



Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Educación

Alumnos con TDAH (Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad) en Educación Infantil: Proyecto para la detección adecuada y formación mediante técnicas basadas en la inteligencia emocional

Trabajo fin de grado presentado por:	Izaskun Elguezabal Cea
Titulación:	Grado en Educación Infantil
Línea de investigación:	Proyecto Educativo /Propuesta de Intervención
Director/a:	Comisión académica de convocatoria extraordinaria

Ciudad: Bilbao

Fecha: Diciembre 2012

Firmado por :

Categoría Tesouro: 1.1.8 Métodos Pedagógicos

Tabla de contenido

RESÚMEN	4
INTRODUCCIÓN	5
Justificación	6
OBJETIVOS	8
Objetivo general:	8
Objetivos específicos:	8
MARCO TEÓRICO	8
Definición TDAH y breves reseñas históricas	8
Origen del trastorno	10
Origen biológico:	
Origen ambiental y educativo:	
Origen psicosocial	
Sintomatología del TDAH	14
Inteligencia emocional	16
Definición Inteligencia emocional y su importancia.....	17
Inteligencia Emocional en el Aula de Educación Infantil.....	20
Programas educativos para tratar el TDAH	21
1. Programas dirigidos al niño:	
2. Programa de asesoramiento y entrenamiento educativo a los padres:	
3. Programas de asesoramiento educativo a los docentes:	
PROYECTO BASADO EN TÉCNICAS BASADAS EN INTELIGENCIA EMOCIONAL	30
Introducción	30
Contexto	31
Profesorado	32
Características del alumnado	33
Metodología	33
Temporalización	35
Objetivos Generales	35
Objetivos Específicos:	35
Contenidos:.....	36
Actividades	37
Autoconocimiento emocional	
Autocontrol emocional	
Autoestima	
Empatía	
Habilidades sociales	
Criterios de Evaluación	45
CONCLUSIONES	47
PROSPECTIVA	48
BIBLIOGRAFÍA	49

RESÚMEN

El término de inteligencia emocional, del que se habla cada vez más en los últimos años, se refiere a todo lo relacionado con el aspecto emocional y sentimental, dejando más de lado la parte intelectual del individuo, ayudando así a desarrollarse y adquirir las competencias necesarias para un adecuado progreso.

Por otro lado, el Trastorno Por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH), es un trastorno cada vez más frecuente en nuestra sociedad actual. Su diagnóstico no se aconseja realizar antes de los 6-7 años de edad, a pesar de que se suelen presentar ciertos síntomas anteriormente, lo cual hace necesario una intervención temprana.

La primera parte del trabajo, se ha basado en una introducción a la inteligencia emocional, para darnos cuenta de que es un factor importante a trabajar en el ámbito escolar, especialmente cuando trabajamos con niños que presentan TDAH.

En la segunda parte del trabajo, se ha propuesto un proyecto para aplicar en el aula, apoyado principalmente en técnicas basadas en inteligencia emocional, donde permita a desarrollar habilidades para resolver los posibles conflictos que puedan surgir en el aula, especialmente con niños TDAH.

Palabras clave: Inteligencia emocional, TDAH, detección, técnicas, habilidades sociales

INTRODUCCIÓN

El concepto de inteligencia emocional es relativamente nuevo, pero en los últimos años se ha introducido con fuerza en todos los ámbitos de la sociedad, así como en el ámbito de la educación.

Hasta hace relativamente poco, la inteligencia sólo se medía por el cociente intelectual de cada individuo, y existen autores como Gardner, autor de la teoría de las inteligencias múltiples, que afirman que la inteligencia no es simple, sino compleja y múltiple, y que puede abarcar diferentes tipos de inteligencias.

Se han identificado en la Teoría de las inteligencias múltiples nueve tipos de "inteligencias": musical, cinético-corporal, lógico-matemática, lingüística, espacial, interpersonal, intrapersonal, naturalista y existencial. (Gardner, 1983)

Aproximadamente una década más tarde, aparece el concepto de "Inteligencia emocional" aparece por primera vez en un artículo de 1990, por Peter Salovey y John Mayer, y cinco años más tarde, Goleman la define como "la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien las emociones, en nosotros mismos y en nuestras relaciones" (Goleman, 1995)

El concepto de inteligencia emocional es un concepto complejo, que está formado por varios componentes, entre los cuales se encuentran principalmente: el autoconocimiento, la automotivación, el control de impulsos emocionales, la empatía, la solución de conflictos y las habilidades de comunicación (Goleman 1996; Salovey y Mayer, 1997) y si no desarrollamos adecuadamente estas capacidades, puede dar lugar a problemas psíquicos y físicos, tales como depresión, agresividad, baja autoestima, ansiedad, problemas alcoholismo y drogas, dificultades en las relaciones con los demás, entre otros.

En los últimos años, se han hecho muchas investigaciones y trabajado mucho sobre la importancia de todos estos conceptos y de su influencia en las aulas, (Steiner y Perry, 1997; Ibañez, 2001; Fernández-Berrocal y Extremera, 2002), entre otros, y la educación estudia continuamente cómo aumentar estas capacidades, y desarrollar así, tanto la inteligencia académica como la emocional, (Orjales, 1991; Gallego, 1999; Bisquerra,

2003; Begoña Ibarrola, 2004), entre otros.

Dentro del aspecto emocional, se pueden trabajar muchos conceptos y problemas que aparecen en las aulas, pero en este trabajo se va a investigar, dentro de las necesidades emocionales de todo alumnado de Educación Infantil, el trastorno de déficit de atención con hiperactividad (TDAH en adelante).

Justificación

El TDAH es un trastorno del que se habla mucho hoy en día, y desafortunadamente, se trata de un término que se usa con demasiada frivolidad y facilidad en el ámbito educativo.

El TDAH es uno de los trastornos más importantes y frecuentes dentro del campo de psiquiatría y psicología infantil. Se da entre un 8% de la población infantil (Gratch, 2000; Green & Chee, 2000; Orjales, 1998) y es más frecuente entre niños que niñas (Orjales, 1998).

Se considera que el TDAH es un trastorno en el que influyen muchos factores en su aparición, tanto biológicos como factores familiares adversos y consecuentemente, afecta a todos los aspectos de la vida del niño: familiares, escolares, personales, sociales, etc.

Asimismo, el diagnóstico de este trastorno resulta difícil de establecer, ya que a veces, los síntomas no están demasiado claros o se confunde con otro tipo de trastornos.

Los tres síntomas principales del TDAH, identificados en el DSM-IV, son:

- la inatención: dificultades para mantener la atención.
- la impulsividad: falta de control sobre los impulsos.
- la hiperactividad: carencia de control sobre los impulsos, asociada con la actividad motora.

La investigación sobre el TDAH se ha basado fundamentalmente en identificar los aspectos cognitivos de este problema, (Orjales, 1991; Barkley, 2002; Hinojo, 2004),

intentando modificar principalmente, las conductas y desviaciones cognitivas existentes a través de nuevas experiencias y procedimientos, pero no se está teniendo en cuenta los aspectos afectivos.

Diversos estudios sobre el TDAH, (Barkley, 1997; Saarni, 1999; Brown, 2002), indican que tanto los niños como los adultos que presentan este trastorno tienen disfunciones en el reconocimiento de los estímulos emocionales y poca capacidad para regular sus emociones, sobre todo cuando éstas son negativas. Este trabajo tiene la finalidad de diseñar una propuesta que incluye estrategias para la detección y diagnóstico del TDAH en alumnos de Educación Infantil, y asimismo, aumentar el grado de conocimiento del profesorado referente a este trastorno.

Por otra parte, con el marco teórico del trabajo se aclaran los conceptos relacionados con la inteligencia emocional que sirven de marco general para ayudar a los docentes a gestionar la formación de los alumnos con TDAH.

Desde el punto de vista práctico, el presente trabajo ayudará a futuros alumnos que presenten ciertos síntomas de esta problemática, los cuales, pueden terminar en un diagnóstico de TDAH, y también a alumnos, que afortunadamente no se les diagnostique de ello.

Desde el punto de vista metodológico y práctico, existen muchos casos de niños hiperactivos, con diversas problemáticas, en los cuales tanto los profesores como los padres no saben cómo actuar para ayudarles y favorecer un mejor desarrollo e integración de éstos niños.

Para finalizar la justificación conviene mencionar la importancia de trabajar esta problemática en el trabajo de fin de grado (TFG en adelante). Es un tema de candente actualidad y con el que el docente se encuentra en el desarrollo de su actividad cotidiana. En ocasiones genera gran implicación personal y a su vez impotencia ante la falta de información y de instrumentos adecuados para la detección. Por tanto, este TFG puede mejorar y facilitar su labor como docente.

OBJETIVOS

Objetivo general:

Diseñar una propuesta para la detección del TDAH en los alumnos de educación infantil y la gestión de su formación, basada en la inteligencia emocional.

Objetivos específicos:

- Analizar las relaciones entre el TDAH y la inteligencia emocional mediante la investigación bibliográfica.
- Valorar los diferentes programas que existen para trabajar con niños con TDAH descritos en la literatura.
- Planificar actividades que propicien una correcta detección del alumno con TDAH en educación infantil y la adaptación de su docencia mediante técnicas de inteligencia emocional, dentro de una propuesta general de intervención.

