

Educación emocional y su importancia para los alumnos con Trastorno Generalizado del Desarrollo

Autor: Marín Martínez, Antonia (Maestra. Especialidad en Educación Especial, Maestra de Educación Especial).

Público: Maestros de Educación Especial. **Materia:** Esta relacionado con todas las áreas de primaria. **Idioma:** Español.

Título: Educación emocional y su importancia para los alumnos con Trastorno Generalizado del Desarrollo.

Resumen

El artículo versa sobre la justificación de trabajar la educación emocional en la escuela con todo el alumnado y especialmente con los alumnos con necesidades educativas especiales, subrayando la importancia de la coordinación entre todos los profesionales implicados en la comunidad educativa. Se hace referencia a los términos que se utilizan al hablar de educación emocional y que corrientes actuales justifican su desarrollo en el aula. Después se centra en la exposición de un proyecto de educación emocional aplicado en un aula concreta en la que se encuentra un alumno con Trastorno Generalizado del Desarrollo.

Palabras clave: Educación emocional, Trastorno Generalizado del Desarrollo.

Title: Emotional education and its importance for students with Pervasive Developmental Disorder.

Abstract

The article deals with the justification of working emotional education in school with all students and especially with students with special educational needs, underlining the importance of coordination among all professionals involved in the educational community. Reference is made to the terms that are used when talking about emotional education and what current currents justify their development in the classroom. Then it focuses on the exhibition of an emotional education project applied in a specific classroom in which a student with Pervasive Developmental Disorder is located.

Keywords: Emotional education, Generalized Development Disorder.

Recibido 2018-11-01; Aceptado 2018-11-07; Publicado 2018-12-25; Código PD: 102004

Para comenzar es necesario decir que para que el alumno sea capaz de producir aprendizajes significativos, al margen de sus dificultades personales, es necesario que se encuentre motivado, es decir, que la aventura de aprender sea una experiencia emocionante para él. Es por ello que resulta relevante para todos los alumnos, y especialmente para los alumnos con necesidades educativas especiales, que se les ayude a reconocer, identificar, descubrir en ellos mismos y en los demás las diferentes emociones.

Al hablar de educación emocional es necesario distinguir tres términos que están muy relacionados entre sí:

-Inteligencia Emocional: se puede decir que es la habilidad para tomar conciencia de las propias emociones y las de aquellas personas que nos rodean y la capacidad de regularlas. Por ello se deben considerar competencias básicas para la vida la conciencia y regulación de las propias emociones.

Para Gardner (2006) cada persona tiene la capacidad de ampliar sus múltiples inteligencias. Este autor ha descrito ocho inteligencias que se dan en todas las personas en mayor o menor medida:

- Inteligencia lingüística.
- Inteligencia musical.
- Inteligencia lógico-matemática.
- Inteligencia espacial.
- Inteligencia corporal-kinestésica.
- Inteligencia interpersonal.
- Inteligencia intrapersonal.
- Inteligencia naturalista.

-Educación emocional: se comienza hablar de Educación emocional cuando esta se trabaja de forma intencionada y programada.

Bisquerra (2000) la define como *“un proceso educativo, continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad”*.

El objetivo principal de la Educación Emocional es el desarrollo de las competencias emocionales.

-Competencia emocional: se entiende como el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales.

Seguendo el modelo GROPE (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica) de la Universitat de Barcelona (Bisquerra, 2008) hay cinco competencias:

- Competencia emocional.
- Regulación emocional.
- Autonomía emocional.
- Competencia social.
- Habilidades de vida para el bienestar.

Una vez aclarados estos tres términos sería necesario conocer por qué es importante trabajar la educación emocional en los centros educativos con todos los alumnos y en especial con los alumnos con necesidades educativas especiales.

Normalmente, la necesidad de trabajar la Educación Emocional en un centro educativo surge por las necesidades que presenta la comunidad educativa, pero además está fundamentada y justificada en las nuevas corrientes que desde diferentes ámbitos científicos y educativos se indica la importancia de trabajar las emociones:

- Desde la Psicología Positiva se indica los beneficios de las emociones positivas en el bienestar psicológico y social del niño.
- El nuevo concepto de Inteligencia Emocional destaca la importancia del aspecto emocional y no solo los académicos.
- Desde las neurociencias se han destacado la importancia de las emociones en nuestra vida y en nuestras decisiones.
- En el ámbito educativo, el informe Delors de la UNESCO (1996) propone en la educación del siglo XXI cuatro pilares: aprender a conocer; aprender hacer; aprender a ser y aprender a convivir.
- En nuestro país las leyes educativas han incluido términos como *“habilidades sociales”*, *“competencia social”* y en los distintos Decretos de Currículo *“la necesidad de educar en valores y del desarrollo de la competencia social”*.

