



**Universidad de Valladolid**

**Facultad de Educación y  
Trabajo Social**

**TRABAJO FIN DE GRADO**

Grado en Educación Primaria  
Mención en Educación Especial

**INTERVENCIÓN EN HABILIDADES  
SOCIALES Y EDUCACIÓN EMOCIONAL  
EN NIÑOS CON DISCAPACIDAD  
INTELECTUAL**

Autor:

**D. Olga Vegas Sánchez**

Tutor:

**D. Luis Jorge Martín Antón**



## **RESUMEN**

La finalidad de este trabajo es la presentación de un programa de entrenamiento de habilidades sociales y educación emocional para un colegio de educación especial. Con ello la principal prioridad del mismo es la de fomentar el desarrollo emocional y las competencias sociales de estos niños con necesidades educativas especiales.

Así, se irán desarrollando las bases y la fundamentación teórica en la que se ha basado el programa. El elemento fundamental de este programa es el de lograr una convivencia integradora e igualitaria tan necesaria para el correcto desarrollo del aprendizaje y la socialización de todos y cada uno de los alumnos, así como su mejor adaptación a la vida adulta, de la manera más autónoma posible.

## **ABSTRACT**

The purpose of this study is to present a program of social skills training and emotional education for a special education school. The main priority is to promote the emotional and social skills of the children with special educational needs.

Therefore, the theoretical foundation on which the program is based will be developed. The key element of this program is to achieve an inclusive and equitable coexistence, so necessary for the proper development of learning and socialization of each student; and its better adaptation into adulthood in the most autonomous way as possible.

## **PALABRAS CLAVE**

Educación especial, educación emocional, habilidades sociales, necesidades educativas especiales, aprendizaje cooperativo, discapacidad intelectual.

## **KEYWORDS**



Special Educativo, Emotional Education, Social skills, special educational needs, cooperative learning, intellectual disabilities.



## ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	7
OBJETIVOS	9
JUSTIFICACIÓN DEL TEMA	11
RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DEL TÍTULO	16
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	22
1/ EDUCACIÓN EMOCIONAL.	22
2/ HABILIDADES SOCIALES.	25
3/ ALUMNADO CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES.	33
PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES	39
1/ INTRODUCCIÓN.	39
2/ CARACTERÍSTICAS DE LOS DESTINATARIOS.	39
3/ OBJETIVOS.	41
4/ BLOQUES QUE SE TRABAJAN.	42
5/ TEMPORALIZACIÓN.	43
6/ METODOLOGÍA.	43
7/ RECURSOS.	45
8/ PROGRAMA DE ACTIVIDADES	46
BLOQUE I: HABILIDADES RELACIONADAS CON LA COMUNICACIÓN NO VERBAL	46
DISTANCIA INTERPERSONAL	46



---

MANTENER EL CONTACTO VISUAL	48
BLOQUE II: HABILIDADES RELACIONADAS CON LA COMUNICACIÓN VERBAL.	49
EL PAÍS DE LAS GRACIAS Y EL POR FAVOR	49
SALUDAR Y DESPEDIRSE ADECUADAMENTE	51
PEDIR AYUDA	51
BLOQUE III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LA EXPRESIÓN DE EMOCIONES	52
EL CUENTO DE LAS EMOCIONES	52
EXPRESIÓN DE EMOCIONES	56
BLOQUE IV: HABILIDADES PARA LOGRAR EL AUTOCONCEPTO POSITIVO.	57
CADA OVEJA CON SU PAREJA	57
EL OVILLO DE LANA	58
BLOQUE V: HABILIDADES RELACIONADAS CON LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	59
EL SEMÁFORO	59
EL RINCÓN DE ESCUCHAR Y EL RINCÓN DE HABLAR	60
9/ IMPLICACIÓN DE LAS FAMILIAS.	61
10/ EVALUACIÓN.	62
CONTEXTO	67
A/ DESCRIPCIÓN DEL ENTORNO O BARRIO.	67

---



---

B/ CARACTERÍSTICAS FÍSICO/ARQUITECTÓNICAS DEL EDIFICIO.	67
C/ UNIDADES.	68
D/ EQUIPO DE PROFESORES Y PROFESIONALES DEL CENTRO.	68
E/ OBJETIVOS.	69
EXPOSICIÓN DE RESULTADOS	71
A/ EVALUACIÓN DEL PROYECTO.	72
B/ PROCESO.	74
CONCLUSIONES FINALES	76
A/ DIFICULTADES.	76
B/ OPORTUNIDADES.	77
C/ CONSIDERACIONES FINALES.	77
BIBLIOGRAFÍA	81



## INTRODUCCIÓN

“La educación para el siglo XXI tiene que estructurarse en torno a cuatro pilares básicos: aprender a conocer, aprender a convivir y aprender a ser.”

Informe Delors (1996, UNESCO)

Uno de los objetivos que pretende conseguir la educación de hoy en día es la de avanzar en la lucha contra la discriminación y la desigualdad. Esto se está consiguiendo gracias a un avance y una continua evolución, que aun no ha terminado, para llegar a la meta de conseguir una respuesta educativa a la diversidad. Conseguir hacer realidad la idea de una escuela donde todo tipo de personas tienen y tenemos cabida.

Para conseguir esta realidad se necesita el trabajo y la implicación de los maestros en esta labor, entre otros muchos profesionales y personas, pero somos nosotros juntos, toda la comunidad educativa y las administraciones las que tenemos que conseguir un clima de igualdad en la escuela.

Desde ésta se pretende enseñar a pensar pero no se termina de enseñar a sentir, dejando este campo totalmente olvidado para que las personas aprendan a hacerlo solos, ya que la vida supuestamente te lo enseña a lo largo de la experiencia individual que se va adquiriendo con los años.

Este es uno de los grandes problemas de la educación, ya que, como se ha redactado antes, uno de los objetivos principales de ésta es conseguir un desarrollo integral de los niños y por lo tanto ha de contemplar todas las dimensiones de las personas: cognitiva, físico-motora, psicológica, social y afectivo-social.

Para esto es fundamental e imprescindible considerar la diversidad como un principio básico de la educación. Entendemos la Atención a la Diversidad como una estrategia general para conseguir que la práctica docente se ajuste a las necesidades de cada uno de los alumnos; incluyendo acciones encaminadas a ajustar la respuesta



educativas a sus necesidades. Los profesores, para ello, tenemos que plantearnos dar respuesta a las necesidades mediante la metodología más apropiada, ya que cada uno de nuestros alumnos es un mundo y no todos aprenden de la misma forma ni al mismo ritmo.

Buscando una metodología que se ajuste a las necesidades de los alumnos, y teniendo en cuenta el objetivo de este proyecto de sesiones para entrenar la educación emocional y las habilidades sociales en alumnos con discapacidad intelectual, se ha optado por el Aprendizaje Cooperativo. Esta metodología presenta una forma de enseñar y aprender donde cada alumno aporta sus capacidades para el desempeño de sus funciones y de sus tareas. Permite realizar agrupamientos de alumnos que se benefician los unos de los otros.

Los niños que presentan discapacidades intelectuales también suelen acompañarse de déficits en su comportamiento social. En el presente trabajo nos centraremos en estos alumnos con necesidades educativas especiales de carácter grave y permanente, escolarizados en un centro de educación especial, para los que los programas de entrenamiento de educación emocional y habilidades sociales son fundamentales para favorecer su desarrollo y su integración en la comunidad, aportándoles el mayor grado de autonomía e independencia posibles.



## OBJETIVOS

La finalidad que tiene este trabajo es, por una parte, redactar, de manera sintetizada y resumida una fundamentación teórica al concepto de Discapacidad Intelectual, Educación Emocional y Habilidades Sociales, para conocer los objetivos y contenidos como elemento clave de la educación del siglo XXI.

Por otro lado, también se pretende centrar la atención en los alumnos para los que nos hemos planteado dicho proyecto, que son los que presentan necesidades educativas especiales de carácter más grave y permanente, habitualmente con déficits de conducta social y emocional, asociados.

Dicho esto, se infiere que este diseño de intervención para el entrenamiento de habilidades sociales y educación emocional, va dirigido especialmente a alumnos escolarizados en centros de educación especial, para los que es fundamental el trabajo y entrenamiento en habilidades sociales y educación emocional dentro de sus adaptaciones curriculares individuales significativas.

Para trabajar todo esto, nos ajustaremos a las características de dicho alumnado, adaptando los objetivos, contenidos, evaluación y metodología a las necesidades educativas de cada uno de ellos y al conjunto del grupo en general.

En esta línea, podemos enumerar los principales objetivos:

- Trabajar los sentimientos y emociones dentro del aula, para conseguir el desarrollo integral del alumno.
- Mejorar la autoconciencia y confianza de uno mismo, enseñándole a controlar sus emociones e impulsos, aumentando su empatía y habilidades sociales.
- Favorecer una comunicación adecuada.
- Fomentar el compromiso con sus iguales, sus profesores y familias.
- Potenciar el enfrentarse a los retos, dificultades y conflictos que le surjan de una manera adecuada, mediante la mediación, la comunicación y el trabajo.



- Eliminar, en la medida de lo posible, las discriminaciones y desigualdades entre compañeros.
- Hacerles conscientes de que todos tenemos unas capacidades y que nos hacen válidos como personas.
- Eliminar inseguridades y entrenarles para su total desarrollo y enfrentamiento a la vida.



## JUSTIFICACIÓN DEL TEMA

Todos estamos de acuerdo en que el principal objetivo que tiene la educación es orientar al alumnado hacia el pleno desarrollo de su personalidad. Por ello el desarrollo cognitivo del niño siempre irá de la mano del desarrollo emocional de éste.

Según Bisquerra y López (2003) hay varios motivos para incluir programas de entrenamiento de las emociones en el currículum de la educación de los niños. Nos basaremos, entre otros, en los siguientes:

- Las competencias socio-emocionales son un aspecto básico del ser humano y de la preparación para la vida.
- Hay un interés creciente por parte de los educadores sobre temas de educación emocional.
- La necesidad de aprender a regular las emociones negativas para prevenir comportamientos de riesgo.
- La necesidad de preparar a los niños en estrategias de afrontamiento para enfrentarse a situaciones adversas con mayores probabilidades de éxito.

Basaremos la justificación del tema de este trabajo también en los argumentos que ofrece Ibarrola (2003), acentuando la importancia que tiene la educación emocional y el desarrollo de las habilidades sociales en la escuela. Dichos argumentos son:

1. Desde la finalidad de la educación: como pleno desarrollo de la personalidad integral del alumno, incluyendo el desarrollo cognitivo y emocional.
2. Desde el proceso educativo: entendiendo la educación como un proceso marcado por las relaciones interpersonales con sus fenómenos emocionales. Por ello hay que prestar especial atención a la importancia que tienen las emociones en el desarrollo de los procesos de aprendizaje.
3. Desde el autoconocimiento.
4. Desde el fracaso escolar: Se argumenta que el entrenamiento de las habilidades sociales y las emociones ayudan a prevenir este tipo de fracasos, enseñando a los



alumnos a enfrentarse al aprendizaje y a todo tipo de problemas con un sinfín de herramientas.

5. Desde las relaciones sociales: ya que estas son una potente fuente de conflictos. Dichos conflictos pueden ser provocados por una inadecuada expresión de las emociones o mal control de las mismas o un déficit de las habilidades sociales necesarias.
6. Desde la salud emocional: Todos los estímulos que nos llegan de nuestro alrededor producen tensión emocional que hay que saber interpretar y controlar.

Gardner (2001) también hace hincapié en que el niño desde que nace experimenta un aprendizaje emocional desde el seno familiar, aprendiendo a interpretar y valorar el mundo fijándose en sus padres y personas que le rodean. Esto irá configurando su desarrollo emocional. Como el siguiente contexto educativo, después de la familia, al que se enfrenta el niño es el educativo, es decir, la escuela, desde ella hay que plantearse el reto de educar a los alumnos para que den respuesta a las situaciones con las que se van a encontrar en la sociedad cambiante en la que vivirán.

Centrándonos más concretamente en los alumnos a los que va dirigido dicho proyecto, nos apoyamos en de la Cruz (2005) citado por Aranda Redruello (2007, p. 119): “Las competencias son un saber hacer complejo que exige un conjunto de conocimientos, habilidades, actitudes, valores y virtudes que garanticen la bondad y eficiencia de un ejercicio profesional, responsable y eficiente.”

Basándonos en dichas palabras este diseño de una intervención para el entrenamiento de habilidades sociales y educación emocional pretende desarrollar las siguientes competencias, propuestas por Aranda Redruello (2007):

1. Competencias docentes a tener en cuenta:
  - Conocimiento del desarrollo de los niños con discapacidad intelectual.
  - Conocimiento de sus necesidades educativas.
2. Competencias docentes sobre lo que se ha de realizar:
  - Planificación de la enseñanza/aprendizaje del proyecto.
  - Selección y búsqueda de información para llevarlo a cabo.



- Comunicación de lo aprendido y valoración del entorno de actuación.
  - Trabajo en equipo, con total coordinación para conseguir resultados positivos.
  - Síntesis de lo aprendido facilitando la generación de los contenidos expuestos.
3. Competencias sobre lo que se ha de dominar adecuadamente:
- Manejo de las nuevas tecnologías para su aplicación en actividades originales y variadas.
  - Conocimiento de las necesidades de los alumnos para su adaptación y posterior evaluación del proyecto teniendo en cuenta sus características.
  - Tratamiento de las dificultades que vayan surgiendo.
  - Resolución de problemas prácticos de la vida escolar.
  - Iniciativas de información.
4. Competencias en el proceso formativo:
- Comportamientos profesionales sociales.
  - Actitudes referidas a la forma de afrontar las relaciones interpersonales.
5. Competencias desde el punto de vista metodológico para el profesor reflexivo, indagador y colaborativo:
- Capacidad de planificación, organización, comunicación y reflexión-acción.

En definitiva, el objetivo fundamental de la vida es ser lo más felices posible, y para ello hay que comprender lo que nos ocurre en cada momento y saber actuar en consecuencia, con nosotros mismos y las personas que nos rodean.