MARCO TEÓRICO

Definición TDAH y breves reseñas históricas

El concepto de TDAH comienza a conocerse en el siglo XIX, pero se cataloga como trastorno en sí a finales del S. XX.

Frecuentemente, a los niños que presentan este tipo de trastorno, se les ha etiquetado de niños maleducados, traviosos o desobedientes, aunque hoy en día, se puede asegurar que es un trastorno de origen neurobiológico y sus síntomas influyen en el aspecto cognitivo, afectivo y social del niño, incluyendo aspectos familiares y escolares

El trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH), se trata de un trastorno que comienza en la infancia y entre sus características principales se encuentran la dificultad

para mantener la atención, hiperactividad o exceso de movimiento e impulsividad o dificultades en el control de los impulsos.

El TDAH está clasificado como uno de los trastornos mentales por la Asociación Americana de Psiquiatría (APA). Concretamente, en el apartado de trastornos por déficit de atención y comportamiento perturbador, tal y como aparece en la cuarta edición del manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM IV, 1994).

La versión actual de este manual de Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-IV-RV, 2002), describe el TDAH como un trastorno que se caracteriza, de forma más frecuente y acentuada, por una continua desatención y una mayor hiperactividad e impulsividad, en comparación con personas de similar o mismo desarrollo.

Este trastorno provoca carencias importantes para el correcto desarrollo académico, social, emocional y físico.

Según diversos estudios, (Schachter y col. 2001; American Psychiatric Association, 2000; Cardo E, Servera M, Llobera J., 2007), se detecta cerca de los seis-siete años de edad y los síntomas se presentan mínimo en dos ambientes diferentes: en casa y en la escuela. Esos síntomas se producen con gran intensidad y frecuencia.

El TDAH, en función del síntoma predominante, se puede subdividir en 3 tipos (DSM-IV, 1994):

- Tipo con predominio del déficit de atención: se caracteriza principalmente por un procesamiento de la información lento y con un estado de alerta bajo, sobre todo auditivamente. En el ámbito social, los niños son pasivos y presentan un control de sus emociones.
- Tipo con predominio de la impulsividad-hiperactividad: presentan una excesiva e inadecuada actividad motora y vocal. Además, presentan una gran falta de autocontrol. Socialmente, son niños que interrumpen continuamente y actúan sin pensar.
- Tipo combinado, donde se presentan síntomas tanto del déficit de atención como

de impulsividad e hiperactividad.

Existen muchos autores que han investigado sobre el TDAH y sus síntomas. Aquí se presentan algunas de las definiciones que realizan sobre este trastorno:

Villar (2002), define el TDAH como un trastorno donde hay un retraso del desarrollo y una gran inquietud y falta de atención, apreciándose sobre todo en situaciones que requieren inhibición motora.

Hallowel y Ratey (2001), definen el TDAH como un trastorno neurológico, cuyos principales síntomas son: la hiperactividad, distracción e impulsividad.

Russell A. Barkley (2002), define el TDAH como un trastorno del desarrollo del autocontrol, cuyas características son la dificultad para mantener la atención y controlar los impulsos y actividad adecuadamente.

Este autor considera que existen alteraciones en el cerebro y es por ello que se aprecian conductas y movimientos extraños en el individuo.

Castaño (2001), define el TDAH como un trastorno biológico y sin síntomas exclusivos, dependiendo de las circunstancias concretas de cada individuo.

De todas las anteriores definiciones, se podría definir el TDAH como un trastorno neurológico, que influye en el comportamiento del individuo, apreciándose en éste, síntomas como la impulsividad, hiperactividad y falta de atención.

Origen del trastorno

Existen diversos autores, (García Castaño, 2001; Hallowel y Ratey, 2001; Gratch, 2003), que reflejan en sus investigaciones que el TDAH se debe básicamente a causas biológicas, y que los factores psicosociales y el ambiente familiar tienen poca influencia .

A pesar de que los factores *biológicos* y *psicosociales* tienen una estrecha relación e influencia en el desarrollo del individuo, se puede afirmar que no existe una clara relación

entre el TDAH y el ambiente que el niño tiene en su familia y hogar (Bauermeister, 1997).

Origen biológico:

Existen diferentes opiniones e investigaciones acerca del origen de TDAH:

Hervás, (2004), considera que el TDAH es un trastorno en el que diversos y múltiples factores influyen en su aparición: factores genéticos y biológicos..

Según Hervás, el TDAH tiene un alto porcentaje de componente genético (cerca del 80%), pero el entorno también influye mucho para mejorar los problemas que surgen y para la evolución del niño.

Barkley, (2002), afirma que el 40% de las personas con TDAH, tienen por lo menos algún familiar con este trastorno, y por tanto, podría ser hereditario. Asimismo, defiende que muchos estudios indican que factores ambientales, como el consumo de alcohol, nicotina, drogas, etc. durante el embarazo también aumenta la posibilidad de que se presente este trastorno.

García (2001), defiende que el TDAH se debe a un mal funcionamiento de ciertas zonas del cerebro, y se manifiesta mediante los síntomas de impulsividad, hiperactividad y problemas de atención. Básicamente, el trastorno se debe a rasgos neurológicos y genéticos.

Scandar (2003), afirma que el trastorno TDAH tiene un componente hereditario muy alto, especialmente si se trata de gemelos idénticos

Nigg y Casey (2005), explican en su teoría que el TDAH aparece por una disfunción entre tres circuitos neuronales. Unos influyen en los procesos de control cognitivo (memoria, procesamiento de la información) y el otro circuito, influye en los procesos de regulación afectiva.

Según Rief, (1999), hay muchas causas que influyen en el TDAH: genéticas, biológicas, complicaciones durante el embarazo o parto, la dieta y exposición durante el embarazo a drogas y alcohol. Estos factores provocan daños neurológicos y uno de ellos es el TDAH.

Asimismo, a lo largo del S. XX, varios estudios han encontrado relación entre el TDAH y lesiones en el área pre-frontal (Castellano, 2001; Barkley, 2002; Gratch, 2003).

Pero a pesar de que hay muchas investigaciones que defienden las causas biológicas debido a algún tipo de alteración cerebral, los factores hereditarios o las posibles lesiones que puedan producirse durante el embarazo, hay muchas investigaciones y estudios que revelan que los factores ambientales y patrones educativos constituyen cerca de un 15% de los casos de TDAH, (Brown, 2003; Cardo, Servera y Llobera (2007).

Origen ambiental y educativo:

Por una parte, hoy en día se presta mucha atención a este trastorno de TDAH y existen estudios (Asociación Española de Pediatría; revista *Academic Pediatrics*, 2012), sobre el gran aumento de este trastorno a lo largo de las últimas décadas, lo que hace suponer que posiblemente existan falsos diagnósticos, o la confusión con otros trastornos psiquiátricos sin diagnosticar.

Por otra parte, se ha comprobado que más del 50% de las personas diagnosticadas con TDAH, también cumplen los requisitos de otros diagnósticos psiquiátricos, tales como ansiedad, trastornos del estado de ánimo, trastornos por consumo de sustancias o trastornos de comportamiento (Brown, 2003).

Asimismo, varias investigaciones, (Inmaculada Moreno García, Profesora Fac. Psicol. Univ. Sevilla; Cardo, Servera y Llobera, 2007), muestran que un alto porcentaje de pacientes con sintomatología de TDAH, finalmente no son diagnosticados con este trastorno observándose que lo que principalmente encontraban era un retraso madurativo.

Estudios españoles como el de Cardo, Servera y Llobera (2007), estiman que el TDAH roza el 4,5% de la población infantil. Según Lora (2007), que realizó una investigación con una muestra de 500 niños y niñas sevillanas, de edades comprendidas entre 10 y 16 años, el TDAH sólo afecta a un 4,8% de los sujetos estudiados.

Consecuentemente, el diagnóstico del TDAH debe tener en cuenta todos los factores posibles, ya que hay muchos trastornos y factores asociados, y hay que tener sumo

cuidado con la comorbilidad (presencia de más de un trastorno de forma simultánea) y que el diagnóstico sea clínico e individual, sin ningún tipo de influencia ni prejuicios y sin precipitarse en el dictamen.

Por ejemplo, en cuanto al factor de la edad, antes de los seis años de edad, debe evitarse el diagnóstico, ya que existen factores madurativos diferentes en cada niño. Este hecho produce que la detección correcta de estos casos sea más difícil en las aulas de Educación Infantil.

Por otra parte, los niños con TDAH cumplen con otros síntomas de trastornos psicológicos, tales como: Trastorno negativista-desafiante, trastorno de la vinculación afectiva, trastorno disocial, trastorno por abuso de alcohol y drogas, trastornos del sueño, de ansiedad, de aprendizaje ...

Por tanto, podemos afirmar que todas las personas sufren a veces síntomas del trastorno TDAH, pero sólo pueden diagnosticarse aquellos que tienen alteraciones crónicas significativas, y se podría considerar como una serie de síntomas que se mezclan con diferentes diagnósticos.

Origen psicosocial

Por otra parte, existen diversas investigaciones y estudios que hablan de la importancia de los procesos emocionales en el TDAH:

Bauermeister, (2000) y Scandar (2003), afirman que no existe relación entre los factores genéticos y el TDAH, ya que no existen ningún tipo de cromosoma con anomalías, como puede ocurrir con el Síndrome de Down.

