



Universidad de Valladolid

Facultad de Educación y Trabajo Social

Grado en Educación Primaria. Mención en Educación Especial.

Curso académico: 2018/2019

TRABAJO DE FIN DE GRADO

EDUCACIÓN EMOCIONAL Y HABILIDADES SOCIALES

EN TRASTORNO DE CONDUCTA.

Autora: Noelia Valea López

Tutelado por: Tomás Peláez Reoyo.

RESUMEN

En este trabajo he empezado recogiendo información sobre la Educación Emocional, los componentes básicos y también de las habilidades sociales. Es necesario que sepamos entender y regular tanto nuestras emociones como las de las personas que nos rodean. En cuanto al ámbito educativo de la actualidad apuesta por la educación de la dimensión emocional del alumnado en sus primeros pasos para fomentar así su desarrollo integral. El alumnado con Trastorno de Conducta, tema de este Trabajo de Fin de Grado, consideramos que es necesario trabajar las emociones, debido a que no tienen la misma autoestima y motivación que el resto de iguales.

PALABRAS CLAVE

Educación, Educación emocional, Agresividad, Habilidades Sociales, Trastorno de Conducta, Emociones.

ABSTRACT

In this paper, we have started collecting information about Emotional Education, its basic components, and also the social skills. It's necessary that we know how to understand and regulate both our emotions and those of the people around us. Regarding the current educational environment, it is committed to educating the emotional dimension of students in their first steps to promote their integral development. As far as the students with Behavior Disorder is concerned, the subject of this End-of-Degree Work, we consider that it is necessary to work on emotions, because they do not have the same self-esteem and motivation as the rest of their peers.

KEYWORDS

Education, Emotional Education, aggressiveness, Social skills, Behavior Disorder, emotions.

ÍNDICE

- I. INTRODUCCIÓN.
- II. JUSTIFICACIÓN. (ÁREAS DE EDUCACIÓN INFANTIL)
 - 1. Área conocimiento de sí mismo y autonomía personal.**
 - 2. Área conocimiento del entorno.**
 - 3. Área lenguajes: comunicación y representación.**
- III. OBJETIVOS.
- IV. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES.
 - 1. Concepto de trastorno de conducta.**
 - 1.1. Criterio diagnóstico y necesidades educativas especiales (NEE) de alumnos con Trastorno de la Conducta.
 - 1.2. Características del alumno con Trastorno de la Conducta.
 - 1.3. La agresividad en la infancia.
 - 1.4. Etiología del Trastorno de la Conducta. Prevalencia y comorbilidad de Trastorno de Conducta.
 - 2. Habilidades sociales (HHSS).**
 - 2.1. Concepto de las Habilidades Sociales.
 - 2.2. Las HHSS en el aula.
 - 3. Inteligencia emocional.**
 - 3.1. Emoción y Aprendizaje.
 - 3.2. Inteligencia Emocional y Educación.
 - 3.3. La evaluación de la Inteligencia Emocional.
- V. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.
 - 1. Introducción.**
 - 2. Recogida de información sobre el sujeto A.**
 - 3. Intervención.**
 - 3.1. Objetivos generales y específicos.
 - 3.2. Contenidos curriculares.
 - 3.3. Metodología.
 - 3.4. Espacio.
 - 3.5. Recursos.
 - 3.6. Temporalización.
 - 3.7. Actividades.

- 4. Evaluación final.**
- VI. CONCLUSIONES.
- VII. REFERENCIAS
- VIII. ANEXOS

I. INTRODUCCIÓN

La elección del tema para el Trabajo de Fin de Grado (TFG), “Propuesta de intervención educativa sobre la Educación Emocional para alumno con Trastorno de Conducta”, ha sido primordialmente porque como alumna de grado de Educación Primaria con mención en Educación Especial, en las prácticas que realicé el curso anterior trabajé con un alumno con necesidades educativas especiales, en concreto como bien indica el título con trastorno de conducta.

Respecto al trabajo con las emociones y las habilidades sociales, he podido ampliar mis conocimientos, teniendo en cuenta el contexto en el que se ha desarrollado la intervención planteada.

Por eso, se pretende que se creen unos climas y contextos emocionalmente ecológicos, que favorezcan el aprendizaje, la convivencia y el bienestar del alumno y de los que le rodean.

La estructura del presente Trabajo de Fin de Grado es la siguiente: en la primera parte tendremos la fundamentación teórica: hablaremos sobre el trastorno de conducta, la agresividad en la infancia, las habilidades sociales y la inteligencia emocional. En la segunda parte del trabajo se desarrolla la propuesta de intervención que contará con los siguientes puntos: objetivos generales y específicos, contenidos curriculares, metodología, espacios, tiempos y agrupamientos, actividades y por último la evaluación. Para finalizar tendremos la conclusión, la bibliografía y por último los anexos.

II. JUSTIFICACIÓN

Los contenidos teóricos que se abarcan dentro de la escuela tienen una gran importancia, pero realmente si no somos capaces de adoptarlos correctamente a nuestra vida diaria no tendrán sentido. Es fundamental hacer constancia en ello porque todos, tenemos derecho a expresar cómo nos sentimos emocionalmente, dichos factores se van a llevar a cabo tanto en el ámbito educativo, social y familiar. Hay que cooperar con la familia para contribuir al desarrollo de las competencias afectivo-sociales del niño.

Todo lo indicado anteriormente podemos justificarlo dentro del Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil, puesto que nos habla de las emociones durante todo el currículo y más concretamente en los puntos citados a continuación:

- Artículo 2, en el que se citan los fines de la Educación Infantil. Nos detenemos más en los que habla sobre desarrollar a los alumnos física, afectivo, social e intelectualmente, además de la comunicación, el lenguaje y la convivencia y relación social.

- Artículo 3, se exponen los objetivos de dicho ciclo educativo, y centrándose más en el apartado “d)” que dice así como desarrollar sus capacidades afectivas al finalizar dicha etapa educativa.
- Artículo 4, nos introduce las áreas a tener en cuenta, y más adelante nos especifica que pretende en cada una de ellas. Se puede relacionar con el tema de las emociones debido a que el trabajo que realicemos con los alumnos se tiene que dar dentro de un ambiente afectivo y que les aporte confianza, para así poder potenciar su autoestima y la integración social.

1. Áreas de Educación Infantil.

1.1. Área conocimiento de sí mismo y autonomía personal.

Se habla de la madurez del niño y la necesidad de establecer las relaciones afectivas con los demás, mediante la interacción con el medio, la conciencia emocional e ir adquiriendo progresivamente independencia sobre los adultos.

Los sentimientos que vayan desarrollando deben contribuir a la elaboración del concepto personal permitiéndoles actuar según sus posibilidades y/o limitaciones. Percibir las sensaciones, aprender a disfrutar de ellas y a expresarlas con el cuerpo en cada momento. Un paso más avanzado es el reconocimiento de las mismas en sus compañeros.

Más detalladamente se puede relacionar con los siguientes objetivos:

- Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando los de los demás compañeros.
- Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo a través de la interacción con los demás y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal.
- Adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de los demás, desarrollando actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración, evitando comportamientos de sumisión o dominio.
- Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionados con la seguridad, la higiene y el fortalecimiento de la salud, apreciando y disfrutando de las situaciones cotidianas de equilibrio y bienestar emocional.

Y en el contenido del Bloque 1 “El cuerpo y la propia imagen” que habla del uso de los sentidos y que producen sensaciones y percepciones, identificación y expresión de emociones, intereses propios y de los demás, además de control progresivo de todo ello.

Como criterios de evaluación de esta área que podemos relacionar:

- Se evalúa, la formación de una imagen personal ajustada y positiva, la capacidad para usar los recursos propios, el conocimiento de sus posibilidades y limitaciones, y la confianza para emprender nuevas acciones. Han de manifestar, respeto y aceptación por las características de los demás, sin que haya discriminaciones de ningún tipo, y mostrar actitudes de ayuda y colaboración.
- Participar en juegos, mostrando destrezas motoras y habilidades manipulativas, regulando la expresión de sentimientos y emoción.

1.2. Área conocimiento del entorno.

Lo relacionamos con la apreciación de la diversidad y riqueza del medio natural, el descubrimiento de que las personas formamos parte de él y la vinculación que tenemos con el mismo. Es la base para fomentar desde la escuela actitudes habituales de respeto y cuidado. Hay que tener en cuenta la expresión y la comunicación de las propias experiencias, de sus emociones y sentimientos, para la construcción de la propia identidad y favorecer la convivencia.

Más detalladamente los siguientes objetivos son los que más se acercan al ámbito emocional:

- Relacionarse con los demás, de manera cada vez más equilibrada y satisfactoria, interiorizando progresivamente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas.
- Conocer los diferentes grupos sociales cercanos a su experiencia, algunas de sus características, producciones culturales, valores y formas de vida, generando actitudes de confianza, respeto y aprecio.

El bloque 3 de contenidos, “Cultura y vida en sociedad” se relaciona con lo que acontece a nuestro trabajo por nombrar a la familia y la escuela como primeros grupos sociales de pertenencia y las relaciones afectivas que con estos se establecen, que siempre intentaremos que sean respetuosas, afectivas y recíprocas tanto con la misma cultura como diferentes culturas.

Y en los criterios de evaluación también encontramos relación:

- La toma de conciencia sobre la necesidad de lo social, se estimará verbalizando algunas de las consecuencias que, para la vida de las personas, tendría la ausencia de organizaciones sociales, así como la necesidad de transmitir normas para convivir.
- Se observará, su integración y vinculación afectiva a los grupos más cercanos y la acomodación de su conducta a los valores y normas que los rigen.

1.3. Área lenguajes: Comunicación y Representación.

Nos habla de las diferentes formas de comunicación y representación de la realidad, de sentimientos, de pensamientos y vivencias y las interacciones con los demás, uniendo así el mundo exterior e interior de cada uno. El lenguaje oral es el instrumento por excelencia de aprendizaje, de regulación de la conducta y de manifestación de sentimientos, emociones, etc, por lo que tendrá mucha relevancia. La explicación en voz alta de lo que están aprendiendo y de lo que sienten, es un instrumento imprescindible para configurar la identidad personal, para aprender, para aprender a hacer y para aprender a ser.

El lenguaje corporal (utilización del cuerpo, con gestos, actitud y movimientos con una intención comunicativa y representativa). Siendo muy interesante la consideración del juego simbólico y la expresión dramática como un modo de manifestar su afectividad y de darse cuenta de su conocimiento del mundo.

En conclusión, a través de los lenguajes desarrollan su imaginación y creatividad, aprenden, construyen su identidad personal, muestran sus emociones, etc.

Los objetivos de esta área que más se relacionan con lo emotivos son:

- Usar la lengua como instrumento de comunicación, de aprendizaje y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos, y valorar la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia.
- Expresar emociones, sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste en esos momentos.

Y los contenidos esta vez los diferenciaremos en bloques:

Dentro del bloque 1 “Lenguaje verbal (escuchar, hablar y conversar)” marcaremos lo referente a la utilización y valoración de la lengua oral para relatar hechos con la finalidad de explorar conocimientos para expresar y comunicar ideas y sentimientos, además de ser una ayuda para regular la conducta propia y de los demás. Recitando textos de carácter poético, de tradición cultural o de autor, es decir, acercándonos a la literatura, para de este modo poder apreciar la belleza que producen las palabras.

El bloque 3 “Lenguaje artístico” nos dice que mediante este lenguaje podemos expresar y comunicar hechos, sentimientos, vivencias mediante el dibujo u otras producciones plásticas.

Los criterios de evaluación relacionados son:

- Se valorará el interés y el gusto por la utilización adecuada y creativa de la expresión oral para regular la propia conducta, para razonar, resolver situaciones conflictivas, comunicar sus estados anímicos. Igualmente también se refiere a la capacidad para escuchar y comprender mensajes, descripciones, explicaciones, informaciones que les permitan participar en el aula.
- Expresarse y comunicarse usando medios, materiales y técnicas propios de los diferentes lenguajes artísticos y audiovisuales, mostrando interés por explorar sus posibilidades, por disfrutar con sus producciones y por compartir con los demás.

III. OBJETIVOS

El objetivo principal es realizar una propuesta educativa sobre la Educación Emocional en un colegio ordinario para un alumno de 4 años con Trastorno de Conducta, se encuentra cursando 2º etapa de Educación Infantil y comparte horas lectivas en el Aula Inclusiva del centro. Queremos que con esta propuesta educativa le permita mejorar sobretodo en el aspecto emocional.

Para ello, es importante tener en cuenta las habilidades sociales para así, obtener un mejor nivel de respuesta y empatía haciendo que su desarrollo tanto dentro como fuera del aula se lleve a cabo de la manera más adecuada.

Los objetivos que se van a seguir para la elaboración del presente documento serán los siguientes:

- Indagar sobre el Trastorno de Conducta, incluyendo sus características, causas y las necesidades educativas especiales que presenta este alumnado.
- Realizar propuesta educativa trabajando la Educación Emocional e incluyendo las Habilidades Sociales (HHSS).
- Investigar sobre la importancia de la Educación Emocional y como afecta a los alumnos que padecen Trastorno de Conducta.
- Elaborar sesiones con diferentes actividades con el fin de motivar al alumno.
- Desarrollar la capacidad de comprender y regular las emociones de una forma adecuada.
- Dominar las habilidades sociales básicas; respetar a los demás, compartir emociones, cooperar y ayudar al resto.

Todo ello tiene cómo último objetivo la mejora de la integración social del alumno, evitar posibles problemas del comportamiento, además de mejorar la calidad de vida y de las relaciones sociales.

IV. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

En este punto lo primero que haremos, será la clasificación del concepto de trastorno de conducta y sus características según el DSM-5. Después procederemos a desarrollar información sobre las habilidades sociales y la educación emocional.

1. Concepto y necesidades educativas especiales (NEE) de alumnos con Trastorno de Conducta.

Según el modelo cognitivo-conductual, Fernández y Olmedo (1999) definen los Trastornos de Conducta en la infancia como un conjunto de conductas que implican la oposición a las normas sociales y a las formas de autoridad, cuya consecuencia más destacada es la perturbación de la convivencia con otras personas. Dichos alumnos son fáciles de identificar en el aula, en actividades estructuradas o no, al aire libre, en el medio familiar, etc., además también presentan problemas emocionales y comportamentales. Se mueven constantemente de un sitio a otro, difícilmente se concentran en una tarea a no ser que esta les resulte muy motivadora, necesitan de los otros y les “chinchán” continuamente dando pellizcos, molestando y finalmente agrediendoles sin causa justificada...

