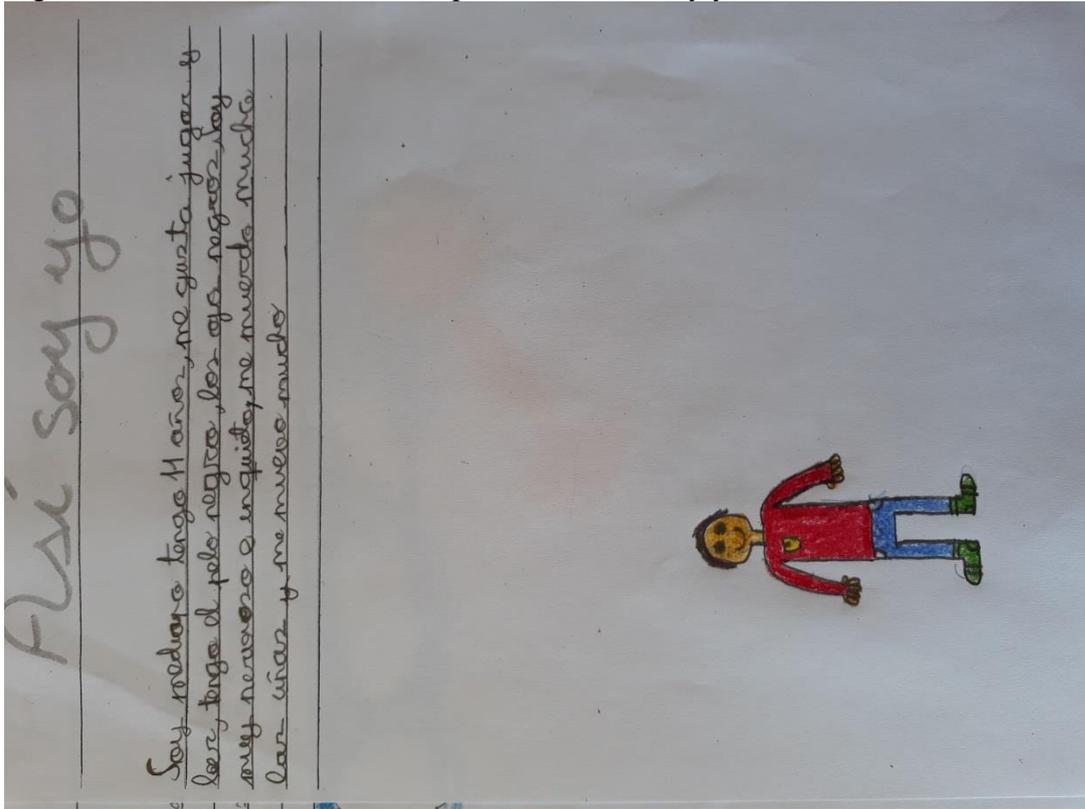


Figura 6: Cuento “Púas el erizo”.

**“PÚAS EL ERIZO”**

Púas, era un erizo pequeñito, de color marrón, un poco torpe y patosito. Tenía un hocico negro y unas patitas gordas. Siempre se metía en líos, por culpa de sus púas pinchosas.

Un día, estaba tejiendo Doña Gatita un jersey muy lindo para su bebé gatito y Púas se acercó a curiosear. La gata, había comprado en la tienda del pueblo, una gran canasta de madejas de colores y quería hacerle el jersey cuanto antes, para que no pasara frío.

Doña Gatita, le decía a su pequeñín:

- ¡Que guapo vas a estar!, ¡Eres el gatito más lindo de toda la vecindad!

Púas, se había escondido detrás del sillón. Los colores de las madejas, llamaron su atención y al inclinar la cabecita para verlas mejor, se cayó dentro de la canasta. El erizo, se metió, entre las madejas y no podía salir. El hilo se había enganchado en sus púas y lo había enredado todo.

-¡Ay, Ay, mira lo que has hecho!- Dijo la gatita. - ¡Ahora que voy a hacer!

Púas, se sintió muy avergonzado y pidió perdón a la gatita, pero el hilo estaba destrozado y ya no servía para hacer el jersey. Al llegar a su casa, Púas le contó a su mamá lo que había ocurrido. Le pidió que ella, hiciera un jersey para gatito.

Su mamá le dijo:

-¡No te preocupes Púas, yo lo haré!. ¡No tienes que

ser tan travieso!. ¡Has de tener más cuidado!

Púas no sabía remediarlo, era tan inquieto, que volvió a meter la pata, bueno mejor dicho las púas. Vio la madriguera de un conejo y quiso entrar en ella para curiosear. La Señora Coneja, acababa de tener crías. Estaban todas allí, muy juntitas. Todavía eran demasiado pequeñas para salir.

Púas, consiguió meterse en la madriguera y llegar hasta las crías. Todo estaba muy oscuro y no podía ver nada. El erizo iba de un lado para otro, sin darse cuenta que según se movía iba pinchando a las crías.

-¡Fuera de aquí!. - Le dijo Doña Coneja, muy enfadada.

Púas, estaba triste, el no quería hacer daño, pero siempre le salía todo al revés. Pensando y pensando, encontró la forma de hacer algo bueno y práctico con sus púas.

-¡Ya sé!. ¡Limpiaré las alfombrillas de las casitas de los animales! Dijo Púas, convencido de que había encontrado la solución. -¡Esta vez, tengo que hacerlo bien y estar preparado para trabajar!. ¡No volveré a equivocarme!