Nuestro cometido como docentes es ayudar a los alumnos a ser personas emocionalmente sanas, con actitudes positivas, que expresen, conecten y controlen sus sentimientos y emociones, enseñándoles estrategias para tomar decisiones y superar todos los problemas que les vayan surgiendo a lo largo de su vida. Al igual que trabajar para favorecer que los alumnos aprendan a establecer relaciones sociales, facilitándoles estrategias y recursos que mejoren su competencia social, sus posibilidades de adaptación y sus relaciones interpersonales.

También incluimos en la justificación del tema de este trabajo los apartados que se tienen en cuenta del marco legislativo referente a la educación que es el que nos compete.



Hay que tener en cuenta que la competencia que abarca el desarrollo de las habilidades sociales y la educación emocional se contempla con más importancia en el marco legislativo acorde a la Educación Infantil, más que al de Educación Primaria.

Debido a esto, los documentos legislativos que se han consultado para este trabajo de fin de grado son los siguientes:

- Ley Orgánica de Educación de 2/2006 de 3 de Mayo (L.O.E)
- Real Decreto 1630/2006, de 29 de Diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil.
- Decreto 17/2008, de 6 de Marzo, del Consejo de Gobierno, por el que se desarrollan para la Comunidad de Madrid las enseñanzas de la Educación Infantil.

La L.O.E. es el marco más general donde ya se da importancia a la necesidad de trabajar el desarrollo emocional en los alumnos, para que aprendan a hacer frente a diferentes situaciones a lo largo de su vida.

Esto viene reflejado e dos de sus principios generales y en varios de sus fines, como son:

**Principios generales:**

- La educación para la prevención de conflictos y para la resolución pacífica de los mismos, así como la no violencia en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social.
- El desarrollo de la igualdad de derechos y oportunidades y el fomento de la igualdad efectiva entre hombres y mujeres.

**Fines del sistema educativo:**

- El pleno desarrollo de la personalidad y de las capacidades de los alumnos.



- La educación en el respeto de los derechos y libertades fundamentales, en la igualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres y en la igualdad de trato y no discriminación de las personas con discapacidad.
- La educación en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad dentro de los principios democráticos de convivencia, así como en la prevención de conflictos y la resolución pacífica de los mismos.
- La educación en la responsabilidad individual y en el mérito y esfuerzo personal.

Estos Principios y Fines se concretan a su vez en el Título I, Capítulo I de la LOE, dedicado a la Educación Infantil, donde se observa que en sus objetivos generales se ve reflejada la necesidad de desarrollar la parte emocional de los alumnos.

**Objetivos generales:**

- Desarrollar sus capacidades afectivas.
- Relacionarse con los demás y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social, así como ejercitarse en la resolución pacífica de conflictos.



# RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DEL TÍTULO

Una vez se ha justificado la relevancia del tema que se ha escogido para este trabajo de fin de grado, pasaremos a relacionar dicho proyecto con las competencias del título de Grado de Educación Primaria, basándonos más concretamente en los objetivos que se han de desarrollarse para la consecución de dicho título.

1. *Conocer las áreas curriculares de la Educación Primaria, la relación interdisciplinar entre ellas, los criterios de evaluación y el cuerpo de conocimientos didácticos en torno a los procedimientos de enseñanza aprendizaje respectivos.*
  - Como ya se ha redactado, uno de los fines de la educación es el del pleno desarrollo de la personalidad y las capacidades afectivas. Ambos son objetivos que están estrechamente relacionados con la educación emocional y la enseñanza de habilidades sociales. Dichos objetivos se incluyen en el currículum de la educación como temas transversales a todas las áreas a tratar a lo largo de los niveles de ésta.
  
2. *Diseñar, planificar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje, tanto individualmente como en colaboración con otros docentes y profesionales del centro.*
  - Cualquier intervención que se lleve a cabo con los alumnos, y más concretamente con el alumnado que presenta necesidades educativas especiales, necesita de la colaboración, cooperación y participación de todos los profesionales que trabajan con ellos día a día. Por ello, en el diseño de este trabajo se tiene en cuenta la participación de todos ellos, tanto a la hora de llevar a cabo las sesiones como para evaluar el proyecto y al alumnado.
  
3. *Diseñar, planificar, adaptar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje para el alumnado con necesidades educativas específicas.*



- La Atención a la Diversidad es un pilar fundamental del sistema educativo que trata de dar respuesta a las necesidades de los alumnos; por ello, en este proyecto se han adaptado las sesiones a las características y necesidades particulares de los alumnos hacia las que van dirigidas.
4. *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.*
- Los niños con discapacidad intelectual suelen tener relacionados problemas en el campo de las habilidades sociales; éstas no van a ser interiorizadas de manera espontánea por ellos, por lo que hace falta una intervención sistemática que trabaje la educación emocional y las habilidades sociales, a parte de los contenidos exclusivamente académicos. Otro de los objetivos que se pretenden conseguir también es favorecer la autonomía y la integración en la sociedad de todos estos alumnos.
5. *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 de los estudiantes.*
- Basándonos en que la educación emocional y las habilidades sociales son herramientas importantes e imprescindibles para lograr una convivencia positiva en las aulas, nos apoyamos en los siguientes objetivos:
    - Adquirir conocimiento de las propias emociones e identificar las de los demás.
    - Controlar las propias emociones y prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas.
    - Aprender a gestionar y resolver conflictos a través de la mediación.
    - Adquirir habilidades sociales para favorecer la convivencia y la integración de todos los individuos.



6. *Conocer la organización de los colegios de Educación Primaria y la de diversidad de acciones que comprenden su funcionamiento. Desempeñar las funciones de tutoría y de orientación con los estudiantes y sus familias, atendiendo a sus singulares necesidades educativas. Asumir que el ejercicio de la función docente ha de ir perfeccionándose y adaptándose a los cambios científicos, pedagógicos y sociales a lo largo de la vida.*
  - El trabajo de las habilidades sociales y la educación emocional exige que todos los agentes que intervienen en ella sean partícipes de un proceso permanente de formación y trabajo, planificado y coordinado.
  - También es fundamental contar con el apoyo de las familias a través de las sesiones de tutoría y orientación con ellas y los alumnos. Teniéndoles, en todo momento, informados de sus procesos de enseñanza-aprendizaje. Esta es una de las principales funciones de los docentes.
  
7. *Colaborar con los distintos sectores de la comunidad educativa y del entorno social. Asumir la dimensión educadora de la función docente y fomentar la educación democrática para una ciudadanía activa.*
  - Esto es imprescindible para que los aprendizajes en educación emocional y habilidades sociales se generalicen y se puedan aplicar en todos los contextos. Para esto es necesaria la participación de todos los agentes educativos.
  
8. *Valorar la responsabilidad individual y colectiva en la consecución de un futuro sostenible.*
  - Uno de los principales objetivos que quiere llevarse a cabo con este proyecto es el de favorecer la integración en la sociedad del alumnado con necesidades educativas específicas, con el mayor grado de autonomía e independencia posibles, con garantía de éxito.
  
9. *Reflexionar sobre las prácticas de aula para innovar y mejorar la labor docente. adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y cooperativo.*



- Para comenzar con la intervención habrá que realizar primero una evaluación inicial para conocer la situación de partida y características de nuestros alumnos. Al igual que una evaluación continua de todo el proceso, para ir corrigiendo y superando los problemas y dificultades que vayan surgiendo en su consecución. Finalmente hacer una evaluación global de todo el proyecto y su proceso de enseñanza-aprendizaje.

*10. Comprender la función, las posibilidades y los límites de la educación en la sociedad actual y las competencias fundamentales que afectan a los colegios de educación primaria y a sus profesionales. Conocer modelos de mejora de la calidad con aplicación a los centros educativos.*

### **Relación con las competencias de la Mención de Educación Especial:**

Como la mención específica de este trabajo es la de Educación Especial, también justificaremos el tema teniendo en cuenta las competencias específicas de dicha mención, que se han desarrollado en el presente trabajo.

*1. Diseñar y colaborar con diferentes agentes en la planificación y desarrollo de respuestas educativas que atiendan las necesidades educativas de cada estudiante, teniendo en cuenta los fundamentos psiconeurológicos que afectan al aprendizaje y las relaciones humanas.*

a. Acometer, directamente o en colaboración con el resto del profesorado, la planificación, el desarrollo y la evaluación de una respuesta educativa de calidad para el alumnado con necesidades educativas especiales.

- Sin una coordinación entre todos los miembros de la comunidad educativa que trabajan con este alumnado no se puede lograr el objetivo que nos hemos propuesto con este trabajo, que es el de que nuestros alumnos aprendan a convivir y a utilizar para ello las habilidades sociales y la educación emocional.



b. Detectar, discriminar e identificar los problemas emocionales, comunicativos, cognitivos, conductuales y sociales más frecuentes en el ámbito escolar, teniendo en cuenta diferencias individuales.

- Antes de poner en práctica dicho programa, tenemos que evaluar las necesidades que nuestro alumnado tiene respecto a este tema que nos atañe que son las emociones y las habilidades sociales. Para esto, en este trabajo también hay un apartado donde se explica la evaluación previa que hay que hacer antes de comenzar con el programa

c. Entender que el estado biológico en general y el neurobiológico en particular del alumno afecta al aprendizaje y al proceso de socialización.

- Tenemos que tener presente las características y limitaciones de nuestro alumnado, y en nuestro caso, más concretamente en el aprendizaje y la socialización, esta es una de las razones por las que queremos poner en práctica dicho programa.

d. Determinar las necesidades educativas de los distintos alumnos, definiendo ámbitos de actuación prioritarios, así como el grado y la duración de las intervenciones, las ayudas y los apoyos requeridos para promover el aprendizaje de los contenidos.

- Como se ha redactado antes, previamente al inicio de dicho programa, hay que hacer una evaluación previa de nuestro alumnado, para tener en cuenta sus características y limitaciones, así adaptar las sesiones a sus necesidades individuales y a la vez grupales.

2. *Crear entornos de aprendizaje que faciliten procesos globales de integración escolar y trabajo colaborativo con el profesorado, familias y equipos psicopedagógicos.*

- El objetivo final que se quiere conseguir con este proyecto es el de conseguir que el alumnado aprenda a convivir con el resto de compañeros, creando así un ambiente positivo para su aprendizaje. Esto



siempre en colaboración con todo el equipo de profesionales que trabajan con ellos, al igual que con sus familias.



# FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

La fundamentación teórica de este trabajo se basará en intentar abordar de la manera más clara y sintetizada posible los tres siguientes temas, pilares de todo el proyecto que vamos a presentar.

Hay que tener en cuenta que hay poca documentación redactada sobre estos temas, adaptados al alumnado con discapacidad. Apoyaremos nuestra fundamentación teórica en estudios que se han llevado a cabo sobre la investigación de la relación y exclusión entre iguales, más concretamente entre adolescentes y alumnos de educación infantil.

## 1/ EDUCACIÓN EMOCIONAL.

“La Educación Emocional es un proceso educativo, continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral.”

Bisquerra (2010)

Si queremos conseguir lo que afirma Bisquerra (2010) en su definición, es necesario desarrollar conocimientos y habilidades sobre las emociones para que nuestro alumnado sea capaz de afrontar los retos que se les planteen en el día a día.

El objetivo fundamental planeado es el de conseguir el desarrollo integral de la personalidad del individuo. Desarrollando todas las competencias emocionales. Por ello, la educación emocional ha de estar presente en todas las etapas de la educación, como temas transversales a tratar en todas las áreas, de forma continua y permanente. En ella han de participar de manera coordinada y cooperativa todos los agentes educativos.



Según Bisquerra (2010), la educación emocional es también una forma de prevención inespecífica. Esto quiere decir que es importante saber identificar los factores de riesgo que intervienen en las emociones, ya que muchos problemas tienen un importante componente emocional.

Para ello, se trabajarán las competencias sociales y emocionales básicas como puede ser entre ellas: autoestima, autocontrol, habilidades sociales, habilidades de solución de conflictos, habilidades de comunicación, que actúan como factores preventivos. Para de esta manera construir también un bienestar de forma que sea menos probable la presencia de comportamientos de riesgo.

Las principales competencias y habilidades que hay que desarrollar en el entrenamiento de la educación emocional son las siguientes (Ibarrola, 2003):

1. *Autoconciencia-Autoconocimiento.*

El conocimiento emocional no es innato, por lo que el niño, por el mero hecho de crecer, no sabrá reaccionar de manera adecuada a dichas situaciones. Debemos enseñarles a ser conscientes de sí mismos, que sepan reconocer sus estados de ánimo, sus emociones y valores.

Una vez que se saben identificar y a poner nombre a las emociones, hay que aprender a hablar sobre ellas, esto incrementa nuestra capacidad para controlarlas. Una vez que las controlemos, sabremos evaluar su intensidad. Cuanto menos intensas sean, más sencillas de controlar serán. Se trata de aprender a prestar atención a los primeros indicios de una emoción, sin esperar a que nos desborde.

2. *Autorregulación-Autocontrol.*

El Autocontrol consiste en saber controlar las expresiones de nuestros sentimientos y emociones, y adecuarlos al momento y el lugar en el que nos encontremos.

3. *Automotivación.*



La capacidad de automotivarnos nos permite hacer un esfuerzo porque queremos hacerlo, porque sabemos que queremos conseguirlo y cómo hacerlo. Para ello hay que saber fijarse unos objetivos.

Muchas veces no sabemos lo que queremos o, por el contrario, sabemos lo que no queremos. Por ello hay que saber plantearse unos objetivos como primer paso, a la hora de decidir lo que queremos.

La motivación es muy importante, sobre todo para los alumnos hacia los que está propuesto este proyecto, ya que la mayoría suelen tener una gran falta de motivación.

#### 4. *Empatía.*

La empatía es la habilidad de entender las necesidades, sentimientos y problemas de los demás, poniéndose en su lugar, y respondiendo correctamente a sus reacciones emocionales.

Esto quiere decir que hay que ser capaces de escuchar a los demás. Esto no significa que compartamos sus opiniones, ni que estemos de acuerdo con su manera de interpretar la realidad.

Una de las habilidades básicas necesarias es saber escuchar y atender a la comunicación no verbal del otro, utilizando toda nuestra atención, para captar la mayor cantidad de información posible.

#### 5. *Destreza social o habilidades sociales.*

Esto implica dirigirse a las personas, sabiendo relacionarse con ellas, resumiendo, entenderse con ellas. Basándose en la cooperación interpersonal para establecer y mantener relaciones saludables y gratificantes. La finalidad es ser capaces de resistir la presión social, prevenir, gestionar y resolver de forma constructiva los conflictos; al igual que a pedir y dar ayuda cuando sea necesario.

