



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
UNIDAD 092 AJUSCO  
LICENCIATURA EN: PSICOLOGÍA EDUCATIVA

**Desarrollo expresivo de emociones en jóvenes con discapacidad a través de la acuarela como artefacto psicopedagógico en INJUVE, CDMX**

**Diseño y/o evaluación de programas o proyectos educativos**

Nombre: Evelyn Paola Castillo Pino  
Asesora: Areli Adriana Castañeda Díaz

Mayo, 2021

## **Resumen**

Esta tesis está enfocada en la Psicología Educativa, ofrece una propuesta de taller educativo; enfocándose a las artes plásticas. Se dirige principalmente a las y los jóvenes con discapacidad que pertenecen a la brigada "Inclúyeme" del Instituto de la Juventud de la Ciudad de México (INJUVE). En esta propuesta la **pintura en acuarela**, como artefacto psicopedagógico, será la herramienta para desarrollar la expresión de las emociones, apoyándonos de tres conceptos que fueron importantes en la construcción del taller educativo. La **Educación Sensorial**, como nos menciona Castañeda (2021) nos conecta con nuestro entorno porque nos ayuda a interactuar con nuestro mundo, en donde simbolizamos una realidad, porque representa las percepciones y formas de sentir. Nos enriquece para adherir las experiencias estéticas en relación con los procesos cognitivos de una manera significativa para expresar, intercambiar formas de ver la vida y la apropiación cultural. Por otra parte, la **Educación Emocional y la Inteligencia Emocional**, tienen el objetivo de conocer, identificar, regular y expresar las emociones de las y los jóvenes con discapacidad de forma consciente, así también, fortalecer habilidades emocionales, sociales y comunicativas verbales y no verbales. La invitación de construir el taller educativo, se propuso gracias a la participación que tengo dentro de la brigada como asesora educativa y al observar la interacción y participación que las y los chicos con discapacidad tienen dentro de las actividades, se pudo observar que las habilidades emociones, sociales y comunicativas son nulas, es por eso que para conocer las necesidades antes mencionadas se aplicó un cuestionario como diagnóstico mediante redes sociales teniendo como fin de recolectar la información pertinente para diseñar el taller educativo. Cabe mencionar que toda esta construcción se llevará a cabo a partir de las experiencias del mediador experto, ofreciendo los conocimientos para lograr el objetivo principal; obteniendo así aprendizajes significativos que posteriormente los chicos y las chicas con discapacidad podrán llevar a cabo en su vida cotidiana y seguir fortaleciendo las habilidades antes mencionadas. Finalmente, se propone involucrar a las y los jóvenes con discapacidad de la brigada "Inclúyeme" por una construcción artística a partir de sus experiencias emocionales, con el fin de que en cada sesión exista una creación artística para que ellos logren fortalecer sus habilidades emocionales y comunicativas para expresarse de forma espontánea.

**Palabras clave:** Educación Emocional, Artes Plásticas, Emociones, Inteligencia emocional, Educación Sensorial.



## Índice

|  |    |
|--|----|
| Introducción   | 1  |
| Capítulo 1. El desarrollo expresivo en los jóvenes con discapacidad en INJUVE  | 8  |
| 1.1 ¿Qué es el desarrollo?   | 8  |
| 1.2 ¿Qué es la expresión?  | 9  |
| 1.3 ¿Qué es el desarrollo expresivo?   | 11 |
| 1.4 ¿Qué son las emociones?  | 12 |
| 1.5 ¿Qué es la inteligencia emocional?   | 15 |
| 1.6 ¿Qué es la educación emocional?  | 18 |
| 1.7 ¿Cómo se distinguen las emociones de las sensaciones?  | 20 |
| 1.8 ¿Qué es la adolescencia?   | 21 |
| 1.9 Proceso de la adolescencia a joven   | 23 |
| 1.10 ¿Cómo se define a los jóvenes en México?  | 25 |
| 1.11 ¿Qué es la discapacidad?  | 27 |
| 1.12 Definición de jóvenes con discapacidad en México ¿Cómo se ve a los jóvenes con discapacidad en México?  | 29 |
| 1.13 ¿Qué es el Instituto de la Juventud de la Ciudad de México y cómo salvaguardan a los jóvenes con discapacidad?                                | 30 |
| 1.14 ¿cómo se desarrolla la expresión de las emociones en los jóvenes con discapacidad dentro del Instituto de la Juventud de la Ciudad de México? | 35 |
| 1.15 La importancia del desarrollo expresivo de las emociones en los jóvenes con discapacidad  | 36 |
| 1.16 Educación sensorial en los jóvenes con discapacidad   | 40 |
| 1.17 Estimulación de los sentidos  | 41 |
| Capítulo 2. Las Artes Plásticas en los jóvenes con discapacidad  | 43 |
| 2.1 ¿Qué es el arte?   | 43 |
| 2.2 Psicología del arte  | 45 |
| 2.3 Educación a través del arte  | 46 |
| 2.4 El arte como expresión emocional   | 47 |
| 2.5 ¿Qué son las artes plásticas? Antecedentes históricos de las artes plásticas   | 48 |
| 2.6 ¿Qué importancia tienen las artes plásticas en los jóvenes con discapacidad?   | 49 |
| 2.7 La expresión artística en los jóvenes con discapacidad como competencia para la expresión de las emociones                                     | 52 |
| 2.8 La importancia del uso de los materiales artísticos de artes plásticas en el desarrollo expresivo en los jóvenes con discapacidad.             | 53 |
| Capítulo 3 La pintura en acuarela como artefacto psicopedagógico para el desarrollo expresivo de los jóvenes con discapacidad                      | 54 |

|  |     |
|--|-----|
| 3.1 ¿Qué es la pintura en acuarela? Antecedentes importantes.  | 54  |
| 3.2 La pintura en acuarela como artefacto psicopedagógico.   | 56  |
| 3.3 La importancia de la pintura en acuarela como artefacto psicopedagógico para el desarrollo expresivo de las emociones de los jóvenes con discapacidad  | 59  |
| 3.4 La importancia del color en el desarrollo expresivo de las emociones en los jóvenes con discapacidad.  | 62  |
| Capítulo 4. Diagnóstico para identificar necesidades expresivas de las emociones en jóvenes con discapacidad   | 64  |
| Capítulo 5. Propuesta del diseño del taller para el desarrollo expresivo de emociones en los jóvenes con discapacidad dentro de la brigada “Inclúyeme” en el Instituto de la Juventud de la Ciudad de México | 75  |
| 5.1 Diseño del taller educativo: “ <i>Manchitas de vida</i> ”  | 77  |
| Conclusiones   | 115 |
| Fuentes documentales   | 118 |

## Introducción

La educación a través del arte llegó a mi vida cuando buscaba estrategias para fortalecer mis habilidades expresivas, sin darme cuenta que dentro del ámbito educativo los procesos de aprendizajes iban en aumento, ya que el arte me abrió muchas puertas para disfrutar mi estancia educativa. La primera disciplina fue la danza, (ballet clásico) donde me ayudó a fortalecer la **concentración** y la **creatividad** para realizar mis trabajos. Así también a fomentar la **memoria**, con la finalidad de, enriquecer mis **habilidades cognitivas** con paciencia y pasión, aumentando, también **autoconfianza** para resolver los conflictos que se me presentaron a lo largo de la carrera como los pensamientos negativos de “tú no puedes” o “no eres capaz de realizar aquel trabajo”, es por eso que la educación a través del arte en la danza, me brindó la confianza para creer en mí e ir conociendo la expresión no verbal por medio del baile. Posteriormente, sentía que necesitaba conocer otra estrategia para expresar de forma verbal mi sentir, ideas, disgustos o gustos, es por eso que por medio de la poesía me ayudó a expresar todo aquello que se me hacía difícil decir verbalmente, es por ello, que la escritura me ayudó a plasmar versos que contienen partes de mi vida. Esta estrategia me ayudó mucho a fortalecer mi ortografía y a redactar con organización y coherencia los trabajos que me dejaban en la universidad y plasmar mis conocimientos sin dejar atrás mis ideales. Es por ello que he podido observar cómo el arte influye de manera integral en los diversos ámbitos educativos, en la expresión de las emociones, tanto verbales como no verbales.

Posteriormente, de manera personal asistí a un curso introductorio a las artes plásticas por medio de la técnica de acuarela. La idea de utilizar la pintura en acuarela en el taller educativo para las y los jóvenes con discapacidad del Instituto (INJUVE) fue que, al trabajar de manera personal con este pigmento, tuve la oportunidad de conocer otro medio de expresión no verbal. Ya que, me brindó la oportunidad de plasmar mis vivencias, sentimientos y emociones para así comunicar por qué realicé las obras, expresando de forma más espontánea mis

emociones a partir de mis creaciones. Finalmente pude construir un puente comunicativo de lo no verbal a lo verbal a partir de las artes plásticas.

Es por ello que propongo a la pintura en acuarela para desarrollar la expresión en los jóvenes con discapacidad porque me gustaría compartir ese conocimiento con dos objetivos: 1) acercarlos al arte a partir de la pintura en acuarela y 2) fomentar a las arte plásticas como un medio expresivo que nos brinda a plasmar nuestras vivencias internas como externas.

La presente **investigación** tiene por objetivo principal conocer las necesidades emocionales, educativas, sociales y comunicativas que enfrentan las y los jóvenes con discapacidad que pertenecen a la brigada "Inclúyeme" del Instituto de la Juventud de la Ciudad de México (INJUVE). Cabe mencionar que el Instituto cuenta con 30 brigadas donde participan jóvenes de 15 a 29 años de edad, en el programa *Los Jóvenes Unen al Barrio*, donde en cada brigada cuenta con actividades específicas para promover el desarrollo, participación y protección de los Derechos de las Personas Jóvenes de la Ciudad de México y dentro de la brigada "Inclúyeme" la población que atendemos, es a jóvenes con discapacidad de entre 15 años a 32 años de edad, es importante mencionar que dentro de la brigada no existe con un rango de edad en específico, ya que se llegó a un acuerdo de seguir salvaguardando a los jóvenes con discapacidad con la finalidad de seguir apoyándolos para su desarrollo integral y seguir fomentando la inclusión dentro y fuera del instituto. Dentro de la brigada mi papel como asesora educativa, es brindar la oportunidad de cubrir las necesidades educativas de los chicos y chicas con discapacidad, con la finalidad de que continúen con sus estudios, los concluyan y formar individuos autónomos, así también tenga una participación plena en ámbito social, cultural y laboral. Sin embargo, dentro de la convivencia y la confianza que ya se había desarrollado entre asesora-asesorado, se pudo observar que una de las necesidades más notables, fue, la emocional, ya que, a pesar del trabajo en conjunto, a las chicas y a los chicos con discapacidad les cuesta expresar sus emociones, comunicar de forma espontánea su sentir, su malestar emocional y en ocasiones reaccionan de forma violenta para expresar sus emociones, recurren al

llanto sin comunicar sus malestares o en su defecto se quedan callados comunicando “no pasa nada”. Es por ello que Barrantes-Elizondo (2016) y Goleman (2018) nos mencionan que al no construir un entorno grato en donde puedan y aprendan a exteriorizar sus emociones los chicos dentro de su educación formal, existirán consecuencias a lo largo de este desarrollo emocional, ya que, si están rodeados de personas que no les brinden la confianza y no tienen herramientas “adecuadas” que los ayuden a desarrollar su expresión, se les dificultará exteriorizar cada una de sus emociones y afectará su desarrollo emocional e integral porque al trabajar con la habilidades emocionales los jóvenes con discapacidad tendrán más posibilidades de sentirse satisfechos y ser eficaces en su vida.

Para conocer las necesidades expresivas en las y los jóvenes con discapacidad, se realizó un diagnóstico, con la finalidad de conocer con más profundidad estas necesidades. Este diagnóstico se realizó de forma virtual, ya que por la emergencia sanitaria por el virus COVID-19 se suspendieron las actividades en el Instituto de la Juventud de la Ciudad de México (INJUVE), es por ello que todas las actividades se realizan de forma virtual. La aplicación se llevó a cabo de forma individual por medio de redes sociales como: Zoom, WhatsApp y Messenger con una duración de 40 minutos a 60 minutos, con diez reactivos de opción múltiple, donde tenían que elegir soluciones o situaciones en donde se hacían presentes sus emociones. Así también contiene pinturas de diferentes técnicas para conocer la interpretación que las y los jóvenes con discapacidad tienen al momento de ver una obra y cómo las asocian con las emociones. La finalidad de aplicar el diagnóstico me ayudó a conocer las necesidades expresivas, es por ello que los alcances que se pretenden lograr es, fomentar el desarrollo expresivo de sus emociones, con la finalidad de formar individuos emocionalmente maduros, que se apropien de las **artes plásticas, la pintura en acuarela** y la **Educación Emocional** para que logren conocer, regular, identificar y comunicar sus emociones de forma espontánea y consciente.

A partir de la detección de las necesidades expresivas de las emociones, se propuso una estrategia para fomentar el desarrollo expresivo de sus emociones, con el

objetivo de disminuir o eliminar las barreras que los jóvenes con discapacidad enfrentan día a día y que les impide comunicar emociones, puntos de vista, gustos y disgustos (...) esta estrategia se trata de una propuesta de taller educativo con el nombre de "Manchitas de vida". Dentro de esta propuesta involucramos a las artes plásticas, porque como nos menciona Auroch (2007) "a través del lenguaje artístico, manifestándose mediante los sentimientos, deseos y emociones que pueden comunicar a quienes los rodea". Uno de los lenguajes artísticos que tendrá mucho peso es, la pintura en acuarela como artefacto psicopedagógico, ya que al ser parte de las artes plásticas, las y los jóvenes con discapacidad aprenderán a **ser** pigmento, porque al fundirse las acuarelas con el agua conocerán que así son las emociones, que se propagan junto con el agua y se expandirán en el papel; con el fin de poder plasmar sus emociones y sentimientos en un papel fabriano y que sientan la plenitud de expresar lo que sienten en ese momento, o en su defecto algún sentimiento que dejaron enterrados en su alma, les ayudará a explorar sus emociones y sentimientos, con la finalidad de poder resolver "conflictos emocionales y fomentar la conciencia de sí mismos" (Carbó, 2016). Como menciona Leiva (2005) es mostrar un cachito de nuestras vidas, lo que llegamos a sentir en el pasado, lo que sentimos y lo que llegaremos a sentir pero sin ninguna dificultad para poder exteriorizar cada uno de sus emociones y sentimientos. También se desataca que al utilizar la pintura en acuarela, **ayudará a los y las jóvenes con discapacidad a la concentración y a la práctica**, comprenderán que una vez sobre el papel, los errores son difíciles de enmendar y solo "cuando se sabe aplicar con seguridad, produce resultados verdaderamente positivos" (Scheinberger, 2011), es establecer un equilibrio y dejarse llevar, así se trata la expresión de las emociones, que sea un medio espontáneo porque si no sabemos reconocer nuestras emociones y controlar los impulsos, se nos hará difícil enmendar los errores que llegamos a cometer al no fortalecer una educación emocional o en su defecto no saber expresarlas. Es por ello, que la propuesta de taller, solo será dirigido a las y los jóvenes con discapacidad, ya que mi participación es dentro de la brigada "Inclúyeme", donde salvaguardamos a personas con discapacidad para

formar personas autónomas y así seguir desarrollando la inclusión para incorporarlos al sistema educativo, social, cultural y laboral.

En resumen a lo anterior, cuando nos referimos a la adquisición del desarrollo expresivo de los y las jóvenes con discapacidad que participan en la brigada “Inclúyeme” dentro del Instituto de la Juventud de la Ciudad de México, nos encontramos con aspectos negativos tanto como positivos, sin embargo lo más importante es comprender que las y los jóvenes con discapacidad se enfrentan a **una etapa de crecimiento** y de nuevas experiencias, así como al enfrentarse a distintas problemáticas que les impide desarrollar la expresión de las emociones, es por ello que las artes plásticas, el taller educativo y la pintura en acuarela, permiten a los y las jóvenes con discapacidad a reconocer herramientas para expresar necesidades emocionales, procurando, además, resolver o al menos identificar sus preocupaciones, puede también significar una actitud hacia la vida, un medio para analizar los sentimientos y emociones para darles una expresión concreta. Finalmente, es fundamental mencionar que a partir de sus experiencias anteriores y/o presentes, ayudarán al joven con discapacidad a crear su realidad a partir del taller educativo y de los materiales que son tomados de su mundo real, como la pintura en acuarela para llegar a nuestro objetivo principal.

Por otro lado, la **Educación Sensorial** es otro concepto de suma importancia, ya que como nos menciona Castañeda (2021) es y será una *experiencia estética* que nos brinda comunicación y a su vez fortalece aprendizajes culturales porque al ser un conjunto de conocimientos la E.S tanto en el campo educativo como en la vida cotidiana, nos brinda instrumentos de: acción, descubrimiento, significado, exploración y sobre todo de expresión, porque al ser estético no es “solo un estudio de lo bello en el objeto artístico en sí mismo, sino de lo sensible al humano” que fortalece la comprensión de las interacciones socioculturales de nuestro entorno cultural y así mismo a la construcción de las relaciones personales. Finalmente la comunicación en el campo de la *educación sensorial, las artes plásticas y la pintura en acuarela* al ser objetos estéticos construye a los actos en una simbolización de nuestra realidad, que es la forma de percibir, formas de sentir, a las emociones de

una realidad, que enriquece los entornos culturales de las y los jóvenes con discapacidad para conectar sus experiencias estéticas con sus procesos cognitivos de una manera significativa para su educación, no sólo el campo de las artes plásticas, sino también en su desarrollo social, laboral, emocional y cultural para el fortalecimiento de las habilidades dentro de los campos antes mencionados.

### **Estructura de la tesis**

En el primer capítulo se hace un recorrido conceptual: *inteligencia emocional*, *educación emocional* y *educación sensorial*, como conceptos claves para resolver dicha hipótesis, que implica la importancia de fomentar el desarrollo expresivo en los jóvenes con discapacidad. Por otro lado, se habla del proceso que enfrentamos cada individuo de adolescente a joven con la finalidad de prestar con atención a esta construcción meramente social y emocional para ayudar a potencializar aprendizajes y el desarrollo integral dentro del Instituto de la Juventud de la Ciudad de México (INJUVE), no olvidando qué papel juega el Instituto para llevar a cabo dicha intervención y preocupación.

En el segundo capítulo se hace una recopilación de la *educación sensorial* como campo importante para fortalecer habilidades comunicativas verbales y no verbales, que está relacionada con las *artes plásticas*, así también cómo las artes plásticas tienen un papel muy importante como un mediador expresivo de las emociones. Así también explicando cómo los materiales artísticos potencializan la creación y construcción de una realidad.

En el tercer capítulo se habla de la pintura en acuarela como un artefacto psicopedagógico para ayudar al desarrollo expresivo de las y los jóvenes con discapacidad, desde cómo se hace este pigmento y porque tendrá el papel principal para crear, dar significado a las experiencias de los chicos con discapacidad y exteriorización de su mundo interno y externo. Después, se concluye con la importancia del uso de los colores para darle más sentido a las creaciones y cómo el color tiene una fuerte conexión en la expresión de las emociones.

Para finalizar, en el cuarto y último capítulo se describe cada momento en donde involucramos a cada uno de los conceptos para la construcción de la propuesta del taller educativo, tomando en cuenta la población y situación que enfrentamos por el confinamiento de la pandemia por el virus COVID-19. Haciendo una investigación para tener con más claridad las necesidades emocionales que enfrentan las y los jóvenes con discapacidad. Así también este apartado describe la metodología que se utilizará a lo largo del taller, las cartas descriptivas de las actividades, materiales que serán utilizados para el taller educativo y las rúbricas como medio de evaluación para recolectar información que será útil para continuar con la investigación.

## Capítulo 1. El desarrollo expresivo en adolescentes

### 1.1 ¿Qué es el desarrollo?

El desarrollo es el crecimiento de libertades y experiencias que el ser humano va construyendo en cada uno de sus esferas, ya sea en el ámbito cognitivo, social, biológico y emocional; con la finalidad de que se realice plenamente en sus vínculos sociales y en cada uno de sus contextos (Sroufe, 2000). Además de ser un proceso continuo y diacrónico, es decir que está relacionado con la evolución de los fenómenos y/o circunstancias que se van construyendo a través del tiempo, el tiempo de cada individuo y así mismo se va reforzando un desarrollo en cada una de sus esferas.

También se verá el cómo se desenvuelven los individuos ante sus experiencias en la vida cotidiana, ya que se estará implicado el reforzamiento de un determinado proceso hacia los aprendizajes nuevos.

De igual manera el concepto de *desarrollo* es un proceso integrado, se centra en “comprender la conducta de los individuos” (Sroufe, 2000). Porque al prestar atención al desarrollo de la conducta de los individuos, es reforzar este concepto como el ‘proceso’ que todos debemos enfrentar en nuestras vidas para lograr una plenitud en nosotros mismos.

Así mismo, el *desarrollo* es parte de nosotros, de nuestra vida cotidiana, cada movimiento que hacemos construimos algo dentro de nosotros; a nivel *sensocognitivo*, con el fin de aprender o reforzar un aprendizaje. También, este proceso va de la mano con el acompañamiento de la experiencia, mientras se va adquiriendo un conocimiento o una habilidad, se va desarrollando un proceso en nosotros.

Por otra parte, este concepto importante, también se expresa en las diferentes etapas de la vida, principalmente nos centraremos en las y los jóvenes con discapacidad. Miraremos al *desarrollo* con precisión, ya que no todos desarrollan

capacidades y/o habilidades de la misma manera, pero será de manera significativa para el proceso de vida de cada uno de nosotros.

Este concepto también se enfoca en la **educación**, (en especial a la educación emocional) como lo dice John Dewey (2004) “la educación basada en una filosofía de la experiencia”, esto lo podemos interpretar desde un y para el desarrollo está dirigido hacia una dirección particular; principalmente al desarrollo continuo, ya que tiene el propósito de responder a la educación emocional como un crecimiento; ese *desarrollo* que se adquiere a partir de las experiencias, de la participación activa del joven con discapacidad para el desarrollo integral de los individuos.

Con los autores anteriores, se concluye que, el *desarrollo* es la construcción de procesos continuos donde el individuo como protagonista se ve involucrado para satisfacer las necesidades para desarrollar actitudes, conductas y aprendizajes que serán desempeñados en un ambiente, y a su vez seguir desarrollándose a lo largo de su vida.

## **1.2 ¿Qué es la expresión?**

Según Muñoz (1998) afirma que la expresión es una necesidad de los seres humanos, es la exteriorización de sus emociones, pensamientos y/o ideas. Esta se produce de forma espontánea porque surge de nuestro cuerpo, “de nuestra mirada, de nuestra forma de acoger, de respetar a los demás”, (Palou, 2004) porque el compartir nuestras emociones, lo que sentimos, pensamos, razonamos, es dejar ver lo que llevamos dentro; el expresar da el poder de estar más conectados afectivamente con las personas que nos rodean y estar íntimamente conectados con nosotros mismos.

“La expresión se libera a través de las formas y colores, es todo lo que nos rodea, cada movimiento, cada palabra, cada color, cada emoción, cada gesto, lo que queremos comunicar; existe en cada uno de nuestros contextos” (Vygotsky, 2001). Hay que tener en cuenta que, al ser una necesidad es importante mirar hacia ella,

ya que la expresión es la mirada hacia el mundo interno y externo de cada individuo, de igual manera tiene un gran peso a nivel emocional para que no exista una barrera en nuestra vida y exista una libre expresión.

La expresión tiene que ser única, intencional y original, sin embargo, *la expresión* nos da la iniciativa de explorar en dónde y cómo podemos comunicar nuestro sentir. Es la liberación de cada carga negativa o positiva que está dentro de nuestra mente y cuerpo; el expresarnos nos ayuda a sentir la plenitud a donde vayamos, así mismo con el fin de desenvolvemos de mejor manera en nuestra vida cotidiana.

En otras palabras, la *expresión* permitirá mirar cierta perspectiva de las emociones, desde dónde pueden darles forma, entenderlas y además transformar nuestra realidad externa e interna porque es la comunicación para tener “vínculos sociales” (Nieto, 2018). Es aprender a regular las palabras, acciones, emociones y sentimientos.

Representar el mundo expresivo significa caer en la cuenta de nuestra forma natural de expresión, significa vernos, es decir conocernos realmente. Ya que es un proceso que permite manifestar lo que llevamos dentro de nosotros, a veces puede ser desconocido para los demás e incluso para nosotros mismos. Sin embargo, Piantoni (2001) menciona que cuando nos expresamos hay algo en nosotros que se expande, enriqueciendo y completando un esquema estructurado de comunicación, es por eso que cuando una persona no se expresa, la expresión pierde toda su agudeza y el objetivo de comunicar todo aquello que queremos expresar.

En realidad, todo ser humano tiene formas para expresarse, no solo la palabra hablada o la palabra escrita; no son los únicos medios de expresión y es ahí cuando la expresión se representa como una “experiencia insustituible porque obliga al individuo al enfrentarse con distintos problemas y situaciones nuevas, intentando dar soluciones a la medida” (Piantoni, 2001).

Con los autores anteriores se concluye que, sin la expresión seremos seres humanos sin rumbo, llenos de tanta carga negativa. No tendríamos sentido de

pertenencia ante la vida porque la expresión nos ayuda a exteriorizar lo que somos en todo nuestro esplendor. También, la *expresión* es el canal que nos ayuda a exteriorizar nuestro sentir, nuestras emociones y sentimientos, a conocernos mejor ya que en cada momento de nuestros días está y es imposible dejarla de un lado. Nos ayuda a construir una realidad; una identidad, a fortalecer relaciones interpersonales y a tener una estabilidad plena para potencializar habilidades comunicativas verbales como las no verbales

### **1.3 ¿Qué es el desarrollo expresivo?**

El desarrollo expresivo (DE) es la combinación de dos conceptos que tienen como fin de estructurar la relación entre las y los jóvenes con discapacidad y el construir un objetivo, en este caso y respondiendo esta incógnita, es fomentar la expresión de sus emociones. Es importante mencionar que las personas se expresan tanto verbal como no verbal, sin embargo, el desarrollo expresivo va más allá de la comunicación verbal de las personas. Ya que el DE es una serie de procesos continuos que desarrolla aprendizajes de comunicación autónoma, autoconocimiento de las necesidades, crecimiento de las propias emociones y presta atención hacia sus mundos internos y externos. De igual manera tiene como fin de fomentar el interés hacia las necesidades emocionales, buscando estrategias para desarrollar la exteriorización de dichas necesidades como; ideas, pensamientos en cuanto a las formas de ver la vida, comunicar gustos y disgustos ante un hecho u objetos y principalmente expresar emociones y sentimientos.

Por otro lado, el DE al ser una manifestación de la comunicación verbal, también puede ser corporal, escrita, gestual, por medio de dibujos y/o pinturas, a esta forma de expresión se le denomina como comunicación no verbal. Como menciona Nieto (2018) no importa el medio, lo que importa es que exista el desarrollo de la expresión para que la vida de las y los jóvenes con discapacidad se más amena, fortalezcan su voz permitiéndoles mirar ciertas perspectivas de emociones desde dónde pueden darle forma, entenderlas y, además, transformar su realidad interna y externa.

El acto del desarrollo expresivo es, “una manifestación del YO a través de algún medio o material”, (Nieto, 2018) por lo tanto, esta manifestación del YO, podemos relacionarla con la necesidad que el joven con discapacidad necesita para fomentar y llevar a cabo la exteriorización verbal de sus emociones. Es por ello que es importante decir que el DE es un proceso que involucra la intención y la conciencia en un primer momento para expresarnos y aliviar una opresión de las emocionales y exista una *autoexpresión*, que es la espontaneidad que se brinda después de fomentar el desarrollo expresivo y el propio impulso intencionado para expresar algo que ya es conocido por el joven con discapacidad para estar en armonía.

Con los autores anteriores, se concluye que *el desarrollo expresivo* es la combinación para llevar de la mano aquellos procesos que nos ayuda a fomentar habilidades y actitudes, ya que a partir del desarrollo expresivo fomentamos la construcción de nuestros mundos, de la realidad que nos rodea para así comunicar todo aquello que pasa por nuestros pensamientos con la finalidad de poder llevarlos verbalmente.

#### **1.4 ¿Qué son las emociones?**

La vivencia emocional se produce en una realidad, vinculada a un espacio y a un tiempo” (Palou, 2004)

El *Oxford English Dictionary* define la emoción como “cualquier agitación y trastorno de la mente, el sentimiento, la pasión; cualquier estado mental vehemente o excitado”. Sin embargo, Goleman (2018) menciona que el término *emoción* se refiere a un sentimiento y sus pensamientos característicos, a estados psicológicos y biológicos, y a una variedad de tendencias a actuar. También la define como un ‘movimiento’; una competencia social, donde la clave es lo bien o lo malo que los individuos expresan sus propios sentimientos.

Según Palou (2004) define a las emociones como el reflejo del presente que provienen del pasado y que nos impulsa hacia el futuro, esto quiere decir que es una construcción de experiencias que se producen mediante una realidad, donde se vincula un espacio y un tiempo. Es todo lo que construimos día a día, ya que siempre vivimos rodeados de emociones. De igual manera, son vistas como un sentimiento interno, natural y surge a la voluntad de la persona, son espontáneas, es por ello que es importante conocerlas muy bien.

Por otra parte, también se conocen como *reacciones fisiológicas*, en donde nos detendremos en el conocimiento de las circunstancias, donde se encuentran los aspectos *externos*, como la expresión de un estímulo. La idea es que las emociones, también pueden ser expresadas mediante las conductas, sin embargo, deben ser apropiadas a una situación y a una circunstancia, donde estas son provocadas directamente por los estímulos externos, como se mencionó con anterioridad, y no por algún sentimiento interno llamado *emoción*. En pocas palabras la conducta será la disposición del comportamiento en la realidad, ya que constituye una propia emoción. En conclusión son *demonstraciones emocionales* que las personas comunican con el fin de producir un efecto de la persona que la recibe, o sea "son aquellas reacciones emocionales que producen en el organismo de los individuos ante situaciones de estrés, emoción o tristeza" (Goleman, 2018).

Ahora bien, la emoción tiene que ser expresada mediante herramientas que ayuden a comunicar una experiencia emocional, "esto facilitará al individuo a vivir en un mundo emocional estable" (Palou, 2004). Una de estas herramientas la podemos encontrar en el Arte, ya que las emociones desempeñan un papel predominante en la creatividad artística. Así pues, "la actividad de la emoción está compuesta por un orden de afectos, como los sentimientos que se manifiestan y el conjunto de movimientos expresivos" (Vygotsky, 2006).

