

CHILE: A PARTIR DEL MODELO DE COMPETENCIA EMOCIONAL DE BISQUERRA

Competencias emocionales y Discapacidad Intelectual

PARA POTENCIAR A TODOS AQUELLOS ESTUDIANTES QUE REQUIEREN PROGRESAR EN EL DESARROLLO DE HABILIDADES PERSONALES

**Jeannette Pino Leyton**

Universidad Católica Silva Henríquez,
Estudiante de Posgrado
jeannette.pino@gmail.com

Entendiendo la conceptualización de discapacidad intelectual propuesto por la AAIDD (2010) desde el enfoque multidimensional, donde uno de los ámbitos que se destaca es la influencia del contexto y las posibilidades de participación en el desarrollo de habilidades en una persona. Por ello, la realización de una educación emocional en las aulas permitiría potenciar a todos aquellos estudiantes que requieren progresar en el desarrollo de competencias emocionales. Se utilizan los conceptos de R. Bisquerra como guía para considerar en el trabajo de planificación y ejecución de las clases que se realizan como una herramienta de mejora del clima de aula.

Introducción

En Chile encontramos una diversidad de estudiantes, entre ellos quienes presentan necesidades educativas especiales de carácter permanente, especialmente estudiantes que se encuentran en situación de discapacidad intelectual. Es por ello, que el rol docente se ve exigido al cumplimiento de los objetivos de aprendizaje en cuanto a conocimientos, como también en el desarrollo de habilidades y actitudes para permi-

tir un desarrollo integral para enfrentar el futuro para todos los estudiantes.

Hace algún tiempo la discapacidad intelectual era considerada como un rasgo absoluto del individuo, sin embargo, el enfoque va hacia un constructo aportado desde la interacción entre la persona y el ambiente, según los aportes de la American Association on Intellectual and Developmental Disabilities (AAIDD, 2010). Por ello, las relaciones que se establecen dentro del aula y como son consideradas es un factor relevante para el desarrollo integral del estudiante.

Según Bisquerra, la educación emocional tiene como objetivo el desarrollo de competencias emocionales, entre ellas se encuentran la conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social, competencias para la vida y el bienestar. Es así como el autor señala que la educación emocional entendida como un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida (Bisquerra, 2007).

Por ello, proponer estrategias didácticas centradas en la educación emocional, que pueden ser apli-

cados en aulas con estudiantes en situación de discapacidad intelectual, pueden ser de utilidad para considerar las necesidades de la mayoría de los estudiantes sin distinción, enfrentándonos a una realidad educativa cambiante. Según mi punto de vista existen pocas instancias para trabajar las emociones en el periodo escolar, y unos de los factores que obstaculiza y agudiza esta problemática es el poco dominio de elementos conceptuales y estrategias didácticas que permitan guiar la educación emocional en las aulas por parte de los docentes. Es así como surge la pregunta: ¿Qué competencias se pueden desarrollar en el aula a través de la educación emocional?

Por ello, el objetivo que surge es conocer estrategias de educación emocional que pueden ser aplicadas en el aula con estudiantes que presentan discapacidad intelectual?.

A continuación se abordarán los conceptos desde algunos autores para finalmente llegar a una comprensión del fenómeno y de las estrategias más efectivas que pueden ser consideradas para las prácticas educativas.

Un acercamiento a la conceptualización de discapacidad intelectual y educación emocional.

La discapacidad intelectual se caracteriza por limitaciones significativas tanto en el funcionamiento intelectual como en la conducta adaptativa tal y como se ha manifestado en habilidades adaptativas conceptuales, sociales y prácticas (AAIDD, 2010).