Según Manuel Segura Morales (2005) la palabra emoción está relacionada con el verbo “mover”, con movimiento o moción.



Sin emociones no nos movemos. Una persona que no tenga emociones o sentimientos no será capaz de decidir. Aunque hay que aclarar que emoción y sentimiento no son del todo sinónimos.

- Emociones: *impulsos automáticos que, en conjunto constituyen un sistema de adaptación al medio.*
- Sentimientos: *bloques de información integrada, síntesis de experiencias anteriores, como de deseos y del sistema de valores que cada uno tenga.*

Como afirma Manuel Segura Morales (2005) todos tenemos al mismo tiempo varios sentimientos diferentes, pero entre esos sentimientos simultáneos siempre hay unos más fuertes y otros más débiles, pero también tienen su importancia.

A veces los sentimientos simultáneos son contradictorios y nos dificultan seriamente la toma de decisiones.

Teniendo en cuenta lo expuesto anteriormente, se infiere que es muy importante que desde niños aprendan las competencias sociales básicas; y se observa que la escuela es un fuerte pilar donde se han de enseñar.

## **2/ HABILIDADES SOCIALES.**

### **Concepto De Habilidades Sociales**

Existen infinidad de definiciones del concepto de habilidades sociales. Pero en lo que este trabajo queremos centrarnos dentro de ellas es concretamente en la competencia personal y social, ya que uno es competente cuando pone en práctica ciertas habilidades sociales. Escogeremos a algunos autores, que dan matices similares a un tema tan importante como el que estamos tratando.



Lo primero que deberíamos definir es qué se entiende por competencia personal y social, para ello hemos escogido la definición que hace Inés Monjas, que expone de la siguiente manera (Monjas, 2002):

La competencia personal y social se define como un conjunto de capacidades, conductas y estrategias, que permiten a la persona construir y valorar su propia identidad, actuar competentemente, relacionarse satisfactoriamente con otras personas y afrontar, de forma positiva las demandas, retos y dificultades de la vida, lo que posibilita su ajuste y adaptación, su bienestar personal e interpersonal, y vivir una vida más plena y satisfactoria (p. 37).

Este concepto incluye aspectos referentes a la inteligencia emocional. Pero también aspectos referidos a lo social y a lo interpersonal, es decir, a las habilidades sociales y a la empatía.

Siguiendo con lo que dice esta autora, se observa que en la bibliografía existente hay una amplia variedad de terminologías pero una falta de precisión en algunos términos. Por lo que se infiere que este es un campo confuso que no está bien definido ni suficientemente limitado, como recoge Monjas (1998) en su trabajo para definir las habilidades sociales.

No obstante, se definen las habilidades sociales como el “conjunto de cogniciones, emociones y conductas que permiten relacionarse y convivir con otras personas de forma satisfactoria y eficaz” (Monjas, 2007, p. 39) Implican, por lo tanto, comportamientos adquiridos y aprendidos, pero no un rasgo de la personalidad. (Monjas, 1997)

Dicho esto, es importante desde la escuela favorecer que los alumnos establezcan relaciones sociales, facilitándoles estrategias y recursos que mejoren su competencia social y sus posibilidades de adaptación y relación interpersonal.



Teniendo en cuenta esto último, es importante resaltar que si no se consigue una buena relación interpersonal de igualdad entre el alumnado, pueden sucederse casos de acoso escolar entre iguales, al igual que conductas de exclusión.

Como redacta Postigo Zegarra, citando a Olweus (1993): las relaciones interpersonales asimétricas hacen que el agresor abuse de su poder y la víctima no pueda detener las agresiones, lo que hace que éstas se repitan sistemáticamente en ausencia de provocación, con la única intención de herir y desmoralizar.

Se trabajarán estas estrategias a través de los Programas de Enseñanza de Habilidades Sociales (PEHS), con los que se entrenan las distintas habilidades dirigidas a aumentar la capacidad de adaptación y la competencia social. A través de diferentes técnicas conductuales y cognitivas para poder adquirir aquellas conductas adecuadas que el alumno no posee en su repertorio o también para modificar aquellas que son inadecuadas (Monjas, 2002).

Teniendo en cuenta estos programas que propone la profesora Inés Monjas (2002) nos apoyamos en otro estudio que se llevó a cabo en la Universidad Pablo de Olavide por la profesora Belén Martínez Ferrer, Gonzalo Musitu Ochoa, Luis V. Amador Muñoz, María Carmen Monreal Gimeno (2010), sobre la violencia escolar en adolescentes rechazados y aceptados; concluyó que las variables familiares muestran diferentes vías de influencia en la conducta violenta en los adolescentes rechazados y aceptados. Aportando lo siguiente:

Los resultados obtenidos en dicho análisis aportan ideas sugerentes para la práctica profesional y para la elaboración de programas de intervención en la escuela. Considerando que en estos programas se debe enfatizar la conexión entre el contexto familiar y escolar con el fin de proporcionar al adolescente los recursos necesarios que ayuden a disminuir la probabilidad de implicación en actos de violencia escolar. (p. 12)



Buscando más definiciones de Habilidades Sociales, estamos de acuerdo con el concepto que Izuzquiza Gasset y Ruiz Incera (2007) proponen:

Las Habilidades Sociales son un conjunto de conductas y destrezas específicas que nos permiten interactuar con los demás del modo más adecuado posible a la situación en que nos encontramos, y de manera mutuamente beneficiosa. Son comportamientos complejos adquiridos y aprendidos que se ponen en juego en la interacción con otras personas (p.23),

Gil (1993, citado por García Ramos, 2011), aporta los rasgos que caracterizan las habilidades sociales, como son que: (a) se dan en situaciones interpersonales; (b) son susceptibles de aprendizaje y, en consecuencia, se pueden entrenar; (c) su objetivo es el reforzamiento, de ambiente y autorrefuerzo; (d) son socialmente adaptadas; (e) esto no debe impedir a otros interlocutores conseguir sus propias metas; (f) han de estar controladas; y (g) se tendrá en cuenta siempre las capacidades de las personas para adecuar los objetivos y teniendo en cuenta las exigencias del ambiente.

Además, y para finalizar ya este apartado dedicado a las definiciones de Habilidades Sociales, García Ramos (2011, p.11) nos sugiere esta definición sobre las habilidades sociales relacionadas con las personas con discapacidad, que son las personas a las que va dirigido concretamente dicho proyecto:

Aunque las habilidades sociales son aprendidas, en el caso de personas con discapacidad no hemos de dar nada por supuesto en cuanto a su conocimiento y en su manera de adquirirlo, ya que sus limitaciones les impiden alcanzar habilidades que otros niños adquieren espontáneamente. Hemos de enseñarles cada habilidad dejando que los alumnos la practiquen y no darla por aprendida hasta que demuestren que sean capaces de hacerlo y que lo hacen habitualmente en distintos entornos sociales. Tenemos que ser conscientes de que las personas



con discapacidad psíquica necesitarán más tiempo que otras para adquirirlo. (p. 11)

### **Clasificación De Las Habilidades Sociales**

Hay muchas formas de clasificar las habilidades sociales, la más sencilla y la que más se aproxima a los bloques en los que se dividen las sesiones de este programa de entrenamiento de habilidades sociales, es la de esquematizarlas en cuatro tipos de habilidades:

*a) Habilidades de comunicación no verbal:* como ya expone Manuel Segura Morales (2005) Las emociones y sentimientos se comunican con palabras a las personas de confianza, y no siempre y no del todo. Lo más frecuente es hacerlo de forma no verbal. Las habilidades más sencillas relacionadas con la comunicación no verbal son:

- La mirada, el contacto ocular.
- La sonrisa.
- La expresión facial.
- El contacto físico.
- La apariencia personal.

*b) Habilidades de comunicación verbal:* son las relacionadas con la expresión, comprensión y respuesta a lo que comunica la otra persona con la que se conversa, adaptándose a la persona, a la situación, al contexto y al lugar donde estemos conversando.

- Los saludos.
- Las presentaciones.
- Pedir favores y dar las gracias.
- Pedir disculpas.
- Unirse al juego de otros niños.
- Iniciar, mantener y finalizar conversaciones.



c) *Habilidades para la expresión de emociones*: hay que saber comunicar al resto de personas cómo nos sentimos en cada momento, además de esperar que la otra persona reaccione con empatía, y comprenda nuestro estado de ánimo.

Los niños con ciertas discapacidades intelectuales no saben controlar sus emociones, utilizando reacciones desproporcionadas que no se ajustan a la situación en la que se encuentra.

d) *Habilidades para lograr el autoconcepto positivo*: en estos niños es muy importante enseñarles a crearse una visión acertada de sí mismo, y aceptar de manera positiva su propia identidad. Sobre todo porque ven sus limitaciones y discapacidades con más intensidad, esto puede crearles inseguridades que se intensifican en la adolescencia.

Se sabe que cuando los niños sienten que los adultos confiamos en ellos, aumenta su confianza en sí mismos, ya que intentan estar a la altura de las expectativas que tenemos sobre ellos, ya que continuamente les enviamos mensajes de cómo queremos que sean, consciente o inconscientemente.

Para ello es necesario que:

- Evitemos utilizar etiquetas negativas, sobre todo delante de otros niños.
- No dejemos que los niños se etiqueten entre sí.
- Impidamos las comparaciones.

### **Características De Las Habilidades Sociales**

Lo fundamental en este apartado es dejar claro cuándo una conducta es socialmente habilidosa para seguir avanzando en el conocimiento de la misma.

Por ello coincidimos con García Ramos (2011) y las características que han de tener las habilidades sociales:



1. La conducta adecuada es parcialmente dependiente del contexto cambiante.

Esto depende de la circunstancia, el momento y el lugar en el que dos personas se encuentren. Una persona con deficiencias intelectuales suele presentar dificultades a la hora de escoger la conducta adecuada para el contexto en el que se encuentran.

2. La habilidad social debe considerarse dentro de un marco cultural determinado.

Las habilidades sociales son resultado de la normativa social del momento y la cultura en la que vivamos. Los patrones de comunicación varían dependiendo de distintos factores. Por todo esto, hay que conocerlos para comportarse siguiendo esta normativa.

3. Las habilidades sociales varían a lo largo del tiempo.

En este apartado se tendrá en cuenta la apariencia personal como habilidad básica. A los alumnos con discapacidades se les suele vestir con ropas obsoletas que no están acordes con las modas propias del momento. Lo mismo ocurre en el campo del lenguaje, tendemos a hablar a estas personas como si de niños se tratase. Hay que evitar estas situaciones ya que si no, no conseguirán aceptar sus limitaciones, sentirse aceptados y aceptarse tal y como son.

4. El grado de efectividad de una persona dependerá de lo que desea lograr en la situación particular en que se encuentre.

Dependiendo de la situación en la que nos encontremos, actuaremos de una manera o de otra, esto supone que una conducta puede ser apropiada en un contexto, pero esa misma conducta inapropiada en otro. Para evitar esto habrá que establecer, de manera consensuada y coordinada, unas normas básicas útiles para el mayor número de situaciones posibles.

### **Adquisición De Las Habilidades Sociales**



Volvemos a tener en cuenta la opinión de García Ramos (2011), en que los procesos de aprendizaje por que se adquieren las habilidades sociales son:

1. Enseñanza directa.

Transmitiremos los aprendizajes mediante instrucciones sencillas que los niños puedan interiorizar. Para esto comprobaremos que todos están prestando atención, que comprenden dichas instrucciones y que tienen la capacidad necesaria para llevar a cabo dicha conducta. Tendremos en cuenta las características y limitaciones de los alumnos en todo momento.

2. Modelado o aprendizaje por medio de modelos.

Nos referimos con este apartado al aprendizaje vicario o por observación. Los aprendizajes entran mucho más fácilmente por los ojos. Por esto tenemos que cuidar nuestros comportamientos si somos modelos a seguir. Educamos con lo que decimos, con lo que hacemos y con lo que somos fundamentalmente. Al igual que les decimos a los niños lo que tienen que hacer, tenemos que intentar comprometernos a hacerlo también nosotros mismos.

3. Práctica de conducta.

Se aprende practicando y ensayando, así nos aseguraremos de que son capaces de actuar adecuadamente en diferentes situaciones, contextos y con distintas personas. Las habilidades aprendidas deben ensayarse también fuera de la escuela, ya que si sólo se aprenden de forma ficticia, se olvidan fácilmente.

4. Reforzamiento de las conductas adecuadas y “castigo” o retirada de atención inadecuadas.

Debemos tener en cuenta que muchas veces, los alumnos con ciertas discapacidades suelen hacer “mal” las cosas para llamar la atención. Para ello hay que servirse de la retirada de atención en algunas ocasiones. Debemos ser generosos en los elogios, procurando estar más pendientes de las conductas adecuadas que de las equivocadas.

5. Feedback.



Haciendo siempre elogios a las conductas correctas, pero también eludiendo lo que se puede y debe mejorar, utilizando siempre críticas constructivas y midiendo la manera de corregir dichas conductas.

6. Moldeamiento o aprendizaje por aproximaciones sucesivas.

Descompondremos las conductas en pequeños y sencillos pasos para ir practicando y reforzando cada uno de ellos, prestando primero ayuda en todos y cada uno de los pasos. A medida que se van ensañando, esa ayuda se va retirando, hasta que el alumno sea capaz de realizar todos los pasos con autonomía.

Toda esta documentación ha servido para planificar mejor nuestro proyecto de entrenamiento de educación emocional y habilidades sociales.

### **3/ ALUMNADO CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES.**

Los alumnos con necesidades educativas especiales o específicas son aquellos que necesitan de ayudas pedagógicas complementarias y/o diferentes a las ordinarias para conseguir los fines educativos establecidos.

Algunos de ellos necesitan de adaptaciones curriculares individuales significativas, debido a sus discapacidades graves o permanentes. Habitualmente, estos alumnos no pueden ser atendidos en los centros de carácter ordinarios y se opta por escolarizarles en centros de educación especial.