Por consiguiente, Goleman, (2018) menciona que las emociones deben también ser entendidas como un resultante, o descarga de energía nerviosa, como la carga de trabajo y la energía intelectual. Es por ello que es importante conocer y reconocer todas las emociones que experimentamos, en especial "las emociones negativas",

ya que desvían la atención de las preocupaciones, interfiriendo el intento de concentrarse en otra cosa.

Dentro de las emociones primarias nos encontramos con; la ira, la tristeza, el temor, el placer, el amor, la sorpresa, el disgusto y la vergüenza, sin embargo esta lista no resuelve las preguntas de cómo categorizarla. Sin embargo, también existen los *estados de ánimos* que, son más apagados, pero duran mucho más tiempo que una emoción, es por ello que es importante prestar atención ante las emociones, ya que pueden detonar a estados de ánimos patológicos, como trastornos de la ansiedad y depresión, y estas necesitarán de ayuda psiquiátrica. Por otro lado, también existe el *temperamento*, que es la rapidez para evocar una emoción o estado de ánimo determinado que hace que la gente sea melancólica, tímida o alegre, es la relación de la forma de ser de las personas, ya sea positivo o negativo porque es la sensibilidad que uno tiene hacia las emociones.

Por otro lado, Vygotsky (2006) nos menciona que la emoción se deriva de los pensamientos y da como resultado para descargar energía, mediante la *emoción artística*, que da resultado a crear obras artísticas porque introducimos emociones que son expresadas donde nuestro organismo se encarga de producir. Es por esto que nos podemos dar cuenta que la emoción juega un papel importante para producir una obra de arte, ya que podemos plasmar emociones y sentimientos, y no por ser un artista, sino por la necesidad de exteriorizar nuestro sentir.

Ahora bien, la emoción también es vista como *la integración de la personalidad*, Shore (1994) nos dice que las emociones y la vida emocional tiene facetas múltiples e implican la consideración de factores fisiológicos, cognitivos y sociales, así como componentes externos e internos. Además, las emociones son parte de todas las transacciones decisivas con el ambiente, porque “guía, dirige y a veces desorganiza la acción, y es la moneda de las relaciones personales” (Sroufe, 2000). Así mismo, implican por lo general cambios fisiológicos, además de modificaciones faciales, posturales o conductuales. En conjunto, es la construcción para formar la personalidad de las y los jóvenes con discapacidad porque las emociones integran los factores fisiológicos para apropiarse del ambiente.

Para finalizar, *la emoción* por naturaleza es social y el desarrollo de la emoción no puede separarse de su contexto social, es por ello que el estudio se vincula estrechamente con el estudio del desarrollo social y la vida emocional, porque está incluida en las relaciones sociales. También es catalogada como una reacción subjetiva a un suceso sobresaliente, ya que se caracteriza por cambios de orden fisiológico, experimental y patentemente conductuales; y además de ser un proceso del desarrollo emocional, como se ha dicho, también estará relacionado con el desarrollo social, es decir, que, si las emociones se expresan en un contexto social, existirá el desarrollo emocional dentro de las matrices de las relaciones (Sroufe, 2000).

'Las emociones no expresadas nunca mueren, son enterradas vivas y más tarde salen a la luz de formas peores' (Sigmund Freud)

Con los autores anteriores, se concluye que *las emociones* son las reacciones ante situaciones que experimentamos día con día, es importante mencionar que las emociones siempre estarán presentes en nuestra vida y también es importante recalcar que se tienen que conocer bien para llevar un buen control, comprensión y auto-regularización de ellas, para así tener una vida armónica y estable. Así mismo, las emociones también son protagonistas de la construcción de realidades, ya que integra el desarrollo de nuestra personalidad para así interactuar con el ambiente donde nos encargamos de descargar la energía a partir de la exteriorización de las emociones.

### **1.5 ¿Qué es la inteligencia emocional?**

*La Inteligencia Emocional* (IE) consta de un conjunto de habilidades: el saber, conocer y comprender las emociones propias y de los demás, así también, la comprensión de uno mismo. También fomenta la motivación que necesitamos ante las complicaciones o situaciones que enfrentamos en la vida cotidiana, con la

finalidad de ser más productivos y eficaces en cualquier tarea, así mismo a percibir las decepciones, controlar aquellos impulsos que requerimos para solucionar un problema y a regular el mal humor que sentimos ante un malestar que nos impide pensar con claridad. Además, nos ofrece la habilidad de cultivar relaciones para mantener amistades estables, nos ayuda a tener la capacidad para resolver conflictos y desarrollar las destrezas para analizar relaciones sociales, como se mencionó con anterioridad, tener relaciones sociales estables. Hay que hacer notar también que la IE ayuda a que las y los jóvenes con discapacidad tengan o en su defecto empiecen a desarrollar el buen manejo de sus emociones; o sea, a fomentar la capacidad que se basará en la conciencia de uno mismo, así también de sus reacciones ante las situaciones que se enfrentarán (Goleman, 2018).

Por otro lado, *la Inteligencia Emocional* ayuda a reconocer las emociones de los demás, a esto se le conoce como; -sé empático. Ya que **la empatía**, de origen griego *empathia* que significa “emocionado”, será uno de los conceptos para construir la IE en los jóvenes con discapacidad, ya que es la interpretación de las tendencias sociales y emocionales, de prestar atención e identificar cuando una persona se siente triste, feliz o enojado, es como se dice coloquialmente “ponerse en el lugar de otro” o “ponerse en sus zapatos”, para también comprender cuál es el comportamiento adecuado para ayudar a los demás. Goleman (2018) menciona que las personas que son capaces de ayudar a los demás a controlar sus sentimientos o emociones, poseen un producto social valioso, con esto se refiere a que las personas siempre se acercarán a las ellas porque conservan un buen manejo e identificación de sus emociones porque tienen la habilidad de interpretar los sentimientos. Además, a partir de la IE, se desarrolla *la habilidad social* clave, también, de la empatía porque nos ayuda a comprender los sentimientos del otro y su perspectiva, es aprender a escuchar y a formular las preguntas correctas, a discriminar entre lo que el otro expresa, aprender a ser cooperativos y a tener compromiso para negociar soluciones ante conflictos sociales (Goleman, 2018). Es por ello que es importante aprender a desarrollar las habilidades emocionales, ya que, al prestar atención, ponerse en el lugar de los otros, y comprender las emociones, nos damos pauta a comportarnos adecuadamente ante cada situación.

Sin embargo, hay que destacar que también la IE influye la conciencia de uno mismo, en el sentido de reconocer los propios sentimientos y construir un vocabulario adecuado para poder expresar sentimientos y emociones. Es también aprender a desarrollar habilidades emocionales básicas para fortalecer vínculos entre los pensamientos, sentimientos y reacciones; saber si realmente esos sentimientos junto con los pensamientos están gobernando para tomar decisiones, si realmente regulamos las reacciones ante una emoción porque al tomar conciencia de nuestras emociones, también implica tomar conciencia de nuestras fortalezas y debilidades, verse a uno mismo transparente; o sea ser optimista pero a la vez realista porque si realmente nos conocemos bien, evitamos una baja autoestima a partir de un buen manejo de nuestras emociones.

Para concluir, la IE ayudará a las y los jóvenes con discapacidad a manejar sus emociones, ya que es una forma de prevenir el desarrollo de pensamientos pesimistas que se asocian con la depresión e impide relacionarse armónicamente con sus pares. Los ayudará a desarrollar habilidades emocionales como; el *autoconocimiento emocional*, mejorando en el reconocimiento y a su vez a la designación de las propias emociones, a tener la capacidad para entender las causas de los sentimientos y reconocer la diferencia entre sentimientos y acciones. De acuerdo con Goleman (2018), la *inteligencia emocional* es factible para el desarrollo y el *manejo de las emociones*, en el caso de los jóvenes con discapacidad, les permite tener mayor tolerancia a la frustración y con ello, propiciar una mayor certeza en la expresión de emociones como el enojo, nos ofrece más sentimientos positivos y mejor manejo del estrés. También nos ofrece el tener un mejor *aprovechamiento productivo de las emociones*, porque nos enseña a ser responsables para tener la capacidad de concentrarse en cualquier contexto que nos relacionemos y así evitamos la impulsividad ante una situación; nos ayuda a ser *empáticos*, porque nos ofrece la capacidad de comprender el punto de vista de los demás, a sensibilizarnos para percibir las emociones y sentimientos de otros y mejorar la capacidad de escuchar y finalmente fomenta *el manejo de las relaciones personales* porque aumenta la habilidad para analizar y comprender las relaciones,

mejora la comunicación, fomenta la cooperación y fomenta la solidaridad en las personas para ayudar a los demás (Goleman, 2018).

Retomando con el anterior autor, se concluye que la *Inteligencia Emocional*, es la construcción del aprendizaje de las emociones que toda persona tiene que conocer, ya que nos ofrece conocimientos eficaces para conocer, reconocer e identificar nuestras emociones y el de los demás, porque dentro del contexto social será muy importante llevar a cabo este aprendizaje de la I.E para así fomentar relaciones interpersonales estables.

### **1.6 ¿Qué es la educación emocional?**

La *Educación Emocional* (EE) es un proceso educativo, continuo y permanente; que se basa en el conocimiento de las propias emociones, es la relación que hay entre nuestros pensamientos y comportamientos. El objetivo primordial de la EE es distinguir las emociones de uno mismo como persona para conocernos más y así también nos ayuda a identificar las emociones de los demás y a desarrollar las habilidades emocionales para regular nuestras propias emociones. Así mismo tiene el objetivo de fomentar las competencias emocionales como elemento esencial para el desarrollo integral de las personas, armonizando los ámbitos cognitivos y afectivos; lo importante de la EE es "aprender a expresar las emociones y los sentimientos" Bisquerra, 2006 (citado por Barrantes-Elizondo, 2016).

Retomando lo anterior, Bisquerra, 2012 (citado por Márquez-Cervantes, 2017) menciona que la EE nos ofrece beneficios como: la adquisición de comunicación afectiva, resolución de conflictos, toma de decisiones responsables y a la prevenir enfermedades por ingesta de sustancias tóxicas, y así nos presenta menos problemas de conducta, fomenta la tolerancia a la frustración. Esto es el conjunto de competencias emocionales que se definen como el crecimiento de habilidades y actitudes para comprender, expresar y regular de manera afectiva las emociones.

Es por ello que es importante que la EE que siempre esté dentro de los currículos escolares de la educación, ya que el hablar del reconocimiento de las emociones y de los sentimientos de los seres vivos, nos ofrece aprendizajes emocionales como: saber cómo controlarlas, expresar lo que sentimos en cualquier situación y así también aprender a reconocer las emociones y lo sentimientos de los demás. Por otro lado, la EE es la *conciencia emocional*, en donde los individuos lograrán desarrollar o fortalecer una expresión emocional y propiamente una expresión conductual, así mismo dentro de sus contextos exista esa manifestación individual de sus emociones y sentimientos, con la finalidad de lograr una “comunicación con sus semejantes y tener o fortalecer vínculos sociales” (Bonilla, 2012).

Como conclusión, Palou (2004) nos menciona que la *educación emocional* es la aproximación de lo que queremos ser, tiene como objetivo; de generar crecimiento emocional en las y los jóvenes con discapacidad, que sean autónomos, es decir que los chicos puedan relacionarse y vivir sin sumisión sentimental con respecto a los demás, para la construcción de la realidad y el conocimiento de nuestras propias emociones.

Con los anteriores autores, se concluye que la *Educación Emocional*, es una serie de aprendizajes que nos ayuda a conocer con precisión las emociones para desarrollar habilidades emocionales, que nos ofrece una mejor interacción con nosotros mismo así con las demás personas que nos rodean, ya que nos ofrece una mejor regulación de nuestras emociones y una mejor expresión de ellas. También es importante mencionar que la EE nos brinda una mejor conciencia emocional de nuestras conductas y tener una mejor expresión de estas con el objetivo de seguir fortaleciendo tanto las habilidades emocionales, sociales y comunicativas verbales y no verbales.

## 1.7 ¿Cómo se distinguen las emociones de las sensaciones?

Para responder esta incógnita Bruner, (1999) nos menciona que las emociones, también son experiencias que nos ayudan a construir realidades y así mismo crear un significado de esa realidad. También las emociones nos avientan a comunicar nuestro sentir, a sentirnos parte de un lugar, nos ayudan a regular conductas porque nos guían, organizan y nos dirigen hacia acciones más plenas, a desarrollar habilidades expresivas y a desarrollar habilidades para relacionarnos con los demás. En pocas palabras, las emociones son aquellas reacciones emocionales que producen en el organismo de los individuos ante situaciones de estrés, emoción o tristeza (Goleman, 2018) es por ello que no las podemos separar del contexto social porque las emociones se vinculan al desarrollo de los jóvenes con discapacidad en todo su esplendor. En pocas palabras las emociones son aquellos procesos de desarrollo para fomentar habilidades comunicativas y sociales.

Por otro lado, las *sensaciones* son las respuestas ante una emoción porque dan respuestas inmediatas a los órganos de los sentidos (vista, tacto, olfato y gusto) frente al estímulo. Además, dentro de las sensaciones, la **percepción** será la interpretación de estas, o sea, la percepción se encargará de organizar las sensaciones. Por ejemplo, cuando estamos tristes (emoción), el estímulo interno son aquellas sensaciones de fatiga, de cansancio físico como emocional, así también aparecen las sensaciones de pérdida de la motivación, hasta la pérdida de la identidad personal. Las sensaciones que percibimos son las que tenemos que ponerles más atención porque se pueden prolongar y se puede desarrollar una tristeza patológica como la *depresión* que se asocian a las sensaciones anteriores, pero estas perduran por más tiempo en nuestro organismo.

Con los autores anteriores, se concluye que, para distinguir las emociones de las sensaciones es importante conocer, identificar y comprender las emociones, teniendo un buen conocimiento de estas, para poder entender que las sensaciones son aquellas reacciones a los estímulos externos. Sin embargo también es importante mencionar que cada persona experimenta de diferente manera a los

estímulos, o sea a las reacciones de aquellas emociones que se experimentan en un momento determinado. Entonces, finalmente las emociones son, las reacciones orgánicas, que también pueden ser fisiológicas, psicológicas o conductuales ante algún suceso o experiencia, y las sensaciones es la percepción de los estímulos, la respuesta de las emociones.

### **1.8 ¿Qué es la adolescencia?**

**‘La etapa adolescente es una oportunidad  
inapreciable  
para crecer  
en madurez personal’ (Castillo, 2002).**

La adolescencia es una etapa muy importante para los individuos, ya que hay diversos cambios que todo ser vivo atraviesa en su vida. Los cambios que se enfrentan son tanto biológicos, físicos, emocionales, sociales (...) dicho de otra manera, es una fase más del desarrollo del individuo que se caracteriza por la transición de la infancia a la edad adulta, en donde es importante comprender que la adolescencia es, una época de maduración y crecimiento; que está ligado al descubrimiento del propio yo.

Sin embargo, también se ha considerado a la adolescencia como una fase crítica que enfrentan los chicos en su vida, en otras palabras, enfrentan grandes cambios; ya que esta etapa se vuelve crítica porque el adolescente anhela adaptarse y permanecer en la vida. Es por ello que en este período los adolescentes llegan a tener conductas típicas de rebeldía, es aquí donde se vuelve “crítica” porque enfrentan inseguridades, defienden sus derechos, llevándolos a actuar con “rebeldía”, sin embargo, solo se debe a que son solo simples mecanismos de defensa. Es por eso que se tiene que ayudar a orientar esas conductas para descubrir sus valores y formular sus metas importantes para su vida; de este modo los adolescentes no podrán rebelarse porque cuentan con las herramientas para

seguir con esta faceta de su vida (Castillo, 2002). Dicho de otra manera, en un sentido positivo y como se ha dicho con anterioridad, *la adolescencia* significa *crecimiento, desarrollo de la personalidad y búsqueda de la conducta autónoma*, es por eso que se ve como una crisis porque es el descubrimiento de la adaptación ante la vida, mediante un proceso lento y difícil porque no suele resolverse en su momento, es un roce personal que tiene como finalidad de fomentar experiencias para mediar la educación afectiva.

Para entender esta etapa Castillo (2002) menciona en su libro que existen tres fases o momentos en la maduración de un adolescente:

- *Pubertad o adolescencia inicial*, que se extiende desde los once a los trece años de las chicas y de los doce a los catorce en los chicos;
- *Adolescencia media*, que va desde los trece a los dieciséis años en las chicas y de los catorce a los diecisiete, en los chicos;
- *Adolescencia superior*, que es de los dieciséis a los veinte años en las chicas y de los diecisiete a los veintiuno en los chicos.

Sin embargo, es importante mencionar que cada proceso de vida, la experimentamos a nuestra forma porque nadie es igual y cada uno de nosotros la construimos y sentimos a nuestra manera cada momento de nuestra vida, pero sin dejar de un lado que la adolescencia es un proceso lleno de aprendizajes emocionales, sociales, educativos (...)

Por otra parte, los aspectos positivos en los adolescentes: comienzan a reflexionar personalmente, llevándolos así a un análisis de sí mismos para llegar a los descubrimientos y a la crítica del mundo que les rodea, es por ello que los cambios emocionales, serán un conjunto de características que el adolescente adquiere para formar o construir su identidad, sin olvidar que las emociones juegan un papel muy importante en este proceso porque aprenden a reconocerse emocionalmente para enfrentarse ante la vida, a solucionar problemáticas y construir empatía para identificar y comprender las emociones de los demás.

Mientras tanto en la *maduración mental*, el adolescente se prepara para el desarrollo de la capacidad para el pensamiento abstracto, los sentimientos, donde pone una gran carga emocional en lo que piensa y lo que dice, y así mismo desarrolla la imaginación.

Retomando a los autores anteriores, se concluye que la *adolescencia* es una etapa muy importante. Al ser una etapa muy importante, como todo individuo tiene que comprender que está llena de cambios y estamos en constante desarrollo para construir una identidad. Cabe mencionar que los cambios notables que los adolescentes experimentan son: fisiológicas, físicas, psicológicas y emocionales, dentro de estos cambios los cambios emocionales, serán una de las claves importante para construir *la identidad*, así mismo con la interacción social y las experiencias que tendrá a lo largo de la adolescencia.

### **1.9 Proceso de la adolescencia a joven**

La Organización Mundial de la Salud (2020) menciona que la adolescencia es un periodo de preparación para la edad adulta, lo cual el ser humano experimenta una serie de experiencias para desarrollarse, Sin embargo, esta transición de la adolescencia a joven, trae consigo una serie de procesos como; la independencia social y económica, el desarrollo de la identidad, la adquisición de nuevas habilidades y aptitudes para establecer relaciones y asumir responsabilidades adultas. Por otro lado, dentro de este proceso, se tiene en cuenta el cómo se desarrolla el razonamiento abstracto, el cómo van resolviendo problemáticas a lo largo de este proceso. Es por ello que experimentan diversos conflictos de adaptación y de salud mental como: el consumo de sustancias como el alcohol y las drogas, sin embargo, estas experiencias pueden ser positivos y negativos, ya que dependerá mucho para el bienestar futuro del individuo porque al final ayudan a desarrollar el raciocinio de los futuros jóvenes.

En este proceso se construye la relación entre conducta y sus consecuencias, llegan a percibir el grado de control que necesitan para solucionar un problema y al tomar decisiones con respecto a su salud. Por otro lado, desarrollan la autonomía y a su vez construyen la independencia para hacerse cargo de sí mismos. Sin embargo, es importante mencionar que esta transición de adolescente a joven, son particularmente vulnerables a la exploración del acto sexual y a tomar conductas de alto riesgo, a no tener la facilidad de adaptación a las leyes y a las costumbres para así pasar de la adolescencia a la juventud.

En su transición de adolescente a joven, estos cruzan por distintos procesos como: desarrollar un pequeño nivel de independencia, tanto de la familia como de su comunidad, esto es para adquirir una serie de competencias importantes que les ayudará a hacer frente a las presiones que experimentan a lo largo de esta transición de la infancia a la edad adulta (Organización Mundial de la Salud, 2020).

Con los autores anteriores, se concluye que el proceso de la adolescencia a la juventud es una preparación para incorporarse a la vida adulta. Dentro de este proceso es muy importante mencionar que los adolescentes-jóvenes experimentan una serie de experiencias para cubrir con las necesidades que estará pronto a experimentar, como la independencia económica y social, la adquisición de nuevas habilidades y aptitudes para seguir fortaleciendo su desarrollo integral y sus relaciones interpersonales. También, es importante mencionar que dentro de este proceso, los jóvenes se preparan para contribuir socialmente y seguir desarrollando su adaptación para la vida adulta y seguir viviendo experiencia que lo ayudarán a fortalecer su identidad.

## 1.10 ¿Cómo se define a los jóvenes en México?

La “juventud” aparece desde la Edad Media, sin embargo, para el siglo XVIII, significaba *plenitud de vida o mediana edad*. No obstante, a lo largo del tiempo la definición de ‘joven’ se ha ido modificando a medida que los chicos se han enfrentado a las circunstancias, es decir que la sociedad va construyendo el concepto para reconocer a la juventud ante los demás. Es por ello que la sociedad la define como una fase específica de la vida, donde a través de un conjunto de prácticas culturales simbólicas, en donde los procesos configuran o reconfiguran la identidad juvenil.

Retomando lo anterior, el concepto de ‘joven’ está visto como un período donde los jóvenes viven procesos históricos, sociales, culturales, políticos y económicos. En donde el joven establece en cada uno de sus entornos distintos tipos de relaciones y desarrollan identidades; adquiriendo una representación social y cultural, donde tienen distintas formas de actuar... “forma de ser adulto” ante la sociedad.

Sin embargo, para a principios del siglo XX en México, el término *jóvenes* se empezó a gestarse como una construcción social, donde se designa como una fase de cambios, que inician con la adolescencia y que deberá culminar con una supuesta “madurez” en la que el sujeto termina por adaptarse a las exigencias de la vida social y laboral. En otras palabras, se considera como una fase de desarrollo porque no podemos dejar de considerarlo como una categoría sociocultural.

Ahora bien, otras de las definiciones que será importante mencionar sobre los jóvenes- son expresión de las condiciones que su sociedad les posibilita; no son efectos de circunstancias individuales, psicológicas o naturales, es la comprensión de sus mundos, proyectos personales, certeza y saberes sobre sí mismos y de los que les rodean-. Esta definición nos da pie, a que la ‘juventud’ es el estudio que se enfoca totalmente a la cultura construida socio-históricamente, ya que en ella se instituyen desde diversos contextos, antes mencionados: políticos, religiosos,

educativos, familiares, jurídicos, científicos, económicos; en donde cada uno de “los jóvenes configuran estrategias que alimentan su forma de ser, sus condiciones de vida y regulan los ámbitos de acción donde se expresa la juventud” (Fernández, 2015).

Dicho de otra manera, la *juventud* también es una categoría histórica, esto significa que es una construcción sociocultural, en este caso, es la transformación de los sujetos, de la infancia a la edad adulta. Sin embargo, la sociedad la considera como una fase porque está dotada de contenidos y formas de expresión que pueden ser sumamente variables, incluso dentro de una misma sociedad. Sin embargo, el joven crea y construye su realidad a través de un proceso subjetivo; se refiere a que el individuo establece una oposición de lo externo, de las prácticas de *hacer y ser*, que se refiere a la relación del sujeto con el mundo y los demás, con la finalidad de *saber*.

Posteriormente, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), ubica a los jóvenes (los hombres y a las mujeres) entre 15 y 29 años de edad, que son el 24.6% de la población del país. Si bien, para este criterio estadístico la juventud comienza a los 15 años, donde comienza a gestarse a partir de los cambios psicológicos que ocurren en la pubertad, cuando aparece una serie de transformaciones fundamentales en relación con la infancia y que derivarán en la conformación del niño a una persona adulta como: el crecimiento, la madurez sexual entre otros cambios.

Otro concepto que está dentro de la definición “joven”, está también “La cultura juvenil”. Como lo menciona Fernández (2015) la cultura no puede ser independiente al sistema social, esta estructura social y económica, es la base y el modo como se produce “la cultura juvenil” es porque la sociedad construye a la juventud, que está cargada de una multitud de valores. Así mismo es el cómo los jóvenes construyen la cultura juvenil a partir de las experiencias que viven dentro de una sociedad.

Otra forma que la sociedad define a los jóvenes mexicanos, es el cómo se enfrentan a las problemáticas al entrar a la “edad adulta”, ya que se ven como los principales “víctimas” del nuevo orden social y laboral; enfrentan al desempleo masivo y se han excluido de la educación, sin embargo la población joven es también el conjunto de prácticas institucionalizadas y de tareas que definen y a su vez canalizan sus comportamientos del cómo ser *joven*, es por eso que es importante prestarle atención a esta población ya que, a partir de sus representaciones sólo pueden ser reconstruidas a partir de sus prácticas culturales simbólicas porque estas los ayudarán para configurar y reconfigurar su identidad.

Para concluir, *la juventud* ha de ser abordada como un desarrollo para los individuos, como el tiempo crucial de la formación y la transformación de cada ser, de la maduración del cuerpo, así también como de la mente, de las opciones decisivas, es la búsqueda de aprendizajes académicos, amorosos, de sus éxitos y fracasos (...)

Con los autores anteriores, se concluye que la definición de *jóvenes* en México, es meramente una construcción social donde los jóvenes se involucran para construir una realidad para cubrir sus necesidades y así contribuir de manera positiva a la sociedad. Para crecer socialmente, culturalmente e individual para así construir ahora sí una identidad juvenil.

Finalmente es la conclusión de la adaptación social y laboral, mediante las prácticas culturales que encaminan a la plenitud.

### **1.11 ¿Qué es la discapacidad?**

La Organización Mundial de la Salud (2020) define a la discapacidad como el término general que abarca las deficiencias; que son los problemas que afectan a una estructura o función corporal de la persona. Las limitaciones de las actividades, se refiere a las dificultades para ejecutar acciones o tareas y a la restricción de la

participación en el ambiente. Por consiguiente, la discapacidad es un fenómeno complejo que refleja la interacción entre las características del organismo humano y las características de la sociedad en la que vive.

Se calcula que más de mil millones de personas —es decir, un 15% de la población mundial— están aquejadas por la discapacidad en alguna forma. Tienen dificultades importantes para funcionar entre 110 millones (2,2%) y 190 millones (3,8%) personas mayores de 15 años. Eso no es todo, pues las tasas de discapacidad están aumentando debido en parte al envejecimiento de la población y al aumento de la prevalencia de enfermedades crónicas (Organización Mundial de la Salud, 2018).

La discapacidad es muy diversa. Si bien algunos problemas de salud vinculados con la discapacidad acarrearán mala salud y grandes necesidades de asistencia sanitaria, eso no sucede con otros. En el artículo 25 de la Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad se reconoce que las personas con discapacidad tienen derecho a gozar del más alto nivel posible de salud sin discriminación (Organización Mundial de la Salud, 2018).

Sin embargo, en México, casi hay 125 millones de personas, en donde el 51.1% son mujeres, el 48.9% son hombres (INEGI, 2019) en donde el 49.1% de la población tiene una discapacidad.

Por otro lado, el manual de Clasificación Internacional del Funcionamiento de la Discapacidad y de la Salud (2001) define a la discapacidad como la modificación de la condición de salud, como la limitación en la capacidad por causa de una o más déficits, o una restricción en el desempeño/realización hacia las actividades. Sin embargo, dentro del manual existe el *Modelo Médico*, considera a la discapacidad como un problema de la persona directamente causado por una enfermedad, trauma o condición de salud que requiere cuidados médicos, donde se necesitan tratamientos individuales por profesionales.

Otro punto que explica y que es importante plasmarlo es que, la discapacidad no es un atributo, sino un complicado conjunto de condiciones, por las cuales se dice que son creadas por el ambiente *social* porque es vista como *modelo social* ya que se considera como un fenómeno fundamentalmente como un “problema de origen social y principalmente como un asunto centrado en la completa integración de las personas de la sociedad” es por ello que es importante y aconseja el manual que para manejar este problema se requiere de la actualización social y de la responsabilidad colectiva; para hacer modificaciones ambientales para que exista una participación plena de las personas con discapacidades en todas las áreas de la vida social.

Sin embargo, nos pegaremos más a la definición de la CIF, ya que en este proyecto nos enfocaremos a hacer las modificaciones ambientales pretendientes para que los jóvenes con discapacidad tengan esa participación y exista inclusión en todas las áreas de la vida social, ya que su condición de salud no impedirá que ellos logren integrarse al modelo social.

Con los autores anteriores, se concluye que la *discapacidad* es la limitación que afecta al desplazamiento, a la interacción con el ambiente, ya sea educativo, social, cultural, laboral (...) y perjudica el desarrollo pleno de las personas con discapacidad. Este concepto es muy importante comprender que los y las jóvenes con discapacidad tienen que gozar de los mismos derechos y obligaciones que las personas regulares, involucrando la inclusión, con el objetivo que las personas con discapacidad cuenten con la participación plena en todos los sectores para construir su integridad en su totalidad.

### **1.12 Definición de jóvenes con discapacidad ¿cómo se ve a los jóvenes con discapacidad en México?**

En primer lugar, en 2005 se promulgó en México la “Ley General de las Personas con Discapacidad”, donde se ampliaron los derechos de las personas con discapacidad. Posteriormente, en 2011 se instituye la Ley General para la Inclusión

de las Personas con Discapacidad, con el objetivo de reglamentar el Artículo Primero Constitucional, estableciendo condiciones donde el Estado deberá proteger y asegurar los derechos humanos y libertades de las PCD. Esta ley tiene como objetivo, también, asegurar la plena inclusión en la sociedad como “un asunto de orden público, de interés social” y tiene la obligación de observar a todo el país para llevar a cabo estas responsabilidades como Estado. Posteriormente, se crea el Programa Nacional para el Desarrollo y la Inclusión en PCD (2014-2018) donde de igual manera lleva a cabo los objetivos ya antes mencionados (SEDESOL, 2016).

### **1.13 ¿Qué es el Instituto de la Juventud de la Ciudad de México y cómo salvaguardan a los jóvenes con discapacidad?**

El Instituto de la Juventud de la Ciudad de México, se enfoca principalmente en la preocupación de las y los jóvenes de 15 a 29 años de edad, de la Ciudad de México porque intenta disminuir la agresividad y la inseguridad, mediante un programa llamado “Jóvenes Unen al Barrio”, que inicia a partir de febrero del 2019. El propósito de este programa se construye por la vulnerabilidad que los jóvenes se enfrentan dentro de la Ciudad de México, por el combate a las situaciones como: a los altos índices de violencia, delincuencia, adicciones, deserción escolar, embarazos no deseados, carencia de educación sexual y reproductiva, inestabilidad económica, discriminación, exclusión y criminalización, que afectan a su desarrollo integral, al núcleo comunitario que generan la descomposición de sus relaciones sociales (INJUVE, 2020). Así mismo el programa tiene la iniciativa de “promover la inclusión y la inserción social para construir con las personas jóvenes nuevos procesos comunitarios a través de acciones para fortalecer en las y los jóvenes una pertenencia e identidad con sus colonias, pueblos y barrios con el fin de reconstruir el tejido social, así como fomentar la cultura de la Paz y No Violencia (INJUVE, 2020).