Se ha demostrado a través de varios estudios que un programa de educación emocional mejora las competencias clave en el alumnado. Así mismo puede incorporarse en los distintos apartados del Proyecto Educativo: Plan de Acción Tutorial, Plan de Convivencia, y Plan de Atención a la Diversidad.

Pero para llevar con éxito tanto un programa de educación emocional como cualquier otro, es imprescindible la coordinación de todos los profesionales implicados y la colaboración con la familia.

Para concluir este apartado Elsa Punset (2016) dijo *“La educación emocionalmente inteligente enseña al niño a tolerar la frustración y a comprender y aceptar que los demás también tienen necesidades y derechos”*.

EDUCACIÓN EMOCIONAL APLICADA A UN ALUMNO CON TRASTORNO GENERALIZADO DEL DESARROLLO

Las personas con Trastorno del Espectro Autista tienen la misma capacidad que los demás de sentir, emocionarse o tener empatía ya que ellos también ríen, lloran, se enfadan, se asombran, tienen miedo, consuelan, desean, abrazan...

Por ello se va a mostrar el proyecto de educación emocional de un centro educativo, el cual se lleva a cabo con todos los alumnos del mismo. La exposición de este proyecto se centra en cómo se desarrolla en la clase de 3º de primaria

donde está escolarizado un alumno con TGD. Dicho proyecto será desarrollado en este aula tanto por la tutora como por la maestra especialista en audición y lenguaje.

Los objetivos que se persiguen con este proyecto de educación emocional son:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones y de las ajenas.
- Denominar correctamente las emociones.
- Aprender a gestionar los conflictos de forma positiva.
- Mejorar la tolerancia a la frustración.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- Enseñar habilidades sociales para cooperar y trabajar en equipo.
- Aprender a ponerse en el lugar del otro desarrollando la empatía.
- Identificar e interpretar el lenguaje no verbal.

Además de estos objetivos generales que se persiguen con todos los alumnos, se han seleccionado una serie de habilidades específicas concretas para trabajar con el alumno que son las siguientes:

- Identificar estados de ánimo en uno mismo y en los demás.
- Comunicar a los demás los propios deseos o peticiones con cortesía y amabilidad.
- Desarrollar habilidades para el inicio, mantenimiento y escucha activa de conversaciones.
- Expresar deseos, intereses y quejas de un modo adecuado.
- Iniciarse en la observación y análisis de situaciones problema.
- Conocer y experimentar modos de enfrentarse al estrés.
- Buscar y utilizar material ya existente y/o realizar material (historias sociales, conversación en forma de viñetas), para ayudarle a mantener unas relaciones sociales gratificantes.
- Iniciarse en técnicas de relajación.
- Avanzar en el control inhibitorio.
- Conseguir una adecuada autorregulación emocional.
- Adaptarse a las novedades o cambios que se presentan.
- Utilizar un lenguaje lo más preciso posible en las explicaciones para que desarrolle un buen lenguaje interior que mejorará la capacidad de estructurar su pensamiento.
- Aprender a autointerrogarse, autocontrolarse y a dar autoinstrucciones.
- Regular y modular las estereotipias.
- Expresar las emociones que provocan situaciones cotidianas: formular quejas, aceptar y rechazar críticas, decir no, preguntar por qué...
- Superar las reacciones de irritabilidad ante situaciones de frustración normal.
- Superar sin conflictos las situaciones de competitividad.
- Desarrollar la autonomía emocional.
- Sentirse miembro importante de su grupo de referencia.

Para trabajar tanto los objetivos generales para todos los alumnos como las habilidades específicas para el alumno con TGD, este proyecto se basa en el "Emocionario" y este curso se ha decidido entre todo el Claustro agrupar las emociones en 8 bloques de forma que cada mes se trabaja un bloque de emociones que son los siguientes:

1. Amor y ternura.
2. Ira y odio.
3. Alegría y felicidad.
4. Tristeza, nostalgia y melancolía.

5. Vergüenza, timidez e inseguridad.
6. Aceptación, satisfacción y orgullo.
7. Envidia, frustración y decepción.
8. Gratitud y admiración.

Además de las distintas actividades que se proponen para trabajar los bloques de emociones en esta clase se ha establecido un espacio que se ha denominado la mesa de la paz. En dicho espacio los alumnos que han tenido un conflicto o que no se sienten bien y quieren hablar con compañeros o con profesores van a este espacio y dialogan para intentar resolver los problemas, habiendo siempre un mediador (un alumno o el profesor). En esta mesa está el Emocionario, el Monstruo de Colores y el Cojín de las Emociones, estos tres recursos sirven a los alumnos de apoyo para expresarse y además son un apoyo visual muy importante para el alumno TGD.

La metodología que se va a seguir en cada sesión tiene un enfoque activo que permita la construcción de aprendizajes emocionales significativos, funcionales y generalizables a todos los contextos.