Históricamente como señala la *American Association on Intellectual and Developmental Disabilities* (AAIDD); existen cuatro enfoques sobre quién es o debería ser diagnosticado como persona con discapacidad intelectual. Entre ellos se encuentra el enfoque social que dice en relación al fracaso de la persona para adaptarse socialmente en su ambiente, por lo que la aproximación a la definición de Discapacidad intelectual estaba relacionada con el comportamiento social. Otro enfoque es el clínico, proveniente desde el modelo médico, poniendo el foco en una serie de síntomas que componen un síndrome clínico. Es así, como aparece el enfoque intelectual, asociado al movimiento de los test mentales, orientado al funcionamiento intelectual medido con un test de inteligencia (Devlieger, 2003). Finalmente aparece el enfoque de doble criterio, en el año 1959 dado por R. Heber perteneciente a la Asociación Americana de Deficiencia Mental (AAMD) donde el retraso mental se definía como un funcionamiento intelectual general por debajo de la media con origen en el periodo de desarrollo y asociado a deficiencias madurativas, de aprendizaje y de adaptación social. Es así como a través de los años, el enfoque de doble criterio, donde por un lado se encuentran las habilidades intelectuales y por otro la conducta adaptativa, se ha ido precisando en cuanto a términos y conceptos hasta lo que hoy se define como discapacidad intelectual. No obstante, aun sigue

predominando en las escuelas el criterio de medición de CI, como el factor más importante para determinar el diagnóstico.

El concepto de discapacidad intelectual proviene del marco de funcionamiento humano, en el cual se compone de habilidades intelectuales, conducta adaptativa, salud, participación y contexto. Según indica la AAIDD, funcionamiento humano es un término que abraza todas las actividades individuales y participación, en lo cual influyen a su vez la propia salud y factores contextuales o ambientales, por ello a las limitaciones en este funcionamiento, se le denomina discapacidad.

Aunque en las escuelas, el apoyo a los estudiantes en situación de discapacidad intelectual está sujeto al resultado de la evaluación con la escala de Wechsler de Inteligencia para niños (WISC-IV) y en adultos (WAIS) dejando en segundo lugar todos los otros factores propuestos. Por ello, se puede caracterizar como una tendencia en el enfoque clínico en el determinante de la situación de discapacidad, no considerando la relevancia que tienen los otros aspectos en el desarrollo integral de los estudiantes y que pueden ser obstaculizadores que impiden un buen desarrollo y funcionamiento de ellos.

Por ello, el contexto y la participación dentro del aula, tiene un papel fundamental, donde el estudiante pueda desarrollar habilidades en torno a las emociones.

Como señala Bisquerra (2011), el bienestar emocional, consiste en experimentar emociones positivas, lo cual es lo más próximo a la felicidad. Cabe destacar que para lograrlo es necesario aprender a regular las emociones negativas de manera apropiada. Pues implica el desarrollo de las potencialidades que favorezcan una vida significativa, plena y satisfactoria. De la misma forma, el autor destaca que el bienestar tiene una dimensión personal y otra social.

En lo que respecta a las personas en situación de discapacidad una de las dimensiones del enfoque multidimensional que influye es la participación, concebida como la actuación de las personas en actividades diarias de los distintos ámbitos de la vida social, se relaciona con el funcionamiento del individuo en la sociedad (AAIDD, 2010). La participación se puede evaluar en actividades cotidianas como la participación en actividades, eventos, organizaciones, las interacciones que realiza la persona con amigos, familia, compañeros, vecinos, y los roles sociales en el hogar, colegio, comunidad, entre otros. Por ello, el logro del bienestar, juega un papel fundamental en la forma en que la persona en situación de discapacidad pueda participar con mayores herramientas dentro de las actividades de la sociedad.

El logro del bienestar juega un papel fundamental en la forma en que la persona en situación de discapacidad pueda participar

Por ello, generar ambientes positivos fomenta el crecimiento, el desarrollo y el bienestar de las personas. Los contextos predecibles y estables, proporcionan oportunidades para desarrollar diversas habilidades (comunicacionales, sociales, emocionales) y potenciar el bienestar personal y grupal (Arrigoni y Solan, 2018). Esto hace que los apoyos adquieran relevancia para los estudiantes con discapacidad intelectual, pues es una manera que contribuye a mejorar su participación en distintos entornos sobre los cuales se desenvuelven. Así como, De los Reyes, Berrió y Gómez (2017) señalan:

Una de las particularidades que los identifican es la capacidad que experimentan para aprender en mayor o menor grado, lo que influye prácticamente en todas las facetas del desarrollo, entre ellas: la independencia, comunicación y lenguaje, interacción social, relaciones personales, motricidad y aprendizaje (p.6).