Como se recoge en la *Orden del 14 de Febrero de 1996, por la que se regula el procedimiento para la realización de la evaluación Psicopedagógica y Dictamen de escolarización, de los a.c.n.e.e.s y el Plan Marco de Atención a la Diversidad para Castilla y León.*



Los alumnos que son escolarizados en centros de educación especial suelen presentar Coeficientes Intelectuales (CI) inferiores a 50 e importantes deficiencias en la conducta adaptativa.

Centrándonos más en el concepto que nos importa, si nos ponemos a buscar, nos encontramos con infinidad de definiciones sobre discapacidad intelectual:

O.M.S.: “Individuos con una capacidad intelectual sensiblemente inferior a la medida que se manifiesta en el curso de desarrollo y se asocia a una clara alteración en los comportamientos adaptativos.”

D.S.M. IV-TR: estableció los criterios para su diagnóstico: Capacidad intelectual inferior al promedio ( $CI > 70$ ), déficit o alteraciones en la actividad adaptativa actual y edad de inicio anterior a los 18 años.

Respecto a esta definición que da el D.S.M. IV-TR, hace escasos meses se ha publicado la nueva edición, el D.S.M. 5 publicado el pasado 18 de Mayo de 2013, en ella se ha cambiado la terminología, pasando de llamarse "retraso mental" a "discapacidad intelectual" dentro del trastorno del desarrollo intelectual.

A.A.M.R. ahora A.A.I.D. (2002): “El retraso mental es una discapacidad caracterizada por limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual y la conducta adaptativa tal como se ha manifestado en habilidades prácticas, sociales y conceptuales. Esta discapacidad comenzará antes de los 18 años.” (Luckasson y cols. 2002, p. 8)

A partir de esta última definición se comprueba que (Verdugo, 2002):

- La discapacidad intelectual es una dificultad esencial en el aprendizaje y ejecución de determinadas habilidades de la vida diaria. Y deben existir limitaciones funcionales relacionadas con la inteligencia conceptual, práctica y social.



- Se caracteriza por un funcionamiento intelectual significativamente inferior a la media. Se define como un CI de 70-75 o inferior.
- Coexiste junto a limitaciones en dos o más de las siguientes áreas de habilidades adaptativas funcionales: comunicación, autocuidado, vida en el hogar, habilidades sociales, utilización en la comunidad, autodirección, salud y seguridad, habilidades académicas funcionales, tiempo libre y trabajo.
- Estas áreas son esenciales para un adecuado funcionamiento en la vida y, con frecuencia, las personas con retraso mental requieren apoyo en las mismas. Además, su impacto debe ser lo suficientemente amplio como para afectar, al menos, a dos áreas diferentes de habilidades adaptativas.
- Dado que las destrezas pueden variar con la edad, la evaluación del funcionamiento debe tener en cuenta la edad cronológica de la persona.
- El retraso mental debe manifestarse antes de los 18 años de edad.

Teniendo en cuenta estos puntos, puede deducirse que las habilidades sociales quedan dentro del área referida a las habilidades de adaptación, donde estos alumnos pueden manifestar limitaciones.

Otro tipo de deficiencias que puede tener asociadas limitaciones en el área de las habilidades de adaptación, son los alumnos con trastornos generalizados del desarrollo. Estos alumnos se caracterizan por presentar una perturbación grave y generalizada en diferentes áreas del desarrollo: habilidades para la interacción social, habilidades para la comunicación o la presencia de comportamientos, intereses y actividades estereotipadas (D.S.M. IV-TR, 1995)

Dichos trastornos incluyen: espectro autista, síndrome de Rett, trastorno desintegrativo infantil, síndrome de Asperger y trastorno generalizado del desarrollo no especificado.

Sus alteraciones varían dependiendo de muchos factores pero es muy característico que aparezcan comportamientos desadaptativos que interfieren en el aprendizaje. Una consecuencia es que estos alumnos manifiestan tendencias al aislamiento y escaso interés para establecer interacciones con otras personas.



## Competencias Sociales En Centros De Educación Especial

Los centros de educación especial suelen trabajar de manera transversal las habilidades sociales y las competencias sociales con sus alumnos, porque, como hemos redactado en puntos anteriores de la fundamentación teórica, estos alumnos suelen tener limitaciones a la hora de relacionarse con sus iguales o con los adultos, por lo que hay que trabajar más con ellos dichas habilidades y competencias.

En estos centros, las principales técnicas que se tratan de desarrollar son:

- Competencia en comunicación.
- Competencia en interacción con el entorno.
- Competencia social.
- Competencia para aprender a aprender.
- Competencia emocional.
- Autodeterminación.

Teniendo en cuenta toda esta documentación, concluimos que la enseñanza de habilidades sociales con personas con discapacidad es importante por varios motivos, Verdugo (1997) tiene en cuenta las siguientes:

- Favorecer la integración y apertura a la comunidad con garantía de éxito. También como prevención de situaciones de riesgo más importantes.
- Evitar la aparición de problemas de comportamiento que se dan en muchas ocasiones entre las personas con discapacidad, y que muchas veces son formas de comunicación. Con el desarrollo de habilidades sociales se puede generar conductas alternativas a la conducta problemática.
- Prevenir desajustes psicológicos debidos a situaciones de rechazo social, abandono, estigmatización. El entrenamiento en las habilidades sociales puede favorecer la aceptación social y, por lo tanto, la estabilidad emocional de los sujetos.
- Prevenir situaciones de abuso, incluso de abuso sexual. Por la necesidad de recibir afecto, el desconocimiento de la sexualidad, la carencia de la capacidad



de resistir a la presión de los otros o para saber decir “no” ante demandas de los demás, convierte a estas personas en un colectivo vulnerable a ser víctimas de abusos. Por eso, el entrenamiento en habilidades sociales como saber decir no o rechazar demandas perjudiciales para ellos.

Como redactan Jordi Collell y Carme Escudé en su artículo Conductas de exclusión y maltrato entre iguales en el parvulario (2001):

Las interacciones del niño con los demás, como las que tienen con sus iguales, van configurando su comprensión del mundo. Es probable que la aceptación por parte de los iguales favorezca en el niño el desarrollo de actividades de cooperación y empatía. Si por el contrario, estas relaciones están marcadas por el rechazo y la hostilidad, es fácil que la imagen que el niño construya de su entorno sea bastante negativa.

La exclusión social lleva al individuo a ver el entorno como amenazante y poco acogedor. Schultz habla del sesgo atribucional hostil. El rechazo de los iguales genera en quien lo recibe una pobre comprensión social y posiblemente un sesgo atribucional que le lleva a percibir el mundo como hostil y los iguales como malos, aumentando la posibilidad de una respuesta agresiva.

Teniendo en cuenta todo lo expuesto anteriormente, parece claro que los adultos, tanto profesores, equipo de profesionales que trabajan con este alumnado, como los familiares, debemos poner atención a las relaciones que los alumnos tienen entre ellos, y evaluar el estatus social de los alumnos periódicamente y de manera objetiva y sistemática.

Para evaluar las relaciones entre los alumnos son útiles las técnicas sociométricas, con la prudencia necesaria en su interpretación en cuanto a estabilidad del rol que tenga cada alumno.



Estos autores concluyen este artículo con un estudio en el que ponen de manifiesto las relaciones que hay entre iguales en el parvulario, etapa escolar que más se acerca a la de nuestro alumnado de educación especial.

Los resultados de dicho estudio exponen que hay que prestar atención a las conductas de exclusión en estas edades o con estos niños con discapacidades en nuestro caso, debido a que tiene un papel importante en el desarrollo del niño y como predictoras de su ajuste social posterior.

Hay muchos autores que nos alertan que, para prevenir la violencia, es esencial la intervención en edades tempranas (Rojas Marcos, Jorge Barudy, Ma. JoséDíaz Aguado...). Se ha demostrado que los programas más efectivos son aquellos que van dirigidos a los niños entre 4 y 12 años

Concluimos esta fundamentación teórica con las últimas palabras de dichos autores (Collell y Escudé, 2011): nuestro cometido como docentes es el de mejorar el clima de clase potenciando la inclusión y el trabajo cooperativo, integrar en el currículo la educación socioemocional, velar por la aplicación de una disciplina positiva y por una gestión participativa, como elementos fundamentales para mejorar las relaciones interpersonales y formando éstas parte del Proyecto de Convivencia de cada centro.



# PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES

## 1/ INTRODUCCIÓN.

Los proyectos o programas de habilidades sociales (P.HH.SS) agrupan un conjunto de conductas cuyo objetivo final es favorecer la normalización e integración de los sujetos en su comunidad. Para ello, se entrenan distintas habilidades dirigidas a aumentar la competencia social y la adaptación al medio. (Verdugo, 1996)

Las actividades que componen este programa en su mayoría son adaptaciones de otras, pensadas para un alumnado sin necesidades especiales ni discapacidades. Por ello, el programa que se va a desarrollar a continuación se ha elaborado teniendo siempre en cuenta la diversidad de los alumnos, atendiendo siempre a sus características, intereses, necesidades, motivaciones y limitaciones. Se han observado y escogido cuidadosamente los contextos, situaciones y escenarios en los que se desenvuelven y las habilidades y conductas que necesitan dominar. En definitiva, el objetivo que se quiere conseguir es que los alumnos se desenvuelvan de un modo lo más competente posible en las situaciones cotidianas a las que se van a enfrentar.

Nuestro programa va dirigido a alumnos con necesidades educativas especiales de carácter permanente, con diferentes niveles cognitivos y edades entre los 12 y 18 años, escolarizados en el centro de educación especial que describiremos en el apartado del contexto.

Se plantea un programa dividido en sesiones semanales (1 sesión a la semana) que llevarán a cabo los tutores de los grupos, con el apoyo del orientador del centro cuando sea necesario.

## 2/ CARACTERÍSTICAS DE LOS DESTINATARIOS.



Nuestros alumnos no son personas sólo con necesidades educativas especiales, son niños con talentos y fortalezas, inquietudes y deseos, y con una característica en común: son únicos e irrepetibles, cada uno es un mundo por explorar y conocer.

Dentro del grupo para el que está pensado este proyecto hay una enorme variabilidad de conductas adaptativas y sociales. No hay dos alumnos iguales ni con características semejantes siquiera.

Las dificultades que nos podemos encontrar a la hora de enseñar habilidades sociales a alumnos con discapacidades son principalmente dos, dependiendo de dónde se encuentre el déficit:

- Déficit de repertorio de habilidades sociales. El alumno no las ha interiorizado, por lo que no las ha desarrollado, al no haber tenido, por ejemplo, oportunidad para ello.
- Déficit de ejecución. El alumno sabe cómo hay que actuar en cada momento o situación pero no es capaz de hacerlo.

Por ello, es necesaria la evaluación de habilidades sociales ya que, poder identificar si el origen de las dificultades en las habilidades sociales corresponde a un déficit de repertorio o de ejecución, nos permitirá seleccionar las estrategias adecuadas para la implementación de programas de aprendizaje y desarrollo de éstas (Castilla, M, et al., 2006)

Dentro del amplio abanico de necesidades educativas especiales que puede tener el grupo de alumnos con los que vamos a llevar a término este programa, las más habituales que podemos encontrarnos son:

- Funciones cognitivas básicas afectadas: deberemos de prestar especial atención a los alumnos que tengan dificultades para captar y comprender la información y seguir las sencillas instrucciones, al igual que en la planificación y ejecución de éstas.



- Problemas de generalización: muchas veces no son capaces de interiorizar los aprendizajes para luego aplicarlos en diferentes situaciones donde son necesarios.
- Dificultades en la comunicación y desarrollo del lenguaje: para lo que hay que plantearse sistemas de comunicación alternativos para estos niños, al igual que recursos adaptados, como por ejemplo, más visuales que sonoros.
- Dificultades en las dimensiones de las habilidades de adaptación: como se redactaba en la definición de discapacidad intelectual.

### 3/ OBJETIVOS.

Los objetivos que nos marcaremos en este proyecto tienen como finalidad la de construir la prevención de lo que se espera que consigan los alumnos al finalizar cada una de las sesiones, al igual que el programa completo, cuando este finalice.

Coincidimos en este punto en los objetivos que sostiene García Ramos (2011, p.43-44)

1. Adquirir habilidades sociales.
2. Mejorar la comunicación con el entorno más inmediato.
3. Potenciar el uso de estrategias de resolución de problemas, tanto sociales como personales.
4. Facilitar su independencia y autonomía en sus relaciones con los demás.
5. Identificar y modificar las ideas irracionales que acompañan a la persona ante situaciones que le dificultan una resolución adecuada de dicha situación, generándole sentimientos de incapacidad, y ayudarles a modificarlas por ideas más racionales y adecuadas.
6. Aprender a identificar y expresar sentimientos, tanto positivos como negativos.
7. Facilitar su capacidad para percibir y comprender el punto de vista de los demás. Superando así el egocentrismo.



8. Aceptación adecuada de las críticas. Para mejorar y reflexionar, teniendo en cuenta la opinión de los demás, así potenciar también la autocrítica constructiva y realista.
9. Comportamiento democrático en situaciones de grupo.
10. Habilidad para pedir información cuando la necesite.
11. Participación en sesiones de grupo-clase, siguiendo las normas básicas de interacción.
12. Percepción de las interacciones sociales desde diferentes perspectivas.
13. Especial atención a los saludos y despedidas en todas las situaciones, al igual que al uso del “*por favor*” y el “*gracias*” cuando proceda.
14. Auto percepción y percepción de los demás elementos fundamentales del lenguaje corporal.

A parte de estos objetivos de carácter más general, con cada una de las actividades que se propondrán a continuación, se buscará también el logro y la consecución de ciertos objetivos más específicos y concretos.

#### **4/ BLOQUES QUE SE TRABAJAN.**

Este proyecto de entrenamiento de habilidades sociales y educación emocional se dividirá en cinco bloques que a su vez estarán compuestos de diferentes sesiones y variadas actividades para trabajar con los niños.

Los bloques en los que se basa dicho programa han sido ya explicados de manera más amplia y extensa en el apartado relacionado con las habilidades sociales de la fundamentación teórica de este trabajo.

