

El manejo de emociones en niños con Síndrome de Down, el caso de Claudia

Managing emotions in children with Down Syndrome, Claudia's case

Mariajosé Sánchez Trujillo

Licenciada en Psicología Clínica

Universidad Mesoamericana

San Cristóbal de las Casas, Chiapas

mariajose_sanchez22@hotmail.com

Resumen

Las emociones son reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación de las personas siendo intransferibles y personales, en el caso de los niños con síndrome de Down puede parecer arriesgado trabajar con ellas, sin embargo, emergen al entrar en contacto con estímulos propios de la realidad relacionados con: la percepción, atención, memoria y pensamiento, conduciéndolos a actuar en segundos en situaciones agradables o desagradables. En el caso de la presente intervención, se aplicó un programa de manejo de emociones donde se resalta la importancia de la educación emocional para su adecuada expresión de estas. En ella se aplicó una metodología participativa activa basada en la teoría sobre el aprendizaje con enfoque constructivista de Piaget y, la teoría de Vygotsky de la zona de desarrollo próximo y del andamiaje. Se observó que en cada sesión alcanzaba el objetivo planteado, logrando que identificara y expresara las emociones de enojo, alegría, sorpresa, miedo, teniendo dificultad de expresar la aversión y tristeza. Se concluye que los niños con Síndrome de Down son capaces de comprender, manejar y expresar sus emociones si cuentan con el acompañamiento y andamiaje que propone Vygotsky y la participación activa de la que habla la teoría de Piaget.

Palabras clave: Síndrome de Down, inteligencia emocional, educación emocional, emociones.

Abstract

Emotions are psychophysiological reactions that represent modes of adaptation of people being non-transferable and personal, in the case of children with Down syndrome it may seem risky to work with them, however, they emerge when coming into contact with stimuli of reality related to: perception, attention, memory and thinking, leading them to act in seconds in pleasant or unpleasant situations. In the case of the present intervention, an emotion management program was applied where the importance of emotional education is highlighted for its adequate expression of the same. An active participatory methodology based on Piaget's theory of learning with a constructivist approach and Vygotsky's theory of the zone of proximal development and scaffolding was applied. It was observed that in each session he reached the set objective, achieving that he identified and expressed the emotions of anger, joy, surprise, fear, having difficulty expressing aversion and sadness. It is concluded that children with Down Syndrome are able to understand, manage and express their emotions if they have the accompaniment and scaffolding proposed by Vygotsky and the active participation of which Piaget's theory speaks.

Keywords. Down syndrome, emotional intelligence, emotional education and emotions.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo “manejo de emociones en niños con síndrome de Down en el estudio de caso del jardín de niños “Rosaura Zapata Cano”, pretende proporcionar conocimientos y/o herramientas e indagar en el plano emocional, la manera en que Claudia se desenvuelve, teniendo como principal objetivo el manejo adecuado de las emociones, así como el reconocimiento y expresión de las seis emociones básicas que son: miedo, sorpresa, aversión, ira, alegría y tristeza, por consiguiente; que logre identificar las emociones de los demás.

Para que el objetivo fuera alcanzado, se utilizaron distintas actividades lúdicas para fomentar el desarrollo, expresión y manejo de emociones. Las actividades que se propusieron para la realización de dicha intervención se distribuyeron en 5 tiempos: Conociendo las emociones con la otra cara del cubo, observando mis emociones, y finalmente, mi álbum de las emociones.

Este tipo de intervención, ya se ha realizado en España, a través de diferentes modelos de educación emocional, de los cuales se ha tomado como referencia dos principalmente, la primera hace alusión a la necesidad de introducir la educación emocional como componente esencial en la formación integral de las personas con síndrome de Down. La segunda intervención, se trata de una indagación empírica, basada en un análisis cuantitativo y cualitativo de datos para lograr responder a dos preguntas que plantea la investigación ¿Cómo conseguir que las personas con

síndrome de Down puedan mejorar su vida gracias a su inteligencia emocional? Y ¿Qué capacidades o dificultades tienen las personas con síndrome de Down respecto a su inteligencia emocional? Añadiendo una pequeña programación para trabajar con un posible grupo de niños con esa discapacidad.