Las familias y los docentes no estamos preparados ni hemos recibido formación o de manera parcial sobre competencias emocionales

De manera paralela, la educación también se ha visto desafiada últimamente, pues ha tenido que asumir muchas funciones que anteriormente pertenecían a la familia, como la educación en valores y desarrollo afectivo, muchas de ellas no están preparadas para educar en la autoestima, en competencias sociales y emocionales, así como para la felicidad, según lo señalado en Bisquerra (2011). La complejidad de esto radica en que tanto las familias como los docentes no estamos preparados ni hemos recibido formación o de manera parcial sobre competencias emocionales. Más aun en aquellas familias que conviven las dificultades propias asociadas a la discapacidad intelectual de uno de sus integrantes.

El proceso de enseñanza y aprendizaje es un proceso de complejidad, ya que por un lado está la interacción entre personas de distintas edades, condiciones socioeconómicas, características individuales, entre otros y por otro lado, el que muchas veces como docente no hemos logrado el dominio sobre nuestras propias emociones, haciendo que nuestra identidad personal y profesional no se separen, afectando lo que ocurre dentro del aula.

Rafael Bisquerra (2007), asegura que las competencias emocionales son el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarios para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales cuya finalidad es aportar un valor añadido a las funciones profesionales y promover el bienestar personal y social. Por ello, en cierta medida, si se trabajara en el aula la educación de las emociones, los estudiantes que presentan discapacidad intelectual, también se beneficiarían en mejorar las dificultades subyacentes desde su condición y aquellas que pueden

desarrollarse en los contextos en que se desenvuelven, evitando que su participación en algunos aspectos sea negativa. Esto quiere decir, que a medida que se trabajan las emociones con todos los estudiantes, se produce una especie de «prevención» no intencionada para los estudiantes que presentan discapacidad intelectual.

Existe la visión social y educativa de que una persona inteligente está asociada con aquella que presenta habilidades verbales y/o matemáticas, creencia que aún está arraigada en la cultura de nuestras aulas, más aún cuando las evaluaciones estandarizadas, la cantidad de horas de asignatura, el foco de atención en las escuelas está en el desarrollo de conocimiento, competencias y habilidades de la asignatura de Lenguaje y Matemáticas. Por ello, existe una especie de distanciamiento y preconcepciones hacia los estudiantes que presentan discapacidad intelectual, como también en situar el foco en la educación emocional de nuestros estudiantes.

A mediados de los ochenta nace también el concepto de Inteligencia Emocional de Gardner, donde distingue siete tipos de inteligencias: Lógico-matemático, musical, corporal kinestésica, lingüística, espacial, intrapersonal e interpersonal. Sin embargo, están asociados a la adquisición y desarrollo de destrezas. La educación emocional va más allá de la adquisición de destrezas, sino que es una educación de integración donde el maestro y el aprendiz son los mismos. «En la educación emocional, sabemos dónde estamos cuando empezamos, pero no sabemos a dónde de nos llevará este sendero». Casassus (2007, p. 152).

Considera así la educación emocional como un proceso de aprendizaje mutuo entre docentes y estudiantes, donde ambos deben tener disposición para generar cambios en sí mismos. Casassus (2007) refiere que las competencias emocionales en la educación emocional, implica el desarrollo de un conjunto de cualidades de una persona, adquisición de destrezas con respecto a sus propias emociones y de los demás, e incluye además un proceso de transformación en la cual una persona incorpora la conciencia y comprensión emocional.

Modelo de Competencia Emocional y sugerencias a considerar en el aula.

