



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

MENCIÓN EN EDUCACIÓN ESPECIAL

TRABAJO DE FIN DE GRADO:

**Propuesta de intervención educativa para el alumnado
con necesidades educativas especiales desde las
aportaciones de la Psicología Positiva**

AUTORA: D. ^a NOELIA CARNERO CARTUJO

TUTOR: Prof. Dr. D. JAIME ANTONIO FOCES GIL

Curso 2020-2021

RESUMEN

El presente trabajo está centrado en las aportaciones que puede hacer la psicología positiva, rama de la psicología focalizada en el bienestar de las personas, al trabajo que los docentes realizamos con las personas que tienen discapacidad intelectual. Martín Seligman, considerado mentor de esta corriente, ha investigado sus múltiples beneficios, entre los que destacan los descubiertos en el ámbito educativo. Por ello se ha basado este TFG en la psicología positiva aplicada a la educación, en el entorno de un aula ordinaria que incluye entre sus alumnos a personas con discapacidad intelectual. Para ello se han elaborado diversas actividades, integradas en un programa de intervención, que pretenden desarrollar elementos competenciales relacionados con el ámbito emocional del alumnado, incluido el que presenta discapacidad intelectual

PALABRAS CLAVE:

Psicología positiva, bienestar, Seligman, inclusión educativa, educación emocional.

ABSTRACT

The current research pays attention to the contributions that positive psychology, a branch of psychology primarily focused on people's wellbeing, can make to the work that teachers do with those students with intellectual disabilities. Martin Seligman, a leading authority in this field, has investigated its multiple benefits, namely those applied to the educational realm. Hence, this Final Degree Paper has been grounded on positive psychology applied to education, where intellectual disability students are included in a regular education classroom. To that aim, several activity-based intervention practices have been devised, in order to develop competence elements related to the emotional field of the students, including those with intellectual disabilities.

KEYWORDS:

Positive Psychology, Wellbeing, Seligman, Educational inclusion, Emotional education.

Índice

Tablas y Gráficos	2
1. INTRODUCCIÓN.....	3
2. OBJETIVOS	3
3. JUSTIFICACIÓN	4
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA/MARCO TEÓRICO	10
4.1. La Psicología Positiva	10
a) Concepto de Psicología Positiva (Origen - Actualidad)	10
b) Componentes la psicología positiva	12
c) La psicología positiva en Educación	13
4.2. Discapacidad Intelectual y Psicología Positiva.....	14
a) Concepto Discapacidad Intelectual	14
b) La psicología positiva y la discapacidad intelectual	18
c) Competencias Clave y Psicología Positiva.....	22
4.3. Importancia de la colaboración de la familia y la escuela en la educación emocional del alumnado con Discapacidad Intelectual.....	29
5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA	30
5.1. Justificación	30
5.2. Estructura	31
5.3 Virtudes.....	32
5.4 Contextualización	32
5.5. Objetivos de la intervención.....	33
5.6. Estructura de las sesiones.....	34
5.7. Evaluación	47
6. CONCLUSIONES	49
7. BIBLIOGRAFÍA	51
8. ANEXOS.....	55

Tablas y Gráficos

TABLAS

Tabla 1. Clasificación trastorno del desarrollo intelectual. Fuente: DSM 5	17
Tabla 2. Relación entre Fortalezas Personales y Competencias Básicas.....	22

GRÁFICOS

Gráfico 1. Modelo PERMA.....	28
------------------------------	----

1. INTRODUCCIÓN

Este Trabajo Fin de Grado pretende acercar al ámbito educativo “real”, la psicología positiva. Decimos ámbito educativo real, porque en las propuestas de intervención sobre psicología positiva que podemos encontrar no se hace referencia a la aplicación de esta a la atención a la diversidad, realidad existente en la mayoría de las aulas ordinarias, sino que se trata este tema como algo externo o, en todo caso, añadido a una actividad principal.

Por ello en este trabajo se ha intentado aunar dos temas en principio alejados el uno del otro: la psicología positiva y la atención a la diversidad, con una referencia singular a las personas con discapacidad intelectual.

El trabajo está compuesto por dos grandes bloques. Por una parte, un **marco teórico**, en el cual realizamos un breve recorrido sobre la psicología positiva, su concepto, sus principales figuras teóricas y las aportaciones más notables que han realizado en el ámbito educativo. Los componentes de la psicología positiva y algunas experiencias en educación, tanto a nivel nacional como internacional se tratarán de manera sistemática. Este marco teórico también dedica un apartado a la discapacidad intelectual, y a cómo conjugar este aspecto con la psicología positiva y las competencias del currículum de Educación Primaria.

Como segundo gran bloque, se hace una **propuesta de intervención** con el objetivo de dar pautas para la puesta en práctica en un aula ordinaria de todos los contenidos señalados anteriormente y conseguir, desde el principio pedagógico de la inclusión educativa, alcanzar los beneficios que esta corriente puede aportar a todos los alumnos.

2. OBJETIVOS

El fin último de este trabajo nos lleva a plantearnos diversos objetivos:

En el **ámbito del análisis teórico**:

- Examinar la información sobre el recorrido histórico de esta corriente psicológica, así como las aportaciones de sus principales autores.
- Conocer la psicología positiva desde una perspectiva teórica y los beneficios que puede aportar al ser humano.
- Investigar sobre las experiencias educativas relacionadas con esta vertiente de la psicología.

En el **ámbito de la práctica educativa:**

- Desarrollar una propuesta de intervención basada en los elementos de la psicología positiva que favorezcan el desarrollo global de los alumnos.
- Aunar psicología positiva y educación desde una perspectiva integradora e inclusiva.
- Desarrollar una serie de actividades de las que todo el grupo clase se pueda beneficiar, teniendo en cuenta la atención a la diversidad.
- Mejorar las estrategias de resolución de problemas en los alumnos.
- Interiorizar una relación positiva con el “yo” interior de los alumnos.

3. JUSTIFICACIÓN

La psicología positiva es un tema que se ha estudiado mucho desde el punto de vista del trabajo en las aulas (Bisquerra, 2017). He elegido este tema porque se trata de un paradigma con interesantes implicaciones metodológicas que, tal y como evidencian diversos estudios "experimentar emociones positivas favorece el pensamiento creativo para la solución de problemas interpersonales, promueve la flexibilidad cognitiva, posibilita la toma de decisiones asertivas, desarrolla respuestas de generosidad y altruismo, aumenta los recursos intelectuales y contrarresta la tendencias depresivas" (Greco, Morelato e Ison, 2006, p.81). Aspecto que me parece interesante resaltar ya que marcará el resto de la vida de los alumnos en cuanto a la relación con su "yo" interior, con otras personas, con su contexto más próximo y no tan próximo, así como la capacidad de afrontar y resolver problemas.

Según la teoría de Bronfrenbrenner (1979) cada persona se desarrolla en diferentes ambientes o contextos, en los cuales se hace especialmente importante la relación del ser humano con sus *microsistemas* (denominados así por el autor) como son la familia, los amigos o la escuela. Estos microsistemas se retroalimentan entre sí y con el propio sujeto, estableciendo enlaces y dinámicas, que van a influir de manera directa unos sobre otros. Siguiendo con esta idea, en el caso de los acnees ocurre de la misma forma, influyendo las características especiales del sujeto, en los microsistemas que le rodean como son la escuela y la familia.

Según Ruiz Díaz (2010)"la escolarización representa un momento muy importante en el desarrollo de niños y niñas [...] en ese momento, familia y escuela se constituyen como dos

agentes educativos que deberán trabajar de forma conjunta para favorecer el desarrollo del niño".

No existe un manual oficial para docentes sobre como involucrar a las familias en la vida del centro ni de cómo colaborar en la formación de sus hijos, por ello se hace necesaria la propuesta de intervención que se va a desarrollar en este trabajo junto a las pautas que tener en cuenta por parte de los docentes.

La familia se considera un factor fundamental en desarrollo de los niños, que complementa el trabajo del aula, ya que por sí solo resulta insuficiente. Es el punto de apoyo necesario para una correcta educación en todos los ámbitos. Desde la escuela, se debe incluir a la familia en la vida del centro, ya sea a nivel general en actividades de la comunidad educativa, asociaciones de padres o actividades formativas y, en un nivel más personal, manteniéndola informada de los cambios, los refuerzos, aconsejando y dando información sobre todas las opciones que tienen a su alcance.

Relación con las competencias generales y específicas del grado

Con la elección de la psicología positiva como tema principal de este trabajo se pone de manifiesto la adquisición de las competencias que comprende el Título del Grado en Educación Primaria en la mención de Educación Especial, recogidas en el Reglamento sobre la Elaboración y Evaluación del Trabajo Fin de Grado de la Universidad de Valladolid:

COMPETENCIAS GENERALES

1. Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio –la Educación- que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.

La psicología positiva se incluye dentro de la competencia del conocimiento y comprensión del área de estudio de la educación, para su aplicación práctica. Lo cual incluye terminología educativa específica que nosotros como alumnos debemos conocer, así como las características psicológicas y sociológicas generales de los alumnos en las diferentes etapas, objetivos, contenidos y criterios de evaluación Metodología y técnicas de enseñanza aprendizaje (dentro de las que se incluye directamente la psicología positiva).

2. Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio -la Educación-.

Del mismo modo, la psicología positiva permite poner en práctica los contenidos y conocimientos teóricos adquiridos durante el estudio del Grado para diseñar estrategias enfocadas en la resolución de problemas, analizando los resultados de forma crítica y valorando diferentes opciones que puedan ser más beneficiosas para los alumnos. En este caso la psicología positiva se configura como una apuesta segura hacia la consecución de los objetivos que nos planteemos, pues siempre obtendremos beneficios en mayor o menor medida además de proporcionar al docente experiencia.

3. Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos esenciales (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas esenciales de índole social, científica o ética.

Sobre la psicología positiva hay numerosos estudios científicos que nos proporcionan datos estadísticos de los que podemos extraer conclusiones encaminadas a la mejora en el proceso enseñanza de nuestros alumnos. Estos estudios se obtendrán tanto de fuentes de información tanto primarias como secundarias. Para la realización de este trabajo se estudiarán los resultados y datos obtenidos en los diversos estudios ya realizados, así como la interpretación de ellos de forma que permitan emitir juicios y evidenciar conclusiones sobre temas que beneficien al alumnado y sus familias.

4. Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado

Con este trabajo también se pone de manifiesto la capacidad de poder transmitir ideas a diferentes públicos. Esta práctica nos da tablas para nuestro futuro trabajo docentes. Se trata de adquirir habilidades para comunicarnos de forma eficaz y eficiente con todas las personas que con las que debemos interrelacionarnos, en lengua castellana o extranjera, tanto a nivel oral como escrito, así como a través de diferentes plataformas o programas multimedia, tanto con carácter informativo como de trabajo en grupo con otros profesionales o con alumnos como de recepción de información.

5. Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

Se hace evidente el trabajo autónomo que los alumnos hemos interiorizado durante el estudio del Grado en Educación Primaria, así como la capacidad para la búsqueda de información, para la actualización de conocimientos relacionados con el ámbito educativo o la habilidad para iniciar investigaciones. En relación con la psicología positiva es necesario remarcar que se trata de una forma diferente, creativa o poco común en el ejercicio de nuestra labor como Maestros.

6. Que los estudiantes desarrollen un compromiso ético en su configuración como profesionales, compromiso que debe potenciar la idea de educación integral, con actitudes críticas y responsables; garantizando la igualdad efectiva de mujeres y hombres, la igualdad de oportunidades, la accesibilidad universal de las personas con discapacidad y los valores propios de una cultura de la paz y de los valores democráticos.

Con este trabajo sobre la Psicología positiva se pretende hacer más patente la inclusión de todos los alumnos en las aulas y permitir una igualdad de oportunidades real para todos los alumnos, con una accesibilidad universal, trabajando siempre desde las fortalezas de las personas y no desde sus debilidades. Siempre llevando de la mano la educación en valores, la realidad intercultural y de las personas con discapacidad, desechando cualquier tipo de discriminación, tal y como hemos aprendido a través de nuestros estudios de Grado.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

1. Conocer, participar y reflexionar sobre la vida práctica del aula, aprendiendo a colaborar con los distintos sectores de la comunidad educativa, relacionando teoría y práctica.

En cuanto a las competencias específicas, la psicología positiva se sumerge dentro de la vida cotidiana de los alumnos en relación con la Educación, por ello con este trabajo se pone énfasis en la educación en el contexto familiar, en continua concordancia con el tutor del aula relacionando la teoría y la práctica, y de este modo mejorar en definitiva el proceso e-a educativo. Para ello además del trabajo con la familia, es igual o más importante el trabajo en el aula. Se deben establecer canales de comunicación adecuados a todos los miembros de la comunidad educativa para el beneficio del alumno.

Esta competencia se concreta en el desarrollo de habilidades que formen a la persona titulada para:

Adquirir conocimiento práctico del aula y de la gestión de esta. Como estudiantes que han cursado las materias del Grado de Educación Primaria, ya hemos superado el Prácticum I y Prácticum II, lo que nos ha permitido aprender y observar la gestión de diferentes aulas. Este hecho nos ha otorgado el conocimiento suficiente para que ahora podamos desempeñar la labor docente.