Antes de entrar en la clasificación de los Trastornos de Conducta, es necesario presentar uno de los manuales más importantes, el DSM-V (Arlington,VA, Asociación Americana de Psiquiatría,2013). Se trata de un Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales de la Asociación Americana de Psiquiatría (APA) que contiene una clasificación, descripción de las categorías diagnósticas, síntomas y los criterios para diagnosticar trastornos mentales.

La clasificación que se presenta en la quinta edición revisada (DSM-V-TR), los trastornos que se quieren estudiar está englobada en un epígrafe de este manual en un grupo llamado “Trastornos destructivos del control de los impulsos y de la conducta” y son:

- Trastorno negativista desafiante.
- Trastorno explosivo intermitente.
- Trastorno de la conducta.

Es importante tener un conocimiento general sobre las principales características de dichos trastornos para poder detectar posibles casos de alumnos. Este es un trastorno psiquiátrico de niños y adolescentes, que se caracteriza por un modelo conducta repetitiva y persistente.

En cuanto a las necesidades educativas, no se pueden establecer las mismas necesidades educativas para todo el alumnado, debido a la gran variedad sintomatológica, de problemas y de alteraciones. A continuación desarrollamos aquéllas que normalmente van asociada a dicho trastorno:

- Necesidad de una ubicación especial en el aula que facilite su rendimiento y concentración (se recomienda delante, en las primeras mesas).
- Necesidad de un ambiente estructurado y predecible.
- Necesidad de reducir la estimulación ambiental. Es muy importante, controlar al máximo los estímulos distractores.
- Necesidad de un reforzamiento social más explícito que le facilite la conexión como contingencia de las conductas deseables que queremos implantar y que genere la motivación y la vinculación al proceso.
- Necesidades socio-afectivas relacionadas con las limitadas relaciones con sus iguales y las experiencias de fracaso social.
- Necesidades relacionadas con las dificultades de comprensión y aceptación de los límites y normas.
- Necesidades asociadas a la escasa vinculación con el grupo clase y a la comunidad educativa. Necesidad de que el centro escolar busque la complicidad con la familia.
- Necesidad de contar con recursos que supervisen su trabajo.
- Necesidad de vigilar su autoestima.
- Necesidad de contar con personas que les acompañen mientras son capaces de aprender las conductas prerequisites para el aprendizaje y el tiempo y lugar requerido en los desplazamientos.
- Necesidad de entrenamiento en:
 - Habilidades de autocontrol y autoinstrucciones que le permitan regular su impulsividad.
 - Habilidades de orientación y control espacio-temporal.
 - Habilidades de solución de problemas, (definición del problema, comprensión de los sentimientos y objetos propios y del otro, toma de decisiones y feedback).
 - Habilidades socio-afectivas que le ayuden a ponerse en el lugar del otro (escucha activa, empatía...).
 - Habilidades sociales y asertividad que desarrolle sus competencias sociales y emocionales facilitando sus relaciones interpersonales y su adaptación social y escolar.
 - Habilidades de comunicación lingüística oral y escrita.

1.1. Criterios diagnósticos de Trastorno de la Conducta:

Presenta un patrón repetitivo y persistente de comportamiento, caracterizado por una violación sistemática de los derechos de otras personas, así como por el incumplimiento de una serie de normas sociales propias de la edad, lo que se manifiesta por la presencia en los doce últimos meses de por lo menos tres de los quince criterios diagnósticos siguientes en cualquier de las categorías, existiendo por lo menos uno en los últimos seis meses.

- **Agresión a personas y animales:**
 - A menudo acosa, amenaza o intimida a otros e inicia peleas.
 - Llegan a utilizar armas que puede provocar serios daños a terceros.
 - Ha ejercido la crueldad física contra personas y/o animales.
 - Roban enfrentándose a una víctima.
 - Han forzado a alguien a una actividad sexual.
- **Destrucción de la propiedad:**
 - Provocan deliberadamente incendios con la intención de causar daños graves.
 - Destruyen deliberadamente propiedades de otras personas.
- **Engaño o robo:**
 - Se meten sin permiso a la casa o automóvil de otra persona.
 - Mienten para obtener bienes y favores o para evitar obligaciones.
 - Roban objetos de valor sin enfrentamiento con la víctima.
- **Incumplimiento grave de las normas:**
 - A menudo sale por la noche a pesar de la prohibición de sus padres, empezando antes de los 13 años.
 - Ha pasado una noche fuera de casa sin permiso mientras vivía con sus padres o en un hogar de acogida, por lo menos dos veces o una vez sí estuvo ausente durante un tiempo prolongado.
 - A menudo falta en la escuela empezando antes de los 13 años.

El trastorno del comportamiento provoca un malestar clínicamente significativo en las áreas social, académica o laboral.

Especificar el tipo de función de la edad de inicio:

- **Tipo de inicio infantil:** Se inicia por lo menos una de las características del criterio de trastorno de conducta antes de los 10 años de edad. Suelen ser en varones, presentan agresividad, alteración de la capacidad para relacionarse. Algunos, desarrollan una personalidad antisocial.

- **Tipo de inicio adolescente:** Ausencia de cualquier característica criterio de trastorno de conducta antes de los 10 años de edad. Son generalmente menos agresivos y tienen relaciones sociales más normalizadas.
- **Tipo de inicio no especificado:** Se cumplen las características criterio del trastorno de conducta, pero no existe suficiente información disponible para determinar si la aparición del primer síntoma fue antes de los 10 años de edad.

1.2. Características de alumno con Trastorno de la Conducta:

- **Con emociones prosociales limitadas:** Para poder asignarlo, el individuo ha de haber presentado por lo menos dos de las siguientes características de forma persistente durante mínimo doce meses, en diversas relaciones y situaciones. Estas características reflejan el patrón típico de las relaciones interpersonales y emocionales del individuo durante este período. Por lo tanto, para evaluar los criterios, se necesitan varias fuentes de información además de la comunicación del propio individuo, es necesario considerar lo que dicen otros que lo hayan conocido durante periodos prolongados (p. ej., profesores, familia, amigos...).
- **Falta de remordimientos o culpabilidad:** No se siente mal ni culpable cuando hace algo malo.
- **Insensible, carente de empatía:** No tiene en cuenta ni le preocupan los sentimientos de los demás, es frío e indiferente. La persona parece más preocupada por efectos de sus actos sobre sí mismo que sobre los demás, incluso cuando provocan daños apreciables a terceras personas.
- **Despreocupado por su rendimiento:** No muestra preocupación respecto a un rendimiento problemático en la escuela, etc. El individuo no realiza el esfuerzo necesario para alcanzar un buen rendimiento y suele culpar a los demás de ello.
- **Afecto superficial o deficiente:** No expresa sentimientos ni muestra emociones con los demás, salvo de una forma poco sincera o cuando recurre a expresiones emocionales para obtener beneficios.

Especificar la gravedad actual:

- **Leve:** Existen pocos o ningún problema de conducta aparte de los necesarios para establecer el diagnóstico, y los problemas de conducta provocan un daño relativamente menor a los demás (p.ej., mentiras, absentismo escolar, incumplir alguna otra regla).
- **Moderado:** El número de problemas de conducta y el efecto sobre los demás son de gravedad media entre los que se especifican en “leve” y en “grave” (p. ej., robo sin enfrentamiento a la víctima, vandalismo).

- **Grave:** Existen muchos problemas de conducta además de los necesarios para establecer el diagnóstico, o dichos problemas provocan un daño considerable a los demás (p. ej., violación sexual, uso de armas, atraco, robo con enfrentamiento con la víctima).

1.3. Agresividad en la Infancia.

En muchos niños, la agresividad tiene la importancia suficiente para ser estudiada de forma independiente como si de un síndrome se tratara. Los profesores insistimos mucho en que hay que poner freno a la agresividad que se está ejercitando con el grupo de iguales o con los mismos profesores. No, no es una agresividad de herir físicamente al otro, sino que son pataletas, rabietas, gritos, portazos, etc.

Son niños incapaces de tolerar los conflictos, las frustraciones..., reaccionan intensamente contra toda la fuente de irritación. Tan pronto juegan a adultos responsables y serios como se comportan como bebés impertinentes... Su ira, su rabia, su hostilidad se manifiestan a través de pataletas, tirando y rompiendo con rabia objetos, mordiendo, etc...

Podemos deducir que generalmente hablamos de agresividad para referirnos al hecho de provocar daño a una persona u objeto. Así, con el término de conductas agresivas nos referimos a las conductas intencionales que pueden causar daño ya sea físico o psicológico como pueden ser estas conductas: pegar a otros, burlarse de ellos, ofenderlos... Podemos clasificar el comportamiento agresivo atendiendo a 3 variables:

- **Según la modalidad**, puede tratarse de agresión física (p.ej., un pellizco o un empujón) o verbal (p.ej., amenazar o insultar).
- **Según la relación interpersonal**, la agresión puede ser directa (p.ej., en forma de ataque o amenaza) o indirecta (puede ser verbal como decir un cotilleo, o física, como destruir la propiedad de alguien).
- **Según el grado de actividad implicada**, la agresión puede ser activa o pasiva (p.ej., impedir que el otro pueda alcanzar su objetivo, o como negativismo). La agresión pasiva normalmente suele ser directa, pero a veces manifestarse indirectamente.

En el caso de los niños, la agresividad suele presentarse habitualmente en forma directa, como un acto violento contra una persona. Este acto violento puede ser físico, como pellizcos, etc., o verbal, como insultos, amenazas e incluso a veces se da la agresión contenida que esta consiste en gesticulaciones, gritos, expresiones faciales de frustración, etc.

Por ello, dichas conductas a menudo tienen un fuerte impacto en los padres y maestros, hasta el punto que intentan controlarlas de diversas maneras, considerando siempre la forma elegida como la más eficaz. En muchos casos son niños frustrados, que acaban dañándose a sí mismos, pues aún se frustran más cuando los demás niños les rechazan.

Partimos de que, los niños no nacen con la habilidad para llevar a cabo comportamientos como agredir físicamente a otra persona, o gritarle, o cualquier tipo de manifestación de la conducta agresiva. Por tanto, si no nacen con esta habilidad, deben aprenderla, ya sea de forma directa o indirecta. Para explicar este proceso de aprendizaje sobre el comportamiento agresivo acudimos a las siguientes variables:

- **Modelado:** la imitación tiene un papel fundamental en la adquisición y el mantenimiento de dichas conductas agresivas.
- **Reforzamiento:** Desempeña un papel muy importante en la expresión de la agresión. Si un niño descubre que puede ponerse en primer lugar de la fila, mediante su comportamiento agresivo o que le agrada herir los sentimientos de sus iguales, es muy probable que siga utilizando sus métodos agresivos, si no lo controlan terceras personas.
- **Los factores situaciones:** Pueden controlar la expresión de los actos agresivos, estos varían según el ambiente social, los objetivos...
- **Los factores cognoscitivos:** Desempeñan un papel importante en la adquisición y mantenimiento de la conducta agresiva, ya que pueden ayudar al niño a autorregularse.

En la mayoría de las ocasiones en que un niño emite una conducta agresiva, lo hace normalmente como reacción a una situación conflictiva que puede resultar de:

- **Problemas de relación social** con otros de su grupo de iguales o con los mayores, respecto de satisfacer los deseos del propio niño.
- **Problemas con los adultos** surgidos por no querer cumplir las órdenes que le han impuesto (por ejemplo, no querer recoger los juguetes, o no querer lavarse las manos antes de cenar). Suceden estos problemas cuando éstos les castigan por haberse comportado de un modo inadecuado.

Sea cual sea el conflicto, el hecho es que provoca en el niño un sentimiento de enfado u otras emociones negativas a las que posteriormente responderá. Si observamos en el aula o en un lugar de ocio las reacciones de multitud de niños ante las situaciones que citamos anteriormente, veremos que algunos niños despliegan conductas de retirada, otros se hacen dependientes y buscan ayuda y apoyo, otros se esfuerzan por superar los obstáculos a los que se enfrentan y otros responden agresivamente. Con ello, quiero decir que las reacciones varían, en uno de los extremos descubrimos un comportamiento pasivo y en el otro un comportamiento agresivo.

Para concluir con este subapartado hablaremos de forma breve sobre los factores influyentes en dicha conducta. Uno de los factores que influyen, es el **factor sociocultural** del individuo, ya que es el responsable de los modelos a que haya sido expuesto, así como de los procesos de reforzamiento que se le haya sometido. La familia, durante la infancia, es uno de los elementos

más importantes del ámbito sociocultural del niño. Las interacciones entre padres e hijos van moldeando la conducta agresiva mediante las consecuencias reforzantes inherentes a su conducta. Es probable, que el niño generalice lo que aprende acerca de la utilidad y los beneficios de la agresión a otras situaciones. Otro factor influyente es la incongruencia en el comportamiento de los padres que se da cuando los padres desaprueban la agresión y, cuando ocurre esto, le castigan con su propia agresión física o amenazan al niño. Este contraataque por parte de los padres, a lo mejor puede funcionar momentáneamente, parece generar más hostilidad en el niño y a la larga acaba por manifestarse.

Las relaciones deterioradas entre los propios padres provocan tensiones que pueden inducir al niño a comportarse de manera agresiva y otro factor reside en las restricciones inmediatas que los padres imponen a sus hijos. Restricciones no razonables y excesivas “haz y no hagas” provocan un clima angustioso que induce al niño a comportarse agresivamente.

Y por último, es responsable también el déficit en habilidades sociales (HHSS) para resolver los conflictos. Se adquieren gracias a las experiencias de aprendizaje, por lo que es necesario mezclarse con el grupo de iguales para aprender sobre la agresión, el desarrollo de la sociabilidad, etc.

1.4. Etiología del Trastorno de Conducta.

Conocer la etiología de dicho trastorno no es una tarea sencilla, ya que tienen un origen multicausal. Las disrupciones y trastornos sufridos durante el embarazo, el parto y el nacimiento relacionadas con este trastorno son los trastornos emocionales de la madre durante el embarazo, y la asfixia neonatal –un importante factor de riesgo para los TGC (Trastorno Grave de Conducta) – (Allen y cols, 1998). No podemos olvidar que estas complicaciones, se encuentran con frecuencia asociadas a una edad maternal precoz, a condiciones económicas desfavorables y al uso de sustancias psicoactivas durante el embarazo, y que los TGC en la madre son un factor de riesgo para la maternidad precoz, que a su vez, incrementan el riesgo de ese trastorno en los hijos.