“Es preciso introducir la formación en el conocimiento de las propias emociones y el dominio suficiente de las mismas para lograr llevar a la persona con síndrome de Down hacia su proyecto vital individual “. (Ruíz., 2009, pág. 126)

DESARROLLO

Daniel Goleman Señala que “Son las emociones las que nos permiten afrontar situaciones demasiado difíciles, el riesgo, las pérdidas irreparables, la persistencia en el logro de un objetivo a pesar de las frustraciones, la relación de pareja, la creación de una familia, etcétera”. (Goleman, 1995)

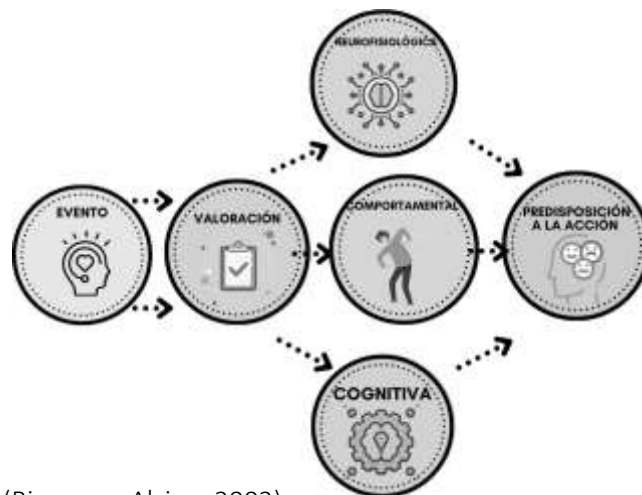
Según la Real Academia de la Lengua Española, define la emoción como “alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática.” (RAE, 2018)

Más tarde Rafael Bisquerra hacía mención sobre el concepto de las emociones y decía, “es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción.” (Bisquerra Alzina, Psicopedagogía de las emociones., 2003)

Las emociones se activan a raíz de un estímulo y es un concepto multidimensional pues, se presentan en una enorme variedad de reacciones ante distintas situaciones de la vida cotidiana. De este mismo modo Rafael Bisquerra esquematiza en un modelo integral de qué manera las emociones se activan y como viajan a lo largo del S.N.C.

Figura 1.

Modelo integral de emociones.



Nota: Adaptado de (Bisquerra Alzina, 2003)

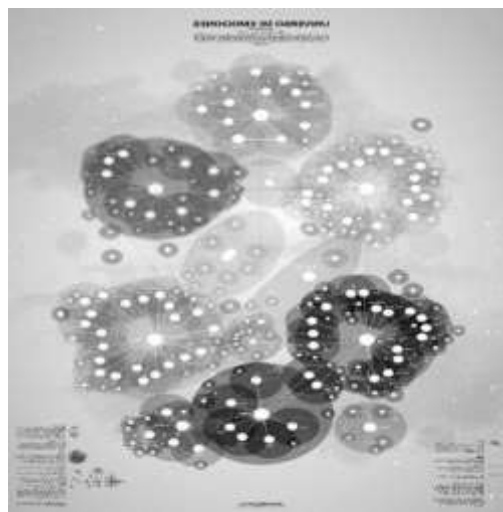
Explicando el esquema anterior, observamos el proceso de aparición de una emoción desde la entrada de información, es decir, por evento se entiende que es la información sensorial presentada por el estímulo y que viajará hasta el cerebro donde se evalúa si es positivo o negativo el estímulo y es aquí donde se producirá una respuesta fisiológica, que es la manera que tiene nuestro cuerpo de reaccionar ante determinadas situaciones, por ejemplo, sudar, taquicardia, temblar, etc.

Rafael Bisquerra y Juan Carlos Pérez establecen una similitud entre el mundo emocional y el astronómico. (Bisquerra Alzina & Pérez., 2015)

Clasifican las emociones en seis galaxias, entendiendo como tales un conjunto de emociones que gravitan alrededor de la emoción principal. Se agrupan en dos polos; en uno están las galaxias de amor, alegría y felicidad y, en el otro las galaxias de miedo, ira y tristeza. Dentro de cada galaxia encontramos diferentes emociones: Galaxia de la Ira, galaxia del miedo, galaxia de la tristeza, galaxia de la alegría, galaxia del amor y galaxia de la felicidad.

Figura 2.

Galaxia de emociones.