Bauermeister, (2000), defiende que hay casos donde los niños adoptados con TDAH, se parecen más en comportamiento a sus padres adoptivos que biológicos.

Otros autores, como *Sonuga-Barke, (2002)*, integran varias teorías sobre el TDAH donde se aprecian anomalías cognitivas y anomalías motivaciones y emocionales.

Asimismo, diversas investigaciones, (Barkley, 2002; Kessler et al, 2005; Reátegui Villegas

Diego Artemio, Vargas Murga Horacio, 2008;), confirman que las personas con TDAH presentan mayor grado de agresividad y depresión, y no pueden ocultar sus emociones.

Algunos autores, como Shapiro, (2001), hicieron un estudio donde se evaluaban las habilidades de los niños con TDAH para identificar diferentes estímulos emocionales, demostrando un desarrollo de la capacidad de atención más tardío en niños que presentan este trastorno.

Singh, (1998), evaluó la habilidades de niños y adolescentes con TDAH para reconocer seis emociones básicas: miedo, tristeza, alegría, asco, sorpresa y enfado, y tenían que identificar la expresión facial que correspondía a cada emoción, con el objetivo, y posteriormente la confirmación, de presentar las posibles deficiencias en el aspecto emocional..

Existen más autores y estudios (Rapport, 2002; Yuill y Lyon, 2007;) donde se indica que el déficit en la regulación emocional es un aspecto importante del trastorno del TDAH.

En cuanto al enfoque terapéutico del TDAH ha evolucionado a lo largo de los años, teniendo en cuenta el aspecto emocional en las diferentes teorías sobre el TDAH.

Según *Orjales y Polaino (2010)*, cuando el TDAH se consideraba un trastorno conductual, la terapia iba dirigida a un cambio de conducta. Posteriormente, se pasó al fármaco principalmente. A finales del s. XX, el estudio de la impulsividad y déficits cognitivos fueron el tema de investigación principal y las terapias se basaban principalmente en el autocontrol desde un enfoque cognitivo-conductual (técnicas de relajación, habilidades sociales, habilidades emocionales, etc)

Sintomatología del TDAH

En este apartado se presenta un resumen de los principales síntomas que pueden hacer sospechar a un docente de la presencia de un TDAH en un estudiante de educación infantil. Principalmente son:

Dificultades generales:

a) Aspectos biológicos:

- Tener un familiar con este trastorno
- Bajo peso al nacer
- Diversos factores, tales como consumo alcohol, drogas ... por parte de la madre durante el embarazo
- Trastornos psicológicos: negativista-desafiante, disocial, afectivos, de sueño, de aprendizaje ...

b) Aspectos sociales:

- Ambientes de pobreza y exclusión social, problemas familiares y violencia en el hogar

Aspectos académicos:

a) Dificultades generales:

- Mayor interés por los juegos de acción que por los juegos educativos

- Retraso significativo en el lenguaje
- Presentan problemas de organización significativos
- Desmotivación
- Dificultad para mantener la atención

b) Dificultades físicas:

- A nivel psicomotor, retraso en su desarrollo, sobre todo en motricidad fina
- Hablan muy rápido, sin ningún tipo de orden en las palabras y con muchas faltas

gramaticales

c) Dificultades cognitivas:

- Dificultad para aprender los colores, números y letras, así como para la representación gráfica y comprensión de la figura humana en el dibujo
- Dificultad para pensar antes de hablar y actuar
- Dificultad para cumplir las instrucciones que se les piden

d) Dificultades emocionales:

- Inmadurez emocional, con muchas rabietas y enfados
- Alto grado de agresividad
- Grandes cambios de humor e irritables con facilidad
- Pocas habilidades emocionales

e) Dificultades sociales:

- Agresividad con sus compañeros
- Incumplimiento de normas
- Rechazo por parte de los demás

Inteligencia emocional

Tras lo expuesto, es posible diferenciar aquellos casos donde existe una gran influencia de factores psicosociales y emocionales en el origen del TDAH. Es necesario contar con una metodología o herramienta útil que permita trabajar estos problemas afectivos en la práctica.

Uno de los enfoques novedosos para tratar este tipo de problemas en el aula es la

utilización de la inteligencia emocional.

Definición Inteligencia emocional y su importancia

La inteligencia emocional es un término que se usó por primera vez en 1990, en un escrito de los psicólogos de Harvard, Salovey y John Maye (1990), debido a la necesidad de encontrar una respuesta al porqué unas personas se adaptaban mejor que otras a las diferentes situaciones cotidianas.

Estos psicólogos estaban en contra del concepto tradicional de inteligencia: definida como la capacidad de relacionar conocimientos que poseemos para resolver una determinada situación, siempre visto desde el punto de vista lingüístico y lógico-matemático, y consideraban la inteligencia emocional como un conjunto de competencias en el que podemos reconocer tanto nuestras emociones como las de los demás individuos.

Aunque no es hasta mitad de los años 90, con el libro "*Inteligencia emocional*", (Goleman, 1996), cuando se populariza este término. La inteligencia emocional se define como la capacidad de conocernos a nosotros mismos, nuestros sentimientos y los de los demás, también la capacidad de motivarnos, expresar nuestras emociones y entender las de las personas que nos rodean (Goleman, 1995). En definitiva, manejar de manera adecuada las relaciones sociales.

Goleman, (1996), explica que hay dos aspectos importantes a destacar en el ámbito de la inteligencia general: lo racional y lo emocional, y describe a la persona emocionalmente inteligente como una persona muy cariñosa y agradable.

Por su parte, Freedman (2004) explica que la inteligencia emocional es una habilidad innata que produce el amar, disfrutar y tener éxito en la vida diaria.

Para Couper y Swaf, (1997), la inteligencia emocional es una energía humana que ayuda a conocernos a nosotros y a los demás y así conectar con los demás, influyendo positivamente en ellos.

Para Casey y Cobb, (2000), la percepción emocional afecta a la percepción cognitiva, ya que cualquier situación la valoramos y experimentamos en función de nuestras actitudes,

vivencias y creencias sobre el mundo, en definitiva, experiencias anteriores.

Hein, (2004), como Freedman, piensa que la inteligencia emocional es algo innato con lo que nacemos, y que en función nuestras experiencias se va desarrollando en mayor o menor medida.

Por otra parte, la inteligencia emocional está formada por varios factores: auto-conocimiento emocional, autocontrol emocional, auto-motivación, empatía y habilidades sociales.

Se podría definir la inteligencia emocional, como las diferentes habilidades que tiene una persona para poder relacionarse adecuadamente con los demás, teniendo siempre en cuenta nuestros sentimientos y los de los demás, y un manejo adecuado de nuestras emociones.

Podemos afirmar entonces, que la inteligencia emocional se va desarrollando a lo largo de la vida, a través de experiencias vividas.

Desgraciadamente, damos demasiada importancia a la inteligencia, pero no se valoran de la misma manera otro tipo de habilidades emocionales, tales como la empatía, motivación o entusiasmo, que son igual o más importantes que el cociente intelectual, y que nos ayudan a tener un buen entorno laboral, familiar, social, etc, en definitiva, un buen desarrollo individual y social adecuado.

Es por ello que es primordial educar este tipo de inteligencia desde niños, y resulta necesario hoy en día en el ámbito educativo, sobre todo, cuando existen otro tipo de cuestiones importantes, como es el caso del TDAH.

Los niños que presentan TDAH, se enfrentan diariamente a conflictos que van más allá de los síntomas clásicos de inatención, impulsividad o hiperactividad. También presentan graves problemas de conducta en el colegio, que se identifican en la pobre relación que establecen con sus compañeros de clase y familiares, una mala adaptación al ritmo de los demás, dificultad para compartir sus cosas o no obedecer a las normas.,

Entre las consecuencias negativas se encuentran:

- Rechazo de sus compañeros
- Sentimiento de desengaño
- Gran frustración
- Agresividad
- Acoso por parte de los demás
- Autoestima baja

Estos factores ponen de manifiesto la necesidad de que personas que sufren de TDAH aprendan a relacionarse con habilidades sociales.

La inteligencia emocional ayuda a que tanto los niños con TDAH, como sus padres y educadores aprendan o refuercen técnicas y destrezas para facilitar y mejorar la conducta del niño, mejorando así sus relaciones familiares y escolares, su desarrollo personal, y sus resultados en la escuela.

La mejor manera de ayudarles es teniendo un buen clima familiar, unas buenas habilidades por parte de los padres y profesores, y de esta manera, evitar las experiencias de rechazo y fracaso que sufren constantemente, e incluso, eliminar esa sintonía negativa que se crea entre los adultos y los niños con TDAH. Pero no basta con ser pacientes o más tolerantes, los adultos deben ser aconsejados por expertos y deben adoptarse unas medidas y normas concretas.

El desarrollo de la inteligencia emocional y su aplicación en los colegios, es todavía algo bastante inusual. Se pueden encontrar algunos programas sobre la inteligencia emocional en los centros educativos, pero no es todavía una práctica representativa.

Hoy en día existen algunos centros de enseñanza, que mediante programas de desarrollo de la inteligencia emocional en niños con TDAH, ha mejorado en un 95% su rendimiento

académico, (Programa de inteligencia emocional para niños y niñas de 3 a 5 años, Begoña Ibarrola; Educación emocional. Programa para 3-6 años, Rafael Bisquerra).