El consumo y la exposición a sustancias es otra variable demostrada de vulnerabilidad: existe una relación positiva entre la cantidad de tabaco consumida en el embarazo y la emisión de actos de violencia en la adolescencia y edad adulta (Brennan y cols., 1999). Cuando el consumo de tabaco era mayor de un paquete de cigarrillos, se presentaron mayor número de trastornos de conducta (Fergusson y cols., 1998).

Los niños que nacieron prematuramente en el estudio de Levy-Schiff y cols. (1994) presentaron mayores dificultades en la autorregulación emocional y conductual, así como mayores niveles de ansiedad, y los familiares explicitaron una mayor prevalencia de TGC.

Los factores neurobiológicos: El estudio de las estructuras cerebrales en seres humanos, implicadas en la agresividad y en la impulsividad nos indican que:

- **El sistema límbico** está directamente relacionada con la conducta agresiva: la estimulación de la amígdala produce agresividad, y su no activación provoca a la docilidad; el hipotálamo, también influye en las conductas activas.
- **Neuroquímica.** Los aminoácidos producen una acción inhibitoria de la agresividad y las monoaminas, como la serotonina regula la conducta ante estímulos ambientales, y por tanto, controla la agresividad ofensiva y defensiva.
- **Otros parámetros.** El colesterol bajo, las tasas altas de testosterona, hipoactividad del Sistema Nervioso Simpático correlaciona con conductas agresivas.

Por último, es importante no olvidarnos de los factores ambientales y los medios de comunicación:

- **Contexto familiar.** Los problemas de salud mental de los padres, la separación y/o divorcio, la exposición a la violencia intrafamiliar, el embarazo precoz, hermanos con TGC...
- **Entorno psico-social.** Status socioeconómico bajo.
- **Entorno escolar.** Hay aspectos como pueden ser la organización del centro, la gestión y estructuración del aula, el estilo docente... que pueden incidir o desencadenar diferentes alteraciones comportamentales.
- **Medios de comunicación.** En la actualidad es incuestionable que los niños pasan cada vez más tiempo delante del televisor o consola, y que estos ejercen una influencia continua sobre su desarrollo emocional y conductual.
- **Estudios y Teorías de Apego.** Un gran número de conductas considerada como “precursoras” de los Trastornos de Conducta (rabieta, agresiones, conductas de oposición, desafío) podrían ser estrategias de apego que intentarían llamar la atención o el acercamiento a la figura de apego, cuándo estás se encuentran insensibles a las señales del niño.

Contrariamente a lo que sucede en la infancia, en la adolescencia los trastornos de conducta son más frecuentes. En esta etapa del desarrollo son más frecuentes en el género masculino más que en el femenino. Tenemos la prevalencia que en la adolescencia es un 3-9% frente a un 2% en la infancia. Respecto a las diferencias por sexos y edad tenemos que los adolescentes masculinos serían de 5-9% frente a un 1-2% en la infancia. En las niñas preadolescentes sería de un 0-3% frente a un 2-5% en las adolescentes.

En cuanto a la comorbilidad, queremos decir la presencia conjunta de un Trastorno de Conducta con otro trastorno. En este caso, el Trastorno de Conducta se puede dar en conjunto con Trastorno Negativista Desafiante, con Trastorno con Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), trastornos afectivos, trastornos de ansiedad. Siendo las dos primeras citadas anteriormente las que con mayor frecuencia se encuentran asociadas.

2. Habilidades sociales (HHSS).

2.1. Concepto de las Habilidades Sociales (HHSS).

A la hora de definirlo ha habido grandes problemas, debido a la gran demanda de definiciones, no habiéndose llegado todavía a un acuerdo explícito sobre lo que constituye una conducta socialmente habilidosa. La habilidad social se debe considerar dentro de un marco cultural determinado y con unos patrones de comunicación que varían entre culturas y también dentro de una misma cultura, dependiendo de los factores (la edad, el sexo y la educación).

Las Habilidades Sociales son primordiales en nuestras vidas debido a que:

- Las relaciones interpersonales son nuestra principal fuente de bienestar.
- Mantener relaciones satisfactorias con otras personas facilita la autoestima.
- La falta de las HHSS nos lleva a sentir con frecuencia emociones negativas (frustración o ira) y a sentirnos rechazados, infravalorados o desatendidos por los demás.
- Las personas con pocas HHSS son más propensas a padecer alteraciones psicológicas (ansiedad o depresión), así como ciertas enfermedades psicosomáticas.
- Ser socialmente hábil ayuda a aumentar nuestra calidad de vida y también nos ayuda a sentirnos bien para obtener lo que queremos.

La psicología científica ha abordado el estudio de las HHSS considerando tres dimensiones:

- **Las conductas observables** –mirada, expresión facial, gestos, forma y contenido de la comunicación verbal, etc- son los componentes más obvios de las habilidades sociales y los que más se han investigado.
- **Los componentes fisiológicos** de las HHSS son los cambios fisicoquímicos corporales relacionados con ellas (p.ej., la hiperactividad del sistema nervioso simpático que se produce cuando experimentamos ansiedad o ira).
- **Los componentes cognitivos**, reconociéndose así el papel determinante de nuestros pensamientos y creencias (de nuestra forma de percibir y evaluar la realidad).

Sin embargo, tanto el contenido como las consecuencias de las conductas interpersonales deberían tenerse en cuenta en cualquier definición de habilidad social. Por lo general, se espera

que la conducta socialmente habilidosa produzca más reforzamiento positivo a menudo que castigo. Consideramos que son una serie de conductas observables, pero también incluye pensamientos y emociones, que nos ayudan a mantener relaciones interpersonales satisfactorias. Según algunos autores tenemos que decir que la habilidad social:

Para Van Hasselt y cols. (1979) tres son los elementos básicos de las HHSS:

- Las HHSS son específicas a las situaciones, es decir, el significado de una conducta determinada varía dependiendo la situación en que tenga lugar.
- La efectividad interpersonal se juzga según las conductas verbales y no verbales mostradas por el individuo.
- El papel de la otra persona es importante y la eficacia interpersonal debería suponer la capacidad de comportarse sin causar daño (verbal o físico) a los demás.

Lazarus (1973) fue uno de los primeros en establecer desde una posición la práctica clínica, las principales dimensiones conductuales que abarcaban las habilidades sociales. Eran cuatro:

- La capacidad de decir no.
- La capacidad de pedir favores y hacer peticiones.
- La capacidad de expresar sentimientos positivos y negativos.
- La capacidad de iniciar, mantener y terminar conversaciones.

En conclusión, las dimensiones conductuales más generalmente aceptadas han sido:

- Hacer y aceptar cumplidos.
- Hacer peticiones.
- Expresar amor, agrado y afecto.
- Iniciar y mantener conversaciones.
- Defender los propios derechos y rechazar peticiones.
- Expresar opiniones personales, incluido el desacuerdo.
- Expresión justificada de molestia, desagrado o enfado.
- Petición de cambio de conducta del otro.
- Disculparse o admitir ignorancia.
- Afrontar las críticas.

Finalmente, este tipo de conductas han de ser llevadas a cabo por un individuo determinado en un entorno particular. Las Habilidades Sociales persiguen dos objetivos fundamentales que pueden ser tanto afectivos como instrumentales. En el caso del primero, permiten la obtención de consecuencias gratificantes y facilitan el mantenimiento de relaciones sociales satisfactorias. El éxito en las relaciones interpersonales se basa en la consecución de intereses mutuos, lo que implica la capacidad de percibir las necesidades y expectativas de los otros y así también poder satisfacerlas. El objetivo instrumental, facilitan el éxito en las tareas acometidas y son fuente de

poder en los diversos ámbitos (laboral, social o afectivo), teniendo mayor valor sobre el éxito que la brillantez académica u otras capacidades habitualmente más consideradas.

Aunque las relaciones interpersonales se concretan en conductas, en ellas confluyen cuatro planos diferentes de las personas que interactúan:

- Lo que piensa (procesos cognitivos).
- Lo que se siente (procesos emocionales).
- Lo que se dice (procesos comunicativos).
- Lo que se hace (procesos conductuales).

Estos cuatro planos se entremezclan formando una red de influencias mutuas que acaban produciendo relaciones constructivas o destructivas, satisfactorias o insatisfactorias. La detección y regulación son necesarias para modificar conductas, pero a su vez también se requiere de un análisis de dichas conductas y procesos comunicativos para descubrir que pensamientos y sentimientos hay detrás de ellos.

2.2. HHSS en el aula.

Como cite anteriormente la falta de habilidades sociales afecta negativamente a la autoestima, ocasionando ansiedad, falta de confianza e inhibición social, formando un círculo cerrado generador de malestar (menos práctica → menos habilidad → menos satisfacción → menos práctica...).

Se llega a la conclusión, que ni el profesor ni los alumnos pueden quedar al margen de la necesidad de mejora de sus habilidades tanto sociales como emocionales:

- Los alumnos, al estar en un grupo social durante un tiempo de varias horas necesitan dominar las habilidades que les permitan una mejor adaptación.
- El profesor, teniendo en cuenta que entre sus funciones está la de formar a un grupo social hacia metas predeterminadas, necesita poseer habilidades significativamente diferentes a las de otros profesionales. Este debe de atender a una doble faceta debido a su posición de liderazgo en el aula, es un escenario reducido en el que se van a dar constantes relaciones interpersonales: debe formar a los alumnos en habilidades socioemocionales y también tiene que formarse él para cumplir mejor su misión y sentirse mejor, para que así sus alumnos también se sientan mejor.

En el aula se pueden seguir diferentes vías de tratamiento de contenidos de educación socio-emocional como son:

Entrenamiento incidental planificado (EIP) o técnica del caso: Consiste en aprovechar cualquier situación con implicaciones socioafectivas que se den en clase (un conflicto, una discusión...) para abordarla desde una perspectiva tanto formativa como socializadora, es decir,

la consideraremos una ocasión para aprender y practicar las habilidades sociales y emocionales. Se trata de un tratamiento, que esta precedido de una preparación socioemocional del profesor, que anteriormente se debe de haber enriquecido de estrategias, recursos, etc., que irá aplicando según se vayan dando las situaciones problemáticas. Al tener las siguientes ventajas respecto a las otras vías es la de mayor potencial educativo:

- **Generalización.** Nos quiere decir que se puede aplicar de forma generalizada, por todos los profesores en todas las clases, lo que implica es persistencia. Supone una clara ventaja sobre el tratamiento tutorial, limita estos contenidos a unas cuantas sesiones al año impartidas por un solo profesor del equipo docente como bien viene siendo el tutor.
- **Transferibilidad.** Al tratar los contenidos socioemocionales de forma contextualizada y práctica, son más transferibles a la vida cotidiana.
- **Economía de tiempo.** Se limita a intervenciones más o menos frecuentes en función de la problemática de cada aula, pero no necesita una dedicación horaria muy extensa.
- **Simplicidad.** No necesita una preparación con anterioridad teórica excesiva por parte del profesorado.

Tratamiento tutorial: La tutoría ofrece otro espacio para tratar a fondo y de forma sistemática los contenidos y estrategias de la educación emocional, a través de su inclusión en el Plan de Acción Tutorial. Permite llevar a cabo un programa de educación emocional, mediante la planificación de sesiones concretas que aborden los problemas interpersonales más relevantes y preparen a los alumnos para evitarlos.

Inclusión curricular: Consiste en aprovechar las oportunidades que cada materia ofrece de incluir contenidos teóricos relacionados con el mundo de las relaciones sociales, y que nos puedan ayudar a construir una actitud prosocial conjunta, en la que damos prioridad el nosotros sobre el yo.

Tratamiento Interdisciplinar: Se trata de forma coordinada y transversal entre varios departamentos ciertos contenidos de educación socioemocional tanto en forma de proyectos interdisciplinares como en forma de actividades de centro (solidaridad, las actitudes pacíficas o la tolerancia).

Intervención incidental intuitiva e improvisada: Es la más habitual, consiste en reaccionar de forma intuitiva e improvisada cuando surge cualquier incidente. Se peca de falta de planificación, de tener carácter terapéutico y no preventivo, y de depender del talante del profesor exclusivamente.

3. Inteligencia Emocional.

Bisquerra (2010) define la Educación Emocional como: *“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”.

El objetivo fundamental de la ed. emocional es el desarrollo de la personalidad integral del individuo. Esto incluye el desarrollo de competencias emocionales: promover actitudes positivas ante la vida, empatía y las habilidades sociales (HHSS), para posibilitar unas mejores relaciones con los demás. Es una forma de prevención inespecífica (Bisquerra, 2010), por lo que es importante que identifiquemos los factores de riesgo que intervienen, tanto personales, ambientales, etc.; ya que muchos problemas como la depresión, agresividad, delincuencia, tienen un importante componente emocional.

Esta recoge las aportaciones de otras ciencias, integrándolas en una unidad de acción fundamentada. Algunos de los fundamentos principales de la ed. emocional son:

- Los **movimientos de renovación pedagógica** (escuela nueva, escuela activa, etc), que se proponían una educación para la vida, donde el papel relevante era la afectividad. Movimientos recientes de innovación educativa, como la educación psicológica, la educación moral, las habilidades sociales, la educación para la salud.
- Las **teorías de las emociones**, se ensalzan a los orígenes de la historia de la filosofía y la literatura, pero sus orígenes científicos probablemente haya que irse a finales del siglo XIX.
- La **teoría de las Inteligencias Múltiples** de Gardner (1995), se refiere a la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal.
- El concepto de **Inteligencia Emocional**, introducido por Salovey y Mayer (1990) sería un modelo mixto de inteligencia emocional, se mezclaban elementos cognitivos (p.ej., la atención) con elementos de la personalidad (p.ej., la motivación y la empatía). Incluye tres procesos mentales implicados en el procesamiento de la adaptación a la información afectiva:
 - Valoración y expresión de las emociones en uno mismo y en los demás.
 - Regulación emocional en uno mismo y en los demás.
 - Uso de las emociones de manera adaptativa.
- Las aportaciones de la **neurociencia** que han permitido conocer mejor el funcionamiento cerebral de las emociones. Como, por ejemplo, saber que las emociones activan respuestas fisiológicas (sudoración, taquicardia, etc.) que una vez que se producen son difícil de controlar.

