

Sumario

Editorial.

5

Inteligencia emocional y Síndrome de Down.

11

Las luchas de la discapacidad para llegar al aula.

 20

Podcast MÁS ALLA DE LA ESCUELA.

41

Entrevista: El aprendizaje de Juan.

48

Reseña: La inteligencia emocional de los niños.

5

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SÍNDROME DE DOWN

Palabras: *Inteligencia emocional, SEL (Social and Emotional Learning), Educación emocional, síndrome de Down.*

El término “inteligencia emocional” se ha divulgado mundialmente, realizándose numerosos proyectos para desarrollar dicha inteligencia y medir el impacto que produce en el rendimiento de las personas y en su bienestar, entre otras variables. Examinamos la teoría y presentamos una variedad de estrategias y/o actividades en específico para niños con síndrome de Down.

“Ya lo sé, a veces hago cosas que pueden incomodar: hablo sola, hago muecas... ¡Pero no somos veneno! Somos como los demás, vivimos como los demás. Yo me esfuerzo, hablo sola cada vez menos. Tengo un cromosoma de más, eso es todo. Mi padre dice que es «el cromosoma de la felicidad»: tengo la trisomía 21. Es un genetista quien nos trata de «veneno», Jean-Didier Vincent, en *France Inter*. Me hace daño y me da rabia”.

Triso et alors! Éléonore Laloux en collaboration avec Yann Barte

Tengo síndrome de Down... ¿y qué?

marilyn.gonzalez@fundacionconvivencia.org

Marilyn González Reyes

Directora de Formación Virtual de la Fundación Convivencia - Centro de investigación educativa. Comunicadora y periodista de la Universidad Central.

Sumario

Editorial.

5

Inteligencia emocional y Síndrome de Down.

11

Las luchas de la discapacidad para llegar al aula.

20

Podcast MÁS ALLA DE LA ESCUELA.

41

Entrevista: El aprendizaje de Juan.

48

Reseña: La inteligencia emocional de los niños.

6

En 1990 surge el concepto de Inteligencia Emocional (IE) desarrollado por Peter Salovey y John Mayer, tras la publicación de su artículo *Emotional Intelligence* (Salovey & Mayer, 1990) constructo posteriormente difundido con gran éxito comercial por el psicólogo y autor norteamericano Daniel Goleman en 1995. Para este mismo año, 1995, se acogen adaptaciones de este concepto al ámbito educativo en forma de programas sobre aprendizaje social y emocional (Social and Emotional Learning o SEL, en inglés)

Los programas SEL están inspirados, enmarcados y basados en el concepto de Inteligencia Emocional (IE) donde se entrenan, dependiendo el modelo teórico, habilidades básicas relacionadas directamente con la IE como la percepción o la regulación emocional y aspectos más amplios y de orden superior vinculados con la personalidad como la autoestima.

Se perciben categorizaciones conceptuales de la IE, dentro de las cuales se encuentran el **modelo mixto o modelo "de personalidad"** en el que se concibe la IE como un compendio de rasgos estables de personalidad, competencias socioemocionales, aspectos motivacionales y diversas habilidades cognitivas (Bar-On, 2000; Goleman, 1995). Al entender la IE de esta manera, el constructo se mide igual que los rasgos de personalidad: mediante cuestionarios de autoinforme (auto aplicados) que evalúan la conducta típica autoevaluada. Uno de los modelos mixtos más conocido es el de Bar-On (1997) quien desarrolló el *Emotional Quotient Inventory* (EQ-i); y el modelo **de habilidad** que conciben la IE como una inteligencia genuina basada en el uso adaptativo de



Sumario

Editorial.

5

Inteligencia emocional y Síndrome de Down.

11

Las luchas de la discapacidad para llegar al aula.

20

Podcast MÁS ALLA DE LA ESCUELA.

41

Entrevista: El aprendizaje de Juan.

48

Reseña: La inteligencia emocional de los niños.

7

las emociones y su aplicación a nuestro pensamiento, respaldada por autores como Salovey y Mayer.

