

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ASPERGER.

JORNADAS EN EL PARQUE DE LAS CIENCIAS DE GRANADA

Inés María Martínez Sánchez



UNIVERSIDAD DE GRANADA

Facultad de Ciencias de la Educación

Trabajo Final de Grado

Pedagogía

Proyecto de Intervención

4º

ÍNDICE

A) INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN	3
1. SÍNDROME DE ASPERGER	4
2. INTELIGENCIA EMOCIONAL	7
B) ANÁLISIS DE NECESIDADES Y PRIORIZACIÓN DE LAS MISMAS	11
C) ESTABLECIMIENTO DE OBJETIVOS	11
1. OBJETIVOS GENERALES	11
2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	11
D) POBLACIÓN BENEFICIARIA DEL PROGRAMA	12
E) DISEÑO DE EVALUACIÓN	12
1. INDICADORES DE EVALUACIÓN	12
2. MATERIALES DE EVALUACIÓN	12
F) TEMPORALIZACIÓN	13
G) DISEÑO DE LA INTERVENCIÓN	15
1. METODOLOGÍA	15
2. ACTIVIDADES	15
H) REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	21
I) ANEXOS	23

RESUMEN

En el trabajo que nos ocupa, hemos realizado un Proyecto de Intervención dirigido a trabajar la inteligencia emocional en jóvenes con síndrome de Asperger. Dicho proyecto se realiza en el Parque de las Ciencias de Granada, un lugar de conocimiento para todas las edades. Los participantes aprenderán a saber identificar sus emociones y a conocerlas mejor. Estrecharán lazos con sus compañeros y podrán empatizar con el medio que les rodea. Los objetivos generales del proyecto son, Educar en inteligencia emocional a jóvenes con Síndrome de Asperger y Potenciar el desarrollo de la empatía.

Esto se conseguirá mediante la realización de diversas actividades, trabajando con cada una de ellas una serie de emociones básicas como son, tristeza, miedo, ira, alegría, desprecio, amor y sorpresa, y las emociones que desencadenan de estas como la nostalgia, la euforia, la ansiedad, la desesperación, el odio, el aburrimiento, el entusiasmo, el cariño, la amabilidad, la vergüenza, la envidia y los celos, trabajando a la par el sentimiento de empatía hacia los demás.

Palabras Clave: Síndrome de Asperger; Inteligencia Emocional; Educación Emocional; Habilidades sociales.

ABSTRACT

This project, designed for the Science Museum in Granada, is aimed to explore the emotional intelligence on teenagers affected by Asperger syndrome. Everyone involved will learn about their emotions and to identify them. This will help them create stronger ties with their classmates and to empathize with their social environment.

The main objectives are: to educate young people affected by Asperger syndrome on emotional intelligence and to develop their empathy. This will be achieved through the completion of several activities that work on basic emotions such as: sadness, fear, rage, happiness, contempt, love and surprise, and related feelings caused by them like nostalgia, euphoria, anxiety, despair, hatred, tedium, enthusiasm, affection, kindness, embarrassment, envy and jealousy, simultaneously developing their empathy towards others.

Keywords: Asperger Syndrome; Emotional Intelligence; Emotional Education; Social Skills.

A) INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

Nos encontramos ante un proyecto de intervención el cual trabaja la inteligencia emocional en jóvenes con Síndrome de Asperger. Hemos percibido, a través de la observación durante más de cuatro años de voluntariado con este colectivo, que existe una necesidad de trabajar las emociones con jóvenes con Síndrome de Asperger, motivo por el cual hemos decidido realizar este proyecto. Al ir dirigido a una población concreta, para poder conocerla mejor, primero debemos comprender una serie de conceptos que nos aclaren diferentes aspectos sobre el síndrome de asperger y la inteligencia emocional, haciendo necesaria su exposición para la comprensión de la importancia de la realización de este proyecto.

El Síndrome de Asperger es un trastorno del desarrollo y fue descrito por primera vez en 1943 por un psiquiatra y pediatra austríaco llamado Hans Asperger. Las características que definen a los Asperger o Autismo de alto funcionamiento, se basan en la ausencia de empatía, falta de habilidades sociales, torpeza motora, presentan soliloquios, un pensamiento original y presencia de intereses especiales, siendo estos un monotema para ellos. “Presentan dificultades en las interacciones sociales y un patrón restringido, repetitivo y estereotipado de comportamientos, intereses y actividades” (Granizo, Naylor, del Barrio, 2006, p.282).

Existen muchos mitos sobre el “S.A” que hacen que, la población, entienda este síndrome de una manera estereotipada y no realista, lo que lleva a creer que las personas que padecen este síndrome, son víctimas de una enfermedad, o incluso que son personas que carecen de sentimientos. “Una persona con S.A. puede tener pocos placeres en la vida. El desenfreno por un interés especial proporciona verdadero gozo” (Attwood, 2002, p.54).

El desarrollo de la inteligencia emocional mejora la vida de las personas ya que ser capaces de entender nuestras emociones contribuye al desarrollo integral del ser humano y nos ayuda a entendernos mejor a nosotros mismos. Uno de los autores más importantes de este tema es Daniel Goleman. Este autor puso al alcance de la sociedad un nuevo concepto de inteligencia. En la sociedad actual en la que vivimos el manejo de habilidades sociales, la empatía y el ser capaz de controlar las emociones son rasgos fundamentales no solo para la vida diaria sino también a la hora de buscar un empleo ya que las empresas valoran más a las personas con una alta inteligencia emocional, gente capaz de afrontar el estrés de buena manera, etc., a la gente con un alto coeficiente intelectual. “¿Cómo puede una persona con un nivel de inteligencia tan elevado llegar a

cometer un acto tan estúpido? La respuesta necesariamente radica en que la inteligencia académica tiene poco que ver con la vida emocional” (Goleman, 1995, p. 25).