Dentro de la teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner vamos a explicar a continuación los dos tipos de inteligencia:

- La **Inteligencia Interpersonal** (Gardner, 1995): es una “*capacidad para sentir distinciones entre los demás, contrastes en sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones*”. La localización cerebral está referenciada en los lóbulos frontales, y esta inteligencia es la que nos permite relacionarnos con los demás de manera socialmente adaptada. Salovey y Mayer (1990) influyen en dicha inteligencia la capacidad de liderazgo, para establecer relaciones y mantener amistades, para solucionar los conflictos y para el análisis social. Es decir, son las relacionadas con uno mismo: autocontrol, autoestima, reestructuración de distorsiones cognitivas y superación del malestar.

La **Inteligencia Intrapersonal** (Gardner, 1995): es la “*capacidad para los aspectos internos de uno mismo, para acceder a la propia vida emocional y toda la gama de estados emocionales y sentimientos, identificarlos, nominarlas y recurrir a ellas como recurso para orientar el propio comportamiento*”. Se encuentran localizadas en los lóbulos frontales, los daños neurológicos en estas áreas producen comportamientos emocionalmente dicotómicos: irritabilidad o euforia. En conclusión, las que están en relación con los demás: empatía, asertividad, canalización de roles, comunicación, contribución a la creación de un clima social positivo.

Ambas inteligencias operan conjuntamente, pese a que el conocimiento de uno mismo permite y facilita el conocimiento de los demás e inversamente.

Objetivos y competencias de la Educación Emocional

A continuación citaremos los objetivos principales de la educación emocional:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones de los demás.
- Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas.
- Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- Aprender a gestionar los conflictos.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.

3.1. Emoción y Aprendizaje.

Para poner en práctica la educación emocional conviene tener claro lo que son las emociones debido a que los efectos de las emociones en el aprendizaje son muy importantes. A poco que se

profundice en ello, se podrá observar que las emociones son una reacción compleja del organismo que cuesta definir.

Desarrollo evolutivo de las Emociones:

Un aspecto de interés ha sido la aparición de las emociones. ¿A partir de qué edad puede estar presente una determinada emoción? La respuesta no es nada fácil, ya que requiere una observación rigurosa durante un periodo largo de tiempo.

En el Cuadro 1, se resume las investigaciones de los autores más reconocidos en este campo, se han colocado en primer lugar las emociones básicas más citadas. Para cada emoción se detalla un autor ordenado por el año de publicación de la investigación, en una columna se indica qué es lo que se está observando y en la última columna está la edad en que aparece por primera vez.

EMOCIÓN	AUTOR	EXPRESIÓN	EDAD
Miedo	Watson, 1930	Facial, corporal	0-1 meses
	Bridges, 1932	Facial	6 meses
	Izard et al., 1980	Facial	3-5 meses
	Trotter, 1983	Facial, corporal	5-6 meses
	Sullivan y Lewis, 1989	Facial	2 meses y medio
Ira	Watson, 1919	Facial, corporal	2 meses
	Watson, 1930	Facial, corporal	0-1 meses
	Bridges, 1932	Facial	6 meses
	Sroufe, 1979	Facial, corporal	3-7 meses
	Izard et al., 1980	Facial	5-9 meses
	Stenberg et al., 1983	Facial	4 meses
	Sullivan y Lewis, 1989	Facial	2 meses y medio
	Trotter, 1983	Facial	3-4 meses
	Lewis et al., 1983	Facial, movimientos	2 meses
Stenberg y Campos, 1990	Facial, movimientos	1-2 meses	
Tristeza	Trotter, 1983	Facial	3-4 meses
	Izard et al., 1980	Facial	5-9 meses
	Sullivan y Lewis, 1989	Facial	2 meses y medio
	Freud, 1856	Carcajadas	4 meses

Alegría	Bridges, 1932	Facial, corporal	2 años
	Sroufe, 1979	Facial	3 meses
	Izard et al., 1980	Facial	5-9 meses
	Lewis et al., 1983	Facial, movimientos	2 meses
Sorpresa	Charlesworth y Kreutzer, 1973	Facial	6 meses 3-4 meses
	Trotter, 1983	Facial	2 meses y medio
	Sullivan y Lewis, 1989	Facial	
Agrado	Bridges, 1932	Facial, corporal	0-1 meses
Alarma	Trotter, 1983	Facial, corporal	0-1 meses
Amor	Watson, 1919	Facial, corporal	2 meses
	Watson, 1930	Facial, corporal	0-1 meses
Angustia	Bridges, 1932	Facial	1-4 meses
Ansiedad	Sroufe, 1979	Facial, corporal	12 meses
Asco	Bridges, 1932	Facial, corporal	6 meses
	Izard et al., 1980	Facial	5-9 meses
Celos	Bridges, 1932	Facial	18 meses
Culpa	Bridges, 1932	Facial, corporal	18-24 meses
	Trotter, 1983	Facial, corporal	18-24 meses
Desagrado	Srouge, 1979	Facial, corporal	0-1 meses
	Trotter, 1983	Facial, corporal	0-1 meses
Excitación	Bridges, 1932	Facial, corporal	0-1 meses
Interés	Trotter, 1983	Facial, corporal	0-1 meses
	Sroufe, 1979	Facial	1 mes
	Izard et al., 1980	Facial	5-9 meses
Placer	Bridges, 1932	Facial	3-4 meses
	Sroufe, 1979	Facial	3 meses
Sonrisa	Sroufe, 1979	Facial, corporal	0-1 meses
	Trotter, 1983	Facial, corporal	0-1 meses
Timidez	Izard et al., 1980	Facial	6-9 meses
Vergüenza	Sroufe, 1979	Facial, huida	9-14 meses
	Izard et al., 1980	Facial	6-9 meses
	Lewis et al., 1983	Facial y corporal	18 meses

Cuadro 1. Hitos evolutivos en la aparición de las emociones (Del Barrio, 2005)

Observamos en el cuadro que a partir del primer mes el niño ya expresa emociones positivas y negativas, la denominación varía entre los diferentes autores: agrado – desagrado, ira – sonrisa, gusto – disgusto, etc. Entre los tres y cuatro meses comienza a abundar la expresión emocional, y aparece el miedo, la ira, la tristeza y la sorpresa. Progresivamente van apareciendo más emociones. Por último, en los primeros meses la expresión emocional es más global y confusa pero a medida que va avanzando de edad la expresión se va haciendo más específica y más detallada de este modo ya no se confunde el observador.

Emociones básicas:

Son aquellas que han tenido un papel esencial en la adaptación del organismo a su entorno. Y también son las emociones que las personas experimentan con más frecuencia y por ello son las más conocidas.

Estas emociones, a las que denominamos básicas, en el sentido de **primarias o discretas**, se caracterizan por una expresión facial característica y una acción peculiar. Las emociones secundarias también se llaman **complejas o derivadas**, ya que éstas se derivan de las primarias o básicas, generalmente por combinación entre ellas. Al contrario que las otras, estas no presentan rasgos faciales característicos ni una acción propia.

Desarrollo emocional:

Después de que han aparecido las primeras emociones durante los dos primeros años, se sigue un desarrollo evolutivo emocional del que voy a proceder a comentar alguno de sus hitos.

- A partir de los 3-4 meses el niño va distinguiendo las emociones de los adultos. Hay algunos autores que los sitúan un poco más tarde entre los 5-6 meses. Con esto no quiere decir que no sean capaces de denominarlas correctamente.
- Los niños de 9 meses tienden a mirar a su madre cuando están ante un estímulo nuevo para saber lo que conviene hacer. Basta una mirada de la madre para que el niño lo interprete. Con ello quiero decir, que a partir de esta edad van tomando conciencia de que hay cosas que no las saben y necesitan ayuda.

Las emociones infantiles cumplen una función de supervivencia, ya que permiten expresar muy tempranamente las necesidades, y también funcionan como un refuerzo de la conducta de atención de los adultos. Por ejemplo, cuando un niño dice “gilipollas”, en ocasiones las personas que están a su alrededor le prestan atención y le “ríen la gracia” con esa acción aumentan las probabilidades de que el niño lo repita en un futuro. En relación con lo citado con anterioridad, la familia sin ser consciente, ejerce en todo momento una función educadora o deseducadora de las emociones. Por lo tanto, la función de supervivencia se manifiesta por ejemplo en la

protesta, debido a que representa un estado emocional negativo debido a alguna carencia. El autocontrol emocional significa que el niño es capaz de percibir sus emociones y las reglas que se rigen en la sociedad.

Las emociones sociales como la vergüenza aparecen a partir de los 18 meses, después aparecen la culpa y el orgullo. Los niños de Educación Infantil discriminan claramente entre un conjunto de emociones básicas como miedo, enfado, tristeza o alegría.

EDAD	EXPERIENCIA, RECONOCIMIENTO
0-12 meses	Experiencia de emociones primarias o básicas.
6-12 meses	Reconocimiento de la expresión de emociones básicas en personas adultas que le cuidan.
18-24 meses	Experiencia de emociones secundarias
2-3 años	Etiquetado verbal de emociones básicas
2-4 años	Reconocimiento del estado de ánimo propio
4-5 años	Reconocimiento de eventos activadores de las emociones propias
6-7 años	Reconocimiento discriminante de emociones propias y ajenas
7 años	Conocimiento de las emociones propias y ajenas totalmente establecido
6-10 años	Metacognición de la emoción

Cuadro2. Resumen de la evolución emocional infantil (Del Barrio, 2005)

3.2. Inteligencia emocional y educación.

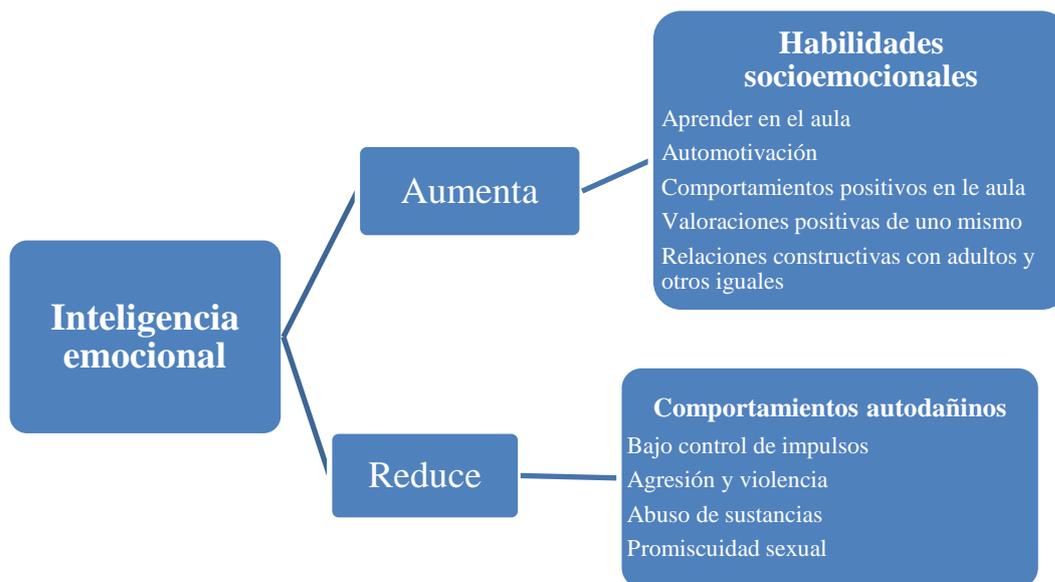
Con este epígrafe lo que queremos es comprender y fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional en la educación. La educación integral, no puede limitarse a la adquisición de conocimientos sino que debe de integrar diferentes aspectos del desarrollo humano como puede ser social, emocional, moral, etc. Por eso, debe de incorporar la educación emocional para que se produzca un aprendizaje óptimo los estudiantes deben de ser emocionalmente competentes. Nos quiere decir que deben de ser capaces de contenerse y refrenar las reacciones impulsivas ante sucesos, tratar con entornos educativos, temas nuevos y colaborar con los maestros y otros estudiantes.

El divulgador científico Daniel Goleman (2008) define que ayudar a los niños a manejar mejor tanto su mundo interno como sus relaciones también contribuye a estimular su aprendizaje, y esto se puede entender incluso en términos de impacto sobre el desarrollo de sus circuitos neuronales. Más tarde, en uno de los estudios de Pérez-González (2010) se mostró que los estudiantes universitarios de educación con mayores niveles de inteligencia emocional manifestaron un patrón de estilos de aprendizaje mucho más amplio y variable, con una mayor

preferencia que los que tenían un bajo nivel de inteligencia emocional. Con estos resultados lo que sugiere es que las personas con mayor inteligencia emocional posiblemente cuenten con una mayor versatilidad de estilos de aprendizaje, entre los cuales pueden elegir a la hora de aprender en diferentes situaciones, lo que les confiere una mayor flexibilidad para aprender según la circunstancia.

Los autores Matthews, Zeidner y Roberts (2012) observaron que los potenciales beneficios de la inteligencia emocional para los estudiantes se cree que son consecuencia de dos tipos de presuntos efectos:

- La consecuencia de que la inteligencia emocional aumenta la probabilidad de desplegar diversas habilidades socioemocionales convenientes para el aprendizaje escolar y académico.
- Por otro lado, la inteligencia emocional reduce la probabilidad de comportamientos contraproducentes o inconvenientes para el aprendizaje escolar o académico. (véase en el cuadro 4).



Cuadro3. Potenciales efectos beneficiosos de la inteligencia emocional para los estudiantes (adaptado de Matthews et al., 2012 : 147).

3.3. La evaluación de la Inteligencia Emocional.

No existe todavía una prueba estandarizada y reconocida por la comunidad científica por la que podamos obtener un Cociente Emocional (CE). Sin embargo podemos decir que son evidentes y observables en las personas, ya que existen indicadores conductuales (los movimientos del cuerpo, gestos, etc.) y psicofisiológicos (la sequedad de la boca, tensión muscular, etc.) que ponen de manifiesto estos componentes emocionales.

En la actualidad, dentro del ámbito educativo, se vienen empleando cuestionarios que constituyen un acercamiento a la medida del control de las emociones. Existen muchos de ellos con mayor y menor riesgo, debido a que tampoco existe aprobación con respecto a los que son los factores que constituyen la denominada Inteligencia Emocional.

