



Grado en Psicología

Trabajo de Fin de Grado

Curso 2014/2015

Convocatoria Junio

Modalidad: Otros trabajos

Título: Programa de Terapia Asistida con Animales en personas con discapacidad intelectual del Centro Ocupacional “La Tramoia”

Autora: Lluna María Bru Luna

Tutora: Maite Martín-Aragón Gelabert

Elche a 4 de junio de 2015

Índice

Resumen.....	3
1. TERAPIA ASISTIDA CON ANIMALES	4
1.1 Definición y contexto	4
1.2 Historia de la Terapia Asistida con Animales	5
1.3 Aplicaciones de la Terapia Asistida con Animales en el ámbito psicosocioterapéutico	6
2. USO DE ANIMALES EN EL ÁMBITO PSICOTERAPÉUTICO DE LA DISCAPACIDAD INTELECTUAL.....	8
2.1 Discapacidad intelectual	8
2.2 Experiencias de aplicación de la Terapia Asistida con Animales en personas con discapacidad intelectual	9
3. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN: PROGRAMA DE TAA EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL DEL CENTRO OCUPACIONAL “LA TRAMOIA”	11
3.1 Contexto de la intervención: El Centro Ocupacional “La Tramoia”	11
3.2 Descripción del programa.....	12
3.3 Objetivos	12
3.4 Destinatarios.....	13
3.5 Programa.	13
3.6 Calendario de trabajo.....	19
3.7 Planificación de la evaluación del programa	19
4. REFLEXIONES FINALES	20
5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	21
Tabla 1. Extracción de datos.....	10
Tabla 2. Objetivos.....	12
Anexos	24

Resumen:

La discapacidad intelectual es un trastorno del neurodesarrollo que se caracteriza por la presencia de déficits en el funcionamiento tanto intelectual como adaptativo, y la aparición de estos durante el periodo de desarrollo. Según varios estudios, la terapia psicológica convencional combinada con la Terapia Asistida con Animales proporcionaría mayores beneficios, ya que se ha demostrado que la mera presencia de un animal reduce la depresión y la ansiedad, favorece la empatía y la expresión emocional, facilita el aprendizaje y las relaciones interpersonales. Valiéndose de ello, este trabajo tiene como finalidad diseñar un programa de Terapia Asistida con perros con objeto de promover la mejora del funcionamiento emocional, social y cognitivo, dirigido a los usuarios del Servicio de Atención a Personas Dependientes (SAPD) del Centro Ocupacional “La Tramoia”.

Palabras clave: Terapia Asistida con Animales, Discapacidad Intelectual, expresión emocional, relaciones positivas, capacidades cognitivas superiores.



1. Terapia Asistida con Animales

1.1 *Definición y contexto*

La Terapia Asistida con Animales (TAA) es una intervención directa y con objetivos prediseñados para situaciones de dependencia funcional, alteraciones psiquiátricas o trastornos de conductas, donde participa un animal que reúne criterios específicos, como parte indispensable del tratamiento (Tucker, 2004, citado por Elipe, 2013).

Se trata de una terapia novedosa en la que es de vital importancia la presencia de un equipo multidisciplinar compuesto por diversos especialistas de diferentes áreas. Este equipo debe estar formado por:

- Un terapeuta que programa las intervenciones, plantea objetivos, coordina las sesiones y evalúa. Esta figura puede estar formada por psicólogos, terapeutas ocupacionales, médicos, fisioterapeutas, psiquiatras, logopedas, etc. dependiendo de la terapia que la persona requiera.
- Un adiestrador profesional que se encarga de seleccionar al animal, según su raza o carácter y dependiendo de las necesidades a cubrir, además de adiestrarlos y prepararlos para la terapia, y dirigir el trabajo de los técnicos.
- Técnicos o guías de cada animal que participa en la sesión, guía al animal durante la terapia y vela por la buena práctica con él.
- Auxiliar que se encarga de organizar, preparar y suministrar los materiales además de servir de apoyo en las actividades.

Es importante diferenciar entre interacción o actividad y terapia. La diferencia fundamental entre la primera y la segunda es que la terapia asistida ha de ser dirigida y documentada por un profesional especializado. Por el contrario, las actividades asistidas se pueden llevar a cabo también por voluntarios, presenta un carácter más espontáneo y menos regulado. Estas actividades, sin pretender ser terapia, tienen los mismos beneficios físicos y psicológicos (Cordones, 2011), sin embargo es en la terapia en sí donde estos resultados se miden mediante una evaluación previa y posterior a la intervención, y donde se fijan unos objetivos concretos.

La selección de animales debe hacerse de acuerdo con las características de los pacientes y las necesidades del programa. Ésta incluye la especie, la raza y a un determinado individuo dentro de una raza con el fin de optimizar los resultados del

programa de TAA (Fine, 2003). Actualmente se utilizan una gran variedad de animales para llevar a cabo la terapia, los más populares son los siguientes:

- El perro es la especie más popular en la TAA. Varios estudios, como los de Aubrey H. Fine (2005), Cusack (2003) o Lan Robinson (1995), citado por Cordones (2011), han demostrado que la presencia de un perro puede ayudar a disminuir considerablemente el estrés, la hipertensión arterial, la sensación de soledad y ayuda a la persona a socializarse y a mejorar su estado anímico. Sus principales beneficiarios son aquellas personas que necesiten mejorar áreas concretas como la motricidad, la expresión emocional o las relaciones interpersonales.
- El caballo es junto al perro otra de las especies más utilizadas en la TAA. Según Franco (2005), produce una transmisión del calor corporal del caballo al cuerpo del jinete, lo que distiende y relaja la musculatura; transmite impulsos rítmicos que provoca unas reacciones de equilibrio y enderezamiento que ayudan a mejorar la coordinación de tronco y cabeza, estabiliza ambas cinturas y regula la respiración. Además aumenta la autoestima y seguridad en uno mismo.

