

El desarrollo de la inteligencia emocional en las personas con discapacidad intelectual: revisión bibliográfica

Autor: Ródenas Rios, Juan Antonio (Graduado en Educación Primaria (Mención Necesidades Específicas de Apoyo Educativo)).
Público: Maestros de pedagogía terapéutica. **Materia:** Educación especial. **Idioma:** Español.

Título: El desarrollo de la inteligencia emocional en las personas con discapacidad intelectual: revisión bibliográfica.

Resumen

Las personas con discapacidad intelectual presentan diferentes necesidades educativas especiales relacionadas con el desarrollo socioafectivo y emocional que limitan su desarrollo personal. Con este artículo aportamos a través de diferentes fuentes bibliográficas los principales beneficios que tiene la puesta en práctica de diferentes estrategias y programas de habilidades emocionales para dicho colectivo, con el objetivo de incrementar su adaptación al medio social y en definitiva desarrollar habilidades adaptativas como la expresión, percepción y autorregulación emocional.

Palabras clave: Inteligencia Emocional, Discapacidad Intelectual, Revisión bibliográfica.

Title: The development of emotional intelligence in people with intellectual disabilities: a bibliographic review.

Abstract

People with intellectual disabilities have different special educational needs related to socio-affective development, as well as associated with emotional development that limit their personal development. With this article we contribute through different bibliographic sources the main benefits of the implementation of different strategies and programs of emotional abilities for this group, with the aim of increasing their adaptation to the social environment and ultimately develop adaptive skills such as expression, Perception and emotional self-regulation.

Keywords: Emotional Intelligence, Intellectual Disability, Bibliographic Review.

Recibido 2017-08-22; Aceptado 2017-08-24; Publicado 2017-09-25; Código PD: 087079

Podemos partir del concepto de discapacidad intelectual que según la AAIDD (American Association on Intellectual and Developmental Disabilities) la define como: “discapacidad caracterizada por limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual y la conducta adaptativa, que se manifiesta en habilidades adaptativas conceptuales, sociales, y prácticas”. Es decir, implica una limitación en las habilidades que la persona aprende para funcionar en su vida diaria y que le permiten responder en distintas situaciones y en lugares (contextos) diferentes (AAIDD, 2011).

Se indica además, que la inteligencia está configurada por un gran número de capacidades y que en la discapacidad intelectual puede darse un desarrollo armónico o bien serias discrepancias entre habilidades. Por esta razón, la medida del grado de afectación del nivel cognitivo debe estar basada en la evaluación de la capacidad global y la adaptación al medio sociocultural.

Particularmente se puede detallar como presentan diferentes déficits o necesidades en el desarrollo socioafectivo y emocional que deben de ser prioridad de intervención en el ámbito educativo, partiendo del trabajo de Salvador (2001) algunas de las necesidades más destacables en dicho ámbito de desarrollo son:

- Mantener una actitud de aceptación por parte del círculo personal de la persona.
- Explicar a la persona la inadecuación de una conducta negativa.
- Reforzar conductas alternativas positivas.
- Lograr un autoconcepto positivo mediante la valoración equilibrada de posibilidades y capacidades del alumno.
- Enseñar estrategias de autocontrol de las emociones impulsivas.
- Adquirir hábitos de autonomía personal.
- Aumentar sus responsabilidades en el aula que impliquen ciertos niveles de relación.

- Favorecer situaciones de interacción con otras personas en ambientes libres y distendidos.
- Reforzar cualquier tipo de conducta de acercamiento hacia los demás.
- Planificar actividades de interacción emocional.

Por su parte, actualmente la educación emocional está basada en los conceptos de inteligencia emocional y en el concepto de competencias emocionales y socioemocionales (Pérez- González y Pena, 2011). De tal manera (Pérez- González y Pena, 2011) definen la educación emocional como:

“el proceso educativo y preventivo articulado sobre programas cuyo cometido es desarrollar la inteligencia emocional y/o competencias emocionales o socioemocionales” (p.32).

Normalmente las personas con discapacidad intelectual experimentan vivencias en las que su falta de control hace que desarrollen emociones y estados como frustración, llanto o rabietas. De modo que si, desarrollan habilidades y aprenden a expresar dichas emociones harán que los demás los comprendan pudiendo así buscar soluciones. Incluso el desahogo de su estado de ánimo les supondrá además un alivio emocional.

Todos los seres humanos nos relacionamos con el ambiente mediante aspectos cognitivos y emocionales actuando siempre estos, de forma dependiente. La educación emocional trabaja las emociones y sentimientos, ya que estos nos impulsan a actuar y a preparar al organismo para diferentes respuestas junto con la aplicación de aspectos cognitivos como la percepción, la atención, la memoria y el pensamiento.

Según González (2002) la educación afectiva se produce por contagio social, participando de forma activa la familia, la escuela, el proceso de socialización y la culturalización ambiental. De todos los factores enunciados con anterioridad, destacaremos la familia y la escuela.