En esta última, no se incluyen componentes de factores de personalidad, las emociones ayudan a resolver problemas y facilitan la adaptación en un ambiente en continuo cambio (Sternberg & Kaufman, 1998). Al contrario de los modelos mixtos, los autores defienden que la IE, entendida como la habilidad para procesar información relevante de nuestras emociones, es independiente de los rasgos estables de personalidad (Grewal & Salovey, 2005)

El modelo de habilidad considera que la IE se conceptualiza a través de cuatro habilidades básicas, que son:

(...) 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 & Salovey, 1997, p. 3).

En resumen, los autores establecen una serie de habilidades internas del ser humano que ha de potenciar con base en la práctica y la mejora continua.

Mientras que el modelo mixto considera que los componentes de la IE son: conciencia de uno mismo; autorregulación, control de nuestros estados, impulsos y recursos internos; motivación, tendencias emocionales que guían o que

facilitan el logro de objetivos; empatía, conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones ajenas; habilidades sociales, capacidad para inducir respuestas deseables en los demás, no como capacidades de control sobre otro individuo. Este modelo se aplica en diferentes ámbitos como el organizacional y el laboral.

A la luz de estos modelos, los cuales han sido complementados por otros como: Cooper y Sawaf, de los cinco pilares (Cooper y Sawaf 1997); Vallés y Vallés (Vallés y Vallés, 1999) en el que se describe una serie de habilidades de la IE tales como conocerse a sí mismo; Bonano (2001) modelo secuencial de autorregulación, que señala categorías como *la Regulación Anticipatoria* emocional, entre otros, revisaremos algunos aspectos de los programas de educación emocional para niños y jóvenes con síndrome de Down, donde la meta es el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones que capaciten a la persona para afrontar los retos que se presentan en la vida cotidiana, con la finalidad última de aumentar su bienestar personal y social.

IE Síndrome Down

La experiencia vital de tener un hijo con síndrome de Down es de una enorme intensidad emocional y se vive desde el momento en que a los padres se les comunica el diagnóstico (Skotko y Canal, 2004). “Su hija no caminará, ni hablará”. Ese fue el pronóstico que dio un médico a los padres de [Ana María Cervantes Nieto](#), hace 32 años. Pero, Any, como le dicen de cariño, se graduó como Asistente Administrativa de la Universidad Autónoma del Caribe, el 23 de septiembre de

APOYE LA PARTICIPACIÓN DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Consejos

- Asegúrese que el tema que desea tratar sea de interés para su interlocutor. Si no es así busque mecanismos adecuados para llamar su atención frente al mismo.
- Priorice los sentimientos, ideas y emociones de su interlocutor validando lo que entiende con lo que el/ella quiere expresar.
- Es importante que su interlocutor se sienta cómodo y seguro al hablar con usted.
- No hable por su interlocutor, en cambio, concédale tiempo para hablar y responder.
- Facilite las preguntas si considera que es necesario.
- No sé anticipe a sus respuestas.
- Acepte sus silencios, son parte de la conversación.

Sobre Tus palabras

- Use palabras adecuadas a la edad. Evite llamar “chicas” o “chicos” a las personas adultas.
- Utilice palabras que le hagan sentir que es parte de un grupo, comunidad, etc., a su interlocutor como: “nuestra comunidad”, “nuestro chicos” entre otras.

Tomado de: Plena Inclusión
<http://www.plenanclusion.org/>

Sumario

Editorial.

5

Inteligencia emocional y Síndrome de Down.

11

Las luchas de la discapacidad para llegar al aula.

20

Podcast MÁS ALLA DE LA ESCUELA.

41

Entrevista: El aprendizaje de Juan.

48

Reseña: La inteligencia emocional de los niños.

8

2016. Hoy en día vemos cómo personas afectadas por la trisomía del cromosoma 21 que caracteriza al síndrome de Down, realizan una vida normal, completamente autónoma, con relaciones sociales y profesionales. Es importante reconocer que el ámbito de inclusión fundamental para la persona con síndrome de Down es la familia. Cuando las personas con síndrome de Down son incluidas en su primer grupo de pertenencia, fortalecen su confianza para poder ser incluidos en otras áreas.