Por otro lado, el Instituto de la Juventud de la Ciudad de México, también les brinda a los jóvenes educación sexual mediante pláticas y asesoramiento, así también

gozan de consultas médicas para que vivan y gocen su sexualidad con seguridad y responsabilidad. Así también cuentan con consultas para fomentar la educación emocional, donde los expertos ayudan a las y a los jóvenes a expresar sus molestias emocionales y sean jóvenes libres de ataduras negativas, que les impida un desarrollo integral para continuar con sus actividades sin reprimir nada.

Finalmente, el Instituto de la Juventud de la Ciudad de México, se encarga de lograr que las y los jóvenes puedan salir a la sociedad con herramientas necesarias para ser más eficaces ante cualquier situación. Les brinda la oportunidad de terminar sus estudios mediante programas educativos como; clases de idiomas, cursos para prepararlos a los exámenes de admisión a la media superior y la superior. Así también existen talleres artísticos y culturales para fomentar la cultura en los chicos para que exista un interés y se apropien de la gran riqueza cultural que México tiene. En pocas palabras, el Instituto de la Juventud de la Ciudad de México es la matriz, es el cambio para formar jóvenes eficaces, autónomos, que sean libres y responsables, ya que los jóvenes también serán el cambio para eliminar las barreras de una sociedad y fortalecer la paz e eliminar la discriminación hacia esta población.

Dentro del Instituto de la Juventud de la Ciudad de México, los jóvenes son titulares de derechos y tienen la protección de la ley para participar en la vida pública y en la planeación y desarrollo de la sociedad. Es por ello que dentro del instituto se crearon brigadas para salvaguardar a las y los jóvenes de la Ciudad y fomentar su integridad. *Inclúyeme*, es la brigada importante en esta tesis, nos brinda una propuesta educativa, salvaguarda a los jóvenes con discapacidad, fortaleciendo habilidades educativas para terminar sus estudios y sean eficaces dentro de la sociedad. También dentro de la brigada existen actividades donde invitamos a la sociedad a conocer la *inclusión*, esas actividades tratan de enseñarles algunas señas de la Lengua de Señas y Braille (la escritura de las personas ciegas). Con este tipo de actividades también fomentamos la interacción de los jóvenes con discapacidad y la sociedad, para que no tengan miedo de exponer sus habilidades frente a la sociedad.

Sin embargo, es importante mencionar que la brigada *Inclúyeme* salvaguarda principalmente a los jóvenes con discapacidad sin rango de edad, ya que hay jóvenes de entre 17 años de edad a jóvenes adultos de 32 años de edad, esta excepción se da a que al ser una población muy vulnerable, se da la oportunidad de que los jóvenes adultos gocen de experiencias educativas, sociales y culturales, con la finalidad de fomentar la inclusión dentro del instituto y en la sociedad. Así también, para fomentar sus habilidades sociales y emocionales, para disminuir o eliminar las barreras que se enfrentan y que los oprime para desarrollarse dentro de la sociedad como una persona regular.

Por otro lado, es de suma importancia explicar los diferentes tipos de discapacidad que se atienden dentro de la brigada "*Inclúyeme*". Se salvaguarda a los jóvenes con discapacidad intelectual, motriz, visual, auditiva y psicosocial.

Según la Guía de Consulta de los Criterios Diagnósticos del DSM-5 (2014) la Discapacidad Intelectual (Trastornos de Desarrollo Intelectual) es un trastorno que comienza durante el período de desarrollo y que incluye limitaciones del funcionamiento intelectual como también del comportamiento adaptativo en los dominios conceptual, social y práctico. Dentro de la Discapacidad Intelectual, se encuentran tres criterios: *Deficiencias de las funciones intelectuales*, como el razonamiento, la resolución de problemas, la planificación, el pensamiento abstracto, el juicio, aprendizaje a partir de la experiencia. *Deficiencias del comportamiento adaptativo*, producen fracasos en el cumplimiento de los estándares de desarrollo y socioculturales para la autonomía personal y la responsabilidad social. Las deficiencias adaptativas limitan el funcionamiento en una o más actividades de la vida cotidiana, como la comunicación, la participación social y la vida independiente en múltiples entornos tales como el hogar, la escuela, el trabajo y la comunidad. Y finalmente tenemos los inicios de las deficiencias intelectuales y adaptativas durante el período de desarrollo. Así pues, la *Discapacidad Intelectual* es el término de uso común en la profesión médica, educativa y otras, así como es la legislación pública y grupos de influencia.

Por otro lado, la definición de *Discapacidad Motriz* (Trastornos Motores), dentro del DSM-5 (2014) es la falta de adquisición y ejecución de habilidades motoras coordinadas, donde afecta a la productividad académica/escolar, las actividades pres vocacionales y vocacionales, el ocio y el juego. Dentro de los trastornos de movimientos está asociada a una afección médica o genética.

La Discapacidad Visual, según la Organización Mundial de la Salud (2014) refiere a las personas con deficiencias funcionales del órgano de la visión y, de las estructuras y funciones asociadas. En donde hay limitaciones para la realización de tareas cotidianas, afectando la calidad de vida.

La Discapacidad auditiva (Trastorno Fonológico) según el DSM-5 (2014) es una alteración que causa limitaciones en la comunicación eficaz que interfiere con la participación social, los logros académicos o el desempeño laboral, de forma individual o de cualquier combinación. Una persona con discapacidad auditiva, enfrenta limitaciones para desenvolverse en la sociedad, por las dificultades para detectar las fuentes sonoras, identificar sonidos de habla o ambiental, seguir una conversación y comprender el lenguaje oral.

Según el DSM-5 (2014) la Discapacidad Psicosocial (Trastornos Psiquiátricos) consta de la presencia de síntomas de delirios, alucinaciones, discurso desorganizado y comportamientos muy desorganizados o catatónicos. Dentro de estos trastornos psiquiátricos, también se encuentra la pérdida del contacto con la realidad, déficits cognitivos como; el deterioro del razonamiento, atención, la resolución de los problemas, memoria de trabajo y a largo plazo, pensamiento abstracto y comprensión de las interacciones sociales.

Con la información anterior, se concluye que el Instituto de la Juventud de la Ciudad de México, se encarga de salvaguardar a todos los jóvenes de la ciudad con la finalidad de terminar sus estudios, de pertenecer a una comunidad segura, llena de oportunidades para disminuir la vulnerabilidad y sean individuos realizados, autónomos y responsables. Dentro de INJUVE existe la brigada "*Inclúyeme*" que brinda apoyo a los y las jóvenes con discapacidad con la finalidad de fomentar habilidades emocionales, sociales y educativas para incorporarlos a la vida laboral

y sean personas autónomas y disminuir o eliminar las barreras que enfrentan y que afecta su desarrollo integral.

El Diagnóstico sobre la situación de las personas con Discapacidad en México, SEDESOL (2016) identifica algunos problemas que enfrentan las PCD, como: tienen una baja participación en el mercado laboral; ya que socialmente se dice que su productividad no es la misma que la de una persona sin discapacidad, sin embargo la Ley General para la Inclusión de las Personas con Discapacidad (LGIPCD) defiende el derecho a la igualdad para brindarles mejores condiciones para trabajar y que tengan el poder de elegir un empleo donde obtengan ingresos y puedan desarrollarse en ambientes inclusivos, abiertos y accesibles para eliminar la discriminación. Por otro lado, también existe un eficiente acceso a la educación, por lo cual es importante brindarle educación en todos los niveles, que se incluyan programas específicos, que les permitan continuar sus estudios a niveles más superiores. En pocas palabras las PCD enfrentan barreras educativas, físicas, sociales y económicas, las cuales les excluye de participar como miembros iguales de la sociedad mexicana, sin embargo, en la Ciudad de México salvaguarda los derechos de las PCD, para que exista la participación social y tengan la misma oportunidades y derechos, tanto en el sector público o privado como toda la población mexicana.

Finalmente, México forma parte de la convención sobre los derechos de las PCD de la ONU, es por ello que la discapacidad, ya sea permanente o temporal, forma parte de la condición humana, sin embargo eso no quiere decir que no puedan gozar de sus derechos, siendo personas que tengan una plena inclusión en la sociedad, en la educación, en el trabajo, en la salud, accesibilidad; donde existan espacios especializados, donde exista un ambiente más amigable para ellos, en particular, que haya la disponibilidad de desplazamiento para que se puedan trasladar las PCD a sus trabajos, a la escuela o a espacios recreativos sin ningún problema.

Con los autores anteriores se concluye que, el Estado Mexicano tiene la obligación de salvaguardar a las PCD, brindar inclusión para ofrecerles una educación de calidad, participación social y cultural, igualdad y seguridad para disminuir la

discriminación hacia ellos y ellas. Así también brindar una mejor infraestructura para que las PCD puedan desplazarse con libertad y seguridad con la finalidad de seguir fortaleciendo su participación y para que su desarrollo integral sea pleno.

#### **1.14 ¿Cómo se desarrolla la expresión de las emociones en los jóvenes con discapacidad dentro del Instituto de la Juventud?**

*El desarrollo expresivo*, como nos menciona Sprankin (1998) se produce a partir de situaciones de enseñanza intencionada y sistemáticamente que propiamente el Instituto de la Juventud tiene que ofrecerles, con la finalidad que se propague la comunicación, que exista la necesidad y el deseo de expresar sus emociones. Así mismo, el institución, tiene la responsabilidad de preparar a los jóvenes con discapacidad para sus futuras responsabilidades y para que tengan éxito en sus vidas, para adquirir y para que construyan aprendizajes significativos; es por ello que mediante *la experiencia* de los guías (que conforman la brigada de *Inclúyeme*) los jóvenes adquirirán o reforzarán mediante esas experiencias, aquellos aprendizajes que finalmente son “productos culturales de sociedades” (Dewey, 2004) que sirven como alimento educativo; aquellas habilidades emocionales para expresarse y fortalecer relaciones eficaces para llevar a cabo el objetivo .

Miret (citado por Carbó, 2016) menciona que la expresión del mundo interno está íntimamente relacionada con lo que nos pasa a nivel emocional, entonces al trabajar con el desarrollo expresivo en los jóvenes con discapacidad, existe una mejor interacción en su persona, esto quiere decir que se tiene el objetivo de aprender, reconocer sus necesidades emocionales; y sepan cómo expresar cada una de las emociones y sentimientos que tendrán a lo largo de su vida. En otras palabras, el joven con discapacidad aprenderá a partir de la relación de su entorno a conocerse a sí mismo y a su vez utilizar herramientas para seguir desarrollando su expresión de sus emociones.

Por otro lado, para ayudar a la construcción del desarrollo emocional debe estudiarse junto con el desarrollo cognitivo y social de los chicos, ya que este es un proceso integrado, es por eso que la expresión de las emociones ayuda a “la regulación emocional y de igual manera a la integración de la personalidad” (Sroufe, 2000). Retomando lo anterior, la *experiencia* es necesaria para que los jóvenes puedan recoger sus vivencias del pasado para poder modificar su calidad de vida y así construir un ambiente armónico.

Con los autores anteriores se concluye que el proceso para potencializar el desarrollo expresivo en los jóvenes con discapacidad, será mediante la experiencia que los mediadores a partir de sus conocimientos puedan fomentar la expresión de emociones y sentimientos con la finalidad que los chicos y chicas construyan prontas experiencias que los ayuden a fortalecer habilidades emocionales, sociales, comunicativas verbales y no verbales. También, la interacción con el medio ayuda a fortalecer las habilidades mencionadas y finalmente, con la relación con sus semejantes, con la finalidad de conocerse así mismo y fomentar el desarrollo expresivo de sus emociones.

### **1.15 La importancia del desarrollo expresivo de las emociones en los jóvenes con discapacidad.**

“Gracias a la experiencia cotidiana, sabes que la emoción nos mueve, que llena nuestros días de luz y sombra, y que nos hace actores más espectadores en el drama de la vida” Magda Arnold (1960)

Ahora bien, nos enfocaremos en los beneficios que conlleva el desarrollo expresivo de las emociones en los jóvenes con discapacidad y el impacto que marca en su vida cotidiana y así mismo en la importancia del desarrollo educativo, social y afectivo. Es por eso que el progreso del desarrollo emocional está entrelazado con los avances en el desarrollo social, porque “se despliegan en el contexto social y ocurren aspectos más amplios del desarrollo emocional y entre ellos la regulación del efecto, dentro de la matriz de las relaciones” (Sroufe, 2000).

De los estados o procesos mentales, las emociones pueden considerarse como las más complejas, en la medida en que se mezclan con todos los demás procesos fisiológicos, cognitivos, sociales y emocionales (que se han mencionado con anterioridad) sin embargo, la población juvenil se va apropiando de estos procesos, a partir de la experiencias que viven, es por esto que el interés del desarrollo expresivo de los jóvenes con discapacidad será de suma importancia, ya que si no volteamos a ver esta necesidad existirá un *malestar emocional*, que son todos los factores que impiden una expresión de las emociones como:

- Aislamiento o problemas sociales,
- ansiedad y depresión,
- problemas de la atención o del pensamiento y,
- delincuencia y agresividad.

Es por ello que el aprendizaje de las habilidades de la expresión de las emociones será la cúspide en la juventud porque como menciona Goleman (2018) es especialmente útil para desarrollar destrezas emocionales que incluye:

1. el autoconocimiento para mejorar en el reconocimiento y la designación de las propias emociones.
2. La identificación; que se refiere a la mayor capacidad para que los jóvenes entiendan las causas de sus sentimientos y emociones, así mismo a la expresión y al manejo de los sentimientos,
3. ayuda al control de los impulsos; que sepan reconocer la diferencia entre sentimientos y acciones, por último, “el manejo del estrés y la ansiedad”.

Es por eso que el joven al ser capaz de controlar sus impulsos, rinde los beneficios sociales; allana el camino hacia la empatía, a escuchar con más atención, regular emociones y controlar conductas erróneas.

Ahora bien, en el ámbito educativo uno de los beneficios que se fortalece al desarrollar la expresión, es la *afectividad*, ya que facilita el rendimiento escolar; si existe motivación, expresión emocional, habrá un aprendizaje afectivo. Todo este conjunto de sensaciones, emociones y sentimientos que implica la tarea educativa,

hace que se implica el proceso personal de crecimiento y madurez afectivo-emocional, ya que obliga a los jóvenes a poner en juego constantemente sus capacidades de regulación y expresión emocional, y a “reflexionar sobre sus propios límites y posibilidades personales para poder hacer frente a los retos que tendrán a lo largo de su vida” (Palou, 2004).

Por otro lado, Palou (2004) nos menciona que la importancia del desarrollo expresivo en los jóvenes con discapacidad tiene gran peso en las relaciones afectivas, con la finalidad de establecer o fortalecer cada uno de los contextos donde ellos se relacionan para llevar a cabo las habilidades emocionales, para permitir potencializar la expresión de los sentimientos y ofrecer espacios, tiempos y recursos para que la comunicación sea de calidad, así mismo en su grupo de amigos será un elemento favorecedor del crecimiento personal. Según Jauss (año) el desarrollo expresivo lo percibe como el fomentar la libertad de conciencia de los comportamientos mediante la producción o creación, fortaleciendo así la aceptación a la libertad, con la finalidad de que se conozcan a sí mismos y seguir fortaleciendo las habilidades emocionales, aprender a no tener miedo al expresar su sentir, a tomar decisiones y a exteriorizar cada uno de las emociones y sentimientos que tendrán a lo largo de esta etapa llena de cambios y de aprendizajes nuevos, que serán parte de un buen equilibrio y a su vez tener un buen manejo de sus emociones, “permitiéndoles tener una vida armónica y estable” (Orihuela, 2012). Así también como nos menciona Goleman (2018) forjar el desarrollo expresivo en los jóvenes con discapacidad, beneficiará sus relaciones interpersonales; sean estables y comuniquen su sentir, sean asertivo y tengan empatía hacia los demás, porque las personas que tienen habilidades emocionales bien desarrolladas, tendrán más posibilidades de sentirse satisfechas y ser eficaces en su vida.

Además, hay que tener en cuenta que el mundo emocional de cada persona tiene una organización y una estructura distinta, sin embargo, tiene la misma finalidad, desarrollar la expresión emocional de los jóvenes con discapacidad, mediante la creatividad, la fluidez de comunicar el sentir, que sea explosivo, pero no impulsivo y que sea monótono para que no exista un estancamiento emocional, o sea que no

desarrollen problemas depresivos y de ansiedad. Es por ello que no podemos soltar la importancia de ayudar a los jóvenes con discapacidad en la búsqueda de un desarrollo expresivo de sus emociones, porque busca "el equilibrio entre su proceso de identidad personal y el proceso social, que será esencial para entender su mundo emocional y el de los demás", (Palou, 2004) y, en segundo lugar, (proceso social) ayuda a fortalecer sus relaciones interpersonales; porque serán estables y comunicarán su sentir e ideas en su grupo de amigos.

Finalmente, Piantoni (2001) nos menciona que, cuando el joven con discapacidad adquiere el desarrollo expresivo, también fortalece la capacidad de plantearse problemas y buscar soluciones, de reflexionar, estructurar y determinar nuevas relaciones, de conquistar, en fin, el hacer y el expresarse, jugando, pintando, modelando, recitando, ofrecen a estos chicos la posibilidad de establecer una relación con los demás.

En conclusión, con los autores anteriores, la expresión debe prepararse antes para fomentar el desarrollo expresivo en los jóvenes con discapacidad porque les ayuda a repararse a sus futuras responsabilidades y construir el éxito porque "las emociones y sentimientos están representados en los procesos de creación de significado y en nuestras construcciones de la realidad" (Bruner, 1999). Finalmente, retomando a Piantoni (2001) el acto expresivo implica de forma total al joven con discapacidad, ya que se comprenden los procesos, en el plano biológico, perceptivo, afectivo, intelectual y social. Enfocando una experiencia y estimulando a tener confianza también en sí mismos.

Con los autores anteriores, se concluye que existen varios aspectos que le da peso a la importancia de potencializar el desarrollo expresivo de los jóvenes con discapacidad; uno de esos aspectos es, a partir de la expresión de su sentir, disminuye frustraciones, o sea malestares emocionales que se quedan reprimidas, el desarrollo expresivo nos ayuda a cubrir necesidades emocionales para así potencializar tolerancia a la frustración. Otro de los beneficios que nos ofrece el D.E es desarrollar las habilidades emocionales, fortaleciendo relaciones interpersonales con la finalidad de formar individuos sociales, teniendo control de sus impulsos y ser

personas más afectivas. Por último, nos ofrece regulación de nuestras emociones con la finalidad de expresar nuestras emociones.

### **1.16 Educación sensorial en los jóvenes con discapacidad**

Castañeda (2021) nos menciona que la Educación Sensorial, al ser un conjunto de conocimientos, de procesos de aprendizajes cognoscitivos dentro del campo educativo y de la vida cotidiana, que nos brinda a “comprender las interacciones socioculturales de los aprendizajes desde su entorno cultural” porque mediante la E.S existe la expresión de varias estrategias, facilitando la mediación y el intercambio para observar distintas formas de apropiación cultural. Así también, nos conecta con el mundo, porque lo hace visible y aprehensible en sus diversas formas con la finalidad de interactuar con nuestro entorno. Finalmente, la Educación Sensorial, *comprende al arte desde los sentidos, ya que comprende la riqueza de los entornos culturales porque conecta las experiencias estéticas con los procesos cognitivos de una manera más significativa para la educación* (Castañeda, 2021).

Por otro lado, Braun (2003) menciona que *La educación sensorial*, ayuda a desarrollar los sentidos, ya que nos da herramientas para fomentar la interacción con el resto del universo que los rodea, así mismo se ha de desarrollar para percibir cualquier información porque al final los seres vivos siempre seremos capaces de sentir, es decir, percibimos información en cualquier momento de nuestra vida. Así también la ES, descubre medios en donde los jóvenes podrán “desenvolver el potencial de expresión que poseen”, (Chávez, 2004) porque el cuerpo humano es capaz de sentir la sensibilidad en cada acción.

Dentro de la educación sensorial, existe el *lenguaje visual*, porque pasa por vías sensoriales más despiertas, al ser lenguajes simbólicos, tienen por objeto expresar de una forma sensible, ayudando a los sentidos a desarrollar a en los seres vivos como los instrumentos que les sirven para tener una relación o una interacción con el resto del universo que los rodea.

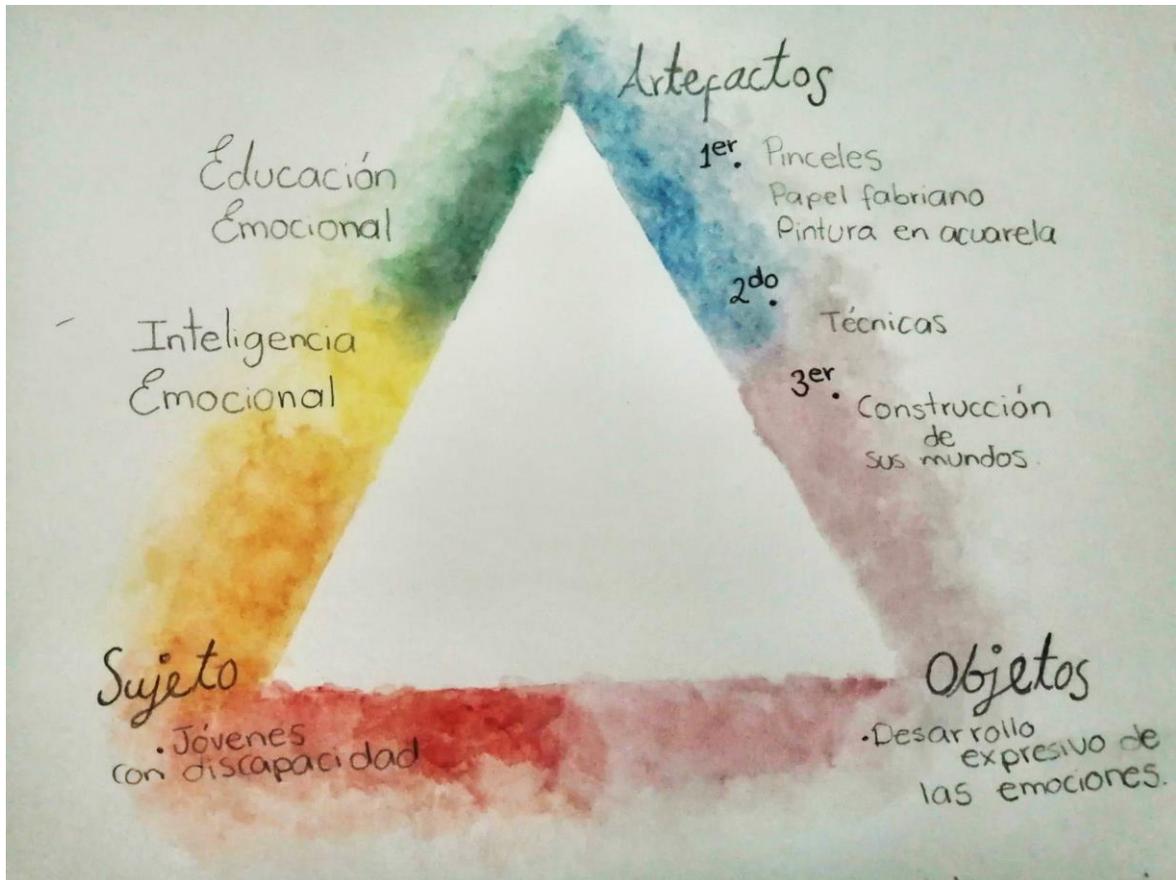


Ilustración: "Triángulo del arte emocional". (2020) Elaboración propia.

### 1.17 Estimulación de los sentidos.

La estimulación de los sentidos, Chávez (2004) nos menciona que es, el medio natural de la expresión y de la comunicación, donde tiene que ser educada mediante los sentidos, principalmente para despertar de una manera espontánea la necesidad de describir y narrar, en pocas palabras, el poder de expresarse a partir del uso de sus sentidos.

Sin embargo, hay que tener presente que el cuerpo humano al ser sensible a todo tipo de acciones o estímulos, podemos apreciar de mejor manera la calidad del material, de las proporciones visuales, la relación táctil de superficies y masas, y

con esto tenemos una mejor comprensión del mundo porque a través de los sentidos podemos prestar más atención a nuestros propios actos.

### **Estimulación visual**

Por otro lado, la estimulación visual son una serie de ejercicios para fortalecer la sensibilidad visual y plástica, donde son tomados en cuenta los colores, la forma y la luz, donde también la línea se tiene que tener en cuenta, ya que es el vehículo para expresar los sentimientos y emociones.

Este estímulo es el más valioso, porque a partir de él las personas conocen; las formas, los colores y las texturas, es el canal donde llega la máxima información.

### **Estimulación táctil**

La estimulación táctil, es una experiencia sensorial porque puede desencadenar la *percepción*, ya que tiene la finalidad de aumentar la inteligencia y la capacidad de aprendizaje.

Como conclusión, el estimular los sentidos, nos brinda la oportunidad de poseer varias vías para procesar y almacenar información. Shiffman (2002) considera que el educar a los sentidos incluye un variado repertorio de técnicas de entrenamiento y control de las capacidades sensoriales. Y a su vez, “la forma en que hacemos funcionar los sentidos, tiene como consecuencia la adaptación al ambiente (Braun, 2003).

Con los autores anteriores se concluye que, la Educación Sensorial desarrolla los sentidos, fomentando una mejor interacción con todo lo que nos rodea, de desenvolver nuestro potencial a la hora de expresarnos, ya sea verbal o no verbal. Así también a partir de nuestros sentidos podemos prestar más atención a nuestros propios actos, de la información que recibimos para así poderla retener, en fin, de prestar atención a todo lo que nos rodea con la finalidad de interactuar con todo lo que nos ofrece la Educación sensorial.

Como conclusión de este primer capítulo, retomamos que la información que se argumentó con anterioridad lleva un proceso conceptual para construir una realidad,

esta realidad consta del aprendizaje emocional para el desarrollo expresivo en jóvenes con discapacidad, de proporcionar la información pertinente para ayudar al conocer cada uno de los procesos del individuo, de la adolescencia a la juventud, así mismo de brindar el conocimiento de cada una de las disciplinas que están encargadas al desarrollo emocional para construir una Educación Emocional eficaz en jóvenes con discapacidad y fomentar el ámbito de expresar de forma autónoma y espontánea sus emociones y sentimientos.

## **Capítulo 2. Las Artes Plásticas en los jóvenes con discapacidad**

Antes de pasar al segundo apartado, es importante mencionar que la Educación Sensorial y las artes, tienen una fuerte relación porque lo sensorial y las artes plásticas *“simbolizan objetos estéticos y se refiere a los actos de simbolizar una realidad, ya que, se representa mediante las percepciones, formas de sentir, de emocionarse en una realidad”* (Castañeda, 2021 pág. 232). Y con lo anterior, se concluye que, refiere a los conjuntos de comprensión de las interacciones socioculturales de los aprendizajes desde un entorno cultural donde existe un conjunto de conocimientos, procesos de aprendizajes cognoscitivos, donde se involucra el campo educativo y las experiencias de la vida cotidiana.

### **2.1 ¿Qué es el arte?**

***‘El Arte no es un producto de la naturaleza, sino de la actividad humana’***

En primer lugar, Jauss (2002) nos menciona que el arte es la libertad donde podemos plasmar las experiencias vividas, ya que se fortalece aprendizajes de nosotros mismo y del mundo que nos rodea porque permite reconocer todo nuestro pasado y así conservar como lo menciona “conservando de este modo el tiempo

perdido” porque es la liberación de y liberación para el goce de lo bello para plasmar y expresarse.

De acuerdo a Castillo, 1994, el arte es un quehacer humano que sutilmente transforma o modifica la naturaleza, idealizando o, a veces, reforzando el medio donde la sociedad desarrolla sensibilidad a partir de las artes, ya que tiene acceso a las ideas, esto quiere decir que el arte ayuda a explicar la realidad, traduce experiencias y enseña a ver justamente las cosas del mundo.

Sin embargo, también es importante plasmar que, para Gardner, el arte hace una gran aportación a la formación de la mente humana, ya que fomenta conocimientos, implicando formas complejas de pensamiento y a su vez desarrollamos un amplio panorama de competencias simbólicas, más allá del lenguaje y la lógica, como el caso de los símbolos de las artes. Relacionando con lo anterior, Goodman (citado por Moreno, 2010) menciona que “el arte tiene una relación dialéctica entre lo que sabemos y lo que percibimos, entre lo aprendido y lo experimentado, entre el objeto y el sujeto, entre lo real y lo imaginario, entre lo sentido y lo vivido, entre la forma y los símbolos”. En pocas palabras el arte es visto como el desarrollo que el humano necesita para relacionarse con su entorno interior como el exterior.

Por otra parte, Vygotsky (2006) nos menciona que el arte, trabaja con sentimientos. Se preocupa de las sensaciones, emociones y pasiones que forman parte del contenido de una obra artística, pero son transformadas por ella; donde el arte exige razonamiento y es un ejercicio para el pensamiento, creando y a su vez acompañado de emociones intensas. Es por ello que a partir de él podemos establecer puentes de comunicación con otros seres humanos, creando formas de expresión para comunicar pensamientos, ideas, emociones y sentimientos. Por último, nos ofrece el conectar al sujeto con su propia identidad individual y cultural porque es uno de los instrumentos más poderoso para la construcción de realidades.

Con las autores anteriores se concluye que el arte es un medio expresivo que nos ayuda a comunicar ideas, emociones y sentimientos ayudando a construir experiencias, fomentando conocimientos, implicando formas complejas de

pensamiento que fortalece relaciones con su entorno, tanto con el mundo interior y exterior.

## 2.2 Psicología del arte

Según Vygotsky (2006) *la psicología del arte*, ser un estudio de la percepción sobre las emociones, la imaginación y la fantasía, es también otra forma del pensamiento emocional, es la emoción de derroche de energía psíquica o bien posee algún valor en la vida psíquica del individuo, en donde el arte cumple la realización tangible de los deseos fundamentales de la psique.