1.2 Historia de la Terapia Asistida con Animales

La participación activa y la consideración del animal en el proceso terapéutico es relativamente novedosa (Villalta y Ochoa, 2007, citado por Vázquez y Lista, 2011). Aunque la utilización de animales con fines terapéuticos se remonta a la época antes de Cristo en la Antigua Grecia con médicos como Hipócrates, Asclepiades de Prusa o Galeno, que prescribían la equitación para aliviar patologías tanto físicas, como mentales, no es hasta 1792 cuando se tuvo plena constancia de la aplicación de esta nueva modalidad de terapia, cuando, en el Retreat de York, el médico William Tuke observó que la interacción entre seres humanos y animales producía efectos positivos en la vida de los primeros. Tuke empezó a utilizar un método “más humano” en personas con patologías mentales, dejando de lado los tratamientos basados en castigos, y comenzando a incluir animales de granja en la terapia porque intuyó que éstos podían proporcionar, valores humanos en enfermos de tipo emocional, aprendiendo autocontrol, mediante refuerzo positivo (Elipe, 2013).

Posteriormente, los animales siguieron interviniendo en diversos tratamientos, como en 1897 cuando se utilizaron para aliviar los síntomas de la epilepsia en Bethel,

(Alemania); en la rehabilitación de aviadores del Army Air Convalescent Center en Pawling (Nueva York); o en 1947, cuando el doctor Samuel B. Ross fundó en las cercanías de Nueva York el centro Green Chimneys, una granja para la reeducación de niños y jóvenes con trastornos del comportamiento mediante el trabajo con animales (Elipe, 2013).

En 1953, Boris M. Levinson estableció las bases y empezó a ser considerado el padre de la TAA, al utilizar a su perro "Jingles" en las sesiones de terapia infantil, y publicando el libro "Psicoterapia infantil asistida con animales". El trabajo de Levinson inspiró a Samuel y Elisabeth Corson, que en 1974 llevaron a cabo un programa para evaluar la viabilidad de la TAA en un entorno hospitalario, obteniendo excelentes resultados (Zamarra, 2002). Un año después, David Lee introdujo animales en el Centro Médico Forense de Dakwood (Ohio) con personas con enfermedades mentales peligrosas, donde los animales actuaron de catalizadores de interacciones sociales entre el personal y los pacientes y entre los mismos pacientes y se redujo significativamente la violencia de estos enfermos (Zamarra, 2002).

En 1977 se empieza a fundamentar la importancia de los animales en las personas y en los beneficios que aportan, mediante las investigaciones de la Delta Society.

1.3 Aplicaciones de la Terapia Asistida con Animales en el ámbito psicosocioterapéutico

La TAA se puede aplicar en diferentes campos, adaptándola a las necesidades y características del colectivo al que van dirigidos:

- Tercera edad: Interacciones de animales con ancianos han demostrado ser beneficiosas en multitud de áreas: A nivel fisiológico disminuyendo la presión arterial, a nivel físico ayudando a liberar el exceso de energía y manteniendo la fuerza muscular y la movilidad articular; y a nivel psicológico produciendo una disminución de la depresión, la ansiedad y la soledad, y el aumento de la socialización (Arkow, 1990; Baun et al., 1984; Friedmann et al., 1980, citado por Fine, 2003). Además, través de tareas tales como la alimentación, el paseo o el cepillado, una persona de edad avanzada puede aumentar la autoestima, la independencia y la percepción de control sobre su entorno (Corson et al., 1975, citado por Fine, 2003).

- Personas con discapacidad física: En este tipo de terapia el animal más utilizado es el caballo aprovechando las repercusiones físicas que se producen sobre el cuerpo del jinete cuando éste monta sobre él. Los principales beneficios que se obtienen son que mejora la coordinación de tronco y cabeza, estabiliza ambas cinturas, regula el tono muscular y desarrolla la simetría corporal, estimula el peristaltismo y regula la respiración. Además se reproduce el patrón de locomoción tridimensional equivalente al patrón fisiológico de la marcha humana (Franco, 2005).
- Personas víctimas de situaciones de maltrato: Esta población incluye a personas maltratadas física o psicológicamente, que carecen de autoconfianza y sufren estrés, depresión, ansiedad, sentimientos de soledad, miedo e inseguridad. La TAA en este colectivo se utiliza principalmente para propiciar un contacto físico con las víctimas, mejorar su autoestima, permitir su socialización y ayudarles a olvidarse de sus problemas o traumas (Cordones, 2011).
- Centros penitenciarios y centros de menores: Tradicionalmente, el objetivo de la privación de libertad ha sido el castigo, pero son cada vez más los centros en donde la meta primordial es la rehabilitación. Algunos de los programas más creativos son los que involucran a animales y en la actualidad hay varios tipos de programas implantados (Cordones, 2011). Lo que se consigue mediante la TAA en este ámbito es aumentar el sentido de la responsabilidad, las habilidades profesionales, la capacidad de empatizar, de tolerar la frustración, las habilidades sociales y de comunicación, la autoestima, la ética profesional, la autorregulación y la satisfacción con uno mismo.
- Personas con discapacidad intelectual: En este tipo de población se usa para potenciar aspectos afectivos y de autoestima, la psicomotricidad, la expresión y el lenguaje, las habilidades sociales y de relación y el esfuerzo de aprendizaje. Esto se lleva a cabo a través de animales de compañía y con sesiones de estimulación (Buil y Canals, 2012). Existen estudios como los de Nathanson y Faria (1993) citado por Vázquez y Lista (2011), donde evaluaron los beneficios que produce la TAA con delfines sobre el funcionamiento cognitivo, en comparación con un grupo control. Los resultados fueron estadísticamente significativos en el grupo experimental en lo relativo a la capacidad comunicativa y atencional.