Algunas de las muestras o ejemplificaciones de cuestionarios que se vienen empleando por diferentes autores para evaluar la Inteligencia Emocional (IE).

- Los tests de inteligencia emocional (Martineaud y Engelhart, 1997): han elaborado unos cuestionarios a modo de autoayuda que presenta las siguientes características: tests que evalúan la emocionalidad reflejada en el cuerpo, test que evalúan la emocionalidad en la familia, test que evalúan la emocionalidad social y tests que evalúan la emocionalidad en el trabajo.
- Cuestionario (Vallés y Vallés, 1998): hay tres tipos de cuestionarios que se basan en el mismo proceso de contestación y evaluación de respuestas: De autoestima emocional, de las habilidades de comunicación y de identificación de las emociones.
Hay que contestar sinceramente a las preguntas, no hay respuestas malas ni buenas simplemente después conocerás más cosas sobre tu autoestima, tus habilidades para comunicarte con los demás y tus emociones. Hay tres tipos de clasificación, después de valorar las respuestas que serían frío (si la mayoría de respuestas son del tipo A), emotivo (si la mayoría de respuestas son del tipo B) y hiperemotivo (si la mayoría de respuestas son del tipo C).
- Test de Habilidades de Inteligencia Emocional (Vallés y Vallés, 1998): las preguntas que encontramos se refieren a la manera de actuar que tenemos habitualmente las personas con la que te sueles relacionar. No existen respuestas buenas ni malas, sino que sean sinceras. La manera de responder es con NUNCA, ALGUNAS VECES o SIEMPRE, colocas una cruz en la casilla correspondiente. La corrección después es: las respuestas NUNCA son 0 puntos, las de ALGUNAS VECES es 1 punto y SIEMPRE son 2 puntos. Y las puntuaciones que están:
 - Entre 0 y 20 puntos: muy bajo.
 - Entre 21 y 35 puntos: bajo.
 - Entre 36 y 45 puntos: medio-bajo.
 - Entre 46 y 79 puntos: medio-alto.
 - Entre 80 y 90 puntos: Muy alto.

V. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.

1. Introducción.

La propuesta de intervención educativa sobre las emociones y habilidades sociales cuenta con un total de 16 sesiones, las cuales están destinadas a un alumno con trastorno de conducta grave. Todas las actividades que se van a realizar van a tener en común un objetivo que va a ser el de tratar las emociones. En resumen, lo que se pretende con este programa, es que el alumno estimule y conozca todas las emociones, tanto positivas como negativas y además que controle algo más las habilidades sociales.

2. Recogida de información sobre el sujeto.

El alumno A tiene 4 años, presenta un diagnóstico de inquietud, alto grado de impulsividad, dificultades en repertorios de atención y conducta, con un grado de discapacidad 34% y un grado de dependencia de grado II. Categorizando en el informe psicopedagógico con trastorno grave de conducta. Programación adaptada en los diferentes áreas de dos o tres contenidos por área. Es muy importante reforzarle socialmente con un “muy bien”, “abrazo”, “besito”. Está escolarizado en aula combinada participa en el aula con los niños de Educación Infantil y en el Aula Inclusiva, compartiendo tiempos de recreo y al menos 10 horas semanales en el aula de su nivel de edad. Recibe apoyo individualizado de la profesora de AL, de la Pedagoga Terapéutica (en este caso la tutora del aula inclusiva), de la ATE (Auxiliar Técnico Educativo). Tiene una Adaptación Curricular Significativa señalando estas diferentes estrategias metodológicas: motivación, comunicación, individualizada, cooperativa. Se usará rincones señalizados con pictogramas y siguiendo una rutina que se desarrolla cada día en el aula.

En cuanto al núcleo familiar, está formado por los padres y su hermana. El padre tiene estudios primarios sin concluir, realiza algún trabajo esporádico pero sin estabilidad de contrato. Y la madre tiene también estudios primarios sin concluir, presenta un grado de discapacidad del 72%. Actualmente las relaciones personales parecen estables, aunque se han producido episodios de malos tratos en la pareja llegan a existir orden de alejamiento del padre hacia la madre. Los padres muestran pocas habilidades para establecer normas y límites respecto a su hijo. Se refieren a que la madre es más firme, mientras que el padre le consiente. El nivel sociocultural es bajo, los ingresos económicos del núcleo familiar proceden de una pensión de orfandad y una pensión no contributiva, ambos de la madre. La relación de la familia con el centro ha mejorado a lo largo del curso, el niño no participa en actividades de salidas del colegio por decisión familiar, debido a la impulsividad que presenta (se escapa y sale corriendo).

El centro en el que se ha llevado a cabo dicha intervención, está situado en un barrio de la ciudad de Valladolid. Como centro educativo alguno de sus principios son: una escuela abierta y participativa, estimular la capacitación profesional del profesorado, organizar y gestionar el centro según un modelo participativo y colaborativo, educación plural, integradora y democrática para que los alumnos conozcan y practiquen valores... El edificio está diseñado para que funcionen 18 aulas, comedor, cocina, sala de profesores, 1 aula sustitutoria, 3 aulas-grupo para los apoyos de Audición y Lenguaje y Pedagogía Terapéutica, aula de Fisioterapia, aula-grupo para Educación Infantil, gimnasio, enfermería, biblioteca... Cuentan con servicio de madrugadores, comedor escolar y biblioteca.

3. Intervención.

3.1. Objetivos generales y específicos.

El objetivo fundamental que se pretende conseguir con esta propuesta de intervención es el de optimizar el desarrollo de las emociones y habilidades sociales de nuestro alumno así incrementar su competencia social de cara a conseguir una mejor integración social. Para ello, nos plantearemos los siguientes objetivos específicos:

- Adquirir habilidades sociales: pedir ayuda, decir que no, explicar cómo se siente...
- Mejorar sus habilidades de comunicación con su entorno, aumentando así la capacidad de resolución de problemas y, con ello su autoestima y su autoconcepto.
- Conocer e identificar las diferentes emociones.
- Expresar sentimientos y emociones, tanto suyos como los de los demás adecuadamente mediante técnicas de comunicación.
- Saber regular las emociones de forma correcta en diferentes situaciones.
- Conocer y utilizar conductas de cortesía y buena educación al relacionarse con los demás. Se presentará especial atención a los saludos y despedidas en todas situaciones y al uso de “por favor” y de “gracias” cuando se solicite algo.
- Lograr un buen clima de trabajo en el aula.
- Aprender a identificar y a expresar sus emociones, tanto positivas (elogios, contacto físico...), como negativas (hacer críticas, decir que no...), de una forma clara, sencilla y eficaz.
- Participación en sesiones de grupo-clase, siguiendo las normas básicas de interacción: pedir la palabra, escucha activa sin interrumpir, respetar los turnos, etc.

3.2. Contenidos:

Los contenidos de la presente propuesta de intervención educativa son los siguientes:

Conceptuales:

- Las seis emociones básicas: miedo, alegría, tristeza, enfado, desagrado y sorpresa.
- Las habilidades sociales básicas: La capacidad de decir no, la capacidad de pedir favores y hacer peticiones, la capacidad de expresar sentimientos positivos y negativos.

Procedimentales:

- Asociación entre las emociones básicas y situaciones cotidianas en las que éstas se dan.
- Comprensión de las propias emociones básicas y de las de los demás.

Actitudinales:

- Aprender a trabajar de forma individual y en grupo.
- Entender que no es malo sentir emociones.
- Aprender a trabajar en diferentes espacios del colegio.
- Mostrar una actitud positiva de cara a las diferentes actividades.
- Respetar las opiniones de los demás.
- Aprender las normas de comunicación y respeto por los turnos en clase.
- Aprender las normas de convivencia del aula.

3.3. Metodología.

En este punto la comunicación es un medio muy importante que tiene que haber en perfecto estado entre la profesora y el alumno, es una de las cosas que queda bastante reflejadas en el desarrollo de las clases. Siempre se trata de adaptarse al lenguaje del alumno, es decir, usando un vocabulario, una entonación correcta y adecuada para que la comprendan perfectamente. Es muy importante que cualquier explicación que queramos dar lo hagamos de la manera más cercana, ya que así captarán los conceptos más fácilmente. La metodología que se va a usar para llevar a cabo esta propuesta de intervención es de manera individualizada, para así, poder atender las necesidades específicas del alumno. Con este alumno, es muy importante seguir una rutina y a pesar de que el alumno tenga ya aprendido el contenido es irlo reforzando para que así no se les olvide.

Una de las principales preocupaciones en el mundo de la educación para trabajar con niños con trastorno de conducta, es que el alumno retire esas conductas inadecuadas y que aprenda de forma adecuada los contenidos que se le enseñan. Para ello, planteamos una serie de estrategias que se van a seguir a lo largo de la propuesta:

- Utilizar técnicas materiales que favorezcan la experiencia directa.
- Juegos de rol.
- Adaptar la metodología al momento del alumno, a su progreso personal.
- Flexibilidad y originalidad en la presentación de las actividades.

- Trabajar con objetos reales y que pueda obtener información a partir de ellos.
- Práctica de la conducta.
- El papel de la persona educadora deber ser el de mediadora. Al mismo tiempo, proporciona modelos de actuación que el niño imita e interioriza en sus conductas habituales.
- Utilización de recursos de la vida cotidiana en las actividades: revistas, periódicos, fotografías...
- Estrategias emocionales y vivenciales: cuentos, dramatizaciones...

3.4. Espacio (Aula).

El aula es el escenario fundamental de las vivencias que se dan entre el profesor/a y alumno/a en el centro y por eso es bueno tener una organización espacial bastante buena, esto nos facilitará el buen resultado en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Es muy importante, pero sobre todo en nuestro aula seguir una rutina para que los alumnos/as sepan que se lo que van a hacer a continuación. Por último es muy importante también la colocación del mobiliario y el equipamiento escolar ya que desempeñan una gran función pedagógica – didáctica.

En cuanto a dimensión, el aula es un poco pequeña. La distribución espacial de la mesa está bastante bien situada en el centro del aula, y otra cerca de la pizarra digital pudiéndola desplazar hacia el lugar que queramos para trabajar.

El aula posee unas ventanas bastante amplias, hay una gran iluminación y ventilación.

Según entras al aula, en la solapa de la puerta que queda fija hay pictogramas imantados los que usamos normalmente para anticiparles por ejemplo si van al baño, si vamos al recreo, si nos vamos para casa... Y con las rutinas que seguimos normalmente en clase para anticiparles antes de hacer la acción. Justo al lado está una colchoneta en el suelo que la usamos para realizar relajación en ella, y hay dos pelotas con las que les estimulamos como premio cuando trabajan correctamente saltamos con ellos. Están las letras de texturas que forman la palabra de la estación del año en la que estamos y, por último también hay una ruleta en la que indicamos que tiempo hace hoy si llueve, sol, nieva... y cuál es la estación del año en la que estamos actualmente.

En la pared de frente de la colchoneta tenemos los siguientes materiales que a continuación salen en la fotografía. De arriba abajo, tenemos una cara triste con fotos de los niños con cara triste, y otra contenta con caras contenta de los niños. De izquierda a derecha, tenemos el calendario en el que nos indica la estación del año en la que estamos, el mes y el año, la manita que hay al lado del calendario es para que apoyen mientras que les ayudamos a hacer el calendario. Hay una casita que es donde ponemos a los niños/as que están malitos y no vienen

al colegio, y después el colegio que colocamos a los niños/as y profesoras cuando pasamos lista en la asamblea. Al lado tenemos a pepón, que es un muñeco que utilizamos para quitarle el abrigo igual que nosotros y ponerle el babi, para que se acostumbren a la rutina de lo que tenemos que hacer y se lo hagan a pepón.

En la parte inferior, tenemos los días de la semana cada uno con un color diferente para que no se confundan usándolo igual en el PowerPoint, en los pictogramas para que no tengan confusión y lo asocien con los colores. El sol indicando hoy, es lo que movemos todos los días para indicar el día de la semana que es. Debajo de los días de la semana, sábado y domingo tenemos dos casitas que esto nos indica y les indica que esos dos días se quedan en casita, es decir, que no vienen al colegio.

Entre los pictogramas de las casitas, tenemos un espejo entre medias que lo separa de la pizarra. En la pizarra tenemos diferentes pictogramas, la usamos para trabajar los nombres de cada uno en ella. Arriba de la pizarra están indicados los meses y los cumpleaños de cada niño/a y de la profesora. También tenemos uno de los pictogramas, el de comer que lo usamos para cuando vamos a almorzar.

3.5. Recursos.

Para llevar a cabo la propuesta de intervención es necesario contar no solo con profesores-tutores, especialistas (Profesores de Pedagogía Terapéutica, Profesores de Audición y Lenguaje, etc.) sino con todos los profesionales que intervienen con el alumno (en este caso, también con la profesora-tutora de Educación Infantil), con el fin de que exista un trabajo coordinado y que facilite la generalización de los aprendizajes a otros contextos.

Podemos clasificar los recursos de la siguiente forma:

- Recursos humanos: todas aquellas personas que intervienen en el desarrollo de las actividades, pertenezcan o no a la institución educativa.
- Recursos materiales: son los elementos físicos que hacen falta para que los alumnos puedan realizar las tareas que les indicamos.
- Recursos ambientales: lugar o lugares en los que llevamos a cabo cada una de estas prácticas.

3.6. Temporalización.

La propuesta de intervención sobre las emociones y las habilidades sociales, se llevará a cabo durante el segundo trimestre del curso 2018-2019, con un total de 17 sesiones. Se realizarán los jueves en la segunda hora, a partir del primer jueves del mes de Enero después de las vacaciones de navidad, hasta el 28 de febrero 2019 (**ANEXO 1**). Se irán reforzando las sesiones anteriores, para que así comprobemos si se han interiorizado los conceptos nuevos.

Se ha planteado la temporalización (**ANEXO 2**) en las primeras horas del día porque siempre son las de mayor rendimiento, así también sirve para que el niño se motive y continúe con más ganas las siguientes horas lectivas. Los alumnos al finalizar la temporalización deberán de saber diferenciar las distintas emociones que existen, tanto positivas como negativas.