Nota: Retomado de (Bisquerra Alzina & Pérez., 2015)

“No olvidemos que las pequeñas emociones son los capitanes de nuestras vidas y las obedecemos sin siquiera darnos cuenta.” (Van Gogh., 1889)

Francisco Mora explica algunos aspectos importantes sobre la expresión de emociones en la vida diaria, exponiendo cinco puntos importantes. (Mora., 2010)

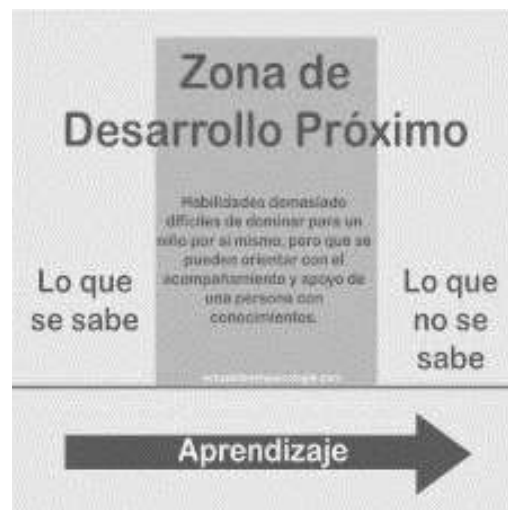
1. Las emociones son aquellas que nos mantienen en constante interacción con el medio y permiten la sobrevivencia del individuo.

2. Las emociones son un lenguaje universal, a través de las cuales se puede complicar o facilitar la comunicación.
3. Existirá una memoria emocional placentera o displacentera, de acuerdo con los acontecimientos vividos.
4. Las emociones son el fundamento para que se efectué el razonamiento y toma de decisiones.
5. Los procesos que envuelven a las emociones son: la curiosidad y atención.

La distancia entre el nivel de desarrollo real determinado por la resolución independiente de problemas y el nivel de desarrollo potencial determinado mediante la resolución de problemas bajo la guía de adultos o en colaboración con otros más capaces. (Vygotsky, 1978)

Figura 3.

Esquema de emociones.



Nota: Retomado de (Psicología, 2017)

Ahora bien, los datos recabados por entidad federativa y sexo del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), hablan de que Chiapas presenta el menor porcentaje en prevalencia de discapacidad con un 4.1%. (INEGI, 2015)

METODOLOGÍA

El programa de manejo de emociones fue una intervención con un diseño de tipo “estudio de caso”, en donde se trabajó con una niña de cinco años con Síndrome de Down de la ciudad de San Cristóbal de Las Casas, Chiapas, quien asistía al Jardín de Niños y Niñas “Rosaura Zapata Cano”.

Durante la intervención y aplicación del programa “manejo de emociones”, fundamentalmente se puso en práctica la teoría del aprendizaje de Piaget, que plantea que, cada individuo es creador de sus aprendizajes.

Para la realización de esta intervención, primeramente, se aplicaron entrevistas, de modo que estas ayudarían en el diagnóstico sobre los conocimientos previos de Claudia, del mismo modo, se utilizó la observación de campo en el aula escolar en la que Claudia estaba, se tomó como referencia el desenvolvimiento con sus pares y maestra, de esta interacción, se buscó identificar si Claudia expresaba sus emociones, cómo lo hacía, que las detonaba y, finalmente, como manejaba sus emociones.

De las entrevistas y la observación, se obtuvieron las pautas para llevar a cabo la intervención, adaptación y aplicación de las actividades, mismas que fueron planeadas en dos semanas. Se presentan los resultados de un programa de manejo de emociones, aplicado del 12 al 20 de noviembre de 2019 a una niña de 5 años llamada Claudia quien cursaba el segundo año de Educación Preescolar, en donde el recurso principal, fueron las actividades lúdicas.

RESULTADOS

Tras realizar la investigación y aplicación del programa “manejo de emociones”, de manera general, puedo decir que se obtuvieron resultados positivos y satisfactorios, pues se comprobó que, un programa de manejo de emociones desarrolla la expresión emocional, así como también, permite el autoconocimiento, como en el caso de Claudia, que al aplicarle las distintas actividades, logro comprender conceptos como miedo, sorpresa, vergüenza, ira, alegría y tristeza y en que situaciones es probable que se presenten.

Considero también que, parte de conseguir el logro de objetivos, fue porque los lugares de trabajo y las personas que se tomaron en cuenta desde las entrevistas hasta la realización de actividades, crearon un ambiente de confianza y aceptación para Claudia, u ambiente en el que se logró desenvolver e interesarse de manera natural por lo brindado en el programa; sin embargo, faltó demostrar como reaccionaría si a Claudia se le hubiera llevado a otros contextos ajenos a ella y observar su desenvolvimiento en el manejo de las emociones.