2. Uso de animales en el ámbito psicoterapéutico de la discapacidad intelectual

2.1 *Discapacidad intelectual*

La discapacidad intelectual se define como un trastorno del neurodesarrollo, equivalente al retraso mental en el DSM-IV-TR. Se puede observar que sigue los planteamientos definidos por la AAIDD (American Association on Intellectual and Development Disabilities) como el cambio de denominación de Retraso Mental por el de Discapacidad Intelectual, como la nueva conceptualización de habilidades adaptativas divididas en conceptuales, sociales y prácticas (DSM-V).

En esta definición se incluyen tres criterios básicos:

- Déficit en el funcionamiento intelectual: Pueden afectar al razonamiento, a la resolución de problemas, a la capacidad de planificar, al pensamiento abstracto, a la toma de decisiones y al aprendizaje tanto académico, como el producido a través de la propia experiencia. Son evaluados mediante tests de inteligencia estandarizados aplicados individualmente.
- Déficit en el funcionamiento adaptativo: Hacen referencia a la no consecución de los estándares sociales y culturales para la independencia personal y la responsabilidad social. Estos déficits afectan a la comunicación, a la participación social, y a la vida independiente en los diferentes contextos (escolar, laboral, comunitario...).
- Inicio de los déficits intelectuales y adaptativos durante el período de desarrollo.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), un 15% de la población mundial padece algún tipo de discapacidad, y de ese porcentaje, un 15% lo ocupan las personas con discapacidad intelectual. En España, se realizó una aproximación al número de personas con discapacidad intelectual mayores de 6 años a partir de tasas de la Encuesta de Discapacidades, Deficiencias y Estado de Salud (Jiménez y Huete, 2003, citado por Berjano y García, 2010) y del Padrón Municipal de habitantes de 2006, y el resultado total fue que un total de 156.771 personas presenta discapacidad intelectual de algún tipo. Además, esta cifra está aumentando debido a la mejora de las condiciones de vida y la cura de algunas enfermedades, lo que está alargando la esperanza de vida de la población.

2.2 Experiencias de aplicación de la Terapia Asistida con Animales en personas con discapacidad intelectual

El objetivo principal de la búsqueda bibliográfica ha sido estudiar los beneficios que aporta la TAA en las emociones, en las capacidades cognitivas superiores y en las relaciones sociales en personas con discapacidad intelectual o patologías mentales. Para ello, el tiempo de búsqueda ha sido repartido entre los meses de enero y mayo de 2015, utilizando las siguientes bases de datos para la búsqueda de artículos: Google Académico, ISOC, PsycArticles, PsicoDoc, PsycINFO, Science Direct y Scopus. También se emplearon las siguientes palabras clave combinándolas entre sí: Terapia Asistida con Animales, Terapia Asistida con perros, Terapia Asistida con caballos, equinoterapia, zooterapia, discapacidad intelectual, discapacidad psíquica, discapacidad mental, síndrome de Down, autismo, Animal-Assisted Therapy, dog-Assisted Therapy, horse-Assisted Therapy, equinotherapy, intellectual disability, mental disability, Down's syndrome, autism.

Siguiendo los criterios de inclusión, serán aceptados aquellos artículos que incluyan estudios experimentales limitados a personas con discapacidad intelectual o patologías mentales, donde se utilicen tratamientos de TAA combinados con terapia psicológica convencional. Asimismo se tendrá en cuenta que los estudios midan diferentes capacidades como las emociones, las capacidades cognitivas superiores y las relaciones sociales para conocer la variabilidad de éstas una vez finalizada la terapia. Los artículos que quedarán excluidos serán aquellos que no sean estudios experimentales y que no incluyan participantes que cumplan con los criterios de discapacidad intelectual o patología mental.

Finalmente, del total 33 estudios encontrados en la primera búsqueda, quedó reducido a 27 artículos, porque éstos no incluían datos sobre programas experimentales con TAA. En el segundo análisis de los 27 artículos restantes, no todos cumplían con el criterio de discapacidad intelectual o patología mental, se repetían o eran de acceso restringido. Por lo que del total de artículos encontrados, fueron seleccionados e incluidos 6 artículos por ser los únicos que contenían los aspectos relevantes para el estudio.

Tabla 1. Extracción de datos

Autor-año-título	Participantes	Animal	Áreas medidas	Resultados
Ávila, A. et al., 2013 “Efectos de la TAA en personas con daño cerebral o lesión medular”	30 pacientes con diagnóstico de daño cerebral o lesión medular	Perro	Orientación Operaciones racionales Memoria Atención y concentración	+ + ● ●
Ávila, V., 2012 “Beneficios de la terapia asistida con canes como parte de procesos terapéuticos, con niños y adolescentes con deficiencia mental”	7 niños y adolescentes con discapacidad intelectual (autismo, síndrome de Down y discapacidad intelectual)	Perro	Lenguaje Socialización Atención Comprensión Trabajo en equipo	+ + + + +
Pineda, E., 2008 “La delfinoterapia en niños con síndrome Down atendidos en un círculo infantil”	18 niños con síndrome de Down	Delfín	Aprendizaje Emociones Lenguaje Socialización	+ + ● +
Salama, I. et al., 2004 “Investigación Científica de Síndrome de Kanner (Autismo) y Perros”	1 niño con Síndrome de Kanner	Perro	Contacto ocular Señales de afecto Lenguaje Comprensión de las manifestaciones emocionales	+ + + ●
Salama, I. et al., 2004 “Investigación científica de un caso de Hiperactividad y Dificultades en el Aprendizaje”	1 niño con hiperactividad	Caballo	Atención Impulsividad Área conductual Aprendizaje	+ + + +