La mayoría de las personas con síndrome de Asperger, son etiquetadas como personas con altas capacidades intelectuales, pero no entienden el mundo social y su funcionamiento, pudiendo en ocasiones a tener un comportamiento inadecuado en ciertos acontecimientos o en situaciones de su vida diaria.

Queremos expresar, que este proyecto está directamente relacionado con las competencias del grado de pedagogía, tales como:

Conocer las bases teóricas y epistemológicas de los procesos educativos y formativos, conocer los fundamentos y la metodología de evaluación, referida a programas, conocer las bases del desarrollo humano (teóricas, evolutivas y socioculturales), evaluar programas, centros e instituciones y sistemas educativos, ajustando los procesos evaluativos a las características del contexto social y profesional en el que habrán de ser desarrollados, conocer, analizar y atender a la diversidad social, educativa y cultural por razón de género, clase, etnia, edad, discapacidad, religión u otras, diseñar, gestionar, desarrollar, y evaluar proyectos, planes, programas, recursos y materiales para la acción educativa y/o formativa en distintos ámbitos y contextos, gestionar y dirigir centros de producción y difusión de medios didácticos, realizar la gestión profesional de los recursos materiales, humanos y funcionales en entornos de educación y formación, entre otros. (Libro Blanco, 2005, p.p 159- 180).

Y las salidas profesionales como: “Diseñador/a de materiales didácticos culturales, Pedagogo/a, Integrador/a social, técnico/a en servicios educativos para museos y organismos culturales, educador/a social”, entre otras. (Centro de promoción de empleo y prácticas, 2015).

A continuación, procedemos a aclarar los conceptos principales en los que gira nuestro proyecto de intervención.

1. SÍNDROME DE ASPERGER

En 1944, el pediatra austriaco Hans Asperger, publicó en una revista alemana de psiquiatría y neurología un artículo. En ese artículo hablaba de un grupo de niños con comportamientos similares y que no había visto antes en sus años como profesional. A este comportamiento se le denominó Síndrome de Asperger. “Está reconocido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un trastorno severo del desarrollo infantil, estrechamente relacionado con el autismo, y con consecuencias adversas, aunque variables, para el desarrollo social, emocional y conductual del niño” (Martín, 2004, p.3).

En la actualidad, esas personas con esos comportamientos, se las diagnostica con Síndrome de Asperger y se ubica dentro de los trastornos generalizados del desarrollo.

Para el “Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders” el trastorno general del desarrollo se divide en cinco categorías que son:

“1. Síndrome autista (autismo de Kanner), 2. Síndrome de Rett, 3. Trastorno desintegrativo de la Infancia, 4. Síndrome de Asperger, 5. Trastorno generalizado del desarrollo no especificado” (DSM-V, 2013, p.809).

El “DSM-V”, considera que estos trastornos forman parte de los trastornos generales del desarrollo y que se caracterizan por el déficit en: “1. Déficit en la comunicación social y la interacción social y 2. Restringidos patrones repetitivos de comportamiento, intereses y actividades” (DSM-V, 2013, p.809). Las personas con “S.A” carecen de habilidades sociales, les cuesta mucho trabajo entablar una conversación adecuada puesto que, lo que para ellos es un tema adecuado de conversación, para otras personas no lo es, y no suelen ser muy elocuentes en un tema que no sea de su agrado. Tienen gestos de comportamiento repetitivos y obsesivos al igual que hablan de una manera muy correcta y les cuesta controlar el volumen de la voz al contexto de la situación.

Hay que decir que no todas las personas con síndrome de Asperger presentan un mismo conjunto de síntomas, cada uno es diferente y hay síntomas que no siempre son los mismos, ni con la misma intensidad, tampoco evolucionan igual, todo depende del trato que haya tenido la persona y de si se ha trabajado con ella o no.

El Síndrome de Asperger no es una enfermedad, como mucha gente piensa y no provoca conductas de psicopatía violentas. Los trastornos de este espectro no vienen a consecuencia de problemas familiares, falta de cariño o de atención, es algo con lo que se nace. No existe una “cura”, ya que no es una enfermedad, sino que el desarrollo neurológico de la persona que presenta “S.A” no sigue unos patrones normales ya que es porque se encuentra alterado. Pero, que no exista una cura no significa que no haya tratamientos y terapias que ayuden a estas personas a llevar una vida tanto física como mentalmente sana y a que puedan tener una vida social buena.

Normalmente, debido a la incapacidad que tienen las personas con “S.A” de mostrar sus sentimientos, muchas personas pueden llegar a pensar que carecen de sentimientos, pero lo que no saben es, que las personas con “S.A” hacen un tremendo esfuerzo para poder comunicarse con los demás sin aislarse en su mundo, conducta que

es típica de ellos, lo que pasa es que les cuesta exteriorizar sus emociones y comprender que es lo que siente la otra persona.

Las áreas afectadas que creemos que presentan las personas con síndrome de asperger son, la comunicación, las Rutinas rígidas, las relaciones con los demás y presentan intereses restringidos. Esta deducción, es fruto del trabajo de más de cuatro años con personas con síndrome de Asperger en la asociación Síndrome de Asperger de Granada en la cual he sido voluntaria. (Martín, 2004; Riado, 2011; Sánchez-Pardiñez, 2013).

- En la comunicación, las personas con “S.A”, interpretan el lenguaje de una forma literal, usan un lenguaje muy correcto y monótono y les cuesta entender los dobles sentidos, las frases hechas, los chistes, de manera que se recomienda que se les expliquen las tareas lo más claramente posible.

- Con respecto a las rutinas rígidas, Suelen tener tics motores que son fácilmente reconocibles, como por ejemplo flotarse las manos de manera compulsiva, y les cuesta adaptarse a los cambios, se les debe dar un tiempo para que los asimilen.