Por otro lado, antes de la aplicación del programa de “manejo de emociones”, Claudia expresaba con facilidad la alegría y el enojo; sin embargo, no las relacionaba a una imagen, pues no existía la asimilación de conceptos, lo que llevaba a que su expresión de emociones fuera de manera arcaica. Asimismo, la interacción que Claudia tenía era limitada, pues el contacto con extraños no la hacía sentir cómoda, así como tampoco era comprendida emocionalmente por sus pares al inicio del ciclo escolar, porque al ser

de nuevo ingreso, sus compañeros no la conocían, pese a que estaban en segundo grado.

Figura 4.

Mi álbum de emociones.



Nota: materiales elaborados por claudia.

Para Claudia era complicado querer jugar con sus compañeros, pues su comunicación estaba en desarrollo y en muchas ocasiones, los niños pensaban que Claudia estaba enojada, llevándolos a rechazarla para jugar.

Del mismo modo, a Claudia no se le habían brindado herramientas para fomentar su expresión y manejo de emociones, en donde ella a través de su propia experiencia, construyera su propio aprendizaje significativo, y, a su vez, pudiera interactuar con personas ajenas a su entorno.

Es por eso que, cuando Claudia participa en el programa “manejo de emociones, comienza a tener un aprendizaje a través de la imagen-experiencia, del mismo modo, Claudia se torna más abierta a la interacción con personas nuevas y ajenas a su entorno, es a través de la observación, manipulación y el juego, que Claudia aprendió y construyó su conocimiento, desarrollando la expresión de emociones, proceso por el cual, también logró en los demás, así como manejarlas más adecuadamente en diversas situaciones.

El programa de “manejo de emociones”, fue para Claudia como una ventana al conocimiento y a la autoexploración emocional, que con la ayuda de cada actividad, despertó el interés y fue una invitación a construir su propio conocimiento.

Luego de 1 año 11 meses, y tras no tener contacto con la mamá de Claudia y Claudia, el pasado 2 de Octubre del año 2021, se retomó el contacto con ellas y fue la mamá de Claudia quien relato que lo aprendido en el programa, ha sido significativo y que aún lo recuerda y lo expresa, pues lo maneja a través del tiempo y contextos diferentes, también agrego que la emoción que más expresa y maneja, es el enojo y que cada vez que ella la siente, cierra los puños de las manos y emite un sonido gutural que

se parece a un ronroneo “rrrrr”, dando a entender su molestia o enfado.

Ahora bien, por la edad de Claudia se hizo la adecuación de tiempos para no cansarla o aburrirla, pues en los trabajos que se han realizado en otros países, el tiempo de aplicación de los programas, varían entre 1 a 4 semanas debido a la edad de las personas que se tomaron como población muestra.

Por consiguiente, el haber tomado como bases teóricas a J. Piaget y a Lev. Vygotsky para la realización de este trabajo, me permitió reafirmar que, el juego siempre será importante para que el niño perciba el estímulo de manera interactiva y lúdica, sin caer la monotonía, que en niños como Claudia, las actividades deben ser de una periodicidad e innovadora y que sus conocimientos previos deben ser tomados en cuenta y proporcionarles herramientas para que pueda utilizarlas en diferentes contextos y momentos, siendo este, un “aprendizaje significativo”.

En primer lugar, Piaget sostenía que, la inteligencia empieza por ser práctica o sensomotora para interiorizarse después, poco a poco, en pensamiento propiamente dicho; y también que, su actividad es una continua construcción. (Piaget, 1972)

Aunado a esto, Vygotsky y algunos autores decían que, la zona de desarrollo próximo es un diálogo entre el niño y su futuro, entre lo que es capaz de hacer hoy y lo que será capaz de hacer mañana y no entre el niño y su pasado. (Vygotsky. L. , 1978)

El aprendizaje efectivo requiere el acompañamiento tanto del maestro como de otros estudiantes. Directores, profesores, bibliotecarios, padres, tutores, además de otros involucrados en la formación de un estudiante, generan actividades didácticas, aportan ambientales y espacios culturales propicios para el desarrollo emocional e intelectual del estudiante. (Perrenoud., 2007)

De esta manera, resumo que, su discapacidad no es un impedimento para que ella construya su conocimiento y se anime a explorar nuevas áreas como lo son las emociones y otras, pero, que la empatía juega un papel muy importante, ya que solo con ella podemos comprender y vivir un poco de lo que experimenta Claudia siendo Claudia. A continuación, se muestran las rúbricas con resultados y observaciones.

Figura 5.

Un día con la alegría.



Nota: Expresiones demostradas por claudia durante el proceso de investigación.