**BLOQUE I: HABILIDADES RELACIONADAS CON LA COMUNICACIÓN NO VERBAL.**

**BLOQUE II: HABILIDADES RELACIONADAS CON LA COMUNICACIÓN VERBAL.**



**BLOQUE III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LA EXPRESIÓN DE EMOCIONES.**

**BLOQUE IV: HABILIDADES PARA LOBRAR UN AUTOCONCEPTO POSITIVO.**

**BLOQUE V: HABILIDADES PARA LA MEDIACIÓN Y LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.**

Cada bloque no tendrá un número de sesiones concretas fijadas, ya que dependiendo del avance de nuestros alumnos, iremos decidiendo si necesitan más sesiones de entrenamiento o menos de las que nos hayamos propuesto como sesiones mínimas para realizarlas.

## **5/ TEMPORALIZACIÓN.**

Esta intervención está pensada para un curso escolar. Esto no quiere decir que sea estrictamente necesario que tenga que durar esto, es un programa que está abierto y sujeto a continuas adaptaciones. Esto dependerá de las características de los alumnos y la evolución de los mismos a medida que se vaya llevando a cabo el programa.

Se juntan todos un día a la semana en una sesión de entre 45 minutos y una hora.

Las familias serán informadas semanalmente de todas las actividades que se realizan en las sesiones de habilidades sociales, al igual que se llevarán a cabo reuniones periódicas (1 o 2 al mes) para ir informándoles de la evolución y los avances de sus hijos, al igual que lo que pueden ir haciendo ellos en casa para mejorar y ampliar dichos aprendizajes.

## **6/ METODOLOGÍA.**



Los principales procesos de aprendizaje por los que habitualmente se adquieren las habilidades sociales son los siguientes (García Ramos, 2011):

1. Enseñanza directa o instrucción verbal.
2. Modelado o aprendizaje por medio de modelos.
3. Práctica de conducta.
4. Retroalimentación de la actuación (feedback).
5. Reforzamiento de las conductas adecuadas y “castigo” o retirada de atención de las inadecuadas.
6. Moldeamiento o aprendizaje por aproximaciones sucesivas.

Me basaré en la metodología que propone García Ramos (2001) a la hora de planificar las sesiones y las actividades que componen este proyecto.

Otras técnicas que voy a utilizar para el entrenamiento de habilidades sociales son las que propone la profesora Inés Monjas (2002):

- El entrenamiento autoinstruccional: son autoinstrucciones o verbalizaciones que cada uno se dice a sí mismo. Así se pretende que el niño se dirija en su propia actuación, planifique y regule su propia conducta.
- Compañeros tutores: los propios compañeros son agentes de la enseñanza de las conductas de relación interpersonal. Se tomarán como voluntarios para esto a niños con determinadas habilidades interiorizadas.
- Práctica, a través de Role-Playing: dramatización en la que se ensaya una situación simulada donde hay que utilizar la habilidad que se esté trabajando en ese momento. Los alumnos adoptan un papel y ensayan la conducta imitando conductas previamente observadas en otros modelos.
- Práctica oportuna: en definitiva, el objetivo del proyecto es que los alumnos sepan utilizar las habilidades que se están aprendiendo en cualquier momento “oportuno” que les surja.



## Descripción De Una Sesión Tipo

Cuando los niños llegan colocan las sillas que sean necesarias en semicírculo, se mezclan entre ellos, no se ponen por clases. Aquí intervenimos un poco, intentando que ciertos alumnos no se pongan en parejas para que no monten escándalo ni distraigan al grupo.

Lo siguiente que hacemos es que los alumnos recuerden lo que se ha trabajado en sesiones anteriores. Esto se hace lanzando preguntas al aire y que ellos vayan respondiendo. Evitamos el protagonismo, intentando que todos aporten un poco a la conversación.

Una vez se ha hecho esta pequeña asamblea, se sigue con la sesión anterior ampliando con más actividades para reforzar lo aprendido o se pasa a un bloque de actividades nuevo para trabajar otras habilidades sociales.

Si se pasa a un bloque nuevo, se comienza con una explicación del profesor, apoyada con alguna dramatización o documento audiovisual, para pasar a la actividad preparada y al role-playing que la acompañe.

Se finaliza la sesión haciendo un breve resumen de lo trabajado, con la misma mecánica que la pequeña “asamblea” del principio, lanzando preguntas para que los alumnos las contesten, respetando los turnos de palabra y escuchándose unos compañeros a otros.

## 7/ RECURSOS.

Los recursos nos servirán para tener una correcta coordinación entre los profesionales implicados en este proyecto, una adecuada estructura de materiales al igual que un óptimo uso de éstos.



Los recursos de los que vamos a disponer para la realización de este proyecto son:

Una perfecta coordinación entre todos los profesionales implicados en el programa y que trabajan con los alumnos a diario, al igual que los que colaboran de manera más puntual como los orientadores. Sin olvidarnos la coordinación que hay que tener también con las familias, ya que para que los alumnos interioricen y generalicen los aprendizajes, deberán continuarse trabajando en casa junto con los padres.

Si tenemos un lugar con una adecuada distribución espacial conseguiremos una mejor estructuración de los materiales, que repercutirá en una mejor organización y variedad de las actividades. Deberemos de variar el lugar donde llevar a cabo las sesiones dependiendo del contenido que vayamos a trabajar cada vez.

La mayoría de los materiales que utilizaremos servirán para transmitir y apoyar los contenidos a trabajar para el conocimiento y/o generalización de las habilidades sociales. Estos serán de muy diversa índole, tanto impresos, como informáticos o audiovisuales. Para su elección y elaboración tendremos en cuenta las características y limitaciones de nuestro grupo de alumnos.

Todos estos recursos son imprescindibles y necesarios para llevar a cabo el proyecto que estamos presentando.

## **8/ PROGRAMA DE ACTIVIDADES**

### **BLOQUE I: HABILIDADES RELACIONADAS CON LA COMUNICACIÓN NO VERBAL**

#### **DISTANCIA INTERPERSONAL (Gutiérrez Bermejo, 2002, pp. 67-70)**



OBJETIVOS: mantener la distancia interpersonal adecuada cuando se mantiene una conversación.

MATERIALES: no son necesarios.

DESARROLLO DE LA SESIÓN:

### **INSTRUCCIÓN O EXPLICACIÓN VERBAL:**

Apoyo verbal: les explicamos a los alumnos que hay que mantener la distancia interpersonal adecuada, basándonos en las siguientes cuestiones:

- Cuál es la distancia interpersonal adecuada.
- Por qué es importante mantener la distancia interpersonal adecuada.
- Consecuencias de realizarla de un modo adecuado.
- Consecuencias de no realizarla de un modo adecuado.

Apoyo visual: acompañaremos la explicación verbal anterior de un pictograma que represente la distancia adecuada, que suele ser aproximadamente de más o menos un metro entre dos personas.

Apoyo físico: para que los alumnos practiquen entre ellos, les pondremos como ejemplo que esa distancia interpersonal equivaldría a su brazo estirado, para que así tengan una referencia con su propio cuerpo.

### **Utilización De Modelos Y Role-Pay:**

Los alumnos saldrán por parejas y se les dará un tema del que han de conversar, manteniendo la distancia interpersonal entre ellos. Nos fijaremos si siguen las instrucciones que les hemos dado anteriormente y si utilizan el estiramiento de brazo para medir dicha distancia.



Se puede poner también un trozo de cinta adhesiva de color, de 1 metro de distancia, para que cada uno de los alumnos se coloque en una de las puntas de dicha marca.

### **MANTENER EL CONTACTO VISUAL**

**OBJETIVOS:** mantener el contacto visual mientras se mantiene una conversación.

**MATERIALES:** no son necesarios.

**DESARROLLO DE LA SESIÓN:**

#### **INSTRUCCIÓN O EXPLICACIÓN VERBAL:**

Apoyo verbal: Se explicará en qué consiste mantener la mirada en una conversación y la importancia que tiene.

Modelado y role-playing: modelaremos situaciones de conversación donde habrá que mantener la mirada durante la misma. Y después practicarán los propios alumnos.

Reforzamiento: se empleará el reforzamiento, primero el positivo y segundo el negativo.

Actividades:

- Mirar objetos y personas durante 5 segundos.
- Mirar objetos y personas durante 15 segundos.
- Mirar durante toda una conversación a una persona.
- Mirar a la persona que habla en ese momento.



- Mirar a la persona que habla mientras se mueve.

## **BLOQUE II: HABILIDADES RELACIONADAS CON LA COMUNICACIÓN VERBAL.**

### **EL PAÍS DE LAS GRACIAS Y EL POR FAVOR**

**OBJETIVOS:** relacionarse con los demás. Respetar las normas de agradecimiento y cortesía. Conocer y utilizar bien los conceptos de gracias y por favor.

**MATERIALES:** una bolsa con dos tarjetas, una azul y otra amarilla, de un tamaño manejable por los niños, por ejemplo, aproximadamente de un DIN-A5 (medio folio).

### **CUENTO**

“Amador es un niño exigente, de esos que dicen:”quiero esto”, y se lo tienen que dar al momento. Es como si pensara que todo el mundo le debe algo. Si queréis comprobar lo que os digo, escondedlos detrás de aquel árbol y escuchadlo vosotros mismos.

-¡Oiga, señora! ¿Qué hora es?

-Querrás decir: por favor-le responde la señora con una amable sonrisa.

-No, quiero decir lo que he dicho-dice Amador malhumorado: Pero como ya veo que usted no me lo dice, se lo preguntaré a ese niño !Eh tú, chaval! ¿Qué hora es?

-Querrás decir: por favor-le responde el niño con una amable sonrisa.



-¡Moscas! Pero ¿Qué pasa en este lugar? ¿Estáis todos mal de la olla? !Pues que os zurzan! Cogeré el autobús y me iré a otra parte-gruñe Amador, enfadado, y le grita al conductor del autobús-: !Eh, pare, pare!

Pero cuál será su sorpresa cuando ve que el autobús pasa de largo.

-¡Moscas!, exclama, enfadado-, Pero.... ¿por qué no para? Está bien me iré andando.

-Gracias por haberme elegido para caminar

Amador pega un respingo. ¿Quién habrá dicho eso? No hay nadie a la vista - Hijo de nada, me alegro de que te haya gustado.

Luego le dice a su padre:

-Por favor, papá ¿podrás comprarme una caja de colores en la papelería que está al lado de tu oficina? Y por cierto, dale las gracias a tu amigo Manolo por las chapas.

¿Qué le pasa a Amador que da las gracias y pide todo por favor?-dice su hermana.

-Porque he comprendido que con “gracias” y “por favor” vivimos todos mucho mejor-le responde Amador.”

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: El profesor leerá el cuento a los alumnos, despacio y entonando. Los niños deberán escucharlo atentamente. Después se hará una asamblea dialogando sobre el cuento. Se lanzarán preguntas al aire sobre el argumento: ¿Por qué es importante decir “por favor” y dar las “gracias”? ¿En qué situaciones se utiliza? ¿Qué pasa cuando no se dicen?



A continuación pasaremos a hacer un poco de role-playing. Los alumnos saldrán de uno en el medio y se les pedirá que metan la mano en la bolsa donde están las tarjetas de color azul y amarillo.

- AZUL: pedir algo “por favor”.
- AMARILLO: dar las “gracias”.

Cuando saquen una de las dos tarjetas tendrán que interpretar una situación donde tengan que utilizar la fórmula de cortesía que les ha tocado.

Si observamos que los alumnos se atascan y no son capaces de inventarse una situación, les ayudaremos.

### **SALUDAR Y DESPEDIRSE ADECUADAMENTE**

OBJETIVOS: Saludar y despedirse en situaciones adecuadas.

MATERIALES: no son necesarios.

### **DESARROLLO DE LA SESIÓN**:

Instrucciones verbales: se dialogará con los alumnos sobre los saludos y las despedidas, dándoles como ejemplos diferentes situaciones donde son necesarios y con distintas personas, conocidas y desconocidas.

Modelado y role-playing: los alumnos saldrán al centro para modelar varios ejemplos de saludos y despedidas. Primero, comenzaremos con los alumnos que ya tengan interiorizadas dichas habilidades, para que sirvan de ejemplo a sus compañeros. Todos han de salir al centro a practicar.

### **PEDIR AYUDA**



OBJETIVOS: Ser capaz de pedir o prestar ayuda a otras personas en las situaciones apropiadas.

MATERIALES: no son necesarios.

### DESARROLLO DE LA SESIÓN:

Instrucciones verbales: se dialogará con los alumnos sobre cómo y en qué circunstancias se puede pedir ayuda.

Modelado y role-playing: los alumnos saldrán al centro para modelar varios ejemplos de pedir ayuda a otro compañero.

Para pedir ayuda se seguirán los siguientes pasos:

1. Asegurarse de que uno necesita ayuda.
2. Determinar qué personas nos pueden ayudar y elegir de entre ellas las que pensamos que nos pueden ayudar mejor.
3. Acercarse a esa persona, saludarla cortésmente como hemos aprendido en sesiones anteriores, contarla nuestra situación y cómo nos podría ayudar.
4. Agradecerle su colaboración y su interés, aunque no nos ayude, ya que no siempre pueden ayudarnos.
5. Buscar otras personas como alternativa si esa primera persona en la que habíamos pensado no puede ayudarnos.

## **BLOQUE III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LA EXPRESIÓN DE EMOCIONES**

### EL CUENTO DE LAS EMOCIONES



OBJETIVOS: reconocer sentimientos y emociones ajenos. Respetar los turnos de palabra. Comprender los motivos y conductas de los demás.

MATERIALES:

CUENTO

“Erase una vez dos hermanitos, Sara y Pedro, que se querían mucho y pasaban todo el día juntos. Sara tenía tres años y Pedro cuatro. Se acercaba el cumpleaños de Sara y entre todos empezaron a preparar una gran fiesta para celebrarlo.

Los padres de Sara y Pedro prepararon invitaciones para los amiguitos de Sara. Iban a ir muchos niños porque Sara era muy simpática y agradable con todo el mundo y tenía muchos amigos: todos los niños de su clase y todos los vecinos de su edad.

Todo el mundo ayudaba en algo para la fiesta, y Pedro empezaba a estar un poco cansado porque no se hablaba de otra cosa durante todo el día y no le hacían mucho caso a él. Además, esa no era su fiesta.

El día del cumpleaños de Sara, sus padres se levantaron pronto para decorar toda la casa. Había un gran cartel que ponía:

“Muchas felicidades, Sara”.