El arte debe necesariamente ser asociado con los sentimientos y emociones mixtas, donde tiene que existir la descarga de energía, donde la catarsis expresa la respuesta estética, que es la transformación de los efectos, la respuesta inaudita que culmina la descarga de las emociones.

La psicología del arte, como no lo menciona Vygotsky (2006) es igual a vida, porque resuelve problemas en términos de psicología, el arte nos contagia de emociones y muy difícil podemos apartar el arte para el desarrollo expresivo de las emociones. Así como nos ayuda a sistematizar la psique del hombre en cuanto a la esfera socioemocional, nos brinda procesos psicológicos de percepción porque exige al razonamiento, basándose siempre en las emociones porque se manifiestan en movimientos expresivos y el arte es un cierto ejercicio que ayuda al pensamiento emocional que es una forma de la misma *psicología del arte*.

Por otro lado, en la P.A el arte se basa en los impulsos y deseos del subconsciente, y que a veces nos impide observar nuestras necesidades, sin embargo, de ahí parte el alcanzar, como dice Vygotsky (2006) esa “satisfacción para llegar al placer y al goce de las formas artísticas”, esto quiere decir que para expresar esos deseos que a veces no podemos satisfacer de forma directa, por medio del arte, encontramos métodos para manifestar deseos, emociones y pensamientos.

Finalmente, dentro de la P.A Vygotsky (2006) menciona que el arte es igual a una fantasía, pero está relacionada con una emoción intensa y real, esto es la relación de la fantasía y la realidad para convertirse en una terapia, para eliminar todos aquellos conflictos que tenemos en el subconsciente y así atender las necesidades socioemocionales para expresarlas con ayuda del arte.

Con lo anterior se concluye que la *psicología del arte* es el estudio que nos ayuda a desarrollar la percepción de las emociones brindando procesos psicológicos que nos ayudan a manifestar nuestro pensamientos emocionales que nos brinda satisfacción para llegar a la plenitud de las formas artísticas, ya que a partir de la psicología del arte podemos encontrar métodos para poder manifestar deseos, emociones y pensamientos y atender necesidades socioemocionales para expresarnos.

### **2.3 Educación a través del arte**

Según Arnheim (2006) dentro del ámbito educativo las artes forman un papel importante porque es un medio natural, en relación con los jóvenes con discapacidad podrán expresarse y comunicarse de forma *natural*; ya que, el arte al ser una estrategia de aprendizaje y enseñanza, también, asume la necesidad de transformar la realidad sociocultural, al ser un lenguaje artístico forma sistemas elementales para construir relaciones complejas entre joven-obra-contexto permitiéndoles una mejor interacción entre el arte y sus funciones cognitivas.

La educación al ser una experiencia de proceso social, también desarrolla el proceso individualizado, o sea a la formación de actitudes que surgirán a través del contacto y de la comunicación con los demás. Así mismo, por medio de la pintura, del arte, podemos expresar ideas, emociones, reacciones ante determinadas situaciones y experiencias, porque para Arnheim (2006), el arte ayuda los a situarnos en la complejidad del mundo y entiende que la educación es incompleta si no existe la “expresión artística”, ya que la *educación artística* contribuirá al desarrollo de los jóvenes con discapacidad, por medio del *arte*, que es un

instrumento poderoso para la construcción de nuestras vidas. Finalmente, Vygotsky, (2006) nos menciona que el arte es el trabajo del intelecto potencializando, así que, los conocimientos que las y los jóvenes con discapacidad, que irán adquiriendo en el contexto educativo, así también fortalecerán el pensamiento emocional para expresarse de forma espontánea.

Con los autores anteriores se concluye que cuando existe la educación a través del arte, ayuda a que el proceso de los chicos y chicas sea más ameno, ya que al ser una herramienta y estrategia importante fomenta a la transformación de la realidad para formar individuos socialmente productivos e individuales nos ayuda a contribuir a nuestro desarrollo integral.

#### **2.4 El arte como expresión emocional**

El arte es la expresión emocional y sentimental que el joven con discapacidad necesita para construir su mundo interno y personal. Orihuela (2012) ve al arte como lo real, lo que recordamos, lo que soñamos y lo que imaginamos. A su vez el Arte al ser terapéutico, nos menciona Graeme (2003) que este integra sentimientos, promoviendo la catarsis de las emociones más perturbadoras de cada individuo y así permite “la participación al mundo en la expresión de cada uno de los sentimientos que fueron estancados” (Auroch, 2007). Sin olvidar que para Arnheim, (citado por Moreno, 2010) el arte es uno de los instrumentos más poderosos que disponemos para la realización de la vida para fortalecer nuestro mundo interno como externo para el desarrollo integral de los individuos.

Mediante el manejo del lenguaje del arte, según Rodríguez (2013) los jóvenes con discapacidad mejorarán su expresión, ya que a veces evitan expresar emociones, pero como lo menciona Vygotsky (2006) el desarrollo de la expresión la buscaremos en el arte fortaleciendo así la exteriorización de las emociones. Sin embargo, al utilizar *el arte como expresión emocional*, no es para formar artistas, la idea es que los jóvenes se apropien de él, que sepan que existe y que abre las posibilidades de

comunicación y que les permita descubrir la necesidad que tiene al conocer los significados que emocionalmente produce. Porque “Acercarse al arte es reconocer la esencia del entorno en que se vive y las diferentes relaciones que se establecen, con una percepción distinta que involucran las emociones y los sentimientos” (Auroch, 2007).

Por otro lado, “el arte al ser parte de la fantasía” Vygotsky (2006) está forzosamente relacionada con una emoción intensa y real, a partir de esto, aviva en los jóvenes con discapacidad viejos recuerdos, con la finalidad de encontrar la relación en una obra de arte es alcanzar la cúspide, de buscar en el arte expresión de las emociones porque el arte es el instrumento más poderoso que dispondremos para construir nuestras vidas.

Con los autores anteriores se concluye que el arte al integrar pensamientos, sentimientos y emociones creamos una necesidad de imaginar el cómo expresarlo, a registrar aquellas experiencias emocionales que fueron reprimidas con el fin de expulsar malestares o vivencias bonitas. Así también *el arte como expresión emocional*, nos ayuda a aprender de nosotros mismos, fomentando una buena relación con nuestro mundo interno y a su vez con el mundo externo porque nos abre las puertas de comunicación para fortalecer habilidades emocionales, sociales y comunicativas, verbales como no verbales.

## **2.5 ¿Qué son las Artes Plásticas? Antecedentes históricos de las Artes Plásticas.**

Las Artes Plásticas es el “vínculo de las ideas, sentimientos que tendrán presencia y participación activa en el carácter expresivo en las personas” (Spravkin, 1998). Según Castillo (1994) las artes plásticas, es el medio perfecto para comunicarse, ya que al final se transforma en lenguaje, intercambiando información, que se basa mediante experiencias del mundo que nos rodea y así mismo, expresar reacciones personales.

Por otro lado, las A.P son el producto de las necesidades expresivas y de las necesidades de simbolización, contribuyen al desarrollo intelectual, junto con el desarrollo del lenguaje, ya que todos los materiales plásticos, que son visuales y táctiles, tienen presencia y participación activas en el carácter expresivo.

El uso de las Artes Plásticas responde necesidades para crear espacios físicos y psicológicos, en donde los jóvenes con discapacidad se puedan expresar sus emociones y sentimientos de forma libre y segura a través del arte plástico; ya que “al plasmarse en forma no verbal el mundo que los rodea crearán un puente para conectarse con la realidad, con ellos mismo y los demás” (Bunge, 2012).

En conjunto, las artes plásticas “es un medio para generar recursos emocionales y creativos, en donde la expresión de las emociones será el recurso personal para relaciones con los otros, en pocas palabras, es el hecho de expresarse de una forma tangible, visible, en donde se evoca en el espectador la experiencia del creador” (Chávez, 2004).

Con los autores anteriores se concluye que las *artes plásticas* es el medio eficaz que nos ayuda a construir un vínculo de experiencias emocionales para producir productos de necesidades comunicativas, esto quiere decir que desarrollamos un medio comunicativo creando espacios físicos y psicológicos, donde existe la interacción con los objetos plásticos que construye un canal ideal para expresarnos con libertad.

## **2.6 ¿Qué importancia tienen las Artes Plásticas en los jóvenes con discapacidad?**

En primer lugar, Guerrero Romera. C. (2015) menciona que, la educación a través del arte es un medio de inclusión y transformación social; es una visión de la intervención educativa más posibilitadora, creadora y transformadora. Ahora bien, dentro del aprendizaje escolar, según Carbó (2016) el arte puede generar modos complejos de pensamiento, en otras palabras, en el ámbito cognitivo, los sentimientos juegan un papel importante para la razón o a la resolución de

problemas, ya que, al no tener un buen manejo de las emociones, afecta el sistema cognitivo de los jóvenes con discapacidad, teniendo conflictos a la hora de sobrellevar o resolver problemáticas, ya sea a nivel personal o en cuanto al proceso de aprendizaje dentro del Instituto de la Juventud de la Ciudad de México. No obstante, hay que tener en cuenta que “la educación conlleva la autorrealización de cada alumno, abarcando desde la protección de los sentimientos, emociones y autoestima” Fernández y Terren (citado por Colombo, 2015). Así mismo, Como lo menciona Jauss (2002) el arte nos ofrece aprendizajes que nos ayuda a aprender de nosotros mismo y del mundo que nos rodea a partir de procesos cognoscitivos, esto quiere decir que vamos construyendo una realidad a partir de las experiencias y de la libertad que nos brinda para llegar a dicha comprensión.

El arte es la expresión emocional, sentimental que el joven con discapacidad necesita “a partir de sus vivencias de su mundo interno y externo” (Orihuela, 2012) porque el arte nos muestra lo real, lo que recordamos, lo que soñamos y lo que imaginamos. A su vez “el arte al ser terapéutico” (Graeme, 2003) integra los sentimientos, “promoviendo la catarsis de las emociones más perturbadoras de cada individuo, que permite la participación al mundo en la expresión de cada uno de los sentimientos que fueron estancados” (Auroch, 2007).

El fin de las Artes Plásticas, es el hecho de “expresarse de una forma tangible, visible, es evocar en el espectador la experiencia del creador” (Chávez, 2004). Simplemente es la expresión de las experiencias emocionales de las y los jóvenes con discapacidad porque el arte siempre se basa en impulsos y deseos subconscientes y reprimidos, de ahí se pretende que los deseos prohibidos de los chicos, alcancen su “satisfacción en el placer y el goce, por consiguiente, se expresen esos deseos para que puedan satisfacer de forma directa” (Vygotsky, 2006).

Ahora bien, *la imaginación*, entra como un medio plástico y emocional. Los primeros serán, las impresiones del exterior y el segundo serán, los elementos del interior. Es aquí donde *la imaginación* se caracteriza también por la superación y la búsqueda del nuevo equilibrio en los jóvenes con discapacidad. Donde Vygotsky

(2001) menciona que los espectadores van convirtiéndose más expertos, donde contemplan su mundo desde su ángulo, enfocándose mentalmente como un fenómeno complejo mediante la expresión de sus inquietudes.

Finalmente tenemos al arte plástico como un proveedor de conductas de cuidado de la salud mental, ya que las y los jóvenes con discapacidad tienen que prestar atención a sus emociones, con la finalidad de integrar los sentimientos positivos y negativos; y así prevenir trastornos psicológicos en un futuro.

Como dice Guerrero, Romera. C. (2015) lo más importante de trabajar con el arte en las personas con discapacidad conlleva muchos beneficios, como la productividad personal y social, que se basa en los principios de una participación autónoma e independiente. Así también el arte desarrolla la capacidad y los procesos de creación y mediación por y para el desarrollo personal y social-afectivo. De igual manera el arte en las personas con discapacidad mejora la autoestima, bienestar emocional, autonomía para crear y decidir y a la autoexpresión.

*Por otra parte, la educación a través del arte en las personas con discapacidad, contribuye a generar espacios, contextos y oportunidades para hacer visible lo invisible, y visible a los antes invisibles en la sociedad, mediante la formación, la participación, la creación y la expresión artística y cultural, tratando de fomentar las relaciones interpersonales y el desarrollo de vínculos y conexiones con las personas y con las cosas cotidianas de la vida diaria (Guerrero, Romera. C., 2015).* Finalmente, la educación a través del arte pretende lograr un envejecimiento de calidad y calidez, que sea satisfecho, enriquecedor, tranquilo, alegre y compartido.

Con los autores anteriores se concluye que la importancia de las artes plásticas tiene un gran impacto en el desarrollo de los y las jóvenes con discapacidad, ya que fomenta y fortalece modos complejos del pensamiento, a buscar soluciones para resolver problemáticas, formando personas seguras de sí mismas y receptivas, que sean capaces de desarrollar habilidades empáticas, que siempre estén abiertas a escuchar ideas y críticas constructivas. Así también las artes plásticas ayudan a

crear a partir de experiencias buscando un equilibrio y mediar conductas, llevando a cabo un buen comportamiento positivo aceptando su libertad con madurez.

## **2.7 La expresión artística en los jóvenes con discapacidad como competencia para la expresión de las emociones.**

Según García (2005) la expresión artística favorece al desarrollo total de los jóvenes con discapacidad, ya que una de las características principales para llegar a este desarrollo, es la capacidad expresiva junto con la pintura en acuarela. Además, el acercamiento a diferentes experiencias artísticas encierra a una eficaz posibilidad de aprendizaje; promueven procesos formativos, así mismo se provee espacios para que los chicos se relacionen con su mundo interior y exterior, ya que se “fortalecerán vínculos que establecerán con los demás” (Auroch, 2007).

Para lograr las competencias para el desarrollo expresivo en los jóvenes con discapacidad, tienen que tener toda la disposición de usar sonidos, imágenes, materiales de una obra artística (...) comprender sus ideas y pensamientos para plasmar de forma no verbal el mundo que los rodea para conectarse con su realidad, son ellos mismo y los demás, con la finalidad, también, que se expresen de forma libre y segura sus emociones y sentimientos.

Por otro lado, Arnheim (2006) menciona que “todo lo que nos rodea es expresión” es por ello que la expresión artística contribuye a los jóvenes con discapacidad a desarrollar la expresión por medio de la experiencia que viven día a día, o sea que la expresión está reservada para el comportamiento humano, ya que es la visión que ellos necesitan para la vida cotidiana; para desarrollar competencias para mirar al mundo de otra forma. Por otro parte, se fortalecen habilidades expresivas, como verbales y no verbales que les permite entender e interpretar sus experiencias y a su vez establezcan interacción con los miembros que forman una sociedad; también, construyen su propio lenguaje a partir de las obras artísticas, “fomentando la imaginación y la creatividad” (Castillo, 1994). Finalmente, les permite fomentar

esquemas formales, donde se involucran experiencias cognitivas, motoras y sensoriales para fomentar la expresión de sus emociones.

Con los autores anteriores se concluye que la expresión artística es una estrategia para fortalecer el desarrollo integral de los y las jóvenes con discapacidad, a su vez fortalece capacidades expresivas donde encontramos las habilidades comunicativas verbales y no verbales que fomenta experiencias artísticas próximas para crear un lenguaje propio que se desarrolla por medio de la producción artística.

## **2.8 La importancia del uso de los materiales artísticos de artes plásticas en el desarrollo expresivo en los jóvenes con discapacidad.**

Según Spravkin (1998) el uso de los materiales artísticos tiene de suma importancia para fomentar el desarrollo expresivo en los jóvenes con discapacidad, ya que, al poseer características visuales y táctiles, permite tener presencia y participación en el carácter expresivo, porque las artes plásticas al formar parte de la idea y de los vínculos de la sensibilidad, aporta al mundo educativo, que da como resultado a hechos expresivos.

Por otro lado, tiene como objetivo de darles seguridad a los jóvenes con discapacidad a la hora de usarlos, ya que fomenta la relación y da pie a brindar seguridad a experiencias futuras, también, les da la oportunidad de hacer realidad conforme van utilizando los materiales artísticos formando personas libres y autónomas.

Otro punto que beneficia el uso de los materiales artísticos para desarrollar la expresión de las emociones en los jóvenes con discapacidad, según Bunge (2012) permite transmitir e involucra en lo chicos la cultura, así también busca que los jóvenes ser más flexibles en sus pensamientos en relación de sí mismo, fomentando el fortalecimiento de sí mismos, desarrollando un fuerte sentido para dar una buena sensación de bienestar y fortaleza interna para expresar las emociones ocultas. Por último, ofrece al joven experiencias que estimulan e intensifican el uso de los

sentidos con el fin de fortalecerse a sí mismo, donde consiste el descubrimiento adecuado de las emociones bloqueadas, o sea las emociones que no lograron ser expresadas.

Con los autores anteriores se concluye que los materiales artísticos acceden a la participación, fomenta la libertad y la autonomía, forma personas flexibles en el pensamiento en relación con nosotros mismos. También nos ayuda a expresar lo que reprimimos, las emociones bloqueadas con la finalidad de sentir un bienestar a la hora de utilizar materiales artísticos y producir una obra donde depositamos experiencias, emociones e ideas.

En este segundo apartado, concluimos que el arte y haciendo también hincapié las artes plásticas, son medios eficaces para promover el desarrollo expresivo de los y las jóvenes con discapacidad porque tiene como fin de fomentar la expresión intencional, por medio de las artes logramos construir canales comunicativos verbales como no verbales, a fortalecer habilidades emociones y sociales, que nos ayudan a fortalecer lazos afectivos donde se involucran la exteriorización de nuestro sentir y que dentro de las artes lo encontraremos.

### **Capítulo 3. La pintura en acuarela como artefacto psicopedagógico para el desarrollo expresivo de los jóvenes con discapacidad.**

#### **3.1 ¿Qué es la pintura en acuarela? Antecedentes importantes.**

##### **‘Los pigmentos son el corazón de las pinturas’ (Scheinberger, 2011)**

La pintura en acuarela Scheinberger (2011). Es un medio de expresión autónomo, libre y creativo, que hace del mundo nuestro estudio. Esta se hace con una resina llamada *goma arábica*, proviene de Sudán, se extrae de árboles llamados *Acacia Sayal* (Acacia Roja). Aún se sigue produciendo más o menos de la misma forma, ya que no existe un sustituto químico adecuado para la goma arábica.

Es importante reconocer que la pintura en acuarela surge desde la prehistoria. Los pintores de las cuevas mezclaban agua con rojos y ocre, que eran obtenidos de la tierra y obtuvieron el negro del carbón de las hogueras, utilizando su propio cuerpo como la primera herramienta de pintura. Al avanzar el tiempo, las antiguas civilizaciones emplearon también pigmentos suspendidos en agua, los cuales eran aglutinados con goma, almidón o miel, estos eran utilizados para decorar sus muros y su cerámica. Por ejemplo, hace mil quinientos años antes de cristo, los pintores del antiguo Egipto empleaban una técnica en acuarela sobre yeso, antecedente de lo que se conocería después como pintura al fresco, para decorar el interior de sus templos utilizando colores en rojos y ocre pardos o amarillos. Por otro lado, también las culturas del mediterráneo, como los griegos y los romanos aplicaron también pintura al agua en sus antiguos templos y palacios. La cultura china, responsable de la invención del papel, empleó la técnica de la aguada desde el siglo IV antes de Cristo, razón por la que dominaron las posibilidades de estos medios mucho antes de que en Europa naciera el interés por la acuarela.

Sin embargo, la técnica de pintura al agua, ha proporcionado a los artistas en los principios de la historia del arte, una solución efectiva para plasmar sus ideas. Sin embargo, a pesar de su larga historia, la pintura en acuarela se usó principalmente para bocetos, para después pintar al óleo. Sin embargo, para finales del siglo XVIII la pintura en acuarela es reconocida como un procedimiento en sí mismo. Esto era porque la pintura en acuarela se puede emplear fácilmente para esbozar armonías de color, que merece la pena apreciar las obras y guardarlas.

Con los autores anteriores se concluye que la pintura en acuarela al ser un material plástico añejo, sin embargo siempre será un medio expresivo autónomo, libre y creativo, que nos orienta a depositar nuestras experiencias, emociones y sentimientos para registrar nuestras vivencias para después compartir con nuestro entorno y construir experiencias próximas.

### 3.2 La pintura en acuarela como artefacto psicopedagógico.

"Con palabras el hombre crea un nuevo mundo, un mundo de ideas y filosofías. El hombre vive en este mundo tan verdaderamente como el mundo físico de sus sentidos... Este mundo llega a tener una continuidad y una permanencia que el mundo externo de los sentidos no puede tener. No está hecho sólo de presente, sino de un pasado y de un futuro también. Temporalmente, no es una sucesión de episodios desconectados, sino un continuo que se extiende hacia el infinito de ambas direcciones, desde la eternidad hasta la eternidad" (White, 1942 citado por Cole, M. 1999 pág 116).

Según Cole, M. (1999) un *artefacto* es como un objeto material, fabricado por el hombre, sin embargo los artefactos son considerados como el estudio de la cultura material, es decir, el estudio de la conducta y el conocimiento humano. Sin embargo, el concepto de *artefacto* va más allá de una categoría de herramienta. Es por ello que a continuación se explicará algunas definiciones de algunos autores para dar a conocer la construcción de una herramienta a un *artefacto cultural*

Para Dewey, J. (Citado por Cole, página 114) "un artefacto es una aspecto del mundo material". Donde los artefactos son simultáneamente *ideales* (conceptuales) y *materiales*. Son ideales en medida, en que su forma material ha sido moldeada. En otras palabras, las propiedades de los artefactos se aplican con igual fuerza, se considera el "lenguaje"; esto quiere decir que "la forma de un artefacto es más que un aspecto puramente físico" (Cole, M. 1999 página 114).

Por otra parte, Marx Wartofsky, (1973) (citado por Cole, M. 1999 página 117) describe a los artefactos como "objetivaciones de las necesidades e intenciones humanas ya investidas con contenido cognitivo y afectivo". Es por ello que, Wartofsky, propuso una jerarquía de tres niveles. El primer nivel los nombra *artefactos primarios*, donde son directamente en la producción, son todo aquellas herramientas como los pinceles, las pinturas en acuarela y el papel, estos

corresponden al concepto de artefacto como la materia transformada por la actividad humana.

Los *artefactos secundarios*, consta de representación de artefactos primarios y los modos de acción y creencias que son utilizados los artefactos primarios. Esto quiere decir, al significado de uso que el ser humano utiliza para darle una simbolización a los artefactos primarios con el qué hacer de los artefactos secundarios, o sea utilizarlos para crear una obra artística.

Por último tenemos el tercer nivel, en donde nos encontramos los artefactos "que pueden llegar a construir un mundo". Wartofsky, afirma que los *artefactos terciarios* pueden llegar a crear nuestra manera de ver al mundo "real", con ayuda de herramientas que pueden cambiar la praxis actual, o sea toda práctica, teoría o conducta. Finalmente, Wartofsky argumenta que los artefactos terciarios se aplican en el arte y a los procesos de percepción. Con esto podemos argumentar y sustentar que la actividad humana implica elaboradas y cambiantes divisiones del trabajo y la experiencia dentro de las culturas. En este nivel, se construye la intención de usar la pintura en acuarela como artefacto para la construcción de un objetivo, una realidad, en este caso el desarrollo de la expresión de emociones en jóvenes con discapacidad.

Ahora bien, para que los artefactos tengan un significado dentro de una cultura, es importante mencionar los **esquemas**, ya que, nos ayudan a fomentar el pensamiento para construir un artefacto cultural, Mandler (1985) (citado en Cole, M. 1999 página 120) los esquemas en psicología son utilizados para referirse a las estructuras de conocimiento, en que las partes se relacionan entre sí y con el todo de una manera ordenada. En conclusión se ocupan según las necesidades de acuerdo a las circunstancias.

Después, tenemos los *esquemas culturales*, D' Andrade (1990) (citado en Cole, M. 1999 página 121) se componen de patrones, donde un sistema tiene un significado característico de cualquier grupo de cultura. Dicho de otra manera, los esquemas, no sólo representan el mundo de los objetos y los acontecimientos físicos sino

también mundos más abstractos de interacción social. Finalmente, los *esquemas culturales*, "funcionan para interpretar la experiencia y para guiar la acción" D' Andrade (1990) (citado en Cole, M. 1999 página 121).

"Los esquemas son el lado ideal de los artefactos como se han concebido aquí; son objetos mentales abstractos", (Cole, M. 1999 página 123) esto quiere decir que los artefactos se trabajan en relación con el interior y el exterior, ya que, cuando usamos un artefacto le damos un significado para que exista un proceso cognitivo y adaptativo humano con la finalidad de dar soluciones a problemas encontradas.

Ahora bien, la relación entre *esquemas* y *artefactos* se ha interpretado como estructuras mentales que están en el interior del individuo, y a su vez trabajan con el exterior, ya que los esquemas son el lado ideal de los artefactos como los objetos mentales abstractos, y los símbolos son las cosas físicas: palabras, frases, imágenes y otras presentaciones materiales. Todo esto se refiere a los procesos cognitivos adaptativos del ser humano que tiene lugar tanto dentro, como fuera de la mente de las personas y a su vez que acumula soluciones a problemas encontrados con frecuencia (Hutchins, E. 1995 citado en Cole, M. 1999).

Para finalizar, Cole, M (1999) argumenta que los *artefactos* son "herramientas culturales", que comparten lo ideal y lo material a la vez, que median las actividades conjuntas de las personas. "Están entrelazados y que entrelazan acciones humanas individuales de común acuerdo con y como parte se los acontecimientos permeables", (Cole, M. 1999 página 130) o sea que pueden ser cambiantes ante la vida. También, son ideales y materiales porque coordinan a los seres humanos con el mundo y entre sí de una manera que combina las propiedades de las herramientas y de los símbolos, modifica simultáneamente al sujeto en relación con otros y en relación con la situación, como un todo. En este caso, la pintura en acuarela como un artefacto psicopedagógico, al ser un proceso de construcción de esquemas, simbólico y cognitivo ayuda a la construcción de un "mundo alternativo", en esta ocasión a la construcción del desarrollo expresivo de emociones en jóvenes con discapacidad.

Con los autores anteriores se concluye que, la pintura en acuarela como artefacto psicopedagógico al ser un proceso cognitivo, simbólico y cultural, nos ayuda a construir un mundo real y autónomo, fomenta la mediación de conductas y genera estrategias para que puedan las y los jóvenes con discapacidad a expresar sus emociones de forma espontánea. Finalmente, la pintura como artefacto psicopedagógico y la acción humana individual al ser mediada por artefactos no sólo es un punto de partida para desarrollar herramientas conceptuales necesarias sino también puentes de creación de símbolos para la comunicación y la construcción de una coordinación a los jóvenes con discapacidad con el mundo (Cole, M. 1999).

### **3.3 La importancia de la pintura en acuarela como artefacto psicopedagógico para el desarrollo expresivo de las emociones de los jóvenes con discapacidad.**

La importancia que se le da a la pintura en acuarela como artefacto psicopedagógico para desarrollar la expresión de los jóvenes con discapacidad es de suma importancia, ya que según Tilley (1978) por medio de la pintura nos da pauta para expresar ideas, emociones y reacciones ante determinadas situaciones y experiencias. Porque la pintura al ser un lenguaje, transmite información determinada, es una expresión que puede ser modificada, determina y define los mensajes que quieren comunicar los chicos. No obstante, también al estimular los sentidos, tiene como fin de apropiarnos a proporciones visuales y a las relaciones táctiles de superficies y líneas, porque no solo se trata de pintar por pintar, sino que le den un significado emocional a su obra para después comunicar su sentir, expresar sus emociones por el simple hecho de plasmar con la pintura en acuarela.

Además, nos mencionan De Orta Velo, Reyes Indiano y De las Heras Pérez (2016) construye la capacidad de afrontar problemáticas mediante soluciones, fomentando la asertividad para la toma de decisiones y ayuda a que los procesos de aprendizaje sean más ameno, ya que según Scheinberger (2011) una vez que la pintura en acuarela sobre papel comprendan que los errores son difíciles de enmendar y solo

cuando se sabe aplicar con seguridad, produce resultados verdaderamente positivos, con esto se relaciona al control de las emociones, si los jóvenes con discapacidad no tienen consciencia del control de sus propias emociones, por impulsividad cometen conductas erróneas y muy difícilmente podrán enmendar sus errores. Esta también es parte de la importancia del uso de la pintura en acuarela para desarrollar la expresión en ellos, ya que establecerá un equilibrio entre controlar y dejarse llevar.

Por otro lado, la necesidad que existe con respecto a la expresión de nuestro mundo interior, nos detiene a mirar con más atención a la solución para fomentar el desarrollo expresivo de los jóvenes con discapacidad porque existe la relación de nuestras emociones, si queremos expresar nuestro mundo interior también tenemos que hacer uso de nuestras habilidades emocionales, es por ello que al trabajar con la importancia de fomentar el desarrollo expresivo de los jóvenes con discapacidad, construye y fomenta en ellos a que tengan una mejor interacción en su persona, esto quiere decir que se conozcan mejor, con ello aprenden a reconocer sus necesidades emocionales; y sepan cómo expresar cada uno de ellas y también sentimientos para que después no tengan ningún problema a lo largo de sus vidas. Además, para conocerse a sí mismos y seguir fortaleciendo las habilidades emocionales, aprenden a no tener miedo al expresar su sentir, a tomar decisiones y a exteriorizar cada uno de las emociones y pensamientos que tendrán a lo largo de esta etapa llena de cambios y de aprendizajes nuevos, que serán parte de un buen equilibrio y a su vez tener un buen manejo y expresión de sus emociones, ya que “permite tener una vida armónica y estable” (Orihuela, 2012). Otro aspecto importante es que sus relaciones interpersonales serán más sólidas; porque las habilidades emocionales y sociales que ellos adquieran ayuda a fortalecer la empatía, con la finalidad de construir relaciones interpersonales y sociales más estables, también tienen la capacidad de dar soluciones asertivas a los problemas; ayudándolos así a tener una estabilidad integral y comunicando su sentir en cualquier contexto, porque “las personas que tienen habilidades emocionales bien desarrolladas, tendrán más posibilidades de sentirse satisfechas y ser eficaces en su vida” (Goleman, 2018).