La intervención consistirá en poner al grupo clase en situaciones comunicativas que les permita ir modelando las habilidades y comportamientos. Los procedimientos o técnicas más apropiadas para el desarrollo de las emociones son:

- El juego: en concreto el juego simbólico, socio-dramático y cooperativo. El juego va a permitir que los alumnos se puedan poner en el lugar del otro y la mejora de la comunicación verbal, al tiempo que pueden observar las habilidades de los demás.
- Las dramatizaciones: son un excelente recurso para trabajar la educación emocional ya que facilitan la exploración y práctica de situaciones, reducen la ansiedad ante situaciones desagradables, facilitan la toma de conciencia y comprensión de los distintos puntos de vista de los compañeros.

Al trabajar cada bloque de emociones es importante que los alumnos sean conscientes de lo que están aprendiendo por ello es recomendable que al finalizar cada sesión se lleve a cabo una reflexión de lo que se ha aprendido. Dicha reflexión se puede hacer en voz alta guiada por la maestra, haciendo un dibujo o escribiendo de forma individual o grupal una frase que resuma lo aprendido en dicha sesión.

Para trabajar los bloques de emociones se van a utilizar los siguientes materiales:

- Guías y actividades de la Web de la Editorial palabras Aladas.
- Libros de lectura y consulta:
 - 1) El monstruo de colores.
 - 2) Emocionario.
 - 3) ¡Cómo está el clima!
 - 4) Tranquilos y atentos como una rana.
- Fichas con imágenes para trabajar historias sociales referidas al bloque de emociones que se estén trabajando en ese momento.
- Vídeos para trabajar la educación en valores.

Por último, es necesario hablar de la evaluación de dicho proyecto, ya que dicha evaluación es un elemento inseparable del proceso de enseñanza-aprendizaje. Por las características de los contenidos de la educación emocional los instrumentos que se consideran más adecuados para la evaluación son: la observación directa y sistemática, escalas de observación, registros anecdóticos y diario de clase.

La observación directa y sistemática consiste en observar a los alumnos durante toda la sesión para poder ver cuáles son sus reacciones ante los contenidos que se les presentan y cómo abordan las actividades que se les propone. Dichas observaciones se pasan a las escalas de observación que permite valorar a través de una serie de ítems cómo pueden ser el grado de satisfacción, de participación, el clima del grupo, la comunicación entre compañeros o el grado de consecución de los estándares propuestos.

El registro anecdótico se utiliza sobre todo con el alumno TGD ya que sirve para ir recogiendo todas aquellas anécdotas que se producen en las diferentes sesiones que van indicando un cambio de actitud y acercamiento tanto a sus compañeros como a profesores.

Por último, aclarar que el diario de clase sirve para narrar todo lo que ocurre en las sesiones de forma general, además de recoger las conductas aparecidas en los distintos alumnos, los contenidos que se han trabajado en dicha sesión así como los materiales utilizados para desarrollar las actividades de la sesión (imágenes, cuentos, dibujos, vídeos, fichas...).

Como se puede apreciar para conseguir las habilidades específicas del alumno no es necesario programar actividades diferentes a la de sus compañeros ya que la mejor forma de trabajar sus emociones es integrándolo en la dinámica del aula.

Este proverbio árabe explica muy bien la importancia de trabajar la educación emocional no solo con alumnos con necesidades educativas especiales sino con todo el alumnado: *“quién no comprende una mirada tampoco comprenderá una larga explicación.”*

Bibliografía

- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa. (BOE nº 295, de 10 de diciembre de 2013).
- Hurtado, M^a Dolores (2015). Educación Emocional. Programa y guía de desarrollo didáctico. Consejería de Educación y Universidades. Secretaría general. Servicio de publicaciones y estadística.
- Bisquerra, R. (2012). ¿Cómo educar las emociones?: la inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia. Espluges de Llobregat, Barcelona: Faros.
- Gardner, H. (2005). Inteligencias múltiples: La teoría en la práctica. Ediciones Paidós.
- Arnaiz, P. (2003). Educación inclusiva: una escuela para todos. Archidona (Málaga): Aljibe.
- Bogdashina, O. (2007). Percepción Sensorial en el Autismo y Síndrome de Asperger. Autismo Ávila.
- Conangle, M. M., Soler, J. Valdivia, P. (2014) ¡Cómo está el clima! Editorial Parramón. Badalona
- Llenas, A (2012). El monstruo de colores. Editorial Flamboyant. Barcelona
- Snel Eline (2013). Tranquilos y atentos como una rana. Editorial Kairos. Barcelona
- Aulapt. Cultivando emociones. Educación emocional de 3 a 8 años. <http://www.aulapt.org/2016/03/02/cultivando-emociones-educacion-emocional-de-3-a-8-anos/>
- Blog de super pt. Proyecto de educación emocional. <http://elblogdesuperpete.blogspot.com.es/2016/09/proyecto-educacion-emocional-16-17.html>
- Editorial palabras aladas. Emocionario. http://www.palabrasaladas.com/di_lo_que_sientes/fichas_de_actividades.html.