Es por ello que, a pesar de que todavía hay pocos estudios sobre ello, resulta muy importante trabajar con niños que presentan este trastorno, debido a que las alteraciones cognitivas que presentan debido al TDAH está supuestamente ligado a sus aspectos emocionales.

Inteligencia Emocional en el Aula de Educación Infantil.

La etapa de educación infantil es la ideal para comenzar con el trabajo y desarrollo de la inteligencia emocional. A esta edad se comienza a tomar conciencia de sí mismos y adquirir autonomía, también empiezan a identificar las emociones básicas (tristeza, alegría, etc) y empieza el juego, primero de manera individual y luego grupal. Por estos motivos es muy importante marcar unas buenas bases, desde el aula de Educación infantil, proporcionando un ambiente relajado y seguro, un lenguaje cariñoso, normas claras, valorar positivamente al niño, estimularlo para que exprese sus emociones, motivarle y reconocer sus esfuerzos.

En el ámbito escolar, el área de inteligencia emocional no tienen el mismo tratamiento curricular que las demás materias, sino que forman parte de programas tutoriales y transversales, donde las habilidades de inteligencia emocional deben enseñarse y aprenderse, tanto los contenidos conceptuales como los procedimentales. Esta área necesita una gran sensibilización hacia todos los aspectos emocionales, sentimientos, además del interés social y personal para mejorar las relaciones interpersonales.

Los programas de Inteligencia emocional deben ser flexibles para permitir al educador la posibilidad de adaptarlos en función de las necesidades del aula, previamente evaluadas y detectadas. Es necesario que el profesorado y la propia familia adquieran y desarrollen también ciertas habilidades emocionales como:

- Capacidad para controlar sus emociones y estados de ánimo negativos.
- Poner en prácticas estrategias de automotivación y superación de retos.
- Desarrollar la capacidad empática y de escucha.
- Tener habilidades sociales para mantener buenas relaciones con los alumnos, familias y compañeros.

Todo programa debe tener en cuenta que hay varios agentes implicados, aunque el alumno sea el principal destinatario. Estos agentes son: profesorado, padres y alumnos, y la relación entre ellos debe ser estrecha.

Está comprobado que los programas de inteligencia emocional mejoran los resultados académicos y mejora la capacidad que tiene la escuela para enseñar, (Programa "Sentir y Pensar" de inteligencia emocional, Begofía Ibarrola, 2003; Programa "Conócete a ti mismo", Güell y Muñoz, 2000;). Muchas investigaciones manifiestan que no basta con un CI elevado, sino que es muy necesario enseñar a los alumnos a hablar sobre sus sentimientos y manejar las emociones, como defiende Goleman en sus libros basados en inteligencia emocional (1996, 1999).

En el caso de niños con TDAH, a pesar de la comprobación de que la medicación es eficaz, existe alrededor de un 30% de niños que apenas presentan mejoría, e incluso presentan efectos secundarios graves (confusión, alucinaciones, temblores ...). Es por ello que la medicación puede ser una parte del plan de tratamiento del TDAH, pero se recomienda seguir una terapia y el empleo de técnicas basadas en la psicología cognitivo-conductual dirigidas al alumno pero acompañadas de programas de enseñanza conductual para padres y profesores.

Programas educativos para tratar el TDAH

Diversos autores, (Barkley, Copeland y Sivage, 1980), comienzan a combinar la terapia

cognitiva con la conductual, resultando muy eficaces en el tratamiento del TDAH. Estos programas incluyen estrategias basadas en el trabajo de las habilidades cognitivas con el fin de paliar los déficits cognitivos, habilidades emocionales, instrumentales y sociales que conlleva el TDAH: Algunas de ellas son las habilidades para resolver problemas, autocontrol de las emociones, relajación, empatía y habilidades de comunicación. También empiezan a cobrar importancia estrategias tales como el autorrefuerzo, time-out o el role-playing.

Asimismo, en los últimos años, hay muchos autores que siguen aplicando satisfactoriamente este tipo de programas cognitivo conductuales, (Orjales, 1991; Barkley, 2002; Hinojo, 2004, Miranda, Jarque y Tárrega, 2006)..

En todo caso, los programas de intervención deben realizarse y dirigirse a tres tipos de audiencias diferentes:

1. Programas dirigidos al niño.
2. Programas de asesoramiento y enseñanza a la familia.
3. Programas de asesoramiento educativo a los docentes.

Existen pocos trabajos que abarquen a todos ellos, pero Arco, Fernández e Hinojo, (2004), incluyeron técnicas para trabajar con padres y profesores, y el resultado fue una mejoría significativa en los síntomas del TDAH.

1. Programas dirigidos al niño:

De acuerdo con el trabajo de Pintor (2001), dentro de las terapias cognitivo conductuales dirigidas al niño con TDAH, podemos hablar de:

- Autocontrol de la conducta: consiste básicamente en intervenir en la conducta del niño, aplicando consecuencias positivas o negativas según el ambiente o lugar donde se encuentre. En este caso, hablamos por ejemplo de aplicar un refuerzo social positivo a través de elogios verbales y gestuales: una sonrisa, palmada en la

espalda, colocar caras sonrientes en la pizarra, dar puntos positivos como recompensa a una conducta positiva. También se puede utilizar la estrategia del refuerzo negativo, como es la retirada de la atención.

- Entrenamiento cognitivo-conductual: se suele realizar en grupos reducidos. Se tratan de estrategias dirigidas a autoanalizar los problemas, autoevaluación, auto-refuerzo y aprendizaje de los errores. La finalidad de estas técnicas es que el alumno consiga una autonomía total, en aspectos físicos como cognitivos y emocionales.
- Entrenamiento en habilidades sociales: dirigidas a la mejora en las competencias sociales, a través de trabajos en grupo donde tienen que cooperar todos y resolver conflictos
- Desarrollo emocional: se trata de enseñar a los niños a controlar y expresar sus propios sentimientos y emociones, y saberlos adecuar a cada situación
- Técnicas de relajación, consistentes en poder llegar a un estado de más tranquilidad y poder combatir los estados emocionales negativos.

2. Programa de asesoramiento y entrenamiento educativo a los padres:

En todos los casos de TDAH se necesitar tener comunicación con la familia y el profesorado.

Un mayor conocimiento del trastorno por parte de los padres les ayudará con el trato de su hijo con TDAH. Un estilo de educación por parte de los padres demasiado exigente o autoritario puede perjudicar y empeorar la situación. Es sobre todo en estos casos cuando es necesario un entrenamiento para fomentar el control y manejo de las conductas hacia los hijos, mejorando así el nivel de estrés, la baja autoestima y las relaciones padres-hijos.

Este tipo de programas, (Barkley, 1987; Taylor, 1998; Kohut y Andreus, 2004; Robles y Romero, 2011, consisten principalmente en proporcionar información acerca del trastorno,

y así evitar que culpabilicen a su hijo del problema que tiene. Los programas incluyen técnicas de modificación de conducta, sobre todo hacia sus hijos, concienciación de los aspectos positivos de tener una buena relación familia-hijo, orientación de apoyo para el aprendizaje escolar del niño y técnicas para mejorar la salud emocional (control de la ira, miedo, etc.).

3. Programas de asesoramiento educativo a los docentes:

Los docentes que tienen niños con TDAH en su aula, necesitan tener formación en técnicas conductuales, además de tener un algo grado de motivación.

También es necesario que cuenten con el apoyo del resto de docentes y de la institución escolar. También es posible que sea necesaria la ayuda de un profesional específico para desarrollar esas técnicas y habilidades de modificación de conducta.

Actualmente, hay varios programas que contribuyen a la formación de habilidades emocionales y sociales para trabajar en el aula, entre ellos se pueden destacar los siguientes:

- *"Programas de reforzamiento en las habilidades sociales, autoestima y solución de problemas". (Vallés, 1994)*

El objetivo de este programa es enseñar al alumno a convivir con los demás, identificar sus emociones y estados de ánimo, trabajar las habilidades sociales, mejora de autoestima, relajación y resolución de problemas que puedan surgir.

- *"Educación emocional. Programa para 3-6 años". (Bisquerra y López, 2003)*

El objetivo de este programa es favorecer el desarrollo cognitivo, físico-motor, psicológico, social y afectivo-emocional. Todas estas capacidades son necesarias a lo largo de la vida y la base de todo está principalmente en la etapa infantil.

En este programa se trabajan diferentes actividades divididas en diferentes bloques.

- "*Sentir y pensar. Programa de inteligencia emocional para niños y niñas de 3 a 5 años*". (Ibarrola, 2004)

Este programa está dirigido a facilitar la expresión y control de los sentimientos, así como favorecer la empatía hacia otras personas y básicamente trabajar las habilidades socio-emocionales.

- "*S.Le.L.E: Siendo inteligentes con las emociones*". (Vallés, 2000)

Este programa enseña a los alumnos habilidades emocionales, mediante la identificación y expresión de las diferentes emociones y sentimientos, que les permitirán estar personalmente y socialmente equilibrados, pudiendo así afrontar mejor las diferentes dificultades que puedan surgir en el ámbito escolar..