Así pues, fomentar el desarrollo expresivo en los jóvenes con discapacidad dentro de la brigada, el arte puede generar modos complejos de pensamiento, así también como en lo emocional, ya que juegan un papel importante para la razón o la resolución de problemas. Es importante argumentar que según Carbó, (2016) al no tener una buena expresión de las emociones, afecta el sistema cognitivo de los chicos, teniendo conflictos a la hora de sobrellevar o resolver problemas, ya sea a nivel personal o en cuanto al proceso de aprendizaje dentro del instituto. La intención de utilizar el arte, no es para formar artistas, la idea es que los jóvenes con discapacidad se apropien de él, que sepan que existe y que abre las posibilidades de comunicación y que les permita descubrir la necesidad que tiene al conocer los significados que emocionalmente produce. “Al acercarse al arte reconocerán la esencia del entorno en que se vive y las diferentes relaciones que se establecen, con una percepción distinta que involucra las emociones y los sentimientos” (Auroch, 2007).

Finalmente, dentro del desarrollo expresivo de las emociones, también encontramos *la educación emocional*, esto quiere decir que los jóvenes con discapacidad adquieren aprendizajes emocionales que estos tendrán como objetivo de ayudar a identificar, controlar y comprender sus emociones, así como el de los demás. Luego entonces la EE dentro del desarrollo expresivo, fomenta en los jóvenes con discapacidad a disminuir la frustración, ya que el tener una buena educación emocional, ellos podrán controlar sus acciones ante un hecho incómodo, ayudándolos a no ser impulsivos para “solucionar esa incomodidad para impulsarlos al éxito y no hay fracaso” (Goleman, 2018).

Con los autores anteriores se concluye que la importancia de utilizar la pintura en acuarela como artefacto psicopedagógico tiene gran impacto en el desarrollo expresivo de las emociones, comunicando ideas y da pauta a conocer nuestras reacciones ante próximas experiencias. También nos ayuda a transmitir información porque la pintura en acuarela es expresión que puede ser modificada con la finalidad de fomentar la comunicación, así también nos ayuda a afrontar y a dar soluciones a problemas, fomenta comunicación asertiva, desarrolla seguridad y conocimiento

de nosotros mismos y conocer nuestras necesidades emocionales para dar un significado emocional, fortaleciendo habilidades emocionales, sociales y comunicación verbal y no verbal. Y finalmente la pintura en acuarela nos ayuda a fomentar la tolerancia a la frustración para ser personas más estables y conscientes de nuestros propios actos.

### **3.4 La importancia del color en el desarrollo expresivo de las emociones en los jóvenes con discapacidad.**

'Cada color cuenta su historia' (Scheinberger, 2011)

Las importancias del uso de los colores para el desarrollo expresivo de las emociones en lo jóvenes con discapacidad tienen un gran peso, ya que los colores sirven para simbolizar temperamentos humanos, como se ha hecho en muchas culturas, ya que "el color está vivo, está cargado de emoción y nos transporta en un lugar completamente nuevo" (Arnheim, 2006).

Según Piantoni (2011) el color es uno de los términos del lenguaje figurativo y adquiere verdaderamente un papel propio, preciso e inconfundible en el contexto del hecho expresivo. Así mismo, dependerá en gran medida del color que lo acompañe, o sea que cuando se pinta, se está lidiando con sistemas complejos de color que las herramientas digitales. Es el elemento básico de la expresión gráfico plástica, ya que sin color no hay forma y de igual manera los colores serán relacionados con los diferentes estados anímicos y sentimientos.

Ahora bien, Arnheim (2006) menciona que el color produce una experiencia esencialmente emocional porque la experiencia del color se asemeja a la del efecto o a la emoción, o sea que en ambos solemos ser receptores pasivos de la estimulación; una emoción no es producto de la mente activamente organizadora, únicamente presupone una clase de actitud abierta, que, por ejemplo, una persona

deprimida no puede tener porque la emoción nos alcanza como el color y si la mente controla los impulsos, aplica principios, coordina una gran variedad de experiencias y decide un curso de la acción. Es por ello que el color es la acción parte del objeto y que afectará a la persona para lograr el desarrollo expresivo de las emociones.

Por otro lado también nos menciona Piantoni (2011) que el color también como un medio ayuda al desarrollo de la expresión se presentará mediante las técnicas de plasmar el color, por ejemplo, el **salpicar** color, le permite al joven con discapacidad a descargar la energía y llegar a un tipo de percepción colorista para ayudarlo a ser más preciso y profundo en su forma de notar su sentir en una obra. Otra técnica que ayuda al joven a expresarse es el **garabateo** con colores, esta técnica tiene el propósito de ayudar al joven con discapacidad a favorecer la coordinación óculo-manual, la precisión. La adaptación senso-motora y muscular.

Por otra parte, “las armonías de color no forman parte únicamente de la teoría del color, sino que también se pueden encontrar en el día a día de la vida real” (Scheinberger, 2011). Es por eso que la pintura en acuarela al emplearse fácilmente proyecta armonías de color, y prácticamente en todas partes descubrirán combinaciones que merece la pena usar para expresarse sin ningún problema.

Desde el momento en que se hace portador de experiencias nuevas, se puede pedir al joven con discapacidad que tome los colores para traducir aquellas experiencias en términos de expresión plástica, porque “los colores es el elemento básico de la expresión gráfica plástica, ya que sin el color no hay forma y estos están relacionados con diferentes estados anímicos y sentimientos para dar un contenido de expresivo” (Spravkin, 1998).

Para finalizar, es importante mencionar que la percepción del color es igual para todas las personas, sea cual sea su edad, formación o cultura porque en la pintura los colores son “halago para atraer a los ojos” Poussin (citado por Arnheim, 2006) porque expresan diferentes propiedades de la realidad, ya que reclamarán respuestas dinámicas que pueden ser expresivos.

Con los autores anteriores se concluye que el color es el medio importante que nos ayuda a simbolizar nuestras emociones y nuestros temperamentos, a su vez también nos ayuda al desarrollo de la expresión ya que el color está catalogado como un lenguaje básico propio de la expresión plástica porque producen experiencias que son propiamente de las emociones porque al momento de plasmar los colores también plasmamos experiencias emocionales que son parte de nuestra realidad.

#### **Capítulo 4. Diagnóstico para identificar necesidades expresivas de las emociones en jóvenes con discapacidad”**

Dentro del Instituto de la Juventud de la Ciudad de México (INJUVE), en la brigada “Inclúyeme” se ha propuesto a los guías, que están encargados de promover el aprendizaje en los jóvenes con discapacidad para que ellos logren finalizar sus estudios, de diseñar talleres educativos para atender necesidades que previamente nosotros como guías hemos detectado a partir de la interacción guía-asesorado, para así balancear el aprendizaje educativo con el aprendizaje social y emocional. Dentro de la interacción que tuve con todos los chicos con discapacidad, se pudo detectar que no tienen la espontaneidad de expresarse por sí solos, ya sea, sus ideas, emociones y/o pensamientos, esto quiere decir que nosotros como guías ayudamos a encaminarnos para que ellos puedan decir lo que piensan o sienten. Es por eso que se propuso y se aprobó por parte de la coordinadora de la brigada, el diseñar un taller donde nos enfocaremos principalmente en la educación emocional de los jóvenes con discapacidad para lograr un desarrollo expresivo de sus propias emociones y así fomentar habilidades emocionales, sociales y comunicativas verbales y no verbales por medio de la pintura en acuarela como herramienta psicopedagógica.

Sin embargo, por la actual situación del confinamiento y distanciamiento social causado por el virus COVID-19, se interrumpieron las actividades laborales,

educativas y sociales; es por ello que no se logró impartir el taller, sino sólo proponer la construcción de este. No obstante, se sugirió la idea de realizar el taller en línea, sin embargo, nos encontramos con la problemática de que no todos los chicos con discapacidad cuentan con internet y no tienen recursos económicos para comprar los materiales y así realizar las actividades, así pues, se llegó a la conclusión de realizar el taller en cuanto se pueda regresar a las actividades en el Instituto de la Juventud y aplicar el taller. Sin embargo, para construir el taller educativo y fomentar en las y los jóvenes con discapacidad el desarrollo expresivo se les aplicó en línea un cuestionario como diagnóstico para conocer con más profundidad sus necesidades expresivas, a continuación se dará a conocer el procedimiento que se realizó para elaborar el planteamiento de la propuesta del taller educativo.

### **Procedimiento para el planteamiento del diagnóstico**

#### **Objetivos del diagnóstico:**

1. Identificar si los jóvenes con discapacidad cuentan con habilidades para expresar sus emociones.
2. Analizar si los jóvenes con discapacidad expresan sus emociones con base al diagnóstico.
3. Promover el desarrollo de habilidades de expresión de emociones por medio de actividades relacionadas con la pintura en acuarela.

#### **Población:**

**Discapacidad Intelectual:** 7

**Discapacidad Múltiple:** 9

**Total:** 16 jóvenes con discapacidad

**Edades:** 1-17 años, 1-19 años, 2- 23 años, 1-25 años, 1-26 años, 1-23 años, 5-28 años, 3-29 años y 1-32 años.

Es importante recordar que, la brigada “*Inclúyeme*” no cuenta con un rango específico de edades, ya que su objetivo principal es salvaguardar a la población vulnerable y apoya al joven con discapacidad a seguir fortaleciendo sus habilidades sociales, educativas y emocionales con la finalidad de incorporarlo en la sociedad,

ya que el Instituto de la Juventud de la Ciudad de México, salvaguarda jóvenes de 15 a 29 años de edad y es por ello que al cumplir los 29 años, los jóvenes ya no pueden permanecer en el instituto.

## **Metodología**

**Instrumento:** Para sustentar la construcción del diseño del taller educativo, como se mencionó con anterioridad, se utilizó un cuestionario como diagnóstico a las y los jóvenes con discapacidad, (que se encuentra en la parte de anexos) con la finalidad de identificar con más profundidad las necesidades expresivas de sus emociones. Este cuestionario constó de diez preguntas de opción múltiple enfocándose más a situaciones donde los jóvenes pudieron identificar emociones y a la vez conocer qué actitudes hacen ante situaciones donde se pueden reconocer con más facilidad emociones en su vida cotidiana y cinco reactivos en donde tenían que seleccionar pinturas en óleo y acuarelas, con diferentes colores y tonalidades para que después los jóvenes con discapacidad seleccionarán las pinturas con la finalidad de conocer el cómo asocian las emociones a partir de la observación de pinturas, colores y técnicas.

Se aplicó a cada uno de los chicos con discapacidad un cuestionario, este se llevó a cabo por medio de las redes sociales como: Whatsapp y Facebook, otra herramienta que se utilizó fue Zoom, las video llamadas duraban de entre 40 minutos a 60 minutos, no había límite de tiempo, ya que se pretendía dejar que las chicas y los chicos con discapacidad tuviesen la confianza y pudieran expresarse de mejor manera para poder llegar a recolectar los resultados.

### **Análisis de los cuestionarios para identificar necesidades expresivas de las emociones en jóvenes con discapacidad.**

A continuación, se presentan los resultados del cuestionario-diagnóstico que se les aplicó a las y los jóvenes con discapacidad por medio de las redes sociales, para

conocer las necesidades expresivas en cuanto a la regulación, comunicación e identificación de sus emociones.

| Pregunta /reactivos | a  | b | c | d |
|---------------------|----|---|---|---|
| 1                   | 9  | 6 | 1 | 0 |
| 2                   | 3  | 9 | 4 | 0 |
| 3                   | 10 | 3 | 3 | 0 |
| 4                   | 6  | 7 | 3 | 0 |
| 5                   | 4  | 2 | 8 | 2 |
| 6                   | 6  | 5 | 1 | 4 |
| 7                   | 5  | 3 | 8 | 0 |
| 8                   | 7  | 4 | 5 | 0 |
| 9                   | 1  | 4 | 4 | 7 |
| 10                  | 7  | 1 | 2 | 0 |

### Resultados con más porcentaje

1. Me relajo respirando profundo para calmarme.
2. Dibujar mis sentimientos y emociones.
3. Sí porque es importante decir lo que no nos gusta.
4. Me molesto conmigo mismo porque no sé lo que siento y llego a quedarme callado/a
5. Canto alguna canción para ayudarme a decir lo que siento.
6. Prefiero estar solo/a cuando estoy enojado/a
7. Cuando quiero identificar mis sentimientos y emociones puedo llegar a sentirme inseguro/a, enojado/a y nervioso/a
8. Cuando quiero identificar mis sentimientos y emociones puedo llegar a sentirme tranquilo/a, seguro/a y feliz.
9. Casi siempre expresan sus sentimientos y emociones.
10. Solo diez jóvenes con discapacidad comentan que las emociones básicas son, alegría, tristeza, enojo y amor. Mientras que los seis jóvenes con

discapacidad expresan mediante gestos las emociones como alegría, tristeza, enojo y amor.

En la primera parte del cuestionario de las diez preguntas, esto fue lo que se identificó en la recogida y análisis de los resultados; (véase en anexos) ellos reconocen la importancia de comunicar y respirar profundo para identificar sus emociones y sensaciones, sin embargo, al momento de percibir que están sintiendo alguna emoción se les complica identificar y prefieren estar solos y buscan algún distractor para no prestarle mucha atención a esas sensaciones o emociones: como estar en el celular o ver la televisión. Sin embargo, si tienen la posibilidad de expresarlo lo hacen por medio del dibujo o cantan alguna canción para sacar esas emociones, en vez de comunicarlo de forma espontánea. Por otro lado, también se pudo identificar que, se sienten nerviosos, inseguros y enojados cuando presentan alguna emoción porque refieren que no logran identificar lo que están sintiendo. También es importante mencionar que solo diez de los jóvenes con discapacidad reconocen las emociones básicas como: alegría, enojo, tristeza y amor, y seis de los chicos con discapacidad identifican con ayuda las emociones antes mencionadas por medio de gestos.

La segunda parte del cuestionario, los jóvenes con discapacidad observaron algunas pinturas al óleo y algunas acuarelas, con diferentes colores y tonalidades para que posteriormente pudieran seleccionar, mediante su percepción aquellas pinturas que representan las emociones que se presentan a continuación.

Tabla de resultados de las pinturas que representan **tristeza**

| Chicos/pintura | Pintura 1 | Pintura 2 | Pintura 3 | Pintura 4 | Pintura 5 | Pintura 6 | Pintura 7 | Pintura 8 | Pintura 9 | Pintura 10 |
|----------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
| 1              | x         |           |           |           | x         |           |           |           |           | x          |
| 2              |           |           |           |           |           | x         |           | x         |           |            |
| 3              | x         | x         |           | x         | x         | x         | x         | x         | x         | x          |
| 4              |           |           |           |           |           |           | x         |           |           |            |
| 5              | x         |           | x         | x         | x         | x         | x         |           |           |            |
| 6              |           | x         |           |           |           |           |           |           |           |            |

|       |   |   |   |   |   |    |   |   |   |   |
|-------|---|---|---|---|---|----|---|---|---|---|
| 7     |   |   |   |   |   | x  | x |   |   |   |
| 8     | x | x |   |   |   | x  | x |   |   |   |
| 9     |   |   | x |   |   | x  | x | x |   |   |
| 10    | x | x | x | x | x | x  | x |   | x |   |
| 11    |   | x |   |   | x |    | x |   |   |   |
| 12    |   |   | x |   |   | x  | x |   |   |   |
| 13    |   |   |   |   |   |    |   | x |   |   |
| 14    | x |   | x |   | x |    |   |   |   | x |
| 15    |   | x | x |   |   | x  |   |   |   | x |
| 16    |   |   |   |   | x | x  |   |   | x |   |
| Total | 6 | 6 | 6 | 3 | 7 | 10 | 9 | 4 | 3 | 4 |

Las primeras pinturas las tenían que asociar con la **tristeza**, esto fue lo que arrojaron los resultados de los cuestionarios. Las pinturas más seleccionadas (véase en anexos) fueron: con diez puntos *Impression Solei Levant* de Monet (óleo) y con nueve puntos *The Garden of the parsongae with arbor* de Vincent Van Gogh, podemos analizar que los jóvenes con discapacidad seleccionaron con más frecuencia las pinturas con colores “apagados”, o sea todos aquellos colores que están en los tonos grises y pasteles, y con menos frecuencia los colores un poco más vivos. Con esto podemos interpretar que los chicos asocian la emoción de tristeza con colores tenues o ausentes de luz.

Tabla de resultados de las pinturas que representan **temor**

| Chicos/pintura | Pintura 1 | Pintura 2 | Pintura 3 | Pintura 4 | Pintura 5 | Pintura 6 | Pintura 7 | Pintura 8 | Pintura 9 |
|----------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 1              |           |           | x         |           |           | x         |           | x         |           |
| 2              | x         |           |           | x         | x         |           |           |           | x         |
| 3              | x         | x         | x         | x         | x         | x         | x         | x         |           |
| 4              |           | x         | x         | x         |           |           |           |           |           |
| 5              | x         |           |           | x         | x         |           | x         | x         |           |
| 6              | x         |           |           |           |           | x         |           |           |           |

|       |   |   |   |   |   |    |   |   |   |
|-------|---|---|---|---|---|----|---|---|---|
| 7     |   | x |   | x | x |    |   |   | x |
| 8     | x |   |   |   | x | x  |   | x |   |
| 9     |   |   |   |   | x | x  |   |   | x |
| 10    | x |   | x |   | x |    | x |   | x |
| 11    | x |   |   | x |   |    |   | x |   |
| 12    | x |   |   |   |   | x  |   | x |   |
| 13    |   |   |   |   | x | x  |   |   |   |
| 14    |   |   | x |   |   | x  | x |   |   |
| 15    |   |   | x |   |   | x  |   | x |   |
| 16    | x |   |   |   | x | x  | x |   | x |
| Total | 9 | 3 | 6 | 6 | 9 | 10 | 5 | 7 | 5 |

Posteriormente observaron nueve pinturas en óleo y en acuarelas para después seleccionar aquellas que impresionen o identifiquen la emoción **temor**, cuando se observó que la mayoría de los jóvenes con discapacidad seleccionaron la pintura “El grito” de Edvard Munch, (véase en anexos) podemos interpretar que pueden asociar el temor con más facilidad cuando se les presenta una pintura que interprete alguna emoción en específico o representando algún gesto o acción. Por otro lado con nueve puntos *Puente Morpeth* de Girtin y *La ola verde* de Monet, podemos identificar que los chicos con discapacidad, asocian la emoción con tonalidades apagados o con poca luz, por otra parte, podemos percibir que les da temor el océano por haber elegido con mayor frecuencia *La ola verde*.

Tabla de resultados de las pinturas que representan **confianza**

| Chicos/pintura | Pintura 1 | Pintura 2 | Pintura 3 | Pintura 4 | Pintura 5 | Pintura 6 | Pintura 7 | Pintura 8 | Pintura 9 |
|----------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 1              |           |           | x         | x         |           |           |           |           | x         |
| 2              | x         |           |           | x         |           |           |           | x         |           |
| 3              | x         | x         | x         | x         | x         | x         | x         | x         | x         |
| 4              |           |           |           | x         | x         | x         |           |           |           |
| 5              | x         | x         |           |           | x         |           |           | x         | x         |

|       |    |   |   |   |   |   |   |    |   |
|-------|----|---|---|---|---|---|---|----|---|
| 6     | x  | x | x |   | x |   | x |    | x |
| 7     | x  |   |   | x | x |   |   | x  |   |
| 8     | x  | x | x | x |   |   |   |    |   |
| 9     | x  | x |   | x |   | x |   | x  |   |
| 10    | x  |   | x |   | x |   | x |    | x |
| 11    |    |   | x |   | x |   |   | x  |   |
| 12    | x  |   | x |   | x |   |   | x  |   |
| 13    | x  |   |   | x |   |   | x | x  |   |
| 14    | x  |   | x | x |   |   |   | x  |   |
| 15    | x  |   |   |   | x |   |   |    | x |
| 16    | x  |   | x |   |   | x |   | x  | x |
| Total | 13 | 5 | 9 | 9 | 9 | 4 | 4 | 10 | 7 |

Posteriormente, observaron las siguientes pinturas en óleo y acuarelas con la finalidad de asociar la emoción de **confianza**. En esta sección los jóvenes con discapacidad seleccionaron con trece puntos la pintura por nombre *Watercolor Sunset Reflection Demonstration* sin autor y la segunda con diez fue *Régates à Sainte-Adresse* de Monet y con nueve puntos nos encontramos con las obras: *Mujer de Scheveningen Cociendo* de Vincent Van Gogh, *Les Coquelicots* de Monet y *Gran mata de hierba* de Durero (véase en anexos). En esta selección podemos analizar que las y los jóvenes con discapacidad asocian la confianza con los colores fríos como: el color azul verdoso, cian, verde, violeta y azul, ya que estos colores transmiten tranquilidad y seriedad. Y dentro de los colores cálidos, encontramos al color púrpura que representa la confianza.

Tabla de resultados de las pinturas que representa **disgusto**

| Chicos/pintura | Pintura 1 | Pintura 2 | Pintura 3 | Pintura 4 | Pintura 5 | Pintura 6 | Pintura 7 | Pintura 8 | Pintura 9 |
|----------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 1              |           | x         |           | x         |           |           |           | x         |           |
| 2              |           |           |           |           |           | x         |           | x         |           |
| 3              | x         |           |           |           | x         | x         | x         |           | x         |

|       |    |   |   |    |   |   |   |    |   |
|-------|----|---|---|----|---|---|---|----|---|
| 4     |    |   |   | x  |   |   |   | x  |   |
| 5     |    |   | x | x  | x |   | x | x  |   |
| 6     |    | x |   | x  |   |   | x | x  | x |
| 7     | x  | x |   | x  | x | x | x |    |   |
| 8     | x  |   |   |    | x |   | x | x  |   |
| 9     | x  | x | x | x  | x |   | x |    |   |
| 10    | x  | x | x |    |   | x |   | x  |   |
| 11    | x  |   |   | x  |   |   |   | x  |   |
| 12    | x  |   |   | x  |   |   |   | x  |   |
| 13    | x  | x |   | x  | x | x | x | x  | x |
| 14    | x  |   |   | x  |   |   |   | x  |   |
| 15    |    |   | x |    |   | x |   |    | x |
| 16    | x  | x |   | x  | x | x |   | x  |   |
| Total | 10 | 7 | 4 | 11 | 7 | 7 | 7 | 12 | 4 |

Posteriormente los chicos con discapacidad asociaron las pinturas en óleo y en acuarelas con la emoción del **disgusto**, ellos seleccionaron aquellas pinturas que tienen colores opacos, la obra más seleccionada con doce puntos fue 'El grito' de Edvard Munch, posteriormente con once puntos el Escarabajo de Alberto Durero, y finalmente con diez puntos 'Magdalen Tower, Oxford' de Paul Sandby (véase en anexos). En esta sección podemos interpretar que los jóvenes con discapacidad asociaron esta emoción con los tonos grises; sin embargo, es importante mencionar que dentro de la selección de la obra del Escarabajo, dentro de la mitología egipcia significa protección hacia el mal, fuerza y poder, sin embargo, durante la aplicación del diagnóstico, se pudo observar e interpretar el disgusto hacia el animal, así también, refiriendo que les disgustó la obra por el animal. Como conclusión, la selección de estas obras se analiza cómo la falta de confianza que les hace sentir la reacción de la pintura El grito, de ver al escarabajo como temor e inseguridad, así también asociar los colores y tonalidades grises de la obra de Paul Sandby como falta de confianza por percibir colores tenues.

Tabla de resultados de las pinturas que representan la **alegría**

| Chicos/pintura | Pintura 1 | Pintura 2 | Pintura 3 | Pintura 4 | Pintura 5 | Pintura 6 | Pintura 7 | Pintura 8 | Pintura 9 |
|----------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 1              |           | x         |           |           | x         |           | x         |           |           |
| 2              |           |           | x         |           |           | x         |           | x         |           |
| 3              | x         |           | x         |           | x         |           |           |           | x         |
| 4              |           |           | x         |           |           | x         | x         | x         |           |
| 5              | x         | x         | x         | x         | x         | x         | x         | x         | x         |
| 6              | x         | x         | x         |           |           | x         | x         |           |           |
| 7              | x         | x         |           |           |           | x         | x         |           | x         |
| 8              |           |           | x         |           | x         |           |           | x         |           |
| 9              | x         | x         | x         | x         | x         | x         | x         | x         | x         |
| 10             | x         |           |           | x         |           | x         |           | x         |           |
| 11             |           |           | x         |           |           | x         |           |           | x         |
| 12             |           |           | x         | x         |           | x         |           | x         |           |
| 13             |           |           |           |           |           | x         |           | x         |           |
| 14             |           |           | x         | x         |           |           | x         |           |           |
| 15             |           |           | x         |           | x         |           |           |           | x         |
| 16             | x         | x         |           |           |           | x         | x         | x         | x         |
| Total          | 7         | 6         | 11        | 5         | 6         | 11        | 8         | 9         | 7         |

Por último, los jóvenes con discapacidad seleccionaron algunas pinturas en óleo y en acuarelas donde ellos asociaron la emoción de la **alegría**. Las pinturas que seleccionaron con mayor frecuencia, fueron las siguientes; con once puntos fue *Tres estudios de Pardillo* de Durero y *El Jarrón de los Girasoles* de Monet y finalmente con nueve puntos, *Jardín en Vétheuil* de Monet. En esta sección las obras que fueron seleccionadas por las y los jóvenes con discapacidad, se encuentran aquellas pinturas que tienen colores cálidos, como el amarillo, este color sobresalía en las obras que fueron mayormente seleccionadas porque significa alegría, por eso, podemos concluir que la emoción de alegría se puede identificar con facilidad con el color amarillo.

## **Conclusiones:**

Como conclusión del primer apartado del diagnóstico, me ayudó a analizar cada una de las respuestas, conductas y reacciones de los y las jóvenes con discapacidad al momento de aplicarles el cuestionario; alcanzan a comprender las emociones, sin embargo, al momento de querer identificar de forma consciente las emociones y sensaciones que pueden llegar a sentir ante un estímulo, refieren que les cuesta trabajo identificar y por ende llegan a reaccionar de forma impulsiva para comunicar su sentir a los demás.

Por otra parte, en cuanto a las necesidades expresivas de sus emociones, las y los jóvenes con discapacidad, reconocen que es importante comunicar su sentir o expresar sus emociones, pero no cuentan con herramientas que les ayuden a fomentar habilidades comunicativas verbales para hacerlo; es por ello que a partir de sus respuestas, podemos identificar que la habilidad comunicativa no verbal, (el dibujo como mediador) es un facilitador para expresar sus emociones pero solo se queda en lo no verbal.

En el segundo apartado del diagnóstico, se pudo identificar que, dentro de la expresión de las emociones es importante reconocer que el uso de los colores puede representar emociones, sentimientos y sensaciones. Es por ello que es importante prestarles atención a las pinturas y los colores que tienen, ya que nos ayudan a interpretar un poco mejor por qué seleccionaron las obras y poder interpretar el cómo identifican emociones dentro de las obras de arte. Para finalizar, gracias a la aplicación de los cuestionarios como diagnóstico, nos da la oportunidad de presentar y crear la propuesta de taller para fomentar el desarrollo expresivo de emociones en las y los jóvenes con discapacidad.

## **Capítulo 5. Propuesta del diseño del taller para el desarrollo expresivo de emociones en jóvenes con discapacidad dentro de la brigada “Inclúyeme” en el Instituto de la Juventud de la Ciudad de México**

La propuesta del taller educativo, tiene como finalidad de explotar sus conocimientos artísticos, “con la finalidad que logren expresarse a través del lenguaje artístico, manifestándose mediante los sentimientos, deseos y emociones que pueden comunicar a quienes los rodea” (Auroch, 2007) y mediante el uso de la pintura en acuarela, nos ayudará a fomentar habilidades comunicativas verbales como no verbales, con la finalidad de promover el desarrollo expresivo de sus emociones de forma espontánea en las y los jóvenes con discapacidad.

No obstante, para fomentar el desarrollo expresivo de emociones en las y los jóvenes con discapacidad dentro de la brigada, junto con las artes plásticas podremos generar modos complejos de pensamiento, así también como en lo emocional, ya que juegan un papel importante para la razón o a la resolución de problemas. La intención de utilizar el arte dentro del taller educativo, no es para formar artistas, la idea es que los y las jóvenes con discapacidad se apropien de él, que sepan que existe y que abre las posibilidades de comunicación y que les permita descubrir la necesidad que tiene al conocer los significados que emocionalmente produce. Según Auroch (2007) acercarse al arte es “reconocer la esencia del entorno en que se vive y las diferentes relaciones que se establecen, con una percepción distinta que involucra las emociones y los sentimientos”.

Dicho de otra manera, lo más importante es que, en el taller educativo será principalmente un ambiente lleno de enseñanza-aprendizaje, ya que se dirige “a lograr la sensibilidad, que los chicos y las chicas exploren desde su propia producción artística, con el fin de expresar lo que sienten” (Raquimán y Zamorano, 2017) porque según Moreno (2010) la actividad artística es un mediador útil para trabajar con personas en situación de vulnerabilidad porque permite realizar procesos de toma de conciencia y de la transformación hacia la autonomía personal y así tiene también el propósito de conectar a los chicos con discapacidad con su

propia identidad individual y cultural. Así mismo esta estrategia (el taller educativo) permite fortalecer la interacción cara a cara para que las y los jóvenes con discapacidad dejen de un lado la desconfianza, y es ahí donde el guía puede acercarse y brindarle su apoyo para que aprendan a desarrollar su expresión emocional. Otro de los objetivos que permite el taller educativo es, ayudar a desarrollar o “reforzar habilidades comunicativas verbales y no verbales para que exteriorizan y compartan sus experiencias con libertad, sepan comunicar su sentir o sus malestares y con ello sean capaces de crear” (Bonilla, 2012). Uno de los escenarios importantes donde se llevará a cabo el taller una vez regresando al instituto de forma presencial, será en el aula dentro del Instituto de la Juventud, ya que según Márquez-Cervantes y Gaeta-González (2017) es el contexto educativo donde enriquece habilidades emocionales, sociales, comunicativas verbales y no verbales, con el objetivo que la expresión sea eficaz de los jóvenes con discapacidad y a su vez mejorar los procesos de aprendizaje en los chicos.

Como se mencionó con anterioridad, uno de los papeles importantes dentro del diseño del taller educativo es *la pintura en acuarela.*, porque al ser un artefacto psicopedagógico y por ende, una categoría de las artes plásticas, conlleva a la interpretación de las emociones por parte de las y los jóvenes con discapacidad. En la construcción de metáforas sobre las emociones, se piensa que a partir de que el pigmento se funde con el agua, las emociones se expresan; como el efecto de propagación del agua al expandirse con las acuarelas en el papel es una analogía de las emociones: tienen que ser transparentes y les podemos dar color con el fin de plasmar emociones y sentimientos en un papel fabriano. Según Carbó (2016) sientan la plenitud de expresar lo que sienten en ese momento, o en su defecto algún sentimiento que dejaron enterrados en su alma. El expresar tiene como objetivo explorar emociones y sentimientos, y también nos da la capacidad de resolver conflictos emocionales y fomentar la conciencia de sí mismos.