- En las relaciones con los demás las personas con “S.A”, suelen cometer errores por ejemplo a la hora de hablar, les cuesta respetar los turnos y suelen obsesionarse con un tema en cuestión, dirigiendo normalmente las conversaciones a sus propios temas de interés. “Las habilidades sociales son recíprocas por naturaleza y suponen una correspondencia efectiva y apropiada” (Riado, Rodríguez, 2011, p.308). Esto quiere decir que ambas partes dentro de una interacción, tienen que tener un mismo sentimiento el uno por el otro. En el caso de las personas con “S.A” esa reciprocidad no se da con facilidad, puesto que no suelen entender los sentimientos de los demás.

- En el tema de intereses restringidos, tienen un tema o foco de interés, sobre el cual intenta aprender todo lo posible, pudiendo parecer que no prestan atención, siendo esto debido a que se encuentran inmersos en su propio mundo, con sus propios intereses.

“Las personas con Síndrome de Asperger presentan dificultades para la comprensión del otro, para ponerse en su lugar, para saber distinguir entre engaño, mentira y verdad” (García y Jorreto, 2005, p.4). No saben interpretar expresiones faciales y no distinguen la ironía o la mentira, así es que posiblemente, cuando les contemos un chiste no se rían ya que no saben que lo que contamos en un chiste a menos que se lo digamos de antemano. Las personas con Síndrome de Asperger son personas muy sinceras, con buena memoria sobre sus intereses, presentan torpeza motora y falta de empatía.

Dicho esto, se ve como estas personas están en una clara desventaja en cuanto a poder manejar y enfrentarse al mundo social. “Con mucha frecuencia la expresión facial de las personas con Síndrome de Asperger es poco precisa o es, simplemente, diferente” (Sánchez-Pardiñez, 2013, p.56). En el área emocional, tienen dificultades para identificarlas (tanto las propias como las ajenas), dificultad en gestionarlas ya que no suelen ser capaces de controlar sus emociones en ciertas ocasiones llegando a dejarse llevar por ellas, y también sufren de dificultades en la comunicación no verbal, les cuesta mantener la mirada o adecuar la expresión facial a la situación.

Con este proyecto, pretendemos trabajar la inteligencia emocional en jóvenes con Síndrome de Asperger para que aprendan a conocerse a sí mismos y a identificar sus propias emociones y así conseguir que desarrollen mejores habilidades sociales y lleven una vida lo más normalizada posible.

2. INTELIGENCIA EMOCIONAL

Para hablar de Inteligencia emocional, primero hay que hablar de emociones. ¿Qué son las emociones? Es una pregunta que todos pensamos que sabemos contestar, pero es más compleja de lo que parece si uno se para a intentar definir alguna emoción.

“La emoción puede definirse como una experiencia afectiva intensa, pasajera, brusca y aguda, que activa los diferentes subsistemas psicofísicos y proporciona energía vital, constituyendo la fuerza motivadora que guía y orienta los comportamientos humanos” (Lizeretti, 2012, p.38). Las emociones son un conjunto de actitudes, creencias, sentimientos sobre lo que nos rodea y pueden ser pasajeras, que duren un momento, o un poco más agudas y sean más duraderas como por ejemplo un estado de enfado ya que este estado puede llevar a la ira y esta induce a la destrucción.

“La emoción es una respuesta elicitada por un estímulo o situación temporalmente próximo y conocido” (Mestre, 2012, p.50). Una emoción viene provocada por una situación determinada, puede ser por una situación de estrés, o por una noticia inesperada. Las emociones se sienten de manera diferente según la persona que la experimente y puede tener una mayor o menor duración según la situación y el carácter del individuo.

“La Inteligencia Emocional comienza con la autoconciencia” (López, 2016, p. 58). la persona adquiere conocimiento sobre ella misma, más allá del nivel de autoconciencia natural que las personas poseemos desde que nacemos, aunque en ocasiones ese nivel de autoconciencia es más alto en unas personas que en otras, y esto hace que unas sean más conscientes de sus emociones y de sí mismas.

Para Mayer y Salovey la Inteligencia emocional es:

La habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual (Mayer y Salovey, 1997, p.3).

La “I.E” es la capacidad que tienen los seres humanos para reconocer tanto los sentimientos propios como los ajenos. El manejo de las emociones es algo imprescindible en la vida social. Esta habilidad para manejar las emociones se puede entrenar para mejorarla o para adquirirla, ya que hay ciertas personas que no tienen esta habilidad muy desarrollada y les cuesta manejarla en su vida diaria.

El manejo de las emociones es vital para saber manejar las relaciones sociales, aunque el control de las emociones es algo muy complejo puesto que para expresarlas utilizamos una variedad de términos, actitudes y gestos muy variable. “No hay nada que nos haga sentir tan humano como las emociones, tan humanos y tan dependientes” (Morgado, 2006, p.13). Aceptar las emociones que sentimos es aceptarnos a nosotros mismos. Esto no quiere decir que debemos cambiar nuestro estilo de vida, sino que debemos asumir como es e intentar canalizar nuestros sentimientos hacia la emoción correcta para tener una vida plena y saludable.

Las teorías socio-cognitivas han planteado la existencia de alteraciones significativas en el procesamiento de la información social, especialmente en relación a las habilidades mentalistas, que se relacionan con la capacidad para comprender e interpretar estados mentales de otras personas, como las intenciones, los deseos, las creencias o las emociones (Merino, Zamora, 2014, p. 91).

El objetivo principal de trabajar la Inteligencia Emocional es que la persona alcance la felicidad y su bienestar, pero esto solo se puede conseguir si uno se hace responsable y es consciente de su comportamiento tanto social como individual. La inteligencia emocional ofrece el camino para alcanzar esa felicidad, y la felicidad es algo que todo ser humano desea. Para poder alcanzar la felicidad hay que entrenar, que gestionar las emociones y afortunadamente eso es algo que se puede conseguir. “La inteligencia emocional implica cinco capacidades básicas: descubrir las emociones y sentimientos propios, reconocerlos, manejarlos, crear una motivación propia y gestionar las relaciones personales” (Goleman, 2012, p.7). En el análisis de las emociones existen

las denominadas emociones primarias o emociones básicas. Cada una de las emociones que sentimos ayuda a resolver problemas concretos.