Los distintos programas mencionados se focalizan en el desarrollo de la inteligencia emocional. Cuando se aplican a casos específicos de TDAH es necesario actuar de forma más individualizada, considerando los siguientes aspectos:

- Las instrucciones que demos deben ser breves y sencillas.
- El aula debe estar muy bien organizada.
- Deberíamos tener una ayuda añadida para los casos de niños con TDAH.
- Las actividades planteadas deben ser cortas en tiempo y realizar bastantes descansos entre las distintas actividades.
- Debemos crear unas rutinas diarias y avisar de los cambios en las rutinas.
- Motivarle continuamente y trabajar el refuerzo positivo.
- Refuerzo negativo, que consiste principalmente en la retirada de atención al niño, cuando se considera que su conducta no es la apropiada.
- Tiempo fuera: aislar al niño en una zona carente de estímulos.
- Técnicas de relajación mediante juegos, muy apropiadas para controlar la

impulsividad.

Existen otras técnicas específicas para trabajar con niños con TDAH, basadas principalmente en la modificación de conducta:

1.- Retirada de atención

Se considera una de las técnicas más efectivas para el control de la conducta infantil, sobre todo en casos de rabietas y lloros pero sin manifestaciones agresivas, (Klein, 1994).

Consiste en dejar de prestarle atención cuando el niño manifieste estos comportamientos. El niño, seguramente, estará acostumbrado a conseguir lo que quiere con este tipo de comportamiento, pero si cambiamos de estrategia, realizaremos un des-aprendizaje y romperemos ese círculo vicioso.

Lo que se debe hacer es evitar el contacto visual, gestual o verbal, y siempre debemos mantenernos a cierta distancia del niño.

Se debe intentar mantener la mayor tranquilidad y control emocional posible para transmitir una sensación de seguridad y control de la situación en todo momento. Cuando el niño se tranquiliza es cuando debemos prestarle atención y hablarle sobre lo ocurrido sin ningún tipo de reproche o enfado y con un tono de calma.

Se trata de una técnica que produce efectos de mejoría progresivamente y los niños van interiorizando poco a poco estos cambios emocionales

2.- Técnica del tiempo fuera:

Esta técnica es muy parecida a la técnica de retirada de atención, pero retirando al niño físicamente a otro lugar cuando se producen los episodios de rabietas, lloros y pataletas, (Orjales, 2000).

El lugar a donde le retiramos debe ser un sitio aburrido donde solo puede pasar el tiempo, sin hacer nada, es decir, con la menor cantidad de estímulos posible. No nos tenemos

que mostrar enfadados, pero hay que dejar claro el porqué de la retirada.

El tiempo que debe estar aislado será de un minuto por año de vida, y no podrá salir antes porque el tiempo de aislamiento será mayor, (Miranda, 1999).

Se debe tener en cuenta que el espacio donde el niño quede apartado no debe tener algún tipo de beneficio indirecto, por ejemplo, dejar de estudiar, disponer de comida, etc.

Esta técnica es muy efectiva porque el niño no quiere tener esa ansiedad de pérdida emocional por parte de los padres o docentes.

3.- Economía de fichas:

Esta técnica, utilizada desde hace años, (Ayllon, T. y Azrin, 1974) pretende que el niño obtenga premios (refuerzo positivo) cuando realiza conductas positivas o deja de hacer las conductas que no son adecuadas.

Cada vez que el niño realice una conducta positiva se le obsequiará con fichas, puntos u otro tipo de material de refuerzo. Cuando alcancen una determinada cantidad podrán cambiar sus puntos por un premio pactado inicialmente y que le resulte atractivo. Puede haber premios inmediatos o premios mayores, en caso de que se traten de conductas deseadas de hace tiempo.

El objetivo de esta estrategia es que el niño se de cuenta que obtiene regalos y beneficios actuando de manera correcta.

Todo ello debería ir acompañado de un gesto de aprobación por lo que ha hecho.

En el casos de niños con TDAH, en ocasiones resulta complicado posponer un regalo como refuerzo positivo, por lo que en vez de entregar una ficha o punto, se le puede entregar una chuchería o un juguete.

4.- La intención paradójica:

Esta técnica, basada en las técnicas del psiquiatra Milton H. Erikson y Victor Frank, consiste en pedir al niño que haga justo lo que queremos evitar, para que se quede

perplejo y lo viva todo de manera gratificante.

En caso de que un niño se rebele no queriendo trabajar en el aula, los días que realizamos esta estrategia planificaremos actividades divertidas para los demás niños, pero sin dejar que el otro niño pueda participar, ya que no "puede hacer nada" e intentaremos que se aburra bastante.

Con este tipo de estrategia lo que buscamos es que el niño cambie sus conductas negativas en el aula. Es necesaria una evaluación inicial del perfil del niño antes de su utilización, ya que funciona con niños de entornos problemáticos pero con un perfil cognitivo normal.

5.- La técnica de la tortuga:

Esta técnica, elaborada por Schneider y Robin (1990), se basa principalmente en la explicación de un cuento que pretende ayudar al niño para que se identifique con el protagonista.

Su objetivo es favorecer el autocontrol y una relajación ante situaciones que generan estrés o rabia.

La técnica consiste en varias fases, y cada fase consiste en ir aprendiendo paulatinamente a relajarse en situaciones tensas adoptando posturas similares a las de la tortuga.

Asimismo, por ejemplo, cuando ocurre una situación estresante, el niño tiene que adoptar una postura similar a la que adopta una tortuga cuando se mete en su caparazón: barbilla apoyada en su pecho, brazo y puños cerrados y en tensión, mirada dirigida al suelo y contar hasta 10 para luego relajar los músculos.

En resumen, se debe tener muy claro que el docente es una pieza clave cuando se trata a un niño con TDAH. Con su trabajo se conseguirá mejorar su aprendizaje, habilidades sociales y autoestima. Por todo lo expuesto, es necesario trabajar varias cuestiones relacionadas con el trastorno del TDAH: evaluar los diferentes síntomas y variables en los

niños para un diagnóstico correcto, teniendo en cuenta los diferentes factores, tanto genéticos, hereditarios, como ambientales y afectivos. Además, es necesario el asesoramiento y formación de la familia como a los profesores, que son los puntos de referencia más importantes para el niño.

Con este tipo de programas, lo que se conseguirá es, por una parte, la evaluación de un posible trastorno de TDAH, ya que una detección temprana mejora significativamente el pronóstico, y por otra parte, trabajar tanto las conductas como los sentimientos en los niños, mediante diferentes estrategias, especialmente niños con TDAH, es muy importante para conseguir unos buenos resultados.

PROYECTO BASADO EN TÉCNICAS BASADAS EN INTELIGENCIA EMOCIONAL

Introducción

El presente proyecto pretende ayudar al docente cuando se enfrenta a estudiantes que tienen problemas relacionados con el TDAH, basándonos principalmente en el desarrollo de inteligencia emocional.

Todos los alumnos tienen derecho a una educación inclusiva, entre ellos los niños con necesidades educativas especiales: autismo, síndrome down, TDAH, etc.

La Ley Española de Educación de 1990 (LOGSE), y la Ley educativa LOE 2/2006 del 3 de mayo, abordan el concepto de necesidades educativas especiales, y se basan en que hay que integrar a todos los niños a las aulas regulares, ayudando de esta manera a la integración social de estos niños y a la sensibilización del resto, ayudándoles a adquirir habilidades para relacionarse con los demás.

Hoy en día, todos los niños con necesidades educativas especiales se adaptan al aula junto a los demás alumnos, con o sin ayuda de psicólogos, logopedas...

Uno de los trastornos diagnosticados, en la actualidad, con más frecuencia en los niños, es el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH).

La mayoría de los especialistas defienden que en la edad infantil resulta muy difícil diagnosticar el TDAH, debido a que algunos síntomas coinciden con el comportamiento general de los niños que se basa en jugar, saltar, correr, etc. Y debido a ello, puede haber errores en el diagnóstico por falta de información al respecto.

Por este motivo, resulta muy importante que los maestros y también las familias conozcan las características de este trastorno, así como diferentes estrategias para realizar una correcta detección del alumno con TDAH, y conocimientos suficientes para abordar

posteriormente el problema.

Por otro lado, las emociones y la buena gestión de éstas es un aspecto cada vez más importante en nuestra sociedad, y es por ello, que resulta necesario trabajar los aspectos emocionales en el aula, especialmente cuando hay casos de alumnos con necesidades educativas especiales.

La inteligencia emocional nos ofrece una serie de capacidades que nos ayudan a resolver los problemas relacionados con las emociones y los sentimientos, tanto en nosotros mismos como en los de los demás.

Asimismo, como profesionales debemos ayudar a nuestros alumnos a ser personas positivas, con un control adecuado de sus sentimientos y emociones, así como debemos enseñarles pautas para afrontar posibles dificultades o problemas que puedan surgir en la vida.

El objetivo fundamental de este proyecto es conocer las diferentes características del trastorno TDAH, así como las estrategias para detectarlo, y entrenar la inteligencia emocional tanto en los niños afectados como en el resto de sus compañeros, docentes y familiares a través de diferentes dinámicas motivadoras y de juego.

Contexto

El centro escolar donde vamos a desarrollar el proyecto está ubicado en la ciudad de Bilbao, provincia de Bizkaia, y concretamente en un barrio de esta ciudad, Santutxu.