Cuando llegó la hora de levantarse, los padres de Pedro y Sara fueron a la habitación de Sara para despertarla y felicitarla. Sara estaba contentísima, porque además le habían llevado un gran regalo envuelto en un papel de muchos colores y con una gran cinta roja alrededor. Lo desenvolvió con cuidado: ¡Era un oso de peluche enorme! Estaba muy alegre y no paraba de dar las gracias a sus padres por ese regalo tan bonito.



Sara preguntó por Pedro, que se tenía que haber despertado con todo el ruido, pero no había ido a felicitarla todavía. Así era, Pedro lo estaba escuchando todo, pero él también quería regalos y no le apetecía ir a darle a Sara el suyo, pero fueron sus padres a despertarle y a decirle que debía ir a felicitar a su hermana. Así lo hizo, pero Sara, aunque no dijo nada, se dio cuenta de que no lo hacía de corazón como solía hacerlo. Desayunaron todos juntos, aunque Pedro no estaba alegre como solía estar el resto de las mañanas.

Se fueron al colegio. Todo el mundo felicitaba a Sara y en su clase le cantaron “Cumpleaños feliz”. Después de las clases de la tarde, a la salida del colegio, todos los compañeros de Sara la acompañaron a su casa. Poco tiempo después fueron llegando todos sus vecinos. Fue una fiesta genial, pero Pedro estaba enfadado porque nadie la hacía caso.

Todo el mundo estaba pendiente de Sara, le daban muchos regalos y estaba tan contenta y ocupada con todos sus amigos que no le hacía caso. Estaba tan enfadado que se fue a otra habitación. Pero Sara sí que estaba pendiente de su hermano y se puso muy triste de verle enfadado con ella. Ya no le importaban los regalos, ni la tarta con las velas, ni las canciones ni nada, porque ella quería mucho a su hermanito y él estaba enfadado con ella. Entonces decidió ir a hablar con él. Al principio Pedro hacía como si no la escuchara, pero en realidad estaba muy contento de que Sara hubiera ido a hablar con él.

Sara le dijo que no se enfadara, que le daba todo lo que le habían regalado con tal de que estuviera él contento. En ese momento Pedro se dio cuenta de lo buena que era su hermanita y de lo que le quería.

Él no tenía ningún motivo para enfadarse, era el cumpleaños de su hermana y tenían que estar todos contentos por ella. Así que le pidió disculpas por su comportamiento y se fueron los dos juntos con el resto de sus amigos para apagar las velas de la tarta.”



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: El profesor leerá el cuento a los alumnos, despacio y entonando. Después se hará una asamblea dialogando sobre el cuento. Se lanzarán preguntas al aire sobre el argumento: ¿Por qué estaba contenta Sara? ¿Por qué se enfadó Pedro? ¿Por qué se puso triste Sara? ¿Pedro se tenía que haber enfadado? ¿Qué emoción tenía que haber sentido en realidad?...

Todos los niños han de aportar algo a la conversación. Dejaremos que sean autónomos para darse el turno de palabra los unos a los otros, si observamos que no lo consiguen y sólo hablan los mismos, sin dejar exponer sus opiniones a los demás, intervendremos como mediadores del diálogo.

### **ESCUCHA ACTIVA (Gutiérrez Bermejo, 2002, pp.67-70)**

OBJETIVOS: Lograr que el alumno mantenga una actitud de escucha activa en una conversación.

MATERIALES: no son necesarios.

### **DESARROLLO DE LA SESIÓN:**

#### **Instrucción O Explicación Verbal:**

Instrucciones verbales: les explicaremos a los niños que cuando quieran mantener una conversación con otra persona, deben mirar a los ojos de la persona con la que habla. Les expondremos diferentes motivos de por qué deben hacerlo:

- Para que tenga en consideración lo que decimos.
- Para que nos escuche.
- Para que se interese por nosotros.
- Para animar a la otra persona a hablar y a dar su opinión.
- Para ser aceptados.
- Para vencer la timidez.



Al igual que a nosotros nos gusta que nos escuchen atentamente, también tenemos que escuchar cuidadosa y atentamente lo que la persona dice y estar seguro de que se ha entendido y si no es así preguntar.

### **Utilización De Modelos:**

Cabe la posibilidad de que en una única sesión no se pueda llevar a cabo, por lo que utilizaremos las sesiones que creamos convenientes, hasta que observemos que los alumnos interiorizan los aprendizajes.

Los alumnos saldrán por parejas y se les dará un tema del que han de conversar, manteniendo la distancia interpersonal entre ellos y además, escuchando atentamente y mirando a los ojos. Nos fijaremos si siguen las instrucciones que les hemos dado anteriormente y si están prestando atención.

Cuando todos hayan salido, iniciaremos un diálogo para que comenten si se han sentido escuchados, que comenten por qué sí o por qué no, que digan si han estado atentos a lo que su compañero les ha contado también. Todos los alumnos expresarán sus opiniones al respecto, cediendo los turnos de palabra y esperando paciente y respetuosamente a que les toque hablar.

### **EXPRESIÓN DE EMOCIONES**

**OBJETIVOS:** Nombrar y reconocer las emociones, en uno mismo y en los demás.

**MATERIALES:** no son necesarios.

### **DESARROLLO DE LA SESIÓN:**

#### **Instrucción O Explicación Verbal:**



Instrucciones verbales: les explicaremos a los niños qué son las emociones. Les haremos conscientes de que no hay emociones buenas ni malas, la mayoría de las emociones son inevitables, las tenemos por alguna razón y hay que ser conscientes de ello. Hay emociones positivas que nos hacen sentir bien, y otras negativas que nos hacen sentir mal.

### **Utilización De Modelos Y Dramatización:**

Lo primero que hará el profesor es que escenificará varias emociones con su cara y su cuerpo, los alumnos las irán adivinando.

Después irán saliendo uno a uno los alumnos y les diremos en alto situaciones que han de dramatizar, practicando y ensayando así el reconocimiento de emociones, tanto positivas como negativas. Las situaciones que utilizaremos han de ser conocidas por ellos, como por ejemplo:

- Te hacen un regalo.
- Estas jugando y te diviertes con tus amigos en el recreo.
- El profesor te premia por haber trabajado muy bien.
- Te quitan la pelota cuando estabas jugando con ella.
- Te has caído y te has hecho daño.

## **BLOQUE IV: HABILIDADES PARA LOGRAR EL AUTOCONCEPTO POSITIVO.**

### **CADA OVEJA CON SU PAREJA**

OBJETIVOS: valorarse como miembro de un grupo.

MATERIALES: no se necesitan.



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: El profesor preparará papelitos con pictogramas de animales, hará varios pictogramas del mismo animal. Estos papelitos se reparten entre los niños del grupo, de forma que todos tengan uno. Cuando los niños sepan que animal tienen que imitar, recorrerán la habitación haciendo el sonido de dicho animal. Tendrán que buscar a los animales de la misma especie y cuando estén todos juntos sacar los papelitos y observar que todos tienen el mismo pictograma.

OBSERVACIONES: esta actividad puede ampliarse a tantas sesiones como creamos conveniente. También se puede crear un semáforo con cartulina para cada una de las clases, así cuando se produzca un enfado o conflicto les recordaremos a los alumnos los pasos del semáforo que han de dar para resolverlo con un apoyo visual en la decoración del aula.

### **EL OVILLO DE LANA**

OBJETIVOS: Reconocer sentimientos y emociones ajenos. Expresar cualidades positivas de los compañeros. Mejorar el autoconcepto de uno mismo con las cualidades positivas que los compañeros digan.

MATERIALES: un ovillo de lana o un rollo de papel higiénico

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: se situarán los alumnos en círculo. El profesor dirá un nombre y una cualidad de ese niño, siempre buena, y le lanzará el ovillo a dicho niño, quedándose con el principio anudado suavemente en el dedo. Éste hará la misma operación, diciendo una cualidad buena de otro niño, anudándose el ovillo en el dedo y lanzándoselo a dicho compañero. Así el ovillo tendrá que pasar mínimo una vez por cada uno de los compañeros, creando una especie de telaraña con la lana.

Vigilaremos que los alumnos no repitan muchas veces las cualidades, ni al niño que le lanzan el ovillo.



Cuando acabemos de tejer la telaraña haremos un poco de diálogo en común, donde comentaremos: ¿cómo nos hemos sentido?, ¿cómo hemos recibido las valoraciones?, ¿nos sentimos identificados con ellas?...

## **BLOQUE V: HABILIDADES RELACIONADAS CON LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS**

### **EL SEMÁFORO**

OBJETIVOS: aprender a controlar los sentimientos y los impulsos. Resolver un conflicto mediante pasos.

MATERIALES: tres círculos de cartulina, uno rojo, uno amarillo y uno verde. Han de ser de un tamaño grande pero manejable por los niños, aproximadamente un DIN A4. Para que los círculos duren las sesiones necesarias, podrían plastificarse, así serán más resistentes.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: se comienza la sesión con una asamblea sobre cómo son las rabietas y los enfados de los niños: cómo reaccionan cuando se enfadan, cómo se sienten, qué hacen para solucionarlo, cómo lo hacen, por qué se enfadan y qué consiguen con ello. Han de hablar y participar en esto todos los niños del grupo.

Cada uno de los colores del semáforo es un paso que hay que seguir a la hora de resolver un conflicto:

- ROJO: enfado/conflicto, explicar la causa.
- AMARILLO: respirar, contar hasta 10 despacio, relajarse y pensar.
- VERDE: exponer la mejor solución para resolver el conflicto.



A continuación haremos un poco de role-playing. Buscaremos situaciones de conflicto que, por ejemplo, hayan sucedido en algún recreo o en las aulas, para que los alumnos las reconozcan.

Lo primero que haremos será explicar el conflicto y después seguir los pasos del semáforo para resolverlo.

A medida que vayan pasando las situaciones, preguntaremos a los niños si ellos lo resolverían así o si se les ocurren otras soluciones.

OBSERVACIONES: esta actividad puede ampliarse a tantas sesiones como creamos conveniente. También se puede crear un semáforo con cartulina para cada una de las clases, así cuando se produzca un enfado o conflicto les recordaremos a los alumnos los pasos del semáforo que han de dar para resolverlo con un apoyo visual en la decoración del aula.

### **EL RINCÓN DE ESCUCHAR Y EL RINCÓN DE HABLAR**

OBJETIVOS: Resolver un conflicto mediante pasos. Guardar el turno para hablar y escuchar con respeto a los compañeros.

MATERIALES: dos pictogramas, uno que indique con una boca que es el rincón de hablar y otro con una oreja, que indique que es el rincón de escuchar. Dos sillas, una para cada uno de los rincones, colocaremos una enfrente de la otra a una distancia interpersonal cercana.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: se empieza la sesión con una asamblea sobre qué había que hacer cuando nos enfadábamos o teníamos un conflicto. Recordaremos los pasos del semáforo de sesiones anteriores.

- ROJO: enfado/conflicto, explicar la causa.
- AMARILLO: respirar, contar hasta 10 despacio, relajarse y pensar.



- VERDE: exponer la mejor solución para resolver el conflicto.

Con esta actividad aprenderemos a que cada una de las partes que han sido protagonistas del conflicto, exponga su punto de vista y después, entre ambos, lo resuelvan de forma pacífica.

Los alumnos saldrán por parejas al centro, donde se encuentran los pictogramas y las sillas. Se les expondrá una situación ficticia o se buscará una situación que haya ocurrido en el colegio. Primero uno se sentará en la silla de escuchar y el otro en la de hablar. El alumno que esté sentado en la silla de hablar, expondrá su punto de vista del conflicto de manera relajada, respetuosa y sin ser cortado por el otro niño, que tendrá que escuchar atentamente y en silencio. Cuando el alumno haya acabado de exponer el problema, cambiarán los lugares. Ahora el que escuchaba tendrá que hablar. Cuando ambos hayan hablado y escuchado al otro, pasarán a resolver el conflicto entre ambos como ya se había aprendido con la actividad del semáforo.

OBSERVACIONES: esta actividad puede ampliarse a tantas sesiones como creamos conveniente. También se puede crear un rincón de escuchar y hablar para cada una de las clases, así cuando se produzca un enfado o conflicto les diremos a los alumnos que vayan a esa zona de la clase donde podrán resolver el conflicto con un apoyo visual en la decoración del aula.

## **9/ IMPLICACIÓN DE LAS FAMILIAS.**

Éstas juegan un gran papel en el aprendizaje emocional y las habilidades sociales, por ello es imprescindible contar con su colaboración en esta intervención.

Lo primero que se ha de hacer es sensibilizar a las familias sobre la importancia que tienen las habilidades sociales para el desarrollo y la adaptación de sus hijos.



Por ello, uno de nuestros propósitos es incluir a las familias en todos los momentos de este proyecto, por su papel reforzador y favorecedor de los aprendizajes de las habilidades sociales en otros contextos.

Como se ha redactado en un punto anterior, las familias serán informadas semanalmente de las actividades que van realizando sus hijos en las sesiones. Al igual que se programarán reuniones quincenales o mensuales, para hablar de la evolución y los avances que van realizando sus hijos.

## **10/ EVALUACIÓN.**

La evaluación de las sesiones del proyecto será continua y cualitativa, es decir, no habrá números ni notas, se evaluará desde los inicios, todas las sesiones que componen el programa y los resultados de éstas.

En todo momento será de carácter individual. Partiremos, como se ha detallado en puntos anteriores, de la situación inicial del alumno, conociendo sus características y limitaciones particulares, estableciendo así unos objetivos específicos para cada uno de ellos que nos propondremos conseguir. Pero también de carácter global para ver cómo evolucionan como grupo antes, durante y después del programa.

### **a) Evaluación inicial.**

Antes de comenzar el proyecto, tendremos que conocer a los alumnos con los que vamos a trabajar y que van a intervenir en las sesiones.

Para ello hay muchos métodos e instrumentos. La observación directa, los registros iniciales (adaptaciones curriculares, informes psicopedagógicos...) cuestionarios y entrevistas con padres, profesores y especialistas o personal del centro que trabaje con ellos (P.T, logopeda, A.T.E., fisioterapeuta...). Necesitamos conocer la mayor cantidad de información de todos los contextos por los que se mueve cada uno de los niños.



Esto nos servirá para determinar qué habilidades serán más prioritarias, cuáles precisarán de más sesiones que las que habíamos establecido, qué objetivos nos tendremos que marcar, qué recursos necesitaremos y cómo vamos a realizar y organizar las intervenciones.