Cada emoción básica cumple con unos objetivos que ayudan a la supervivencia del ser humano (Granizo, 2006; Trammell, 2013; Lizeretti, 2012; Pérsico, 2016).

- La Tristeza ayuda a que el ser humano sobreviva a pérdidas importantes de la vida y a sobreponerse de ellas. Se disminuye la actividad física y ayuda a planificar acciones futuras para volver a la vida diaria.

- El miedo se siente en situaciones de peligro y prepara el cuerpo cualquier situación de sobresalto. Todos los animales tienen este mecanismo de defensa que sirve para estar alerta en una situación de peligro. Existen miedos que te hacen reaccionar pero también existen otros que te pueden dejar el cuerpo paralizado y no saber cómo actuar ante esa situación.

- La Ira la sentimos cuando creemos encontrarnos en una situación de amenaza tanto física como psicológica. Este estado hace que el cuerpo segregue adrenalina y es más fácil que la persona se enfurezca ante cualquier situación que le moleste.

- La felicidad reprime los sentimientos negativos y las preocupaciones permitiéndole a la persona dedicarse a cualquier tarea ya que su estado de ánimo es muy positivo y suprime las emociones que nos alertan ante algún peligro.

- El desprecio es algo que nos resulta repulsivo, que no nos gusta y nos produce malestar.

- El amor es una emoción agradable que inunda el cuerpo de ternura, calma, satisfacción, relajación y favorece la convivencia. Es una emoción básica de supervivencia.

- La sorpresa aparece cuando hay acontecimientos inesperados. Esta emoción es imprevisible y fugaz y cuando ya ha cumplido su función pueden aparecer sentimientos negativos o positivos, según por ejemplo de la noticia que hayamos recibido.

En la tabla que exponemos a continuación, se puede apreciar de una forma clara, las emociones que trabajaremos en cada sesión de nuestro proyecto de intervención con los jóvenes con S.A que participan en las jornadas.

EMOCIONES BÁSICAS						
TRISTEZA	MIEDO	IRA	ALEGRIA	DESPRECIO/ ASCO	AMOR	SORPRESA
Nostalgia	Celos	Desesperación	Euforia	Aburrimiento	Cariño	Ansiedad
	Envidia	Odio		Vergüenza	Amabilidad	Entusiasmo

Tabla 1. Emociones. Elaboración propia

Empezaremos trabajando las emociones básicas o primarias, que son, tristeza, miedo, ira, alegría, desprecio, amor y sorpresa, trabajando a la par el sentimiento de empatía hacia los demás. (Lizeretti, 2012; Pérsico, 2016).

Estas emociones “básicas”, vienen dadas por diversos autores, refiriéndose a ellas como emociones primarias. Para la elaboración de este proyecto, hemos analizado las emociones básicas a las que se refieren dichos autores y hemos escogido las que vemos más apropiadas para la realización de este proyecto.

“La empatía ha sido definida como la respuesta afectiva de comprensión del estado emocional en el que se encuentra el otro y que, además, induce a sentir lo que siente el otro” (González, Villanueva, 2014, p.90). Para trabajar la empatía depende que la identificación de las emociones sea correcta, y que los jóvenes participantes en este proyecto aumenten su nivel autoconsciente.

Las emociones básicas tienen diferentes grados que desencadenan en otras emociones que una vez se hayan trabajado las primarias, pasaremos a trabajar. Esas emociones son la nostalgia, la euforia, la ansiedad, la desesperación, el odio, el aburrimiento, el entusiasmo, el cariño, la amabilidad, la vergüenza, la envidia y los celos. Las habilidades sociales, se encuentran estrechamente vinculadas a la inteligencia emocional, de manera que poseer un control armonioso de nuestras emociones, contribuirá a tener relaciones interpersonales satisfactorias. Tener un bajo control de nuestras emociones contribuirá a tener conductas desviadas y peores relaciones sociales.

Es necesario trabajar el uso de habilidades sociales para ser capaces de afrontar situaciones de estrés extremas, ya que si la persona posee una consciencia sobre sus emociones esto la ayudará a regularse y afrontar ese tipo de situaciones de una manera satisfactoria. “Varios estudios demuestran que bajos niveles de Inteligencia Emocional están asociados a la sintomatología depresiva, indicando que podría ser un factor de vulnerabilidad a la depresión” (Lizeretti, 2012, p.80). Las personas con Síndrome de

Asperger, no suelen ser personas muy sociables y suelen sufrir de abuso escolar debido a su falta de empatía y de captación y expresión de las emociones, esto hace que se encierren más en sus propios mundos y lleguen a entrar en estados de depresión.

“La inteligencia emocional no es sólo una moda pasajera; supone una herramienta muy poderosa para conocerse mejor, para conocer a los demás y para manejar adecuadamente las relaciones familiares, sociales y laborales” (Acosta, 2015, p. 24). Es un concepto relativamente nuevo, que se ha incluido en nuestro vocabulario, en nuestro comportamiento y conocimiento, es una nueva herramienta de comprensión de nuestras emociones que es imprescindible y que se convertirá en cotidiana con los años.

B) ANÁLISIS DE NECESIDADES Y PRIORIZACIÓN DE LAS MISMAS

Las personas con Síndrome de Asperger, se encuentran en una clara desventaja social, no solo por su falta de habilidades sociales, sino que al no saber interpretar bien sus emociones, no tienen un desarrollo normal en las etapas emocionales de su crecimiento.