Se trata de un barrio con una población de unos 20.000 habitantes, donde sus habitantes se dedican laboralmente al sector secundario y terciario principalmente.

En cuanto al centro, se trata de un centro religioso concertado, Colegio Hijas de la Caridad, donde se imparte Educación Infantil y Educación Primaria, así como Educación Secundaria.

El horario es de jornada partida, finalizando las clases a las 17:00, ofreciendo diversos servicios, como comedor y actividades extraescolares.

En cuanto a las familias, según informes internos del centro, son de clase media-baja, y con mucha des-estructuración familiar, así como problemas de drogadicción, malos tratos, absentismo escolar, etc.

A pesar de la situación de muchas de las familias, el centro está muy involucrado con los niños y existe una buena relación familia-profesorado. También existe una asociación de padres y madres de alumnos (AMPA) para el que quiere involucrarse más.

Sus principales funciones son las siguientes:

- Representación de las familias en el Consejo Escolar
- Colaboración en la realización del Proyecto Educativo del centro
- Fomento de la colaboración entre padres y trabajadores del centro para su buen funcionamiento
- Gestión de las actividades extraescolares que se realicen en el centro

Las instalaciones del centro gozan de varias zonas de juego, aulas de música, salón de actos, biblioteca, aula de informática, así como un comedor con su cocina correspondiente.

Profesorado

El colegio está formado por:

- Equipo directivo: formado por la Directora, y dos jefas de estudio
- Equipo de Educación Infantil: formado por 10 profesoras.
- Equipo de Educación Primaria: formado por 12 profesores/as.
- Especialistas en Educación Infantil y Primaria: 2 psicopedagogas y 3 auxiliares de educación especial
- Equipo de Educación Secundaria: formado por 8 profesores/as.

El profesorado asiste diferentes reuniones semanales para una buena coordinación y para el buen funcionamiento del centro.

Características del alumnado

El programa se aplicará en el aula de Educación Infantil, en el 2º ciclo concretamente, y con niños 5 - 6 años aproximadamente.

Este aula está formada por 25 niños de 5 años, de los cuales 13 son niños y 12 niñas.

En el aula hay 4 estudiantes inmigrantes (3 niños y una niña).

Dos de los niños son de Rumania y otro de Brasil, y la niña es de Colombia. Tanto los niños como la niña, han llegado a España hace escasos meses, lo que añade la dificultad del idioma.

En cuanto al desarrollo de las clases en el aula, existe bastante inquietud entre los alumnos. A pesar de no haber un diagnóstico, hay un gran número de estudiantes muy impulsivos y con déficit de atención, que fomenta el nerviosismo general del aula, lo que puede implicar alteraciones del ritmo normal de la clase, ya que se levantan continuamente de sus asientos, no respetan el turno entre sus compañeros y frecuentemente, reaccionan de manera violenta ante los demás.

Metodología

Este trabajo está basado principalmente en la planificación de diversas actividades para la correcta detección del TDAH en alumnos de educación infantil y su posterior adaptación en el aula mediante técnicas de inteligencia emocional.

La información recopilada es fruto de varios investigadores, proyectos y técnicas, donde ofrecen una idea práctica y fácilmente entendible de lo que es el TDAH, diferentes programas de adaptación al aula y estrategias de actuación (ver marco teórico).

Por otra parte, el programa se organiza en diferentes secciones según el objetivo que

queremos trabajar en cada momento, aunque la metodología será flexible y permite modificaciones según el estado de los niños, el clima del aula, tiempo, etc.

El programa incluye diferentes actividades, a veces grupales y otras individuales, pero todas ellas se basan principalmente en adquirir habilidades sociales básicamente, y en ayudar a los niños con posible TDAH, siguiendo unas pautas previas básicas, tales como:

- Plantear las normas y actividades del aula a todos los alumnos.
- Evitar las conductas competitivas en el aula.
- Evitar situaciones donde los niños con TDAH pueden incontrolarse.
- Adaptaciones curriculares en cuanto a criterios de evaluación, metodología, nivel de exigencia, etc.
- Colaboración de los alumnos en el aula, sobre todo los niños con TDAH, para atender a su necesidad de movimiento: reparto de material, borrar la pizarra. ...
- Mantener una enseñanza activa, participativa y lúdica en todo momento.
- Uso del refuerzo social.
- Favorecer el acercamiento personal y afectivo al niño e intentar trabajar de la manera más individualizada posible, sobre todo con los casos de TDAH.
- Coordinación y comunicación continua con las familias (agenda o email), siempre enfocándolo desde el punto de vista positivo.
- Uso de métodos informáticas en la medida de lo posible.
- Proporcionar frecuentes descansos para que descansen y se muevan.
- Fomentar el trabajo en grupo donde haya mucho material visual, auditivo o manipulativo.

Todas las estrategias y actividades que se plantean en el programa se adaptarán a las dificultades individuales de cada niño (impulsividad, autoestima, falta de concentración ..)

Temporalización

Este programa no tiene un tiempo concreto definido para su aplicación, sino que se llevará a cabo a lo largo del curso escolar, dejando en manos del profesorado la decisión de su aplicación.

Según las necesidades del momento, de la situación personal y anímica de los niños, se irán incorporando con el resto de los contenidos a trabajar en el aula.

Asimismo, el programa se divide en diferentes bloques donde se irán trabajando objetivos diferentes.

Objetivos Generales:

A pesar de tener en cuenta en nuestro programa todos los objetivos generales propuestos en la Orden ECI/3960/2007 del 19 Diciembre por la que se establece el currículo y se regula la ordenación de la educación infantil, de acuerdo con lo dispuesto en los artículos 6.4 y 14.7 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación y en el artículo 5.1 y 5.2 el Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación infantil y de acuerdo con la disposición final sexta de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, nuestro objetivo global es detectar en el alumnado posibles conductas que puedan corresponder con casos de TDAH, y desarrollar las estrategias oportunas basadas en la inteligencia emocional para fomentar en los niños/as autocontrol y autoestima, favoreciendo un buen desarrollo integral del alumno.

Objetivos Específicos:

El objetivo general planteado se puede traducir en los siguientes objetivos específicos:

- Detectar mediante juegos y otras actividades posibles casos de alumnado con TDAH, teniendo en cuenta los siguientes aspectos relacionados con la Inteligencia

emocional:

- Control de las emociones.
- Reconocimiento de las emociones en los demás.
- Identificación de las propias emociones.
- Establecimiento de relaciones positivas con los demás.
- Empatía.
- Tratamiento de los casos de TDAH para mejorar los síntomas principales de la enfermedad, (hiperactividad, impulsividad y déficit de atención), mediante la atención psicológica, intervención psicopedagógica y tratamiento farmacológico.
- Valorar la eficacia de un programa de inteligencia emocional en niños que presentan síntomas de un posible TDAH
- Comprobar si la aplicación de este programa supone una mejora en la integración de los niños con TDAH.

Contenidos:

Según la Orden ECI/3960/2007 del 19 Diciembre, los contenidos educativos de la Educación infantil se organizarán en las siguientes áreas, para los dos ciclos de la etapa:

- - Conocimiento de sí mismo y autonomía personal.
- - Conocimiento del entorno.
- - Lenguajes: comunicación y representación.

En cuanto a los contenidos específicos de este programa, se encuentran los siguientes:

- a) Conocer su propio cuerpo y el de los demás, sus posibilidades de acción y el respeto sobre las diferencias existentes entre ellos.
- b) Observar y conocer sus entornos más cercanos, (familiar, natural y social)., valorando sus características y costumbres sociales, culturales, etc.
- c) Autonomía en las actividades más comunes.
- d) Desarrollo de sus capacidades afectivas.
- e) Aprender a relacionarse con los demás, respetando las normas sociales de convivencia y resolviendo posibles conflictos que surjan.
- f) Desarrollar diversas habilidades comunicativas.
- g) Iniciarse en diferentes habilidades, como lógico-matemáticas, lectura, escritura, ritmo, etc.

Actividades:

Se describen a continuación las actividades del programa

Autoconocimiento emocional

Daniel Goleman (1995), define el autoconocimiento emocional como la conciencia de nuestras propias emociones. Esta es la primera habilidad de la inteligencia emocional.

Conocerse a uno mismo y saber cómo afectan nuestras propias emociones y estados de ánimo es muy importante para poder actuar correctamente y poder tomar el camino más adecuado para conseguir nuestros objetivos, así como comprender también a los demás, sus sentimientos, etc y poder así interactuar mejor con ellos.

Objetivos:

Los niños con TDAH, se caracterizan principalmente por tener muy poco control en el manejo de sus emociones. Debido a todo ello, mediante esta actividad, vamos a ayudar a los niños a tomar conciencia de sus propias emociones y las de los demás, y así descubrir

la importancia de los sentimientos.

Recursos Utilizados:

Cada niño traerá fotos suyas y familiares y haremos un collage con todas las fotos recogidas.

Este collage lo organizaremos según los sentimientos que se perciben en cada una de ellas, ayudados por las aportaciones de los niños.

El tipo de recursos que hemos utilizado para realizar el proyecto, lo específico a continuación:

- a) Recursos materiales: todo tipo de material escolar necesario para realizar las actividades, tales como folios, pinturas, cola, tijeras, música, aparato DVD y pegamento.
- b) Recursos humanos: profesores, profesores especialistas, alumnos, familias ...
- c) Recursos físicos: aula de música, aula de educación infantil ...