La aceptación de los familiares (padres, abuelos, hermanos, tíos, primos), la integración en el vecindario y en el entorno cotidiano, la inclusión en el tiempo de ocio, la incorporación a diferentes ambientes sociales y re-creativos o la integración laboral, son escalas en esa larga travesía hacia la inclusión social plena de los niños con síndrome de Down. Ahora bien, es evidente que tienen necesidades educativas especiales muy significativas y permanentes, derivadas de la discapacidad intelectual, pero el hecho es que no es necesario tener un cociente intelectual muy alto para poder adaptarse a los cambios, pero sí hace falta lo que tipificamos como inteligencia emocional.

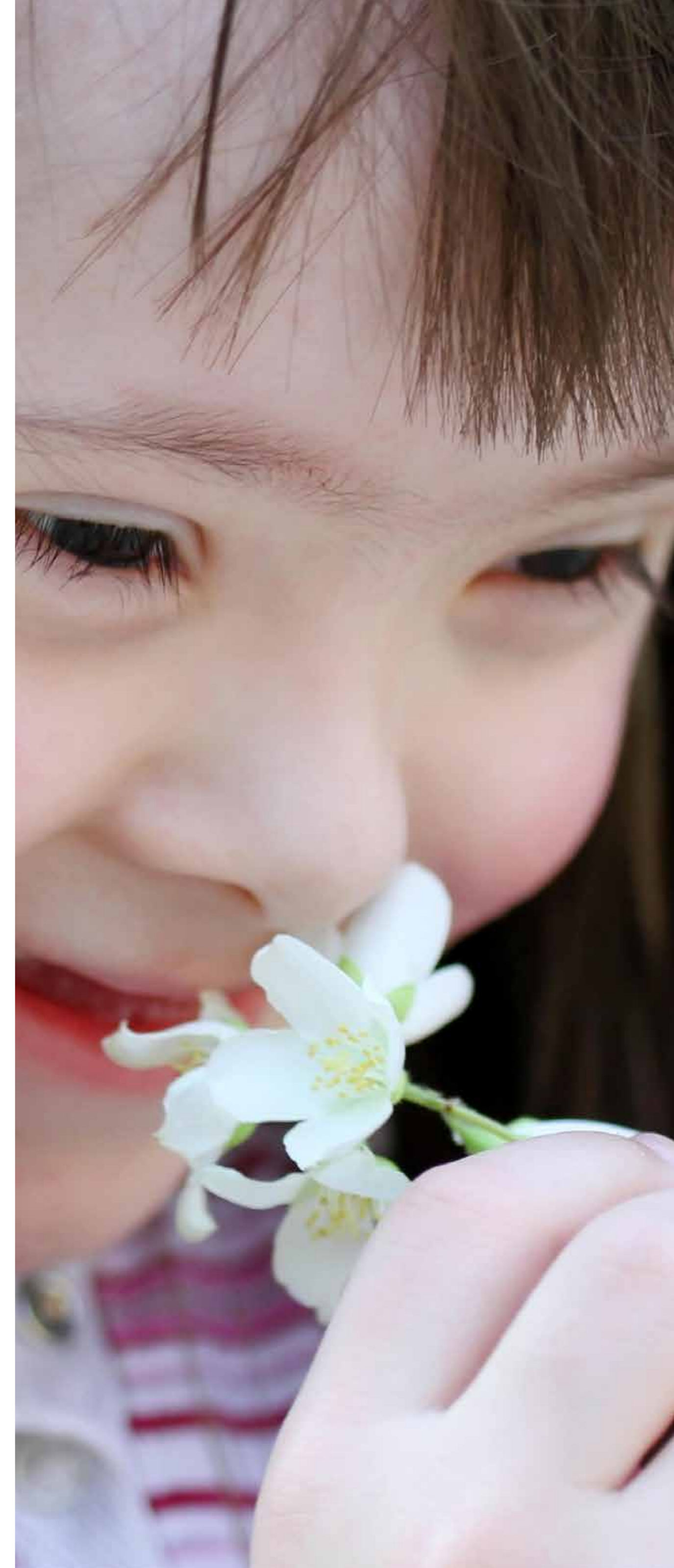
Frente a este tema, una de las diferencias más importantes que se ha encontrado es la expresión del afecto y la modulación fisiológica, teniendo la misma edad de desarrollo, las personas con SD poseen un nivel de expresión afectiva menor que las personas normotípicas. Algunos autores han explicado esta dificultad para expresar emociones a las limitaciones en el procesamiento de la información (Cicchetti y