Ser capaces de aplicar los procesos de interacción y comunicación en el aula, así como dominar las destrezas y habilidades sociales necesarias para fomentar un clima que facilite el aprendizaje y la convivencia. Sobre este aspecto la psicología positiva ofrece un gran beneficio sobre el clima dentro del aula, más agradable y con el objetivo de potenciar los aprendizajes de los alumnos en todos los ámbitos de su vida (con su familia, compañeros y todo su entorno)

Controlar y hacer el seguimiento del proceso educativo y, en particular, de enseñanza y aprendizaje mediante el dominio de técnicas y estrategias necesarias
Cursar las diferentes asignaturas del grado, en las cuales hemos tenido que elaborar y diseñar diferentes programaciones y unidades didácticas, nos ha permitido conocer las técnicas necesarias para evaluar y determinar los avances en los alumnos. Este aprendizaje se ha completado durante la realización del Prácticum I Y II, al poder poner en práctica dichas técnicas y así como a adaptarlas a los alumnos con los que hemos convivido en los centros.

Participar en la actividad docente y aprender a saber hacer, actuando y reflexionando desde la práctica, con la perspectiva de innovar y mejorar la labor docente. Los tutores con los que hemos realizado las prácticas, tanto en los centros educativos como los tutores en la Universidad, nos han permitido conocer el quehacer diario en el aula, conocer a los alumnos y trabajar con ellos y para ellos, adaptándonos a sus necesidades y proponiendo alternativas que facilitasen su aprendizaje. Todo un reto que nos ha motivado siempre a buscar nuevas actividades y metodologías, que mejorasen la práctica docente y como consecuencia el aprendizaje del alumnado.

Adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y cooperativo y promoverlo en los estudiantes.

Tan necesario e importante en los alumnos es el aprendizaje autónomo como cooperativo. Con el aprendizaje autónomo los alumnos desarrollan la competencia de aprender a aprender y para ello necesitan un guía que en este caso es el docente. Este hecho proporciona a los alumnos el aprendizaje de estrategias para que más tardes el guía desaparezca y sean ellos mismos los directores de su aprendizaje lo cual resulta muy motivante para ellos. En cuanto al aprendizaje cooperativo, vital para cualquier futura profesión a la que se dediquen nuestros alumnos, resulta sorprendente que sean capaces (utilizando las herramientas adecuadas) de interiorizar rápidamente las técnicas que se les proponen, que mejore su capacidad de estrategia y resolución de problemas y que el compañerismo y sentimiento de pertenencia al grupo aflore de forma de forma natural. Todo ello lo hemos podido observar gracias a la confluencia de teoría y práctica en ambos Prácticum.

Las competencias anteriores, junto con las propias del resto de materias, quedarán reflejadas en el Trabajo fin de Grado que compendia la formación adquirida a lo largo de todas las enseñanzas descritas.

Todas estas competencias han sido adquiridas a través del estudio y trabajo realizados en las diferentes asignaturas del Grado, que ahora se ponen de manifiesto. Las más significativas:

Fundamentos psicológicos y pedagógicos de atención a la diversidad que nos permitió una primera aproximación a la diversidad en educación y la atención a la misma. Con esta asignatura conocimos las tendencias actuales y principios que sustentan las respuestas educativas a la diversidad. También aprendimos a revisar la legislación vigente en cuanto a educación inclusiva, a atención a la diversidad y de las medidas previstas por las administraciones educativas.

Orientación y tutoría con el alumnado y sus familias asignatura a través de la cual aprendimos a relacionar alumno, familia y colegio, y conocimos las diferentes estrategias y competencias necesarias para tutorizar y orientar la atención a alumnos, de acuerdo con su familia y otros profesionales.

Métodos de investigación e innovación educativa a través de ella nos iniciamos tareas de investigación y en el conocimiento científico, con el fin de continuar con nuestro desarrollo profesional y seguir avanzando temas relacionados con el ámbito educativo.

Psicología del aprendizaje en contextos educativos para conocer los diferentes modelos de aprendizaje, potenciarlos y saber adaptarlos a la diversidad del alumno. Así como para desarrollar en el alumnado habilidades sociales y emocionales (empatía, autoestima, asertividad) y detectar problemas incipientes en los alumnos ya sean cognitivos, afectivos o sociales.

Aspectos evolutivos y educativos del deficiente sensorial y motor pone de manifiesto la atención especial y el apoyo necesario al alumnado con necesidad específica de apoyo educativo, prestando atención de forma distinguida a aquellos con necesidades educativas especiales relacionados con los déficits sensoriales y motores. Además, nos ha dado a conocer la legislación vigente, así como el trabajo con las familias de estos alumnos.

Aspectos evolutivos y educativos de los trastornos del desarrollo y discapacidad intelectual. Esta asignatura nos ha dado a conocer conceptos fundamentales en relación con el alumnado con discapacidad intelectual, así como las dificultades de desarrollo complementándolo con el diseño de propuestas de intervención psicoeducativa. Además, se ha tratado el tema de la evaluación y determinación de necesidades educativas específicas de estos alumnos, la realización de adaptaciones curriculares y la resolución de casos prácticos.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA/MARCO TEÓRICO

4.1. La Psicología Positiva

a) Concepto de Psicología Positiva (Origen - Actualidad)

Existe cierto consenso, tal y como afirma en su revisión histórica de la Psicología Positiva Fernández de los Ríos (2008), en considerar a **Maslow** el primero en utilizar el término "Psicología Positiva", aunque, debido a su falta de rigor y uso del método científico, fueron Seligman y otros psicólogos quienes recogieron su legado y organizaron la disciplina.

De este modo, **Maslow** (1954, p. 354) **enuncia el punto de partida** para cambiar el concepto de psicología al señalar que

La psicología nos ha revelado mucho sobre los defectos del hombre, sus patologías y sus pecados, pero muy poco sobre sus potencialidades, sus virtudes, la posibilidad de cumplir sus aspiraciones y todo lo que forma parte de su ascenso

psicológico. Es como si la psicología se hubiera limitado voluntariamente a una sola mitad de su dominio de competencia: la mitad más sombría y más perniciosa.

En los años 80, la mayoría de los estudios y publicaciones relacionados con la psicología continuaban centrándose en los aspectos negativos, así, por ejemplo, hay "136 728 títulos que mencionan la cólera frente a 9510 que tratan de la alegría, la satisfacción o la felicidad" (Ricard Matthieu, 2014).

La psicología positiva tiene su **origen de forma oficial en 1998**, cuando **Martín Seligman**, ya como presidente de la American Psychological Association (APA), introdujo el concepto de esta parte de la psicología en su discurso de investidura. La definición más aceptada en la actualidad, creada por Linley, Harrington y Wood (2006, p.8) describe la psicología positiva como

el estudio científico de las posibilidades de un desarrollo humano óptimo; a nivel meta-psicológico se propone reorientar y reestructurar teóricamente el desequilibrio existente en las investigaciones y prácticas psicológicas, dando mayor importancia al estudio de los aspectos positivos de las experiencias vitales de los seres humanos, integrándolos con los que son causa de sufrimiento y dolor; en un nivel de análisis pragmático, se ocupa de los medios, procesos y mecanismos que hacen posible lograr una mayor calidad de vida y realización personal.

En vista de lo enunciado anteriormente concluimos destacando los siguientes rasgos de la psicología positiva:

- La psicología positiva tiene como fin último lograr el bienestar a todos los niveles de cada persona.
- Se puede aplicar en diferentes áreas (educación, medicina, entorno laboral, etc.), distintas etapas de la vida, así como en diferentes entornos de las personas (familia, ocio,)
- El objetivo es el fomento de las fortalezas personales, de la autoestima, del sentido del humor, de la resiliencia, optimismo y, en definitiva, todos los factores que afectan al bienestar mental de las personas, que repercutirá directamente en su salud general.

b) Componentes la psicología positiva

La psicología positiva está basada en cuatro pilares. Seligman (1998) en su discurso como Presidente de la American Psychological Association (APA), dio nombre a tres de ellos: las **emociones positivas, los rasgos positivos, y las organizaciones positivas**. En los últimos años, autores como Peterson (2006) añaden un elemento más: las relaciones positivas.

El **primer pilar**, compuesto por las Emociones positivas, según Seligman (2002), se refiere a las Experiencias Positivas Subjetivas que clasifica en tres grupos:

- Emociones positivas relacionadas con **el pasado**, es decir pensamientos que tenemos sobre vivencias del pasado, como por ejemplo orgullo, satisfacción personal o agradecimiento.
- Emociones positivas relacionadas con **el presente**, como pueden ser la serenidad, la euforia o el placer
- Y emociones positivas en relación con **nuestro futuro**, como la esperanza, la confianza o el optimismo.

El **segundo de los pilares**, los Rasgos positivos, hace referencia a los aspectos positivos de la personalidad de una persona como son fortalezas del carácter, talentos, intereses o valores. Estos rasgos fueron estudiados más en profundidad al acuñarse el término "flow" y definirse la teoría del flujo como "ese estado en el que uno se siente completamente absorto en una actividad que proporciona placer y disfrute" Csikszentmihalyi (1997), es decir ese estado en el que estamos realizando una actividad, que nos gusta, en la que las ideas van surgiendo rápidamente y se nos olvidan el tiempo y los problemas. Se trata del estado de bienestar.

El **tercer pilar** también fue aportado por Seligman (2002) al hablar de las Organizaciones positivas como pueden ser el Estado, la educación, las empresas, la familia (sociedad) señalando que ellas se deben potenciar las emociones positivas y las fortalezas personales.

Por último, el **cuarto pilar** que son las Relaciones positivas: La presencia de la familia, amigos, intimidad y conexiones sociales.

En definitiva, podemos concluir que la psicología positiva determina que el trabajo personal sobre las emociones positivas, las fortalezas personales y el bienestar, apoyado por

organizaciones positivas y relaciones sociales satisfactorias, favorecen directamente la calidad de vida de todas las personas.

c) La psicología positiva en Educación

Ya que la **psicología positiva** tiene como finalidad el bienestar del individuo en todos sus niveles, es claro que también aporta y enriquece el **ámbito de la educación**. Es por ello por lo que tal y como afirma Bisquerra (2017) deberían incluirse en educación:

Los temas habituales de la psicología positiva [que] son el bienestar, las fortalezas humanas, el flujo, el optimismo, el humor, la creatividad, la resiliencia, la inteligencia emocional, la atención plena o mindfulness, etc. Todos estos contenidos deberían formar parte del currículum académico obligatorio de los estudiantes de primaria y secundaria, así como de la Universidad.

La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de Mayo, de Educación contempla como

finalidad de la educación primaria es proporcionar a todos los niños y niñas una educación que permita afianzar su desarrollo personal y su propio bienestar, adquirir las habilidades culturales básicas relativas a la expresión y comprensión oral, a la lectura, a la escritura y al cálculo, así como desarrollar las habilidades sociales, los hábitos de trabajo y estudio, el sentido artístico, la creatividad y la afectividad. (Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, art. 16.2)

Por tanto, la educación debería contener explícitamente entre sus **finalidades** el bienestar de toda la comunidad educativa, el desarrollo de fortalezas individuales, el flujo, el humor, el optimismo, la inteligencia emocional o el mindfulness. Todo ello **aportaría un mayor beneficio para todos**, y, por ende, **a toda la sociedad**.

Ante esta carencia en el currículum, se ponen en marcha **diferentes experiencias**, entre las que destacamos una nacional y otra internacional, como ejemplos más significativos. En España se inicia el **Programa "Aulas Felices"** (Arguís et al, 2012), dirigido a renovar la práctica educativa teniendo presente el rigor científico.

Este programa está formado por gran cantidad de recursos, dirigidos a alumnos de entre 3 y 18 años y que permite ir renovando y aportando nuevas ideas, a medida que se trabaja con estas actividades. "Aulas Felices" aporta al profesorado estrategias y actividades para "capacitar a los niños y jóvenes, para desplegar al máximo sus aspectos positivos -sus fortalezas personales- y potenciar su bienestar presente y futuro" (Arguís R. y cols., 2012).

Sus propuestas están enfocadas en el desarrollo de tres de las competencias básicas establecidas en el currículum de primaria: competencia de autonomía e iniciativa personal, competencia social y ciudadana y competencia de aprender a aprender. También se pueden trabajar el resto de las competencias, que, aunque se corresponden más con áreas del currículum, se pueden desarrollar con propuestas más concretas en la línea del Programa. El hecho de trabajar todas las competencias Básicas a la vez, con los alumnos, dará lugar a un desarrollo más equilibrado e integral para ellos.

Cabe destacar de entre otras experiencias fuera de España, el trabajo realizado por el **Instituto de Educación Positiva impulsado por la Geelong Grammar School (Australia)**, el cual coloca el bienestar como centro de la Educación. Su sistema de trabajo son programas de enseñanza basados en el aprendizaje de habilidades basadas en evidencias, fomento de la resiliencia y mejora de la eficiencia. Este centro comenzó a trabajar sobre la base de la Educación en positivo hace ya 11 años, y ha podido ofrecer su modelo a escuelas de todo el mundo a la vista de los buenos resultados, con su programa "Currículo Mejorado de Educación Positiva (PEEC)", siempre teniendo presente el éxito y el impacto del proceso Enseñar dependen de la calidad tanto del plan de estudios como de su impartición.