Torres, E., 2006	10 ancianos	Perro	Respuesta verbal	+
“Investigación de	residentes en un		Atención	+
TAAC aplicada	geriátrico con un		Capacidad mnésica	+
en una residencia	GDS menor de 7		Respuesta	●
geriátrica”			emocional	
			Respuesta social	+

Nota. + mejora significativa, - empeoramiento significativo, ● mantenimiento de las capacidades

Lo observado en los seis artículos ha quedado registrado en la Tabla 1. Por una parte, se puede advertir que cuatro de ellos utilizan al perro en la terapia, mientras que los otros dos lo hacen con caballos y delfines. Por otra parte, la población incluye participantes con síndrome de Down, autismo, discapacidad intelectual, daño cerebral o lesión medular, hiperactividad y demencia.

A pesar de que lo específicas que pueden llegar a ser las áreas medidas, se han dividido en emocional, cognitiva y social. Cabe decir que en los seis estudios experimentales no se han trabajado todas las áreas, sino que se le ha dado más importancia a aquellas las que la patología o la discapacidad más afecta. En la primera de ellas se observan mejoras significativas en uno de los tres estudios que trabajan esta área. La segunda de ellas se ve mejorada en cinco de los cinco artículos que la han trabajado, aunque cabe destacar que en el primero de ellos no muestran mejora significativa en atención y memoria. Por último, el área social ha mejorado en los cuatro trabajos que la han trabajado.

3. Propuesta de intervención: Programa de TAA en personas con discapacidad intelectual del C.O. La Tramoia

3.1 Contexto de la intervención: El Centro Ocupacional “La Tramoia”

El C.O. la Tramoia tiene como objeto la ocupación de personas con diferentes tipos de discapacidad intelectual en los diversos talleres ofrecidos, para de este modo posibilitar su formación ocupacional, así como desarrollar su autonomía personal, prestarles orientación y apoyo, y facilitar su socialización dotándoles de la máxima integración social y laboral. Se encuentra ubicado en el Polígono Industrial de Carrús, en la Avda. Mestre Melchor Botella, 2, 03206, Elche.

Su población son personas adultas con discapacidad intelectual que no están integrados en un centro especial de empleo o en una empresa ordinaria. Está formada

por 47 hombres y 35 mujeres, con un rango de edad de 22 a 61 años, y con una edad media de 41 años. Son personas con discapacidad intelectual leve, moderada y límite, y que pueden padecer circunstancias agravantes u otros trastornos mentales asociados.

El centro ofrece diversos servicios de actividad ocupacional, orientación y asesoramiento familiar, orientación y apoyo a los usuarios, socialización, ocio, terapia ocupacional, terapia psicológica, fisioterapia, trabajo social, comedor y apoyos adecuados a la situación personal de dependencia. Además, cuenta con 8 talleres ocupacionales, así como con el Servicio de Atención a Personas Dependientes (SAPD).

3.2 Descripción del programa

Este programa tiene como objetivo promover la mejora del funcionamiento emocional, social y cognitivo, mediante un programa de Terapia Asistida con perros, dirigido a los usuarios del SAPD, perteneciente al Centro Ocupacional “La Tramoia”, con la finalidad de fomentar las emociones positivas, mejorar la calidad de las relaciones y potenciar las capacidades cognitivas superiores.

3.3 Objetivos

Tabla 2. Objetivos

Objetivo general	Objetivos específicos	Objetivos operativos
Mejorar el funcionamiento cognitivo, emocional y social	Potenciar las capacidades cognitivas superiores	Mejorar la capacidad de lenguaje
		Desarrollar la memoria
		Mejorar la capacidad de atención
	Fomentar las emociones positivas	Aprender técnicas de relajación
		Desarrollar la autoestima
		Saber autogestionar las emociones
	Mejorar la calidad de las relaciones	Fomentar la comunicación
		Cooperar con los compañeros
		Desarrollar empatía

3.4 Destinatarios

- Directas: Cuatro usuarios que presentan discapacidad intelectual, cuyas edades están comprendidas entre los 46 y los 58 años, pertenecientes al SAPD del Centro Ocupacional La Tramoia.

- Indirectas: Especialmente los familiares y/o tutores de los usuarios destinatarios, de modo que aunque la intervención esté centrada en potenciar las emociones y relaciones positivas, así como las capacidades cognitivas superiores, mejorará el comportamiento de estos en prácticamente todas las áreas. También se verán beneficiados tanto los profesores de los talleres como los demás compañeros, ya que al promover las relaciones positivas, la convivencia será mucho más fácil.

3.5 Programa.

Se va a llevar a cabo un programa de Terapia Asistida con perros dirigido al SAPD. Para comprobar la eficacia de éste, se dispondrá de dos grupos, el grupo experimental, que hará la terapia con los animales, y el grupo control, el cual también hará la terapia pero adaptada de modo que la lleven a cabo sin los perros. El objetivo de ello es evidenciar que la mejora en las capacidades de los usuarios es debida a la presencia e interacción con los animales, y no a la terapia en sí. El programa será aplicado a lo largo de 6 semanas. En la primera se llevará a cabo una sesión informativa para los padres y/o tutores de los usuarios, y una introducción a los sujetos todavía sin animales, ya que con este tipo de población es conveniente avisar con antelación de los acontecimientos importantes. La realización de las actividades será llevada a cabo durante las siguientes cinco semanas, dos días por semana. Para que la evaluación sea eficaz, será aplicada antes y después de la intervención, utilizando para ello la primera y séptima semana, y ajustando los contenidos en función de las necesidades a mitad de intervención, más o menos durante la cuarta semana. Una vez establecido todo ello, y atendiendo a los objetivos propuestos se ha diseñado el siguiente programa.