Sroufe, 1978). De otro lado, el córtex cerebral en las personas con síndrome de Down en ocasiones tiene mayores dificultades para regular e inhibir las conductas (Flórez, 1999) por ello su manifestación externa de las emociones es menor. En consecuencia, suelen ser directos y espontáneos al expresar afecto con exceso de contacto físico.

Sin embargo, sin una intervención sistemática, su nivel de interacción social espontáneo es bajo, por lo que la adquisición de las habilidades y el autocontrol preciso para actuar adecuadamente en todo tipo de situaciones requiere de un entrenamiento específico (Flórez y Ruiz, 2003).

Han de tenerse en cuenta aspectos asociados al trato como lo son: al hablar dirigirse a la persona con síndrome de Down y no a su acompañante; hablarle despacio y mirándole, corroborando que está prestando atención al interlocutor; las instrucciones, mensajes y órdenes deben ser breves, sencillos y concretos. Si no entiende, se deberán buscar expresiones más cortas o palabras más sencillas; en algún caso será preciso repetir el mensaje para que llegue a captarlo; hacer preguntas sencillas para ir comprobando si está entendiendo, entre otros temas, permitirá una interacción clara y una comunicación efectiva.

Frente a las dificultades de atención se sugiere programar ejercicios que aumenten sus períodos de interés, para ello es importante utilizar actividades motivadoras, variadas y amenas. Eliminar posibles distractores, darle tiempo para responder. Otros temas como presentar la



Sumario

Editorial.

5

Inteligencia emocional y Síndrome de Down.

11

Las luchas de la discapacidad para llegar al aula.

20

Podcast MÁS ALLA DE LA ESCUELA.

41

Entrevista: El aprendizaje de Juan.

48

Reseña: La inteligencia emocional de los niños.

9

información de manera multisensorial y hacer modelos de los aprendizajes que se desean, mejoraran su percepción.

Se proponen las siguientes estrategias de actuación frente al ámbito emocional teniendo en cuenta los aspectos antes mencionados:

Autoconciencia emocional: El conocimiento de las propias emociones.

Reconocer las emociones describiéndolas. Ampliar el vocabulario emocional. Reconocer la diferencia entre pensamientos, acciones y emociones. Evaluar la intensidad de los afectos

Actividades (Ejemplo):

Nombrar sentimientos buscando opuesto (alegría-tristeza)

Tarjetas con sentimientos para llevar en el pecho

Feliz-Alegre-contento

Triste-serio

Enfadado



Autogestión emocional. Control de las emociones

Desarrollar la habilidad de controlar las propias emociones. Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas. Valorar objetivamente lo que es capaz de hacer. Tolerar la frustración, etc.

Actividades (Ejemplo):

Ejercicio físico activo: Andar, nadar, bailar

Ocio Activo: Escuchar música, leer

Escritura emocional: Escribir lo que siente



Conciencia social. Empatía. Reconocer las emociones ajenas

Identificar las emociones de los demás. Leer e interpretar las claves sociales. Reconocer los aspectos no verbales de la comunicación. Intentar no dañar los sentimientos de los demás.

Actividades (Ejemplo):

Ejercicios de reconocimiento de caras y gestos

Plantear con frecuencia: ¿Qué está sintiendo la otra persona?