Descripción de la actividad:

Ellos tendrán que organizar las distintas fotos según reflejen sentimientos positivos (alegría, placer...) o sentimientos negativos (tristeza, rabia, dolor...).

Haremos un corro en el suelo, e iremos hablando uno a uno, respetando el turno que toque.

Primeramente, al niño que le toque hablará, dará su opinión sobre el sentimiento que refleja la foto que le ha tocado, y después, el niño que aparece reflejado en dicha foto, hablará sobre los sentimiento reales que tenía ese día y del porqué de éstos.

Después de haber organizado las fotos, las pegaremos en la cartulina todos juntos.

En esta actividad, se trabajará vocabulario acerca de los sentimientos, expresión de éstos, el respeto al turno, causas que provocan los diferentes sentimientos, haciendo especial hincapié en los niños con un posible trastorno de TDAH.

Autocontrol emocional

El autocontrol emocional es la capacidad que tenemos para controlar a nosotros mismos nuestras emociones y sentimientos, así como el poder expresarlos y sentirlos como queramos, teniendo así la posibilidad de elegir cómo queremos estar y sentirnos en cada momento.

Las personas que saben controlar y gestionar bien sus emociones, normalmente muestran a los demás las emociones positivas, dejando las negativas a un lado.

Por otra parte, muchos niños, especialmente los que presentan síntomas de TDAH, tienen una forma inadecuada de expresar sus emociones. Suelen ser muy impulsivos y esto puede crear problemas de relación con sus compañeros o familiares, aspecto que puede provocar frustración, enfadado, etc.

Actividad de los colores del semáforo:

Objetivos:

Por todo ello, esta actividad es importante para que en esos momentos de conflicto, actúen con tolerancia, respeto... con los demás.

Recursos Utilizados:

El tipo de recursos que hemos utilizado para realizar el proyecto, lo especifico a continuación:

a) Recursos materiales: todo tipo de material escolar necesario para realizar las actividades, tales como folios, pinturas, cartones, cola, tijeras, música, aparato DVD y pegamento.

b) Recursos humanos: profesores, profesores especialistas, alumnos, familias ...

c) Recursos físicos: aula de música, aula de educación infantil ...

Descripción de la actividad:

Consiste en asociar los diferentes colores del semáforo con distintas emociones y conductas:

En el aula realizaremos tres semáforos de cartón con los 3 colores correspondientes: rojo, amarillo y verde.

Según el estado emocional en que se encuentren los niños, se colocarán en uno o en otro.

a) Color rojo: cuando sentimos emociones negativas: rabia, nervios, enfado ... y pararse ante él

b) Color amarillo: después de haber parado el tiempo necesario en el semáforo rojo, y estemos un poco más tranquilos y serenos, nos pasaremos al semáforo amarillo, donde los niños tendrán que pensar sobre la situación anterior y recapacitar sobre el problema que ha surgido y de cómo se ha sentido.

c) Color verde: Después de haber pasado por el color rojo y amarillo (en caso de que sea necesario, y en función del estado emocional en que se encuentre el niño), nos pasamos al semáforo verde para buscar soluciones al problema que ha surgido y hablar sobre ello.

En esta actividad, ayudaremos a los niños a buscar alternativas a las emociones negativas y a la solución del conflicto: respirar hondo, pensar en otra cosa, cantar su canción preferida o alejarse del lugar.

Autoestima

La autoestima es el concepto que el niño tiene de sí mismo, pudiendo ser negativa o positiva.

El niño que tiene una autoestima positiva, tiene confianza en sí mismo, está tranquilo y se

respira un ambiente tranquilo.

Tanto los familiares como los profesores tenemos mucha influencia en el concepto que el niño tenga de sí mismo.

La autoestima, básicamente, es quererse a uno mismo, y va muy unido con el sentido de aceptación hacia nosotros mismos.

En el caso de niños con TDAH, la autoestima suele ser muy baja, ya que normalmente, son niños que fracasan académicamente, siempre están metidos en problemas, con pocas habilidades sociales, unido a que la mayoría de los niños no quieren jugar o estar con ellos.

Objetivos:

Es por ello, que planteamos varias actividades, con el fin de poder apreciar cada niño cómo se siente, y detectar posibles casos de baja autoestima, especialmente en los niños que presentan síntomas añadidos de TDAH.

Recursos Utilizados:

El tipo de recursos que hemos utilizado para realizar el proyecto, lo especifico a continuación:

- a) Recursos materiales: todo tipo de material escolar necesario para realizar las actividades, tales como folios, pinturas, cola, tijeras, música, aparato DVD y pegamento.
- b) Recursos humanos: profesores, profesores especialistas, alumnos, familias ...
- c) Recursos físicos: aula de música, aula de educación infantil ...

Cada niño traerá dibujos realizados por él, de tal manera que trabajaremos los diferentes sentimientos y sensaciones a través de sus trabajos realizados.

Descripción de la actividad:

a) Dibujo de mí mismo

En esta actividad, el niño realizará un dibujo donde se describa a él y escribir todo lo que cree que les caracteriza.

También podrán dibujar y escribir cómo y lo que les gustaría ser...

b) Pelota de goma

Colocándonos en círculo, y utilizando una pelota de goma, el alumno tiene que tirar la pelota a un compañero y decir una característica positiva sobre él.

Empatía

La empatía es una habilidad para reconocer y comprender los sentimientos de los demás y de experimentar las emociones del otro como si fueran las nuestras propias.

El poder reconocer las emociones de los demás a través de un gesto o una contestación y entenderles es importante para establecer relaciones adecuadas con las personas .

Los niños con TDAH suelen tener mucha capacidad empática y habilidad para relacionarse con los demás, aunque a veces, puedan llegar a agobiar a sus relaciones debido a su ímpetu.

En el caso de los demás que rodean al niño con TDAH, a veces no es fácil ponerse en su lugar, pero si tratamos de empatizar con él, le ayudaremos mucho en el desarrollo de sus habilidades sociales con el resto de los niños, profesores, etc.

Por otra parte, la empatía se da en mayor o menor grado en todas las personas, pero es una cualidad que hay que desarrollar y trabajar desde pequeño.

Objetivos:

Por todo ello, se han planteado varias actividades con el fin de desarrollar la empatía en los niños.

Recursos Utilizados:

El tipo de recursos que hemos utilizado para realizar el proyecto, lo especifico a

continuación:

a) Recursos materiales: todo tipo de material escolar necesario para realizar las actividades, tales como folios, pinturas, cola, tijeras, música, aparato DVD y pegamento.

b) Recursos humanos: profesores, profesores especialistas, alumnos, familias ...

c) Recursos físicos: aula de música, aula de educación infantil ...

La profesora traerá unos cuentos específicamente destinados a trabajar la empatía y haremos un círculo en clase para leerlos en voz alta.

Descripción de la actividad:

Actividad del cuento "De ocho a ocho"

Esta actividad se trata de un cuento titulado "de ocho a ocho", que aparece en el libro "Cuentos para sentir", de Begoña Ibarrola.

Sentándonos en círculo, leeremos el cuento en voz alta y más de una vez, si fuera necesario. Después de leerlo, formularemos preguntas acerca de lo que sucede en la historia para conocer las reacciones y pensamientos de los alumnos.

De esta autora, hay varios cuentos que trabajan la empatía, y a pesar de que he señalado este, podemos utilizar a lo largo del curso escolar varios.

Actividad de "Juegos de rol"

Los niños eligen situaciones cotidianas de la vida diaria y mediante un teatro, escenifican a los personajes elegidos: un maestro, un padre, un amigo, un tendero...

En esta actividad, trabajan las estrategias de comunicación, así como la empatía poniéndose en el lugar de los personajes representados.

Asimismo, después de haber realizado la representación, explicarán qué tipo de

emociones han sentido, cómo se han sentido, los alumnos espectadores qué han visto reflejado ...

Habilidades sociales

Las habilidades sociales son un conjunto de conductas, aprendidas de manera natural, que permiten desarrollarse adecuadamente con los demás. Estas conductas proporcionan a la persona de más capacidad para obtener los objetivos que se propone.

Dentro del concepto de habilidades sociales, se incluyen conceptos como la asertividad, inteligencia emocional, autoestima, etc, y todo ello es muy importante para la comunicación y relación entre las personas.

En las enfermedades mentales, una de las áreas más afectadas es la de habilidades sociales.

Objetivos:

En el caso del niño con TDAH, suelen tener muchas dificultades para relacionarse con los demás socialmente. Manifiestan un deseo continuo de agradar a los demás, y si no lo consiguen, sufren mucha ansiedad. En estos casos, hay que intentar establecer objetivos a corto plazo y que vaya cumpliéndolos paulatinamente, incluso en las relaciones con los demás.

Descripción de la actividad:

Para trabajar este tipo de habilidades, se pueden hacer varias actividades, tales como juegos con música, donde tienen que bailar en parejas al son de la música, y cuando se para la música, elegir otro acompañante.

Actividades en grupo, donde las normas las ponen entre los componentes, siempre dialogando y marcando unas normas.