La mayoría de los jóvenes con “S.A”, se aíslan en su propio mundo por miedo al rechazo que les provoca el no saber desenvolverse bien en la sociedad.

Vemos necesario educar a jóvenes con Síndrome de Asperger en inteligencia emocional, ya que sería algo muy beneficioso para ellos, porque les ayudaría a desarrollar su faceta emocional hacia sí mismos y hacia los demás, lo que les abriría muchas puertas en su vida tanto social como laboral.

C) ESTABLECIMIENTO DE OBJETIVOS

Como hemos podido ver, la necesidad de unas jornadas destinadas a educar en Inteligencia emocional a jóvenes con Síndrome de Asperger son necesarias y por lo tanto para la realización de las actividades establecidas para este proyecto de intervención se deben de priorizar una serie de objetivos, centrándonos en los siguientes.

1. OBJETIVOS GENERALES

- Educar en inteligencia emocional a jóvenes con Síndrome de Asperger.
- Potenciar el desarrollo de la empatía.

2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar las diversas emociones, por medio de actividades explicativas establecidas.

- Desarrollar habilidades para el control de sus propias emociones, mediante sesiones de relajación y meditación.
- Saber expresar de manera correcta a los demás sus deseos e intereses.
- Mejorar las relaciones interpersonales, fomentando la interacción con sus propios compañeros.

D) POBLACIÓN BENEFICIARIA DEL PROGRAMA

La población beneficiaria de nuestro proyecto de intervención serán jóvenes diagnosticados con Síndrome de Asperger con edades comprendidas entre 8 y 11 años, residentes de la Provincia de Granada.

Estos jóvenes, serán captados a través de la Asociación Síndrome de Asperger de Granada, cuya sede oficial se encuentra ubicada en la Urbanización Los llanos, Pabellón multiusos S/N en Alhendín o en su sede polivalente en la C/Chile, nº 10 en el barrio del Zaidín de Granada. Las actividades planteadas serán llevadas a cabo en el Parque de las Ciencias de Granada situado en la Av. De la ciencia, s/n.

E) DISEÑO DE EVALUACIÓN

La evaluación que utilizaremos será de carácter interno y continuo, para poder comprobar el cumplimiento de los objetivos bajo los criterios de eficiencia y verificar a su vez la pertinencia del proyecto.

1. INDICADORES DE EVALUACIÓN

- ✚ Interés
- ✚ Relación con los participantes
- ✚ Grado de asistencia
- ✚ Grado de participación
- ✚ Logro de objetivos
- ✚ Elaboración del diario
- ✚ Grado de asimilación de los conceptos de las emociones.

2. MATERIALES DE EVALUACIÓN

- ✚ Entrevista previa: con esta herramienta, pretendemos conocer el punto de partida de cada uno de los jóvenes participantes. La entrevista será realizada un día concertado antes con los padres de los participantes, antes de empezar las jornadas. Estará dirigida por el entrevistador recabando información sobre el grado de conocimiento de las diversas emociones que se trataran en las jornadas,

nivel de interés del participante por la realización de la actividad y grado de empatía del mismo.

- ✚ Diario: los jóvenes participantes en las jornadas deberán de realizar un diario en que anotaran cada día en casa, que actividades han realizado durante todo el día, ante cada suceso que han vivido intentar asignarle una emoción y anotar cuanto tiempo estuvo presente esa emoción en ellos. Esta herramienta les ayudará a ir identificando sus propias emociones. El diario deberán realizarlo al finalizar el día, mientras duren las jornadas y lo entregaran al finalizar las mismas, el día de la visita al Parque de las ciencias de Granada.
- ✚ Entrevista final: al finalizar las jornadas, se establecerá un día con los padres de los jóvenes participantes para llevar a cabo una entrevista final con la que pretendemos averiguar el grado de evolución de los participantes.

F) TEMPORALIZACIÓN

La temporalización estimada para la realización de este proyecto es de lunes a viernes en horario de 10:00 a 14:00, realizándose un total de 15 sesiones. La fecha en la que realizaríamos el proyecto será durante el mes de Julio, mes en el que los jóvenes se encuentran de vacaciones.

El último día de las jornadas, lo dedicaremos a visitar el Parque de las Ciencias de Granada, siendo el horario ese día de 10:00 a 18:00. Ese día se destinará a hacer un tour completo por el Parque, incluido el planetario.

Para llevar a cabo este proyecto, se necesitan como mínimo los siguientes recursos:

- ✚ Recursos Humanos:
 - Pedagogo o pedagoga que se ocupe de dirigir adecuadamente el desarrollo del proyecto y lo evalúe.
 - Personal propio del Parque de las Ciencias. Con un monitor sería suficiente.
- ✚ Recursos Materiales:
 - Aula disponible en el Parque de las Ciencias de Granada ubicada en el Edificio Macroscópico, que disponga de mesas, sillas y proyector como mínimo.
 - Material fungible: Bolígrafos, lápices, folios, lápices de colores, gomas de borrar, arcilla, etc.

Pensamos que un lugar adecuado para la realización del proyecto, sería una de las diversas salas que se encuentran en el edificio Macroscópico del Parque de las ciencias de Granada. En dicho edificio, se encuentran salas como la Gutenberg, la cual es muy espaciosa y está en la parte baja, cercana a la cafetería y la biblioteca. También está cerca de los cines. El aula que se utilizará, se concretará con el Parque de las Ciencias, según su disponibilidad, con respecto a nuestra temporalización para el desarrollo del programa.