Como conclusión, el taller tiene el propósito de acercar las artes plásticas a distintas poblaciones vulnerables que no tienen acceso fácil o no sea cotidiano a este mismo, ya que la intención de acercar la pintura en acuarela mediante el taller, los jóvenes

con discapacidad “adquieran cultura artística y emocional, que les ayude a enfrentarse a problemas de participación cultural y social” (Dea, 2017).

### **5.1 Diseño del taller educativo: “Manchitas de vida”**

**Objetivo general:** promover el desarrollo expresivo de las emociones por medio de la pintura en acuarela como artefacto psicopedagógico en las y los jóvenes con discapacidad de 17 a 32 años de edad del Instituto de la Juventud de la Ciudad de México, quienes pertenecen a la brigada “Inclúyeme”. Por medio de la pintura en acuarela como artefacto psicopedagógico.

**Población:**

**Discapacidad Intelectual:** 7

**Discapacidad Múltiple:** 9

**Total:** 16 jóvenes con discapacidad

**Edades:** 1-17 años, 1-19 años, 2- 23 años, 1-25 años, 1-26 años, 1-23 años, 5-28 años, 3-29 años y 1-32 años.

Como se mencionó con anterioridad, la brigada *Inclúyeme* no cuenta con un rango específico de edades, ya que su objetivo principal es salvaguardar a la población vulnerable y apoyar al joven con discapacidad a seguir fortaleciendo sus habilidades sociales, educativas y emocionales con la finalidad de incorporarlo en la sociedad, ya que el Instituto de la Juventud de la Ciudad de México, salvaguarda jóvenes de 15 a 29 años de edad y es por ello que al cumplir los 29 años, los jóvenes ya no pueden permanecer en el instituto.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL TALLER:**

1. Identificar emociones por medio de la Educación Emocional para fomentar las habilidades socioemocionales en jóvenes con discapacidad.

2. Conocer la importancia del uso de los colores por parte de los jóvenes con discapacidad, para expresar emociones a través de las artes plásticas.
3. Apropiarse de materiales artísticos como: los pinceles y pigmentos, propios de la acuarela para fomentar la expresión de emociones en jóvenes con discapacidad.
4. Fomentar la creación de obras por parte de los jóvenes con discapacidad a partir de las artes plásticas para el desarrollo de la expresión de las emociones.
5. Promover a través de los relatos de la experiencia de algunos acuarelistas, a la pintura en acuarela como mediador para el desarrollo de la expresión de las emociones en jóvenes con discapacidad.
6. Fomentar a través de las técnicas propias de la acuarela el fortalecimiento de las habilidades emocionales y comunicativas en jóvenes con discapacidad.
7. Promover mediante las artes plásticas a la Inteligencia Emocional para conocer, regular e identificar emociones individuales y colectivas. Promover en el joven con discapacidad la inteligencia emocional para conocer, regular e identificar emociones individuales y colectivas por medio de las artes plásticas.

**Metodología:** este diseño de taller educativo será impartido en un periodo semanal de dos horas por cada sesión, con 21 sesiones. En este taller se llevarán a cabo ejercicios de expresión individualizada a partir de un análisis básico de técnicas, lavado graduado, mojado sobre mojado y mojado en seco. Se harán sesiones en las cuales los jóvenes con discapacidad expresarán sus productos artísticos con el fin de desarrollar las habilidades comunicativas, sociales y emocionales. La metodología que utilizaremos para construir esta realidad, se trata de la metodología de Jauss (2002) como él la llama 'Experiencia Estética'; ya que se utilizará tres acercamientos -como él lo menciona los tres planos, que son las formas de registrar las historias de los individuos para que exista "una liberación de y liberación para el goce de lo bello"- los tres acercamientos nos ofrecen procesos cognoscitivos para adquirir un sentido del mundo, o sea aquellas experiencias que nos ayudan a comprender y a aprender de nosotros mismos y a su vez del mundo que nos rodea. El primer plano o acercamiento, se trata de la *conciencia productiva*. este primer acercamiento nos proporciona aquellos conocimientos previos o experiencias que

los jóvenes con discapacidad tienen acerca de todos los objetos que tiene el taller educativo para así pasar al segundo acercamiento *conciencia receptiva*, donde se fortalecen los conocimientos previos y las experiencias de los chicos, ya que del segundo acercamiento está enfocado a realimentación de los objetos para finalmente concluir con el tercer acercamiento *Experiencia intersubjetiva*, que se trata de crear obras a partir de los objetos que el taller nos proporciona para construir experiencias que nos ofrecerán a partir de sus estados emocionales para así fomentar el desarrollo expresivo de los jóvenes con discapacidad.

Finalmente, el método que se utilizará como recolección de datos, llevar un control de los procesos de los y las jóvenes con discapacidad y como método de evaluación será, la observación constante, ya que nos darán resultados de expresión corporal porque nos ofrece la posibilidad de comunicar sentimientos, estados de ánimo, emociones, conocimientos y sensaciones.

## **CONTENIDOS, CRONOGRAMA Y ACTIVIDADES**

### **1) Emociones y acuarela (6 semanas)**

- ¿Qué son las emociones?
- Todos tenemos que conocer las emociones.
- ✓ Hablemos de placer.
- ✓ Hablemos del amor.
- ✓ Hablemos de la sorpresa.
- ✓ Hablemos de disgusto.
- ✓ Hablemos de vergüenza.
- ✓ Hablemos de ira.
- ✓ Hablemos de tristeza.
- ✓ Hablemos de miedo.
- Los colores como medio para expresar emociones y sentimientos.

### **2) Primer acercamiento a la pintura en acuarela (5 semanas)**

- Historia de la acuarela como mediador de la expresión.
- Pigmentos y pinceles.

- Círculo cromático.
  - Primera Técnica: Mojado en seco.
  - Segunda técnica: Lavado plano.
  - Tercera técnica: Mojado sobre mojado.
  - Cuarta técnica: Lavado graduado.
- 3) **Inteligencia Emocional (IE)**
- IE. Autoconocimiento Emocional.
  - IE. Manejo de las emociones.
  - IE. Aprovechamiento productivo de las emociones.
  - IE. Empatía: interpretación de las emociones.
  - IE. Manejo de las relaciones personales.

### **CARTAS DESCRIPTIVAS**

| <b>Sesión:</b> | <b>Objetivo de la sesión:</b> | <b>Contenido conceptual</b> | <b>Actividad</b> |
|----------------|-------------------------------|-----------------------------|------------------|
|                |                               |                             |                  |

Las siguientes cartas descriptivas constan de cuatro columnas con la finalidad de resumir la información que estará presente a lo largo del taller educativo. En la primera columna consta de una pequeña introducción de la información que se verá en las sesiones, para tener definidos los contenidos. En la segunda columna se expone el objetivo específico de cada sesión, mismo que corresponde al objetivo general del taller, que es fomentar en los jóvenes con discapacidad Educación Emocional para fortalecer habilidades emocionales, sociales, comunicativas verbales y no verbales para promover el desarrollo expresivo de sus emociones. Posteriormente, en la tercera columna titulada “Contenido conceptual”, se introducen los conceptos a identificar con el propósito de precisar su definición y su relación con el objetivo específico de cada sesión. Finalmente, en la cuarta y última

columna, tenemos el desarrollo de las actividades pertinentes para cada sesión, con su respectiva duración y materiales que se usarán. Estas cartas descriptivas tienen el objetivo de implementar la organización del contenido para construir el objetivo general, fomentar el desarrollo expresivo en los jóvenes con discapacidad.

## Rúbricas

| Rúbricas   | Anotaciones |
|--|-------------|
| <p><b>-Expresión corporal:</b><br/> <b>Percepción:</b><br/> <b>Sensopercepción:</b><br/> <b>Manejo apropiado de estímulos o consignas, materiales y/o recursos.</b></p> <p><b>Objetivos:</b></p> <p>1) La persona en relación consigo misma.</p> <p>2) La persona en relación con otras personas.</p> <p>3) La persona en relación con los seres vivos.</p> <p>4) La persona en relación con objetos.</p> <p><b>-Apropiación del espacio pictórico:</b><br/> <b>Líneas:</b><br/> <b>Colores:</b></p> |             |
| <p>¿Se logra la integración de elementos por medio de transmisión de ideas mediante la expresión oral?<br/> SÍ/No<br/> ¿Por qué?</p>   |             |

## Descripción:

El instrumento de evaluación que se utilizará dentro del taller educativo será una tabla de rúbricas, con la finalidad de llevar el control de los procesos que las y los jóvenes con discapacidad tendrán a lo largo del taller educativo. Este instrumento

de evaluación será de forma cualitativa, con la finalidad de describir de mejor forma cada una de las características que a continuación se mencionarán.

Dentro de esta tabla de rúbricas nos encontramos con los siguientes conceptos a evaluar: Quesada (2004) nos menciona que la **expresión corporal** (EC)- nos dará un acercamiento a las posibilidades de comunicar sentimientos, estado de ánimo, emociones, conocimientos y sensaciones. Por otro lado, dentro de la EC la **percepción**, que nos ayudará a categorizar los senso-perceptuales, esto quiere decir que conoceremos cómo perciben las sensaciones a través del uso de los materiales artísticos. Y finalmente la **senso-percepción**, nos ayuda a conocer cómo se desarrollan los sentidos a partir de la interoceptiva, a conocer cómo perciben la información exterior de su cuerpo, en cuanto a sensaciones de motricidad, ubicación de cuerpo y peso. Por último, la expresión corporal como dice Stokoe y Harf (1992) considera cuatro niveles para llegar a esta- 1) la persona en relación consigo misma, 2) la persona en relación con otras personas, 3) la persona en relación con los seres vivos y 4) la persona en relación con objetos. Estos objetivos tienen como fin de darle peso a los conocimientos artísticos, haciéndolos más significativos para contribuir a la realidad cotidiana, al goce y al bienestar personal.

Por otro lado la **Apropiación del Espacio Pictórico**, es vista como una expresión cultural de una voluntad artística y de una experiencia y visión del mundo particular. Dentro de este concepto encontramos la **línea** y el **color**. Recuperando a Arnheim (2002) nos enfocaremos dentro de las rúbricas, la importancia en el tamaño del área en comparación con otras formas cercanas y la distancia de los contornos. Por otro lado, el color será la forma para identificar el predominio, ya que nos indicará las actitudes que se dan a los estímulos externos. Finalmente daremos peso a las experiencias del uso de los colores para conocer la relación que se tiene hacia las emociones.

| 1ª sesión: “¿Qué son las emociones?”  | Objetivo de la sesión:   | Contenido conceptual  | Actividad: “Pintando emociones”   |
|---|--|---|---|
| <p><b>Introducción:</b> Las emociones según Goleman (2018) son todos aquellos estados psicológicos y biológicos, donde influyen experiencias, ya que éstas y junto con las emociones construyen una realidad. Es por eso que se expondrán las emociones primarias para que los jóvenes con discapacidad se vayan apropiando de ellos para construir una educación emocional eficaz y así también ayudarles a diferenciar las emociones de las sensaciones, ya que, aunque las sensaciones van parte de las emociones, es importante mencionarles que estas son las respuestas inmediatas dentro de nuestro organismo.</p> | <p>Identificar emociones por medio de la Educación Emocional para fomentar la Educación Emocional en jóvenes con discapacidad.</p> | <p>Las emociones son experiencias que nos ayudan a construir una realidad. Son todo el conjunto de lo que llegamos a sentir en nuestro interior día a día, para poder exteriorizar en cada movimiento que hacemos y en cada expresión, ya sea corporal, escrita, en alguna pintura o en las melodías que nos ayudan a comunicar nuestras emociones. Por otro lado, nos encontramos con las sensaciones, estas son las reacciones a los diferentes estímulos ante una emoción. Las emociones dan respuestas inmediatas a los órganos de los sentidos como: la vista, el tacto, el olfato y el gusto.</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas.</p> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pinturas impresas de distintas corrientes y técnicas.</li> </ul> <p><b>Instrucciones:</b></p> <p><b>El primer acercamiento:</b> se les proporcionará a cada uno las imágenes de las pinturas (que cada una representará una emoción) cuestionando qué son, qué intentan comunicar o qué comunican cada pintura.</p> <p><b>Segundo acercamiento:</b> posteriormente se les explicará que todo ese conjunto de imágenes representan las emociones y se les expondrá la definición de <i>emoción</i>.</p> <p><b>Tercer acercamiento:</b> a continuación cada uno clasificará las pinturas de acuerdo a la interpretación emocional que ellos le den, de acuerdo a sus conocimientos previos, para conocer qué tanto conocen sobre educación emocional.</p> <p><b>Cuarto acercamiento:</b> finalmente se les expondrá cada una de las pinturas, así como a los autores, platicando un poco de sus historias, con la finalidad de que ellos comprendan las emociones a partir de las obras y fortalecer los conocimientos previos con los nuevos y fortalecer un aprendizaje</p> |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  |  | <p>significativo en la educación emocional.</p> <p><b>Desarrollo:</b><br/>Dentro de esta primera sesión, se tendrá como fin de conocer los conocimientos previos de los chicos y chicas en cuanto al conocimiento e identificación de las emociones, por medio de la <i>conciencia productiva</i>. Posteriormente mediante la cátedra de la vida de los autores e historia de las pinturas, se tendrá una realimentación de los conocimientos previos junto con las experiencias de los y las chicas con la finalidad de fomentar la <i>conciencia receptiva</i>.</p> |
|--|--|--|---|

| <p><b>2ª sesión: “Todos tenemos que conocer las emociones. Hablemos de <i>placer</i>”.</b></p>  | <p><b>Objetivo de la sesión:</b></p>   | <p><b>Contenido conceptual</b></p>   | <p><b>Actividad: “Conociendo mis emociones”</b></p>   |
|---|--|--|---|
| <p><b>Introducción:</b> dentro de la emoción <i>placer</i>, Goleman (2018) nos menciona que, también encontramos algunas emociones como la <i>felicidad, alegría, alivio, contento, dicha, deleite, diversión, orgullo, placer sensual, estremecimiento, embeleso, gratificación, satisfacción, euforia, extravagancia, éxtasis</i> y en extremo, <i>manía</i>.</p> | <p>Identificar emociones por medio de la Educación Emocional para fomentar la Educación Emocional en jóvenes con discapacidad.</p> | <p>Cuando sentimos <i>placer</i>, podemos percibir un aumento de la actividad en el centro nervioso que inhibe los sentimientos negativos y favorece un aumento de la energía disponible, y una disminución de ella que generan pensamientos inquietantes. Pero no hay un cambio determinado de la fisiología salvo una tranquilidad, que hace que el cuerpo se recupere más rápidamente del despertar biológico de las emociones desconcertantes. Esta configuración ofrece al organismo un descanso general, además de buena disposición y entusiasmo para cualquier tarea que se presente y para esforzarse por conseguir una gran variedad de objetivos.</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas.<br/><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● hojas blancas,</li> <li>● colores y</li> <li>● lápices.</li> <li>● Melodía <i>Suite n° 1 Prélude</i> de Bach y <i>Canon In D Major</i> de Johann Pachelbel.</li> </ul> <p><b>Instrucciones:</b></p> <p><b>Primer acercamiento:</b> se les expondrá la definición de la emoción <i>placer</i>.</p> <p><b>Segundo acercamiento:</b> les pedirá que cierren sus ojos y escucharán sin ninguna interrupción las melodías Bach y Johann Pachelbel con el objetivo</p> |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>que emerjan la emoción de placer o algún sinónimo de esta. Con ayuda de alguna experiencia donde hayan sentido placer o felicidad.</p> <p><b>Tercer acercamiento:</b><br/>Al finalizar la melodía, se les pedirá que plasmen con ayuda de los colores lo que sintieron al momento o algún hecho feliz que recordaron al momento de escuchar la melodía.</p> <p><b>Desarrollo:</b><br/>En la segunda sesión, tenemos en primer lugar <i>la conciencia receptiva</i> donde aprovecharemos los conocimientos del mediador experto para proporcionarles, ya sea un conocimiento nuevo y/o fortalecer aprendizajes previos. Posteriormente mediante la contemplación (conciencia productiva) tendrán la oportunidad de identificar aquellas experiencias donde se hayan sentido placer, alegría (...) para que finalmente, mediante de la <i>experiencia intersubjetiva</i> que se centra en crear una obra, con la finalidad de construir experiencias estéticas con el objetivo de registrar historias y expresar emociones.</p> |
|--|--|--|--|

| <b>3ª sesión: “Todos tenemos que conocer las emociones. Hablemos de amor.”</b> | <b>Objetivo de la sesión:</b> | <b>Contenido conceptual</b>                                    | <b>Actividad: “Conociendo mis emociones. Amor propio ¿Quién soy?”</b> |
|--|-------------------------------|--|---|
| <b>Introducción:</b> dentro de esta emoción también                            | Identificar emociones por     | El amor, son sentimientos de ternura y satisfacción sexual dan | <b>Tiempo:</b> dos horas.<br><b>Materiales:</b>                       |

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
| <p>tenemos las emociones como: <i>aceptación, simpatía, confianza, amabilidad, afinidad, devoción, adoración, infatuación, ágape (amor espiritual).</i></p> | <p>medio de la Educación Emocional para fomentar la Educación Emocional en jóvenes con discapacidad.</p> | <p>lugar a un despertar parasimpático: el opuesto fisiológico de la movilización “lucha o huye” que comparten el miedo y la ira. La pauta parasimpática, también llamada “respuesta de relajación”, es un conjunto de reacciones de todo el organismo, que genera un estado general de calma y satisfacción, facilitando la cooperación (Goleman, 2018).<br/>Dentro de esta emoción, nos encontramos con <i>amor propio</i>. El amor propio es querer lo mejor para nosotros mismos, para fortalecer el amor propio se tiene que trabajar interno y externo porque es un equilibrio entre cómo nos sentimos, pensamos y actuamos. El amor propio es aceptarnos como somos, aceptar nuestro cuerpo, aceptar nuestros defectos, nuestra luz y nuestra sombra, nuestras cualidades y para lograr esto tenemos que conocernos primero.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Melodía <i>The swan (le cygne)</i> de Saint-saens.</li> <li>● ½ cartulina en blanco.</li> <li>● Colores, pinturas acrílicas, lápices, revistas y pegamento en barra.</li> </ul> <p><b>Instrucciones:</b><br/><b>Primer acercamiento:</b> con base a sus conocimientos plasmarán su definición de amor propio, esta creación se dará a partir de dibujos, figuras, objetos o animales.<br/><b>Nota:</b> pueden realizar la cantidad de dibujos que ellos consideren.<br/><b>Material extra:</b> mientras están plasmando los dibujos, sonará de fondo la melodía de <i>The swan (le cygne)</i> de Saint-saens.<br/><b>Segundo acercamiento:</b> posteriormente se les dará a conocer la definición de la emoción de <i>amor propio</i>, con la finalidad de fortalecer el conocimiento previo de la creación.<br/><b>Tercer acercamiento:</b> a partir de la definición de <i>amor propio</i> contemplarán sus dibujos, con la finalidad de asimilar sus dibujos junto con la emoción.<br/><b>Cuarto acercamiento:</b> finalmente compartirán de manera verbal lo que dibujaron y lo que sintieron al momento de plasmar el amor propio.</p> |
|---|--|--|--|

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  |  | <p><b>Desarrollo:</b><br/>Mediante la <i>conciencia productiva</i> conoceremos la percepción de sus experiencias de acuerdo a la emoción. Al mismo tiempo crearán una obra mediante la <i>experiencia intersubjetiva</i>, para conocer más a fondo cómo perciben e interpretan el <i>amor propio</i>.<br/>Después, a partir de la <i>conciencia receptiva</i>, se hará una realimentación con la finalidad de aprovechar la construcción de una realidad.</p> |
|--|--|--|---|

| <b>4ª sesión: “Todos tenemos que conocer las emociones. Hablemos de sorpresa.”</b>   | <b>Objetivo de la sesión:</b>   | <b>Contenido conceptual</b>   | <b>Actividad: “Conociendo mis emociones”</b>   |
|--|---|---|--|
| <p><b>Introducción:</b> el levantar las cejas en expresión de <i>sorpresa</i> permite un mayor alcance visual y también que llegue más luz a la retina. Según Goleman (2018) la emoción ofrece más información sobre el acontecimiento inesperado, haciendo que resulte más fácil distinguir con precisión lo que está ocurriendo e idear el mejor plan de acción.</p> | <p>Identificar emociones por medio de la Educación Emocional para la Educación Emocional en jóvenes con discapacidad.</p> | <p>Esta emoción se deriva de una situación o acontecimiento que se presenta sin ser esperado, novedoso o extraño La sorpresa puede ser tanto positiva, negativa o neutra.<br/>Sorpresa es lo que sentimos, por ejemplo, cuando te regalan algún obsequio o cuando ves algún insecto que no es de tu gracia. Es cuando se presenta esta emoción.<br/>Respecto a las reacciones fisiológicas, nos encontramos con una desaceleración de la frecuencia cardíaca y un aumento del tono muscular y la amplitud respiratoria. Además, aparece un tono de voz alto, junto a vocalizaciones espontáneas.<br/>La función de la emoción de sorpresa es vaciar en la memoria de trabajo de toda actividad residual para hacer frente al estímulo imprevisto. Esta emoción es frecuentemente seguida por otra emoción que va a depender de la</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas.<br/><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Un pedazo de cartulina en blanco,</li> <li>● Lápices y</li> <li>● colores</li> </ul> <p><b>Introducción:</b><br/><b>Primer acercamiento:</b> en primer lugar se les leerá el cuento de EL Lago de los Cisnes (con música de la obra) con la finalidad familiaricen con el acontecimiento para sensibilizar la emoción de <i>sorpresa</i>.<br/><b>Segundo acercamiento:</b> posteriormente como actividad los chicos contestarán estas preguntas en un</p> |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  | <p>calidad de estímulo imprevisto, mostrando así su positividad (alegría) o negatividad (ira).</p> | <p>pedazo de cartulina, por medio de palabras o dibujos.</p> <p>¿La emoción de la sorpresa fue positiva o negativa? ¿Por qué?<br/>¿Cómo te sentirías si estuvieras en el lugar de Odette?</p> <p><b>Tercer acercamiento:</b><br/>a continuación cada joven expondrá lo que dibujo o escribió para conocer cómo identifica, percibe la emoción de sorpresa.</p> <p><b>Cuarto acercamiento:</b><br/>finalmente se realizará realimentación exponiendo la definición de sorpresa con la finalidad de fortalecer los conocimientos previos y generar nuevas experiencias.</p> <p><b>Desarrollo:</b><br/>En primer lugar utilizaremos <i>conciencia receptiva</i> con la finalidad de proporcionarles conocimientos nuevos, posteriormente la <i>experiencia intersubjetiva</i>, nos ayudará a identificar cómo perciben aquellas experiencias que les ayuda a plasmar aquellos conocimientos. Esta ayuda será a partir de preguntas, que les permitirá abrir sus pensamientos. Después expresarán su punto de vista y cómo se sintieron al escuchar el cuento junto con la melodía, este acercamiento nos proporcionará</p> |
|--|--|--|---|

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  |  | información de cómo asimilan y ordenan sus pensamientos para después comunicarse. Finalmente mediante la <i>conciencia receptiva</i> se fortalecerán todos los conocimientos previos con los aprendidos para desarrollar aprendizajes significativos. |
|--|--|--|---|

| 5ª sesión: “Todos tenemos que conocer las emociones. Hablemos de <i>disgusto</i> .”   | Objetivo de la sesión:   | Contenido conceptual   | Actividad: “Conociendo emociones”  |
|---|--|--|--|
| <p><b>Introducción:</b> La emoción de <i>disgusto</i> también la podemos encontrar en estas emociones: <i>desdén, desprecio, menosprecio, aborrecimiento, aversión, disgusto y repulsión.</i></p> | <p>Identificar emociones por medio de la Educación Emocional para fomentar la Educación Emocional en jóvenes con discapacidad.</p> | <p>La emoción de <i>disgusto</i> es la expresión de algo que tiene un sabor o un olor repugnante, o lo es en sentido metafórico. En otras palabras, se refiere a la incomodidad por algo que produce molestia o desagrado: “<i>La actitud irresponsable de un compañero provocó disgusto en mis otros compañeros, que no dudaron en expresar su malestar</i>”.</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas.<br/> <b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Dibujo de una silueta humana, en un pedazo de cartulina.</li> <li>● Pinturas acrílicas de colores,</li> <li>● Plumones y</li> <li>● Pinceles o hisopos.</li> </ul> <p><b>Introducción:</b><br/> <b>Primer acercamiento:</b> se les proporcionará la definición de <i>disgusto</i>, narrando algunas historias cortas que estén asociadas a la emoción.<br/> <b>Segundo acercamiento:</b> a continuación se les proporcionará un pedazo de cartulina que previamente ya esté impresa una silueta humana y con las pinturas acrílicas plasmarán en qué partes del cuerpo pueden detectar o sentir alguna sensación que haya provocado a partir de la</p> |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>asociación de las pequeñas historias.</p> <p><b>Tercer acercamiento:</b> Finalmente, se les pedirá que expliquen qué sensaciones perciben cuando sienten la emoción.</p> <p><b>Desarrollo:</b> en esta sesión se proporcionará experiencias, pequeñas historias, con la finalidad de asociar la emoción de disgusto, alguna experiencia emocional que se haya vivido, mediante la <i>conciencia receptiva</i>, conoceremos aquellas experiencias.</p> |
|--|--|--|--|

| <p><b>6ª sesión: “Todos tenemos que conocer las emociones. Hablemos de vergüenza.”</b></p>   | <p><b>Objetivo de la sesión:</b></p>   | <p><b>Contenido conceptual</b></p>  | <p><b>Actividad: “conociendo mis emociones. Una carta para mí y dado de las actuaciones”</b></p>  |
|--|--|---|---|
| <p><b>Introducción:</b> <i>culpabilidad, molestia, disgusto, remordimiento, humillación, arrepentimiento, mortificación</i> y <i>contrición</i>. Estos son algunos de los sinónimos que engloba la emoción de vergüenza.</p> | <p>Identificar emociones por medio de la Educación Emocional para fomentar la Educación Emocional en jóvenes con discapacidad.</p> | <p>La vergüenza es una emoción social que experimentamos alguna vez a lo largo de nuestra vida ¿Quién no ha sentido vergüenza? Todos, porque esta emoción surge cuando valoramos nuestras acciones como negativas, esto es qué estamos haciendo mal y que eso va a llevar a que los demás hagan prejuicios hacia nosotros. Sin embargo, si no identificamos cuando estamos sintiendo vergüenza o no reconocemos que está presente esta emoción, nos puede agobiar o tal grado de desarrollar ansiedad y en muchas ocasiones puede estar relacionado con la inseguridad. Sin embargo, es importante observarnos a nosotros mismos cuando estamos sintiendo vergüenza, porque nosotros mismos estamos creando juicios de nuestros propios comportamientos y en base a esos juicios que hemos hecho, damos respuestas: positivas como negativas.</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas.<br/> <b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Hojas blancas o de colores.</li> <li>● Plumones y colores.</li> <li>● Revistas</li> <li>● Un dado con una acción de cada lado.</li> </ul> <p><b>Instrucciones:</b><br/> <b>Primer acercamiento:</b> por medio de un collage plasmarán todas las habilidades y aptitudes. Utilizando recortes de revistas, colores y plumones.<br/> <b>Segundo acercamiento:</b> posteriormente una vez que esté</p> |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  |  | <p>Si son positivas, reconocemos que hemos hecho un buen trabajo y nos sentimos bien con nosotros mismos, fortalecemos nuestra autoestima. Sin cambio, sí creemos que no nos hemos desempeñado “bien”, se desarrolla la emoción de vergüenza o de culpabilidad.</p> <p>Como conclusión, la vergüenza surge cuando creemos que actuamos mal ante los demás y esto genera inseguridad en nosotros mismos porque buscamos constante aprobación, aceptación y la estima de las personas que nos rodean.</p> | <p>concluido el collage, contemplarán su obra y compartirán con todos todas las habilidades y aptitudes que reconocieron al momento de crear el collage.</p> <p><b>Tercer acercamiento:</b><br/>posteriormente cada uno de los chicos pasará al frente y realizará una acción, de acuerdo a la acción que salió.</p> <p><b>Cuarto acercamiento:</b><br/>después de que todos hayan participado, cada uno compartirá si al momento de realizar la actividad sintieron vergüenza y por qué. Con el objetivo de fomentar la definición de vergüenza y que está bien si llegamos a sentirla, sin olvidar que nuestras habilidades y aptitudes nos ayudarán a sobrellevar la pena.</p> <p><b>Desarrollo:</b><br/>El primer instante que utilizaremos en esta sesión será la <i>conciencia productiva</i>, ya que cada uno de los chicos compartirá su forma de ver sus mundos, así mediante sus experiencias, así mismo mediante la <i>experiencia intersubjetiva</i>, ya que estarán creando una obra para representar</p> |
|--|--|---|--|