3.7. Actividades.

Conciencia Emocional

SESIÓN 1: Expresar EMOCIONES	
Tiempo: 20-30 minutos aprox.	Disposición del aula: Aula de Educación Especial.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Nombrar y reconocer algunas emociones. • Tomar conciencia de las emociones de los demás, y de las propias. • Adquirir un vocabulario básico de las emociones. 	
Desarrollo: <p>Hay que explicar que hay dos tipos de emociones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Emociones positivas: que resultan más agradables y producen bienestar. Alegría, tranquilidad, optimismo, amor, diversión, confianza... - Emociones negativas: que son las que resultan desagradables o menos placenteras. Tristeza, vergüenza, aburrimiento, enfado, temor, furia, nerviosísimo, ansiedad... <p>Aclarar que no hay emociones buenas ni malas, si no que unas nos hacen sentir bien y otras por el contrario, nos hacen sentir mal. Se visualizarán diferentes situaciones para que identifique en cuales tendríamos emoción positiva y en cual negativa. Serán las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Te hacen un regalo bonito. • Cuando estás jugando con tu mejor amigo y lo estáis pasando muy bien. • La profesora te dice que has trabajado muy bien hoy. • Te quitan el balón con el que estás jugando. • Cuando un compañero te pellizca sin saber porque. 	
Otras actividades: <ul style="list-style-type: none"> • Se mostrará dibujos y fotografías de caras que reflejen diferentes estados de ánimo: alegría, tristeza, enfado, miedo, sorpresa, etc. y se analizara la expresión 	

facial del dibujo, el profesor reproducirá esa expresión y el niño tendrá que poner nombre a la emoción que experimenta. Después, él niño imitará ese estado de ánimo.

- Después le daremos un sobre con diferentes fotografías (recortes de revistas, personajes de cuentos...) con diferentes emociones, y los tendrán que separar en una cartulina pegarles en el velcro según la relación con emociones positivas y negativas.

Recursos:

- Cartulinas.
- Recortes de revistas.
- Tijeras.
- Velcro.
- Pictogramas de emociones.

Evaluación:

A través de la observación del docente comprobará los siguientes apartados:

- Muestra una actitud participativa durante toda la sesión.
SI / NO/ En proceso.
- Sabe nombrar alguna de las emociones de las fotografías.
SI / NO/ En proceso.
- Expresa los rasgos faciales de cada emoción de las fotografías.
SI/ NO/ En proceso.

SESIÓN 2: Canción “Bailamos con las emociones”	
Tiempo: 15 minutos aprox.	Disposición del aula: Aula de Educación Especial.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Motivar al alumnado mediante la música. • Expresar las diferentes emociones mediante los movimientos corporales y expresiones faciales que nos dice la canción. • Conocer las emociones básicas. 	
Desarrollo: Comenzará con la canción del “Baile de las Emociones”, con el tema de la canción lo que quieren explicar son las emociones básicas a través de un baile.	

<p>Los alumnos, se colocarán en un círculo y tendrán que seguir los movimientos e indicaciones del baile.</p> <p>Cuando hemos finalizado la canción, realizaremos unas preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Os ha gustado la canción? ¿Por qué? • ¿Qué emociones te han gustado más de la que sale en el vídeo? • Expresad la emoción que os haya transmitido la canción.
<p>Otras actividades:</p> <p>Otro día podemos bailar la canción de la emoción alegría y la que nos habla sobre las expresiones de la alegría.</p>
<p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • https://www.youtube.com/watch?v=cpr7ttt1sOQ • https://www.youtube.com/watch?v=IU8zZjBV53M • https://www.youtube.com/watch?v=3hJcHATIFQQ • Equipo de música. • Ordenador.

Regulación Emocional.

SESIÓN 5: Debo o no debo hacerlo.	
<p>Tiempo: 10-15 minutos aprox.</p>	<p>Disposición del aula: Aula de Educación Especial.</p>
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer las acciones positivas para un control emocional. • Reconocer las acciones negativas para un control emocional. • Saber cuál es la mejor manera de resolver los conflictos. 	
<p>Desarrollo:</p> <p>Repartiremos una ficha individual donde hay escritos diversos ítems algunos con dibujos donde nos dicen acciones, de las cuales tendremos que marcar con un gomet con una carita en verde si estaría bien hacerlo para controlar nuestras emociones y así solucionar los conflictos, y por lo contrario si no tendríamos que hacerlo usar un gomet con una carita roja.</p>	
<p>Otras actividades:</p>	
<p>Recursos:</p>	

<ul style="list-style-type: none"> • Gomets de caras rojas y verdes. • Ficha autoevaluación. • ANEXO 4.

SESIÓN 6: Controlo mis emociones negativas.	
Tiempo: 15 minutos aprox.	Disposición del aula: Aula de Educación Especial.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer y nombrar algunas emociones negativas. • Controlar las emociones como enfado, ansiedad... • Saber comunicar a los demás como nos sentimos, cuál es nuestro estado de ánimo. 	
Desarrollo: De unas fotografías o recortes de revista que le damos con diferentes estados emocionales, deberá de separar los que tengan relación con emociones positivas y otras con emociones negativas.	
Otras actividades:	
Recursos: <ul style="list-style-type: none"> • Recortes de revistas. • Fotografías. • Una cartulina que ponga emociones positivas. • Otra cartulina que ponga emociones negativas. 	

Autoestima

SESIÓN 9: Ya se hacer muchas cosas.	
Tiempo: 10-15 minutos aprox.	Disposición del aula: Aula de Educación Especial y de Educación Infantil.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Concienciar de lo que sabe hacer sólo. • Tomar conciencia de lo que hacemos mejor. 	
Desarrollo:	

<p>Preparamos un par de folios con imágenes para que coloree de verde aquello que le sale mejor y de naranja lo que le sale peor. Primero hablamos de las emociones una por una, explicamos porque son positivas cuando las hacemos y que dificultades tenemos en algunas cuando estamos llevándolas a cabo. Exponemos los dibujos coloreados, y en su clase de infantil la profesora señala a una de las acciones y los niños que saben hacerlas dicen juntos: ¡Yo sé hacerlo!</p> <p><u>ANEXO</u></p>
<p>Otras actividades:</p>
<p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ficha de actividad. • Pintura de color verde. • Pintura de color naranja.

SESIÓN 11: Cómo soy	
<p>Tiempo: 10 minutos aprox.</p>	<p>Disposición del aula: Aula de Educación Especial.</p>
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tener objetivos futuros que cumplir. • Saber describirse a uno mismo tanto lo positivo como lo negativo. 	
<p>Desarrollo:</p> <p>Se le dará un folio en blanco donde podrán dibujar todo lo que crean que les describe y les caracteriza. No nos basaremos sólo en la descripción sino que además incluiremos aquello que les gustaría tener o conseguir, siempre guiado de la ayuda del docente para evitar que sea algo material, sino más bien que vaya dirigido a lo que se quieren dedicar de mayor, algún niño que quiera que sea su amigo...</p>	
<p>Otras actividades:</p>	
<p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Folio en blanco. • Lapicero. • Pintura de color. 	

Habilidades Socio-Emocionales

SESIÓN 12: Inflarse como globos	
Tiempo: 5-10 minutos aprox.	Disposición del aula: Sala de Psicomotricidad
Objetivos: <ul style="list-style-type: none">• Interiorizar una nueva técnica de relajación.• Controlar la emoción de la ira o rabia.	
Desarrollo: <p>En primer lugar explicamos que vamos a hacer como cuando uno está enfadado, tomando respiraciones profundas uno se consigue calmar. Esta técnica trata de inflarse como un globo para practicar este tipo de relajación.</p> <p>Hay que estar de pies y con los ojos cerrados, comienzan a llenar los pulmones de aire y a levantar los brazos como si fuesen globos. Luego, sueltan el aire, arrugándose a modo de globo, desinflándose hasta llegar al suelo. Se repite el proceso al menos tres veces.</p> <p>Al finalizar la actividad hablamos sobre cómo se han sentido durante el proceso y si piensan que esto les puede ayudar a tranquilizarse cuando están enfadados o con mucha ira.</p>	

HABILIDADES DE VIDA:

SESIÓN 16: ¿Es importante mi familia?	
Tiempo: 10-15 minutos aprox.	Disposición del aula: Aula de Educación Especial.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none">• Reconocer quien es su familia más cercana.• Diferenciar entre familia (los miembros que viven en su casa) y sus tíos, primos...• Ver la importancia que tiene la familia a la hora de hacer una actividad.	
Desarrollo: <p>A modo de introducción, vamos a preguntar cuántos viven en su casa y quiénes son más importantes para él. Además de establecer la diferencia entre la familia (que viven con él) y sus tíos, primos, abuelos... Les preguntamos que si hay alguno de los que vive en su casa que consideré más especial con el que hace más cosas y de los familiares que</p>	

viven fuera quién es más especial que hace más cosas con él. Queremos que nos expliquen porque son importantes, que cosas hagan con ellos. Para ello, les repartiremos unos folios blancos para que dibuje diferentes actividades que hace con ellos.
Otras actividades:
Recursos: <ul style="list-style-type: none"> • Folios en blanco. • Pinturas. • Lapicero.

4. Evaluación Final.

La evaluación es fundamental para ver si se han logrado los objetivos planteados a lo largo de la propuesta, tanto por parte del alumno como de la educadora. Se realizará la evaluación del programa, mediante una evaluación continua y cualitativa durante todo el segundo trimestre. La educadora, tendrá en cuenta el avance progresivo en la realización de las actividades.

Las evaluaciones, se ejecutarán de la siguiente manera:

- Evaluación inicial: Se realizará antes de comenzar con la propuesta de intervención, para el conocimiento que tiene el alumno sobre las emociones básicas. Para ello es importante recoger información del punto de partida, a través de diferentes instrumentos: registros iniciales (**ANEXO 6**) y por último evaluación antes y después de la intervención (**ANEXO 7**). Con el resultado de dicha evaluación, podemos determinar que habilidades tienen que ser más prioritarias, que objetivos hay que trabajar, que recursos van a ser necesarios y como los vamos a organizar el proceso de intervención.

- Evaluación continua: Se llevará a cabo a través de la propuesta de intervención, pretende recoger información a lo largo del proceso de enseñanza, para poder ir modificando lo que haga falta en todos los aspectos que sean necesarios. Valorar periódicamente los objetivos planteados para ver si se van a conseguir o no, con el fin de ajustar la intervención para que sea lo más eficaz posible.

- Evaluación final: Esta evaluación tendrá como objetivo determinar la efectividad o no de la propuesta de intervención y del grado de consecución de los objetivos propuestos. Es importante, también evaluar la práctica docente y el proceso de enseñanza aprendizaje, con ello quiero decir, evaluar que se enseña, cómo se enseña, las actividades, recursos materiales y personales, metodología, etc.

Con este tipo de evaluaciones, la maestra comprobará si el alumno ha adquirido correctamente las competencias y conocimientos establecidos, si han disfrutado con las sesiones realizadas y finalmente si han sabido manifestar adecuadamente las emociones y sentimientos que se les han planteado a lo largo de la intervención.

VI. CONCLUSIONES

Este último apartado, trata de las conclusiones obtenidas a lo largo de la realización del Trabajo de Fin de Grado, para ello al final de dicho apartado estará reflejada una opinión personal.

La elección de este trabajo como se ve al principio del documento, fue una decisión bastante fácil, debido a que en el periodo de prácticas tuve la oportunidad de estar trabajando en el aula inclusiva (Aula de Educación Especial) con niños con discapacidad intelectual y tratar diferentes temas. Aunque decidí enfocarlo más a un niño en concreto con discapacidad intelectual y trastorno de conducta, para poder tratar el tema de las emociones, me parece que es un tema bastante interesante para poder trabajar en conjunto con dicha discapacidad y trastorno, ya que a los niños en el día a día se les motiva y se les sube la autoestima.

También he de recordar la importancia que tienen las habilidades sociales para todas las personas, pero si tenemos en cuenta la mayoría de personas con Discapacidad Intelectual carecen de ellas o las presentan en un menor grado, es necesario llevar a cabo desde pequeños unas pautas de comunicación, interacción, comportamiento, socialización, etc, a través de diferentes actividades, por ello también he querido integrar un poco el tema de las habilidades sociales en este trabajo. Para que puedan a través de conseguir manejar mejor las habilidades sociales una mayor independencia, autonomía, socialización...

Ante todo he de decir, que no es fácil trabajar con este tipo de alumnado, ya que no sabes cómo va a ser su actuación ante diferentes situaciones que pueden ocurrir en el aula. Para esto, es muy importante que conozcamos las necesidades educativas especiales de cada alumno. El proceso de socialización y aprendizaje se tiene que llevar en primer lugar en la familia, y desde la escuela ya hay que continuar y potenciar el proceso de la formación tanto de las habilidades sociales, educación emocional, autoconcepto, etc. mediante diferentes intervenciones planificadas.

A la hora del proceso de elaboración del TFG se han presentado dificultades, como buscar información sobre el trastorno de conducta, ya que existen muchos artículos, revistas, libros, etc. para elaborar el marco teórico. Sobre el tema de educación emocional y habilidades

sociales, no me resulto tan difícil la búsqueda de este apartado no usan vocabulario tan científico aunque también me resulto difícil seleccionar los contenidos que quería mencionar porque era un abanico de conocimientos bastante amplios sobre estos dos temas.

Respecto al tema de la realización de la propuesta de intervención educativa para este tipo de alumnado con discapacidad intelectual y trastorno de conducta, cuenta con una serie de objetivos y contenidos que son los que se llevan a cabo después en la propuesta. La parte de la metodología, se ha elegido de una manera activa y participativa, tanto para el alumnado como para la profesora, ya que es un referente modelo para el alumno. Las tareas se llevarán a cabo algunas individuales y otras se trabajaran de manera grupal también. Para concluir, decir que se ha elaborado una tabla donde están reflejadas todas las sesiones y el tiempo aproximadamente que durarán cada una de ellas. A la hora de realizar la propuesta se ha intentado poner en práctica el juego, con el fin de que los alumnos disfruten realizando las actividades y cumplan con los objetivos pautados. Debido a que el papel del juego en la educación es bastante importante, se cree que las actividades planteadas son motivadoras y se van a sentir a gusto realizando su trabajo. Como bien podemos ver en la evaluación post intervención, se ve que hay ítems que hemos logrado mejorar pero otros que necesitaríamos más refuerzo para poder llegar a conseguirlos o que estén en desarrollo.