ORGANIGRAMA GENERAL

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
10:00-10:30	Presentación y compartir				
10:30-11:30	Emoción y Dibujo				
11:30-12:00	Descanso	Descanso	Descanso	Descanso	Descanso
12:00-13:30	Actividad	Actividad	Actividad	Actividad	Actividad
13:30-14:00	Relajación	Relajación	Relajación	Relajación	Relajación

Todas las mañanas de 10:00 a 10:30, los jóvenes dedicaran ese tiempo a saludarse adecuadamente y hablar entre ellos, formando un círculo todos juntos sentados en el suelo. De 10:30 a 11:30, se procederá a la explicación de la emoción a trabajar ese día, se les proporcionará a los participantes, una ficha con dicha información y después, procederán a realizar un dibujo sobre ella. Al finalizar las jornadas, cada dibujo que hayan realizado junto con su explicación, se les encuadernará para que tengan su propio libro de las emociones fabricado por ellos mismos. De 11:30 a 12:00, habrá un pequeño descanso, para que los participantes tomen una pequeña merienda y puedan interactuar libremente entre ellos. A las 12:00 entraran de nuevo ordenadamente al aula y se realizará la actividad propuesta para esa sesión hasta las 13:30. De 13:30 a 14:00 dedicaremos ese tiempo a técnicas de relajación y autocontrol, para finalizar la sesión con la mayor serenidad y armonía posible.

Las excepciones en el horario las tendremos en la sesión 1º que será el día de presentación, sesión 8º que será el día del cine con la visualización de la película Del Revés y en la sesión 15º en la que visitaremos el parque de las ciencias de Granada en el cual se han realizado las jornadas, para que los jóvenes interactúen con el medio que les rodea y finalizarlas de manera enriquecedora.

G) DISEÑO DE LA INTERVENCIÓN

Para que este programa se lleve a cabo de manera satisfactoria cumpliendo con sus objetivos, las actividades han sido desarrolladas de manera que fomenten la participación de los destinatarios. De manera que utilizaremos:

1. **METODOLOGÍA:** Mediante la participación activa en la realización de las actividades se procurará una implicación total de los participantes mediante la motivación y el uso de actividades amenas e interesantes para ellos, fomentando su curiosidad humana por saber más. Se procurará al principio de cada sesión, una participación personal de cada joven que permitirá crear vínculos de confianza y expresar sus inquietudes pudiendo darle solución en grupo. Se realizarán grupos de trabajo para la participación en la realización de las sesiones propuestas para el proyecto.

Para la realización de las jornadas, se necesita de personal cualificado, destacando a una/un coordinador que dirija el buen funcionamiento de las actividades, al resto del personal y que se encargue de la recogida de datos, tanto de tipo observacional como los de las entrevistas y el diario. También será necesario un habitáculo amplio con mesas, sillas y material para realizar las actividades.

2. **ACTIVIDADES:** Las actividades se encuentran divididas según el número de sesiones correspondientes para la realización del proyecto, siendo estas un total de quince.

SESIÓN 1º: DÍA DE PRESENTACIÓN

- ✚ **Justificación:** Que los participantes se conozcan entre ellos y conozcan que son las emociones.
- ✚ **Objetivo:** Crear vínculos de confianza entre los participantes.
- ✚ **Duración:** 4 horas y 30 minutos.
- ✚ **Materiales:** Ropa cómoda, papel y lápiz.
- ✚ **Actividad:** Dinámicas de presentación, intercambio de información, juegos de parejas y en grupo. Visualización del video: las emociones en situaciones.
- ✚ **Criterios de Evaluación:** Se valorará la implicación de cada participante.

SESIÓN 2º: TRISTEZA. NOSTALGIA

- + **Justificación:** Conocer las emociones, saber expresarlas y reconocerlas correctamente.
- + **Objetivo:** Identificación de la emoción, expresarla correctamente.
- + **Duración:** 1 hora y 30 minutos.
- + **Materiales:** Película, Papel, lápices.
- + **Actividad:** Visualización de fragmentos de la película Brave de Disney. Identificar y apuntar las escenas de tristeza y las de nostalgia. Aclaración de ambas emociones y comentarlas.
- + **Criterios de Evaluación:** Participación, adaptación a la actividad y el interés.

SESIÓN 3º: MIEDO

- + **Justificación:** Conocer las emociones, familiarizarse con ellas para saber expresarlas y reconocerlas correctamente.
- + **Objetivo:** Identificación de la emoción, expresarla correctamente.
- + **Duración:** 1 hora y 30 minutos.
- + **Materiales:** Papel, lápices.
- + **Actividad:** Cuenta cuentos, expresar sus miedos, crear una historia con unos ítem, expresando un miedo y la solución.
- + **Criterios de Evaluación:** Participación, adaptación a la actividad y el interés.

SESIÓN 4º: CELOS. ENVIDIA

- + **Justificación:** Conocer las emociones, familiarizarse con ellas para saber expresarlas y reconocerlas correctamente.
- + **Objetivo:** Identificación de la emoción, expresarla correctamente.
- + **Duración:** 1 hora y 30 minutos.
- + **Materiales:** Película, papel, lápices.
- + **Actividad:** Visualización de fragmentos de la película la Bella y la Bestia. Anotar los comportamientos de celos y envidia, comentarlos y darle solución.
- + **Criterios de Evaluación:** Participación, adaptación a la actividad y el interés.

SESIÓN 5º: IRA. DESESPERACIÓN. ODIO.

- + **Justificación:** Conocer las emociones, familiarizarse con ellas.
- + **Objetivo:** Identificación de la emoción, expresarla correctamente.
- + **Duración:** 1 hora y 30 minutos.
- + **Materiales:** Video, papel, lápices.
- + **Actividad:** Visualización del vídeo Partly Cloudy, expresar lo que sienten, interacción entre los participantes. Pequeña representación de las emociones. Lluvia de ideas de cómo controlar estas emociones.
- + **Criterios de Evaluación:** Participación, adaptación a la actividad y el interés.

SESIÓN 6º: ALEGRIA. EUFORIA.