Sesión 1.

Objetivo: Que los usuarios sean capaces de realizar por sí solos técnicas de relajación.

Material: Esterillas y tabla con ejercicios.

(Anexo 1)

Duración: 1 hora.

Desarrollo: En esta primera sesión, los usuarios dispondrán de 10 minutos para conocer a los animales. Una vez que se hayan familiarizado con ellos y estén más tranquilos, los usuarios se colocarán en el suelo sobre una esterilla a ambos lado del perro, de modo que estén en todo momento en contacto con el animal, que se encontrará acostado. Ya que la mera presencia de éste en calma provoca un estado de relajación, esto se aprovechará para realizar las técnicas. En primer lugar se les enseñará a los usuarios a respirar correctamente a identificar y a mantener la atención en la propia respiración. Se realizarán ejercicios de inspiración abdominal, ventral y costal, así como de espiración pausada, y generalización a condiciones habituales, y después se les pedirá que lo hagan de manera individual para comprobar que lo han aprendido correctamente. A esta técnica se le asignará un total de 30 minutos. El resto de la sesión se dedicará a aplicar y a enseñar la técnica de relajación para niños de Koeppen, que es similar a la de Jacobson pero mucho más sencilla, y con la que se les inducirá a la relajación mediante la tensión y distensión de los diferentes grupos musculares correspondientes.

Sesión 2.

Objetivo: Aumentar la autoestima.

Material: Clicker, papel y lápiz.

(Anexo 2)

Duración: 1 hora.

Desarrollo: En esta sesión se les enseñarán a los usuarios ejercicios de obediencia básica para los perros, en concreto la orden “mira”, “quieto” y “ven”. El sujeto debe de decir de manera firme cada una de las palabras y recompensar al animal cuando cumpla correctamente con cada instrucción con el sonido del clicker, el cual sirve de refuerzo positivo al estar previamente condicionado. Esta parte de la sesión finalizará a los 40 minutos, pero sobre todo una vez comprobado que cada usuario ha logrado manejar a su perro. La segunda parte de la sesión consistirá en el dibujo de un árbol, con raíces, ramas y frutos. Una vez que lo tengan, deben de elaborar una lista donde enumeren todas y cada una de las cualidades que posean, y de los éxitos o triunfos más importantes que hayan conseguido en toda su vida. Los primeros se colocarán en las raíces y los segundos en los frutos. Asimismo, se leerán en voz alta para que los compañeros puedan añadir cualidades o éxitos que al propio sujeto se le haya podido pasar por alto. El ejercicio de obediencia básica anterior, además de aumentar la autoestima por sí solo, ayudará a que el usuario rellene el

árbol con más cualidades y éxitos. Finalmente, se les preguntará a los usuarios si se sienten mejor después de haber realizado la sesión.

Sesión 3.

Objetivo: Aprender a reconocer y autogestionar las propias emociones.

Material: Cartulinas

(Anexo 3)

Duración: 1 hora.

Desarrollo: En forma de camino se colocan cinco cartulinas en el suelo con las palabras “veo/escucho”, “pienso”, “siento”, “necesito” y “estrategias” escritas en cada una de ellas. Los usuarios, divididos en dos grupos de dos, pasan de uno en uno por el camino. Lo hacen acompañados por el perro, al que deberán guiar y darle instrucciones como aprendieron en la sesión anterior. Cada vez que lleguen a una de las cartulinas deberán ordenarle al animal que se detenga, y tras llevar a cabo las indicaciones de cada una de ellas, que continúe con el camino. En primer lugar se colocan en la cartulina “veo/escucho”. En esta primera parada, se le pide que ponga de manifiesto una situación que le provoque una emoción muy fuerte, ya sea de ira, alegría, tristeza, etc. Una vez identificada, usuario y perro continúan el camino hasta la siguiente cartulina, “pienso”, en la que tienen que decir qué es lo que piensan cuando ocurre la situación anteriormente descrita. Se sigue el mismo proceso con el perro hasta llegar a la siguiente, “siento”. En esta es importante que el usuario entienda la diferencia entre “pensar” y “sentir”, para no cometer errores y lograr identificar correctamente los sentimientos que les produce. A continuación, al llegar a la siguiente cartulina, deben de pensar qué necesitan para reducir esa emoción, y dependiendo de la respuesta que dé el sujeto, deberán de ser capaces de desarrollar una estrategia en la siguiente cartulina para conseguir aquello que se ha propuesto.

Sesión 4.

Objetivo: Mejorar la capacidad de lenguaje.

Material: Papel y lápiz.

Duración: 1 hora.

Desarrollo: Los usuarios se distribuirán en dos grupos de dos personas, con un animal en cada uno, y tendrán que elaborar un cuento sobre el animal, en la que desarrollen su imaginación e inventen una serie de aventuras en las que el perro será el protagonista. Es necesario asegurarse de que todos participen y creen una parte de la historia. Esta primera mitad de la sesión tendrá una duración de 30 minutos. En la

segunda parte se procederá a la lectura de la historia creada, cada uno deberá de leer una parte del cuento, y deberá de hacerse de forma adecuada para que el otro grupo sea capaz de entenderla, y posteriormente poder contarla.

Sesión 5.

Objetivo: Mejorar la memoria.

Material: Pizarra y pastelitos (premio).