En este artículo, me enfocaré al modelo de competencia emocional de Bisquerra y sus colaboradores (2007), debido a que los elementos que lo componen permiten establecer relaciones directas con competencias que pueden desarrollar todos los estudiantes, específicamente aquellos en situación de discapacidad Intelectual. Para ello, elaboré dos cuadros resumen con las competencias: la

Ver Tabla I. Competencias emocionales de R. Bisquerra.

Casassus (2007), menciona el término programación emocional, la cual hace referencia de que una per-

Tabla 1
Competencias emocionales de R. Bisquerra.

Competencia	Definición	Micro competencias
Conciencia emocional	Capacidad para tomar conciencia de las propias emociones incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto.	-Adquirir conciencia de las propias emociones. -Dar nombre a las emociones. -Comprender las emociones de los demás. -Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento.
Regulación Emocional	Para utilizar las emociones de forma adecuada, lo que supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento, tener buenas estrategias de afrontamiento y capacidad para autogenerar emociones positivas	-Expresar emociones -Apropiada regulación de emociones y conflicto. -Desarrollo de habilidades de afrontamiento -Competencia para autogenerar emociones positivas.
Autonomía Emocional	Un conjunto de características relacionadas con la autogestión emocional.	-Aprecio de sí mismo. -Auto motivación -Expresar autoeficiencia -Responsabilidad -Actitud positiva -Análisis Crítico de normas sociales y resiliencia.

Elaboración propia a partir de la lectura de R. Bisquerra.

sona está programada emocionalmente, por una mezcla, de, por una parte, las condiciones y orientaciones culturales y por otra, la manera particular en la cual cada persona ha podido responder desde pequeña a las experiencias que le ha tocado vivir.

Cabe destacar que en mismo autor señala que el desarrollo de la conciencia emocional hace que tomemos conciencia de la manera cómo ocurren y cómo nos afectan de manera concreta, particular y única, en cada uno de nosotros.

Por ello, el desarrollo de la conciencia emocional permite darnos cuenta la forma en qué estamos funcionando y cómo la programación previa nos rige en nuestros actos. De la misma forma, al conocer la forma que nos hacen reaccionar inconscientemente, la conciencia emocional va actuando en un proceso de desprogramación. Por ello, es un proceso individual donde la persona tiene que reconocer en sí mismo elementos, que le permitan pasar a un proceso de carácter social para lograr las competencias emocionales.

Sin duda, esta competencia puede ser desarrollada en cualquier nivel educativo, pero tiene que existir la perspicacia del docente dentro del aula para identificar las problemáticas que puede subyacer desde una situación, como el descontrol de emociones en una estudiante, en el caso del llanto, o agresividad hacia sus pares. Muchos de ellos, no logran comprender qué les ocurre, por ello es importante que logren dar un nombre a esa emoción para tomar conciencia de lo que sucede en ellos y de esta manera que ocurra la desprogramación. Se pueden utilizar videos, imágenes de personas mostrando una emoción, definir un nombre que lo represente. Se puede generar un diálogo sobre situaciones en las que han sentido una emoción con aquellas, o han visto a alguien enfrentándose a una emoción, en qué situación, que les provocó a ellos esa

situación. Otra forma, es que no sea una actividad netamente enfocada a las emociones, sino aprovechar una situación problemática y desde allí, conversar sobre las emociones. Muchas veces, dejamos que los objetivos de aprendizaje sean nuestro guía del cual no podemos cambiar su rumbo, desatendiendo las emociones de nuestros estudiantes, por ello, debemos tratarlas en el momento, con el respeto suficiente creará una instancia de aprendizaje y desarrollo de competencias emocionales entre todos los estudiantes en un clima de respeto.