- + **Justificación:** Conocer las emociones, familiarizarse con ellas para saber expresarlas y reconocerlas correctamente.
- + **Objetivo:** Identificación de la emoción, expresarla correctamente.
- + **Duración:** 1 hora y 30 minutos.
- + **Materiales:** Vídeo, papel, lápices.
- + **Actividad:** Cuento “El robo de la alegría”. Comparte tus mejores recuerdos. Identificación de alegría y euforia y como aplacar la euforia en ciertas ocasiones.
- + **Criterios de Evaluación:** Participación, adaptación a la actividad y el interés.

SESIÓN 7º: DESPRECIO/ASCO.

- + **Justificación:** Conocer la emoción, familiarizarse con ella para saber expresarla y reconocerla correctamente.
- + **Objetivo:** Identificación de la emoción, expresarla correctamente.
- + **Duración:** 1 hora y 30 minutos.
- + **Materiales:** Papel, lápices, un bote, texto role-playing.
- + **Actividad:** Representación Role-Playing, juego tarro de las emociones.
- + **Criterios de Evaluación:** Participación, adaptación a la actividad y el interés.

SESIÓN 8º: CINEFORUM

- + **Justificación:** Afianzar los conocimientos adquiridos sobre 5 de las emociones básicas.
- + **Objetivo:** Identificación de 5 emociones básicas, saber expresarlas.
- + **Duración:** 4 horas.
- + **Materiales:** Película, papel, lápices, ficha del revés, ropa cómoda.
- + **Actividad:** Visualización de la Película del Revés. Comentar y hacer una ficha para afianzar lo aprendido.
- + **Criterios de Evaluación:** Grado de participación, implicación con la actividad, interés e interacción con el resto de participantes.

SESIÓN 9º: ABURRIMIENTO. VERGÜENZA.

- + **Justificación:** Conocer las emociones, familiarizarse con ellas para saber expresarla y reconocerlas correctamente.
- + **Objetivo:** Identificación de la emoción, expresarla correctamente.
- + **Duración:** 1 hora y 30 minutos.
- + **Materiales:** Papel, lápices, texto role-playing.
- + **Actividad:** Interpretación de un role-playing entre todos los participantes.
- + **Criterios de Evaluación:** Participación, adaptación a la actividad y el interés.

SESIÓN 10º: AMOR.

- + **Justificación:** Conocer la emoción, familiarizarse con ella para saber expresarla y reconocerla correctamente.
- + **Objetivo:** Identificación de la emoción, expresarla correctamente.
- + **Duración:** 1 hora y 30 minutos.
- + **Materiales:** Papel, lápices, arcilla.
- + **Actividad:** Creación de una figura con la temática del amor. Expresar que entienden por amor, y comentar entre todas las opiniones.
- + **Criterios de Evaluación:** Participación, adaptación a la actividad y el interés.

SESIÓN 11º: CARIÑO.

- ✚ **Justificación:** Conocer la emoción, familiarizarse con ella para saber expresarla y reconocerla correctamente.
- ✚ **Objetivo:** Identificación de la emoción, expresarla correctamente.
- ✚ **Duración:** 1 hora y 30 minutos.
- ✚ **Materiales:** Papel, lápices, purpurina, pegamento, cartulina, tijeras.
- ✚ **Actividad:** Interacción con los compañeros, mostrar afecto con la creación de tarjetas para cada compañero.
- ✚ **Criterios de Evaluación:** Participación, adaptación a la actividad y el interés.

SESIÓN 12: AMABILIDAD.

- ✚ **Justificación:** Conocer la emoción, familiarizarse con ella para saber expresarla y reconocerla correctamente.
- ✚ **Objetivo:** Identificación de la emoción, expresarla correctamente.
- ✚ **Duración:** 1 hora y 30 minutos.
- ✚ **Materiales:** Papel, lápices, cartulina, tijeras y ropa cómoda.
- ✚ **Actividad:** Creación e interpretación de un teatro con la temática de la emoción a tratar.
- ✚ **Criterios de Evaluación:** Participación, adaptación a la actividad y el interés.

SESIÓN 13º: SORPRESA. ENTUSIASMO.

- ✚ **Justificación:** Conocer la emoción, familiarizarse con ella para saber expresarla y reconocerla correctamente.
- ✚ **Objetivo:** Identificación de la emoción, expresarla correctamente.
- ✚ **Duración:** 1 hora y 30 minutos.
- ✚ **Materiales:** Papel, lápices y ropa cómoda.
- ✚ **Actividad:** Visualización de fragmentos de la película Frozen. Comentar lo visto y expresar lo que sienten, interacción entre los participantes de situaciones similares a las vistas.
- ✚ **Criterios de Evaluación:** Participación, adaptación a la actividad, transmisión de conocimientos e interés.

SESIÓN 14º: ANSIEDAD. LIBRO DE LAS EMOCIONES

- ✚ **Justificación:** Conocer la emoción, familiarizarse con ella para saber expresarla y reconocerla correctamente.
- ✚ **Objetivo:** Identificación de la emoción, expresarla correctamente.
- ✚ **Duración:** 1 hora y 30 minutos.
- ✚ **Materiales:** Papel, lápiz, ropa cómoda, material de encuadernación.
- ✚ **Actividad:** Mesa redonda, expresa que no te gusta y hace que te pese el pecho, buscar solución entre todos. Creación del libro de las emociones.
- ✚ **Criterios de Evaluación:** Participación, adaptación a la actividad y el interés.

SESIÓN 15º: VISITA AL PARQUE

- ✚ **Justificación:** Conocer el entorno y socializar con los compañeros.
- ✚ **Objetivo:** Socialización, transmisión de conocimiento y experiencias.
- ✚ **Duración:** 8 horas.
- ✚ **Materiales:** Ropa y calzado cómodo, gorra, bocadillos y agua.
- ✚ **Actividad:** Visita completa por el Parque de las Ciencias de Granada, aprovechando actividades y espacios al aire libre.
- ✚ **Criterios de Evaluación:** Grado de participación, implicación en la actividad y grado de socialización con los compañeros.

H) REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Acosta, M. (2015). *Inteligencia emocional. Desmontando tópicos*. Madrid: Esic Ediciones.
- American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition*. Recuperado el 10 de diciembre de 2015 de: <http://psychgradaran.narod.ru/lib/clinical/DSM5.pdf>.
- ANECA. (2005). *Libro blanco. Título de grado en Pedagogía y Educación social. Vol,2*. Recuperado el 6 de marzo de 2016 de: http://www.aneca.es/var/media/150396/libroboanco_pedagogial2_0305.pdf
- Attwood, T. (2002). *El síndrome de Asperger*. Madrid: Paidós Ibérica
- Centro de promoción de empleo y prácticas, UGR. (2015). *Grado en Pedagogía. Ámbitos profesionales*. Recuperado el 6 de marzo de 2016 de: <http://empleo2.ugr.es/salidasprofesionales/grados/grado-en-pedagogia>.
- García, E. y Jorroto, R. (2005). *Síndrome de asperger: Un enfoque multidisciplinar. Actas de la primera jornada científico-sanitaria sobre síndrome de asperger*. Sevilla: Consejería de salud. Junta de Andalucía
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. (2012). *El cerebro y la inteligencia emocional. Nuevos descubrimientos*. Barcelona: Ediciones B.
- González, R. Villanueva, L. (2014). *Recursos para educar en emociones. De la teoría a la acción*. Madrid: Pirámide.
- Granizo, L; Naylor, P y Del Barrio, C. (2006) Análisis de las relaciones sociales de los alumnos con síndrome de Asperger en escuelas integradas de Secundaria: Un estudio de casos. *Revista de Psicodidáctica*, 11(2), 281-292.
- Lizeretti, N. (2012). *Terapia basada en inteligencia emocional. Manual de Tratamiento*. Lleida: Milenio
- López, J. (2016). *El código de las emociones. Cómo nos afecta la química de nuestros cerebros*. Barcelona: Ediciones Obelisco.
- Martín, P. (2004). *El síndrome de Asperger ¿excentricidad o discapacidad social?* Madrid: Alianza Editorial
- Mayer, J. D. y Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds). Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators*. New York: Basic Books

- Mayer, J. Salovey, P. (1995) *Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings*. Recuperado el 10 de diciembre de 2015 de: http://www.unh.edu/emotional_intelligence/EI%20Assets/Reprints...EI%20Prop er/EI1995andConstructionandReg.pdf
- Merino, M. Zamora, M. (2014). *Todo sobre el Asperger*. Tarragona: Altaria.
- Mestre, J. Guil, R. (2012). *La regulación de las emociones. Una vía a la adaptación personal y social*. Madrid: Pirámide
- Morgado, I. (2006). *Emociones e Inteligencia Social. Una alianza entre los sentimientos y la razón*. Barcelona: Mina.
- Pérsico, L. (2016). *Técnicas de Aprendizaje. Inteligencia Emocional*. Madrid: Libsa.
- Riado, S. Rodríguez, F. (2011). Enseñanza/aprendizaje de habilidades socio-comunicativas en el síndrome de Asperger. *Revista: Innovación Educativa* 21, 305-316.
- Sánchez- Pardiñez, S. (2013). *Síndrome de Asperger. Síndrome invisible*. 1ª edición. Valencia: Psylicom.
- Trammell, J. (2013). Practice Brief: Modeling Positive Behaviors for Postsecondary Students with Autism/Asperger's--The Use of "Television Coaching". *Revista Journal of Postsecondary Education and Disability*, v 26, 2, 183-187.

I) ANEXOS**Anexo I: INDICADORES DE EVALUACIÓN**

-  Interés
-  Relación con los participantes
-  Grado de asistencia
-  Grado de participación
-  Logro de objetivos
-  Elaboración del diario
-  Grado de asimilación de los conceptos de las emociones

INDICADORES DE EVALUACIÓN									
Nombre	Sesión	1	2	3	4	5	6	7	Observaciones
Participante 1									
Participante 2									
Participante 3									
(...)									

Parámetros de Puntuación:

-  **S:** Sobresaliente
-  **A:** Aceptable
-  **R:** Regular
-  **M:** Mala

Anexo II: CRITERIOS DE EVALUACIÓN

CRITERIOS DE EVALUACIÓN					
Sesión	Eficacia de la Actuación	Eficiencia	Grado de Satisfacción	Adecuación de medios	Observaciones

Parámetros de Puntuación:

-  **S:** Sobresaliente
-  **A:** Aceptable
-  **R:** Regular
-  **M:** Mala

Anexo III: ENTREVISTA INICIAL Y FINAL

ENTREVISTA INICIAL

1. ¿Cómo te llamas?
2. ¿Cuántos años tienes?
3. ¿Dónde vives?
4. ¿Tienes ganas de que comiencen las jornadas?
5. ¿Qué crees que vas a aprender en las jornadas?
6. ¿Tienes muchos amigos?
7. ¿Te enfadas a menudo?
8. ¿Cuándo te enfadas sabes cuándo parar?
9. ¿Te sientes triste a menudo?
10. ¿Sabes que son las emociones?
11. Si es que sí, ¿Qué me puedes contar de las emociones?
12. Si es que no, ¿Qué crees que son las emociones?
13. Anotar lo observado

ENTREVISTA FINAL

1. Nombre
2. ¿Qué te han parecido las jornadas?
3. ¿Qué has aprendido en las jornadas?
4. ¿Has hecho muchos amigos?
5. ¿Quién ha sido tu mejor amigo?
6. ¿Qué me puedes contar de las emociones?
7. ¿Has aprendido a identificar tus emociones?
8. ¿Has aprendido a controlar tus emociones?
9. ¿Qué crees que le han faltado a las jornadas?
10. ¿Te has divertido?
11. ¿Volverías a participar?
12. Anotar lo observado