#### **b) Evaluación continua.**

Recogeremos información en cada una de las sesiones que componen este proyecto. Seguiremos el proceso de enseñanza completo para poder ir modificando la actuación de todos los aspectos que sean necesarios.

Valoraremos periódicamente los objetivos, los contenidos y las actividades a medida que avancen las sesiones; de esta manera observaremos si necesitamos modificar alguno de los apartados, con el fin de que la intervención sea lo más eficaz posible.

Es de especial importancia observar que los aprendizajes se están interiorizando correctamente y generalizando a otros contextos fuera del colegio.

#### **c) Evaluación final.**

Con esta evaluación determinaremos la efectividad o no del entrenamiento de las habilidades sociales y educación emocional que nos habíamos propuesto, así como el grado de ejecución y consecución de los objetivos y contenidos que nos habíamos propuesto.

Cuando finalicemos el proyecto será necesario reflexionar sobre éste, para establecer mejoras y modificaciones de cara al curso siguiente.

Es importante también evaluar la práctica docente, al igual que el proceso de enseñanza-aprendizaje. Prestaremos atención a qué se enseña, cómo se enseña, las



actividades, los recursos, las agrupaciones de alumnos, la metodología, los criterios de evaluación, etc. Para establecer las modificaciones necesarias de cara al futuro.

#### **d) Métodos e instrumentos de evaluación.**

Deberemos diseñar y adaptar los procedimientos a los destinatarios con los que estamos trabajando. Para garantizar una adecuada evaluación, necesitaremos una combinación de procedimientos y más de un evaluador para ello.

**OBSERVACIÓN DIRECTA:** es el más deseable, recomendado y empleado. Se observan determinadas conductas en el contexto interpersonal en el que se producen. Se presta así atención directamente al sujeto en distintas situaciones diarias.

Este método tiene ciertas ventajas respecto de otros métodos:

- Se obtiene información de comportamientos tal y cómo estos ocurren.
- Se recaba información de sujetos que no pueden verbalizar adecuadamente.
- No hace falta gran colaboración por parte de los usuarios de los que se recoge la evaluación.

Pero como todo método, también presenta dificultades que deberemos de tener en cuenta:

- No podremos observar conductas que aparezcan de forma esporádica y de manera no previsible, ya que están sujetas a distintos factores externos y extraños, que los observadores no podemos controlar.
- Lo mismo ocurre con las situaciones privadas o íntimas.

**CUESTIONARIOS, REGISTROS INDIVIDUALES Y DE GRUPO:** éstos son muy importantes con alumnos con especiales problemas de habilidades sociales porque nos permiten un seguimiento más puntual de todos los progresos.



Se pueden elaborar cuestionarios y registros específicos para el programa. A continuación, ponemos como ejemplo dos de ellos. No utilizamos estrictamente estos, sino que se pueden utilizar como base los parámetros y los ítems que estos cuestionarios incorporan, seleccionándolos y adaptándolos a las características y limitaciones de nuestro alumnado.

- *Sistema de Evaluación Conductual de la Habilidad Social (SECHS)* de Caballo (1998)
- *Cuestionario de Habilidades de Interacción Social (CHIS)* de Monjas, (1992)

**OBSERVACIÓN EN SITUACIONES SIMULADAS O ROLE-PLAY:** como en la mayoría de actividades que se proponen en el programa hay dramatizaciones, simulaciones o role-playings, éstos se observarán con detenimiento, tanto en directo como si tenemos posibilidad y permiso para grabarlos, ya sea con cámara de vídeo o sólo el audio, para después analizarlo en base a una serie de componentes verbales y no verbales.

**OTROS PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LAS HABILIDADES SOCIALES** (García Ramos, 2011, p. 52)

**Entrevista:** es una herramienta fundamental de análisis, ya que el sujeto es la mejor fuente de información sobre su experiencia interpersonal, sobre los pensamientos y afectos asociados con esa experiencia. Pero este procedimiento no es fácil de aplicar con personas con una discapacidad grave.

**Autoinformes:** son la información, descripción y valoración que el propio sujeto hace de su comportamiento interpersonal, expresando la imagen que tiene de sí mismo y, en concreto, de su competencia social en las situaciones que le plantean los ítems del autoinforme. Al igual que la entrevista, es un método difícil de adaptar a personas con discapacidad grave.



Informe de otros: se trata de una observación directa pero empleando como evaluadores a individuos que forman parte del contexto social del sujeto: otros profesionales del centro, familia del usuario, u otros usuarios.



## CONTEXTO

### **A/ DESCRIPCIÓN DEL ENTORNO O BARRIO.**

El colegio en el que vamos a llevar a cabo nuestro proyecto de entrenamiento de habilidades sociales y educación emocional, es un centro de titularidad pública dependiente de la Junta de Castilla y León, que educa a alumnos con necesidades educativas especiales.

En este centro escolar se imparten enseñanzas de educación especial a alumnos desde aproximadamente 3 años de edad, hasta los 21 años, que pueden permanecer escolarizados en este tipo de centros.

### **B/ CARACTERÍSTICAS FÍSICO/ARQUITECTÓNICAS DEL EDIFICIO.**

#### DOTACIONES.

El edificio consta de cinco aulas para la Educación Básica Obligatoria de primer nivel (EBO 1), otras cinco aulas para la Educación Básica Obligatoria de segundo nivel (EBO 2), y las siguientes dotaciones específicas:

- Sala de usos múltiples.
- Aula de audiovisuales.
- Gimnasio.
- Piscina de hidroterapia.
- Aula de fisioterapia.
- Aulas de logopedia.
- Sala de estimulación multisensorial.



## **C/ UNIDADES.**

Este centro está dividido en tres niveles diferentes usando la edad de los alumnos como frontera que los distinga.

Este primero equivale a Educación Básica Obligatoria de Primer Nivel (EBO 1) que se forma con las clases de niños de 3 a 12 años.

El segundo nivel de Educación Básica Obligatoria (EBO 2) corresponde al nivel de Educación Secundaria Obligatoria de 13 a 16 o 18 años, dependiendo de los casos.

El último nivel en el que suelen estar divididos estos centros es al que pueden optar los niños es Transición a la Vida Adulta (T.V.A.), a él acuden alumnos de 18 a 21 años.

## **D/ EQUIPO DE PROFESORES Y PROFESIONALES DEL CENTRO.**

Profesorado:

Profesores especializados en Pedagogía Terapéutica o Profesores de Educación Especial: Dentro del centro hay uno por aula, son los tutores de cada una de las clases.

Colaboran con el resto de especialistas dentro del centro y también son partícipes en la toma de decisiones como puede ser el tipo de metodología que se desarrollará con sus alumnos tutorizados, buscando un trabajo coordinado con otros profesionales como pueden ser las logopedas, las fisioterapeutas o las educadoras.

Son los encargados de transmitir conocimientos teniendo en cuenta la naturaleza, las discapacidades y las dificultades de cada uno de los alumnos, de forma individualizada. Además también son aquellos que adaptan y preparan el material que los niños después utilizarán.



Evalúan el proceso de enseñanza aprendizaje y su desarrollo en el centro, teniendo en cuenta el informe psicopedagógico que ejecuta el orientador del colegio.

Logopedas o Profesores de Audición y Lenguaje.

Otros Profesionales:

Fisioterapeutas.

Ayudantes Técnicos Educativos. También hay uno por aula, incluso dos si las necesidades de los alumnos lo precisan. Se encargan de las necesidades básicas de los alumnos, comida en el comedor, aseo, llevarles a los especialistas cuando les toque... Están dentro del aula trabajando de manera coordinada junto al tutor en todo momento.

## **E/ OBJETIVOS.**

El centro cuenta con unos objetivos generales\_marcados en su Programación General Anual, al igual que unos objetivos específicos que se marcan al comienzo de cada curso escolar y que tienen que intentar conseguir con la finalización de éste.

### **Objetivos Generales**

“Proporcionar a los alumnos y alumnas una formación plena que les permita conformar su propia y esencial identidad y les ayude a ser lo más autónomos posible“

Dadas las características del alumnado se plantean una serie de objetivos para conseguir el mayor grado de normalización, autonomía e integración del alumno en la sociedad desde el punto de vista familiar, social y laboral:

- Apoyar al alumno en las ayudas específicas que necesita para el normal desarrollo de sus posibilidades.
- Aprovechar todos los recursos para abordar una educación integral.



- Flexibilizar la organización mediante agrupamientos que permitan un continuo reajuste.
- Adaptar contenidos y programas educativos a la capacidad física e intelectual del alumno acomodándose a su desarrollo psicobiológico.
- Prestar atención relevante a los procesos de socialización y desarrollo de habilidades y destrezas manipulativas.
- Tener muy presente en la formación del alumno los intereses socio-afectivos.

Todos estos objetivos están encaminados a fomentar en el alumno su capacidad de resolución de problemas, proporcionarles conocimientos y desarrollarles sus capacidades, educarles en valores de respeto, autonomía y responsabilidad, favorecer los procesos de colaboración con sus compañeros, familiares y vecinos, que contribuyan a hacerles personas lo más libres y solidarias posible.



## EXPOSICIÓN DE RESULTADOS

El trabajo que aquí se ha expuesto es un proyecto de un programa de entrenamiento en habilidades sociales y educación emocional, adaptado a las características y limitaciones de un alumnado con necesidades educativas especiales escolarizado en un centro de educación especial.

En el colegio en el que he llevado a cabo mi período de prácticas este último año de carrera se me brindó la oportunidad de poner en práctica algunas de las actividades que había diseñado para este proyecto.

Al sólo estar allí los últimos tres meses de curso no he podido observar el alcance de mi propuesta ni los resultados que ésta pueda ofrecer, más allá de las sesiones que he podido llevar a cabo.

En dicho colegio ya se lleva a cabo un entrenamiento en habilidades sociales y educación emocional con los alumnos del segundo nivel (EBO2). Los alumnos de tres clases diferentes se reúnen una vez a la semana durante una sesión de aproximadamente tres cuartos de hora.

Estas sesiones se llevan a cabo en la sala de usos múltiples del centro. Este es un lugar amplio con un proyector y muchas sillas.

Los alumnos se sientan en semicírculo para verse unos a otros y así crear una especie de escenario en el medio, donde se llevan a cabo los role-playing, que suele ser la dramatización común a la mayoría de actividades y sesiones. También desde el medio se hacen las explicaciones y recordatorios al inicio de cada sesión por parte de los tutores, como ya se ha explicado en el apartado que describe cómo se lleva a cabo cada una de las sesiones.

Algunas de las actividades que se han podido hacer con este grupo han sido las siguientes:



- Expresión de las emociones.
- El semáforo.
- El rincón de hablar y escuchar.

Como mis prácticas han sido en el último trimestre del presente curso, por ello las actividades pertenecen principalmente al último bloque de dicho proyecto, al bloque que tiene que ver con la resolución de problemas y mediación de conflictos.

Antes de ser yo la protagonista de dichas sesiones, me fijé en cómo las llevaban a cabo los demás profesores para que los alumnos no notasen diferencia en la mecánica del programa. Esto lo decidí así porque estos alumnos están acostumbrados a seguir rutinas estrictas y si salen de ellas se alteran y no se aprovecha al cien por cien la actividad.

Como las dinámicas me gustaron y eran muy sencillas y prácticas para dichos alumnos, las tomé como referencia para este proyecto.

El resultado de las pocas sesiones que pude llevar a cabo fue muy positivo, tanto para el alumnado, como para el equipo de profesores, como para mí misma. El equipo de profesores me brindó toda su ayuda y colaboración a la hora de poner en práctica las sesiones de mi programa. Los niños también colaboraron y ayudaron mucho, observando en ellos los buenos resultados que dieron las actividades con las que trabajamos, sobre todo, la mediación de conflictos entre iguales.

En definitiva, teniendo en cuenta los buenos resultados y la implicación de todo el equipo docente, alumnado y familias, los resultados del programa han sido positivos para todos ellos.

## **A/ EVALUACIÓN DEL PROYECTO.**

Como se ha comentado en el apartado referido a la forma de evaluar dicho proyecto. Ésta tendrá tres pasos diferenciados:



1. **EVALUACIÓN INICIAL:** en un cuaderno de campo, se recogió toda la información relevante de los documentos individualizados de cada alumno, de las entrevistas con familiares y profesionales que trabajan con ellos. Así, antes de poner en práctica el programa se pudieron pulir pequeños detalles, al igual que modificar y adaptar otros a las limitaciones de los alumnos, que no se pudieron tener en cuenta en un primer momento antes de tener dicha información
2. **EVALUACIÓN DURANTE EL PROYECTO:** se llevó a cabo, sobre todo mediante observación directa de las sesiones. A medida que las sesiones se iban sucediendo, iba apuntando en un cuaderno de campo cómo las afrontaba cada uno de los niños, su participación en los role-playing, en las dramatizaciones y en las actividades, si les veía “suelos” a la hora de interpretar y poner en práctica las habilidades que estábamos trabajando con ellos en cada momento. Como muchas de las habilidades que trabajábamos precisaban de más de una sesión, con la evaluación y la información recogida día a día, podía adaptar a tiempo real todo lo que no había salido como esperaba. También planificaba de nuevo las actividades, para hacer hincapié en los conceptos que no habían sido interiorizados como yo esperaba por el grupo.
3. **EVALUACIÓN POR BLOQUES:** en cada uno de los bloques de habilidades sociales y educación emocional me planteé fijarme en puntos más concretos del alumnado, para cerciorarnos de que interiorizaron bien los aprendizajes de dichas habilidades por si había que reforzarlos, ampliarlos o enseñárselos de otras maneras para que les resulte más sencillo aprenderlos.

Para ello, diseñé unas tablas de seguimiento individuales y divididas en los cinco bloques de habilidades sociales que se pretendían abordar, principalmente los objetivos que se buscan conseguir con cada una de las actividades que componen dichos bloques.

4. **EVALUACIÓN FINAL:** una vez finalizado el curso y el proyecto al completo se hizo un informe final individual escrito por los tutores, adjuntando también



las tablas individuales por bloques, al igual que una última tabla general con los objetivos del proyecto de manera global para registrar los que se han conseguido y los que no.