Es así, como también se hace referencia a la toma de conciencia entre la relación cognición-emoción y comportamiento, según Bisquerra (2003) la aceptación cada vez mayor del binomio cognición-emoción, entendido como un rompimiento con la hegemonía de la razón a favor de la armonía entre razón y emoción, se debe a un conjunto de factores como: el aumento de los índices de violencia, la evidencia de que lo cognitivo por sí mismo no contribuye a la felicidad, que el rendimiento académico no es un buen predictor del éxito profesional y personal, la creciente preocupación por el bienestar, el estrés y la depresión, con la consiguiente búsqueda de habilidades de afrontamiento, las aportaciones de la neurociencia, entre otros.

Además de aquellas competencias que se pueden desarrollar a nivel individual encontramos dos tipos de competencias relacionadas con habilidades interpersonales.

Ver la Tabla 2. Competencias emocionales de R. Bisquerra.

Ambos cuadros se interrelacionan entre sí, y permiten ver las competencias que se podrían desarro-

Una persona está programada emocionalmente, por las condiciones culturales y por la manera en que responde a las experiencias

Tabla 2
Competencias emocionales de R. Bisquerra.

Competencia	Definición	Micro competencia
Competencia Social	Capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas.	-Dominar habilidades sociales básicas. -Respeto a los demás -practicar la comunicación expresiva. -Compartir emociones. -Mantener un comportamiento pro-social. -Cooperación. -Asertividad. -Prevención y solución de conflictos. -Capacidad para gestionar situaciones emocionales.
Competencias para la vida y el bienestar	Capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables para la solución de problemas personales, familiares, profesionales y sociales.	-Fijar objetivos adaptativos. -Toma de decisiones. -Buscar ayuda y recursos. -Ciudadanía activa. -Bienestar emocional y capacidad de fluir.

Elaboración propia a partir de la lectura de R. Bisquerra.

llar en los estudiantes que presentan discapacidad intelectual y todos aquellos que lo requieran. De los Reyes et al. (2017) señalan:

El reconocer las emociones ajenas y ponerse en el lugar de otro, implica una observación y saber reconocer los mensajes no verbales; las relaciones de empatía en los escolares con discapacidad intelectual no están sustentadas en criterios valorativos y racionales y tienen baja competencia para el reconocimiento de las emociones de los demás, por lo que no son capaces de anticipar y prevenir posibles conflictos (p. 89).

Generar un diálogo sobre situaciones en las que han sentido una emoción o han visto a alguien enfrentándose a una emoción

Consideraciones Generales

Dentro de las estrategias que son recomendables para la educación de las emociones, primeramente está permitir que todos se puedan

expresar sin prohibiciones las emociones que sientan, evitar eliminar u omitir las emociones negativas, hablar con naturalidad, recordarles que los queremos, sientan la emoción que sientan, contemplar el lenguaje emocional a través del cuerpo y la palabra, favorecer estrategias que fomenten el bienestar como cantar, reír, relajarse, ayudar a comprender que de la emoción no necesariamente debe derivarse un determinado comportamiento. Es así como, se puede crear el clima adecuado, y considerar variantes en las clases que favorezcan el desarrollo de competencias emocionales en todos los estudiantes.

Según Bello; Rionda y Rodríguez (2010) algunos efectos de la educación emocional son: mejores relaciones con los coetáneos, menos problemas de conducta, menos propensión a actos de violencia, mayor cantidad de sentimientos positivos sobre ellos mis-

mos, la escuela y la familia, mejoras en el rendimiento académico, mayor preparación para enfrentar conflictos, menor propensión a conductas de riesgo. De la misma forma indican que el aumento del bienestar produce que el niño logre un mejor control de sus emociones, repercutiendo positivamente en su estado de salud (pp.41-42.)

Por ello, considerar el desarrollo de capacidades relacionadas con el mantenimiento de buenas relaciones, comportamientos apropiados y responsables para responder a los problemas personales, sociales que puedan surgir en el aula, beneficiaría el clima y los aprendizajes de los estudiantes. A su vez disminuiría las barreras que existen para el aprendizaje de los estudiantes que presentan discapacidad intelectual provocadas por el contexto y las posibilidades de participación.