A modo de conclusión, ambos temas me han parecido bastante interesantes, ya que he aprendido cosas diferentes y he podido ampliar mis conocimientos, habilidades y competencias de cara a mi futuro profesional. Como futura maestra de educación especial, me parece muy importante satisfacer las necesidades de los alumnos de la mejor manera posible y dar una respuesta lo más adecuada. Desde años atrás he tenido vocación por ello, cuando estuve realizando las prácticas de Formación Profesional Superior me di cuenta de que en realidad era a lo que me quería dedicar, pero cuando finalicé las prácticas de la mención lo tenía mucho más claro a lo que quería dedicarme.

VII. REFERENCIAS

- Arlington,VA. (2013). *DSM-V*. Asociación Americana de Psiquiatría.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21 (1), 7-43.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional*. Bilbao: Desclee.
- Caballo,V.E. (2007). *Manual de Evaluación y entrenamiento de Habilidades Sociales*. Madrid: Siglo XXI de España Editores, S.A.

- Centro de Documentación y Estudios SIIS Dokumentazio eta Ikerketa Zentroa Fundación Eguía-Careaga Fundazioa. (2012). *Vivir Mejor. Como promover el Bienestar emocional*. Diputación Foral de Álava.
- Garanto Alós, J. (1989). *Trastornos de Conducta en la Infancia*. PPU Promociones y Publicaciones Universitarias, S.A.
- Gardner, H. (1994). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.
- Goleman, Daniel (2001). *Inteligencia Emocional*. Editorial Cairós.
- Guía de la Junta de Andalucía. *Manual de atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo derivadas de Trastornos Graves de Conducta*.
- Jiménez, M^a Isabel & López, Esther. Inteligencia emocional y rendimiento escolar: Estado actual de la cuestión. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(1), 67-77.
- Lazarus, A.A. (1973). Multimodal behavior therapy: treating the basic id. *Journal of the nervous mental disease*, 156, 404-411.
- Martínez, R (2018). 04. *Problemas de conducta – TDAH*. [Apuntes académicos]. Uvic-UCCMoodle.
- Martineaud, Sophie.,Engelhart, Dominique. (1997). *El test de Inteligencia Emocional*. Círculo de Lectores.
- Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (2006). Real Decreto 1630/ 2006, de 29 de Diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil.
- Monjas Casares, M^a. I. (2002). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y adolescentes*. Madrid: CEPE.
- Monjas Casares, M^a. I. (2011). *Cómo promover la convivencia: Programa de Asertividad y Habilidades Sociales (PAHS)*. Madrid: CEPE.
- Pérez-González, J.C. (2008). Propuesta para la evaluación de programas de educación socioemocional. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6(2), 523-546.
- Roca, E. (2003). *Cómo mejorar tus habilidades sociales. Programa de asertividad, autoestima e inteligencia emocional*. Valencia: ACDE Ediciones.
- Salovey, P. & Mayer, J. (1990). *Emotional Intelligence. Imagination, Cognition and Personality*.
- Serrano, I. (2006). *Agresividad infantil*. Editorial: Pirámide.
- Vaello, J. (2005). *Las habilidades sociales en el aula*. Madrid. Editorial: Santillana.
- Vallés, A. y Vallés, C. (2000). *Inteligencia emocional. Aplicaciones educativas*. Madrid: Eos.

- Verdugo, M.A. (2003). *Programa de Habilidades Sociales (P.H.S.). Programas alternativos conductuales*. Salamanca: Amarú Ediciones.
- Zeidner, M., Roberts, R. & Matthews, G. (2008). *The Science of Emotional Intelligence: currents consensus and controversies*. *European Psychologist*, 13 (1), 64-78.

VIII. ANEXOS

Anexo 1. Calendario escolar curso 2018-2019 Castilla y León.



Septiembre 2018	Octubre 2018	Noviembre 2018	Diciembre 2018
LUN MAR MIE JUE VIE SAB DOM 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	LUN MAR MIE JUE VIE SAB DOM 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	LUN MAR MIE JUE VIE SAB DOM 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	LUN MAR MIE JUE VIE SAB DOM 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
Enero 2019	Febrero 2019	Marzo 2019	Abril 2019
LUN MAR MIE JUE VIE SAB DOM 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	LUN MAR MIE JUE VIE SAB DOM 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28	LUN MAR MIE JUE VIE SAB DOM 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	LUN MAR MIE JUE VIE SAB DOM 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30
Mayo 2019	Junio 2019	Inicio Curso 10/09: EI, EE, EP, ESO en centros de EP y 2º CFGS. 17/09: ESO, BACH, 2º CFGS APyD 24/09: FPB, CFGM y 1º CFGS FP, CFGM y 1º CFGS de APyD, EPA, ESPAD y enseñanzas a distancia de BACH y CCFF. 01/10: E. Idiomas, E. Música y Danza, EEAASS, EEDD Fin de Curso 04/06: 2º BACH ordinario y nocturno, 2º CFGS, 2º CCFF APyD, enseñanzas a distancia de BACH y CFGS, 6º E. Música y Danza y E. Idiomas 21/06: Resto de enseñanzas	
LUN MAR MIE JUE VIE SAB DOM 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	LUN MAR MIE JUE VIE SAB DOM 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	Festividades y No lectivos 12/10: Ntra. Sra. del Pilar 01/11: Todos los Santos 02/11: Día del docente 06/12: Constitución Española 07/12: Viernes 04 y 05/03: Fiestas de Carnaval 01/05: Día del trabajo (* pendiente de publicación en BOCyL)	

Anexo 2: Temporalización de las actividades.

Fecha	Sesión	Actividad	Duración
<i>Salida: Conciencia Emocional</i>			
10-01-2019	Sesión 1	Expresar emociones	20 - 30 minutos aprox.
10-01-2019	Sesión 2	Bailamos con las emociones	15 minutos
10-01-2019	Sesión 3	El monstruo de colores	15 minutos
17-01-2019	Sesión 4	El botiquín de las emociones	40 -50 minutos
<i>1ª Parada: Regulación Emocional</i>			
24-01-2019	Sesión 5	Debo o no debo hacerlo.	10 – 15 minutos
24-01-2019	Sesión 6	Controlo mis	15 minutos

		emociones negativas.	
24-01-2019	Sesión 7	Me calmo.	20 – 30 minutos.
31-01-2019	Sesión 8. Repaso de las actividades de Salida.	Mi termómetro emocional	30 minutos.
<i><u>2ª Parada: Autoestima</u></i>			
07-02-2019	Sesión 9	Ya sé hacer muchas cosas	10 – 15 minutos
07-02-2019	Sesión 10	Diario de las emociones positivas	10 minutos
14-02-2019	Sesión 11. Repaso de la 1ª parada.	Como soy	10 minutos
<i><u>3ª Parada: Habilidades socioemocionales</u></i>			
14-02-2019	Sesión 12	Inflarse como globos	5 – 10 minutos
14-02-2019	Sesión 13	Escuchamos, y seguimos las indicaciones.	5 minutos
14-02-2019	Sesión 14	Mi receta de la alegría	20 – 25 minutos
21-02-2019	Sesión 15. Repaso de la 2ª parada.	Dar gracias y pedir por favor.	10 – 15 minutos
<i><u>4ª Parada. FINAL: Habilidades de la vida.</u></i>			
21-02-2019	Sesión 16	¿Es importante mi familia?	10 – 15 minutos
21-02-2019	Sesión 17	Diccionario de las emociones.	30 minutos
28-02-2019	Repaso de la 3ª Parada.		

Anexo 3: Actividades

SESIÓN 3: El monstruo de Colores	
Tiempo: 15-20 minutos aprox.	Disposición del aula: Aula de Educación Especial.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none">• Conocer las diferentes emociones.• Relacionar las emociones con los diferentes colores del monstruo.	
Desarrollo: <p>Veremos y escucharemos el cuento del monstruo de colores para que vaya sabiendo cuales son las emociones. Una vez que acabe que nos cuente después que le ha parecido y hacerle una serie de preguntas para ver si se acuerda cual era la relación de cada color con la emoción:</p> <ul style="list-style-type: none">• ¿Cómo se sentía el monstruo cuando estaba rojo?• ¿De qué color es la alegría?• ¿Cuál es tu monstruo favorito? <p>Después veremos un vídeo de una representación en un colegio.</p>	
Otras actividades: <p>Durante las diferentes sesiones, para ir intercambiando y recordando las emociones se va a ir pintando el monstruo de colores según la emoción. Para que una vez finalizado lo pueda llevar a su casa para así usarlo y reforzarlo con su familia.</p>	
Recursos: <ul style="list-style-type: none">• https://www.youtube.com/watch?v=S-PTa20NNrI• Equipo de música.• Ordenador.• https://www.youtube.com/watch?v=UHnrC_AI0HQ	

A continuación están las fichas del monstruo de colores:

Emoción: Amor



Color: Rosa

Emoción: ALEGRÍA



Color: AMARILLO

Emoción: RABIA



Color: ROJO

Emoción: CALMA



color: VERDE

Emoción: TRISTEZA



Color: AZUL

Emoción: Miedo



Color: Negro

SESIÓN 4: El Botiquín de las Emociones

Tiempo:

40-50 minutos

Disposición del aula:

Aula de Educación Especial.

Objetivos:

- Transformar cualquier malestar en alegría.
- Aprender a curar a otro compañero con las herramientas de dicho botiquín.

Desarrollo:

Es necesario que se encuentre en un lugar accesible al alcance de todos. Un niño puede curar a otro niño o a un adulto si fuese necesario. Para ello hay que recopilar primero información sobre lo que le pasa al paciente, preguntarle cuál es su dolor o su problema, para darle un diagnóstico.

Este botiquín se puede usar en la clase, una vez que se les haya explicado cómo funciona todo. Se les explicará paso a paso lo que contiene el botiquín.

El contenido del botiquín será lo siguiente:

- Una cara para poderle cambiar las expresiones faciales (ojos, cejas, boca...).
- Pedorretas lanzarrisas. Son un remedio infalible ante un ataque de tristeza.
- Chapa antitimidéz y antiverguenza: El paciente se la pone y sale al recreo o a otras clases con ella. Los demás niños le preguntarán por qué la lleva y ha de contestar a todos de una manera correcta y educada.
- Pelota antirrábica. Ideal cuando el paciente está demasiado enfadado. La lanzará un par de veces hasta que se calme. Por supuesto, deberá de recogerla él.
- Galletitas saldas curaangustia. Son el complemento ideal después de la toalla recoge lágrimas. Antes de tomarse se han de secar todas lagrimas.
- Tiritas Pegabesos. Curra la mayoría de los males de forma rápida.
- Gasas abrazadoras. Para poder abrazarse, deberán de ser gasas largas. Si es posible se abrazaran por parejas o en grupos con ella.
- Toalla recogelágrimas. Su función es recoger las lágrimas como bien el nombre indica, podemos usar tiritas pegabesos o gasas abrazadoras, si somos incapaces de cortar el mar de lágrimas.

- Spray antimiedo. El paciente puede cogerlo cuando tenga miedo y echarse un poco en la cabeza.
- Frasco de la calma. Sirve de complemento a la pelota antirrábica. Cuando el paciente está calmado, es el momento de cogerlo.
- Gusano relajante. Tiene el mismo fin que el frasco de la calma. Se puede usar indistintamente, según la preferencia del paciente. Apretamos, tocamos el gusano de forma suave hasta que estemos totalmente relajados.
- Pastillas antifrustración. Tomando una, ayuda a solucionar este problema. Si la frustración es muy grande, se pueden tomar dos. Pero nunca se puede tomar más de la dosis recomendada.
- Caleidoscopio mágico. Cuando estás muy aburrido, mira por él e imagina cosas bonitas.

Si el paciente está muy enfermo, se le hará una receta médica y le pondremos un tratamiento para que lo siga en su casa.

Otras actividades:

Realizaremos el frasco de la calma. El frasco es un simple bote de plástico lleno de agua, pegamento y brillantina, que es agitado frente a sus ojos con la intención de desviar su atención hacia los movimientos del líquido. Acompañando la acción de un tono cordial e instrucciones sobre su respiración, iremos concentrando al niño en el objeto consiguiendo que se calme.

También podemos trabajar con la cara, y las diferentes pegatinas de cejas, boca, ojos las distintas emociones para reforzarlas.

Recursos:

- 1 bote con tapa dura.
- 1 o 2 cucharadas de pegamento con brillantina de color.
- 3 o 4 cucharaditas de brillantina de color.
- 1 gota de colorante alimentario.
- Agua caliente.
- Champú infantil transparente.
- Cola caliente.

- Pegamento (para sellar la tapa y que no se pueda abrir).
- Cara, con diferentes ojos, boca, cejas...
- Velcro.
- Chapa.
- Pelota
- Galletas saladas.
- Tiritas de dibujos.
- Gasas.
- Toalla pequeña.
- Pastillas Smint de fresa.
- Spray.
- Gusano.
- Caleidoscopio.
- Cartón del rollo del papel higiénico.
- Pegatinas.
- Receta.

SESIÓN 7: Me Calmo	
Tiempo: 20-30 minutos aprox.	Disposición del aula: Aula de Educación Especial.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Calmar las emociones negativas. • Aprender la relajación. • Estar tranquilos y calmados. 	
Desarrollo: <p>Cierro los ojos y respiro profundamente, centrándome en la respiración (puedo ayudar contando hasta 10). Si no es posible, que cierre los ojos lo realizaremos con un frasco de la calma y estrellitas que sabemos que lo relaja. Cada vez que vamos soltando el aire nos imaginamos un globo que se va desinflando. Cambiamos los pensamientos que están en nuestra cabeza por otros agradables, aunque tenga que ver con otra cosa (pensamos en lo que nos gusta, en algo bueno).</p>	

Hablamos y explicamos esas emociones y pensamientos, sin alterarnos. Cuando creamos que nos estamos alterando un poco volvemos a respirar y a calmarnos.

Otras actividades:

También podemos trabajar en un ratito otra sesión: **¿Cómo me siento cuando estoy enfadado? ¿Cómo cambia mi cuerpo?**

Siento que no puedo controlarme (impulsividad, falta de control...) ¿Qué les pasa a nuestros músculos cuando nos enfadamos? Por ejemplo: cerramos el puño, tenso mis músculos de la mandíbula, frunzo el ceño, la respiración se vuelve agitada y rápida, el corazón se acelera y late más rápido. Se me pone la cara roja, tengo ganas de gritar, hablo más rápido.