Antes de que empiece el juego, cada uno tiene que explicar sus opiniones, expresar sus

dudas, marcar unas normas, dialogar con sus compañeros y profesores, intentando respetar las habilidades básicas, tales como contacto visual, respeto del turno, etc.

Recursos Utilizados:

El tipo de recursos que hemos utilizado para realizar el proyecto, lo especifico a continuación:

a) Recursos materiales: todo tipo de material escolar necesario para realizar las actividades, tales como folios, pinturas, cola, tijeras, música, aparato DVD y pegamento.

b) Recursos humanos: profesores, profesores especialistas, alumnos, familias ...

c) Recursos físicos: aula de música, aula de educación infantil ...

En cuanto al material, ha estado siempre controlado por los profesores y bien organizado. Salvo que fuera material peligroso o frágil (tijeras, pegamento ...), ha estado al alcance de los niños. para que gozaran de autonomía.

Asimismo, se ha controlado el uso de dicho material, con el fin de que no hubiera deterioros conscientes y se ha recogido y guardado en su sitio una vez finalizada la tarea.

Criterios de Evaluación

La Ley Orgánica del 2/2006 del 3 de Mayo de Educación establece que la finalidad de la evaluación se concreta en mejorar la calidad y equidad de la educación, aumentar su transparencia y valorar el grado de cumplimiento de los objetivos educativos.

El proceso de evaluación que se aplica en el centro educativo es un proceso continuo, sistemático y flexible, donde se sigue la evolución de los alumnos y se toman decisiones en caso de ser necesarias para modificar algún aspecto en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Además, tratando de un tema como es la posible detección de TDAH y formación acerca de la inteligencia emocional, hay que tener en cuenta que esto no es un proceso que se

puede evaluar en un curso lectivo, sino que es algo que se tiene que tener en cuenta a lo largo de la evolución académica y personal del alumno, para así conseguir una buena evolución emocional del niño.

Para la evaluación de los resultados del programa se atiende a los siguientes aspectos:

- La detección de emociones, sentimientos y estados de ánimo por parte del alumno, tanto en sus compañeros de clase como en él mismo.
- Descripción de los distintos estados de ánimo detectados.
- Expresión de sus sentimientos, a través de gestos o verbalmente.
- Desarrollo de la empatía con el resto de compañeros y profesores.

Otros aspectos clave en la evaluación y directamente relacionados con las actividades son los siguientes:

- qué tipo de actividades han sido más difíciles de realizar y comprender
- Nivel de interés por las actividades realizadas.

Se han utilizado diferentes herramientas para la evaluación:

En primer lugar, mediante la observación directa en el aula por parte de los profesores y personal especialista y el diálogo con los alumnos, valorando su participación, actitud, comportamiento con los demás compañeros y un avance en los distintos contenidos trabajados.

Asimismo, el profesor ha anotado información correspondiente a cada alumno en un diario de campo habilitado para ello con el fin de que esa información sea útil para los años siguientes, anotando los conocimientos previos al inicio del curso, y posteriormente, para comprobar el avance que se produce.

CONCLUSIONES

Hoy en día es muy importante desarrollar adecuadamente habilidades sociales y trabajar la Inteligencia Emocional, por lo que empezar a trabajar con ello a edades tempranas es muy positivo, sobre todo, cuando hay niños con necesidades educativas especiales.

Adquirir unas buenas habilidades sociales puede ser de ayuda para tener más posibilidades de éxito el día de mañana, también un mayor bienestar emocional y autocontrol. En definitiva una buena salud psicológica..

El tipo de actividades que hemos trabajado en este proyecto, lo hemos dirigido principalmente al último ciclo de Educación Infantil, ya que es a partir de esta edad cuando ellos pueden expresar verbalmente mejor sus emociones.

Asimismo, este tipo de actividades propuestas se pueden aplicar en otras edades y distintos ciclos de Educación.

Por otra parte, comentar que a la hora de desarrollar este tipo de actividades, es muy importante tener un contacto directo y constante con las familias de los alumnos y estar pendiente de los posibles cambios emocionales y de actitud, especialmente, cuando se trata de niños con síntomas parecidos al diagnóstico de TDAH.

Este tipo de programas, relacionados principalmente con la inteligencia emocional, deberían aplicarse en todos los niveles educativos y extenderse a todo el centro, ya que es un tema cada vez más importante en la sociedad actual.

Goleman, (1997), acerca a la aplicación de contenidos emocionales en los centros educativos, explica:

"Quisiera imaginar que, algún día, la educación incluirá en su programa de estudios la enseñanza de habilidades tan esencialmente humanas como el autoconocimiento, el autocontrol, la empatía y el arte de escuchar, resolver conflictos y colaborar con los demás"

especiales. Barcelona: Paidós

Bisquerra, R (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis

B. Mena Pujol, R. Nicolau Palou, L. Salat Foix, P. Tort Almeida, B. Romero Roca (2006). *Guía práctica para educadores. El alumno con TDAH*. Barcelona: Ed. Mayo, S.A.
<http://www.postadopcion.org/pdfs/GUIApracticaTDAH.pdf>

Cardo E, Servera M, Llobera J. *Estimation of the prevalence of attention deficit hyperactivity disorder among the standard population on the island of Majorca*. Rev Neurol. 2007 Jan 1-15; 44(1):10-4

Conxita Puig & Cristina Balés (2007). *Estrategias para aprender y ayudar a niños con trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad*. Barcelona: CEAC

Eder González Acosta (2006). Tesis Doctoral. Trastorno de déficit de atención e hiperactividad en el salón de clases. Universidad Complutense de Madrid.
<http://www.ucm.es/BUCM/tesis/fsl/ucm-t%2029215.pdf>

Federación Española de Asociaciones de Ayuda al Déficit de Atención e Hiperactividad, Feaadah. <http://www.feaadah.org/es/>

Gabriela Delgado, Daniela Palma (2005). *La integración de un niño con déficit de atención con hiperactividad a un aula regular*. Cátedra Investigación educativa. Univers. católica Andrés Bello. <http://biblioteca2.ucab.edu.ve/anexos/biblioteca/marc/texto/AAQ3867.pdf>

Gardner, H (2005). *Inteligencias múltiples*. Barcelona: Paidós

Goleman, D (1996). *Inteligencia emocional*. Madrid: Kairós

Goleman, D (1999). *La práctica de la Inteligencia emocional*. Madrid: Kairós

Guillermina Baena (2005). *Como desarrollar la inteligencia emocional infantil: Guía para padres y maestros* (Trillas, Sevilla)

Hallowel y Ratey (2001). *TDA: Controlando la Hiperactividad, cómo superar el déficit de*

atención con hiperactividad (ADHD) desde la infancia hasta la edad adulta. Madrid; Paidós

Ibarrola, B (2003). *Cuentos para sentir: Educar las emociones.* Madrid, Ed. SM

Ibarrola, B (2003). *Cuentos para sentir: Educar los sentimientos..* Madrid, Ed. SM

J. Albert, S. López-Martín, A. Fernández-Jaén, L. Carretié (2008). *Alteraciones emocionales en el trastorno por déficit de atención/hiperactividad: datos existentes y cuestiones abiertas.* Revista de Neurología de la conducta, 47: 39-45

Lawrence Shapiro, A (1997). *La inteligencia emocional de los niños.* Buenos Aires, Ed. Vergara

M. Jesús Presentación Herrero, Rebeca Siegenthaler Hierro, Pilar Jara Jiménez (2010). *Seguimiento de los efectos de una intervención psicosocial sobre la adaptación académica, emocional y social de niños con TDAH.* Revista de Psicología, 778-783

Orden ECI/3960/2007 del 19 de Diciembre, *Boletín Oficial del Estado*, por la que se establece el currículo y se regula la ordenación de la educación infantil.

Orjales Villar, I (2002). *Déficit de Atención e Hiperactividad: Manual para Padres y Estudiantes.* Madrid, Cepe.

Pintor Cano, B (2011). *Tesis doctoral. Elaboración de un cuestionario para detectar el grado de conocimiento de familias y docentes respecto al TDAH.* Universidad Almería. http://repositorio.ual.es/jspui/bitstream/10835/1158/1/Pintor_%20Cano_Beatriz.pdf

Rapport LJ, Friedman SR, Tzelepis A, Van Voorhis A. Experienced emotion and affect recognition in adult attention-deficit hyperactivity disorder. *Neuropsychology* 2002; 16: 102-10.

Reátegui Villegas Diego Artemio, Vargas Murga Horacio, (2008). *Síntomas depresivos en pacientes con Trastorno por déficit de atención con hiperactividad.* Rev Med Hered 19 (3)

Ruiz Vázquez, B. y alumnos: *Programa de inteligencia emocional*, en Contribuciones a las

Ciencias Sociales, agosto 2009. www.eumed.net/rev/cccss/05/brv.htm

Soutullo Esperon, C (2007). *Manual de diagnóstico y tratamiento del TDAH*. Buenos Aires, Ed. Médica Panamericana

Vallés Arándiga, Antonio i Vallés Tortosa, Consol (1994), *Desarrollando la inteligencia emocional. Programa para el desarrollo de la inteligencia emocional*. V. Ed. EOS. Madrid.

Yuill N, Lyon J. *Selective difficulty in recognising facial expressions of emotion in boys with ADHD. General performance impairments or specific problems in social cognition?* Eur Child Adolesc Psychiatry 2007; 16: 398-404