CONCLUSIONES

El objetivo principal de esta experiencia era desarrollar la habilidad de manejo de emociones en Claudia haciendo uso de estrategias didácticas que favorecieran su mundo emocional y pudiera expresarlas adecuadamente.

Con este trabajo, puedo concluir que la educación emocional, debería ser un pilar importante en la educación e interacción familiar, escolar y social, pues aportaría y dotaría a los individuos de una ecuanimidad personal y social, permitiéndoles conocer más allá de su contexto. Es decir, si la educación emocional se pusiera en práctica desde la infancia, permitiría un mejor control y manejo de las emociones en situaciones de la vida cotidiana, y, aunque no podemos esperar que todas las familias puedan educar emocionalmente a sus hijos, sí que se pusieran más interés en como ellos mismos y sus pequeños, pudieran aprender, conocer y manejar sus emociones.

Por otro lado, pude percatarme que, si se vivieran programas de educación emocional, tendríamos más asertividad en la resolución de conflictos e interacción con el medio que nos rodea; sin embargo, el tema de la educación emocional comienza a ser de relevancia para las instituciones, por eso, estos programas deben ser facilitados de manera adecuada y que, quienes los impartan, también tengan un manejo de sus propias emociones sin olvidar recurrir a la empatía al facilitar estos programas.

Lamentablemente, en ocasiones son los mismos profesionales de la educación, quienes no intervienen en el área emocional, por desconocimiento del tema o simplemente, por temor a evidenciar su bajo manejo emocional. La educación emocional, se experimenta desde que somos pequeños, pero hace falta la facilitación de estos contenidos. Por otro lado, observe que existen los prejuicios acerca de cómo

las personas con Síndrome de Down interiorizan la información y de su forma de manejarla, poniendo como limitante “la incapacidad de comprender conceptos abstractos”, poniendo en primer plano a la discapacidad y no a la persona.

Claudia cuenta con un bagaje emocional amplio, se permite vivir de manera natural cada una de ellas, no busca disfrazar sus emociones, de modo que me incentivo a también expresar abiertamente mis emociones, pues para ella, no existía el temor de ser observada riendo o enojando (según fuera el caso). Al vivir de cerca una experiencia como esta, reafirmo que la discapacidad no es una limitante, pues, si se buscan y se adecuan las estrategias, siempre se podrá aportar conocimiento a cualquier población, dejando de lado la segregación.

La educación de las emociones permitiría un desarrollo integral de las personas, en donde no se separe la educación académica de lo emocional y fomente la inclusión de personas con y sin necesidades educativas especiales.

También, sería de reflexionar, como los profesionales de la educación están siendo formados, si realmente cuentan con las habilidades y la disponibilidad de realizar cambios en su área laboral y personal, pues al enfrentarse con alguna discapacidad, se tornan con miedo, llevándolos a dejar de lado el respeto y no llevando a la praxis la inclusión en integración de alumnos con discapacidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bisquerra Alzina, R. (2003). Psicopedagogía de las emociones. Madrid, España.: Síntesis. S.A.
- Bisquerra Alzina, R., & Pérez., J. (2015). Inteligencia emocional en educación. Síntesis. S.A.
- Goleman, D. (1995). Inteligencia Emocional. Kairós.
- INEGI. (2015). estadísticas a propósito del día internacional de las personas con discapacidad. Aguascalientes, AGS. Recuperado el 19 de Febrero de 2021, de <https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2015/discapacidad0.pdf>
- Mora., F. (2010). ¿Se puede retrasar el envejecimiento en el cerebro? Madrid, España.: Alianza.
- Perrenoud., P. (2007). Diez competencias para enseñar: una invitación al viaje. Barcelona: Graó.
- Piaget, J. (1972). Psicología y pedagogía. Ariel, Barcelona.
- psicología, A. e. (31 de Agosto de 2017). Actualidad en psicología. Obtenido de <https://www.actualidadenpsicologia.com/que-es/zona-desarrollo-proximo/>
- Psicología, A. e. (31 de Agosto de 2017). Actualidad en Psicología. Obtenido de <https://www.actualidadenpsicologia.com/que-es/zona-desarrollo-proximo/>
- RAE. (2018). Diccionario de la lengua española.
- Ruíz., E. (2009). Programa de educación emocional, aplicación práctica en niños con síndrome de Down.
- Van Gogh., V. (1889). Carta a Theo.
- Vygotsky, L. (1978). El desarrollo de los procesos psicológicos superiores.
- Vygotsky., L. (1978). El desarrollo de los procesamientos psicológicos superiores.
- Vygotsky., L. (1978). Mind in society.