(Anexo 4)

Duración: 1 hora.

Desarrollo: Se hará una especie de juego en la que se proporcionará a cada pareja de usuarios una serie de instrucciones, en las que se les indicará una secuencia de pasos y lugares del centro a los que deberán de acudir guiando al perro para conseguir un premio. Para que no resulte muy complicado el número máximo de pasos que deberán de memorizar será de tres por usuario, con un total de seis por pareja. Estas instrucciones estarán escritas en la pizarra del SAPD, de modo que si se les olvida deberán de volver al taller, memorizarlas bien y volver a empezar el recorrido desde el principio. En cada uno de los lugares a los que vayan les dirán una letra que deberán de recordar, ya que cuando las hayan reunido todas formarán un nombre, que será donde los usuarios deban a ir para que se les dé el premio.

Sesión 6.

Objetivo: Mejorar la capacidad de atención.

Material: Cartulina con palabras y con señales de tráfico.

(Anexo 5)

Duración: 1 hora.

Desarrollo: En esta sesión se les hará entrega a los usuarios de una cartulina con palabras escritas en diferentes colores para que lleven a cabo la prueba del Efecto Stroop. Se les explicará que deben de tratar de nombrar el color con el que está escrita la palabra, y no de leerla. Esta tarea ocupará los primeros 10 minutos de la sesión. A continuación y siendo conscientes de los problemas que a menudo presentan los usuarios por la calle con el tráfico, se les dará de forma breve una lección de 20 minutos sobre educación vial. En la siguiente media hora de la sesión se hará provecho de los paseos que a menudo realizan en el centro. Se saldrá a pasear con los perros y los usuarios deberán de estar atentos a las señales de tráfico y a los coches de modo que su tarea sea “proteger” a los perros.

Sesión 7.

Objetivo: Fomentar la comunicación.

Material: Ninguno.

Duración: 1 hora.

Desarrollo: Los usuarios se sientan en círculo y uno de los perros se coloca en el centro. Se escoge a suertes a uno de los chicos y las cuidadoras serán las encargadas de decir una serie de características como por ejemplo “le gusta dibujar”, “lleva casco”, “tiene los ojos del mismo color que tú”, y el primer usuario deberá de lanzar la pelota al compañero que cumpla la característica nombrada por la cuidadora. A continuación, este deberá de lanzar la pelota a otro de los compañeros que tenga la siguiente característica dicha. Los usuarios a los que vaya dirigida la pelota deberán de decir si están de acuerdo o no con la descripción que han dado de ellos y explicar el por qué, todo ello acompañados del perro que se acercará junto con la pelota para facilitar la comunicación. Esto ocupará la primera media hora de sesión. La segunda media hora estará dedicada a otro juego. En él, los usuarios nuevamente se sentarán en círculo, esta vez con los ojos cerrados. Cuando uno de los perros toque a alguno de ellos por detrás deberán de decir “¿quién soy?”, para que los compañeros lo identifiquen por la voz. Esto lo realizarán todos los usuarios de forma aleatoria. Después pueden introducirse variaciones como identificar a los compañeros por la letra, algún dibujo, la risa, la mano, etc.

Sesión 8.

Objetivo: Cooperar con los compañeros.

Material: Conos, cuerdas, bancos suecos y aros.

Duración: 1 hora.

Desarrollo: Se van a realizar un par de juegos de cooperación. Para el primer juego llamado “La Selva” se van a colocar una serie de obstáculos por los que los usuarios deben pasar, estos por ejemplo pueden ser pasar por encima de un banco sueco, hacer un zigzag entre los conos, pasar pisando el centro de los aros, o recorrer las diferentes estancias del centro, todo ello con los ojos cerrados. Para llevar a cabo el juego los usuarios se distribuirán en parejas con un perro para cada una de ellas. La persona que va con los ojos abiertos deberá de guiar al perro para que le siga en cada uno de los obstáculos, y quien va con los ojos cerrados deberá de ir agarrado al perro y confiar tanto en él como en el compañero para poder superarlos. De este modo se fomenta la confianza en el compañero y el trabajo en equipo. Esta primera parte de la sesión ocupará 40 minutos, 10 para cada pareja y 5 para cada miembro de la pareja.

En la segunda parte de la sesión, los usuarios jugarán al tradicional juego “Marear”. El perro en este caso será quien no deberá de coger la pelota, para ello los usuarios pueden moverse y correr por el patio, pasándole la pelota a los compañeros cuando sea necesario para impedir que el perro se haga con la pelota.

Sesión 9.

Objetivo: Fomentar la empatía y la asertividad.

Material: Cuento.

(Anexo 6)

Duración: 1 hora.

Desarrollo: Se les cuenta a los usuarios el cuento que aparece en el Anexo 6. Se les harán preguntas a los usuarios acerca de cuál es el problema, qué le puede pasar al perro si sigue haciendo eso, cómo pueden solucionar los animales el problema o si la solución del caracol será efectiva. Esto ocupará la primera media hora de la sesión. En la segunda media hora, los usuarios se colocarán en círculo, y el perro acudirá de forma aleatoria de uno en uno. Cada vez que el perro se acerque a un chico, los compañeros deberán de decir, uno por uno, dos cosas buenas de éste compañero, y decir alguna cosa de cómo les gustaría que fuese, por ejemplo, “que se tome mejor las bromas”, “que diga las cosas sin gritar”, etc. de forma que cada uno vea las cosas que pueden mejorar sin sentirse heridos.

Sesión 10.

Despedida.

Material: Ninguno.

Duración: 1 hora.