También se puede trabajar en casa para reforzar trabajo que hacemos en el aula.

Recursos:

- https://www.youtube.com/watch?v=Ew_NIBZsM2E
- Equipo de música.
- Ordenador.
- Pantalla digital.
- Ficha de la actividad.

Identificar las Emociones

¿Cómo cambia mi cuerpo cuando me enfado?



SESIÓN 8: Mi Termómetro Emocional.

Tiempo:

20-30 minutos aprox.

Disposición del aula:

Aula de Educación Especial.

Objetivos:

- Expresar a través del termómetro como se sienten emocionalmente.

Desarrollo:

De primeras propuse que me contase como se sentía ese día y, aunque parezca mentira, al principio le resultaba difícil expresar como se sentía y por qué.

Fabricaremos el termómetro de las emociones en el que cada día indicaremos al entrar en clase con una foto de cada alumno como se sienten, una manera de acercarnos a ellos y entender los comportamientos que pueden venir procedidos a causa de su estado de ánimo.

Recursos:

- Folios en blanco.
- Pinturas de colores.
- Pegamento.
- Fotos alumnos.
- Cartulinas de colores.
- Papel adhesivo para plastificar.
- Fotografías de los alumnos.
- Velcro.

EL TERMÓMETRO DE LAS EMOCIONES



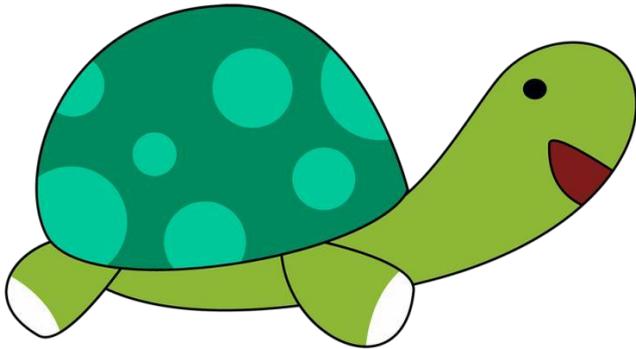
PREOCUPADO

INQUIETO

**BIEN
TRANQUILO**

GENIAL

FELIZ
CONTENTO
ENTUSIASMADO



SESIÓN 10: Diario de las Emociones Positivas	
Tiempo: 10 minutos aprox.	Disposición del aula: Aula Educación Especial.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none">• Expresar las emociones.	
Desarrollo: Será la tarea de la semana, tiene que crear un diario de las emociones positivas. Tienes	

que escribir todos los días **UNA COSA POSITIVA** que te haya pasado y **cómo te has sentido**. Cómo nos cuesta un poquito escribir todavía, nos ayudarán los mayores a hacerlo. Lo haremos antes de ponernos el abrigo para salir del colegio. Una cosa positiva es algo que te gustó mucho de eses día, puede ser una cosa importante o una cosa pequeña. Algún ejemplo: hoy hemos visto una obra de teatro y me ha gustado mucho.

Se anotarán en una ficha que les entregará el profesor. Al día siguiente compartiremos las emociones positivas, con todos los compañeros. El fin de semana se lo llevarán a su casa, para realizarlo con sus familias y el lunes lo traerán de vuelta, hablaremos sobre ello.

Otras actividades:

Recursos:

- Ficha de tarea.
- Lapicero.

FICHA:

Escribe aquí cosas positivas y tus emociones positivas de cada día.

<u>LUNES</u>
<u>MARTES</u>
<u>MIÉRCOLES</u>
<u>JUEVES</u>
<u>VIERNES</u>
<u>SÁBADO</u>
<u>DOMINGO</u>

SESIÓN 13: Escuchamos, y seguimos las indicaciones.

Tiempo: 5 minutos aprox.	Disposición del aula: Aula de Educación Especial.
Objetivos:	

<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la escucha activa. • Seguir las indicaciones mediante la escucha activa.
<p>Desarrollo:</p> <p>Es una actividad que tenéis que seguir las indicaciones que os indique, quiero comprobar si me entendéis bien. Yo digo algo y hacéis lo que entendéis. Vamos a ver:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ponerse en pie. • Levantarse. • Tocarse la nariz. • Mirar a la ventana. • Mirar al techo. • Tocarse los pies. • Enseñamos los dientes. • Aplaudimos. • Echamos una sonrisa. • Cerramos un ojo. • Hacemos como que lloramos. • Nos tocamos el codo y rascamos el pelo. • Al finalizar haremos unas preguntas: <p>¿Qué os ha parecido la actividad? ¿Me habéis entendido? ¿Os gusta escuchar? ¿A veces cuando escucháis os equivocáis? ¿Os gusta que os escuchen?</p>
<p>Otras actividades:</p> <p>Se puede variar la actividad, y que la haga con los ojos cerrados.</p>
<p>Recursos:</p>

SESIÓN 14: Mi Receta de la Alegría.	
<p>Tiempo:</p> <p>20-25 minutos aprox.</p>	<p>Disposición del aula:</p> <p>Aula de Educación Especial.</p>
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer mejor a uno mismo y a los demás. • Descubrir las cosas importantes para cada uno. 	
<p>Desarrollo:</p> <p>En esta sesión vamos a escribir cada uno nuestra receta para lograr la felicidad.</p>	

Debemos primero pensar en que ingredientes necesita nuestra receta y luego pondremos las cantidades de cada uno. Después podemos compartirlas con los demás. Tendremos una serie de pictogramas realizados a ordenador para que coja los que quiere para su receta, los pictogramas serán los siguientes:

- Amigos.
- Familiar.
- Amor.
- Risas.
- Excursión.
- Dibujos.
- Jugar.

Otras actividades:

Recursos:

- Folios en blanco.
- Pinturas.
- Velcro.
- Rotuladores.
- Pictogramas.

SESIÓN 15: Dar gracias y pedir por favor.

Tiempo:

10-15 minutos aprox.

Disposición del aula:

Aula de Educación Especial.

Objetivos:

- Aprender en que situaciones hay que decir gracias y en cuales pedir perdón.
- Ser educado.
- Desarrollar la empatía y ponerse en lugar del otro.

Desarrollo:

Se le entregará una ficha en la cual se indicarán diferentes situaciones que se pueden dar en la vida cotidiana, y tendrá que pensar si es dar las gracias o pedir perdón.

Otras actividades:

Recursos:

- Ficha de la actividad.
- Gomet amarillo.
- Gomet azul.

FICHA:

Marca con el Gomet de color Amarillo si es hay que dar las gracias y con el Gomet de color Azul si hay que pedir por favor:



Mamá nos da un regalo:

- Pedir por favor.
- La damos las GRACIAS.

Pedimos un vaso:

- Por favor.
- Damos las gracias.



Pedimos al niño que si nos puede dejar el pincel.

¿Qué tenemos que decirle?

- Me puedes dejar el pincel, por favor.
- Gracias.





Tenemos que preguntar ¿qué hora es?:

- Puede decirme que hora es, por favor.
- Damos las gracias.

SESIÓN 17: Diccionario de las emociones.	
Tiempo: 30 minutos aprox.	Disposición del aula: Aula de Educación Especial.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer las diferentes emociones. • Reforzar vocabulario emocional. • Aprender expresión física y no verbal de las emociones. 	
Desarrollo: <p>Cogeremos diferentes fotografías con personas, niños o personajes de dibujos animados expresando una emoción y los niños deben identificar la emoción y clasificar las imágenes. Las fotografías se buscarán juntos en revistas, periódicos, internet... Empezaremos con las emociones básicas (alegría, tristeza, enfado, amor) e iremos ampliando progresivamente a otras emociones más complejas.</p> <p>Después las pegaremos en una página de una cartulina y escribiremos en grande el nombre de la emoción que representan. También a medida que vamos haciendo esto con cada emoción, hablaremos un poquito de ella como se manifiesta físicamente en nuestro cuerpo, qué cosas nos producen está emoción, que pensamientos nos provoca...</p>	
Otras actividades:	
Recursos: <ul style="list-style-type: none"> • Cartulina. 	

- Revistas.
- Periódicos.
- Internet.
- Ordenador.
- Proyector.
- Pizarra digital.
- Tijeras.
- Pegamento.
- Rotuladores.

Anexo 5: Debo o no debo hacerlo.

Marca en las casillas con un gomet de carita verde las acciones que debemos hacer para solucionar bien los conflictos, y con un gomet con carita roja para las que no están bien.

1. Tiró del pelo a mi compañero con el que me he enfadado.



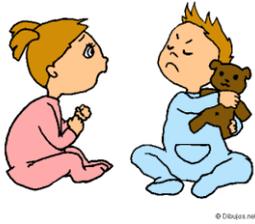
2. Cuento hasta 10 porque estoy enfadado y luego ya hablo con mi compañero.

3. Me enfado con mi compañero, y ya no quiero hablarlo ni ser su amigo.

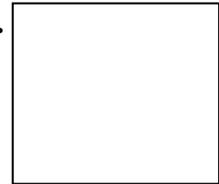


4. Hablo con la profesora para que nos ayude a solucionarlo.

5. Si me quitan un juguete, me enfado y me pongo a chillar al compañero.

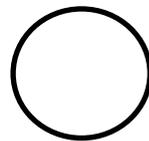


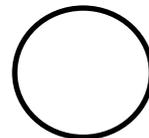
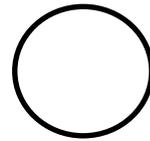
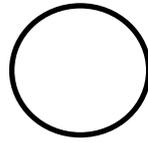
6. Ayudo a mi compañero a recoger sin enfadarnos el uno con el otro.

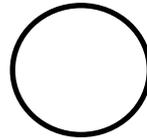
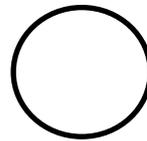
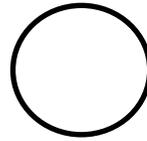
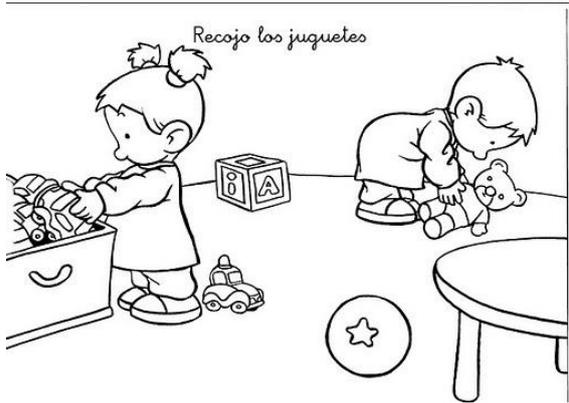


Anexo 4. Ya sé hacer muchas cosas.

Colorea con verde las cuatro cosas que haces mejor, y con naranja las cuatro cosas que haces peor.







Anexo 6: Registro de conducta de nuestro alumno antes de la intervención.

	A VECES	BASTANTE	MUCHO
Hace ruido cuando no debe.		X	
Excitación e impulsividad.			X
Suele estar nervioso.			X
Su comportamiento es imprevisible.			X
Molesta a sus compañeros físicamente.	X		
Se enfrenta a los profesores.		X	
Protesta fácilmente.		X	
Cambia de humor fácilmente.			X
Comportamiento explosivo, con brotes de			X

temperamento.			
Agresividad física (morder, empujar, tirar...).	X		
Agresividad verbal (insultos) como respuesta al enfado.		X	
Busca llamar la atención de los compañeros.		X	
Busca llamar la atención del profesor.			X
Se opone a la autoridad.			X
Desafía a la autoridad.			X
Atrevido con los mayores.			X
Dificultad para permanecer sentado.		X	
Interfiere en las actividades de la clase.	X		
No respeta turno en actividades grupales.	X		
Se mueve constantemente.			X
Dificultad para adecuar su comportamiento al contexto.			X
Irritable, exigente y fácilmente frustrable.			X
Soluciona problemas gritando, retando y golpeando.		X	
Ansioso.		X	
Necesita supervisión constante.			X
No se concentra en tareas asignadas.		X	
Se distrae fácilmente.			X
Corto tiempo de atención.			X
Comienza actividades sin escuchar las instrucciones.		X	

Anexo 7: Evaluación del alumnado.

Señale el grado en que el alumno realiza las conductas que se indican. Utilice para ello

las siguientes categorías:

I: Iniciado

ED: En Desarrollo

C: Completado

Evaluación antes de realizar la Intervención

<i>Crterios</i>	I	ED	C
Se relaciona adecuadamente con los compañeros y el profesor.		X	
Respeto las normas			

de clase.	X		
Expresa e identifica sentimientos y emociones.	X		
Permanece sentado realizando la tarea sin interrupciones.	X		
Reconoce las habilidades sociales básicas: saludos, pedir por favor, dar las gracias.	X		
Expresa oralmente sus deseos y necesidades.	X		
Comprende y realiza órdenes sencillas.		X	
Aprende canciones acompañadas de gestos y movimientos.		X	
Reconoce los elementos de la cara en las diferentes emociones.	X		
Conoce y respeta las normas básicas del intercambio comunicativo.	X		
Se siente integrado dentro del grupo – aula.			X
Tiene una imagen positiva de sí mismo.	X		
Es capaz de controlar sus impulsos antes de tomar una decisión.	X		
Realiza expresiones de afecto y cariño a sus compañeros.			X
Es sensible ante los problemas de sus compañeros.		X	

Evaluación después de la Intervención:

<i>Crterios</i>	I	ED	C
Se relaciona adecuadamente con los compañeros y el profesor.		X	
Respeta las normas de clase.		X	
Expresa e identifica sentimientos y emociones.		X	
Permanece sentado realizando la tarea sin interrupciones.	X		
Reconoce las habilidades sociales básicas: saludos, pedir por favor, dar las gracias.		X	
Expresa oralmente sus deseos y necesidades.		X	
Comprende y realiza órdenes sencillas.			X
Aprende canciones acompañadas de gestos y movimientos.			X
Reconoce los elementos de la cara en las diferentes emociones.		X	
Conoce y respeta las normas básicas del intercambio comunicativo.		X	
Se siente integrado dentro del grupo – aula.			X
Tiene una imagen positiva de sí mismo.		X	
Es capaz de controlar sus impulsos antes de		X	

tomar una decisión.			
Realiza expresiones de afecto y cariño a sus compañeros.			X
Es sensible ante los problemas de sus compañeros.			X