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>sus habilidades y aptitudes. Y finalmente se fortalecerán los conocimientos aprendidos mediante la realimentación del concepto de <i>vergüenza</i>, mediante <i>conciencia receptiva</i>.</p> |
|--|--|--|--|

| <p><b>7ª sesión: “Todos tenemos que conocer las emociones. Hablemos de ira.”</b></p>   | <p><b>Objetivo de la sesión:</b></p>   | <p><b>Contenido conceptual</b></p>   | <p><b>Actividad: “conociendo mis emociones. ¿De qué color te imaginas la ira?”</b></p>  |
|--|--|--|---|
| <p><b>Introducción:</b> <i>furia, ultraje, resentimiento, cólera, exasperación, indignación, aflicción, acritud, animosidad, fastidio, irritabilidad, hostilidad</i> y, tal vez en extremo, <i>violencia</i> y <i>odios patológicos</i>.</p> | <p>Identificar emociones por medio de la Educación Emocional para fomentar la Educación Emocional en jóvenes con discapacidad.</p> | <p>La ira, es una reacción emocional caracterizada por un sentimiento de enfado o de intensidad variable, que se produce cuando una persona considera que existe o que se va a producir un resultado negativo para sus intereses. Esta se trata de una reacción emocional caracterizada por una activación fisiológica, que es acompañada por un sentimiento de enfado y que aparece cuando se consigue un objetivo o no se cubre una necesidad. Cuando empezamos a enfadarnos, experimentamos sensaciones propiamente de esta emoción, el ritmo cardíaco se eleva y se aumentan las hormonas como la adrenalina que genera un ritmo de energía lo suficientemente para originar una acción vigorosa. Esto quiere decir que esta emoción puede definirse como negativa, porque podemos reaccionar de forma agresiva. Sin embargo, nos lleva a la reacción de supervivencia, ante otros miembros del grupo.</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas.<br/> <b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Cartulina,</li> <li>● Revistas,</li> <li>● Plumones,</li> <li>● Colores y</li> <li>● Pintura acrílica.</li> </ul> <p><b>Introducción:</b><br/> <b>Primer acercamiento:</b> se les dará a conocer la definición de la emoción mediante pequeñas historias.<br/> <b>Segundo acercamiento:</b> posteriormente mediante la definición plasmará en un pedazo de cartulina cómo es que perciben la <i>ira</i> a partir de las siguientes preguntas...</p> <p>¿Cómo te imaginas la ira? ¿De qué color es?<br/> ¿Cómo es su textura?<br/> Y ¿Tiene algún sabor?</p> <p><b>Tercer acercamiento:</b><br/> Al terminar expondrán sus obras a sus compañeros.</p> |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  |  | <p><b>Desarrollo:</b><br/> El primer acercamiento se tratará de <i>conciencia receptiva</i> se fomentará la definición de <i>ira</i>, con la finalidad que se apropien conocimientos nuevos con sus conocimientos previos para que exista <i>conciencia productiva</i>, o sea, la asimilación de sus experiencias previas junto con las experiencias del mediador. Al mismo tiempo, la <i>experiencia intersubjetiva</i> también tendrá un gran peso, ya que crearán con el fin de construir experiencias nuevas.</p> |
|--|--|--|---|

| 8ª sesión: “Todos tenemos que conocer las emociones. Hablemos de <i>tristeza</i> .”   | Objetivo de la sesión:  | Contenido conceptual   | Actividad: “conociendo mis emociones”   |
|---|---|--|---|
| <p><b>Introducción:</b> también conocida como <i>congoja</i>, <i>pesar</i>, <i>melancolía</i>, <i>pesimismo</i>, <i>pena</i>, <i>autocompasión</i>, <i>soledad</i>, <i>abatimiento</i>, <i>desesperación</i> y en casos patológicos <i>depresión grave</i>.</p> | <p>Identificar emociones por medio de la Educación Emocional para la Educación Emocional en jóvenes con discapacidad,</p> | <p>La tristeza produce una caída de la energía y el entusiasmo por las actividades de la vida, sobre todo por las diversiones y los placeres y, a medida que se profundiza y se acerca a la depresión, hace más lento el metabolismo del organismo. Este aislamiento introspectivo crea la oportunidad de llorar para una pérdida o una esperanza frustrada, de comprender las consecuencias que tendrá en la vida de cada uno, y mientras se recupera la energía, planificar un nuevo comienzo.</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas.<br/> <b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Melodía de Sarabande de Johann Sebastian Bach.</li> <li>● Pinturas acrílicas,</li> <li>● ¼ de cartulinas color blanco y</li> <li>● Pinceles.</li> </ul> <p><b>Introducción:</b><br/> <b>Primer acercamiento:</b> para sensibilizar la emoción se reproducirá la melodía elegida para la sesión. La indicación será:</p> |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <p>“escucha la melodía y recuerda algún suceso donde te hayas sentido triste”.</p> <p><b>Segundo acercamiento:</b> posteriormente se le proporcionará los materiales para crear lo que sintieron al escuchar la melodía y el asociarlos con un acontecimiento triste (en la mitad de la cartulina). Dentro de esta creación pueden dibujar o pintar lo que les venga en mente con la finalidad de plasmar su experiencia.</p> <p><b>Tercer acercamiento:</b> en la otra mitad de la cartulina plasmarán el cómo o qué hicieron para disminuir la tristeza y aumentar la tranquilidad o alegría.</p> <p><b>Cuarto acercamiento:</b> finalmente se les cuestionara si llegaron a sentirse tranquilos al momento de plasmar su sentir y compartir las estrategias para disminuir la tristeza.</p> <p><b>Desarrollo:</b> el primer acercamiento tiene como fin, sensibilizar para poder crear y así construir hacia la <i>experiencia intersubjetiva</i>. Así mismo conoceremos todos aquellos conocimientos previos por medio de</p> |
|--|--|---|

|  |  |  |                           |
|--|--|--|---------------------------|
|  |  |  | la conciencia productiva. |
|--|--|--|---------------------------|

| 9ª sesión: “Todos tenemos que conocer las emociones. Hablemos de <i>miedo</i> .”  | Objetivo de la sesión:   | Contenido conceptual   | Actividad: “conociendo mis emociones”   |
|---|--|--|---|
| <p><b>Introducción:</b> dentro del miedo Goleman (2018), refiere que, dentro de la emoción, podemos encontrar los siguientes sinónimos: <i>Ansiedad, aprensión, nerviosismo, preocupación, consternación, inquietud, cautela, incertidumbre, pavor, miedo, temor, terror</i>; en un nivel psicopatológico, <i>fobia y pánico</i>.</p> | <p>Identificar emociones por medio de la Educación Emocional para fomentar la Educación Emocional en jóvenes con discapacidad.</p> | <p>Cuando sentimos miedo, temor, ansiedad, preocupación (...) es fácil de percibir en nuestro cuerpo que la sangre deja de circular, creando la sensación de que la sangre “se hiela”. Al mismo tiempo, el cuerpo se congela, aunque sea por un instante. También los circuitos del centro emocional del cerebro desencadenan un torrente de hormonas que pone al organismo en alerta general haciendo que se prepare para la acción, y la atención se fija en la amenaza cercana.</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas.<br/> <b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Melodía, La 5ta sinfonía de Beethoven,</li> <li>● ¼ de cartulina blanca</li> <li>● Lápiz, colores y plumones.</li> </ul> <p><b>Introducción:</b><br/> <b>Primer acercamiento:</b> como primer lugar se les dará a conocer la definición de miedo, con la finalidad de que comiencen a asociar el concepto junto con la actividad.<br/> <b>Segundo acercamiento:</b> posteriormente se reproducirá la melodía, La 5ta sinfonía de Beethoven, para que contemplen y puedan asociar la melodía junto con la emoción.<br/> <b>Tercer acercamiento:</b> Posteriormente se les preguntará lo siguiente para después plasmarlo...<br/> ¿Cómo es el miedo?<br/> ¿De qué color es?<br/> ¿De qué forma es?</p> <p><b>Cuarto acercamiento:</b><br/> Al finalizar su obra, los chicos compartirán al grupo el cómo identifican la</p> |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>emoción, cómo se sintieron plasmándolo junto con la melodía</p> <p><b>Desarrollo:</b> la <i>conciencia receptiva</i> será el primer acercamiento en esta sesión porque nos ayuda a construir aprendizajes significativos. Posteriormente, los y las jóvenes plasmarán sus experiencias por medio de la <i>conciencia productiva</i> y la <i>experiencia intersubjetiva</i>, con la finalidad de conocer cómo identifican sus emociones y cómo organizan sus experiencias para expresarse.</p> |
|--|--|--|--|

| <b>10ª sesión: “Los colores como medio para expresar emociones y sentimientos”</b>   | <b>Objetivo de la sesión:</b>  | <b>Contenido conceptual</b>  | <b>Actividad: “Pintando emociones”</b>  |
|--|--|--|---|
| <p><b>Introducción:</b><br/>Joseph Mallord William Turner, es uno de los mejores paisajistas acuarelistas, dentro de sus acuarelas, los colores eran importantes para representar todo lo que veía y lo que sentía, cómo las emociones negativas o positivas. También los colores le ayudaron a identificar emociones y sus sensaciones, ya que dentro de este análisis interpretamos que los colores son verdaderos y que a la distancia se puede apreciar ese brillo que nos dan los</p> | <p>Conocer la importancia del uso de los colores por parte de los jóvenes con discapacidad, para expresar emociones a través de las artes plásticas.</p> | <p>Los colores son la clave importante para expresar emociones, porque representan lo que vemos, lo que sentimos y percibimos. Como las emociones negativas como las positivas, ya que los colores nos ayudan a identificar y a clasificar de acuerdo a lo que sentimos.</p> | <p><b>Tiempo:</b> Dos horas<br/><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ½ de cartulina blanca.</li> <li>● Colores</li> <li>● Plumones</li> <li>● Y pinturas en acrílico.</li> </ul> <p><b>Instrucciones:</b><br/><b>Primer acercamiento:</b><br/>clasificarán cada una de las emociones de acuerdo al color o a los colores que consideren. Por ejemplo: alegría-amarillo, disgusto-verde, sorpresa-azul etc. <b>Nota: Pueden</b></p> |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <p>colores. En conclusión, los colores son la clave también para expresar las emociones mediante la pintura en acuarela.</p> |  |  | <p><b>utilizar objetos, figuras, flores o animales, pero utilizando siempre colores.</b></p> <p><b>Segundo acercamiento:</b><br/>posteriormente se les dará a conocer la psicología de los colores, para fortalecer los conocimientos previos que tienen acerca de las emociones y los colores.</p> <p><b>Desarrollo:</b> el primer acercamiento nos ayuda a conocer los conocimientos previos, por medio de la <i>conciencia productiva</i>. Posteriormente se tiene el objetivo también de fortalecer los conocimientos previos para construir un aprendizaje significativo, mediante la <i>conciencia receptiva</i> nos ayudará a hacer esta conexión.</p> |
|--|--|--|---|

| <p><b>11ª sesión: “Primer acercamiento a la pintura en acuarela. Pigmentos, pinceles y círculo cromático.”</b></p>                                | <p><b>Objetivo de la sesión:</b></p>   | <p><b>Contenido conceptual</b></p>  | <p><b>Actividad: “Pintando emociones”</b></p>   |
|---|--|---|---|
| <p><b>Introducción:</b> Las obras en acuarela se distinguen por la riqueza de sus colores, la transparencia y la espontaneidad de sus trazos.</p> | <p>Apropiarse de materiales artísticos como: los pinceles y pigmentos, propios de la acuarela para fomentar la expresión de emociones en jóvenes con discapacidad.</p> | <p>En primer lugar, la presentación de los pigmentos de acuarelas es diversa y obedece a distintas necesidades. Se fabrican pastillas de acuarela seca y húmeda, acuarela líquida y tubos con acuarela cremosa. Las acuarelas secas son las más económicas, las húmedas</p> | <p><b>Tiempo:</b> Dos horas.<br/><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pinceles</li> <li>● Pintura en acuarela.</li> <li>● ¼ de papel fabriano.</li> </ul> <p><b>Instrucciones:</b></p> |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|  |  | <p>son de calidad profesional ya que tienen mayor cantidad de glicerina y miel además de mejores pigmentos, las acuarelas cremosas en tubos tienen una calidad similar a las pastillas húmedas y las acuarelas líquidas son usadas principalmente por ilustradores.</p> <p>En segundo lugar, tenemos el papel de la acuarela. Este tiene que ser grueso para evitar que la hoja se rasgue por la abundancia de agua. Si usamos un papel muy delgado se absorberá muy rápido el agua y los colores ya no serán brillantes.</p> <p>En tercer lugar, tenemos los pinceles; se fabrican en una extensa variedad y formas, materiales y tamaños, que son necesarios para una función específica.</p> | <p><b>Primer acercamiento:</b> se les presentará a los jóvenes con discapacidad los materiales que se ocupan para pintar con acuarelas, explicando cada una de sus características, con la finalidad que se apropien de estos artefactos para desarrollar su expresión.</p> <p><b>Segundo acercamiento:</b> Posteriormente se les dará el pedazo de papel fabriano para realizar el círculo cromático, con el objetivo empezar a desarrollar el uso de los pinceles, las acuarelas y colores.</p> <p><b>Desarrollo:</b> en el primer acercamiento utilizaremos la <i>conciencia receptiva</i> con la finalidad de proporcionarles conocimientos del mediador experto y así fomentar experiencias próximas y puedan construir aprendizaje significativo.</p> |
|--|--|---|---|

| <b>12ª sesión: “Primer acercamiento a la pintura en acuarela. Historia de la acuarela como mediador de la expresión”.</b> | <b>Objetivo de la sesión:</b>   | <b>Contenido conceptual</b>   | <b>Actividad: “Pintando emociones”</b>  |
|---|---|---|---|
| <b>Introducción:</b> ...la pintura en acuarela es un medio que nos ayuda a expresar nuestras emociones. Es                | Promover a través de los relatos de la experiencia de algunos acuarelistas, a la pintura en | Guati Rojo expresaba a la pintura en acuarela como un medio de libertad, decía: | <b>Tiempo:</b> dos horas<br><b>Material:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Acuarelas,</li> <li>● Pinceles y</li> </ul> |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <p>por ello que analizaremos esas formas que benefician al momento de plasmar emociones y sentimientos. Este análisis se dará a partir de la vida de los pintores pero justo en ese momento en donde la pintura en acuarela entró en sus vidas para así poder comprender el verdadero significado de usarla para expresar emociones, producir la realidad emotiva de sus vidas y comprender porque es una técnica expresiva.</p> | <p>acuarela como mediador para el desarrollo de la expresión de las emociones en jóvenes con discapacidad.</p> | <p><i>La acuarela se encuentra en todo el arte de la humanidad. Nadie, desde los tiempos inmemoriales, se sintió libre de mezclar el agua y el color” (1990).</i></p> <p>Con esta expresión nos damos cuenta que Guati Rojo se sentía libre al pintar con acuarelas, era su medio de escape a cualquier lugar, persona y tiempo porque al momento de mezclar el agua con el color él podía sentir esa libertad de poder expresar en el papel lo que él sentía. Él solo quería que comprendiéramos que en efecto la pintura en acuarela es un medio de expresión de las emociones, quitarnos preocupaciones de encima para poder llegar a sentir esa emoción que él llama “libertad” al momento de plasmar una obra en acuarela.</p> <p>Por otro lado, Vincent Van Gogh con el tiempo se sentía más relajado al usar acuarelas, ya que le ayudó a trabajar rápidamente para producir obras más impresionantes. En otras palabras la pintura llegó a su vida para ayudarlo a plasmar esas emociones que en su momento no lograba expresar, sin embargo al darle la oportunidad a las acuarelas pudo sentirse relajado y libre al poder producir acuarelas de una forma emotiva.</p> <p>Finalmente, Joseph Mallord William Turner fue otro acuarelista. Él expresó lo siguiente: <i>Mi corazón también ha sido una tormenta; más de una vez he bebido mis frascos con agua de pinturas. ¿Para qué?</i></p> <p><i>Mi corazón también ha sido una tormenta; más de una vez he bebido mis frascos con agua de pinturas. ¿Para qué?</i></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● ¼ de papel fabriano.</li> </ul> <p><b>Instrucciones:</b></p> <p><b>Primer acercamiento:</b> Se les contará la historia de la acuarela, enfocándonos más en cómo ha sido un mediador para expresar emociones, sentimientos e ideas para algunos acuarelistas.</p> <p><b>Segundo acercamiento:</b> Posteriormente a partir de las historias, plasmarán cómo quieren aprender a expresar sus emociones a partir de la pintura en acuarela. <b>Nota: se les puede apoyar sugiriendo que plasmen algún suceso que marcó su vid.</b></p> <p><b>Material de apoyo:</b> melodías de Johann Sebastian Bach.</p> <p><b>Desarrollo:</b> el primer acercamiento se trata de compartir experiencias de acuarelistas por medio de la <i>conciencia receptiva</i> con la finalidad de que se apropien de esas experiencias, con la finalidad de crear y expresar sus necesidades emocionales a partir de la <i>conciencia productiva</i>.</p> |
|--|--|--|---|

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  | <p><i>No he estado lo suficientemente insano para tragarme mis acuarelas pero lo he pensado. ¡De qué serviría una muestra íntima del viejo Joseph a la altura de las costillas!</i></p> <p>Como conclusión, tenía emociones fuertes, tal vez como la tristeza, la frustración, preocupación... que lo hacían sentir mal, sin embargo la pintura en acuarela lo ayudó a sentirse libre para poder expresarlas y así ya no acumular más emociones negativas.</p> |  |
|--|--|--|--|

| <b>13ª sesión: “Primer acercamiento a la pintura en acuarela. Primera técnica: lavado graduado”</b>  | <b>Objetivo de la sesión:</b>  | <b>Contenido conceptual</b>   | <b>Actividad: “Pintando emociones.”</b>   |
|--|--|---|---|
| <p><b>Introducción:</b> Se les enseñará a aplicar esta técnica sobre el papel fabriano, mediante los colores que ellos consideran que hacen a la representación a las emociones negativas que sienten.</p> | <p>Fomentar a través de las técnicas propias de la acuarela el fortalecimiento de las habilidades emocionales y comunicativas en jóvenes con discapacidad.</p> <p>Fomentar la creación de obras por parte de los jóvenes con discapacidad a partir de las artes plásticas para el desarrollo de la expresión de las emociones.</p> | <p>El lavado graduado es la transición de la luz a la oscuridad, es decir que se comienza a pintar de manera oscura y posteriormente se va arrastrando el color, para que se vea cómo se va difuminando el color de oscuro a claro.</p> <p>Esta técnica nos ayudará a comprender que las emociones negativas como la ira, el temor, el disgusto y la vergüenza, se pueden disminuir mediante la regulación emocional de éstas. Esto quiere decir que podrán regular sus emociones propias y ajenas, moderando las emociones negativas y aumentar las positivas. De igual manera nos ayudará a comprender que las emociones negativas son fáciles de disminuir cuando se les presta atención, en ese momento en que la pintura en acuarela se difuminaba en el papel sus emociones negativas se transformarán en positivas y así se sentirán plenos y felices.</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas.<br/> <b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pintura en acuarela.</li> <li>● Pinceles.</li> <li>● ½ de papel fabriano.</li> </ul> <p><b>Instrucciones:</b><br/> <b>Primer acercamiento:</b> se les pedirá que piensen en algún momento que hayan sentido alguna emoción como la ira, el temor, disgusto o vergüenza.<br/> <b>Segundo acercamiento:</b> posteriormente se les pedirá que escogen un color de su preferencia, a continuación se les enseñara a usar la técnica en el papel fabriano.<br/> <b>Tercer acercamiento:</b> al</p> |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  |  | <p>momento de hacer la técnica “lavado graduado” se les explicará que al momento de plasmar esa emoción en el papel fabriano-, sientan como disminuye esa emoción, a tal grado de eliminar ese sentimiento para aparecer una emoción positiva.</p> <p><b>Cuarto acercamiento:</b> al finalizar la sesión, compartirán lo que sintieron, qué color usaron y cómo se sintieron al momento de usar esta técnica para disminuir alguna emoción la ira, el temor, disgusto o vergüenza.</p> <p><b>Desarrollo:</b> estos acercamientos no ayudan a contemplar con profundidad aquellas experiencias donde estén involucradas esas emociones, este conjunto de experiencia nos ayuda a conocer la <i>conciencia productiva</i>, ya que nos ayuda a conocer aquellos conocimientos previos al momento que comparten experiencia (expresión oral). Finalmente, por medio de la <i>conciencia receptiva</i>, compartimos aquellos conocimientos para fomentar</p> |
|--|--|--|---|

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  | conocimientos previos y promover un aprendizaje significativo. |
|--|--|--|--|

| <b>14ª sesión: “Primer acercamiento a la pintura en acuarela. Segunda técnica: mojado sobre mojado”.</b>   | <b>Objetivo de la sesión:</b>   | <b>Contenido</b>   | <b>Actividad: “Pintando emociones”.</b>  |
|--|---|--|--|
| <p><b>Introducción:</b><br/>           ...está técnica ayudará a plasmar todas aquellas emociones que están sintiendo y no dejar ninguna de lado. Así mismo también desarrollarán la comprensión emocional, ya que es la habilidad para desglosar el amplio y complejo repertorio de las señales emocionales, etiquetar emociones y reconocer en qué categorías se</p> | <p>Fomentar a través de las técnicas propias de la acuarela el fortalecimiento de las habilidades emocionales y comunicativas en jóvenes con discapacidad.</p> <p>Fomentar la creación de obras por parte de los jóvenes con discapacidad a partir de las artes plásticas</p> | <p>Esta técnica ayudará a los jóvenes con discapacidad a la percepción emocional, o sea a la habilidad de identificar todas las emociones y los sentimientos que estamos sintiendo. Es decir que esta técnica de mojado sobre mojado, es la representación de las emociones que podremos identificar ante una situación, ya sea en un momento estresante o feliz, ya que a veces no prestamos atención que hay más de una emoción y está técnica ayudará a plasmar todas aquellas emociones que están sintiendo y no dejar ninguna de lado. Así mismo también desarrollarán la comprensión emocional, ya que es la</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas.<br/> <b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pinturas en acuarelas,</li> <li>● Pinceles,</li> <li>● ¼ de papel fabriano.</li> </ul> <p><b>Instrucciones:</b><br/> <b>Primer acercamiento:</b> en primer lugar dibujarán una figura geométrica, de su preferencia.<br/> <b>Segundo</b></p> |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <p>pueden agrupar sus emociones y sentimientos.</p> | <p>para el desarrollo de la expresión de las emociones.</p> | <p>habilidad para desglosar el amplio y complejo repertorio de las señales emocionales, etiquetar emociones y reconocer en qué categorías se pueden agrupar sus emociones y sentimientos. Y finalmente que entiendan que no es malo sentir varias emociones, ya sean negativas o positivas pero que lo importante es reconocer que sólo son capaces de sentir varias emociones; regularlas para sentirnos mejor y así expresar sin ningún problema su sentir.</p> <p>Está técnica muestra la mejor versión en cuanto a calidad de pintura de acuarela. Para producir esta técnica, simplemente hay que humedecer una parte del papel con tu pincel. (Se puede usar agua o un poco de pigmento). Luego, se sumerge el pincel en otro color, y pásalo ligeramente sobre el área húmeda y no se mezclan los colores.</p> | <p><b>acercamiento:</b> posteriormente plasmarán dentro de la figura, todas aquellas emociones que identificaron durante el día. Utilizarán diferentes colores para clasificar cada una de ellas. Tomando en cuenta que no se tiene que dejar secar los colores.</p> <p><b>Tercer acercamiento:</b> finalmente comunicarán cada emoción que sintieron y de qué color clasificaron cada emoción, con la finalidad de comprender que todos los días sentimos más de una emoción y la importancia de identificar y conocerlas.</p> <p><b>Desarrollo:</b> en esta sesión conoceremos la forma de cómo perciben, identifican y clasifican las emociones a partir de la <i>conciencia productiva</i>. Con la finalidad de proporcionarles información para tener una mejor comprensión de las emociones, mediante la <i>conciencia receptiva</i>.</p> |
|---|---|---|---|



|  |                                      |                                    |  |
|--|--------------------------------------|------------------------------------|--|
| <p><b>15ª sesión: “Primer acercamiento a la pintura en acuarela.</b></p> | <p><b>Objetivo de la sesión:</b></p> | <p><b>Contenido conceptual</b></p> | <p><b>Actividad: “Pintando emociones”.</b></p> |
|--|--------------------------------------|------------------------------------|--|

| <b>Tercera técnica: mojado en seco”.</b>   |   |  |   |
|--|---|--|---|
| <p><b>Introducción:</b> Mojado sobre seco, es una técnica que tiene como fin ayudar a los jóvenes con discapacidad a plasmar una emoción ya sea positiva o negativa...</p> | <p>Fomentar a través de las técnicas propias de la acuarela el fortalecimiento de las habilidades emocionales y comunicativas en jóvenes con discapacidad</p> <p>Fomentar la creación de obras por parte de los jóvenes con discapacidad a partir de las artes plásticas para el desarrollo de la expresión de las emociones.</p> | <p>Mojado en seco es una técnica muy básica. Se crea pintando un lavado sobre papel, y después de que se haya secado, hay que aplicar la pintura encima de él. Debido a que la acuarela es translúcida, lo más probable es que vea la capa inferior detrás de ese trazo.</p> <p>Esta técnica ayudará a los jóvenes con discapacidad a plasmar una emoción ya sea positiva o negativa, utilizando el color de su preferencia al plasmar dicha emoción. Sin embargo, como se mencionó con anterioridad, si dejamos secar la primera capa, posteriormente podemos aplicar otro color y se verá el primer color que se pintó anteriormente. Está técnica representará la regulación emocional, si ellos se sienten felices, está técnica les ayudará a expresar todas aquellas emociones que los hace sentir felices o viceversa expresar las emociones negativas, con la finalidad de que ellos comprendan que cuando queremos expresar una emoción otras emociones pueden ser vistas. De igual manera, también fortalecerán la comprensión emocional al conocer el amplio abanico de emociones que existen para expresarse de mejor manera ante cualquier circunstancia.</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas.<br/> <b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pintura en acuarela.</li> <li>● Pinceles.</li> <li>● ½ de papel fabriano.</li> </ul> <p><b>Instrucciones:</b><br/> <b>Primer acercamiento:</b> en primer lugar pensarán cómo se pueden representar por medio de un dibujo, ya sea un objeto, una flor, un animal.<br/> <b>Segundo acercamiento:</b> posteriormente se les pedirá que piensen en la primera emoción que sintieron (tanto positiva como negativa) en el día para expresarla en su dibujo escogiendo un color de su preferencia, se les pedirá que lo dejen secar, mientras tanto, se les realizará las siguientes preguntas: ¿lograron disminuir la emoción? ¿Qué otra emoción surgió? Si existe otra emoción escogerán otro color para representar la emoción y colocarán encima del primer color y así sucesivamente con aquellas emociones que hayan sentido a lo largo del día.</p> |



|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  |  | <p><b>Tercer acercamiento:</b><br/>posteriormente compartirán su creación, identificando cada emoción y los colores que utilizaron para clasificar cada una de las emociones.</p> <p><b>Cuarto acercamiento:</b><br/>finalmente se proporcionará el conocimiento del mediador experto, técnica <i>mojado en seco</i> en relación con las emociones, con la finalidad de apropiarse de los conocimientos nuevos y poder asociarlos con sus conocimientos previos.</p> <p><b>Desarrollo:</b> en esta sesión nos enfocaremos en primer lugar a la creación, a la <i>experiencia intersubjetiva</i>, ya que conoceremos experiencias, la forma en que ellos ven su mundo y cómo interpretan sus conocimientos previos. Finalmente con ayuda de la <i>conciencia receptiva</i>, con la finalidad de proporcionarles conocimientos nuevos y puedan apropiarse de ellos para reforzar o fomentar los conocimientos y exista un</p> |
|--|--|--|---|

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  | aprendizaje significativo con la finalidad de que los lleven a cabo y seguir teniendo experiencias significativas. |
|--|--|--|--|

| <b>16ª sesión:<br/>“Inteligencia Emocional. Autoconocimiento Emocional”</b>   | <b>Objetivo de la sesión:</b>   | <b>Contenido conceptual</b>  | <b>Actividad:<br/>“Pintando emociones. El medidor de humor”.</b>  |
|---|---|--|---|
| <p><b>Introducción:</b> <i>el autoconocimiento emocional</i>, según Goleman (2018) lo define como la mayor capacidad para entender las causas de los sentimientos, a mejorar el reconocimiento y la designación de las propias emociones y a reconocer la diferencia entre sentimientos y acciones.</p> | <p>Promover mediante las artes plásticas a la Inteligencia Emocional para conocer, regular e identificar emociones individuales y colectivas.</p> <p>Desarrollar habilidades emocionales, sociales y comunicativas en jóvenes con discapacidad a través de la Inteligencia Emocional.</p> | <p>El conocer nuestras propias emociones, es sinónimo de tener conciencia de uno mismo, es el reconocer un sentimiento mientras ocurre-. Es la capacidad de controlar sentimientos de un momento a otro, esto es fundamental para un aprendizaje psicológico y una comprensión de uno mismo. Las personas que tienen esta habilidad emocional, son mejores guías de su vida y tienen una noción más segura de lo que sienten realmente con respecto a las decisiones personales.</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas.<br/><b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pintura en acuarela.</li> <li>● Pinceles.</li> <li>● ¼ de papel fabriano.</li> </ul> <p><b>Instrucciones:</b><br/><b>Primer acercamiento:</b> en esta sesión haremos un mediador de humor de emociones, con la finalidad de ayudar a autorregular las emociones que vamos sintiendo a lo largo del día. Así que se les proporcionará ¼ de papel fabriano partido en la mitad.<br/><b>Segundo acercamiento:</b> posteriormente sólo utilizarán cuatro colores: amarillo, rojo, verde y azul. De un lado del papel fabriano pintarán el grado de intensidad de la emoción que predominó más tiempo a lo largo del día. Si es una emoción agradable utilizarán los colores amarillo o verde y si es una emoción</p> |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | <p>desagradable, utilizarán los colores rojo y azul.</p> <p><b>Tercer acercamiento:</b> una vez que hayan pintado el nivel de intensidad de la emoción se les preguntarán ¿qué emoción es la que plasmaste? ¿En el transcurso del día disminuyó? ¿Qué acciones hiciste para disminuir la emoción? o cuando se disminuyó la emoción ¿apareció otra emoción? ¿Cuál?</p> <p><b>Cuarto acercamiento:</b> una vez que hayan identificado el grado de la emoción del otro lado pintarán ahora el nivel de activación o energía que ofrecen las emociones al cuerpo. Si es una energía agradable utilizarán los colores amarillo o verde y si es una energía desagradable, utilizarán los colores rojo y azul.</p> <p><b>Quinto acercamiento:</b> finalmente compartirán en general aquellas emociones que identificaron en el día y que hayan durado un tiempo largo. Y qué acciones o</p> |
|--|--|--|