Adivinar emociones: Ponemos cara de... Dibujos de emociones

Gestión de las relaciones

Establecer vínculos- Participar y cooperar en trabajos grupales. Admitir críticas. Identificar diferentes alternativas de acción.

Actividades (Ejemplo):

Interacción social con adultos y con iguales sin discapacidad o con síndrome de Down.

BOLETÍN

Boletín 75 UN VISTAZO A LA INDEPENDENCIA



SIGUE LEYENDO AQUÍ

Sumario

Editorial.

5

Inteligencia emocional y Síndrome de Down.

11

Las luchas de la discapacidad para llegar al aula.

20

Podcast MÁS ALLA DE LA ESCUELA.

41

Entrevista: El aprendizaje de Juan.

48

Reseña: La inteligencia emocional de los niños.

10

El libro de Éléonore Laloux, *Tengo síndrome de Down... ¿y qué?*, citado al inicio de este artículo, es un testimonio de una gran fuerza, que nos obliga a revisar categorías y prejuicios con los que solemos interpretar la realidad. El apoyo y reconocimiento de las diferencias propias de cada individuo permite el desarrollo de todos y cada uno. Tendemos a construir nuestro mundo recurriendo a esquemas simples, en los que la definición de lo que somos y de lo que valoramos encuentra siempre un recurso fácil en el excluido de turno. Para construir una identidad nacional, necesitamos al extranjero: no hay espartano sin su ilota, ni ateniense sin su meteco. Otras identidades, como aquella tan frágil de la supuesta normalidad, necesitan otras clases de excluidos para sostenerse y aún así, no lo consiguen. (2015, p-138)

Referencias

Bar-On, R. (1997). *Bar-On Emotional Quotient Inventory: Technical Manual*. Toronto: Multi Health System Inc.

Bar-On, R. (2000). *Emotional and social intelligence: insights from the emotional quotient inventory*. En R. Bar-On, & J. Parker (Eds.), *Handbook of emotional intelligence* (pp. 363-388). San Francisco: Jossey-Bass.

Bonano, G.A. (2001). *Emotion self-regulation*. En T.J. Mayne y G.A. Bonano (Eds.), *Emotions, Current sigues and future directions*. New Cork: The Guildford Press.

Cicchetti, D., & Sroufe, A. (1978) *An Organizational View of Affect: Illustration from a Study of Down's Syndrome Infants*. Plenum, New York

Cooper, R.K. & Sawaf, A. (1997). *Estrategia emocional para ejecutivos*, Barcelona: Martínez Roca.

Flórez J. (1999) *Patología cerebral y sus repercusiones cognitivas en el síndrome de Down*. *Revista Siglo Cero*. Vol. 30 (3). Nº 183. pp. 29-45

Flórez J, Ruiz E. *Síndrome de Down*. En: *Síndromes específicos e individualidad de los apoyos*. Del Barrio JA, Borrágán A (eds). *Departamento de Educación de la Universidad de Cantabria y FEAPS Cantabria*. Santander 2003.

Grewal, D. & Salovey, P. (2005). "Feeling Smart: The Science of Emotional Intelligence". *American Scientist*, 93, 330-339.

Goleman, D. (1997 b). *What's your emotional intelligence quotient? You'll soon find out*. *Utne Reader*, November/December.

Laloux, Éléonore. (2015). *Tengo Síndrome de Down... ¿y qué?* Ned Ediciones. 138. Barcelona, España

Mayer, J. D., Caruso, D. & Salovey, P (1997). "What is emotional intelligence?" En P. Salovey y D. Sluyter (Eds). *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators* (pp. 3-31). New York: Basic Books.

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1989-1990). *Emotional intelligence*. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>

Skotko B, Canal R. (2004) *Apoyo postnatal para madres de niños con síndrome de Down*. *Revista Síndrome de Down*; 21(2): 5471.

Sternberg, R. J. & Kaufman, J. C. (1998). "Human abilities". *Annual Review of Psychology*, 49, 479-502.

Vallés, A. & Vallés, C. (1999). *Desarrollando la inteligencia emocional*. Madrid: EOS.