Comenzó a trabajar, como un verdadero experto. Se ponía su mascarilla para el polvo, y limpiaba y limpiaba. Los animales, estaban muy contentos de que por fin, hiciera algo que le gustara y no molestara a los demás. Se convirtió en un gran limpiador de alfombras y todos estaban muy orgullosos de él. Púas, había encontrado una razón para ser feliz.

Figura 7: Cuento del Pirata.

### **CUENTO DEL TESORO PIRATA**

- ¿Conocéis alguna historia de piratas?
  - Sabéis que los piratas vivían aventuras para buscar tesoros. Tesoros que están escondidos bajo la tierra ¿no?
  - Bueno pues yo seguí un mapa de un pirata primo mío y me encontré con este cofre. Bueno pues según me contó mi primo este cofre guarda un tesoro muy especial. Me dijo que en cuanto lo abrió vio el tesoro más importante del mundo. ¿Os imagináis que puede ser? Bueno os puedo dar alguna pista.
  - Es la cosa más bonita del mundo.
  - Tiene una fuerza inmensa que puede resolver todas las dificultades.
  - Además es algo que mucha gente quiere porque alegra y ayuda a todos los demás.
  - ¿Se os ocurre ya lo que puede ser?
- Ahora se les pedirá a cada alumno que abran la caja y que se lo pasen a su compañero sin que digan nada. Cuando todos hayan terminado de mirar lo que hay dentro se les pide que den la respuesta.
- ¿Os esperabais ese tesoro?
  - Vosotros sois el tesoro más importante.

Figura 8: Cuento “Cuento conmigo”

### "CUENTO CONMIGO."

Fomentando la autoestima.

Érase una vez un niño que se miró en un espejo. Cuando se vio no se reconoció porque vio la imagen de una persona mayor. En seguida el niño le preguntó:

- ¿Tú quién eres?

La persona que estaba del otro lado del espejo le respondió:

- Soy tú mismo; sólo que con unos cuantos años más- Si quieres puedo salir del espejo y acompañarte siempre, para ayudarte en lo que tú quieras- añadió la imagen.

El niño exclamó:

- ¡ Sí, sal de ahí!

La persona salió con esfuerzo. Primero, sacó una pierna, luego la otra, después los brazos... Y se quedó encogida en el lavabo. El niño, riéndose le dijo:

- Pareces un poco patosa.

Esta le respondió:

- No todo es bueno cuando eres mayor. Por ejemplo, no se cabe en cualquier parte.

Entonces el pequeño le dijo:

- Lo comprendo, te ayudaré a bajar.

Cuando bajó, los dos se abrazaron muy fuerte. Y de los dos desapareció el miedo. Pues se tenían el uno al otro para siempre. Así que, agarrados de la mano, caminaron juntos por la vida, con paso seguro.

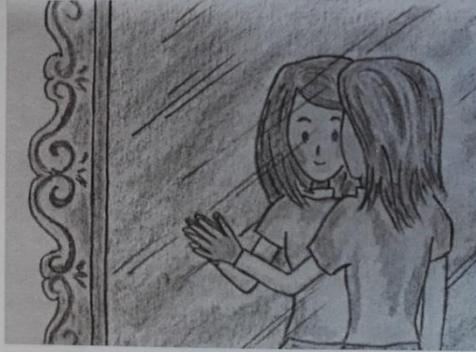


Figura 9: Cuento "La inventora de palabras"

"LA INVENTORA DE PALABRAS"

La aceptación como principal apoyo

Juana pintaba, pintaba y pintaba. Iba pintando todo lo que veía desde su mundo de niña callada y extraña para los demás. Ella, la soñadora de colores, con sólo cinco años renunció a hablar para expresarse con el pincel.

"Juana, habla" - le decía la maestra y la niña agachaba la cabeza. Entonces le daba un papel, Juana cogía un lápiz y empezaba a llenarlo de figuritas pequeñas, grandes, estiradas, redondas...

Así la maestra sabía lo que le andaba por dentro, ésta era la única manera que tenía de averiguar lo que la chiquilla sentía, quería o imaginaba.

Todos los niños respetaban a Juana, la que jugaba sola. Hasta que un día los mayores no encontraban nada con qué jugar... El recreo era sagrado para la pintora que exploraba la tierra con sus grandes ojos, buscando hormigas, bichitos de luz y piedras de mágicos colores.

La niña no esperaba aquel tirón de pelo, pero menos aún sus compañeros esperaban esa respuesta. Juana comenzó a chillar y a patear hasta conseguir que todos se arremolinaran a su

alrededor. Después habló y habló por los codos para que nadie volviera a meterse con ella.

Lo cierto es que Juana se dio cuenta de que decir palabras tenía resultado e intentó pintarlas. Con una facilidad impresionante fue pintando las en colores y dándoles forma. Lo malo era que nadie entendía lo que escribía. Ella se había inventado solita un nuevo lenguaje. Juana se había hecho inventora de palabras.

Ahora sí que le gustaba hablar, y, sobre todo, cuando quería regalar sus palabras. Porque Juana le regaló a cada niño y a cada niña un nuevo nombre; hasta ella cambió el suyo.

A Juana, esto de ser inventora de palabras le hizo famosa en su clase: todos los niños querían ponerse con ella en la mesa. Además seguían a la pintora en el recreo para que les regalara un nuevo nombre para su perro, para su gato, para su hermano... Así es cómo Juana llegó a la conclusión de que era tan importante y tan divertido hablar como pintar, sobre todo, si las palabras y los dibujos se los inventaba ella misma.

A black and white illustration of a young girl with pigtails, wearing a dress, and holding a large paintbrush. She is smiling and looking towards the viewer. The background is a simple, light-colored surface.