4.2. Discapacidad Intelectual y Psicología Positiva

a) Concepto Discapacidad Intelectual

A continuación, se expone una pequeña introducción sobre el punto de partida de la consideración de Discapacidad Intelectual como parte de la sociedad. Se analizan diferentes definiciones (DSM 5, AAIDD), para observar y analizar sus similitudes y diferencias, y su clasificación.

Si echamos la vista atrás, no hace tantos años que encontramos múltiples acepciones en las cuales se hace referencia a las personas con D.I. como "subnormal", "mongólico" o "idiotia" y un sinnúmero de denominaciones peyorativas hacia estas personas, siempre con el foco puesto en la diferencia y el menosprecio. Hasta el S.XIX no se toma conciencia real de las posibilidades (o potenciales) de estas personas y de este modo se inicia un proceso de integración/inclusión que llega hasta nuestros días. Tomaremos como punto de partida una investigación que nos ha llamado la atención por su singularidad. Fue realizada por Landrat Klausner, médico alemán a partir de la que surgieron otros estudios dirigidos al tratamiento de este problema social que hasta el momento no se había tenido en cuenta

Klausner indagó sobre la historia de la familia de una pordiosera que presentaba retraso mental, nacida en 1740 y ya en el año 1893 había tenido 830 descendientes correspondientes a tres generaciones. En una muestra de 709 de estos, se observó que: 100 habían nacido de relaciones sexuales extramatrimoniales, 142 eran mendigos, 181 se habían dedicado a la prostitución, 76 eran delincuentes comunes e incluso 7 cometieron asesinatos y 46 habían sido mantenidos y cuidados por la sociedad. Los estudios de este eminente médico arrojaron como cálculo que la problemática de la descendencia de esta mujer había costado al Estado cinco millones de marcos y sin embargo la atención social a esta persona, en una institución adecuada socialmente y desde el punto de vista médico educativo hubiese resultado casi insignificante. (Martín Cala, C.M., 2008, pp.67)

En la actualidad, el concepto de **discapacidad intelectual** ha ido evolucionando para dar más cabida en el sistema a estas personas, dejar de estigmatizarlas y darlas un trato de inclusión en la sociedad. Las definiciones más aceptadas provienen de prestigiosas instituciones que se han ido tomando como referencia para la realización de diagnósticos (en el ámbito médico, educativo, etc.) y que van actualizando sus contenidos de forma continua.

El **Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales** (DSM 5, 2013, p.33), considera la Discapacidad Intelectual un trastorno del desarrollo intelectual fundamentado en que

es un trastorno que comienza durante el periodo del desarrollo y que incluye limitaciones del funcionamiento intelectual y del comportamiento adaptativo en los dominios conceptual, social y práctico. Se deben cumplir los tres criterios siguientes para diagnosticar:

A. Deficiencias de las funciones Intelectuales, como el razonamiento, la resolución de problemas, la planificación, el pensamiento abstracto, el juicio, el aprendizaje académico y el aprendizaje a partir de la experiencia, confirmados mediante la evaluación clínica y pruebas de inteligencia estandarizadas individualizadas.

B. Deficiencias del comportamiento adaptativo que producen fracaso del cumplimiento de los estándares de desarrollo y socioculturales para la autonomía personal y la responsabilidad social. Sin apoyo continuo, las deficiencias adaptativas

limitan el funcionamiento en una o más actividades de la vida cotidiana, como la comunicación, participación social, vida independiente en los múltiples entornos.

C. Inicio de las deficiencias intelectuales y adaptativas durante el periodo del desarrollo.

Por su parte, la **Asociación Americana de discapacidades intelectuales y del desarrollo** (AAIDD, 2011), nos aporta la siguiente definición:

La discapacidad intelectual se caracteriza por limitaciones significativas tanto en funcionamiento intelectual, como en conducta adaptativa, tal y como se ha manifestado en habilidades adaptativas, conceptuales y prácticas. Esta discapacidad se origina antes de los 18 años

Al igual que en el caso del DSM 5 , la definición va acompañada de cinco premisas para el diagnóstico:

- A. Las limitaciones en el funcionamiento presente deben considerarse en el contexto de ambientes comunitarios típicos de los iguales en edad y cultura.
- B. Una evaluación válida ha de tener en cuenta la diversidad cultural y lingüística, así como las diferencias en comunicación y en aspectos sensoriales, motores y conductuales.
- C. En una persona, las limitaciones coexisten habitualmente con capacidades.
- D. Un propósito importante de la descripción de limitaciones es el desarrollo de un perfil de necesidades de apoyo.
- E. Si se mantienen apoyos personalizados apropiados durante un largo periodo, el funcionamiento en la vida de la persona con discapacidad intelectual generalmente mejorará.

En la **Clasificación Internacional de Enfermedades** (CIE 11, 2019) encontramos como definición de los trastornos del desarrollo intelectual la siguiente,

Grupo de afecciones etiológicamente diversas originadas durante el periodo del desarrollo y caracterizadas por un funcionamiento intelectual y comportamiento adaptativo significativamente inferiores al promedio, que son aproximadamente de

dos o más desviaciones típicas por debajo de la media (aproximadamente menos del percentil 2,3), de acuerdo con pruebas estandarizadas debidamente normalizadas y administradas individualmente. Si no se dispone de pruebas estandarizadas y normalizadas, el diagnóstico de los trastornos del desarrollo intelectual requiere una mayor confianza en el juicio clínico con base en una evaluación apropiada de indicadores comparables del comportamiento.

Como **denominador común** de las tres definiciones, podemos concluir que coinciden en considerar los déficits en el funcionamiento intelectual, déficits en el funcionamiento adaptativo y que su inicio se produce en el período de desarrollo.

En cuanto a las **diferencias**, el momento de aparición sería una de ellas. El DSM 5 nos indica que para ser clasificado un trastorno como D.I. debe comenzar durante el periodo del desarrollo, la AAIDD establece que debe aparecer antes de los 18 años. El CIE 11 marca que debe originarse durante el periodo del desarrollo. Otra de las diferencias más significativas es que por parte del DSM 5 y de la AAIDD se establecen 5 criterios para el diagnóstico además de apuntar en el concepto a los déficits en el funcionamiento intelectual, la función adaptativa y el funcionamiento social, conceptual y práctico; por parte del CIE 11 no se establecen criterios diagnósticos en consonancia con los de DSM 5 y la AAIDD sino que se hace referencia a test estandarizados para comparar los resultados con los de la población "normal". El CIE 11 tampoco tiene en cuenta el funcionamiento social, conceptual y práctico.

La clasificación de las personas con D.I. se puede realizar teniendo en cuenta diferentes criterios: los apoyos necesarios, el C.I., la etiología, etc.... En este caso nos centraremos en el nivel de inteligencia que, junto con las características propias de cada alumno, nos indicarán la intensidad de los apoyos, lo que va a marcar nuestro trabajo como docentes.

Tabla 1. Clasificación trastorno del desarrollo intelectual

Nivel de gravedad	Criterio (C.I.)
LEVE	50-55 / 70
MODERADO	35-40 / 50-55
GRAVE	20-25 / 35-40
PROFUNDO	< 20-25

Fuente: Elaboración propia a partir del DSM 5

El DSM 5 establece la jerarquización respecto al funcionamiento intelectual. Este criterio marca los diferentes niveles de gravedad, que los obtenemos como resultado de dividir la edad mental entre la edad cronológica multiplicada por 100, para obtener los resultados porcentuales de C.I., que nos permiten incluir a cada sujeto en las categorías enunciadas.

Toda **esta comparativa académica** nos acerca a las personas con D.I. pero **dista de la realidad** que conocemos en nuestra práctica docente. Cuando comenzamos a trabajar con ellos, a conocerlos, en lugar de encontrar similitudes entre estas personas, observamos que cada uno es diferente y tiene características distintas aun estando dentro de una misma categoría, lo que nos hace reflexionar descubriendo que, aunque tengamos unas líneas conductoras para enfocar nuestro trabajo como docentes, siempre tendremos que adaptar cada actividad a cada individuo, pues la realidad es que son único, como el resto de los seres humanos. Además, sus necesidades irán cambiando a lo largo de la vida según su evolución, sus apoyos, la implicación por parte de las personas que trabajen con ellos y de la familia, lo que nos va a obligar a estar en un continuo cambio para adaptarnos a sus necesidades.

b) La psicología positiva y la discapacidad intelectual

Tal y como hemos descrito anteriormente, en el apartado de los componentes de la psicología positiva, todas las personas pueden recibir beneficios de la psicología positiva, por ello si más aún cabe las personas con discapacidad. En el caso de personas con discapacidad intelectual, es necesario un aporte extra de empuje, de positividad y de motivación ya que en la mayoría de los casos su autoestima está en niveles bajos debido a las diferencias y dificultades que presentan, respecto del resto de compañeros de clase, hermanos, etc. De ahí, que la propuesta de intervención la centraremos en las emociones positivas, las fortalezas personales y el bienestar como ejes principales para desarrollar una autoestima fuerte en el alumnado.

A continuación, concretaremos cuáles son esas emociones positivas y fortalezas personales, así como especificaremos los factores que pueden proporcionar bienestar en la persona.

EMOCIONES POSITIVAS

Este tipo de emociones han sido estudiadas en menor medida que las emociones negativas, aspecto en el que se centraba la psicología hasta que entró en juego la psicología positiva de la mano de Martin Seligman (2002).

Bárbara Fredrickson (1998) siguiendo la línea de Seligman, ha realizado diversos estudios en torno a este tema, estableciendo que las emociones positivas son aquellas que están orientadas a la felicidad y a la mejora de la calidad de vida del ser humano. Establece como tales las 10 siguientes: la alegría, la gratitud, la serenidad, la diversión, la esperanza, la admiración, el interés genuino, el orgullo, la inspiración y el amor, como emoción integradora.

FORTALEZAS PERSONALES

Martín Seligman (2002) establece como segundo componente de la psicología positiva los rasgos positivos, que se traducen en las virtudes y fortalezas humanas indispensables para tener una buena calidad de vida.

Seligman y Peterson (2004) crearon un sistema de clasificación que permitía el registro y baremación de esas fortalezas. Esta clasificación se encuentra en *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification* (Fortalezas y virtudes del carácter. Un manual y una clasificación), donde establecen un total establecen 6 virtudes, de las que subyacen 24 fortalezas personales que las caracterizan. A continuación se presentan todas ellas:

SABIDURÍA Y CONOCIMIENTO. De esta virtud surgen 5 fortalezas que implican el uso y adquisición del conocimiento:

1. Creatividad: Se refiere a la originalidad y el ingenio en todas las actividades

2. Curiosidad: En relación con el interés por saber más sobre cualquier aspecto.

3. Apertura Mental: Se corresponde al espíritu crítico y la capacidad de cuestionarse todo de forma que ayude a comprender y a tomar decisiones.

4. Amor por el aprendizaje: Interés por aprender en todo momento y sobre cualquier tema, aumentando los conocimientos.

5. Perspectiva: Comprende la sabiduría que debemos tener para enfocar los conocimientos de forma que nos ayuden a entender.

CORAJE. Compuesto de las fortalezas que nos impulsan a la acción en situaciones adversas.

1.Valentía: Referente al valor para realizar acciones que suponen dificultad o plantean un hándicap

2. Perseverancia: En relación con la constancia que debemos mantener a la hora de conseguir un objetivo.

3. Integridad: Ser honesto y realizar acciones acordes con nuestros pensamientos y valores personales.

4. Vitalidad: La energía positiva y la fuerza con la que nos enfrentamos a las acciones o tareas que debemos realizar.

HUMANIDAD. Se trata de la virtud que nos acerca a las personas que nos rodean a través de la empatía, la capacidad de ponerse en el lugar del otro. Se extraen 3 fortalezas:

1. Amor: Comprende la capacidad de amar y ser amado por los demás.

2. Amabilidad: Capacidad de ser agradable con el otro, atento y bondadoso.

3. Inteligencia social: En relación con la inteligencia emocional y la empatía, de forma que seamos capaces de ponernos en el lugar del otro y comprender su situación.

JUSTICIA Virtud compuesta por 3 fortalezas humanas enfocadas en la convivencia agradable

1. Ciudadanía: Responsabilidad para con la sociedad y el mundo en que vivimos.

2. Sentido de la Justicia: Contribuir a la equidad e igual trato y oportunidades para todos.

3. Liderazgo: Capacidad de plantear y trabajar con actividades que procuran el bien común.

MODERACIÓN. Esta virtud hace referencia al autocontrol de la persona. Está compuesta por 4 fortalezas:

1. Capacidad de perdón: Perdonar dejando de lado el rencor.

2. Humildad: Referente a la capacidad de no mostrar con ostentación las virtudes.

3. Prudencia: Capacidad de ser discreto, cuidadoso a la hora de hablar.

4. Autocontrol: Fortaleza que consiste en controlar nuestros propios pensamientos y acciones.

TRASCENDENCIA. Compuesta por las fortalezas que marcan momentos importantes en la vida de una persona:

1. Apreciar la excelencia y la belleza: Capacidad de asombro y de admiración

2. Gratitud: Referente a ser agradecido y dar gracias.

3. Esperanza: Ver la vida desde la perspectiva de la positividad y el optimismo

4. Sentido del Humor: Referente a la risa, a la complicidad y capacidad de divertirse desde la alegría y el optimismo.

5. Espiritualidad: Hace referencia al sentido de la vida, religión.

Existen otras clasificaciones, he elegido esta de Seligman y Peterson (2004) porque me parece la más completa y permite de forma sencilla comprender a que se refiere cada fortaleza y virtud.

EL BIENESTAR

El bienestar se refiere a la satisfacción del individuo consigo mismo, con su entorno social y cultural y, se relaciona con la salud mental y física (Hervás, 2009).

Seligman en 2011 reformula su teoría y establece el denominado modelo PERMA, en el que explica los componentes del bienestar humano. PERMA son las iniciales de los cinco componentes del bienestar humano: *Positive emotion* (emoción positiva), *Engagement* (entrega), *Relationships* (relaciones), *Meaning and purpose* (sentido) y *Accomplishment* (logros). A continuación los describimos:

POSITIVE EMOTION: Emociones positivas que nos proporcionan bienestar como pueden ser el amor, la satisfacción, la gratitud o la esperanza.

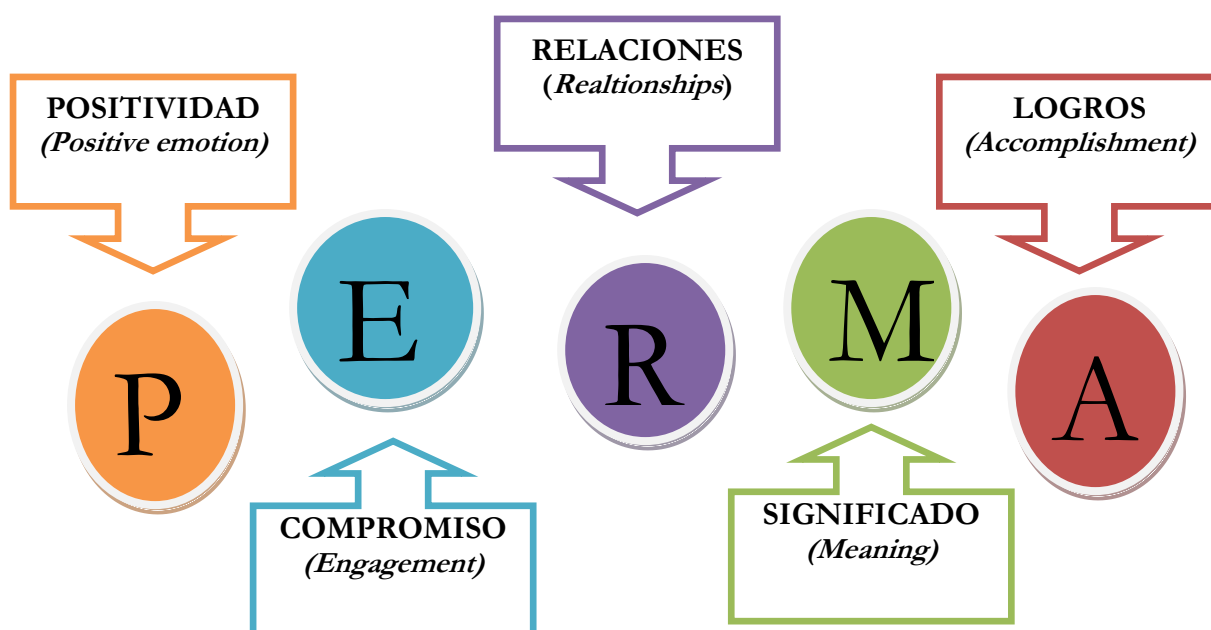
ENGAGEMENT: Compromiso con nosotros mismos y con nuestras fortalezas humanas. Se trata de un estado de armonía que nos permita entrar en el modelo de flujo "flow"(descrito anteriormente).

RELATIONSHIPS: Relaciones positivas. Es el último componente del bienestar que incluyó Seligman, después de concluir a partir de estudios que las personas con relaciones positivas son más felices.

MEANING AND PURPOSE Objetivo y propósito. Referente a las metas u objetivos que nos planteamos y las metas que alcanzamos. El hecho de dar sentido a nuestra vida nos produce bienestar.

ACCOMPLISHMENT: Logros y éxito. Este componente incluye establecer metas que van a enriquecer nuestra autonomía y por consecuencia nuestra autoestima, ya que mejoran nuestras capacidades.

Gráfico 1. Modelo PERMA



Fuente: Elaboración propia.

c) Competencias Clave y Psicología Positiva.

Las competencias clave resultan esenciales en el currículum actual. Dentro de la **psicología positiva** se desarrollan en mayor medida la **Competencia de sentido de la iniciativa y el espíritu emprendedor**, **Competencia social y cívica** y la **Competencia para aprender a aprender** ya que se pueden trabajar de forma transversal en todas las áreas y no son tan específicas como el resto de las competencias. Las demás competencias van más ligadas a áreas específicas en el currículum de Educación Primaria pero también se pueden desarrollar con actividades concretas relacionadas con la psicología positiva. El tratamiento global de todas las competencias permitirá un desarrollo equilibrado e integral de los alumnos.

A continuación, repasamos los elementos constituyentes de cada una de estas tres competencias:

Competencia de sentido de la iniciativa y el espíritu emprendedor (denominada anteriormente C. de autonomía e iniciativa personal)

Esta competencia implica la capacidad de transformar ideas en actos. Consiste en usar los métodos y materiales necesarios para conseguir los objetivos propuestos. Con ello creamos ciudadanos emprendedores, dentro de todos los ámbitos que sean necesarios, tanto dentro de una empresa como fuera de esta, como mero ente social.

Contenidos

Los contenidos que hay que priorizar en esta competencia son:

- La capacidad creadora y de innovación: creatividad e imaginación; autoconocimiento y autoestima; autonomía e independencia; interés y esfuerzo; espíritu emprendedor; iniciativa e innovación.
- La capacidad proactiva para gestionar proyectos: capacidad de análisis; planificación, organización, gestión y toma de decisiones; resolución de problemas; habilidad para trabajar tanto individualmente como de manera colaborativa dentro de un equipo; sentido de la responsabilidad; evaluación y autoevaluación.
- La capacidad de asunción y gestión de riesgos y manejo de la incertidumbre: comprensión y asunción de riesgos; capacidad para gestionar el riesgo y manejar la incertidumbre.
- Las cualidades de liderazgo y trabajo individual y en equipo: capacidad de liderazgo y delegación; capacidad para trabajar individualmente y en equipo; capacidad de representación y negociación.
- Sentido crítico y de la responsabilidad: sentido y pensamiento crítico; sentido de la responsabilidad.

Destrezas

Esta competencia requiere de las siguientes destrezas: capacidad de análisis; capacidades de planificación, organización, gestión y toma de decisiones; capacidad de adaptación al cambio y resolución de problemas; comunicación, presentación, representación y

negociación efectivas; habilidad para trabajar, tanto individualmente como dentro de un equipo; participación, capacidad de liderazgo y delegación; pensamiento crítico y sentido de la responsabilidad; autoconfianza, evaluación y autoevaluación, ya que es esencial determinar los puntos fuertes y débiles de uno mismo y de un proyecto, así como evaluar y asumir riesgos cuando esté justificado (manejo de la incertidumbre y asunción y gestión del riesgo).

Actitudes

Requiere el desarrollo de actitudes y valores como: la predisposición a actuar de una forma creadora e imaginativa; el autoconocimiento y la autoestima; la autonomía o independencia, el interés y esfuerzo y el espíritu emprendedor.

Se caracteriza por la iniciativa, la proactividad y la innovación, tanto en la vida privada y social como en la profesional.

También está relacionada con la motivación y la determinación a la hora de cumplir los objetivos, ya sean personales o establecidos en común con otros, incluido el ámbito laboral

Competencia social y cívica (Anteriormente denominada Social y Ciudadana)

La competencia social y cívica expresan la aptitud y extensión para usar la información y posturas sobre la sociedad, vista como algo emprendedor, variable y difícil. De esta manera habrá una mejor comprensión de las cuestiones y aspectos sociales en diferentes situaciones, y así se podrán responder, decidir y solucionar problemas además de seguir las reglas basadas en la educación y principios democráticos.

Contenidos

Concretamos los contenidos de esta competencia en dos:

1. Dicha competencia social está vinculada con la comodidad individual y general.

Requiere la comprensión de cómo las personas desarrollan un estado físico y mental saludable, ya sea de manera individual o de manera grupal (familias, amistades, etc.) y cómo el estado social influye a esa condición de bienestar.

Para que los individuos puedan ser parte de los entornos sociales e interpersonales es muy importante conocer los saberes que nos permiten saber y analizar de manera crítica las

conductas y los usos aceptados en las distintas sociedades y lugares, así como las tirantezas y cambios que se producen.

De la misma manera que es significativo conocer las ideas clave referentes a la persona o personas, la organización de la tarea, la equidad y la no marginación entre géneros, etnias, religiones, culturales, etc.

De igual modo, es indispensable saber los calibres interculturales y socioeconómicos del mundo europeo y entender las unidades culturales y nacionales como un desarrollo sociocultural, activo y variable en relación con la unidad europea en un entorno de constante crecimiento.

2. La competencia cívica está basada en el entendimiento crítico de la democracia, justicia, equidad, ciudadanía y derechos humanos y civiles.

Se debe tener constancia de los sucesos históricos y actuales, además de la intelección de los procesos sociales y culturales de naturaleza migratoria que supone la realidad de la multiculturalidad del mundo.

Dentro de la participación constructiva se encuentran también las actividades urbanas y el soporte a la variedad, la unión social, el desarrollo sostenible, además de estar dispuestos a respetar la creencia, valores y privacidad del resto, también deben recibir de forma introspectiva y analítica los mensajes que recibimos de los medios de comunicación.

Para un correcto aumento de las competencias se requiere entender los hábitos colectivos, así como la organización y el funcionamiento de la historia (pasada-presente) de dichos colectivos. La existencia social del mundo en el que vive, sus problemas e intereses, lo que se tiene en común y lo que no, etc. De esta manera se comienza a ser una parte activa de la vida social y profesional.

La competencia incorpora también formas de conducta individual que permiten a las personas a vivir en una sociedad más variada, cambiante, activa, complicada, etc. De esta manera, se va tomando conciencia de lo que conlleva ser persona en correspondencia con sus capacidades, intereses sociales y los argumentos expuestos fundamentados en pruebas.

Dicha competencia requiere de empatía, es decir, la capacidad de ponerse en la situación del otro. Ser condescendiente y acatar los valores, creencias, costumbres, etc. de una persona individual o de un colectivo.

Destrezas

Los componentes elementales de la competencia digital influyen en el progreso de alguna destreza como, la disposición de una comunicación en los diferentes contextos sociales y culturales, expresar transigencia y entender diferentes puntos de vista, de esta manera se empatiza durante el transcurso del intercambio comunicativo. Se debe aprender a administrar la conducta en las diferentes situaciones.

Las destrezas de esta competencia están enlazadas con la capacidad para relacionarse públicamente de manera satisfactoria, además de exponer compañerismo y disposición por solucionar las dificultades que aflijan los entornos.

La meditación analítica y creativa y la colaboración activa en las ocupaciones sociales y la elección de determinaciones (de la comunidad o de un entorno cercano).

Las posturas e intereses relacionados con dicha competencia son los que se encaminan al cumplimiento de los derechos humanos y la intención de cooperar de las elecciones democráticas, sin importar el método adoptado.

Asimismo, debe exponer el sentido del compromiso y exhibir entendimiento y consideración de los medios compartidos que se necesitan para conseguir la adhesión de la sociedad fundamentada en la consideración de los principios democráticos.

Actitudes

Las competencias sociales y cívicas contienen actitudes y valores como cooperación, la confianza en uno mismo y la integridad y honradez.

Los sujetos deben interesarse por el desarrollo socioeconómico y por su aportación a un desarrollo del bienestar público general, además de la relación intercultural, la variedad de valores y la deferencia de la diversidad.

Asimismo, estar preparados para apartar los prejuicios y ser comprometidos en ese aspecto

Competencia para aprender a aprender

La competencia **aprender a aprender** es fundamental para el aprendizaje que se lleva a cabo en el día a día y de nuestra vida. Tiene lugar en diferentes contextos ya sean formales, no formales o informales.

Lo que exige esta competencia principalmente es que la persona tiene que estar motivada para aprender, esta motivación depende de que se genere la curiosidad por aprender, principalmente que el estudiante se sienta protagonista del proceso y resultado del aprendizaje y por último llegue a alcanzar las metas propuestas.

En segundo lugar, requiere conocer y controlar los propios procesos de aprendizaje para ajustarlos a los tiempos, demandas de tareas y actividades que conducen al aprendizaje.

Contenidos

Los contenidos se pueden estructurar en tres dimensiones:

- El conocimiento que tiene acerca de lo que sabe y desconoce, de lo que es capaz de aprender, de lo que le interesa.
- El conocimiento de la disciplina en la que se localiza la tarea de aprendizaje y el conocimiento del contenido concreto y de las demandas de la tarea misma;
- El conocimiento sobre las distintas estrategias posibles para afrontar la tarea.

Destrezas

Todo este conocimiento se vuelca en unas destrezas que son saber autorregularse y el control de dicha competencia, aprender a aprender. Lo que tienen que conseguir es llevar a cabo las estrategias de planificación para conseguir la meta del aprendizaje, así como el plan de acción que se tiene previsto alcanzar.

Tenemos que conseguir estrategias de supervisión y evaluación.

La planificación, supervisión y evaluación son esenciales para desarrollar aprendizajes cada vez más eficaces. Todas ellas necesitan antes un proceso de reflexión, es decir, tenemos que pensar antes de llevar a cabo cualquier acto. Estas tres estrategias deberían potenciarse en los procesos de aprendizaje y de resolución de problemas en los que participen los estudiantes. Esta competencia aprender a aprender se lleva a cabo tanto de forma individual como de forma colectiva.

Tenemos que hacer una reflexión acerca de los procesos de aprendizaje que llevamos a cabo ya sea de forma individual o colectiva.

Los profesores tienen que procurar que los estudiantes sean conscientes de que lo que están elaborando lo hacen para aprender y además busquen alternativas.

Se basa tanto en el aprendizaje individual como le da mucha importancia al trabajo colectivo.

Actitudes

Haciendo referencia a las actitudes son muy importantes para la adquisición de esta competencia. Las metas se plantean a corto, medio y largo plazo, cuando alcanzamos estas metas aumenta la autoeficacia y la confianza en nosotros mismos y así se van elevando los objetivos de aprendizaje.

Las personas tienen que ser capaces de apoyarse en las propias experiencias y aprendizajes con el fin de aplicar nuevos conocimientos y capacidades en diferentes contextos.

Saber aprender en un determinado ámbito implica saber asimilar nuevos conceptos y llegar a dominar destrezas y capacidades de dicho ámbito.

En esta competencia hay una transferencia de un campo a otro, aunque saber aprender en un ámbito no significa que sepamos aprender en otro.

Por eso la enseñanza se tiene que llevar a cabo en diferentes áreas y materias de ámbito formal y también informal. Se requiere un conocimiento sobre los propios procesos de aprendizaje, así como el desarrollo de una destreza regular.

Para completar este apartado, se incluye un cuadro con las relaciones entre las Fortalezas Personales (Seligman) con el fin de ofrecer una perspectiva más concreta de su relación

Tabla 2. Relación entre Fortalezas Personales y Competencias Básicas. Fuente: Aulas felices

Competencias	AUTONOMÍA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR	SOCIAL Y CÍUDADANA	APRENDER A APRENDER
	<ul style="list-style-type: none"> • Creatividad • Curiosidad • Apertura Mental • Amor por el aprendizaje 	<ul style="list-style-type: none"> • Perspectiva • Integridad • Amor • Amabilidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Creatividad • Curiosidad • Apertura Mental • Amor por el

Fortalezas Personales	<ul style="list-style-type: none"> • Valentía • Perseverancia • Vitalidad • Modestia • Prudencia • Autocontrol • Apreciación de la belleza • Esperanza • Sentido del Humor • Espiritualidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Inteligencia Social • Ciudadanía • Sentido de la justicia • Liderazgo • Capacidad de perdonar • Gratitude 	aprendizaje <ul style="list-style-type: none"> • Perspectiva • Perseverancia • Autonomía • Autocontrol
------------------------------	---	--	--

Fuente: Arguis Rey et al, 2012. p.51.

4.3. Importancia de la colaboración de la familia y la escuela en la educación emocional del alumnado con Discapacidad Intelectual

Son varios los **factores** que afectan al modo de ver a estos niños cuando llegan a su familia, muchas veces identificándolos con "enfermos". Entre esos factores está el de recibir el diagnóstico a través de un referente médico, o en un entorno sanitario. Otro factor que precipita esta idea es el de tener interiorizado que el hijo con D.I. es diferente al resto, lo que aumenta el miedo a la burla, al aislamiento, o a la falta de atención, que los padres en muchas ocasiones acaban supliendo con la sobreprotección. La familia y profesionales que trabajan con ellos deben encargarse de verlos tal y como son, y trabajar para que el resto de la sociedad no sensibilizada, también los vea como uno más. De ahí que en la actualidad haya surgido una corriente que apueste por denominarlos "**personas con diversidad funcional**". (Palacios, 2020 y Toboso-Martín, 2018)

La familia supone un apoyo fundamental en la evolución del día a día de los alumnos, pues realizan un papel imprescindible en la educación y desarrollo de los niños. La familia es el contexto más inmediato que conocemos, en él observamos y tomamos ejemplo de las figuras paternas y los hermanos, es donde empezamos a relacionarnos (Antequera et al, 2008, también Angulo et al, 2008) y donde nos vamos a desarrollar a todos los niveles (afectivo, intelectual, de apego, físico, social, etc.). Todas las experiencias vividas en esos primeros años pueden marcar el desarrollo en el futuro, y es que no solo el trabajo en el aula o con profesionales es suficiente para lograr una evolución adecuada, al igual que ocurre con los niños sin discapacidad. En las familias que tienen hijos con discapacidad, resulta esencial la aceptación por parte de cada miembro de que cada uno debe tener su

espacio y cada uno tiene características propias, así como necesidades, para conseguir un bienestar y desarrollo adecuado de toda la familia. Es evidente que la persona con discapacidad va a necesitar más apoyos que el resto, y que toda la familia deberá estar preparada para cuando acontezcan cambios y el modo de encajarlos.

En **el ámbito escolar**, el alumnado se va a encontrar con diferentes momentos sensibles en cuanto a cambios que pueden suponer una desestabilización emocional en la familia y, en consecuencia, también en el niño. Estos momentos son:

El momento de la escolarización, (ya sea en un centro ordinario o en un centro de educativo específico), **acudir a actividades extraescolares**, **promoción de curso y etapa**, los cambios de centro, **el final de la escolaridad**, la reacción del niño a los cambios etc. Estos momentos pueden ser acogidos por la familia de muy distintas formas, por ello se hace necesario tener en cuenta por parte de la comunidad educativa algunas pautas (Antequera et al, 2008):

- ✓ La información que dar a la familia debe ser clara y completa, de forma que se resuelvan sus incertidumbres.
- ✓ Asesorar a la familia en cuanto a los asuntos que pueden favorecerles, como pueden ser becas, opciones de escolarización, recursos, etc.
- ✓ Motivar al alumno y a la familia a que participe en las actividades extraescolares, aportando los medios necesarios favoreciendo así la integración en la comunidad educativa y disminuyendo la carga familiar que en ocasiones se produce.
- ✓ Apoyo a la creación de escuelas de padres y/o asociaciones, de forma que existan grupos estables que además de ofrecer formación sean un punto de encuentro entre las familias.
- ✓ Orientar a las familias en cuanto a las necesidades y actividades a realizar en la vida diaria del alumno en las diferentes etapas por las que va a ir pasando.

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA

5.1. Justificación

A continuación, se presenta una propuesta de intervención enfocada en el conocimiento y desarrollo de las virtudes y fortalezas propuestas por Seligman (2002), que se encuentran dentro de la psicología positiva.

Tal y como se ha mencionada en el marco teórico, el **desarrollo de las virtudes y fortalezas personales** influye directamente en el bienestar mental y físico de todas las personas, así como en su vida diaria y en sus relaciones personales. Esta intervención incluye los elementos metodológicos que se tienen en cuenta para trabajar algunas de las fortalezas personales expuestas por Seligman (2002). **La intervención** cuenta con seis propuestas de actividades para desarrollar en el aula con alumnos de 3º de primaria, atendiendo a los principios de diversidad y de inclusión. Para ello se ha tenido en cuenta el II Plan de Atención a la Diversidad en la Educación de Castilla y León (2017-2022).

Las **actividades están dirigidas a todo el grupo de clase**, pues resulta beneficiosas para todos ellos, fomentan las relaciones entre los compañeros y llevan inmerso el principio de **inclusión**, de forma que todos los alumnos pueden participar en ellas desde la igualdad de oportunidades, así como recibir los beneficios que tienen por objetivo.

5.2. Estructura

He estructurado esta propuesta de intervención educativa considerando varios aspectos metodológicos:

- El curso escolar, aunque cuenta en su extensión con nueve meses, a efectos prácticos debemos descontar los momentos de descanso ya que reducen la temporalidad.
- Los alumnos con discapacidad intelectual requieren un tiempo extra para la preparación de la actividad, para su acondicionamiento y para que no afecte al resto de áreas.
- La plena consciencia que se requiere para las actividades precisa de atención que, en estos alumnos, con discapacidad intelectual se ve disminuida en la mayoría de los casos si el tiempo de intervención se alarga. Al igual que la atención, la memoria es un prerrequisito que se ve mermado en estos alumnos.
- El trabajo en grupos colaborativos es un formato que produce múltiples beneficios en los alumnos, mejorando el trabajo en equipo y favoreciendo las relaciones personales

Por tanto, la estructura de la intervención educativa va a ser la siguiente:

Se trata de un proyecto incluido dentro del Plan de Acción Tutorial, que se va a desarrollar en las tres clases de 3º curso de Primaria. Se van a realizar seis tipos de actividades, en los meses de Noviembre a Mayo, dedicando un mes a cada una de las seis virtudes

desarrolladas por Seligman (2002), con un recuerdo de cada una de ellas en las semanas que conforman el mes.

Las cuatro actividades que más motiven a los alumnos serán repetidas al final de esta propuesta, como refuerzo (mes de mayo). Las actividades están enfocadas en la sencillez, de forma que pueden ser repetidas en casa con el apoyo de los padres y así el beneficio de la psicología positiva se puede extrapolar a los diferentes ámbitos de vida del alumno. Más concretamente, en el caso de un alumno con NEE, se le proporcionarán pautas e indicaciones por escrito, comentadas con los padres de forma que les resulte más sencillo reproducirlas en casa, tal como veremos más adelante.

5.3 Virtudes

Concretamente se trabajará una de las fortalezas incluida dentro de las virtudes tal y como se detallan a continuación. Se han seleccionado aquellas que pueden resultar más beneficiosas y útiles en la vida diaria de los niños de tercero de primaria:

- De la virtud Sabiduría y conocimiento, trabajaremos sobre la Creatividad.
- De la virtud Coraje, trabajaremos sobre la fortaleza de Perseverancia.
- De la virtud Humanidad, trabajaremos sobre la fortaleza de Amor.
- De la virtud Justicia, trabajaremos sobre la fortaleza de Ciudadanía.
- De la virtud Moderación, trabajaremos sobre la fortaleza de Autocontrol.
- De la virtud Trascendencia, trabajaremos sobre la fortaleza de Sentido del Humor.

5.4 Contextualización

Esta programación didáctica se va a desarrollar en un CEIP, un colegio público de Educación Infantil y Primaria, que se encuentra en el medio rural de la provincia de Valladolid. Se trata de un centro de línea 3. Específicamente, la propuesta didáctica está dirigida a un aula ordinaria de 3º de primaria, compuesta por 20 alumnos. Se trata de un grupo heterogéneo, que escolariza un alumno con Síndrome de Down y dos alumnos procedentes de otros países (categorizados como ANCE). En cuanto a los alumnos migrantes, no requieren de medidas de atención a la diversidad pues comenzaron su etapa escolar en el primer curso de infantil y se encuentran totalmente integrados en el grupo no presentando ninguna dificultad hasta el momento para integrar los aprendizajes, si bien se les sigue prestando especial atención por sus condiciones sociofamiliares. Respecto al

alumno con S. Down, en la actualidad no requiere adaptación curricular significativa, pues se encuentra repitiendo curso para afianzar mejor los conocimientos y contenidos, pero sí manifiesta **necesidades educativas especiales**, de modo que ha de facilitarse su aprendizaje debido a sus especiales características individuales. Algunas de ellas son:

- Necesita de la aplicación de estrategias didácticas individualizadas, ya que tiene dificultades para integrar aprendizajes que otros aprenden de forma espontánea.
- Precisa un mayor tiempo de escolaridad, pues la interiorización de los aprendizajes es más lenta. Además, necesita realizar mucho más trabajo, repetir ejercicios, actividades, ejemplos para alcanzar los resultados esperados.
- Requiere una secuenciación más detallada de objetivos y contenidos.
- Presenta dificultades en la generalización de los aprendizajes, por lo que un aprendizaje necesita ser trabajado y reforzado en diferentes contextos.
- Es necesario que obtenga otros apoyos fuera del aula ordinaria, con otros profesionales (especialista en pedagogía terapéutica y de audición y lenguaje) así como por parte de la familia.
- Presenta alteraciones en la atención y memorización, por lo que deben ser reforzadas.
- Las actividades deben ser sistemáticas y repetitivas para lograr el aprendizaje.
- Presenta dificultades en los diferentes ámbitos del lenguaje, tanto a nivel hablado como escrito, por lo que el trabajo logopédico resulta fundamental.
- La evaluación de los aprendizajes debe ser individualizada y acorde a sus capacidades.

5.5. Objetivos de la intervención

Para esta intervención se plantean los siguientes objetivos:

- Conocer y desarrollar las fortalezas personales de cada alumno.
- Conocer las fortalezas menos desarrolladas en cada alumno, motivando el trabajo para su mejora.

- Interiorizar estrategias que mejoren la vida diaria y bienestar de los alumnos.
- Fomentar el optimismo y la motivación de los alumnos ante la vida

5.6. Estructura de las sesiones

Cada sesión está compuesta por una o varias actividades enfocadas en el fomento de una de las fortalezas humanas que forman parte del grupo que componen las virtudes propuestas por Seligman (2002) de forma que los alumnos las descubran y desarrollen para su beneficio personal, y por extensión para beneficio de su entorno.

Las sesiones tienen una **duración** de 60 minutos, con la intención de realizarse en las clases reservadas para tutoría, pero podrían incluirse en algunas asignaturas como contenidos transversales.

Los objetivos y contenidos marcados tienen como fin lograr que los alumnos conozcan los beneficios de la psicología positiva y la puedan integrar en su vida diaria. En cada sesión se tienen en cuenta las competencias clave, eje fundamental de nuestro currículum de primaria, así como medidas de atención a la diversidad, en este caso para personas con discapacidad intelectual. Por último, se propone un modo de evaluación de la actividad que nos muestre los resultados de la sesión, la evaluación de la práctica docente y una autoevaluación por parte de los alumnos.

Sesión 1: "Los Inventores"

Virtud y Fortaleza: Sabiduría y conocimiento y Creatividad

Justificación

El fin de esta actividad es dotar a los alumnos de estrategias que les permitan explorar más allá de sus pensamientos o convicciones, descubriendo alternativas de forma creativa.

Objetivos

- Desarrollar la imaginación
- Estimular el pensamiento para una mayor apertura mental.
- Capacitar a los alumnos para el trabajo en grupo

Contenidos

Creatividad: Diferentes usos de los objetos

Competencias Clave

Iniciativa y Espíritu emprendedor

Aprender a aprender

Desarrollo de la actividad

Para el desarrollo de esta actividad los alumnos estarán colocados en grupos de 5 (trabajo colaborativo). Un representante de cada grupo se colocará en círculo en torno a la maestra que estará situada en el centro, con un gran saco que contenga diferentes objetos de un tamaño adecuado para manejar con las manos. El saco debe ser opaco de forma que no se pueda observar lo que contiene. Cada alumno irá acudiendo de forma individual para introducir la mano en el saco y extraer un objeto. Tras observar el objeto, irá respondiendo a las preguntas de la maestra....

¿Qué es?, ¿Para qué se utiliza?

A continuación, cada uno de los alumnos ya con su objeto, acudirá a su grupo para pensar entre todos:

¿Qué otros usos le podemos dar? ¿Por qué debemos comprar este objeto?

Ejemplo: Utilizamos como objeto en cuestión una pelota de tenis. Realizaríamos a los alumnos las preguntas pertinentes:

¿Qué es? Una pelota de tenis

¿Para qué se utiliza? Para jugar al tenis, o a otros juegos con pelota.

¿Qué otros usos le podemos dar? Lo podemos usar para lavar las cazadoras de plumas y que no se apelmacen. También lo podemos utilizar para colocar en las patas de las sillas de clase y

que no hagan ruido al arrastrarlas, otro uso que podemos darles es para dar un masaje relajante

¿Cómo podemos mejorar el objeto?

Podríamos ponerle un pequeño mango para utilizarlo como masajeador.

Recursos	Temporalización
<ul style="list-style-type: none"> - Saco para contener objetos - Diversos objetos de clase o de fuera del aula. - Útiles de escritura para anotar ideas 	<p>Sesión de 60 minutos</p>
Atención a la diversidad	
<p>Para esta actividad no se precisan medidas especiales de atención a la diversidad, ya que los alumnos tendrán previamente ubicado su grupo de referencia (trabajo cooperativo), con el cual ya ha trabajado en grupo. El niño con S. Down puede realizar la actividad con los compañeros, y es posible que necesite que le realicemos preguntas más sencillas que le ayuden en el razonamiento para conseguir la respuesta que se persigue.</p>	
Evaluación	
<ul style="list-style-type: none"> - Alumnos: Lista de control - Docente: Observación Directa (anotando en el cuaderno de campo momentos para tener en cuenta durante el desarrollo de la actividad) y rúbrica sobre práctica docente para análisis de resultados al finalizar la actividad 	

Sesión 2: "¡A por ello!"

Virtud y Fortaleza: Coraje y Perseverancia

Justificación

Esta actividad pretende que los alumnos conozcan el valor del esfuerzo y la capacidad de este para acercarnos a nuestros objetivos, aportándonos felicidad y bienestar.

Objetivos

Interiorizar el afán de superación en los alumnos.
Integrar el esfuerzo en su vida diaria.
Capacitar al alumno para que consiga sus objetivos.

Contenidos

Perseverancia como valor propio
El esfuerzo como valor transversal

Competencias Clave

Iniciativa y Espíritu emprendedor
Social y Cívica
Aprender a aprender

Desarrollo de la actividad

Comenzamos la actividad indicando a los alumnos qué es un objetivo personal y poniendo ejemplos para que lo comprendan. Más tarde cada uno de ellos debe anotar en un papel un objetivo o meta que le gustaría conseguir (les explicaremos que deben ser metas reales). A continuación, los alumnos se colocarán en su grupo de trabajo colaborativo, y seleccionarán de cada grupo una de las metas (cada semana se repetirá la actividad, de forma que todas las metas sean trabajadas en el aula). Los cuatro portavoces de los grupos exponen la meta en la que va a trabajar su grupo ese día, por ejemplo:

"Me gustaría ir a Disneyland París"

En ese momento se explican las tareas que se van a realizar, de forma que cada grupo se va a encargar de una tarea para conseguir el objetivo. Uno de los grupos se encargará de buscar estrategias para lograr el objetivo como pueden ser: guardando en una hucha parte de las propinas, llegando a un acuerdo con los padres haciendo trabajos domésticos, Otro de los grupos se encargará de elaborar mensajes positivos que motiven al alumno que se ha propuesto la meta.

El tercer grupo se va a encargar de seleccionar cual es la mejor estrategia que seguir, y de

desgranar en acciones más pequeñas.

Por último, el cuarto de los grupos se encargará de juntar toda la información sobre la meta en cuestión y elaborar un pequeño informe.

Se van a trabajar dos metas simultáneamente, es decir dos grupos trabajarán sobre una meta elaborando estrategias y mensajes positivos, y otros dos grupos lo harán sobre otra meta. Al finalizar las tareas anteriores, dos grupos continuarán con la misma meta, pero en la labor de desmenuzar las pequeñas acciones y elaborar el informe. La idea es que los roles de trabajo vayan rotando, de forma que todos los grupos pasen por todas las tareas.

Recursos	Temporalización
Útiles de escritura y papel	Sesión de 60 minutos
Atención a la diversidad	
Para esta actividad, debemos asegurarnos de que el alumno con S. Down comprende la actividad que vamos a desarrollar, desmenuzando de forma más sencilla todas las partes. Si es preciso le iremos apoyando en cada paso e incluso realizaremos un esquema en la pizarra para que todos comprendan las diferentes partes de la sesión.	
Evaluación	
<ul style="list-style-type: none">- Alumnos: Lista de control- Docente: Observación Directa (anotando en el cuaderno de campo momentos para tener en cuenta durante el desarrollo de la actividad) y rúbrica sobre práctica docente para análisis de resultados al finalizar la actividad	

Sesión 3: "¿Cómo lo digo con amor?"

Virtud y Fortaleza: Humanidad y Amor

Justificación

La finalidad de esta actividad es que los niños tomen conciencia del amor en todas las facetas de su vida.

Objetivos

Dotar a los alumnos de recursos para expresar el amor.
Comprender qué es el amor.

Contenidos

El amor: concepto y ámbitos
Formas de expresar amor, gratitud y amabilidad

Competencias Clave

Aprender a aprender
Social y Cívica
Iniciativa y Espíritu emprendedor

Desarrollo de la actividad

El amor como punto de partida: En primer lugar, comentaremos con los alumnos a través de una lluvia de ideas qué es el amor para ellos, que ámbitos ocupa y que sensaciones nos aporta cuando sentimos amor o cuando nos muestran amor.

Para facilitar la expresión proyectaremos algunas imágenes de situaciones relacionadas (Anexos1 y 2)

A continuación, comentaremos también en gran grupo si a menudo expresamos el amor que sentimos hacia los demás y las formas de expresarlo, para más tarde mostrar a los alumnos canciones, poesías, cartas, tarjetas, dibujos con mensajes, de viva voz... etc. como forma de expresar el amor. A continuación, cada alumno, de forma individual, elegirá a alguien de su vida a quien expresarle el amor que siente y el formato en el que lo va a hacer.

Recursos

Recursos audiovisuales, papel, cartulina y útiles de escritura.

Temporalización

Sesión de 60 minutos

Atención a la diversidad

Reforzaremos con el alumno con necesidades especiales el apoyo en la comprensión de la

actividad y en la elaboración del formato para expresar el amor, que ha elegido. Para favorecer la escritura se utilizarán adaptadores que le faciliten el manejo de los útiles de escritura si fuera necesario además de colocar el papel o cartulina de modo horizontal.

Evaluación

- Alumnos: Lista de control
- Docente: Observación Directa (anotando en el cuaderno de campo momentos para tener en cuenta durante el desarrollo de la actividad) y rúbrica sobre práctica docente para análisis de resultados al finalizar la actividad

Sesión 4: "Nuestro granito de arena"

Virtud y Fortaleza: Justicia y Ciudadanía

Justificación

La actividad que encontramos a continuación pretende inculcar en los alumnos el sentimiento de pertenencia a otros grupos más allá de su entorno, en los que las acciones que realizamos repercuten en todos.

Objetivos

Tomar conciencia de problemas de la ciudadanía.
Respetar el medio en qué vivimos.
Desarrollar el sentimiento de responsabilidad social.

Contenidos

Sentimiento de pertenencia a la sociedad.
Responsabilidad social.

Competencias Clave

Aprender a aprender
Social y Cívica
Iniciativa y Espíritu emprendedor

Desarrollo de la actividad

Esta actividad pretende poner de manifiesto problemas que se dan en nuestra sociedad y qué podemos hacer para solucionarlos. Se trata, en primer lugar, de una toma de conciencia por parte de los alumnos de la diferencia que supone actuar de forma egoísta e individualista y tener conciencia de pertenencia a un grupo mayor que es la sociedad. Para ello se van a proponer diferentes situaciones en las que las personas pueden actuar de cualquiera de las dos formas, y las repercusiones que pueden tener dichas actuaciones. Mostraremos a los alumnos dichas situaciones a través de la proyección en la pantalla:

- Accidente de tráfico
- Persona tirando basura al suelo
- Persona que cruza por un lugar que no tiene paso de peatones.
- Imágenes de vandalismo
- Mujer realizando las tareas de la casa
- Imagen con basura en el océano

- Persona sin mascarilla (COVID 19)

- Persona tirando comida a la basura

- Niño solo en el patio del colegio

(Anexo 3)

A continuación, realizamos una lluvia de ideas en la que la mitad de la clase debe hablar sobre las consecuencias de una postura egoísta, y la otra mitad sobre las consecuencias de una actitud de responsabilidad social (previamente explicaremos a los alumnos ambos conceptos)

Para la segunda parte de la actividad, la maestra utilizará hojas de A3 en las que pondrá 4 títulos relacionados con los temas sociales de los que se han hablado anteriormente, por ejemplo, reciclaje. A continuación, realizará un doblez para que cada niño vaya anotando que podría hacer él en beneficio de la sociedad respecto a ese tema, y realizara otro doblez en la hoja, de modo que al finalizar la actividad obtengamos unos abanicos que colocaremos como decoración en la clase y puedan consultar siempre que sea necesario

(Anexo 4)

Recursos	Temporalización
Proyector y pantallas, hojas A3, útiles de escritura	Sesión de 60 minutos
Atención a la diversidad	
Para la primera parte de la actividad, apoyaremos al alumno haciéndole preguntas y explicaciones sencillas que faciliten su comprensión a cerca de la actividad y que fomenten su participación. En la segunda parte, ayudaremos al alumno en la elaboración de la frase que quiere escribir.	
Evaluación	
- Alumnos: Lista de control - Docente: Observación Directa (anotando en el cuaderno de campo momentos para tener en cuenta durante el desarrollo de la actividad) y rúbrica sobre práctica docente para análisis de resultados al finalizar la actividad	

Sesión 5: ¡Me voy a hacer mayor!

Virtud y Fortaleza: Moderación y Autocontrol

Justificación

Se propone esta actividad para que los alumnos tomen conciencia de los momentos en los que pierden el control y como reconducirlo

Objetivos

Autocontrol para conseguir reconducir problemas

Contenidos

Atención plena
Atención Selectiva

Competencias Clave

Aprender a aprender
Social y Cívica
Iniciativa y Espíritu emprendedor

Desarrollo de la actividad

Comenzamos la actividad en gran grupo realizando una lluvia de ideas sobre qué es el autocontrol. A continuación, proponemos algunas situaciones en las que los alumnos comentan como actuarían si perdiesen el control, y cómo reaccionarían que alternativas tenemos para que la situación no nos haga perder el control. La profesora reconducirá y ayudará a los alumnos cuando sea necesario recordando modos de tranquilizarse, formas de expresar lo que siento o lo que me pasa (trabajados en sesiones anteriores)

Pelea en el patio por un balón

Tener hambre o sed, y en ese momento no hay agua o comida

Alguien te empuja en la fila de entrada al colegio

Examen suspenso, y tus padres te castigan

No poder utilizar la tablet o videoconsola

Irse a la cama

No puedes salir por confinamiento

Un hermano le ha cogido un juguete

Te acusan de romper un objeto del colegio y tú no has sido

La segunda parte de la actividad consistiría en rellenar la ficha tipo (Anexo 5), en la que los alumnos deben pensar sobre un momento en el que han perdido el control. Pueden también tomar como ejemplo uno de los expuestos anteriormente que pondrán como

título. En la ficha tipo los alumnos dibujarán cómo es su cara cuando están fuera de control y responderán a las preguntas:
 ¿Qué palabras dices?
 ¿Qué cosas haces?
 De forma paralela, los alumnos dibujarán una cara en la que tienen el control sobre la situación y responderán a las preguntas:
 ¿De qué otra forma podrías comportarte?
 ¿Qué te hace sentir mejor en ese momento?

Recursos	Temporalización
Ficha tipo Pizarra o pizarra digital Lápices y pinturas	Sesión de 60 minutos

Atención a la diversidad

Para la primera parte de la actividad, el alumno con Síndrome de Down estará colocado cerca de la profesora de forma que puedan tener un feedback continuo y que el niño participe en la lluvia de ideas con sus compañeros expresando experiencias personales. La ficha está orientada en horizontal, de forma que al alumno con S. Down le sea más fácil completarla por sus características físico-anatómicas
 En cuanto a los utensilios de escritura, se dispondrá de adaptadores de forma que engrosen el diámetro y le sea más fácil su uso.

Evaluación

- Alumnos: Lista de control
- Docente: Observación Directa (anotando en el cuaderno de campo momentos para tener en cuenta durante el desarrollo de la actividad) y rúbrica sobre práctica docente para análisis de resultados al finalizar la actividad

Sesión 6: ¡Para morirnos de risa!

Virtud y Fortaleza: Transcendencia y Sentido del humor

Justificación

Esta actividad está enfocada en la diversión y disfrute de los alumnos través del sentido del humor

Objetivos

Desarrollar el sentido del humor sobre situaciones y sobre si mismos
Descubrir una actitud optimista y alegre ante diversas situaciones.

Contenidos

Sentido del humor
Optimismo como factor común ante las diversas situaciones

Competencias Clave

Iniciativa y Espíritu emprendedor
Social y Cívica
Aprender a aprender

Desarrollo de la actividad

Para comenzar la actividad, separamos las mesas de la clase de forma que los niños puedan deambular por el aula. Les indicaremos en cada momento lo que tienen que hacer: caminar rápido, realizar movimientos de forma lenta, saltar, buscar una pareja, bailar, quedarse quietos y en silencio...durante este tiempo ponemos música con las canciones que más les gusten. El objetivo es que surja la risa sin motivo y se vaya contagiando. Se trata de una actividad corta, para que los alumnos se suelten de cara a las siguientes actividades.

En segundo lugar, indicaremos a los alumnos (colocados previamente en grupos colaborativos) qué es la mímica, de forma que la profesora realizará gestos y posiciones, para que los alumnos descubran de qué se trata. Después, con una baraja de cartas semánticas (animales, comidas, objetos de la casa...) los alumnos en grupo elegirán una carta de forma individual, sobre la que realizarán los gestos para que sus compañeros de grupo descubran de qué se trata. Qué es una caricatura y les mostraremos ejemplos de ello. A continuación, ellos realizarán una caricatura de sí mismos, de forma que sepan destacar aspectos que más resaltan de su fisonomía y que, aunque no les gusten demasiado pueden resultar graciosos. Las caricaturas las colocaremos en la clase para decorarla.

Recursos

Ordenador y altavoces para música

Temporalización

Sesión de 60 minutos

Cartas semánticas Papel, útiles para dibujar y pintar	
Atención a la diversidad	
<p>El alumno con S. Down puede presentar dificultades en la parte de la actividad que corresponde a la mímica, para lo que la profesora le puede ayudar a hacer ciertos movimientos. En cuanto al dibujo de la caricatura, el alumno contará con adaptadores para los lápices y pinturas, y pediremos que todos los alumnos coloquen el folio a la hora de dibujar de forma horizontal, para que les resulte más fácil dibujar.</p>	
Evaluación	
<ul style="list-style-type: none"> - Alumnos: Lista de control - Docente: Observación Directa (anotando en el cuaderno de campo momentos para tener en cuenta durante el desarrollo de la actividad) y rúbrica sobre práctica docente para análisis de resultados al finalizar la actividad 	

5.7. Evaluación

En el Decreto 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León se establece que la evaluación debe ser **global**, teniendo en cuenta todos los aprendizajes en todas las áreas y no sólo los de esta intervención; **continua** en la que los aprendizajes sean sumativos y no contemplarlos como elementos aislados, pues forman parte de un todo que es el alumno; **formativa** de modo que los aprendizajes tengan una aplicación en su vida actual y futura; e **individualizada** de modo que se tenga en cuenta a cada alumno de forma íntegra potenciando sus fortalezas.

De forma más concreta, para la evaluación de esta intervención, y más específicamente de cada actividad, utilizaremos una **lista de control** de autoevaluación (Anexo 6) a realizar por los alumnos de forma que conozcamos los intereses y opiniones de los alumnos respecto a la actividad. Esta evaluación tiene como finalidad dar a conocer la visión que han tenido los alumnos sobre las actividades y para complementar la evaluación de la práctica docente.

Por ello, vamos a poder obtener datos sobre:

- Qué actividades vamos a repetir durante el último mes de clase
- Si son apropiadas a para los alumnos
- Si necesitan alguna modificación
- Si se cumple el objetivo que pretendíamos inicialmente, tanto general como de actividad

En cuanto a la práctica docente, la profesora realizará una **observación directa** anotando en el cuaderno de campo momentos destacables que tener en cuenta. Al finalizar cada actividad, debe rellenar **una rúbrica** (anexo) al finalizar la intervención, que permita a los docentes tomar decisiones.

Evaluación de la propuesta de intervención

Para completar la evaluación, realizaremos una evaluación global de la propuesta educativa que hemos desarrollado para obtener información y poder tomar decisiones. Para ello tendremos en cuenta los siguientes **criterios de evaluación**:

- Atender a la diversidad del aula, especialmente en aquellos alumnos que necesitan más apoyos.

- Valorar la funcionalidad y utilidad para los alumnos de este tipo de contenidos transversales.
- Revisar la necesidad de modificaciones, teniendo en cuenta si es adecuado a las características de los alumnos, del aula, del centro.

Para ello tendremos en cuenta **los procedimientos de evaluación** señalados en las actividades: Observación Directa, Lista de control de autoevaluación de los alumnos y la rúbrica en cuanto a la práctica docente.

Por último, nos fijaremos unos logros a los que queremos llegar con los resultados obtenidos, como son los **criterios de éxito**:

- Mejora visible de las relaciones interpersonales entre todos los alumnos.
- Realización del 80% de las actividades desde la conexión y la buena actitud de los alumnos.
- Aumento de la motivación y autoestima de los alumnos, reflejada en las notas, esperando una mejora en los resultados académicos.
- Disminución del absentismo escolar.
- Mejora de la empatía y del compañerismo, desde el principio de inclusión.

6. CONCLUSIONES

Tras la realización de este trabajo podemos analizar si la finalidad inicial, se ha conseguido. Si revisamos los objetivos iniciales, en cuanto a los objetivos teóricos, podemos afirmar que se han cumplido las expectativas pues hemos revisado la trayectoria de la psicología positiva, señalando sus principales autores y conociendo de un modo explícito sus componentes y los beneficios demostrados que aporta al ser humano. También hemos enunciado las diversas experiencias relacionadas con esta disciplina tanto a nivel nacional como internacional.

En cuanto los objetivos relacionados con la práctica educativa, se ha propuesto una intervención en la que los elementos de la psicología positiva son el eje central de ella, con el fin de conseguir una educación global para los alumnos, que además de atender a los contenidos curriculares, atiende directamente a las competencias, al “yo” interior de cada alumno y al factor emocional que resultando vital para la mejora de su vida, no siempre se tiene en cuenta.

Se ha logrado unir psicología positiva y educación, teniendo en cuenta a los diferentes alumnos que hay en el sistema educativo, fomentando los valores de inclusión y compañerismos, y apostando por la igualdad de oportunidades para todos los alumnos. Y, por último, con la mirada puesta en los alumnos podemos afirmar que las actividades propuestas están enfocadas en mejorar las estrategias de resolución de problemas en los alumnos e Interiorizar una relación positiva con el “yo” interior de los alumnos, lo que da la esencia a este trabajo, pues es el objetivo principal: El bienestar y la felicidad de los niños, que facilitará su vida y ayudará a que sean también adultos felices.

Entre las dificultades que me he encontrado al realizar este trabajo, destaco la pretensión de unir psicología positiva y discapacidad intelectual, pues no hay muchas referencias bibliográficas en las que apoyar los beneficios que puede aportar en estas personas, pero que en mi opinión al igual que la psicología positiva solo puede aportar beneficios a todos los seres humanos, a las personas con discapacidad intelectual. Por otra parte, otra de las dificultades que surgen es la selección de las fortalezas a trabajar con niños de 8-9 años, pues algunas de ellas son muy abstractas para que ellos puedan comprenderlas, por lo que, a la hora de seleccionarlas, se debe tener muy en cuenta el desarrollo madurativo de los alumnos, y más aún en personas con discapacidad intelectual.

Aunque es cierto que esta propuesta no se ha podido poner en marcha debido a las circunstancias de tiempo y de situación de pandemia en la que nos encontramos -con los centros educativos remisos a que una alumna del Grado realice actividades en ellos, tenemos que hablar de resultados esperados. Es necesario tener en cuenta también, que este trabajo se encuadra en un grupo clase concreto, en el que la discapacidad intelectual está limitada a la presencia de una persona con S. Down, siendo el propio sentido de la discapacidad intelectual mucho más amplio en cuanto a diversidad de manifestaciones, signos y características, por lo que debemos comprender que será necesario hacer modificaciones cuando queramos aplicarlo a cualquier otro grupo-clase para adaptarnos a sus características.

Por otra parte, se hace necesario poner de manifiesto que, entre las aportaciones de este trabajo, se abre nueva perspectiva a la hora de enseñar a los alumnos, en la que siempre se partirá del optimismo y la positividad, principales fines que se persiguen lo que va a facilitar el aprendizaje y la actitud por parte de todos, tanto alumnos como docentes.

Por último, nos gustaría proponer futuras líneas de trabajo y de investigación a realizar desde la perspectiva de la psicología positiva:

En primer lugar, considero que sería muy interesante incluir la psicología positiva en los contenidos del Grado en Educación Primaria, ya que solo puede aportar beneficios, dar calidad a la educación y en definitiva mejorar los procesos de enseñanza aprendizaje, que repercutirán directamente en el bienestar de los niños.

En segundo lugar, propongo incluir la psicología positiva como una Competencia en el currículum de Educación Infantil, Primaria y Secundaria, ya que sus beneficios demostrados aportarían mayor eficacia a nuestro sistema educativo, consiguiendo formar a nuestros alumnos de forma global y favoreciendo su desarrollo personal a lo largo de toda su vida.

7. BIBLIOGRAFÍA

- Angulo Domínguez, M.C. et al. (2008). Manual de servicios, prestaciones y recursos educativos para el alumnado con necesidades específicas de apoyo. Junta de Andalucía.
- Antequera Maldonado, M. et al. (2008). Manual de atención al alumno con necesidades específicas de apoyo educativo derivadas de discapacidad intelectual. Junta de Andalucía.
- Arguís R., Bolsas A. P., Hernández S. y Salvador M. M. (2012). *Programa Aulas Felices*. Centro de profesores y recursos "Juan de Lanuza" de la Universidad de Zaragoza. <https://www.educacion.navarra.es/documents/27590/203401/Aulas+felices+documentaci%C3%B3n.pdf/3980650d-c22a-48f8-89fc-095acd1faa1b>
- Antequera, M. et al. (2008). *Manual de atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo derivadas de discapacidad intelectual*. Junta de Andalucía. https://sid.usal.es/idocs/F8/FDO23846/apoyo_educativo_discap_intelectual.pdf
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2013). Trastornos del neurodesarrollo. *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5ª ed.)
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2011). *Discapacidad Intelectual. Definición, Clasificación y Sistemas de Apoyo Social*. Madrid: Alianza Editorial
- Bisquerra Alzina, R., & Hernández Paniello, S. (2017). Psicología positiva, educación emocional y el programa aulas felices. *Psicología positiva, educación emocional y el programa aulas felices*, 38, 58-65. Recuperado de <http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/120779>
- Bronfenbrenner, U. (1987) *La ecología del desarrollo humano*. Barcelona. Paidós.
- Castro Solano, A. (2010). Ensayo: Psicología positiva: ¿Una nueva forma de hacer psicología? *Revista de Psicología*, 6(11), 113-131. Recuperado de <http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/repositorio/revistas/ensayo-psicologiapositiva-nueva-forma.pdf>. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/6113>
- Catalán M. y Martínez A. (2017). *Rúbrica Autoevaluación de la práctica docente*. <https://www.slideshare.net/AleMaC90/rbrica-de-autoevaluacin-de-la-prctica-docente>







- CREENA. Centro de Recursos de Educación Especial de Navarra. (1993). *Definición de Discapacidad Intelectual*. <https://creena.educacion.navarra.es/>. Recuperado el 9 de febrero de 2021 de <https://creena.educacion.navarra.es/web/necesidades-educativas-especiales/equipo-de-psiquicos/discapacidad-intelectualp/definicion-de-discapacidad-intelectual/>
- Clark, T. (2019). Enseñar Educación positiva con PEEC. https://translate.googleusercontent.com/translate_c?depth=1&hl=es&prev=search&pto=aue&rurl=translate.google.com&sl=en&sp=nmt4&u=https://www.ggs.vic.edu.au/Blog-Posts/teaching-positive-education-explicitly-with-peec&usg=ALkJrhi8zBudd265stagK14AGk8aQY6UCQ
- Contreras, F. y Esquerro, G. Bogotá, (2006). Psicología Positiva: Una nueva perspectiva en psicología. *Diversitas*. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982006000200011
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Fluir. Una psicología de la felicidad*. Barcelona: Kairós.
- Decreto 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León. *Boletín Oficial de Castilla y León*, 142, de 25 de julio de 2016, 34184 - 34746. <https://www.educa.jcyl.es/es/resumenbocyl/decreto-26-2016-21-julio-establece-curriculo-regula-implant>
- Down España. (2012). *Familias y síndrome de Down*. Madrid. Down España. https://www.sindromedown.net/wp-content/uploads/2014/09/146L_14.pdf
- Fernández de los Ríos, L. (2008). Una revisión crítica de la psicología positiva: historia y concepto. *Revista Colombiana de Psicología*, 161-176. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80411803012>
- Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, 2(3),300-319. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3156001/>
- Greco, C., Morelato, G. e Ison, M. (2006). Emociones Positivas: Una herramienta psicológica para promocionar el proceso de resiliencia infantil. *Revista Psicodebate: Psicología, Cultura y Sociedad*, 7, 81-94. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5645315>

- Hervás, G. (2009). Psicología positiva: una introducción. *Revista Interuniversitaria de formación del profesorado*. 66 (23,3), 15-22 . Recuperado de file:///C:/Users/USER/Desktop/TFG/Psicologiapositiva_UnaintroduccionGHervás.pdf
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 106, de 4 de mayo de 2006, 17158-17207. <https://www.boe.es/boe/dias/2006/05/04/pdfs/A17158-17207.pdf>
- Linley, A., Joseph, A., Harrington, S. & Wood, A. (2006). Positive psychology: Past, present and (possible) future, *The Journal of Positive Psychology*. 1(1), 3–16.
- Linley, P.A. & Joseph, S. (2004). *Positive Psychology in practice*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Lupano Perugini, M. L. y Castro Solano, Alejandro (2010). Psicología Positiva: Análisis desde su surgimiento. *Ciencias Psicológicas*. Recuperado de http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S168842212010000100005&script=sci_arttext
- Martín Cala, M. (2008). Algunas consideraciones acerca del retraso mental y su conceptualización. Retos para la prevención pedagógica y social. *EduSol*, vol. 8, núm. 23, abril-junio, 2008, 65-79. <https://www.redalyc.org/pdf/4757/475748662008.pdf>
- Maslow, A. (1954). *Motivación y psicología*. Capítulo Madrid. Díaz de Santos.
- O.M.S. (2019). *Clasificación Internacional de enfermedades* . CIE 11. Clasificación Internacional de enfermedades 11ª revisión. <https://icd.who.int/es>
- Orden ECI/3857/2007 que regula el Título de Maestro en Educación Primaria: C. Módulo de Prácticum y Trabajo Fin de Grado Materia: Prácticum y Trabajo de Fin de Grado. BOE de 29 de diciembre de 2007.
- Palacios A. y Romanach J. (2020). El modelo de la diversidad: una nueva visión de la bioética desde la perspectiva de las personas con diversidad funcional (discapacidad). *Intersticios* . Vol. 14 (2/1) 2020 *Especial sobre discapacidad*,43-54. <https://www.intersticios.es/article/view/20493>
- Peterson, C. y Seligman, M. E. (2004). *Fortalezas y virtudes del carácter. Un manual y una clasificación*. Oxford University Press.
- Peterson, C. (2006). *A Primer in Positive Psychology*. New York: Oxford University Press


- Reglamento sobre la Elaboración y Evaluación del Trabajo Fin de Grado. BOCyL 15 de febrero de 2012.
- Ruiz Díaz, M. V. (2010). El Papel de la familia en la educación de alumnado con necesidad específica de apoyo educativo. *Innovación y experiencias educativas*, 35,3-12. Recuperado de https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_35/MARIA_VICTORIA_RUIZ_DIAZ_01.pdf
- Seligman, Martin E. P.; Csikszentmihalyi, Mihaly (2000). "Positive psychology: An introduction.". *American Psychologist* (en inglés) 55 (1): 5-14.
- Seligman, M. E. P. (2002). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Vergara.
- Seligman, M. E. P (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well being*. Free Press.
- Toboso-Martín, M. (2018). Diversidad funcional: hacia un nuevo paradigma en los estudios y en las políticas sobre discapacidad. *Política y Sociedad. Ediciones Complutense*. 55(3) 2018: 783-804. <http://hdl.handle.net/10261/184123>
- Vera, B. (2006). Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del Psicólogo*, vol. 27, núm. 1, pp. 3-8. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/778/77827102.pdf>. Beatriz Vera Posec

8. ANEXOS

Anexo 1. Sesión 3: "¿Cómo lo digo con amor?" Expresar amor. Proyectar imágenes como

Amor de la familia	Amor propio	Amor de amigos
	 	
Amor de pareja	Amor de hermanos	Amor por los animales
		

Anexo 2. Formatos para expresar amor.

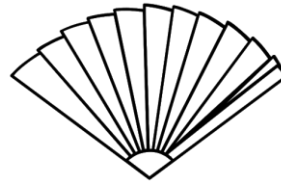
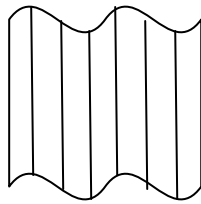
Poesía	Música	Regalo	Carta
<p><i>Amor por mi madre</i></p> <p><i>El amor que yo tengo es por mi madre. Ella me dio la vida, sus besos y sus caricias. Con ella me divierto y siempre acaba riendo. Yo a cambio le doy mi sonrisa para todo el día</i></p>	<p>Un ejemplo es "Qué bonito es querer", de Manuel Carrasco</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Flores - Regalo hecho por mí - Regalo de algo que le alegre, que le guste como una postal  <p><i>Corazón abánico de papel para San Valentín</i></p>	<p>En la que exprese lo que me gusta de la otra persona, momentos en los que hemos disfrutado juntos, cosas que nos gustaría hacer, y lo que quiero a esa persona.</p>

Anexo 3. Sesión 4: "Nuestro granito de arena". Imágenes para lluvia de ideas.

<p>Accidente de tráfico</p> 	<p>Persona tirando basura al suelo</p> 
<p>Persona que cruza por un lugar que no tiene paso de peatones.</p> 	<p>Imágenes de vandalismo</p> 
<p>Mujer realizando las tareas de la casa</p> 	<p>Imagen con basura en el océano</p> 
<p>Persona sin mascarilla (COVID 19)</p> 	<p>Niño solo en el patio del colegio</p> 

Anexo 4. Sesión 4: "Nuestro granito de arena"

RECICLAJE



Anexo 5: ¡Me voy a hacer mayor! Ficha Tipo

UN MOMENTO SIN CONTROL:

¿Qué palabras dices?

¿Qué cosas haces?

¿De qué otra forma podrías comportarte?

¿Qué te hace sentir mejor en ese momento?

Anexo 6. Lista de control autoevaluación alumnos.

ITEM	1	2	3	4	5
Con las actividades que hemos hecho he aprendido cosas nuevas					
Me ha gustado el tema que hemos trabajado durante este mes					
He trabajado bien en el equipo colaborativo, aportando ideas.					
Hemos trabajado en equipo todos por igual, ayudándonos entre nosotros.					
Me relaciono más y mejor con mis compañeros y profesora.					
Las relaciones con los compañeros han mejorado					
Me gustaría repetir estas actividades					
No me han gustado.					
Anota las sugerencias, preferencias o cambios que te gustaría sobre la actividad _____					

Lista de control autoevaluación alumnos. Fuente: elaboración propia.

Anexo 7. Rúbrica práctica docente

ÍTEM	NIVEL DE DESEMPEÑO			
	NECESITA MEJORAR	BUENO	EXCELENTE	
A F E C T I V O	- Interacción docente-alumno.	- Interactúa poco con los alumnos y cuando ello sucede es solo para darles instrucciones.	- Interactúa con los alumnos mediante preguntas directas sobre conocimientos o procedimientos.	- Interactúa con ellos con el fin de plantearles preguntas que les permitan desarrollar conocimientos y argumentos.
	- Valoración de participaciones.	- Valora positiva o negativamente las respuestas pero no enriquecer su aportación.	- Valora las participaciones acompañándolas de feedbacks.	- Valora las respuestas y las enriquece con comentarios propios y de otros alumnos.
	- Reconocimiento del esfuerzo de los alumnos.	- No reconoce el esfuerzo de los alumnos, mencionando exclusivamente los errores o aquello que les falta para completar la tarea.	- Reconoce el esfuerzo de los alumnos en función de los resultados obtenidos.	- Reconoce el esfuerzo de los alumnos, halagando sus avances personales independientemente del grado de ejecución final.
R E L A C I O N A L	- Tipo de aprendizajes.	- Se trabajan temas de conocimiento poco funcionales y desvinculados de los intereses y contexto de los alumnos.	- Se trabajan conceptos y procedimientos útiles para el desarrollo práctico de los alumnos pero sin tener en cuenta sus motivaciones e intereses.	- Se promueven los aprendizajes significativos y funcionales, relacionados con otros temas, que contribuyen a su desarrollo personal en su entorno.
	- Estructuración del conocimiento.	- Se trabajan los diferentes contenidos que propone el currículum sin tener en cuenta una estructura lógica.	- Se trabajan los diferentes contenidos curriculares atendiendo a una estructura lógica pero desconocida para los alumnos.	- Estructura los saberes para facilitar experiencias de aprendizaje significativo atendiendo al enfoque competencial y ubicándolos en contextos variados.
	- Exploración de conocimientos previos.	- Da por hecho que los alumnos posean información sobre el tema y no se asegura.	- Aclara algunos términos o conceptos sin consultar a los alumnos.	- Parte de los conocimientos de sus alumnos previamente valorados.
	- Dinámica grupal.	- La clase se basa en la explicación magistral del docente y la escucha pasiva de los alumnos.	- La clase se basa en la exposición del maestro con la participación de los alumnos.	- La clase se basa en el trabajo grupal, mediante la total participación de los alumnos y las adaptaciones docentes.
	- Tipo de agrupaciones.	- El trabajo de los estudiantes se basa exclusivamente en el trabajo individual y el desarrollo autónomo de las actividades.	- Se proponen algunas tareas para desarrollar tanto en pequeño grupo como a nivel de aula.	- Crea un ambiente colaborativo y de pertenencia en el aula mediante el desarrollo de proyectos grupales que implican tanto la participación autónoma como la interacción con el resto de miembros.
M O T I V A C I O N A L	- Fomento de la motivación/interés.	- Desarrollo de actividades tipo de forma reiterada que no suponen ningún reto para el alumno.	- Desempeño de actividades variadas que se acercan a las expectativas de los alumnos.	- Desarrollo de procesos de enseñanza-aprendizaje efectivos, creativos e innovadores.
	- Uso de material didáctico.	- Utilización exclusiva de la pizarra para las explicaciones.	- Utiliza otros referentes visuales o auditivos para apoyar las explicaciones, además de la pizarra.	- Utiliza material variado para que los alumnos participen en la construcción de su conocimiento.
	- Tipos de materiales.	- Uso de materiales didácticos sin modificaciones.	- Uso de materiales didácticos adaptados.	- Uso de materiales de elaboración propia.
	- Fomento de la participación.	- Hace participar a los alumnos tanto si se han presentado como voluntarios o no.	- Promueve la participación mediante preguntas que pueden responder pidiendo el turno de palabra.	- Promueve la participación creando debates y comentando las diferentes respuestas.

Rúbrica práctica docente. Fuente: www.slideshare.net <https://www.slideshare.net/AleMaC90/rbrica-de-autoevaluacin-de-la-prctica-docente>.