La familia es el contexto de desarrollo más cercano de cualquier individuo, por lo que supone un factor fundamental para el avance tanto de habilidades cognitivas como emocionales, ya que constituyen su apoyo y referencia principal. Particularmente en el ámbito familiar la persona con discapacidad intelectual puede reforzar diferentes aspectos emocionales:

- Desarrollar habilidades emociones básicas.
- Aumentar su sentimiento de seguridad.
- Aumentar su autoconcepto.
- Adquirir normas de comportamiento.

La escuela a su vez, promueve el proceso de socialización del individuo y desarrolla tanto habilidades cognitivas como emocionales persiguiendo un adecuado progreso del individuo en todas sus facetas. De manera precisa en el contexto escolar también se pueden trabajar diferentes aspectos a nivel emocional con dicho colectivo:

- Adquirir estrategias de expresión emocional.
- Comprender las diferentes emociones.
- Potenciar la vivencia de experiencias sociales.
- Conocer estrategias de autorregulación conductual y emocional.

Desde edades tempranas es muy importante que las personas con discapacidad intelectual empiecen a comprender sus emociones así como saber expresarlas a los demás. Es recomendable empezar por emociones básicas



Imagen 1. Panel de las emociones para el trabajo del reconocimiento de las emociones simples (fuente: elaboración propia).

como alegría, tristeza o enfado, para después trabajar otras emociones como el miedo o la felicidad.

Son múltiples las habilidades que pueden trabajarse en dicho colectivo, desde la educación emocional, partiendo del trabajo de las emociones más básicas a las más complejas. Algunos de los aspectos y habilidades a trabajar a nivel emocional con dichas personas son:

- La percepción y expresión de las emociones simples.
- La percepción y expresión de las emociones complejas.
- La empatía.
- Promover la capacidad de pensar.
- Producir estrategias para la resolución de problemas.
- Trabajar la concentración y la planificación.
- La prevención de conductas violentas y conflictos interpersonales.
- Estrategias de autorregulación emocional.

Extremera y Fernández-Berrocal (2004) también acentúan la influencia positiva en las relaciones interpersonales, la mejora del rendimiento escolar, una menor aparición de conductas disruptivas y un mayor nivel de bienestar y ajuste psicológico.

En especial se puede mencionar como las personas con discapacidad intelectual poseen una vida emocional como cualquier otra persona (Ruiz, 2004). Sienten las emociones y sentimientos, sufren ante las dificultades y experiencias dolorosas, y se alegran de los logros y de experiencias positivas que la vida es capaz de ofrecer.

Es cierto que uno de los rasgos característicos de dichas personas es su falta de percepción emocional, así como la dificultad que presentan para expresar sus estados emocionales.

A pesar de ello, también podrían considerarse personas llanas, no contaminadas por prejuicios externos, lo que les permite en muchos casos, ser capaces de experimentar sus emociones y sentimientos en mayor intensidad que otras personas.

Según Ruiz (2004), las personas con discapacidad intelectual poseen una alta capacidad para percibir el ambiente afectivo de su alrededor, sobre todo con aquellas personas de su entorno, como familiares y amigos. Esto supondría una ventaja para llevar a cabo la educación emocional. Como en todos los aspectos de la vida, aparte de pros, existen contras y la desventaja que presenta este colectivo, es su dificultad en la comunicación y el lenguaje, lo cual puede llegar a impedir o limitar la expresión de sus estados de ánimo o deseos. Sin embargo, que no puedan expresarlo verbalmente no significa que no lo sientan y no lo vivan como cualquier otra persona.

Es por ello que se puede concluir señalando como el exceso de contacto físico, la falta de autocontrol o el bajo nivel de interacción social, suponen aspectos que pueden mejorarse mediante el trabajo de las habilidades emocionales por medio de la educación emocional. Es necesario enseñarles a superar estos obstáculos, para que sean capaces de vivir satisfactoriamente haciendo uso de sus habilidades emocionales de forma efectiva.

La capacidad que poseen de percibir en otras personas sentimientos de tristeza o ira o sentimientos de alegría y felicidad, son aspectos que nos ayudan a insistir en la potenciación y desarrollo de programas de educación emocional con este colectivo, ya que poseen habilidades emocionales como cualquier otro ser humano y tienen el derecho de utilizarlas y potenciarlas de manera productiva para el desarrollo y mejora de sus vidas.

Bibliografía

- Asociación Americana de la Discapacidad Intelectual y del Desarrollo (AAIDD) (2011). *Discapacidad intelectual. Definición, clasificación y sistemas de apoyo. 11 Edición*. Madrid: Alianza Ensayo.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 6 (2) 1-17.
- González, E. (2002). *Educación en la afectividad*. Recuperado de: <http://surgam.org/articulos/504/12%20EDUCAR%20EN%20LA%20AFECTIVIDAD.ppd>
- Pérez- González, J.C. y Pena, M. (2011). Construyendo la ciencia de la educación emocional. *Padres y maestros*, (342), 32-35.
- Ruiz, E. (2004). Programa de educación emocional para niños y jóvenes con síndrome de Down. *Revista Síndrome de Down*, 21, 84-43.
- Salvador, F.J. (2000). *Enciclopedia psicopedagógica de necesidades educativas especiales*. Málaga: Aljibe.