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  |  | <p>actividades para disminuir la emoción.</p> <p><b>Desarrollo:</b> en esta sesión mediante la <i>conciencia receptiva</i>, ya que conoceremos la forma en que perciben sus mundos con la finalidad de identificar y comprender los cambios emocionales y las sensaciones que están en movimiento en cada momento de nuestros días.</p> |
|--|--|--|---|

| <b>17ª sesión:<br/>“Inteligencia Emocional. Manejo de las emociones”</b>  | <b>Objetivo de la sesión:</b>  | <b>Contenido conceptual</b>   | <b>Actividad: “Pintando emociones”.</b>   |
|---|--|---|---|
| <p><b>Introducción:</b> <i>El manejo de las emociones</i>, es poseer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tolerancia ante las frustraciones, y control del enojo.</li> <li>• Mayor capacidad para expresar adecuadamente el enojo, sin pelear.</li> <li>• Más sentimientos positivos sobre ellos mismos, la escuela, y la familia.</li> <li>• Y mejor manejo del estrés.</li> </ul> <p>(Goleman, 2018)</p> | <p>Promover las artes plásticas a la Inteligencia Emocional para conocer, regular e identificar emociones individuales y colectivas.</p> <p>Desarrollar habilidades emocionales, sociales y comunicativas en jóvenes con discapacidad a través de la Inteligencia Emocional.</p> | <p>Aprenderemos a desarrollar la capacidad de serenarse, de librarse de la irritabilidad, la ansiedad y la melancolía. Las personas que carecen de esta capacidad luchan constantemente contra sentimientos de aflicción, mientras aquellas que la tienen desarrollada pueden recuperarse con mayor rapidez de los reveses y trastornos de la vida. Todas las emociones son muy importantes porque nos aportan información acerca de nosotros mismos y lo que está sucediendo en nuestro alrededor. Sin embargo, hay momentos en los que sentimos emociones muy fuertes y a veces no sabemos cómo reaccionar y optamos por expresarlas de manera inadecuada, en este caso nos descontrolamos, esto se debe a que no logramos o no sabemos regular nuestras emociones.</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas.<br/><b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pinturas en acuarela.</li> <li>• Pinceles.</li> <li>• ¼ de papel fabriano.</li> </ul> <p><b>Introducciones:</b><br/><b>Primer acercamiento:</b> consigna: “Cuando siento tristeza, ira y ansiedad/preocupación ¿Qué hago cuando siento estas emociones y quiero cambiar mi estado emocional? ¿Qué actitudes o conductas ayudan a rebajar mi nivel de ira, tristeza o ansiedad?” Compartirán de forma oral sus respuestas.<br/><b>Segundo acercamiento:</b> posteriormente,</p> |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <p>representarán con la pintura en acuarela aquellas emociones mencionadas con anterioridad, qué hacen y qué actitudes ayudan para disminuir esas emociones. Esas estrategias pueden ser las actividades, lugares o personas que hacen que ellos se sientan tranquilos cuando llegan a estar en situaciones complicadas, estresantes o tristes.</p> <p><b>Nota:</b> Los chicos con discapacidad utilizarán en sus representaciones la técnica lavado graduado, para que comprendan que las emociones mencionadas se pueden disminuir a partir de la regulación de emociones.</p> <p><b>Tercer acercamiento:</b> Al final los chicos compartirán con sus compañeros aquellas estrategias para disminuir la tristeza, la ira o la ansiedad, que con ayuda de la pintura en acuarela pudieron expresarlas en el papel fabriano para después comunicar su sentir.</p> <p><b>Desarrollo:</b> en el primer acercamiento conoceremos aquellas estrategias que utilizan para disminuir o eliminar alguna emoción que se asocie con la tristeza, para conocer la forma en que ellos ven e interpretan sus mundos, la <i>conciencia productiva</i>. Con ayuda del segundo</p> |
|--|--|---|

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  | acercamiento, la <i>experiencia intersubjetiva</i> , se crea una obra para expresar aquellas experiencias emocionales. Finalmente, fortaleceremos los conocimientos previos mediante la enseñanza de la técnica para brindar una mejor percepción de sus mundos. |
|--|--|--|--|

| 18ª sesión:<br>“Inteligencia Emocional. Aprovechamiento Productivo de las emociones.”  | Objetivo de la sesión:  | Contenido conceptual  | Actividad: “Pintando emociones”.   |
|--|---|---|--|
| <p><b>Introducción:</b> <i>EL aprovechamiento Productivo de las Emociones</i>, según Goleman, 2018. Es ordenar las emociones al servicio de un objetivo es esencial para prestar atención, para la automotivación y el dominio, y para la creatividad.</p> | <p>Promover mediante las artes plásticas a la Inteligencia Emocional para conocer, regular e identificar emociones individuales y colectivas.</p> <p>Desarrollar habilidades emocionales, sociales y comunicativas en jóvenes con discapacidad a través de la Inteligencia Emocional.</p> | <p>Las personas que tienen la capacidad de <i>automotivación</i> suelen ser mucho más productivas y eficaces en cualquier tarea que emprendan.</p> <p>Dentro de la inteligencia Emocional, la motivación siendo un proceso psicológico, comprende a la habilidad de dirigir nuestros estados emocionales hacia una meta u objetivo determinado, donde siempre o lo más recomendable es tener pensamientos positivos para lograr o alcanzar nuestras metas, ya que gracias a la motivación encontramos rápidamente soluciones y volver a encaminarnos hacia nuestras metas, porque de lo contrario existe una falta de motivación podemos desarrollar cansancio, llevándonos a estar tristes por no lograr nuestros objetivos.</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas.<br/><b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pinturas en acuarela.</li> <li>● Pinceles.</li> <li>● ¼ de papel fabriano.</li> </ul> <p><b>Instrucciones:</b><br/><b>Primer acercamiento:</b> en el papel fabriano pintarán cinco atributos utilizando la técnica mojado en seco y utilizarán todos los colores que gusten.<br/><b>Segundo acercamiento:</b> Compartirán sus atributos o habilidades a sus compañeros para reconocerse como persona.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Esta sesión tiene como finalidad que reconozcan que tienen habilidades a partir de la creación de una obra,</p> |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  |  | ( <i>experiencia intersubjetiva</i> ) para aprovechar su productividad emocional para lograr todo lo que se propagan a lo largo de su vida. |
|--|--|--|---|

| 19ª sesión:<br>“Inteligencia Emocional. Empatía: Interpretación de las emociones”  | Objetivo de la sesión:  | Contenido conceptual  | Actividad: “Pintando emociones. Ser la otra persona”.   |
|--|---|---|---|
| <p><b>Introducción:</b> <i>La empatía</i> es la capacidad para comprender el punto de vista de otra persona. Mejora la sensibilidad para percibir los sentimientos de los otros y mejora la capacidad de escuchar.</p> | <p>Promover mediante las artes plásticas a la Inteligencia Emocional para conocer, regular e identificar emociones individuales y colectivas.</p> <p>Desarrollar habilidades emocionales, sociales y comunicativas en jóvenes con discapacidad a través de la Inteligencia Emocional.</p> | <p>La empatía es la capacidad que se basa en la autoconciencia emocional, es la habilidad fundamental de las personas. Las personas que tienen están mucho más adaptadas a las sutiles señales sociales que indican lo que otros necesitan o quieren. Dentro de esta habilidad emocional, existen aptitudes que son interpersonales: la interpretación de las tendencias sociales y emocionales, el prestar atención al ser capaces de resistir las influencias negativas, ponerse en el lugar de los demás, y comprender cuál es el comportamiento adecuado para cada situación.</p> <p>Como conclusión, ser empático, es ser capaz de dejar de lado sobre uno mismo, y de controlar los impulsos, rinde beneficios sociales: allana el camino, hacia la empatía, a escuchar con atención a ponerse en los zapatos de los demás (Goleman, 2018).</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas.<br/><b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pinturas en acuarela.</li> <li>● Pinceles.</li> <li>● ¼ de papel fabriano.</li> </ul> <p><b>Instrucciones:</b><br/><b>Primer acercamiento:</b> Se les proporcionará un papel donde estará escrito el nombre de un compañero o compañera, no se dirá de qué compañero/a se trata<br/><b>Segundo acercamiento:</b> Posteriormente, pintarán cualidades, habilidades y aptitudes de la persona que les tocó.<br/><b>Nota:</b> En esta sesión utilizarán la técnica de su preferencia con la finalidad que les ayude a plasmar la capacidad de empatía que tienen hacia sus compañeros. <b>Tercer acercamiento:</b> Al final cada uno expresara todo lo que pintó sobre aquella persona que le tocó.</p> |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  | <b>Desarrollo:</b> Esta actividad tiene como finalidad reconocer los atributos, necesidades, cualidades de los demás a partir de la forma en que ellos perciben a los demás. |
|--|--|--|--|

| <b>20ª sesión:<br/>“Inteligencia Emocional. Manejo de las relaciones personales”</b>  | <b>Objetivo de la sesión:</b>   | <b>Contenido conceptual</b>  | <b>Actividad: “Pintando emociones”.</b>   |
|---|---|--|---|
| <p><b>Introducción:</b> <i>el manejo de las relaciones personales,</i> es la habilidad para analizar y comprender las relaciones (Goleman, 2018).</p> | <p>Promover mediante las artes plásticas a la Inteligencia Emocional para conocer, regular e identificar emociones individuales y colectivas.</p> <p>Desarrollar habilidades emocionales, sociales y comunicativas en jóvenes con discapacidad a través de la Inteligencia Emocional.</p> | <p>El arte de las relaciones es, en gran medida, la habilidad de manejar las emociones de los demás, Las personas que se destacan en estas habilidades se desempeñan bien en cualquier cosa que dependa de la interacción serena de los demás, son estrellas sociales.</p> <p><b>Beneficios:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Mejora de la resolución de los conflictos y de la negociación en los desacuerdos.</li> <li>➤ Mejora la solución de problemas planteados en las relaciones.</li> <li>➤ Mayor habilidad y actitud positiva en la comunicación.</li> <li>➤ Mayor preocupación y consideración.</li> <li>➤ Mayor solicitud por parte de sus pares.</li> <li>➤ Más actitud “pro-social” y armoniosa en grupo.</li> <li>➤ Mayor cooperación, ayuda y actitud de compartir.</li> <li>➤ Actitud más democrática en el trato con los otros.</li> </ul> <p>El hacernos conscientes de nuestras propias emociones, así como las de nuestra contraparte, puede ser de gran utilidad para llegar a tener una comunicación efectiva y constructiva para con nosotros mismos y con nuestro compañero. Una persona</p> | <p><b>Tiempo:</b> dos horas</p> <p><b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pinturas en acuarela.</li> <li>● Pinceles</li> <li>● ¼ de papel fabriano.</li> </ul> <p><b>Instrucciones:</b></p> <p><b>Primer acercamiento:</b> en primer lugar, se les cuestionara las siguientes preguntas: <b>¿Cuándo quiero relacionarme con alguien qué es lo que me cuesta trabajo hacer? ¿Qué emociones puede observar cuando me cuesta trabajo relacionarme con los demás?</b> Compartirán de forma oral sus respuestas.</p> <p><b>Segundo acercamiento:</b> posteriormente, pintarán, utilizando la técnica de su preferencia, de un lado del papel fabriano aquellas inquietudes, emociones o</p> |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  |  | <p>cuando descubre sus emociones puede hacerse ante nosotros más vulnerable o más firme. Trabajar en la versatilidad de la emoción nos conduce a conocer el interior de la persona para lograr el máximo provecho de sus potencialidades.</p> | <p>sensaciones que sienten cuando quieren relacionarse con sus pares.</p> <p><b>Tercer acercamiento:</b><br/>A continuación, entre todos analizaremos las inquietudes de todos, con la finalidad de fomentar habilidades sociales en conjunto.</p> <p><b>Cuarto acercamiento:</b><br/>Después de conversar con los chicos, de observar las emociones, en el otro lado del papel fabricano plasmarán el cómo se sintieron al expresar sus inquietudes con sus compañeros y que ellos hayan compartido sus inquietudes.</p> <p><b>Quinto acercamiento:</b><br/>Finalmente compartirán lo que sintieron al momento de expresar sus inquietudes.</p> <p><b>Desarrollo:</b> en esta sesión nos enfocaremos más a la percepción de las emociones ante la socialización y creación, para conocer y comprender la forma en que perciben sus mundos y así mismo, a brindarles seguridad para fortalecer sus relaciones interpersonales.</p> |
|--|--|---|--|

| 21ª sesión: “Cierre de taller”   | Objetivo de la sesión:  | Contenido conceptual | Actividad: “Pintando emociones”.  |
|--|---|----------------------|---|
| <b>Introducción:</b> en esta última sesión tiene como finalidad de fomentar la expresión de la experiencia de alguna | Desarrollar habilidades emocionales, sociales y comunicativas |                      | <p><b>Tiempo:</b> dos horas</p> <p><b>Material:</b> una creación de su preferencia que se</p> |

|  |   |  |   |
|--|---|--|---|
| <p>sesión que les haya agradado junto con su creación.</p> | <p>en jóvenes con discapacidad a través de la Inteligencia Emocional.</p> |  | <p>realizó a lo largo del taller.</p> <p><b>Instrucciones:</b></p> <p><b>Primer acercamiento:</b> se les pedirá que escojan alguna creación de su sesión preferida.</p> <p><b>Segundo acercamiento:</b> posteriormente se les pedirá que expresen ¿por qué eligieron esa creación? ¿Qué sintieron cuando crearon esa obra? ¿Qué sintieron al recordar las emociones que se vieron en esa sesión? ¿Te gustó hacer esa creación? ¿Por qué?</p> <p><b>Desarrollo:</b> en esta última sesión nos enfocaremos principalmente en la <i>conciencia receptiva</i>, en donde aprovecharemos la percepción de su mundo.</p> |
|--|---|--|---|

Las cartas descriptivas que se expusieron con anterioridad, tienen el objetivo principal de proporcionar el contenido pertinente para fortalecer habilidades emocionales, sociales y comunicativas verbales y no verbales para el desarrollo expresivo de las y los jóvenes con discapacidad. Cabe mencionar que cada una de las actividades que se propusieron se construyeron con base a la información que se arrojó gracias a las encuestas que se aplicaron a cada uno de los chicos con discapacidad que pertenecen a la brigada "Inclúyeme" con el fin de cubrir las necesidades emocionales. Así mismo, es importante volver a mencionar que la aplicación del taller educativo será una vez que se regularice de manera constante las actividades en el Instituto de la Juventud de la Ciudad de México para llevar a cabo de manera satisfactoria la aplicación del taller para crear vivencias emocionales, a capturar la identidad y experiencias, a identificar de mejor manera sus estados de ánimo, a aumentar la tolerancia a la frustración, a ser pacientes, a

conocerse de mejor manera y principalmente a expresar sus emociones a partir de la exposición de sus creaciones.

## **Conclusiones**

La falta de expresión de las emociones tiene consigo un conjunto de problemas, como:

- impide tener una buena interacción con nuestra realidad, perjudicando con ello una sana convivencia con nuestro entorno,
- Poca o nula tolerancia a la frustración,
- poca o nula concentración,
- baja autoestima,
- impide tener una buena relación entre pares y
- estrés y cansancio.

Esta intervención iba a hacer dirigida en primer instancia a adolescentes de una secundaria pública, donde era practicante en la Unidad de Educación Inclusiva y Educación Especial, se me brindó la oportunidad de interactuar con los alumnos y observar qué necesidad habría por cubrir, al trabajar con ellos en la secundaria se pudo observar que uno de los problemas que tenían era la escasez de educación emocional, de igual manera se propuso hacer el taller educativo, sin embargo ya habría concluido mis horas y mi asistencia en la secundaria ya no era constante. Por otro lado, mi participación en el Instituto de la Juventud de la Ciudad de México comenzó en el 2016, las actividades solo eran los fines de semana y se hacían fuera del instituto, estas actividades se trataban de hacer campañas de inclusión con el fin de fomentar conciencia social para incluir a los y las jóvenes con discapacidad, dentro de las campañas se hacían una pequeña introducción a la enseñanza de Lengua de Señas Mexicana (LSM) y braille, cabe mencionar que los jóvenes con discapacidad capacitaban a los chicos de apoyo, que ahora somos guías educativos. Pero para finales del año 2019 y principios del año 2020, dado al nuevo cambio de gobierno y coordinación del instituto, la nueva coordinadora de INJUVE propuso nuevas actividades para que la brigada permaneciera en el instituto; es por eso que se llevaron a cabo las asesorías educativas de martes a viernes y con un horario de 10:00 de la mañana a las 14:00 de la tarde, a cargo de psicólogos educativos egresados de la Universidad Pedagógica Nacional, donde se nos asignaron de entre tres a cinco chicos con discapacidad, con el fin de cubrir

necesidades educativas, desarrollando un plan de trabajo por cada chico. Durante la interacción guía-asesorado se pudo observar que tenían la misma necesidad que los alumnos de la secundaria, es por ello se propuso la intervención de un taller educativo para trabajar el tema de *educación emocional* en los y las jóvenes con discapacidad, con la finalidad de fortalecer habilidades emocionales, sociales, comunicativas no verbales y verbales para fomentar el desarrollo expresivo de sus emociones de forma espontánea.

Los y las jóvenes con discapacidad tienen derecho a tener una vida de calidad, que sean incluidos en todos los sectores: educativo, social, cultural y laboral. Brindarles estrategias para fortalecer sus habilidades, sin embargo la sociedad deja de un lado las necesidades emocionales, ya que se cree que al ser una población vulnerable, no tienen el derecho de ser incluidos en cada contexto y valerse por sí mismos, es por eso que es importante cubrir todas y cada una de sus necesidades para ofrecerles esa vida de calidad que se merecen porque tienen el derecho de ser escuchados y participar en todos los sectores.

Así que, para cubrir las necesidades emocionales en las y los jóvenes con discapacidad, me di a la tarea de aprender más sobre las artes plásticas, dándome la oportunidad de cursar un curso de pintura en acuarela. De manera personal ha sido un medio expresivo, ya que me ha ayudado a plasmar experiencias y mis emociones, en cuanto al papel de psicóloga educativa me ha dado la oportunidad de conocer y reconocer a la pintura en acuarela como un medio para regular e identificar las emociones, así mismo a desarrollar procesos de aprendizajes, fomentar atención y descargar energía con la finalidad de disminuir frustraciones y tener una vida más amena y plena.

El arte ayuda a experimentar cada rincón de nuestro ser, a compartir con nosotros mismos nuestras experiencias y a los que me rodean. Ayuda a construir nuevas percepciones de ver el mundo. Es un medio simbólico que nos permite imaginar, explorar, crear, liberar y construir para comprender nuestro mundo interno y externo.

Por otro lado, el motivo de no poder aplicar el taller de manera presencial se debió a que no todos los chicos cuentan con internet en casa, tienen que depositar crédito a su celular para realizar las sesiones educativas y poder mandar sus actividades de brigada, además que no todos cuentan con la economía para comprar los materiales que se usarán en el taller, se llegó a la conclusión con la coordinadora de la brigada que el taller se iniciará una vez que regresemos al INJUVE. Al tener limitante al momento de aplicar la encuesta a los chicos con discapacidad, hubo problemas de conexión y de comunicación, ya que los chicos

al estar en casa nos encontramos con ruidos externos perjudicando su total atención a las indicaciones. Otro de los problemas que hubo durante las aplicaciones de las encuestas fue, que las personas que viven en casa con los jóvenes con discapacidad al querer involucrarse, no permiten que sus hijos/as participen en sus actividades, por consecuencia se pudo observar que si les costaba expresar su sentir y a limitarlos en su participación, ya no se lograba una expresión espontánea por parte de los chicos.

La educación sensorial, como nos menciona Castañeda (2021) permite desarrollar una comunicación verbal y no verbal, a partir de la interacción de su vida cotidiana, al ser un conjunto de conocimientos brinda procesos de aprendizaje y así, a partir de las interacciones socioculturales desarrolla relaciones interpersonales, conectándose con su mundo para así interactuar con su entorno. Y el arte al ser parte de los sentidos, nos brinda perspectivas para comprender los escenarios culturales, conectar sus experiencias estéticas, ya que están relación con los procesos cognitivos de una manera significativa.

Finalmente, mi papel como psicóloga educativa durante la interacción, intervención y la construcción del taller educativo me ayudó en primer lugar a ser más analítica y observar con precisión las conductas, reacciones y necesidades de los jóvenes con discapacidad. A reconocer que las interacciones sociales y culturales son importantes para:

- construir una identidad,
- desarrollar habilidades sociales, emocionales y comunicativas verbales y no verbales,
- reconocer áreas de oportunidad,
- construir escenarios para potencializar aprendizajes y experiencias.

Ha sido un gran reto trabajar con los jóvenes con discapacidad, ya que a pesar de su condición de salud, son personas que les gusta aprender cosas nuevas, es por eso que al presentarles esta propuesta de taller les brindará muchos aprendizajes nuevos y significativos que podrán llevar a cabo en su vida cotidiana y en el ámbito educativo. Y me deja con la inquietud de aplicar el taller, conocer qué resultados se obtendrán y poder darle seguimiento.

## Fuentes documentales

### Libros

Bonilla, A (2012) *Los efectos del arte en la adolescencia*. Recuperado de:<https://profesorisaacgarciariosestuamigo.files.wordpress.com/2012/07/los-efecto-del-arte-en-la-adolescencia.pdf>

Castañeda, A. (2021) *La comunicación como fundamento de las Educación Sensorial. Los aprendizajes culturales mediante el cine*. Investigar la comunicación y las nuevas alfabetizaciones en la era posdigital. Ria Editorial.

Castillo, A. (1994). *Expresión y apreciación Artísticas*.

Castillo, G. (2002). Tus hijos adolescentes.

Chávez, Elizalde., Ma. A. (2004). *Educación Sensorial a través del arte*.

Cole, M. (1999). Poner la cultura en el centro. *Psicología Cultural. Una Disciplina del Pasado y del Futuro*, pp 113-137. Madrid: Morata.

Dea, Michel., A. (2017). *Ser tallerista*.

Dewey, J. (2004). Experiencia y Educación.

Goleman, D. (2018). Inteligencia Emocional.

Graeme, Chalmers. F. (2003). ¿Por qué hacemos arte? ¿Cómo utilizamos el arte? ¿Para qué sirve el arte? En autor. *Arte, educación y diversidad cultural*. (Pp. 67-83) México: Editorial Paidós.

Jauss, R. (2002). *Pequeña Apología sobre Experiencia Estética*.

Leiva, P. (2007) Manual práctica de dibujo y acuarela. Barcelona: Editorial: Océano.

Lowenfeld, W. (1980) *Desarrollo de la capacidad creadora*.

Nieto, M. (2018). *Intervención para el desarrollo de la expresión simbólica a través de las artes plásticas en jóvenes de una secundaria pública* (tesis de maestría). Universidad Pedagógica Nacional, México.

Palou, Vicens, S. (2004). Sentir y Crecer. EL crecimiento emocional en la infancia.

Piantoni, C. (2001). Las actividades de expresión en la educación especial. *Expresión, Comunicación y Discapacidad. Modelos Pedagógicos y Didácticos para la Integración Escolar y Social*, pp- 15-31. Madrid: Narcea.

Piantoni, C. (2001). Apoyo a las actividades expresivas. *Expresión, Comunicación y Discapacidad. Modelos Pedagógicos y Didácticos para la Integración Escolar y Social*, pp 31-60. Madrid: Narcea.

Piantoni, C. (2011). Dibujar y Pintar. *Expresión, Comunicación y Discapacidad. Modelos Pedagógicos y Didácticos para la Integración Escolar y Social*, pp 61-90. Madrid: Narcea.

Rodríguez, O. (2016) *Travesía hacia las emociones de la apertura*.

Spravkin, M. (1998). *Enseñar plástica en la escuela: Conceptos, supuestos y cuestiones*.

Scheinberger, F. (2011). Acuarela para Urban Sketchers. Recursos para dibujar, pintar y narrar historias en color.

Sroufe, A. (2000). Desarrollo Emocional.

Vygotsky, L. (2006). *Psicología del Arte*.

Vygotsky, L. (2001). *La imaginación y el arte en la infancia*.

### **Capítulo de libro**

Guerrero, Romera. C. (2015). Arte, Mayores y Discapacidad. Arte diverso para capacidades diversas. En Martín Pérez, M.J., Fernández Toledo, P., Villaplana Ruiz, V. & Grandío Pérez, M.M. (eds). *Alfabetizaciones, transalfabetización e inteligencias múltiples: el componente transversal en el aprendizaje y las pedagogías críticas*. Murcia; Universidad de Murcia.

### **Artículos**

Barrantes-Elizondo, L. (2016). *Educación emocional: El elemento perdido de la justicia social*. Revista Electrónica EDUCARE. 20 (2), 1-10.

Colombo, Magaña. E. (2015). ¿Cómo se educa para ser feliz? El papel del maestro en el desarrollo del alumno. *Cuestiones Pedagógicas*, 2, 59-74.

De Orta Velo, Á., Reyes Indiano, R. y De las Heras Pérez, M<sup>a</sup>. (2016). Repercusiones de la forma de enseñar: Emociones que despiertan diferentes tipos de actividades. *Campo Abierto*. 35 (1), 189-204.

García, A (2005) *Enseñanza y aprendizaje en la educación artística*. El Artista. (2), 80-97.

Lorente, L., Ramos, G. y Pérez A. (2016). Las prácticas docentes y el desarrollo de las competencias emocionales en estudiantes de educación primaria. *Aula de Encuentro*. 8 (1), 129-154.

Márquez-Cervantes, Ma. C. y Gaeta-González, M. L. (2017). Desarrollo de competencias emocionales en preadolescentes: el papel de padres y docentes. *Revista Electrónica interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 20 (2), 221-235.

Moreno, A. (2010). La mediación artística: un modelo de educación artística para intervención social a través del arte. *Revista Iberoamericana de Educación*. 52 (2), 1-9.

Organización Mundial de la Salud (2020). *Desarrollo de la Adolescencia*. Recuperado de:

[https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/es/](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/)

Raquimán, Ortega, P. y Zamorano, M. (2017). Didáctica de las Artes Visuales, una aproximación desde sus enfoques de enseñanza. *Estudios Pedagógicos*. XLIII (1), 439-456.

### Tesis

Bunge, C. (2012). *Contribuciones al desarrollo emocional y social de niños entre siete y trece años de un taller grupal de arte plástico y expresión emocional*. Tesis para optar al grado de Magíster en Psicología. Santiago de Chile.

Carbó, L. (2016) *Arteterapia e inteligencia emocional: Análisis de las cualidades emocionales a través del proceso creativo en Arteterapia*. Tesis de Magister en Arte terapia. Universidad del Desarrollo. Santiago, Chile.

Orihuela, V. (2012) *La inteligencia emocional y su incidencia en la experiencia creativa del niño/niña*. Tesis de licenciatura en Artes Visuales. Pontificia Universidad Católica del Ecuador.

### Imágenes



Alberto Dureró (1512). *Ala de una Carraca Europea*. Albertina, Viena (Austria) Técnica: Acuarela (20 x 20 cm).



Monet, C. (1868-1869). *La Urraca*. Museo d'Orsay, Francia (París). Óleo sobre lienzo (89 x 130cm).



Winslow, H. (1904). *Red Shirt, Homossasa, Florida*. Sin datos, Acuarela (35.4 x 50.22 cm).



Girtin, T. (). *Kirkstall Abbey, Yorkshire*. Museo, Ashmolean Universidad de Oxford. Acuarela (22 x 17cm).



Towne, F. (1781). *Basílica San Pedro*. Museo Británico, Londres (Inglaterra). Acuarela (sin datos).



Monet, C. (1872). *Impression, Soleil levant*. Museo Marmottan-Monet, París (Francia). Óleo (47cm x 64cm).



*Atardecer*. Galería de arte, Universidad Yale, New Haven (Estados Unidos). Acuarela (sin datos)



*Venecia*. Museo Bridgestone, Tokio (Japón). Óleo sobre lienzo (73cm x 92,5cm).



Van Gogh, V. (1881). *The Garden of the parsonage with arbor*. Museo Kroller-Muller, Otterlo (Pueblo en los Países Bajos).



Sandby, P. (sin fecha). *Castillo de Pembroke*. Acuarela (sin datos).



Girtin, T. (sin fecha). *Puente Morpeth*. (Sin datos sde ubicación). Acuarela.



Durero, A. (1520). *Tres estudios de Pardillo*. (Sin datos de ubicación). Acuarela y aguada sobre papel (sin datos).



Monet, C. (1867). *La ola verde*. Museo MET, nueva York (Estados Unidos). Óleo.



Dalí, S. (1931). *La Persistencia de la Memoria*. Museo MoMA, Nueva York (Estados Unidos). Óleo (24 x 33cm).



Sandby, P. (1789). *Castillo Conway*. (Sin datos de ubicación). Acuarela (47.9 x 64.5 cm).



Monet, C. (1873). *Les Coquelicots*. Museo d'Orsay, Francia (París). Óleo (50cm x 65cm).



Monet, C. (1890). *Bote en el Epte*. Museo de Arte Sao Paul, Brasil. Óleo sobre tela (145 x 133 cm).



Munch, E. (1893). *El Grito*. Galería Nacional de Oslo, (Noruega). Óleo pastel temple (91 x 74 cm).



Winslow, H. (1903). *Cayo Hueso, Acarreo de Anclas*. (Sin datos de ubicación). Acuarela (sin datos).



Van Gogh, V. (1881). *Mujer de Scheveningen Cociendo*. Países Bajos, Ámsterdam. Acuarela.



Dürer, A. (1506). *Gran mata de hierba*. Museo Albertina, de Viena.



Monet, C. (1889). *El estanque de Ninfas*. Museo MET, Nueva York. Óleo (52 x 39cm).



Dürer, A. (1505). *Escarabajo Ciervo*. Pintura aguada sobre papel.



Monet, C. (1920-1926). *Los Nenúfares*. Museo Orangerie de las Tullerías Francia (París). Óleo sobre tela (219 x 602cm).



Nueva York (Estados Unidos). Óleo sobre lienzo (75 x 102cm).



Sandby, P. (1725-1809). *Torre de Magdalena, Oxford*. Librería de arte, Bridgeman (Berlín).



Turner, W. (1839). *Roma antigua: Agripina desembarcando con las cenizas de Germánico*. (Sin datos de ubicación). Óleo sobre tela (914 x 1,219 cm).



Monet, C. (1899). *Le Pont de Charing Cross*. Museo Thyssen-Bornemisza, Madrid (España). Óleo (64,8 x 80,6cm).



Van Gogh, V. (1889). *La Noche Estrellada*. Museo MoMA, Estados Unidos (Nueva York). Óleo sobre lienzo (73,7 x 92,2 cm).



Girtin, T. (sin fecha). *Interior of Tintern Abbey*. Acuarela sobre papel (sin datos).



Towne, F. (1789). *Dentro del Coliseo*. Museo Británico, Londres. Acuarela (sin datos).



Monet, C. (1881). *Campo de Trigo*. Museo de Arte de Cleveland, Ohio. Óleo sobre tela (50 x 62cm).



Monet, C. (1880). *El Jarrón de los Girasoles*. Museo Metropolitano, Nueva York. Óleo sobre lienzo (101 x 81.5 cm).



Monet, C. (1881). *Jardín en Vétheuil*. Museo Galería Nacional, Estados Unidos (Washington).



Turner, W. (1819). *Venecia mirando al este desde la Guidecca, sunrise*. Museo Británico, Londres (Inglaterra). Acuarela (sin datos).



Turner, W. (1840). *Venecia: puesta de sol sobre Santa María della salute y la Dogana*. (Sin datos de ubicación). Acuarela (sin datos).

Durero, A. (1520). *Tres estudios de Pardillo*. (Sin datos de ubicación). Acuarela y aguada sobre papel (sin datos).