Conclusión y reflexión

La educación de las emociones tiene múltiples complejidades, debido a las experiencias que cada uno como persona tiene y el manejo de las emociones que está instaurado. Uno de los fines de la educación es educar para la vida, para que cada uno de nuestros estudiantes logre desarrollar habilidades, competencias y actitudes que le permitan desenvolverse de una manera integral en la sociedad. Sin embargo, nos vemos constantemente en la disyuntiva ¿Considero, trato o le doy el tiempo adecuado a la educación de las emociones? o ¿ simplemente trato de solucionarlo de manera rápida, para que me permita continuar con los objetivos de aprendizaje?. Es por ello, que opté por presentar la información de las competencias emocionales en cuadros, a que de esta forma permite presentar de manera más rápida los elementos que las componen. Muchas de ellas, las podemos interrelacionar con los objetivos de aprendizaje, pero no las

visualizamos como competencias emocionales, por ello, es importante tener claridad en ellas, para así plantear actividades de aprendizaje que consideren estos elementos.

Cabe destacar que debemos derribar las falsas concepciones sobre la discapacidad intelectual, una de ellas es considerar que es una condición inherente de una persona, sin embargo, como hemos visto, existen factores que perjudican e influyen en el desempeño de ellas. La manera en que damos las oportunidades a todos los estudiantes de participar en un contexto que facilite el desarrollo de distintas habilidades, permite que la persona logre potencializarse. Parte de la discapacidad la conformamos nosotros, al imponer barreras físicas, de expectativas hacia el otro, de clima de aula, entre muchos otros. El desarrollo de competencias emocionales es de gran significado para aquellos que no logran conocer y entender su emocionalidad. Permite encausar todas aquellas conductas inapropiadas que se generan a partir de no entender sus emociones.

Utilizar estrategias que permitan el desarrollo de competencias emocionales, puede ser una práctica de innovación educativa que puede dar lineamientos a otros docentes que logren detectar que la mayoría de los problemas que se generan en la sala, conllevan un componente emocional como el bullying y la agresividad. Reconocer que las dificultades emocionales no son un problema que tiene una solución simple y rápida sino más bien es un problema de complejidad mayor debido en primer lugar a las características de una persona, su experiencia, creencias, entre otros.

Las competencias emocionales son un recurso que posee toda persona, pero la diferencia está en cómo la hemos desarrollado, quiénes nos han dado una guía para alcanzarlas y cuáles son las que no he logrado y

por las cuales tengo que trabajar. Sin duda es una reflexión que tenemos que hacer para tener las competencias necesarias para así, poder establecer un aprendizaje estudiante - docente acerca de las emociones en nuestras aulas.

Referencias Bibliográficas

American Association on Intellectual and Developmental Disabilities AAIDD (2010). Discapacidad Intelectual. Definición, clasificación y sistemas de apoyo. Madrid, España: Alianza Editorial.

Arrigoni, F., Solan, A. (2018). Programa de promoción de habilidades sociales (phas) para niños con discapacidad intelectual. Revista RUEDES. 8; 65-85.

Bello, Z., Rionda, H., Rodríguez, M. (2010). La inteligencia emocional y su educación. Revista Científico- Metodológica. 51; 36-43.

Bisquerra, R. (2011). Educación Emocional. Propuestas para educadores y familias. Bilbao, España: Editorial Desclée de Brouwer.

Bisquerra, R y Pérez, N. (2007). Competencias emocionales. Revista Educación XXI. 10; 61-82.

Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación Educativa. 21(1); 7-43.

Casassus, J. (2007). La Educación del Ser Emocional. Santiago de Chile: Editorial Cuarto Propio.

De los Reyes, Y., Berrio-Sánchez, S. & Mozón-García, S. (2017). La educación emocional en los escolares con discapacidad Intelectual. Revista Educación y sociedad. 15, 83- 93.

Gardner, H (2011). Inteligencias Múltiples: La teoría en la práctica. España: Ediciones Paidós.