5. **EVALUACIÓN PARA LOS PADRES:** como se ha descrito en el proyecto, los padres siempre han estado informados de los avances de sus hijos en el proyecto, esto se hizo semanalmente a través de las agendas de los alumnos, como mensualmente en las reuniones que concretamos. Los padres también recibieron una copia de esa evaluación final de sus hijos, junto al boletín de final de curso.

## **B/ PROCESO.**

Lo que se esperaba conseguir con este proyecto, al menos en las pocas sesiones que se han podido poner en práctica, es enseñar a los alumnos con discapacidad intelectual habilidades sociales básicas para su día a día.

Para ello se han adaptado actividades de tipo lúdico y juegos, de esta manera el aprendizaje e interiorización de dichas habilidades sociales era más sencilla para estos alumnos y sus características.

Se ha conseguido que interioricen los pasos a seguir en la mediación de un conflicto y en la resolución de problemas, ya que es el bloque que se ha podido llevar a cabo en este último trimestre del curso.

No puedo asegurar si el alumnado se tomaba estas sesiones como parte de su aprendizaje, o simplemente, para ellos, era una hora a la semana en la que jugaban con sus compañeros y hacían teatro con ellos.

Observé, fuera de las sesiones, en un par de ocasiones que los alumnos repetían los pasos a seguir a la hora de relajarse y resolver un conflicto, como habíamos



practicado con el semáforo. Esto es así porque en las cuatro sesiones que pude llevar a cabo mi programa, fue la habilidad social que estuvimos trabajando.

Lo que no he terminado de observar por falta de oportunidad, ya que las prácticas y mi estancia en el colegio finalizaron, fue si los alumnos utilizaban estos aprendizajes en otros contextos que no fueran las sesiones de habilidades sociales, es decir, no puedo asegurar si generalizaron los aprendizajes que quise transmitirles a través del proyecto.



## CONCLUSIONES FINALES

### A/ DIFICULTADES.

El proyecto que aquí presento tiene la intención de durar un curso completo, por lo que quizás la mayor dificultad con la que me he podido encontrar es la de no poder ponerlo en práctica en toda su extensión para observar con mis propios ojos que se puede llevar a cabo y es efectivo para los niños para los que está dirigido.

Otra dificultad con la que me he encontrado es que no estaba acostumbrada a tener que fijarme y a observar tantas cosas en tan poco tiempo, por lo que en las primeras sesiones quizás me haya perdido situaciones relevantes e importantes al no saber seleccionar y priorizar en lo que me tenía que fijar.

En un primer momento pensé en tener testimonio audiovisual de las sesiones, pero se trabaja con menores por lo que esto es imposible de hacer, en ningún momento se les puede grabar ni sacar fotos.

Con el paso de las sesiones fui estando más alerta de todo y observaba más cosas importantes, esto costó pero al final se terminó consiguiendo.

Otra dificultad es que al llevarse a cabo las sesiones a la última hora de los jueves, había días que los niños venían un poco alterados. Esto suponía que no atendían a las explicaciones ni estaban concentrados en las actividades, buscando más llamar la atención que a jugar y a aprender.

Cuando esto sucedía, teníamos que pasar unos minutos previamente haciendo relajación, porque sino la sesión se echaba a perder y no se aprovechaba la hora. Estos días las sesiones eran más reducidas en tiempo, pero se intentaban aprovechar al máximo.



## **B/ OPORTUNIDADES.**

El colegio tiene una copia de este proyecto, por si en futuros cursos quieren ponerlo en práctica. Me han brindado la oportunidad de ir a algunas sesiones después de finalizar mi período de prácticas allí, a observar los avances de los alumnos, al igual que me han invitado a participar en algunas de estas sesiones.

En futuros cursos, si vuelven a llevar a cabo dicho proyecto me gustaría participar, aunque sea solo de observadora externa, aunque eso es mucho predecir y augurar.

## **C/ CONSIDERACIONES FINALES.**

“Por experiencia sabemos que es posible incluir a todos los alumnos en las aulas siempre que los educadores hagan el esfuerzo de acogerlos, fomentar las amistades, adaptar el currículum y graduar las prácticas. No obstante, la inclusión plena no siempre se desarrolla con suavidad. En consecuencia, es vital que los adultos no opten por la vía fácil de excluir al niño, sino que busquen soluciones para lograr la inclusión social satisfactoria.” (Stainback y Stainback, 1999).

El programa de entrenamiento que aquí se ha propuesto es una forma de aprendizaje que resulta muy beneficiosa para el alumnado escolarizado en centros de educación especial, ya que sus características y limitaciones no les permiten tener un pleno desarrollo de dichas habilidades para la perfecta convivencia con sus iguales. Así como para los profesores y equipo de profesionales y familias que hemos participado en el mismo.

Para el alumnado hacia el que va dirigido dicho programa, éste es una oportunidad para que aprendan a convivir utilizando las habilidades sociales necesarias, expresando sus emociones y deseos, al igual que para conseguir la plena convivencia entre todos ellos. Todo ello a través de un abanico de actividades de tipo lúdico y educativo, donde aprenden divirtiéndose juntos y haciendo actividades comunes.



Considerando siempre a los niños personas únicas e iguales, dejando a un lado sus limitaciones y discapacidades.

Con respecto a la enseñanza de habilidades sociales y educación emocional, he podido ampliar mis conocimientos en estos campos. Al igual que he analizado el contexto en el que los he llevado a término, un centro de educación especial. Esto ha supuesto un reto a superar para mí, sobre todo a la hora de adaptar las actividades y las sesiones a las características de mis alumnos.

Me he dado cuenta que este tipo de programas exigen, aparte de mucho tiempo y dedicación, un cambio de mentalidad y actitud de los profesionales, aunque el equipo de profesionales que trabajan con ellos ya saben a lo que se enfrentan, por mi parte, para mí era la primera vez.

En cuanto a mi propuesta, considero que es fundamental enseñar a estos niños a llevarse bien, a crear un ambiente de convivencia positiva y a enseñarles las habilidades necesarias para que se enfrenten al mundo fuera del colegio con la mayor autonomía posible. Por lo tanto, las actividades que propongo están perfectamente adaptadas a sus características, tanto individuales como grupales. Para ello me he basado en dos pilares fundamentales que he aprendido y llevado a la práctica durante mis cuatro años de carrera:

- *Hay que entrar por lo que a los alumnos les gusta para salir por lo que nosotros queremos.*

Esto hay que tenerlo en cuenta a la hora de programar y diseñar las actividades, tenemos que conocer los gustos de nuestro alumnado, y más para el que está pensado este programa, así siempre abordarán los aprendizajes de una manera positiva, casi sin darse cuenta de que están aprendiendo, para ellos, en muchas ocasiones, simplemente están jugando.

- *Si la palabra convence, el ejemplo arrastra.*



Con ello me refiero sobre todo a que no sólo vale con enseñarles a los niños habilidades sociales para que se enfrenten al mundo, sino que nosotros mismos, los maestros, los especialistas, las familias... todos somos sus ejemplos a seguir. No vale de nada llevar a cabo este programa si nosotros mismos no lo ponemos en práctica. Si los niños nos ven practicando los pasos para resolver un conflicto, por ejemplo, ellos lo interiorizarán con más fuerza, se lo creerán y tomarán más en serio, porque los adultos de su alrededor también practican las habilidades sociales.

De todas formas, no creo que la interiorización de los aprendizajes de las habilidades sociales en estos niños suponga ningún problema, pues en las pocas sesiones que he podido observar y participar activamente he sido testigo de que la acogida que tienen dichas enseñanzas es inmejorable. Esto lo he podido observar en los ratos de patio y en las aulas, donde los alumnos no están bajo el ojo de los profesores, son más libres. En estos espacios me sorprendió gratamente observar cómo los alumnos peleaban por, por ejemplo, querer jugar con un balón, y para resolver el problema utilizaban los pasos que habíamos ensayado en las sesiones. Al igual que en el aula cuando algún compañero se enfadaba por algo y otro trataba de tranquilizarle y buscar una solución al enfado con él.

La realización de programas como estos debe suponer un compromiso en la programación de aula, así como también en el proyecto educativo de centro. De esta manera se implica a todos los profesionales de la comunidad educativa en su realización.

Con ello se busca una educación en valores, fomentando las relaciones interpersonales de estos niños sin tener en cuenta sus características ni limitaciones, tanto intelectuales como afectivas. Con esto, perseguimos que los niños aprendan a vivir en una sociedad, cada día más intercultural.

Personalmente después de cuatro años de carrera, como prueba final para demostrar tus conocimientos y aprendizajes tienes que enfrentarte a realizar un trabajo



de fin de grado, como es este que aquí presento. Una vez te pones con ello, quizás un obstáculo es la gran cantidad de información que puedes encontrar sobre el tema que has escogido, o por el contrario, la escasa bibliografía que puede haber al respecto. En mi caso, era más bien lo primero. Seleccionar la bibliografía es una prueba en la realización del trabajo, nunca te quedas con la seguridad de haber leído o buscado lo suficiente.

Ni que decir tiene lo que supone repasar una y otra vez las referencias bibliográficas, ya que no te das cuenta de lo bien que se te da el plagio inocente hasta que no te pones a citar a todos los autores que has leído y de los que has sacado información.

Sorteando estos pequeños obstáculos que han ido surgiendo, la luz al final del túnel cada vez se hacía más visible y aquí estoy ahora, finalizando la conclusión de este trabajo de fin de grado.

A pesar de esto, estoy muy satisfecha con el resultado, así como también de haber podido participar en algunas sesiones de dicho programa. Como futura profesora de educación especial me ha servido para aprender a diseñar y adaptar actividades a las discapacidades que puedan presentar mis alumnos, para que saquen el mayor provecho y beneficio de ellas.



## BIBLIOGRAFÍA

- Bisquerra, R. (2002) *Educación Emocional y Bienestar*. Barcelona. Editorial Praxis.
- Caballo, V.E. (2002). *Manual de Evaluación y Entrenamiento en Habilidades Sociales*. Madrid: Siglo XXI.
- Collell, J., y Escudé, C., (2011). Conductas de exclusión y maltrato entre iguales en el parvulario. *Àmbits de Psicopedagogia*, 32, 37-40.
- García Ramos, M. (2001). *Habilidades Sociales en niños y niñas con discapacidad intelectual*. Sevilla: Asociación por la Innovación Educativa Eduinnova.
- Gutiérrez Bermejo, B. (2002). *Manual de evaluación y entrenamiento en Habilidades Sociales para personas con retraso mental*. Valladolid: Junta de Castilla y León.
- Ibarrola, B. (2004). *Sentir y Pensar. Programa de inteligencia emocional para niños de 3 a 5 años*. Madrid: SM.
- Ibarrola, B. (2003). *Dirigir y educar con Inteligencia Emocional*. Ponencia del VII Congreso de Educación y Gestión (PDF)
- Lázaro, I. (2012). *Desarrollo de la inteligencia emocional a través del juego en alumnos del 2º ciclo de educación infantil* (Trabajo de Fin de Grado) Universidad de Valladolid.
- López, J.M. (2008). *Educación en valores. Educación intercultural y formación para la convivencia pacífica*. Editorial Netbiblo.
- Martínez, B., Musitu, G., Amador, L.V., Moreal, M.C., (2010). Violencia escolar en adolescentes rechazados y aceptados: un análisis de sus relaciones con variables familiares y escolares. *Psicología: Teoría e Práctica* – 2010, 12(2):3-16. Universidad Pablo de Olavide.
- Monjas, I. (2004). *Programa de enseñanza en Habilidades Sociales de Interacción Social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar*. Madrid. CEPE.



- Monjas, I. (Dir.) (2007). *Cómo promover la convivencia: Programa de asertividad y habilidades sociales (PAHS)*. Madrid. Editorial: CEPE.
- Monjas, I. y González, B. (2000) (Dir.). *Las habilidades sociales en el Currículum*. Madrid. Ministerio de Educación y Ciencia. Centro de Investigación y Documentación Educativa. CIDE.
- Pérez Fernández, M.B. (2012). *Programación educativa para la resolución de conflictos* (Trabajo de Fin de Grado) Universidad de Valladolid.
- Postigo, S., González, R., Mateu, C., Ferrero, J., Martorell, C., (2009). Diferencias conductuales según género en convivencia escolar. *Psicolhema 2009*, Vol. 21, nº 3, pp. 453-458
- Reátiga, M.E., (2009). Los recuerdos del maltrato entre compañeros en la vida escolar. *Psicología desde el Caribe*, nº 23, enero-julio, pp. 132-147
- Ruiz, E. (2004). Programa de educación emocional para niños y jóvenes con Síndrome de Down. *Revista Síndrome de Down*, nº 82, pp. 84-89.
- Segura, M. (2005). *Enseñar a convivir no es tan difícil*. Editorial Desclée de Brouwer.
- Simón, E.M. (2012). *Educación emocional y habilidades sociales con alumnos con necesidades educativas especiales: propuesta de intervención* (Trabajo de Fin de Grado) Escuela Universitaria de Educación de Palencia. Universidad de Valladolid.
- Vaquero, M.V. (2012). *Aprendizaje cooperativo en primaria: experiencia con alumnos de necesidades educativas especiales (acnees)* (Trabajo de Fin de Grado) Escuela de Magisterio de Segovia. Universidad de Valladolid.
- Verdugo, M.A. (2003). Análisis de la definición de la discapacidad intelectual de la Asociación Americana sobre Retraso Mental de 2002. *SIGLO CERO Revista Española sobre Discapacidad Intelectual* Vol. 34 (1), Núm. 205, 1-17.
- Verdugo, M.A. (2006). *Programa de Habilidades Sociales (PHS). Programas conductuales alternativos (PCA)*. (3ª ed.). Salamanca: Amarú.



### Referencias Legales:

Ley Orgánica de Educación, MEC, 2006. (BOE nº 106 de 4/2006).

ORDEN EDU/1152/2010, de 3 de Agosto, por la que se regula la respuesta educativa al alumno con necesidades educativas específicas de apoyo educativo, escolarizados en el segundo ciclo de Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Enseñanzas de Educación Especial, en los centros docentes de la Comunidad de Castilla y León.

Decreto 40/2007, de 3 de Mayo, por el que se establece el Currículum de la Educación Primaria de la Comunidad de Castilla y León (BOCyL 9.5.2007)

Real Decreto, 1513/2006, de 7 de Diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria (BOE 8.12.2012)

Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil.