



---

**Universidad de Valladolid**

Facultad de educación y trabajo social

TRABAJO FIN DE GRADO:

**INTERVENCIÓN EMOCIONAL EN ALUMNADO  
CON DISLEXIA**

2024/2025

Presentado por Alba Belmonte Sánchez

para optar al Grado de

Educación Primaria

por la Universidad de Valladolid

Tutelado por Rebeca Paniagua Alario

## AGRADECIMIENTOS

*No podía comenzar estos agradecimientos sin mencionar en primer lugar a mis padres y a mi hermano. Desde pequeña me habéis acompañado en todos los pasos que he ido dando, permitiéndome equivocarme y ayudándome a levantarme en cada caída. Gracias por darlo todo, por creer en mí incluso cuando yo no lo hacía. Espero que os sintáis tan orgullosos de mí como yo lo estoy de vosotros.*

*A mis abuelos y a mi tío, por ser un apoyo incondicional a lo largo de mi vida. Gracias por vuestro cariño y por acompañarme en mis momentos más difíciles, incluso en la distancia. Abuelo, ahora por fin podrás leer el trabajo del que tanto te he hablado y por el que llevas preocupándote durante todo este tiempo.*

*A mis amigos, mi segunda familia, porque todo es más fácil cuando estáis a mi lado. En especial a Paula, por ser el mejor regalo que me ha dado la carrera. Sin ti, este camino no habría sido igual. Gracias a todos por estar siempre.*

*A mi tutora, Rebeca Paniagua, por tu compromiso, tu cercanía y por transmitirme calma durante el desarrollo de este trabajo. Gracias estar dispuesta a ayudarme siempre que lo he necesitado.*

*A mis tutores de prácticas, Poli y Ana, por vuestra dedicación. Gracias por guiarme en mis primeros pasos como docente, sois una inspiración.*

*Asimismo, a todos los profesores que he tenido a lo largo de mis diferentes etapas educativas, en especial a los que dejaron huella imborrable. Deseo el día de mañana lograr el mismo efecto en mis alumnos.*

*Y, finalmente, a mí misma. A esa niña pequeña que jugaba a ser profesora con sus muñecos y que hoy, después de un largo proceso lleno de numerosas experiencias y aprendizajes, está cumpliendo su sueño.*

*Gracias a todos los que habéis formado parte de este viaje.*

## RESUMEN

La dislexia es el trastorno más prevalente de los Trastornos Específicos del Aprendizaje, afectando aproximadamente al 15-20 % de la población total. Este trastorno impacta principalmente en la lectura y en la escritura. En diferentes estudios se ha podido demostrar la importancia que tiene la dislexia en el ámbito emocional de quien lo padece, dañando su autoestima, su bienestar emocional, la propia integración del alumno en la escuela y aumentar el riesgo de padecer depresión.

Por ello, el objetivo principal de este TFG es diseñar una intervención para estudiantes con dislexia que no solo aborde las dificultades principales del trastorno, sino que también se centre en prevenir daños en el alumnado a nivel emocional y en fortalecer su autoestima.

**Palabras clave:** dislexia, trastorno específico del aprendizaje, emociones, autoestima, depresión, intervención y Audición y Lenguaje.

## ABSTRACT

Dyslexia is the most prevalent in Specific Learning Disorders (SLD), affecting approximately 15-20% of the total population. This disorder primarily impacts reading and writing. Various studies have demonstrated the emotional impact of dyslexia on those who suffer from it, damaging their self-esteem, emotional well-being, and their integration into school, as well as increasing the risk of depression.

Therefore, the main objective of this Final Project is to design an intervention for students with dyslexia that not only addresses the main difficulties of the disorder but also focuses on preventing emotional damage and strengthening their self-esteem.

**Keywords:** dyslexia, specific learning disorder, emotions, self-esteem, depression and intervention and Hearing and Language.

# ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>7</b>
<b>2. OBJETIVOS .....</b>	<b>8</b>
<b>3. JUSTIFICACIÓN .....</b>	<b>9</b>
<b>4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....</b>	<b>10</b>
4.1 DISLEXIA .....	10
4.1.1 Definición .....	10
4.1.2 Tipos de dislexia .....	11
4.1.3 Características.....	12
4.1.4 Prevalencia.....	14
4.1.5 Diagnóstico.....	15
4.1.6 Tratamiento.....	16
4.2 EMOCIONES .....	17
4.2.1 Inteligencia emocional .....	19
4.2.2 El cerebro y las emociones .....	20
4.3 RELACIÓN ENTRE LA DISLEXIA Y LAS EMOCIONES .....	21
4.3.1 Dislexia y autoestima.....	22
4.3.2 Dislexia y depresión.....	23
<b>5. INTERVENCIÓN.....</b>	<b>24</b>
5.1 CONTEXTUALIZACIÓN .....	24
5.2 OBJETIVOS .....	25
5.2.1 Objetivo general .....	25
5.2.2 Objetivos específicos .....	25
5.3 CONTENIDOS .....	25
5.4 COMPETENCIAS.....	26

5.5 METODOLOGÍA .....	27
5.6 TEMPORALIZACIÓN .....	29
5.7 SESIONES Y ACTIVIDADES .....	31
5.8 EVALUACIÓN.....	44
5.8.1 Evaluación del estudiante.....	44
5.8.2 Evaluación de la intervención.....	46
<b>6. CONCLUSIONES .....</b>	<b>48</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA .....</b>	<b>50</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>53</b>

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>FIGURA 1: Tipos de dislexia.....</b>	<b>12</b>
---	-----------

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>TABLA 1: Cronograma.....</b>	<b>31</b>
<b>TABLA 2: Sesión 0.....</b>	<b>32</b>
<b>TABLA 3: Sesión 1.....</b>	<b>33</b>
<b>TABLA 4: Sesión 2.....</b>	<b>34</b>
<b>TABLA 5: Sesión 3.....</b>	<b>36</b>
<b>TABLA 6: Sesión 4.....</b>	<b>37</b>
<b>TABLA 7: Sesión 5.....</b>	<b>38</b>
<b>TABLA 8: Sesión 6.....</b>	<b>40</b>
<b>TABLA 9: Sesión 7.....</b>	<b>41</b>
<b>TABLA 10: Sesión 8.....</b>	<b>42</b>
<b>TABLA 11: Sesión 9.....</b>	<b>43</b>
<b>TABLA 12: Sesión 10.....</b>	<b>44</b>
<b>TABLA 13: Rúbrica de evaluación del estudiante.....</b>	<b>46</b>
<b>TABLA 14: Rúbrica de evaluación de la intervención.....</b>	<b>47</b>
<b>TABLA 15: Materiales. ....</b>	<b>55</b>

## **ÍNDICE DE ABREVIATURAS**

CC: Competencia Ciudadana.

CCEC: Competencia en Conciencia y Expresiones Culturales.

CCL: Competencia en Comunicación Lingüística.

CD: Competencia Digital.

CPSAA: Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender.

DSM-5-TR: Manual Diagnóstico de los Trastornos Mentales 5. Texto Revisado.

DUA: Diseño Universal para el Aprendizaje.

IDA: International Dyslexia Association.

SLD: Specific Learning Disorders.

TFG: Trabajo de Fin de Grado.

TIC: Tecnologías de la Información y la Comunicación.

UVa: Universidad de Valladolid.

# 1. INTRODUCCIÓN

El presente Trabajo de Fin de Grado (TFG) propone una intervención para estudiantes con dislexia, centrándose en el ámbito emocional.

El trabajo está estructurado en tres secciones distintas. La primera sección corresponde a una fundamentación teórica, la segunda expone la intervención y, finalmente, la tercera presenta las conclusiones.

En la primera sección se fundamentará teóricamente el tema elegido. Se presenta una definición de dislexia, los diferentes tipos que encontramos, las características que tiene el alumnado que la padece, la prevalencia del trastorno, el diagnóstico y el tratamiento. Por otro lado, también se aborda el tema de las emociones: qué son, qué es la inteligencia emocional y cómo el cerebro percibe las emociones. Finalmente, se establece una correlación entre la dislexia y las emociones. Dentro de ese apartado, nos centraremos en “dislexia y autoestima” y “dislexia y depresión”.

En la segunda parte del trabajo se presenta una intervención para alumnos de 3º de primaria. En ella, se atenderá el impacto emocional que este trastorno puede provocar en el alumnado que lo padece.

Finalmente, en la tercera sección de este trabajo, se explican las conclusiones a las que hemos llegado.



## **2. OBJETIVOS**

1. Realizar una búsqueda bibliográfica sobre la dislexia y su relación con el ámbito emocional.
2. Identificar la correlación entre la dislexia y las emociones.
3. Analizar cómo afecta la dislexia a las emociones de los alumnos.
4. Comprender las características del alumnado con dislexia.
5. Diseñar una propuesta de intervención para el alumnado con dislexia desde una perspectiva emocional.

### 3. JUSTIFICACIÓN

La dislexia afecta aproximadamente al 15-20% de la población. Es el trastorno más común dentro de los Trastornos Específicos del Aprendizaje. Cada vez son más los autores que relacionan la dislexia con problemas emocionales. Desde asociaciones como Change Dislexia o la Asociación Internacional de Dislexia, se hace hincapié en lo vulnerables que son estas personas a la hora de sufrir un problema emocional, como la falta de autoestima, el estrés o la depresión.

Es por ello que creemos importante que cuando en un aula se trabaje con estudiantes con dislexia se aborde no solo la lectura y la escritura, sino que se ponga el foco en los problemas emocionales que pueda tener o desarrollar.

Apoyándonos en el *Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria*, en el Artículo 4 “Fines” se recoge la importancia de la afectividad, de la formación integral y del desarrollo de la personalidad.

Por otro lado, el *Artículo 6 “Principios Pedagógicos”*, expone en el primer punto la importancia de garantizar una inclusión educativa, atención personalizada a las necesidades de cada estudiante y la prevención de futuras dificultades. En el sexto punto, se menciona que es necesario prestar atención a la educación emocional. Por último, en el noveno punto, se indica que se deberá reforzar la autoestima del alumnado.

Finalmente, el *Artículo 7 “Objetivos”*, señala que es necesario que el alumnado desarrolle actitudes de confianza en sí mismo.

## 4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

En este apartado realizaremos la fundamentación teórica de los conceptos más relevantes de este TFG para lo que nos hemos basado en una revisión bibliográfica de las palabras clave (dislexia, trastorno específico del aprendizaje, emociones, autoestima, depresión, intervención y Audición y Lenguaje) en Google Académico, Dialnet y Almena (Biblioteca de la UVA). Como criterio de inclusión, las fuentes debían ser libros o artículos redactados en inglés o español.

En primer lugar, nos centraremos en la dislexia, sus tipos, características, prevalencia, diagnóstico y tratamiento. A continuación, abordaremos el tema de las emociones. Finalmente, dedicaremos un apartado a la correlación entre la dislexia y las emociones en los estudiantes.

### 4.1 DISLEXIA

#### 4.1.1 Definición

La *International Dyslexia Association* (IDA, 2002) describe la dislexia como “un trastorno específico del aprendizaje de origen neurobiológico. Caracterizada por dificultades para reconocer palabras con precisión y/o fluidez y así como por una capacidad limitada para deletrear y decodificar. Las dificultades mencionadas, suelen deberse a un déficit en el componente fonológico del lenguaje, que aparece de forma inesperada en relación con el resto de las capacidades cognitivas y con lo aprendido en el aula. Además, los afectados pueden experimentar problemas de comprensión lectora”.

El *DSM-5-TR* (Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, 2022), incluye la dislexia en los trastornos del neurodesarrollo dentro del grupo de trastornos específicos del aprendizaje.

Por otro lado, la *Organización Mundial de Enfermedades* (2022), incluye a la dislexia dentro de los trastornos del desarrollo del aprendizaje y da la siguiente definición “el trastorno del desarrollo del aprendizaje con dificultades en la lectura se caracteriza por dificultades significativas y persistentes en el aprendizaje de habilidades académicas relacionadas con la lectura, como precisión en la lectura de la palabra, fluidez en la lectura

y comprensión de la lectura. El desempeño del individuo en la lectura está muy por debajo de lo que cabría esperar para la edad cronológica y el nivel de funcionamiento intelectual, y da lugar a un deterioro significativo en el funcionamiento académico o laboral del individuo. El trastorno del desarrollo del aprendizaje con dificultades en la lectura no se debe a un trastorno del desarrollo intelectual, discapacidad sensorial (visión o audición), trastorno neurológico, falta de disponibilidad de educación, falta de dominio del idioma de instrucción académica o adversidad psicosocial”.

Finalmente, la *World Federation of Neurology* (1968), define la dislexia como “un trastorno en niños que, a pesar de recibir instrucción educativa convencional, no logran las habilidades lingüísticas de lectura, escritura y ortografía esperadas, en consonancia con sus habilidades intelectuales”.

#### **4.1.2 Tipos de dislexia.**

A continuación, expondremos los tipos de dislexia que exponen *Rello & Pavón* (s.f.) para la organización Change Dyslexia. Las autoras dividen la dislexia en tres grandes grupos.

El primero es según su *causa* y se divide en dos. Dentro de este grupo, encontramos la *dislexia del desarrollo*, que es un trastorno que aparece durante el desarrollo, de origen neurobiológico y es el tipo de dislexia más conocido. El otro tipo es la *dislexia adquirida*, en este caso, las dificultades aparecen como consecuencia de un traumatismo o lesión cerebral. En este caso la dislexia puede aparecer en cualquier momento.

La segunda clasificación es en función de la *ruta afectada*, donde nos encontramos tres subgrupos. La *dislexia fonológica*, que se da por un funcionamiento deficiente en la ruta fonológica, visual o auditiva. Lo que significa que las personas que padecen este tipo de dislexia tienen dificultades para la conversión grafema-fonema. Por otro lado, encontramos la *dislexia superficial*, en este caso la ruta que está afectada es la visual o directa. Por tanto, si una persona padece este tipo de dislexia tendrá dificultades para leer palabras irregulares. Para terminar este segundo grupo, tenemos la *dislexia mixta o profunda*, se da cuando una persona tiene un déficit en ambas rutas.

El último grupo que encontramos divide la dislexia según su *grado*, que se subdivide en tres niveles. El primero es *leve*, en este caso las dificultades que presentan se dan en una o dos áreas académicas y pueden ser compensadas con los apoyos adecuados. El siguiente nivel es *moderado*, el sujeto necesita tener unos apoyos y unas adaptaciones académicas

intensivas, las dificultades que presentan pueden estar en una o más áreas, pero tienen un carácter notable. Finalmente, encontramos la *grave*, en estos casos la dislexia afecta a varias áreas académicas y son necesarias las adaptaciones curriculares y los servicios de apoyo, tanto en la escuela como en casa.

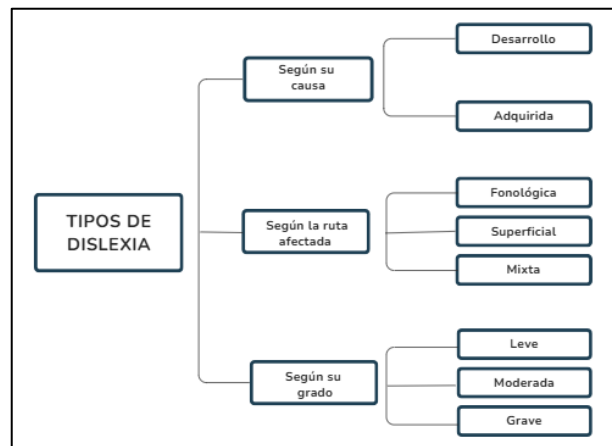


Figura 1: Tipos de dislexia.

El *DSM-5-TR* (2022), hace una propia clasificación de la dislexia en función la gravedad. Quedaría dividido de la siguiente manera:

- **Leve:** se presentan dificultades en una o dos dominios académicos, pero el alumno puede compensarlas con las adaptaciones o apoyos adecuados, especialmente en edad escolar.
- **Moderado:** dificultades notables en una o más áreas de aprendizaje. El sujeto necesita enseñanza intensiva y especializada para lograr ser competente. Es necesario adaptaciones o uso de apoyos, en los lugares de trabajo.
- **Graves:** las dificultades que presenta afectan a varias áreas curriculares. El alumno tiene pocas probabilidades de aprender si no recibe una ayuda constante, intensa, individualizada y especializada. Además, es probable que el alumno no pueda completar las actividades de manera eficiente.

#### 4.1.3 Características

*Martinelli* (2024), establece una serie de indicadores característicos de la dislexia, cuya identificación resulta útil para su detección en el aula. Se tratan de los siguientes:

- Dificultad para pronunciar nuevas palabras.
- Menor fluidez verbal.
- Inversión de letras y números.

- Problemas a la hora de coger apuntes o copiar palabras.
- Dificultades para aprender rimas y para asociar y secuenciar sonidos.
- Problemas de deletreo.
- Rechazo a leer en voz alta.
- Retraso en el habla.
- Problemas para seguir y comprender instrucciones.
- Repetición y omisión de palabras cortas.
- Problemas para distinguir entre la izquierda y la derecha.
- Dificultades de decodificación.
- Problemas para aprender y seguir las reglas de un juego.
- Dificultad para seguir instrucciones.
- Dificultades para aprender un segundo idioma.
- Problemas emocionales.

Por otro lado, la *IDA* (s.f.) enumera las dificultades que suelen tener la mayoría de las personas que padecen dislexia:

- Son creativos, pero no plasman sus ideas por escrito.
- Leer les conlleva una gran dificultad.
- Problemas para pronunciar palabras nuevas o desconocidas.
- Nivel bajo en lectura y ortografía.
- Tarda mucho tiempo en escribir a mano.
- Miedo a la escuela.
- Dificultades para encontrar las palabras correctas.
- Puede confundir la izquierda y la derecha.
- Sus padres pudieron tener problemas en la escuela.
- Dificultad para memorizar direcciones, números de teléfono y datos matemáticos básicos

*Pearson* (2017), expone que las personas con dislexia se caracterizan por “tener una inteligencia promedio o normal, oportunidades socioculturales y de enseñanza, y no tienen dificultades físicas (visuales o auditivas) que puedan ocasionar problemas lectores. (...) La dislexia también afecta el desempeño en tareas vinculadas con la lectura, como pueden ser la comprensión lectora, el desarrollo del vocabulario, la ortografía, la precisión

escrita y los aprendizajes que implican la memoria verbal, como recordar los nombres de las letras, los meses del año o las tablas”.

El manual de *Madrid con dislexia* (2014), manifiesta que “en el aula, la dislexia se puede detectar inicialmente por el retraso o la dificultad en el habla en Educación Infantil, seguida de un retraso o dificultad en el aprendizaje de la lectoescritura, las peculiaridades que se dan cuando consigue iniciar el aprendizaje, la lentitud, la tendencia al deletreo, la escasa comprensión lectora debida a la falta de ritmo, la ausencia de puntuación. A medida que los cursos pasan, los problemas se agudizan, ya que el estudio y el trabajo escolar, en general, se basan en habilidades que el niño no tiene y se va retrasando progresivamente. Así, la dificultad lectora y la escasez de comprensión llevan a malos resultados escolares, mal autoconcepto, actitudes de desgana y conductas en ocasiones disruptivas, perturbadoras del buen funcionamiento del clima del aula”. Al mismo tiempo, expone que “la dislexia se manifiesta de forma distinta en cada persona. No hay una persona con dislexia igual a otra. Varía en función del grado, de la oportunidad y de la eficacia de las terapias. La dificultad principal suele ser el reconocimiento de palabras y la fluidez en la lectura, la ortografía y la escritura”.

#### **4.1.4 Prevalencia**

“La dislexia es el más prevalente de los Trastornos Específicos del Aprendizaje. Afecta al 80% de los alumnos que presentan dificultades escolares. Las valoraciones más aceptadas y razonables establecen un 3% o 4% de dislexia severa y hasta un 10% para casos leves” (Carmona, 2013).

“La dislexia afecta en mayor o menor grado a un 10% o un 15% de la población escolar y adulta. (En España estas cifras se reducen, porque no se ha hecho una estadística real en las aulas). Hay consenso en que entre un 4% y un 50% de los niños presentan problemas graves de aprendizaje y dominio de la lectoescritura. (...) Según las estadísticas citadas arriba, se puede esperar que en cada aula de 25 alumnos haya al menos un niño con esta dificultad para el aprendizaje” (Madrid con Dislexia, 2014).

Por último, exponemos los datos que da la *IDA* (2020), “entre el 13 y el 14 % de la población escolar de todo el país tiene una discapacidad que la califica para recibir educación especial. Los estudios actuales indican que la mitad de todos los estudiantes que califican para recibir educación especial están clasificados como personas con una

discapacidad de aprendizaje (6-7 %). Alrededor del 85 % de esos estudiantes tienen una discapacidad de aprendizaje primaria en la lectura y el procesamiento del lenguaje. Sin embargo, muchas más personas (quizás hasta el 15-20 % de la población en su conjunto) tienen algunos de los síntomas de la dislexia (...) La dislexia afecta a personas de todos los orígenes y niveles intelectuales. (...) Además, la dislexia se transmite de padres a hijos; es muy probable que los padres con dislexia tengan hijos con dislexia”.

#### **4.1.5 Diagnóstico**

El *DSM-5-TR* (2022), expone los siguientes criterios diagnósticos:

1. Dificultad en el aprendizaje y en la utilización de las habilidades académicas. Debe estar presente, al menos, uno de estos síntomas, durante 6 meses o más. Estos incluyen:
  - a. Lectura de palabras de una manera lenta y con esfuerzo.
  - b. No comprenden el significado de lo leído.
  - c. Problemas ortográficos.
  - d. Dificultades en la expresión escrita.
  - e. Problemas para dominar el sentido numérico.
  - f. Dificultades en el área de las matemáticas.
2. Su nivel de desempeño está por debajo de su edad cronológica e interfiere de manera significativa en su rendimiento.
3. Las dificultades empiezan en edad escolar, pero pueden no manifestarse hasta que se superan las capacidades propias del alumno.
4. Estas dificultades no se explican mejor por otros trastornos.

Por su parte, Madrid con dislexia (2014), expone los siguientes criterios que se deben descartar para hacer el diagnóstico:

- Defectos de visión.
- Defectos de audición.
- Un C. I. por debajo de lo normal.
- La existencia de una perturbación emocional primaria.
- Que el problema sea debido a mera falta de instrucción.
- Problemas de salud graves que mediaten el aprendizaje. Lesiones cerebrales diagnosticables y que puedan afectar al área del lenguaje.



- Diagnóstico de algún retraso grave de desarrollo.

A su vez, nos indica que “algo que puede guiar en el diagnóstico, además de las dificultades de lectoescritura, es la existencia de dificultades similares en la familia. Las dificultades y alteraciones en la ruta fonológica (de correcta repetición de determinadas palabras) y las dificultades de pronunciación, si no hay una dislalia clara, pueden orientar hacia la dislexia. También la lateralidad cruzada o no definida suele ir ligada a la dislexia”.

“Es necesario obtener información referente a la historia de desarrollo, médica, de comportamiento y familiar. Al mismo tiempo, debemos descartar los siguientes aspectos:

- Defectos de la visión, de la audición
- Problemas emocionales primarios.
- Problemas de salud graves que dificulten el aprendizaje.
- Lesiones cerebrales.
- Un retraso grave del desarrollo.

Desde la escuela deben tenerse en cuenta los siguientes aspectos: integración del niño dentro del grupo clase, reacción hacia el medio escolar, adaptación general, comportamiento y rendimiento, cual es la percepción del nivel intelectual del niño y de las capacidades asociadas como déficits atencionales, inestabilidad emocional, etc.” (Alvarado et al., 2007).

#### **4.1.6 Tratamiento**

*Carmona* (2013), expone una serie de características que se deben tener en cuenta para llevar a cabo el tratamiento.

1. El tratamiento se basa en las necesidades de los alumnos. Es individual.
2. Utilizará todas las vías posibles de acceso al aprendizaje. Es multisensorial.
3. Utiliza la correspondencia letra/sonido en la que están basadas las lenguas alfabéticas. Es un sistema alfabético/fonológico.
4. Las palabras pueden ser divididas en sonidos y en sus símbolos ortográficos para la escritura. Es un proceso sintético/analítico.
5. Se consigue la plena capacidad de leer y escribir con la comprensión y la fluencia del lenguaje. Es la metacognición del lenguaje.

6. Está organizado y presentado en orden lógico y adecuado a nuestro lenguaje. Es sistemático.
7. El alumno debe avanzar ordenadamente, desde lo más sencillo a lo más complejo. El aprendizaje es secuencial.
8. Cada paso se basa en aquello ya aprendido. El proceso es acumulativo.
9. El alumno debe comprender aquello que aprende. Es un procesamiento cognitivo.
10. El propósito de la lectura y la escritura es comprender el pensamiento de otra persona y que otros comprendan nuestro pensamiento. Es comunicación.
11. La confianza en uno mismo permite superar tensiones y mejorar el rendimiento. Precisamos de un buen estado emocional.

Además, indica que “el niño y la niña disléxicos tienen derecho a aprender, y para ello, deben disponer en la escuela de las adecuaciones instrumentales que les permitan adquirir los conocimientos curriculares: ubicación dentro del aula, control conjunto de la agenda, adecuar la cantidad de trabajo escolar y exámenes al tiempo que necesita para realizarlos, permitir el uso de las tecnologías que puedan facilitar su trabajo, primar la calidad por encima de la cantidad, adecuar las evaluaciones a sus características con exámenes orales si tienen facilidad expresiva o mixtos –oral/escrito– si también tienen dificultades orales, y adecuar la valoración de las dificultades gráficas y ortográficas”.

## **4.2 EMOCIONES**

“El término emoción se refiere a un sentimiento y a los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencias a la acción que lo caracterizan. Existen centenares de emociones y muchísimas más mezclas, variaciones, mutaciones y matices diferentes entre todas ellas. En realidad, existen más sutilezas en la emoción que palabras para describirías. (...) hay otras características a las que hemos dado en llamar inteligencia emocional, características como la capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con nuestras facultades racionales y, por último —pero no, por ello, menos importante—, la capacidad de empatizar y confiar en los demás” (Goleman, 1984).

La RAE (s.f.) define emoción de dos maneras distintas, la primera como: “Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”. Mientras que la segunda dice “Interés, generalmente expectante, con que se participa en algo que está ocurriendo”.

“La emoción es ese motor que todos llevamos dentro. Una energía codificada en ciertos circuitos neuronales localizados en zonas profundas de nuestro cerebro (en el sistema límbico) que nos mueve y nos empuja a “vivir”, a querer estar vivos en interacción constante con el mundo y con nosotros mismos. Circuitos que, mientras estamos despiertos, se encuentran siempre activos, en alerta, y nos ayudan a distinguir estímulos importantes para nuestra supervivencia” (Bisquerra, y otros, 2012).

Goleman (1984), divide las emociones en ocho grandes grupos de emociones principales. Cada grupo, incluye a su vez diversas emociones secundarias. Su división es la siguiente:

- Ira: rabia, enojo, resentimiento, furia, exasperación, indignación, acritud, animosidad, irritabilidad, hostilidad y, en caso extremo, odio y violencia.
- Tristeza: aflicción, pena, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desesperación y, en caso patológico, depresión grave.
- Miedo: ansiedad, aprensión, temor, preocupación, consternación, inquietud, desasosiego, incertidumbre, nerviosismo, angustia, susto, terror y, en el caso de que sea psicopatológico, fobia y pánico.
- Alegría: felicidad, gozo, tranquilidad, contento, beatitud, deleite, diversión, dignidad, placer sensual, estremecimiento, raptó, gratificación, satisfacción, euforia, capricho, éxtasis y, en caso extremo, manía.
- Amor: aceptación, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, devoción, adoración, enamoramiento y ágape.
- Sorpresa: sobresalto, asombro, desconcierto, admiración.
- Aversión: desprecio, desdén, displicencia, asco, antipatía, disgusto y repugnancia.
- Vergüenza: culpa, perplejidad, desazón, remordimiento, humillación, pesar y aflicción.

En 1998, Goleman expone las cinco habilidades emocionales y sociales básicas. “*Conciencia de sí mismo*: Capacidad de saber lo que estamos sintiendo en un determinado momento y de utilizar nuestras preferencias para guiar la toma de decisiones basada en

una evaluación realista de nuestras capacidades y en una sensación bien asentada de confianza en nosotros mismos. *Autorregulación*: Manejar nuestras emociones para que faciliten la tarea que estemos llevando a cabo y no interfieran con ella; ser conscientes y demorar la gratificación en nuestra búsqueda de objetivos; ser capaces de recuperarnos prontamente del estrés emocional. *Motivación*: Utilizar nuestras preferencias más profundas para encaminarnos hacia nuestros objetivos, ayudarnos a tomar iniciativas, ser más eficaces y perseverar a pesar de los contratiempos y las frustraciones que se presenten. *Empatía*: Darse cuenta de lo que están sintiendo las personas, ser capaces de ponerse en su lugar y cultivar la relación y el ajuste con una amplia diversidad de personas. *Habilidades sociales*: Manejar bien las emociones en las relaciones, interpretando adecuadamente las situaciones y las redes sociales; interactuar fluidamente; utilizar estas habilidades para persuadir, dirigir, negociar y resolver disputas; cooperar y trabajar en equipo”.

#### **4.2.1 Inteligencia emocional**

“El término "inteligencia emocional" se refiere a la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos. (...) Está relacionada con el funcionamiento concertado y armónico entre los centros emocionales y los centros intelectuales” (Goleman, 1998).

Dentro de la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner, encontramos la inteligencia intrapersonal. Esta inteligencia hace alusión al conocimiento de las emociones. *Gardner* (2015) la define de la siguiente manera “la inteligencia intrapersonal, el conocimiento de los aspectos internos de una persona: el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de efectuar discriminaciones entre estas emociones y finalmente ponerlas un nombre y recurrir a ellas como medio de interpretar y orientar la propia conducta. Una persona con una buena inteligencia intrapersonal posee un modelo viable y eficaz de sí mismo. Puesto que esta inteligencia es la más privada, precisa de la evidencia del lenguaje, la música u otras formas más expresivas de inteligencia, para poder ser observada en funcionamiento”.

Otra definición de inteligencia emocional es la que nos ofrece *Bisquerra y otros* (2012), que expone lo siguiente: “es la habilidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las demás personas y la capacidad para regularlas. La conciencia emocional es el

requisito para poder pasar a la regulación. La autorregulación emocional consiste en un difícil equilibrio entre la impulsividad y la represión. Ambos extremos pueden ser igualmente perjudiciales. (...) Conciencia y regulación emocionales deben considerarse competencias básicas para la vida, ya que la persona que ha adquirido está en mejores condiciones para afrontar los retos de la vida.

*Goleman* (1984) expuso que: “La aplicación óptima de los programas de alfabetización emocional debe comenzar en un período temprano, adaptarse a la edad del alumno, proseguir durante todos los años de escuela y aunar los esfuerzos conjuntos de la escuela, el hogar y la comunidad en general”.

#### **4.2.2 El cerebro y las emociones**

Según lo expuesto por *Goleman* (1984) podemos decir que nuestro cerebro utiliza su propio método para registrar los recuerdos que contengan una alta carga emocional. El sistema de nuestro organismo encargado de alertar y preparar a nuestro cuerpo para defenderse ante una amenaza también es el responsable de almacenar los recuerdos en la memoria. En caso de emociones intensas, como el estrés, la ansiedad o incluso una intensa alegría, el nervio esplácnico conecta nuestro cerebro con las glándulas suprarrenales, ubicada sobre nuestros riñones, para estimular la secreción de hormonas como la adrenalina y la noradrenalina, las cuales preparan al cuerpo para responder ante una emergencia.

Las hormonas mencionadas anteriormente se encargan de activar los receptores ubicados en el nervio vago. Este nervio es responsable, entre otras funciones, de transmitir los mensajes que regulan la actividad cardíaca desde el cerebro y, a su vez, de devolver la señal activando estas mismas hormonas. Todas estas señales son recibidas, principalmente, por la amígdala. La activación de la amígdala puede intensificar la carga emocional del recuerdo. Cuanto más intensa es dicha activación, más profundo e indestructible es el recuerdo que nos dejan las experiencias que nos han asustado o emocionado.

Esto significa que el cerebro cuenta con dos sistemas de almacenamiento: uno para los hechos que nos ocurren en el día a día y otro para recuerdos en los que están implicados una carga emocional elevada. Es decir, es más fácil que recordemos acontecimientos importantes en nuestra vida o situaciones que han marcado a la sociedad, como nuestro

primer viaje en avión o el atentado del 11-M, a recuerdos cotidianos que no implican una carga emocional elevada.

Por otro lado, la amígdala se encarga de comparar una situación actual con otra que ya ha sucedido con anterioridad, únicamente por compartir rasgos similares ambas situaciones.

Un ejemplo para explicar esto podría ser el siguiente: cuando teníamos cinco años fuimos atacados por un perro que ladraba mucho. En la actualidad, al oír ladrar a un perro, nuestra amígdala compara la situación actual con la que vivimos hace años y saca sus propias conclusiones. Puede ser que esté en lo cierto y huyamos porque vamos a volver a ser atacados o se equivoque y el perro no tenga intención de hacernos nada.

La gran mayoría de recuerdos emocionales intensos proceden de los primeros años de vida y de la relación que la persona tiene con sus cuidadores. Especialmente en situaciones traumáticas, como maltrato o abandono.

### **4.3 RELACIÓN ENTRE LA DISLEXIA Y LAS EMOCIONES**

Desde la *IDA* (s.f.) nos explican que es común que personas de todas las edades experimenten el estrés o la ansiedad, pero que la población que tiene dislexia es especialmente vulnerable a sufrirlo.

Muchas personas que están diagnosticadas con dislexia no llegan a comprenderlo, lo que genera un sentimiento de culpa hacia sí mismas por las dificultades que experimentan. Que desde pequeños se culpen por no ser capaces de superar sus propias dificultades puede afectar a su autoestima, haciendo que quienes lo padecen tengan problemas a la hora de enfrentarse a la sociedad. Como consecuencia, cuando se enfrentan a estas situaciones, puede desencadenar en estrés o ansiedad.

Es común que las personas con dislexia se vuelvan más introvertidas, prefieran estar en compañía de alumnos más pequeños o se aislen socialmente, ya que, al interactuar con otros, corren el riesgo de cometer errores, que estos se den cuenta y genere una reacción negativa en los demás. Es importante que los docentes y personas allegadas tomen conciencia de los problemas en la autoestima que puede ocasionar que se les compare con compañeros de clase o hermanos.

Por su parte, *Madrid con Dislexia* (2019) expone que, en la mayoría de los casos, las calificaciones del alumnado con dislexia son bajas, sus esfuerzos parecen no ser reconocidos, pueden estar marginados en clase y llegan a ser considerados, tanto por los demás como por ellos mismos, como estudiantes con problemas intelectuales, que no están capacitados para seguir el mismo currículo educativo que sus compañeros. Para poder enfrentarse a estos problemas optan por desarrollar personalidades reservadas y asilarse socialmente.

Como hemos expuesto anteriormente, el papel de las personas de su alrededor es esencial para superar los problemas emocionales que pueda padecer. Hay que destacar sus capacidades, logros... explicar bien lo que les ocurre o hacer hincapié en que su capacidad intelectual es normal o superior. Nos ayudará a mejorar la imagen que tienen sobre sí mismos y que acepten la ayuda necesaria. Es muy importante mantener una actitud positiva ante las dificultades del alumnado con dislexia.

En la página de *Change Dyslexia* (2022), hacen alusión a este tema. “La dislexia no afecta a la inteligencia, las dificultades en lectura y escritura hacen que la etapa escolar resulte especialmente dura para los niños con dislexia. Los niños que enfrentan alguna dificultad de aprendizaje como la dislexia, suelen tener niveles más altos de estrés o ansiedad y son más vulnerables a problemas emocionales como baja autoestima”.

En el estudio llevado a cabo por *Zupardo, Rodríguez, Pirrone, y Serrano* (2020), apoya esta idea en sus conclusiones, ya que la dislexia manifiesta una influencia significativa sobre rasgos, emocionales y conductuales, esenciales del individuo, especialmente durante la edad escolar. Además, estos autores concluyen que es posible extraer un perfil común del alumnado con dislexia a partir de los aspectos observados en el ámbito emotivo-conductual. Esto influiría directamente en la imagen que tienen de sí mismos. A su vez, los alumnos con dislexia que fueron estudiados, presentaban problemas como la ansiedad social y malestar psicológico y conductual.

#### **4.3.1 Dislexia y autoestima**

Según la información expuesta por la *IDA* (2017), podemos concluir que la dislexia es un problema que afecta a la autoestima de las personas, ya que los estudiantes con dislexia suelen tener el sentimiento de que no son capaces.

El estrés es común en alumnado con dislexia y la principal causa de que quieran abandonar los estudios.

Numerosas investigaciones han concluido que cuando un estudiante típico tiene éxito, lo atribuye a su propio esfuerzo y que, cuando fracasa, piensa que se debe a que se ha esforzado poco. En cambio, cuando un alumno con dislexia obtiene buenas notas lo atribuye a la suerte y cuando fracasa, se culpa a sí mismo, llegando a creer que es no sirve para eso. Se estima que llegan a esta conclusión alrededor de los diez años. Una vez pasada esta edad, resulta complicado modificar la percepción que tiene sobre sí mismo. Es por ello por lo que es importante trabajar las emociones con este tipo de alumnado previamente.

#### **4.3.2 Dislexia y depresión**

La *IDA* (2017) expone lo siguiente. “La depresión también es una complicación frecuente en la dislexia. Los niños y adolescentes deprimidos suelen tener síntomas diferentes a los de los adultos deprimidos. Es poco probable que el niño deprimido se muestre letárgico o hable de sentirse triste. En cambio, puede volverse más activo o comportarse mal para ocultar los sentimientos dolorosos. En el caso de la depresión enmascarada, el niño puede no parecer obviamente infeliz. Sin embargo, tanto los niños como los adultos que están deprimidos tienden a tener tres características similares:

- Suelen tener pensamientos negativos sobre sí mismos, es decir, una autoimagen negativa.
- Suelen ver el mundo de forma negativa. Es menos probable que disfruten de las experiencias positivas de la vida. Esto hace que les resulte difícil divertirse.
- La mayoría de los jóvenes deprimidos tienen grandes problemas para imaginar algo positivo sobre el futuro. El niño deprimido con dislexia no solo experimenta un gran dolor en sus experiencias presentes, sino que también prevé una vida de fracaso continuo”.



## 5. INTERVENCIÓN

### 5.1 CONTEXTUALIZACIÓN

La presente intervención pretende dar respuesta a las necesidades emocionales del alumnado de tercero de Educación primaria que presente un diagnóstico de dislexia, dentro de cualquier tipo de contexto educativo. Se trata de un plan de intervención basado en 11 sesiones de intervención (numeradas desde la Sesión 0 hasta la 10) a desarrollar durante siete semanas que puede llevarse a cabo en cualquier momento del curso escolar, de manera transversal durante la intervención específica en los procesos de la lectura y escritura. Las sesiones cuentan con un hilo conductor, el diario de las emociones, el resto de las actividades que se plantean son independientes.

El *II Plan de Atención a la Diversidad en la Educación de Castilla y León* (2017), tiene como objetivo principal garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad para el alumnado. A su vez, promueve que los centros se centren en conseguir el máximo desarrollo a nivel personal, social y académico de todos los estudiantes, haciendo especial atención a todos aquellos que presentan dificultades a nivel educativo. Además, menciona la importancia del desarrollo emocional en el alumnado, reconociendo que es un factor determinante para garantizar un correcto desarrollo académico y personal.

Asimismo, el *Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria* y el *Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León*, promueven una educación centrada en el desarrollo integral del alumnado, en el que se incluyen las competencias emocionales, la individualización del aprendizaje y la atención a la diversidad como principio fundamental.

Basándonos en el enfoque del Plan de Atención a la Diversidad de Castilla y León y del currículo, tanto estatal como autonómico, nuestra intervención ha sido planteada desde una perspectiva inclusiva y como una herramienta de prevención, ofreciendo una respuesta ajustada a las necesidades educativas y emocionales que puede manifestar el alumnado con dislexia, proporcionando estrategias que favorezcan un correcto manejo y conocimiento de las emociones.

Dentro de la programación del maestro de Audición y Lenguaje se contempla la atención a las dificultades en la lectoescritura, entre las que se encuentra la dislexia. Estas dificultades requieren de una intervención individualizada, ajustada a las características propias de cada estudiante. La intervención que se desarrolla en el presente Trabajo de Fin de Grado tiene como propósito trabajar las emociones en el alumnado con dislexia, a través de actividades que impliquen lectura y escritura. Por ello, dentro de la programación de Audición y Lenguaje, se incluiría como contenido transversal al trabajo propiamente dicho de la lectura y escritura.

## **5.2 OBJETIVOS**

### **5.2.1 Objetivo general**

Fomentar el autoconocimiento emocional a través de la identificación, reflexión, diferenciación y relación de las emociones, así como afianzar fuentes internas y externas de bienestar emocional y mejorar su autoestima mediante la reflexión positiva de sí mismo.

### **5.2.2 Objetivos específicos**

1. Consolidar hábitos de reflexión emocional.
2. Identificar las emociones básicas.
3. Identificar las emociones complejas.
4. Reflexionar sobre el impacto que producen las emociones.
5. Identificar, reconocer, diferenciar y relacionar las emociones.
6. Promover la capacidad de reconocer las fortalezas en los demás.
7. Reforzar el autoconcepto mediante la reflexión de aspectos positivos en uno mismo.
8. Potenciar la autoestima con fuentes internas y externas de felicidad.
9. Generar dinámicas para aumentar y reforzar la autoestima.

## **5.3 CONTENIDOS**

1. Reflexión emocional.
2. Emociones básicas.

3. Emociones complejas.
4. Impacto de las emociones.
5. Conocimiento emocional.
6. Reconocimiento de fortalezas en los demás.
7. Autoconcepto.
8. Fuentes internas y externas de felicidad.
9. Dinámicas de refuerzo de la autoestima.

## 5.4 COMPETENCIAS

Las competencias clave que establece el *Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León* y que se trabajan en la presente intervención, son las siguientes:

### 1. Competencia en comunicación lingüística (CCL).

- Los objetivos implican del desarrollo del lenguaje tanto oral como escrito.
- Objetivos relacionados: todos.

### 2. Competencia digital (CD).

- El uso de las TICS.
- Objetivos relacionados: 2.

### 2. Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA).

- Los sentimientos, su reconocimiento y valoración.
- Objetivos relacionados: 1,4,6,7,8 y 9.

### 3. Competencia ciudadana (CC).

- Reconocer lo bueno en los compañeros y hacer una valoración positiva de otros.
- Objetivos relacionados: 1, 6 y 8.

### 4. Competencia en conciencia y expresiones culturales (CCEC).

- Se promueve el uso del arte como forma de expresión.
- Objetivos relacionados: 1, 2, 4, 7 y 9.

En cuanto a las competencias específicas del tercer ciclo, se trabaja la siguiente:

4.1 Mostrar actitudes que fomenten el bienestar emocional y social, identificando las emociones propias y las de los demás, mostrando empatía y estableciendo relaciones afectivas saludables.

## **5.5 METODOLOGÍA**

Nuestra intervención se basa en el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), el cual es un enfoque que garantiza el acceso al aprendizaje de todo el alumnado, atendiendo a la diversidad, así como a los distintos ritmos y estilos de aprendizaje. El DUA promueve la educación inclusiva y equitativa.

La intervención se basa en el uso de una metodología activa, en la cual el estudiante es el protagonista de su proceso de aprendizaje. Esta metodología concibe al alumno como un sujeto activo en el proceso de enseñanza-aprendizaje, que debe participar, investigar, tomar sus propias decisiones y reflexionar sobre lo que ha aprendido. A lo largo de las sesiones, el alumno se deberá implicar en las actividades diseñadas para ganar autonomía y conseguir los objetivos.

Además, la intervención cuenta con una metodología lúdica, en la que el juego es clave y nos permite desarrollar múltiples destrezas cognitivas, sociales y emocionales. Por otro lado, se usará el juego como evaluador del conocimiento obtenido por el alumnado, de manera que el estudiante no sea consciente de ello.

También incluimos el aprendizaje experimental. El alumno adquirirá el conocimiento en base a las experiencias directas que vivencie. Por ello, se plantean contextos tanto reales como simulados (dramatizaciones), en los que el estudiante deberá implicarse, lo que favorecerá su comprensión.

Finalmente, el aprendizaje por descubrimiento. En lugar de presentar teóricamente los contenidos, será el alumno quien, a través de diferentes actividades, consiga lograr los objetivos.

Por otro lado, los principios metodológicos que establece el *Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria*

en la Comunidad de Castilla y León y que se trabajan en la presente intervención, son las siguientes:

1. Trabajo según las características de cada alumno.
2. Promover la acción del niño.
3. Funcionalidad de la comunicación comunicativa, lingüística.
4. Perspectiva globalizadora.
5. Carácter transversal e interdisciplinariedad.
6. Metodologías activas contextualizadas.
7. Inclusión educativa.
8. Estimulación multisensorial.
9. Planteamiento lúdico de las actividades.

Relacionado con los materiales que vamos a utilizar a lo largo de las sesiones, se utilizarán fichas de trabajo, material fungible, TICS y diverso material bibliográfico como el Emocionario (*Anexo I*).

La programación se basará en 11 sesiones de trabajo con una duración estimada de 45 minutos y una estructura predecible, rutinaria y estable para las todas las sesiones excepto la número 0, 1, 6 y 10. Para las restantes, la estructura será la siguiente:

1. Tiempo de acogida: es el momento en el cual descubrimos cómo se siente ese día el niño. Además, se le explicará brevemente lo que vamos a ir haciendo durante la sesión.
2. Diario de las emociones: este tiempo se dedicará a comprobar lo que ha ido escribiendo y resolver las dudas que le han podido surgir.
3. Actividad propia de la sesión.
4. Cierre de sesión: momento en el que se reflexionará sobre la actividad que hemos realizado.

Tanto la “Sesión 0” como la “Sesión 10” seguirán la misma estructura en lo referido al tiempo de acogida y cierre de sesión, la modificación se dará en el tiempo de actividad, que en este caso se dedicará a realizar una ficha de evaluación. Además, en la última sesión se reflexionará sobre la actividad común. La primera durará media hora, mientras que la segunda tendrá una duración de una hora.

Por otro lado, la “Sesión 1” cuenta con una estructura propia. En esta sesión, se realizará un tiempo de acogida y un cierre de sesión igual que en el resto de las sesiones, pero únicamente se realizará una actividad. Dedicaremos la sesión a explicar el diario de las emociones, que es el hilo conductor de nuestra intervención.

Finalmente, la “Sesión 6” se divide en dos partes. La primera parte tiene una duración de 25 minutos, es la única parte grupal de la intervención y se divide en tiempo de acogida y actividad. Por su parte, la segunda parte mantendrá la estructura común, sustituyendo la actividad propia por una reflexión sobre la actividad realizada en grupo. Además, su duración es de 25 minutos.

## **5.6 TEMPORALIZACIÓN**

La intervención consta de nueve sesiones y dos evaluaciones. La primera evaluación se realizará antes de comenzar con las sesiones y, una vez completada la intervención, se llevará a cabo la evaluación final.

Cada sesión diseñada en la presente intervención tiene una duración aproximada de cuarenta y cinco minutos y se trabajará de manera individual, a excepción de la sesión seis, la cual se dividirá en dos partes. La primera parte tendrá una duración aproximada de veinte minutos y se realizará con toda la clase del estudiante, mientras que la segunda parte tendrá una duración de unos treinta minutos y será individual. En función del horario y las posibilidades de cada centro, se pueden realizar a continuación u otro día.

Las sesiones no están diseñadas con ninguna temática específica (Navidad, otoño, carnaval...), por lo que se pueden llevar a cabo en cualquier época del año.

A continuación, exponemos un cronograma detallado de lo que consideramos que sería su temporalización ideal para la intervención. En ella trabajamos dos sesiones por semana, a excepción de las evaluaciones; en estos casos, se realizará una única sesión a la semana.

Primera semana	
<b>Sesión 0: Evaluación inicial.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Duración: 30 minutos.</li> <li>• Individual.</li> </ul>	
Segunda semana	
<b>Sesión 1.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Duración: 45 minutos.</li> <li>• Individual.</li> <li>• Actividad 1: “Diario de las emociones”</li> </ul>	<b>Sesión 2.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Duración: 45 minutos.</li> <li>• Individual.</li> <li>• Actividad 1.</li> <li>• Actividad 2: “¿Cuánto sé sobre las emociones?”</li> </ul>
Tercera semana	
<b>Sesión 3.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Duración: 45 minutos.</li> <li>• Individual.</li> <li>• Actividad 1.</li> <li>• Actividad 3: “Emocionario”</li> </ul>	<b>Sesión 4.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Duración: 45 minutos.</li> <li>• Individual.</li> <li>• Actividad 1.</li> <li>• Actividad 4: “¿Qué emoción soy?”</li> </ul>
Cuarta semana	
<b>Sesión 5.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Duración: 45 minutos.</li> <li>• Individual.</li> <li>• Actividad 1.</li> <li>• Actividad 5: “El roscón de las emociones”</li> </ul>	<b>Sesión 6: Primera parte.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Duración: 25 minutos.</li> <li>• Grupal.</li> <li>• Actividad 6: “La caja de los mensajes bonitos”</li> </ul>
Quinta semana	
<b>Sesión 6: Segunda parte.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Duración: 25 minutos.</li> <li>• Individual.</li> <li>• Actividad 1.</li> <li>• Reflexión sobre la actividad 6.</li> </ul>	<b>Sesión 7.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Duración: 45 minutos.</li> <li>• Individual.</li> <li>• Actividad 1.</li> <li>• Actividad 7: “Yo soy...”</li> </ul>

Sexta semana	
<b>Sesión 8.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Duración: 45 minutos.</li> <li>• Individual.</li> <li>• Actividad 1.</li> <li>• Actividad 8: “Mi felicidad”</li> </ul>	<b>Sesión 9.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Duración: 45 minutos.</li> <li>• Individual.</li> <li>• Actividad 1.</li> <li>• Actividad 9: “Mi tesoro”</li> <li>• Actividad 10: “Nuevos escudos”</li> </ul>
Séptima semana	
<b>Sesión 10: Reflexión y evaluación final.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Duración: 1 hora.</li> <li>• Individual.</li> <li>• Reflexión sobre la actividad 1.</li> </ul>	

Tabla 1: Cronograma.

## 5.7 SESIONES Y ACTIVIDADES

Por lo general, la estructuración de las sesiones cuenta con un tiempo de acogida, cuyo objetivo es descubrir cómo se siente el niño y su predisposición al trabajo. Además, en la mayoría de las sesiones también se comentará la “Actividad 1: Diario de emociones”, a excepción de la “Sesión 1”, que estará íntegramente destinada a trabajar sobre esa actividad. Continuaremos la sesión con actividad propia del día y para finalizar, comentaremos la sesión, y, en caso de ser necesario, se mandará actividad para casa.

Tanto la “Sesión 0” como la “Sesión 10”, están destinadas a la evaluación del estudiante. En la “Sesión 0” se llevará a cabo una evaluación inicial, mientras que en la “Sesión 10” se realizará la evaluación final y la reflexión sobre la “Actividad 1”.

Finalmente, queremos aclarar que cada sesión tendrá su propio objetivo y, a excepción de la “Sesión 0”, todos contarán con un objetivo común.



SESIÓN 0: Evaluación inicial.
<p><b>Objetivo:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluar los conocimientos previos del alumno.</li> </ol>
<p><b>Tiempo de acogida.</b></p> <p>Tiene como objetivo descubrir cómo se siente el niño y su predisposición al trabajo en la sesión. Para ello, se le podrán realizar preguntas sobre su fin de semana o sobre futuros planes.</p> <p>Además, se le explicará qué vamos a hacer en esta sesión.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>
<p><b>Evaluación inicial.</b></p> <p>Durante este tiempo, se entregará al alumno una ficha (<i>Anexo 2</i>) que deberá rellenar, a partir de la cual se determinarán sus conocimientos previos y se identificarán sus necesidades (en el apartado de evaluación se desarrolla este apartado).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 20 minutos.</li> </ul>
<p><b>Cierre de sesión.</b></p> <p>Para finalizar la sesión, se le preguntará acerca de la ficha que acaba de rellenar y se le explicará que, en las próximas sesiones, se trabajará los temas de los sentimientos, las emociones y la autoestima.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>

Tabla 2: Sesión 0.

SESIÓN 1
<p><b>Objetivo y competencias:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Consolidar hábitos de reflexión emocional. <ul style="list-style-type: none"> <li>o CCL, CPSAA, CC y CCEC.</li> </ul> </li> </ol>
<p><b>Tiempo de acogida.</b></p> <p>Comenzaremos hablando sobre cómo se siente y su predisposición a realizar las actividades de esta sesión.</p> <p>En este primer día, le explicaremos el proyecto de las emociones que vamos a llevar a cabo durante las siguientes sesiones.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 15 minutos.</li> </ul>

<p><b>Actividad 1: “Diario de las emociones”</b></p> <p>Le explicaremos al alumno que deberá ir realizando un seguimiento emocional de cada día.</p> <p>Para ello le daremos una carpeta, en la que encontrará unas fichas iguales, cuya única diferencia es la fecha que aparece en ellas. Es importante hacer una estimación de cuántos días creemos que ocupará la intervención y así darle un número correspondiente de fichas. (<i>Anexo 3</i>).</p> <p>Le explicaremos al alumno que cada día debe escribir cómo se ha sentido y en caso de tener preocupaciones o agradecimientos, también deberá expresarlo. Además, deberá destacar un aspecto positivo y uno negativo de su personalidad. En cuanto al apartado del color del día, deberá seleccionar el color que considere que se adapta mejor a los sentimientos que ha experimentado.</p> <p>Al ser el primer día que va a hacer el diario, se realizará una primera página conjuntamente. Para ello, el estudiante deberá recordar los sentimientos del día anterior para rellenar en conjunto la ficha.</p> <p>Finalmente, se le comentará que en todas las sesiones vamos a dedicar un tiempo para hablar del diario.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 30 minutos.</li> </ul>
<p><b>Cierre de sesión.</b></p> <p>Para finalizar la sesión, se le preguntará su opinión acerca del diario y se le recordará la importancia de irlo rellenando diariamente.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>

Tabla 3: Sesión 1.

SESIÓN 2
<p><b>Objetivos y competencias:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Consolidar hábitos de reflexión emocional. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CCL, CPSAA, CC y CCEC.</li> </ul> </li> <li>2. Identificar las emociones básicas. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CCL, CD y CCEC.</li> </ul> </li> </ol>

<p><b>Tiempo de acogida.</b></p> <p>Aprovecharemos este momento para dejar que el alumno nos cuente todo lo que él quiera. Además, se le explicará qué vamos a hacer en esta sesión.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>
<p><b>Actividad 1: “Diario de las emociones”</b></p> <p>Al ser el primer día después de asignarle esta actividad, nos detendremos en comprobar que ha entendido lo que debía hacer; en caso contrario, se le repetirá la explicación.</p> <p>A continuación, comentaremos si tiene algún sentimiento al que no sepa ponerle nombre y dejaremos un tiempo a que nos exponga todas sus inquietudes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>
<p><b>Actividad 2: “¿Cuánto sé sobre las emociones?”</b></p> <p>Antes de comenzar con la propia actividad de la sesión, visualizaremos los primeros 7 minutos de la película de Inside Out (Disney, 2015). Una vez que hemos visto el fragmento, realizaremos con el alumno una reflexión sobre las emociones que aparecen en la película y el conocimiento que tiene acerca de estas.</p> <p>Una vez visualizada la película, trabajaremos las siguientes emociones: amor, odio, ira, felicidad, tristeza, culpa, miedo, asco y aburrimiento, alguna de ellas ya las hemos visto previamente al visualizar el fragmento. Para ello, se le pedirá que responda a unas preguntas en unas fichas. En ellas, se le pide que nos explique que es la emoción correspondiente, una película/serie y una canción que le recuerde a ese sentimiento, indique un color que se le podría asignar y, finalmente, realice un dibujo (<i>Anexo 4</i>).</p> <p>Para explicarle la actividad, iremos respondiendo en conjunto a las preguntas sobre una de las emociones. Luego, se le dejará que las responda de manera individual.</p> <p>Finalmente, comentaremos sus respuestas en conjunto, al mismo tiempo que le expresamos nuestra opinión acerca de los sentimientos que estamos trabajando.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 30 minutos.</li> </ul>
<p><b>Cierre de sesión.</b></p> <p>Para finalizar la sesión, se le preguntará su opinión acerca de la actividad que hemos realizado. En caso de no haber terminado alguna de las fichas de las emociones, se le mandará completar en casa y se le recordará que debe continuar rellenando el diario.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>

Tabla 4: Sesión 2.

SESIÓN 3
<p><b>Objetivos y competencias:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Consolidar hábitos de reflexión emocional. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CCL, CPSAA, CC y CCEC.</li> </ul> </li> <li>2. Identificar las emociones complejas. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CCL.</li> </ul> </li> </ol>
<p><b>Tiempo de acogida.</b></p> <p>Aprovecharemos para descubrir cómo se siente el niño, su predisposición al trabajo en la sesión y le indicaremos lo que va a realizar durante este tiempo.</p> <p>En el caso de que el alumno se llevará alguna ficha de las emociones para completar en casa, se aprovechará este momento para comentar sobre lo que ha contestado.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>
<p><b>Actividad 1: “Diario de las emociones”</b></p> <p>Comentaremos acerca de lo que ha ido rellenando y se le permitirá expresar todo aquello que le parezca relevante.</p> <p>Como en la anterior sesión, asignó un color a cada una de las emociones que trabajamos, se le recordará que, en caso de ser necesario, utilice los mismos que asignó.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>
<p><b>Actividad 3: “Emocionario”</b></p> <p>En esta actividad trabajaremos las siguientes emociones: irritación, alivio, vergüenza, inseguridad, aceptación, soledad, ilusión, decepción, frustración, envidia y orgullo.</p> <p>Las emociones las trabajaremos a través del libro <i>Emocionario</i>, de la editorial <i>Palabras Aladas</i>.</p> <p>Lo primero que haremos será preguntarle acerca de una de las emociones de las que vamos a trabajar, que nos cuente todo lo que sepa sobre ella. A continuación, se le enseñará la imagen que aparece ilustrada en el libro y comentaremos con él lo que nos transmite la imagen. Finalmente, leeremos el texto en el libro que explica dicha emoción. Repetiremos el proceso con cada una de las emociones que vamos a trabajar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 30 minutos.</li> </ul>
<p><b>Cierre de sesión.</b></p> <p>Para finalizar la sesión, se le preguntará su opinión acerca del libro que hemos leído y trabajado. Para casa, se le mandará que vuelva a leerse el libro, haciendo hincapié en</p>

las emociones que no hemos trabajado. Se le recordará que debe continuar rellenando el diario.

- Duración: 5 minutos.

Tabla 5: Sesión 3.

SESIÓN 4
<p><b>Objetivos y competencias:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Consolidar hábitos de reflexión emocional. <ul style="list-style-type: none"> <li>o CCL, CPSAA, CC y CCEC.</li> </ul> </li> <li>2. Reflexionar sobre el impacto que producen las emociones. <ul style="list-style-type: none"> <li>o CCL, CPSAA y CCEC.</li> </ul> </li> </ol>
<p><b>Tiempo de acogida.</b></p> <p>Comenzaremos preguntándole cómo se siente.</p> <p>Además, como en la sesión anterior le mandamos al estudiante leer el libro <i>Emocionario</i>, le preguntaremos acerca de las emociones que ha leído y se le pedirá que destaque algo importante de cada una de ellas. Desde este momento, el libro se convertirá en un recurso, que el estudiante podrá pedir cuando considere.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 15 minutos.</li> </ul>
<p><b>Actividad 1: “Diario de las emociones”</b></p> <p>Comentaremos acerca de las emociones que ha ido experimentando y se le permitirá manifestar todo aquello que le parezca relevante.</p> <p>Como ya hemos ido trabajando una larga lista de emociones, se le recordará que deberá ser más preciso a la hora de expresar sus sentimientos en el diario.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>
<p><b>Actividad 4: “¿Qué emoción soy?”</b></p> <p>En esta actividad trabajaremos las siguientes emociones: vergüenza, ilusión, amor, ira, felicidad, tristeza, miedo y aburrimiento.</p> <p>Comenzaremos la actividad comentando aquellos cambios corporales que ocurren cuando se está experimentando determinadas emociones. A continuación, se le explicará al alumno que vamos a realizar un juego de mímica. En cada turno, uno de los dos deberá representar la emoción que le haya tocado y la otra persona tratará de adivinar de cuál se trata. Comenzaremos barajando las cartas y ofreciendo al alumno la</p>

<p>posibilidad de comenzar él. Una vez acertada la emoción, se hablará acerca de los cambios corporales que ha realizado y se cambiarán los roles (<i>Anexo 5</i>).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 20 minutos.</li> </ul>
<p><b>Cierre de sesión.</b></p> <p>Para finalizar la sesión, se le pedirá que haga una valoración sobre el juego que hemos realizado, le ofreceremos volverse a llevar el <i>Emocionario</i> a casa, puesto que en la próxima sesión le haremos preguntas acerca del libro y se le recordará que debe continuar rellenando el diario.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>

Tabla 6: Sesión 4.

SESIÓN 5
<p><b>Objetivos y competencias:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Consolidar hábitos de reflexión emocional. <ul style="list-style-type: none"> <li>o CCL, CPSAA, CC y CCEC.</li> </ul> </li> <li>2. Identificar, reconocer, diferenciar y relacionar las emociones. <ul style="list-style-type: none"> <li>o CCL.</li> </ul> </li> </ol>
<p><b>Tiempo de acogida.</b></p> <p>Trabajaremos como se siente el alumno y las ganas que tiene para llevar a cabo el trabajo de la sesión. Le preguntaremos si tiene alguna duda sobre lo visto en las sesiones o sobre lo leído en el <i>Emocionario</i>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>
<p><b>Actividad 1: “Diario de las emociones”</b></p> <p>Comentaremos si sigue teniendo algún sentimiento al que no sepa ponerle nombre y dejaremos un tiempo a que nos exponga sus inquietudes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>
<p><b>Actividad 5: “El roscó de las emociones”</b></p> <p>Basándonos en el juego <i>Pasapalabra</i> (2000), comprobaremos lo aprendido por el estudiante a lo largo de estas sesiones, puesto que las preguntas se basan en lo aprendido a través del <i>Emocionario</i> y explicaremos todo aquello que no sea capaz de responder, es importante que si el estudiante no sabe contestar alguna pregunta se le ayude y se le anime a probar opciones.</p>

<p>Comenzaremos explicándole que le vamos a ir realizando unas preguntas y que él deberá responder la respuesta que considere adecuada. En cada pregunta, se le especificará si la respuesta empieza o contiene la letra correspondiente. Queremos comentar, que algunas de las preguntas son imágenes extraídas del libro <i>Emocionario</i>. En esta versión del juego, el estudiante deberá ir escribiendo las respuestas en la ficha que le proporcionaremos. En caso de no saber contestar alguna de las preguntas, se pasará a la siguiente y una vez completada la primera ronda, se le volverá a preguntar. Para finalizar, revisaremos una a una las respuestas que ha dado el estudiante y, en caso de ser necesario, realizar un comentario (<i>Anexo 6</i>).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 30 minutos.</li> </ul>
<p><b>Cierre de sesión.</b></p> <p>Para finalizar la sesión, se le preguntará su opinión acerca del juego y nos aseguraremos de que no tenga ninguna duda. Se le recordará que debe continuar trabajando con el diario.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>

Tabla 7: Sesión 5.

SESIÓN 6
<p><b>Objetivos y competencias:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Consolidar hábitos de reflexión emocional. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CCL, CPSAA, CC y CCEC.</li> </ul> </li> <li>2. Promover la capacidad de reconocer las fortalezas en los demás. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CCL, CPSAA y CC.</li> </ul> </li> </ol>
PRIMERA PARTE – GRUPAL
<p><b>Tiempo de acogida en grupo.</b></p> <p>Al trabajar en grupo con todos los estudiantes, les preguntaremos cómo se encuentran y si nos quieren contar algo importante que les haya ocurrido.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>
<p><b>Actividad 6: “La caja de las palabras bonitas”</b></p> <p>Comenzaremos explicándoles a los alumnos que vamos a realizar una actividad que consiste en escribir un mensaje bonito a cada uno de sus compañeros. Para ello repartiremos unas fichas a cada estudiante, en las cuales aparecen los nombres del resto</p>

de los compañeros. Ellos deberán escribir un adjetivo o cualidad que considere destacable y positiva del resto de los estudiantes (*Anexo 7*).

Cuando todos los alumnos hayan acabado, se les pedirá que recorten la ficha. A continuación, el profesor nombrará a un alumno y el resto de los compañeros deberán levantarse para depositar su papel en la bolsa del alumno que han mencionado, se repetirá el proceso con todos los compañeros.

Finalmente, se entregará cada bolsa al alumno correspondiente y se les dirá que lo podrán leer cuando ellos lo consideren. Es importante comentar al alumno con el que estamos haciendo la intervención que no lea los mensajes que le han escrito, así podemos hablar de lo que le han puesto sin que exista una reflexión previa por parte del alumno. Para ello, podemos optar con quedarnos nosotros la bolsa.

- Duración: 20 minutos.

## **SEGUNDA PARTE – INDIVIDUAL**

### **Tiempo de acogida.**

En el caso de realizar la sesión inmediatamente después de la anterior parte, hablaremos con el alumno sobre lo que le ha parecido la actividad. En caso de realizarlo otro día, le preguntaremos acerca de su estado emocional y sobre la actividad realizada en conjunto.

- Duración: 5 minutos.

### **Actividad 1: “Diario de las emociones”**

Comentaremos acerca de las emociones que ha experimentado y se le permitirá manifestar todo aquello que le parezca relevante.

- Duración: 5 minutos.

### **Reflexión sobre la “Actividad 6”**

Hablaremos con el alumno acerca de la actividad que hemos realizado y sobre las cualidades que espera que le hayan escrito.

A continuación, le pediremos que abra la bolsa, saque un papel y comentaremos en conjunto la cualidad que han escrito; esto se realizará de la misma manera con todos los papeles. Finalmente, le pediremos que realice una reflexión acerca de las palabras bonitas que ha ido leyendo.

- Duración: 10 minutos.



**Cierre de sesión.**

Para finalizar la sesión, se le recordará que debe continuar rellenando el diario y se le pedirá que siga reflexionando en casa acerca de los mensajes que ha recibido.

- Duración: 5 minutos.

Tabla 8: Sesión 6.

**SESIÓN 7****Objetivo:**

1. Consolidar hábitos de reflexión emocional.
  - o CCL, CPSAA, CC y CCEC.
2. Reforzar el autoconcepto mediante la reflexión de aspectos positivos en uno mismo.
  - o CCL, CPSAA y CCEC.

**Tiempo de acogida.**

Tiene como objetivo descubrir cómo se siente el niño y su predisposición al trabajo en la sesión. Además, hablaremos con él acerca de la reflexión que ha realizado en casa sobre los mensajes recibidos en la anterior actividad.

- Duración: 5 minutos.

**Actividad 1: “Diario de las emociones”**

Comentaremos acerca de lo que ha ido rellenando y se le permitirá expresar todo aquello que le parezca relevante.

- Duración: 5 minutos.

**Actividad 7: “Yo soy...”**

Para esta actividad, comenzaremos dándole al niño una silueta de un niño en cartulina. A continuación, le diremos que se imagine que él es ese niño (*Anexo 8*). Deberá ir escribiendo palabras que creen que le caracterice. Además, podrá ir decorando el dibujo con las cosas que más le gusten., pegando pegatinas o recortes de revistas.

Es importante explicarle, que el objetivo de la actividad es que se vea reflejado en la silueta y que reflexione acerca de todas aquellas cosas buenas que tienen.

- Duración: 30 minutos.

**Cierre de sesión.**

Para finalizar la sesión, se le preguntará su opinión acerca de la actividad que hemos realizado. Se le recordará que debe continuar trabajando con el diario.

- Duración: 5 minutos.

Tabla 9: Sesión 7.

**SESIÓN 8****Objetivo:**

1. Consolidar hábitos de reflexión emocional.
  - o CCL, CPSAA, CC y CCEC.
2. Potenciar la autoestima con fuentes internas y externas de felicidad.
  - o CCL, CPSAA y CC.

**Tiempo de acogida.**

Trabajaremos los sentimientos que está sintiendo, le dejaremos un rato para que nos cuente alguna anécdota y le explicaremos el trabajo que va a realizar.

- Duración: 5 minutos.

**Actividad 1: “Diario de las emociones”**

Comentaremos acerca de las emociones que ha experimentado y se le permitirá manifestar todo aquello que le parezca relevante.

Debido a que estamos casi al final de la mitad de la intervención, dedicaremos un rato a revisar cómo ha ido variando la expresión de sus emociones.

- Duración: 10 minutos.

**Actividad 8: “Mi felicidad”**

Comenzaremos la actividad hablando con el alumno sobre todo aquello que le genera felicidad. A continuación, le pediremos que rellene las siguientes listas (*Anexo 9*):

- Lista de cosas que me hacen feliz.
- Lista de personas que me hacen feliz.
- Lista de cosas por las que me quiero.
- Mi vida no sería lo mismo sin...

El alumno irá contestando una por una las diferentes listas. En caso de no rellenar alguna por completo, se le ayudará a hacer memoria y, si continua sin recordar más, se le pedirá que continúe con la siguiente.

Finalmente, haremos una valoración acerca de todas respuestas que ha ido contestando. - Duración: 25 minutos.
<b>Cierre de sesión.</b> Para finalizar la sesión, en el caso de no haber completado alguna de las listas, se lo mandaremos terminar en casa. Se le recordará que debe continuar rellenando el diario. - Duración: 5 minutos.

Tabla 10: Sesión 8.

SESIÓN 9
<b>Objetivo:</b> 1. Consolidar hábitos de reflexión emocional. ○ CCL, CPSAA, CC y CCEC. 2. Generar dinámicas para aumentar y reforzar la autoestima. ○ CCL, CPSAA y CCEC.
<b>Tiempo de acogida.</b> Tiene como objetivo descubrir cómo se siente el niño y su predisposición al trabajo en la sesión. Además, comentaremos que le ha ido pareciendo las actividades que hemos estado realizando. - Duración: 5 minutos.
<b>Actividad 1: “Diario de las emociones”</b> Comentaremos acerca de lo que ha ido rellenando y se le permitirá expresar todo aquello que le parezca relevante. - Duración: 5 minutos.
<b>Actividad 9: “Mi tesoro”</b> Reflexionaremos con el alumno sobre los momentos difíciles, cuando únicamente aparecen pensamientos negativos, y la importancia de empezar a pensar en las cosas buenas que tienes. Para ello, le ofreceremos una caja en la que podrá guardar todas aquellas cosas positivas que piensa sobre sí mismo. Le entregaremos hojas recortadas para que escriba frases o palabras y las deposite en la caja. Además, le recomendaremos que pida a sus familiares y amigos que le escriban mensajes bonitos, los cuales podrá leer, junto con los suyos, cuando se sienta mal. - Duración: 15 minutos.

<p><b>Actividad 10: “Nuevos escudos”</b></p> <p>Para completar la actividad anterior, le pediremos que responda en una ficha a la pregunta: “¿Qué puedo hacer cuando me sienta mal?”. Antes de responder, será importante mostrarle algún ejemplo o reflexionar con él sobre las cosas que, en otra actividad, explicó que le producían felicidad (<i>Anexo 10</i>).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 15 minutos.</li> </ul>
<p><b>Cierre de sesión.</b></p> <p>Para finalizar la sesión, se le pedirá que comparta su opinión sobre las actividades realizadas y la importancia de aplicar las técnicas y los mensajes que hemos generado cuando enfrente momentos difíciles. Además, se le recordará la importancia de continuar trabajando con el diario y se le explicará que en la próxima sesión se llevará a cabo una evaluación sobre lo aprendido.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>

Tabla 11: Sesión 9.

SESIÓN 10: Evaluación final.
<p><b>Objetivo:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluar los conocimientos que ha adquirido el alumno.</li> <li>2. Consolidar hábitos de reflexión emocional.</li> </ol>
<p><b>Tiempo de acogida.</b></p> <p>Haremos una pequeña recopilación sobre las actividades que hemos ido realizando. Además, es importante explicarle lo que se va a realizar a lo largo de la sesión.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>
<p><b>Evaluación final.</b></p> <p>Durante este tiempo, se entregará al alumno una ficha (<i>Anexo 11</i>) que deberá rellenar, será uno de los recursos que utilizaremos para llevar a cabo la evaluación final (en el apartado de evaluación se desarrolla este apartado).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 40 minutos.</li> </ul>
<p><b>Actividad 1: “Diario de las emociones”</b></p> <p>Como hemos ido realizando en todas las sesiones, cuando el alumno rellene la ficha, se le pedirá que nos comente sus últimas inquietudes sobre el diario. Además,</p>

<p>reflexionaremos sobre su mejoría a la hora de expresar sus sentimientos y hacer frente a las situaciones desagradables.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 10 minutos.</li> </ul>
<p><b>Cierre de sesión.</b></p> <p>Para finalizar la sesión, se le pedirá que haga una valoración general sobre las sesiones que hemos realizado. Además, le recomendaremos que siga con el hábito de ir elaborando el diario y le proporcionaremos las fichas que necesite.</p> <p>En caso de poder continuar haciendo otras sesiones con el estudiante, es recomendable continuar vigilando y reflexionando el diario.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duración: 5 minutos.</li> </ul>

Tabla 12: Sesión 10.

## 5.8 EVALUACIÓN

### 5.8.1 Evaluación del estudiante

A lo largo del proceso de evaluación, se llevarán a cabo tres tipos de evaluación del alumnado. En primer lugar, se realizará una evaluación inicial que servirá para identificar el punto de partida y determinar las necesidades del estudiante. A lo largo de la intervención se llevará a cabo una evaluación continua, que nos servirá para ir viendo los cambios que se dan en el alumnado y para realizar una posterior evaluación. Finalmente, se realizará una evaluación final, que nos permitirá comprobar las destrezas que ha adquirido el alumno.

#### 5.8.1.1 Evaluación inicial

Esta evaluación se llevará a cabo en la “Sesión 0”, cuyo objetivo principal es evaluar los conocimientos previos del alumno. En dicha sesión, se le presentará una ficha (*Anexo 2*) que deberá completar. Esta ficha está diseñada para recoger información relevante sobre la situación del alumno y comprobar cuáles son los conocimientos previos.

A partir del análisis de las respuestas obtenidas, se podrá determinar el punto de partida del alumno e identificar sus necesidades específicas, lo cual será clave para adaptar la planificación de las sesiones a las características particulares de cada alumno.

Además, esta sesión servirá para establecer un primer contacto con el alumnado, en caso de no haber trabajado previamente con él, y para explicarle el desarrollo de las sesiones.

#### **5.8.1.2 Evaluación continua**

A lo largo de la intervención vamos a realizar una evaluación continua, formativa y sumativa. Para ello, tendremos un cuaderno de observación. En este cuaderno, se irán registrando los datos que consideremos más relevantes de cada una de las sesiones y nos servirá para realizar la evaluación del alumno y de la intervención. (*Anexo 12*).

Por otro lado, contamos con la “Actividad 5” que se desarrolla a lo largo de la “Sesión 5”. En esta sesión, a través de un juego, le realizamos diferentes preguntas que nos servirán para comprobar el conocimiento que ha ido adquiriendo el alumno a lo largo de las distintas sesiones.

#### **5.8.1.3 Evaluación final**

Para llevar a cabo esta evaluación, será necesario el uso de diferentes instrumentos, lo que nos permitirá recoger información variada y significativa de la intervención. El primero de ellos será el cuaderno de observación. La información recogida será fundamental para determinar si hemos ido alcanzado los objetivos planteados

El siguiente de los instrumentos será los resultados obtenidos en el desarrollo de la “Actividad 5” durante la “Sesión 5”. Nos ayudará a comprobar los conocimientos teóricos que ha ido adquiriendo en las sesiones previas y comprobar si se han alcanzado los objetivos planteados en dichas sesiones.

Finalmente, se realizará una ficha de evaluación de evaluación final (*Anexo 11*) en la “Sesión 10”, dicha ficha tiene preguntas en común con la ficha de evaluación inicial, lo que nos ayudará a comprobar cómo han evolucionado sus respuestas. Además, contará con preguntas de reflexión que nos facilitarán la evaluación de la intervención.

Los datos obtenidos por los diferentes instrumentos servirán para rellenar la rúbrica de evaluación en la que se comprobará si ha superado los diferentes objetivos. A continuación, exponemos la rúbrica de evaluación:

	Poco	Regular	Bien	Muy bien
Consolida hábitos de reflexión emocional.				
Identifica las emociones básicas.				
Identifica las emociones complejas.				
Reflexiona sobre el impacto que le producen las emociones.				
Identifica, reconoce, diferencia y relaciona las emociones.				
Potencia la autoestima con fuentes internas y externas de felicidad.				
Reconoce lo bueno en los demás.				
Refuerza la autoestima mediante la reflexión positiva de sí mismo.				
Genera dinámicas para aumentar y reforzar su autoestima.				

Tabla 13: Rúbrica de evaluación del estudiante.

### 5.8.2 Evaluación de la intervención

Al finalizar la intervención, se llevará a cabo una evaluación de la misma. Para ello, se utilizará la información recogida en el cuaderno de observación, así como las aportaciones realizadas por el alumno en la ficha de evaluación final.

Todos estos datos serán fundamentales para completar la rúbrica de evaluación de la intervención. A continuación, se presenta dicha rúbrica:

	No iniciado	En proceso	Conseguido
Se han logrado cumplir todos los objetivos planeados.			
Se ha observado una mejora en las competencias.			

El tiempo ha sido el adecuado.			
El uso de los materiales ha sido correcto.			
La evolución se adapta al nivel y las necesidades del alumno.			
La intervención promueve el aprendizaje significativo.			
Las actividades propuestas resultan motivadoras para el estudiante.			
Las sesiones se han desarrollado según lo planificado.			
El ambiente de las sesiones ha favorecido la confianza del alumno.			
La intervención ha sido útil.			

Tabla 14: Rúbrica de evaluación de la intervención.



## 6. CONCLUSIONES

La dislexia es un trastorno de origen neurobiológico que afecta en capacidades como el reconocimiento adecuado de palabras o la capacidad de deletreo y decodificación, además, en algunos casos puede afectar a la comprensión lectora. Esto suele deberse a un déficit en el componente fonológico del lenguaje que aparece de manera repentina e inesperada.

Como hemos ido viendo a lo largo del TFG, la dislexia es el trastorno del grupo de los Trastornos Específicos del Aprendizaje con mayor prevalencia, afectando aproximadamente al 18% de la población total. Es por ello, que la intervención desde el área de Audición y Lenguaje es fundamental para favorecer el desarrollo del alumnado que presenta este trastorno.

Los estudiantes con dislexia presentan una mayor vulnerabilidad a sufrir de ansiedad o de baja autoestima. Por lo general, suelen desarrollar una percepción distorsionada de sus capacidades, llegando incluso a sentirse inferiores y menos inteligentes, cuando la dislexia no guarda relación con la inteligencia de quien lo padece. Lo que genera que relacionen el sacar buenas notas con tener suerte y las malas notas a que no son válidos ni capaces para estudiar. Además, el temor a cometer errores en público les hace desarrollar una personalidad, generalmente, más introvertidos.

Es por ello, que no solo es necesaria la intervención centrada en las dificultades propias de la dislexia en lectura y escritura. Es esencial trabajar con estos alumnos los efectos emocionales que influyen directamente sobre su desarrollo, como son el desarrollo de un autoconcepto y una autoestima positiva.

Para ello, se ha realizado una propuesta de intervención que pone el foco en el desarrollo emocional del alumno. Hemos planteado actividades orientadas a la identificación, expresión y gestión de las emociones, así como para fortalecer el autoconcepto y reforzar la autoestima.

Tras analizar el presente TFG, destacamos que se trata de una propuesta de intervención innovadora, centrada no solo en el trabajo del significado de las emociones y de la identificación de los diferentes tipos que existen, sino también en ofrecer al alumno las

herramientas para que sea capaz de identificar dichas emociones en sí mismo y en los demás.

Por otro lado, la intervención incluye actividades en las que trabajamos el desarrollo del autoconcepto y, posteriormente, el desarrollo positivo de la autoestima. Además, ofrecemos al alumno estrategias para mejorar su estabilidad emocional y para localizar sus fuentes de felicidad.

El programa propuesto garantiza la flexibilidad en su uso ya que se puede adaptar fácilmente a diferentes edades y no requiere de una temporalización concreta a lo largo del curso académico, si no que se puede trabajar de manera transversal a lo largo de la programación propia del Maestro de Audición y Lenguaje. Asimismo, la intervención se puede adaptar a otros trastornos de la lectoescritura.

En conclusión, tras haber analizado este TFG hemos podido comprobar que la intervención en la lectoescritura es tan importante como el correcto desarrollo del bienestar emocional. El aprendizaje solo es una experiencia duradera y enriquecedora cuando se relaciona con las emociones del alumnado. Como señala *Mora (2018)* “El cerebro sólo aprende si hay emoción”, esta afirmación nos refuerza la idea de que el aprendizaje no es un proceso meramente intelectual, sino que también tiene su parte emocional en la cual despertamos la confianza y la motivación de quien aprende.

## Bibliografía

- Alvarado, H., Damians, M., Gómez, E., Martorell, N., Salas, A., & Sancho, S. (2007). *Dislexia. Detección, diagnóstico e intervención*. Obtenido de 28 de febrero del 2025 <https://www.edu.xunta.gal/centros/ieschapela/system/files/dislexia-art%C3%ADculo-ENGINY-castellano.pdf>
- American Psychiatric Association. (2022). *Manual Diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Texto revisado (DMS-5-TR)*. Editorial Médica Panamericana S.A.
- Andrew O'Connor. (2000). *Pasapalabra (Juego)*. Antena 3.
- Bisquerra, R., Punstet, Eduard, Mora, Francisco, García Navarro, Esther, López-Cassà, Èlia, Pérez-González, Juan Carlos, . . . Planells, Octavi. (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y adolescencia*. Obtenido de 5 de abril del 2025 <https://riceb.com/wp-content/uploads/2019/08/2.1.-Como-educar-las-emociones-d.pdf>
- Carmona, C. (2013). *El niño incomprensido: TDHA. Discalculia. Trastornos del lenguaje. Dislexia. Trastorno de Asperger*. Editorial Amat.
- Change Dyslexia. (2022). *La Autoestima de las personas con Dislexia*. Obtenido de 8 de marzo del 2025 <https://blog.changedyslexia.org/la-autoestima-de-las-personas-con-dislexia/>
- Consejería de Educación de CyL. (2017). *ACUERDO 29/2017, de 15 de junio, de la Junta de Castilla y León, por el que se aprueba el II Plan de Atención a la Diversidad en la Educación de Castilla y León 2017-2022. BOCYL Número 115*. Obtenido de 20 de abril del 2025 <https://bocyl.jcyl.es/boletines/2017/06/19/pdf/BOCYL-D-19062017-16.pdf>
- Consejería de Educación de CyL. (2022). *DECRETO 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León BOCYL. Número 190*. Obtenido de 20 de abril del 2025 <https://bocyl.jcyl.es/boletines/2022/09/30/pdf/BOCYL-D-30092022-2.pdf>
- Disney (Dirección). (2015). *Inside Out* [Película].

- Gardner, H. (2015). *Inteligencias múltiples: La teoría en la práctica*. Ediciones Paidós.
- Goleman, D. (1984). *La Inteligencia Emocional. Por qué es más importante que el Cociente Intelectual*. ePUB.
- Goleman, D. (1998). *La práctica de la Inteligencia Emocional*. ePUB.
- International Dyslexia Association. (2002). *Definition of Dyslexia*. Obtenido de 21 de febrero del 2025 <https://dyslexiaida.org/definition-of-dyslexia/>
- International Dyslexia Association. (2017). *Dyslexia in the Classroom. What every teacher needs to know*. Obtenido de 8 de marzo del 2025 <https://dyslexiaida.org/wp-content/uploads/2015/01/DITC-Handbook.pdf>
- International Dyslexia Association. (2020). *Dyslexia Basics*. Obtenido de 1 de marzo del 2025 <https://dyslexiaida.org/dyslexia-basics-2/>
- International Dyslexia Association. (s.f.). *Sobre la dislexia*. Obtenido de 23 de febrero 2025 <https://or.dyslexiaida.org/sobre-la-dislexia-about-dyslexia/>
- International Dyslexia Association. (s.f.). *The Dyslexia-Stress-Anxiety Connection*. Obtenido de <https://dyslexiaida.org/the-dyslexia-stress-anxiety-connection/>
- Madrid con Dislexia. (2014). *La dislexia en el aula. Todo lo que el educador debe saber*.
- Martinelli, K. (2024). *Child Mind Institute*. Obtenido de 23 de febrero del 2025 [https://childmind.org/es/articulo/entendiendo-la-dislexia/?utm\\_source](https://childmind.org/es/articulo/entendiendo-la-dislexia/?utm_source)
- Ministerio de Educación y Formación Profesional. (2022). *Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria*. BOE. Número 52. Obtenido de 9 de marzo del 2025 <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2022-3296>
- Mora, F. (2018). *Educación 3.0*. Obtenido de 17 de mayo del 2025 <https://www.educaciontrespuntocero.com/entrevistas/francisco-mora-el-cerebro-solo-aprende-si-hay-emocion/>
- Palabras Aladas. (2022). *Emocionario. Di lo que sientes. Edición escolar*. Palabras Aladas.

- Pearson, M. (2017). *Dislexia: Una forma diferente de leer*. Grupo Planeta.
- RAE. (s.f.). *Emoción*. Obtenido de Diccionario de la lengua española: 2 de marzo del 2025 <https://dle.rae.es/emoci%C3%B3n>
- Rello, L., & Pavón, C. (s.f.). *Change Dyslexia*. Obtenido de 22 de febrero del 2025 <https://blog.changedyslexia.org/dytective-luz-relo-tipos-de-dislexia/>
- World Federation of Neurology. (1968). Report of Research Group on Dyslexia and World Illiteracy. Dallas: WFN.
- World Health Organization. (2022). *Clasificación internacional de enfermedades (CIE-11)*. Obtenido de 21 de febrero del 2025 <https://icd.who.int/browse/2025-01/mms/es#1008636089>
- Zuppardo, L., Rodríguez, A., Pirrone, C., & Serrano, F. (2020). *Las repercusiones de la Dislexia en la Autoestima, en el Comportamiento Socioemocional y en la Ansiedad en Escolares. Psicología Educativa*. Obtenido de 7 de marzo del 2025 <https://journals.copmadrid.org/psed/art/psed2020a4>

# ANEXOS

<b>ANEXO 1: Tabla de materiales .....</b>	<b>54</b>
<b>ANEXO 2: Ficha “Evaluación inicial” .....</b>	<b>56</b>
<b>ANEXO 3: Diario de las emociones .....</b>	<b>58</b>
<b>ANEXO 4: Fichas “Emociones básicas” .....</b>	<b>59</b>
<b>ANEXO 5: Tarjetas emociones.....</b>	<b>62</b>
<b>ANEXO 6: El roscó de las emociones .....</b>	<b>63</b>
<b>ANEXO 7: Ficha “Palabras bonitas” .....</b>	<b>67</b>
<b>ANEXO 8: Silueta niño .....</b>	<b>68</b>
<b>ANEXO 9: Fichas “Mi felicidad” .....</b>	<b>69</b>
<b>ANEXO 10: Ficha “Nuevos escudos” .....</b>	<b>70</b>
<b>ANEXO 11: Ficha “Evaluación final” .....</b>	<b>71</b>
<b>ANEXO 12: Ficha “Cuaderno de observación” .....</b>	<b>73</b>

## ANEXO 1: Tabla de materiales

SESIÓN 0	SESIÓN 1
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ficha “Evaluación inicial”.</li> <li>• Lápiz.</li> <li>• Goma.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fichas “Diario de las emociones”.</li> <li>• Lápiz.</li> <li>• Goma.</li> <li>• Carpeta.</li> <li>• Pinturas de colores.</li> </ul>
SESIÓN 2	SESIÓN 3
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ordenador.</li> <li>• Proyector.</li> <li>• Ficha “Emociones básicas”.</li> <li>• Lápiz.</li> <li>• Goma.</li> <li>• Pinturas de colores.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Emocionario</i>.</li> </ul>
SESIÓN 4	SESIÓN 5
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tarjetas de las emociones.</li> <li>• <i>Emocionario</i>.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ficha “Pasapalabra”.</li> <li>• Ficha “Preguntas”.</li> <li>• Imágenes de las preguntas.</li> <li>• <i>Emocionario</i>.</li> <li>• Lápiz.</li> <li>• Goma.</li> </ul>
SESIÓN 6	SESIÓN 7
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ficha “Mi felicidad”</li> <li>• Lápiz.</li> <li>• Goma.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ficha “Palabras bonitas”.</li> <li>• Bolsas de plástico.</li> <li>• Tijeras.</li> <li>• Bolígrafo.</li> </ul>

SESIÓN 8	SESIÓN 9
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ficha “Silueta niño”.</li> <li>• Cartulina.</li> <li>• Pinturas.</li> <li>• Pegatinas.</li> <li>• Revistas.</li> <li>• Tijeras.</li> <li>• Lápiz.</li> <li>• Goma.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ficha “Nuevos escudos”</li> <li>• Caja.</li> <li>• Papel.</li> <li>• Tijera.</li> <li>• Bolígrafo.</li> </ul>
SESIÓN 10	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ficha “Evaluación final”.</li> <li>• Lápiz.</li> <li>• Goma.</li> </ul>	

Tabla 15: Materiales.



## ANEXO 2: Ficha “Evaluación inicial”

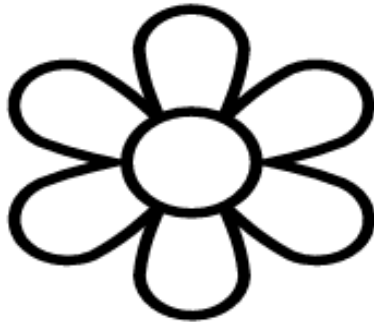
Alumno: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

### EVALUACIÓN INICIAL

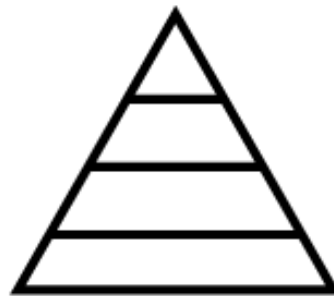
Describe a ti mismo con cinco adjetivos:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Escribe 6 aspectos positivos de tu personalidad:



Escribe 4 negativos:



Cuando haces mal una actividad, ¿qué te dices a ti mismo? Pon ejemplo:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Cuando realizas mal una actividad, ¿qué te dices a ti mismo? Pon un ejemplo:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Cuál es el comentario que mas te ha afectado?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Cuál es el comentario que más te ha agradado?

---

---

Haz un dibujo de cómo te ves:



De pequeño



Ahora



De mayor

Lo que más me gusta de mí es:

---

---

### ANEXO 3: Diario de las emociones



The form is titled "DIARIO EMOCIONAL" in bold black letters. It is surrounded by a decorative border of colorful circles, each containing a simple cartoon face with various expressions. The form includes several sections for journaling: a date field, a section for how the user feels today with four horizontal lines, a section for three worries with three numbered lines, a section for three things to be grateful for with three numbered lines, a section for a positive personality trait with a large green arrow pointing right, a section for a negative personality trait with a large red arrow pointing left, and a section for the user's color of the day with a small white circle.

**DIARIO EMOCIONAL**

Fecha: \_\_\_\_\_

Hoy me siento...

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Tres preocupaciones que he tenido:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

Tres cosas que agradezco:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

No quiero olvidar este aspecto positivo de mi personalidad:

\_\_\_\_\_

Quiero mejorar este aspecto negativo de mi personalidad:

\_\_\_\_\_

Mi color de hoy es: 

**ANEXO 4: Fichas “Emociones básicas”**

AMOR

¿Qué es para ti el amor? .....

.....

Una canción que te hace pensar en el amor .....

Una película/serie de amor .....

Si el amor fuera un color, sería:

Un dibujo que represente el amor:

FELICIDAD

¿Qué es para ti la felicidad? .....

.....

Una canción que te hace estar feliz .....

Una película/serie que te haga estar feliz .....

Si la felicidad fuera un color, sería:

Un dibujo que represente la felicidad:

ODIO

¿Qué es para ti el odio? .....

.....

Una canción que creas que está relacionada con el odio.....

.....

Una película/serie en la que se refleje el odio .....

Si el odio fuera un color, sería:

Un dibujo que represente el odio:

## ABURRIMIENTO

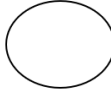
¿Qué es para ti el aburrimiento? .....

.....

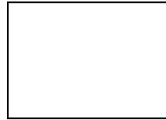
Una canción que te aburra .....

Una película/serie que te aburra .....

Si el aburrimiento fuera un color, sería:



Un dibujo que represente el aburrimiento:



## MIEDO

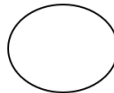
¿Qué es para ti el miedo? .....

.....

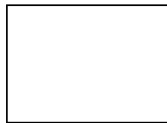
Una canción que te haga sentir miedo .....

Una película/serie que te haga tener miedo .....

Si el miedo fuera un color, sería:



Un dibujo que represente el miedo:



## IRA

¿Qué es para ti la ira? .....

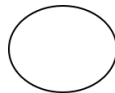
.....

Una canción que creas que está relacionada con la ira.....

.....

Una película/serie en la que se refleje la ira .....

Si la ira fuera un color, sería:



Un dibujo que represente la ira:



## CULPA

¿Qué es para ti la culpa? .....

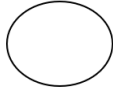
.....

Una canción que creas que está relacionada con la culpa .....

.....

Una película/serie en la que se refleje la culpa .....

Si la culpa fuera un color, sería:



Un dibujo que represente la culpa:



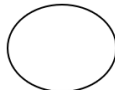
## ASCO

¿Qué es para ti el asco? .....

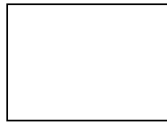
.....

Una película/serie que te represente el asco .....

Si el asco fuera un color, sería:



Un dibujo que represente el asco:



## TRISTEZA

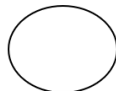
¿Qué es para ti la tristeza? .....

.....

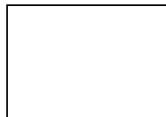
Una canción que te hace estar triste .....

Una película/serie que te haga estar triste .....

Si la tristeza fuera un color, sería:



Un dibujo que represente la tristeza:



## ANEXO 5: Tarjetas emociones



**ANEXO 6: El rosko de las emociones**

Ficha en la que deberá de responder el alumno:



<b>A</b>		<b>M</b>	
<b>B</b>		<b>N</b>	
<b>C</b>		<b>O</b>	
<b>D</b>		<b>P</b>	
<b>E</b>		<b>R</b>	
<b>F</b>		<b>S</b>	
<b>G</b>		<b>T</b>	
<b>H</b>		<b>U</b>	
<b>I</b>		<b>V</b>	
<b>L</b>		<b>Z</b>	



Preguntas del rosco:

- A. Para ti, este sentimiento se representa de color \_\_\_\_\_ → *Asco*.
- B. **Contiene la “B”**. Un ejemplo de serie/película que te produce este sentimiento sería: \_\_\_\_\_ → *Aburrimiento*.
- C. Para ti, este sentimiento significa \_\_\_\_\_ → *Culpa*.
- D. Sentimiento de la “Imagen 1” → *Decepción*.
- E. Nombre del libro con el que hemos estado trabajando → *Emocionario*.
- F. Un ejemplo de canción que te produce este sentimiento sería \_\_\_\_\_ → *Felicidad*.
- G. El sentimiento que está en el alma de la palabra gracias es la → *Gratitud*.
- H. Sentimiento de la “Imagen 2” → *Hostilidad*.
- I. Para ti, este sentimiento se representa de color \_\_\_\_\_ → *Ira*.
- L. **Contiene la “L”**. Sentimiento que es parecido a la felicidad, pero su duración es más corta → *Alegría*.
- M. Para ti, este sentimiento significa \_\_\_\_\_ → *Miedo*.
- N. Sentimiento de la “Imagen 3” → *Nostalgia*.
- O. Un ejemplo de serie/película que te produce este sentimiento sería: \_\_\_\_\_ → *Odio*.
- P. Es la satisfacción y la alegría por algo que nos gusta muchos → *Placer*.
- R. **Contiene la “R”**. Para ti, este sentimiento significa \_\_\_\_\_ → *Amor*.
- S. Sentimiento de la “Imagen 4” → *Soledad*.
- T. Un ejemplo de canción que te produce este sentimiento sería \_\_\_\_\_ → *Tristeza*.
- U. **Contiene la “U”**. Lo sentimos ante personas, seres y objetos indefensos → *Ternura*.
- V. Lo que sientes cuando haces algo mal o cuando crees que se van a burlar de ti → *Vergüenza*.
- Z. **Contiene la “Z”**. Bloqueo que nos impide comportarnos con naturalidad. Suele aparecer ante personas extrañas, no confiables o amenazadoras → *Timidez*.

En el caso de las letras “A”, “B”, “C”, “F”, “I”, “M”, “O”, “R” y “T” se terminará las preguntas con las respuestas dadas por el niño en la “Actividad 2”.

Imágenes extraídas del libro “*Emocionario*” de Palabras Aladas.

Imagen 1: Decepción.

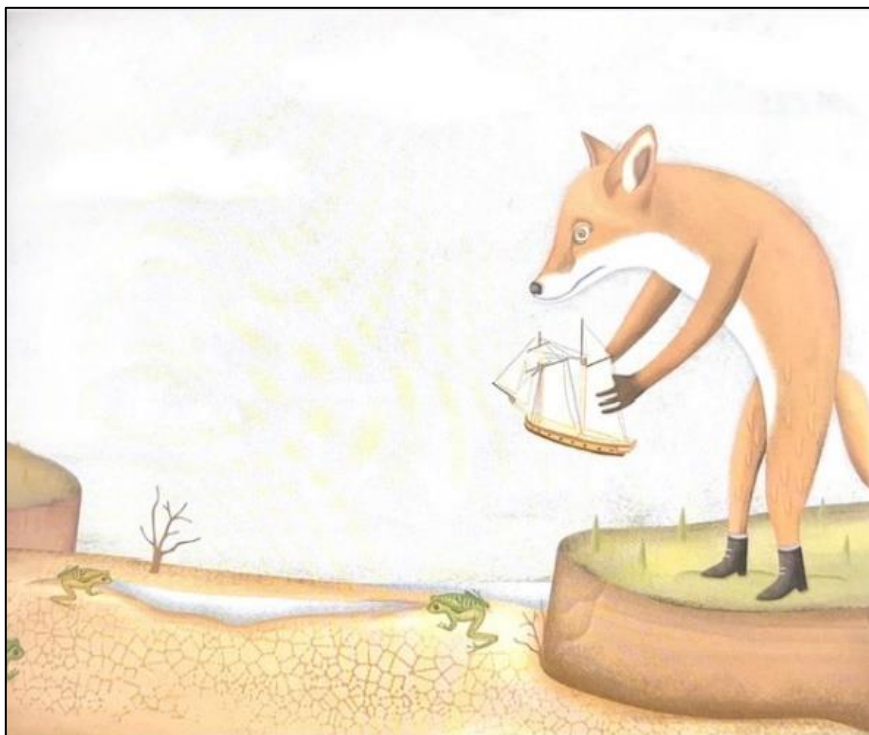


Imagen 2: Hostilidad.



Imagen 3: Nostalgia.



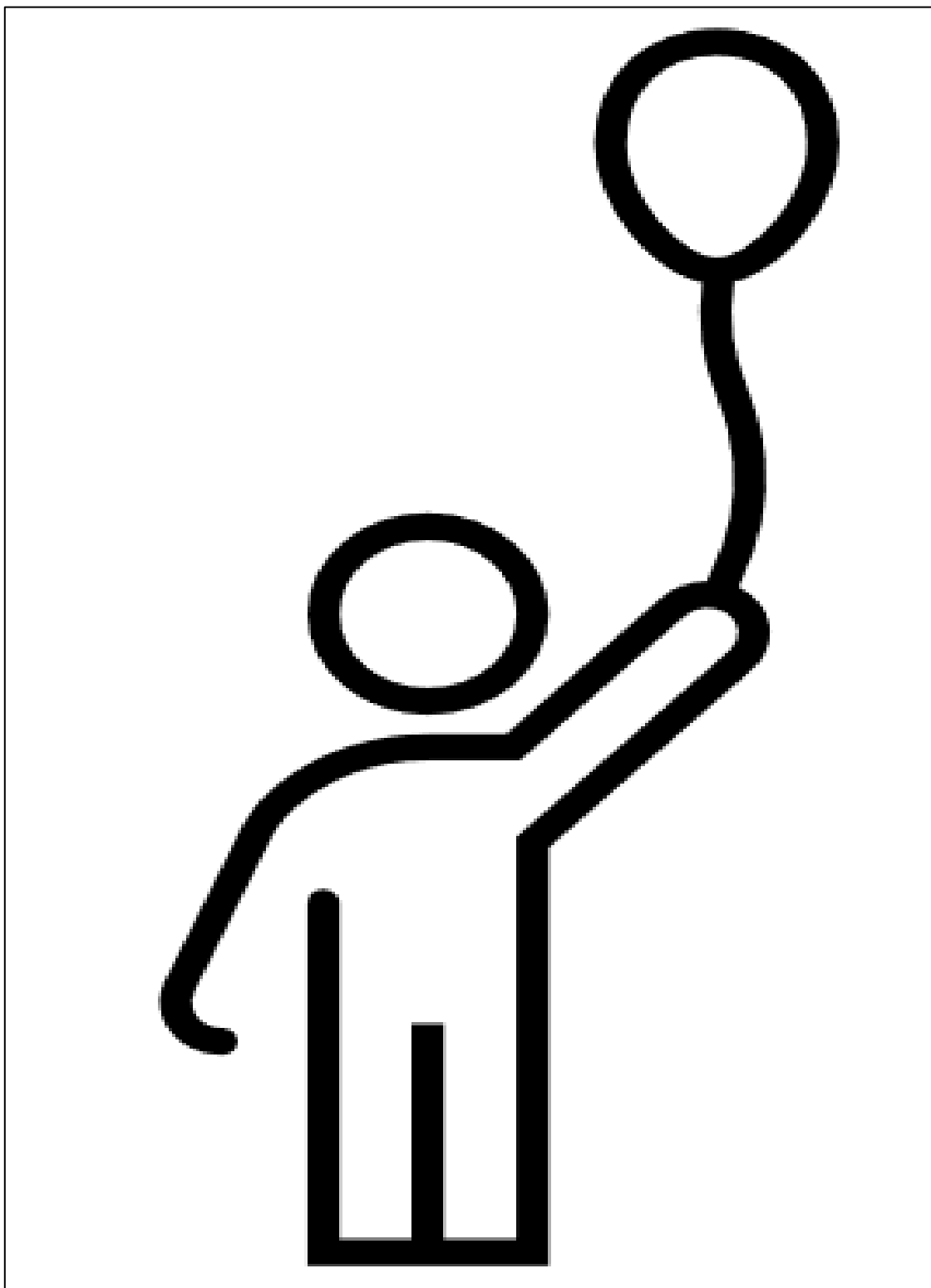
Imagen 4: Soledad.



ANEXO 7: Ficha “Palabras bonitas”

<p>ERES</p> <p>Para: .....</p>	<p>ERES</p> <p>Para: .....</p>
<p>ERES</p> <p>Para: .....</p>	<p>ERES</p> <p>Para: .....</p>
<p>ERES</p> <p>Para: .....</p>	<p>ERES</p> <p>Para: .....</p>
<p>ERES</p> <p>Para: .....</p>	<p>ERES</p> <p>Para: .....</p>
<p>ERES</p> <p>Para: .....</p>	<p>ERES</p> <p>Para: .....</p>

## ANEXO 8: Silueta niño



**ANEXO 9: Fichas “Mi felicidad”**

LISTA DE COSAS QUE  
ME HACEN FELIZ

LISTA DE PERSONAS  
QUE ME HACEN FELIZ

LISTA DE COSAS POR  
LAS QUE ME QUIERO

MI VIDA NO SERÍA LO  
MISMO SIN ...



ANEXO 10: Ficha “Nuevos escudos”

*¿Qué puedo hacer cuando me sienta mal?*

## ANEXO 11: Ficha “Evaluación final”

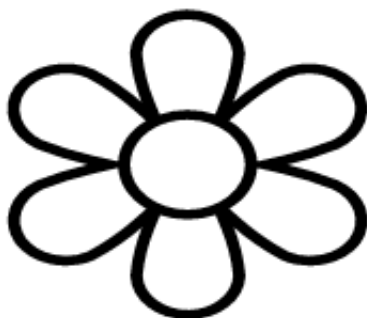
Alumno: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

### EVALUACIÓN INICIAL

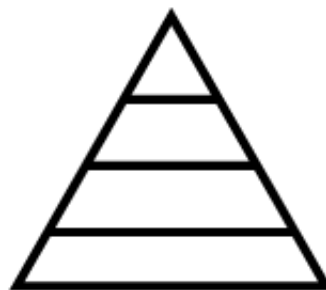
Describe a ti mismo con cinco adjetivos:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Escribe 6 aspectos positivos de tu personalidad:



Escribe 4 negativos:



Cuando haces mal una actividad, ¿qué te dices a ti mismo? Pon ejemplo:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Cuando realizas mal una actividad, ¿qué te dices a ti mismo? Pon un ejemplo: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Cuál es el comentario que mas te ha afectado?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



¿Cuál es el comentario que más te ha agradado?

---

---

Haz un dibujo de cómo te ves:



De pequeño



Ahora



De mayor

Lo que más me gusta de mí es:

---

---

¿Te has sentido a gusto realizando las actividades?

---

---

Lo que más te ha gustado de las sesiones:

---

---

---

Lo que menos te ha gustado de las sesiones:

---

---

---

Si tuvieras que describir las actividades con un adjetivo sería: \_\_\_\_\_

¿Hay alguna cosa que te hubiera gustado aprender?

---

---

¿Te gustaría seguir aprendiendo sobre este tema en el futuro?

---

---

Espacio para que escribas lo que consideres importante:

---

---

## ANEXO 12: Ficha “Cuaderno de observación”

<b>FICHA DE OBSERVACIÓN</b>	
Alumno: _____	Fecha: _____
Sesión: ____	Duración: _____
<div>Actitud del alumno durante la sesión:</div> <div></div>	
<div>Desarrollo de la actividad:</div> <div></div>	
<div>Otras consideraciones:</div> <div></div>	
Satisfacción general de la sesión: _____	