Desarrollo: En esta última sesión, cada uno de los usuarios deberá de exponer qué le ha parecido el programa, describir cuál ha sido la sesión que más le ha gustado, así como explicar todo lo que ha aprendido. Cada uno tendrá unos 5 minutos aproximadamente. En los últimos 20 minutos restantes los usuarios tendrán tiempo para despedirse de los perros.

3.6 Calendario de trabajo

	Actividades	Sem. 1	Sem. 2	Sem. 3	Sem. 4	Sem. 5	Sem. 6	Sem. 7	
APLICACIÓN	Sesión informativa para padres y/o tutores								
	Introducción del programa a la población diana								
	Realización de las actividades								
	Despedida del programa								
EVALUACIÓN	Evaluación inicial								
	Ajustar los contenidos en función de las necesidades								
	Evaluación de los resultados								

3.7 Planificación de la evaluación del programa

La metodología que se utilizará para evaluar el programa será una evaluación previa y posterior a la intervención mediante el modelo tripartito, formado por los siguientes componentes:

Por un lado, la satisfacción de los usuarios a través de cuestionarios adaptados a sus capacidades (Anexo 7). Por otro lado, la eficacia mediante tests y cuestionarios, antes y después del programa, que registren los cambios producidos en los resultados en cada uno de los objetivos propuestos, en este caso, de las emociones positivas, de la calidad de las relaciones y de las capacidades cognitivas. En concreto, para valorar la capacidad de lenguaje se utilizará una batería de valoración del lenguaje, el SASI para la autoestima, un autorregistro (Anexo 8) para la gestión de las emociones, el Mini-Mental para la capacidad de atención y memoria y cuestionarios para valorar la capacidad de comunicación (Anexo 9) y de empatía (Anexo 10). Por último, la utilidad, para conocer la eficacia y la satisfacción de la red social mediante cuestionarios (Anexo 11) para los familiares de los usuarios, así como para los profesionales del centro. Una vez obtenidos los resultados, se adaptará el

programa, se evaluarán posibles problemas que se hayan producido y se ajustarán los verdaderos intereses de la población diana.

Hipótesis: Tras la terapia el grupo experimental obtendrá mejoras significativamente mayores en las áreas emocional, cognitiva y social que el grupo control.

4. Reflexiones finales

Se ha demostrado que la mera interacción con animales promueve la actividad física, ayuda a centrar la atención, estimula la interacción social, mejora el sentido del humor, favorece el contacto físico y el juego y las demostraciones de afecto tanto con la mascota como con otras personas. En consecuencia, parece servir como protector de las personas contra la soledad y la depresión. (Beck, 1997; Cusack, 1991, citado por Gutiérrez, 2007). A pesar de ello es importante no sobrevalorar esta terapia, ya que se desconocen las variables que influyen en esos efectos. Es por ello que siempre debe de emplearse sirviendo de apoyo para las terapias psicológicas convencionales.

Otro punto importante a destacar es que la literatura existente acerca de este tema es escasa, sobre todo en España, ya que la mayoría de los artículos encontrados son en inglés. Se necesitan estudios de mayor rigor metodológico con mayor tamaño de muestra idealmente usando ensayos clínicos aleatorizados para comprobar la eficacia de dicha intervención (Milena, 2013). A pesar de esta limitación, la literatura empieza a mostrar un panorama consistente que muestra que aquellas personas que interactúan con animales y que se involucran con ellos, tienden a beneficiarse a nivel fisiológico, psicológico y social. Sin embargo, es importante que no se sobrevalore esta evidencia creciente, ya que con excepción de algunos estudios, desconocemos otras variables moduladoras de estos efectos. Ver a los animales como una panacea para la mejora en el bienestar y calidad de vida de los humanos puede terminar desvirtuando su verdadero valor y puede conducir a la interpretación de esta área de investigación como poco seria o crítica (Gutiérrez, 2007).

Si bien, si ciertamente los animales nos aportan de forma desinteresada tantas ganancias positivas, por no llamarlas “felicidad”, por qué no, como señalo Keil (1998) pensamos más a menudo que “una mejor calidad de vida” es una justificación para implantar programas de TAA (Barberó, 2011).

5. Referencias bibliográficas

- Asociación Americana de Psiquiatría. (2013). Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM 5. Arlington: Editorial Médica Panamericana.
- Ávila, A., Torres, G., Villazala, O., López-Cortón, A., Viana, I., Saavedra, M., et al. (2013). Efectos de la terapia asistida con animales en personas con daño cerebral o lesión medular. *Trauma Fund MAPFRE*, Vol. 24. Recuperado de: <http://www.mapfre.com/fundacion/html/revistas/trauma/v24n2/docs/Articulo6.pdf>
- Ávila, V. (2012). *Beneficios de la terapia asistida con canes como parte de procesos terapéuticos, con niños y adolescentes con deficiencia mental*. Universidad de las Américas, Facultad de ciencias sociales, Chile.
- Barbero, F. (2011). *Revisión y actualización de la Terapia Asistida con Animales: aplicaciones y beneficios en poblaciones específicas*. Recuperado de: <http://beta.isep.es/wp-content/uploads/2014/07/revision-y-actualizacion-de-la-terapia-asistida-con-animales-aplicaciones-y-beneficios-en-poblaciones-espec%C3%ADficas.pdf>
- Berjano, E. & García, E., (2010). Discapacidad intelectual y envejecimiento: Un problema social del siglo XXI. Madrid: FEAPS. Recuperado de: http://www.feaps.org/biblioteca/envejecimiento_ydi/capitulo02.pdf
- Buil, I. & Canals, M. (2012). *Terapia Asistida con Animales*. Recuperado de: <http://ddd.uab.cat/pub/trerecpro/2011/85707/terasiani.pdf>
- Cea, A. (2014). *Terapias alternativas con animales para niños con necesidades especiales*. Recuperado de: <http://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2465/cea.chueca.pdf?sequence=1>
- Cordones, V. (2011). *Aplicación de la terapia asistida con animales de compañía para la mejora de la calidad de vida en las personas mayores institucionalizadas de las Residencias de Mayores de Nuestra Señora de la Piedad de Quintanar de la Orden (Toledo)*. Recuperado de: <http://www.uclm.es/bits/archivos/trabajos/VERONICA%20CORDONES%20ESCUDERO.pdf>
- Dirección General de Tráfico. *Los peatones*. Recuperado de http://www.dgt.es/PEVI/documentos/catalogo_recursos/didacticos/did_adultas/peatones.pdf
- Elipe, I. (2013). La terapia asistida con animales: una nueva dimensión en la rehabilitación neuropsicológica. Recuperado de:

<http://www.aepccc.es/blog/item/la-terapia-asistida-con-animales-una-nueva-dimension-en-la-rehabilitacion-neuropsicologica.html>

Fine, A. (2006). *Handbook on Animal-Assisted Therapy*. San Diego: Elsevier. [Versión electrónica]. Recuperado de:

https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=ySHkNATIWNAC&oi=fnd&pg=PA21&dq=Innovative+intervention:+animal-assisted+occupational+therapy+%E2%80%93+a+case+study&ots=3DpwGWNUP6&sig=Vrsus9_wKh28AdcpG4QmOYYuByl#v=onepage&q&f=false

Franco, C. (2005). *Distrofia Muscular de Duchenne/Becker*. Recuperado de <https://www.duchenne-spain.org/wp-content/uploads/2012/07/HIPOTERAPIA-Y-DISTROFIA-MUSCULAR-DE-DUCHENNE-BECKER2.pdf>

Gutiérrez, G. Granados, D. & Piar, N. (2007). Interacciones humano-animal: características e implicaciones para el bienestar de los humanos. *Revista Colombiana de Psicología*, vol. 16. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3245451>

Lugo, E. (2013). Los beneficios de la terapia asistida por animales como alternativa terapéutica para los profesionales de la salud al ofrecer servicios a envejecientes de 45 años en adelante con diagnósticos de discapacidad intelectual. Recuperado de <http://www.suagm.edu/utdoctoral/pdfs/Disertaciones-2014/ELugo.pdf>

Martín, F. (2010). *Terapia Asistida con Animales y la importancia de un equipo multidisciplinar*. Recuperado de http://www.canemterapia.com/multimedia/articulos/equipo_multidisciplinar_por_pacomartin.pdf

Martínez, R. (2009). Atención a la diversidad y terapia asistida por animales. Programas y experiencias en el medio penitenciario. *Revista de Educación Inclusiva*. Vol. 2. Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3082398>

Oropesa, P., García, I., Puente, V. & Matute, Y. (2009). Terapia asistida con animales como fuente de recurso en el tratamiento rehabilitador. *MEDISAN*, Vol. 13. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1029-30192009000600015&script=sci_arttext

Pineda, E. (2008). La delfinoterapia en niños con síndrome Down atendidos en un círculo infantil especial. Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312008000400004

- Planeta Visual (2015). *Actividades para el desarrollo de habilidades básicas*. Recuperado de <http://es.slideshare.net/corralon/mejorar-el-climadeclase-46908808>
- Salama, I., Lleras, F. & Esteban, Á. (2004). Investigación científica de Síndrome de Kanner (autismo) y perros. Recuperado de <http://www.aetana.es/index.php/Descargar-documento/61-INVESTIGACION-CIENTIFICA-DE-autismo-y-perros.html>
- Salama, I., Lleras, F. & Esteban, A. (2004). Investigación científica de un caso de Hiperactividad y Dificultades en el Aprendizaje. Recuperado de <http://www.aetana.es/index.php/Descargar-documento/62-Investigacion-hiperactividad-y-caballos.html>
- Thompson, J., Bradley, V., Buntix, W., Schalock, R., Shogren, K., Snell, M. et al. (2010). Conceptualizando los apoyos y las necesidades de apoyo de personas con discapacidad intelectual. *Revista Española sobre Discapacidad Intelectual*. Vol. 41. Recuperado de: <http://sid.usal.es/idocs/F8/ART14280/233-1%20Thompson.pdf>
- Vázquez, L. & Lista, A. (2011). *La Terapia Asistida con Animales como parte de los programas de rehabilitación neuropsicológica*. Recuperado de: <http://www.psiquiatria.com/revistas/index.php/psicologiacom/article/viewFile/1244/1149/>
- Torres, E. (2006). Terapia asistida por animales de compañía aplicada en una residencia geriátrica. Un modelo de intervención. *Informaciones Psiquiátricas*. Vol. 184. Recuperado de http://www.revistahospitalarias.org/info_2006/02_184_12.htm
- Vai, S. (2007). *Terapia Asistida con Animales: Un programa de terapia con gatos*.
- Wehmeyer, M., Buntinx, W., Lachapelle, Y., Luckasson, R., Schalock, R., Verdugo, M., et al. (2008). El constructo de discapacidad intelectual y su relación con el funcionamiento humano. *Revista Española sobre Discapacidad Intelectual*. Vol. 39. Recuperado de: http://www.feaps.org/archivo/centro-documental/doc_download/351-el-constructo-de-discapacidad-intelectual-y-su-relacion-con-el-funcionamiento-humano
- Zamarra, M., (2002). *Terapia asistida por animales de compañía. Bienestar para el ser humano*. Recuperado de <http://www.elmedicointeractivo.com/ap1/emiold/publicaciones/ctrosalud2002/3/143-149.pdf>

ANEXOS

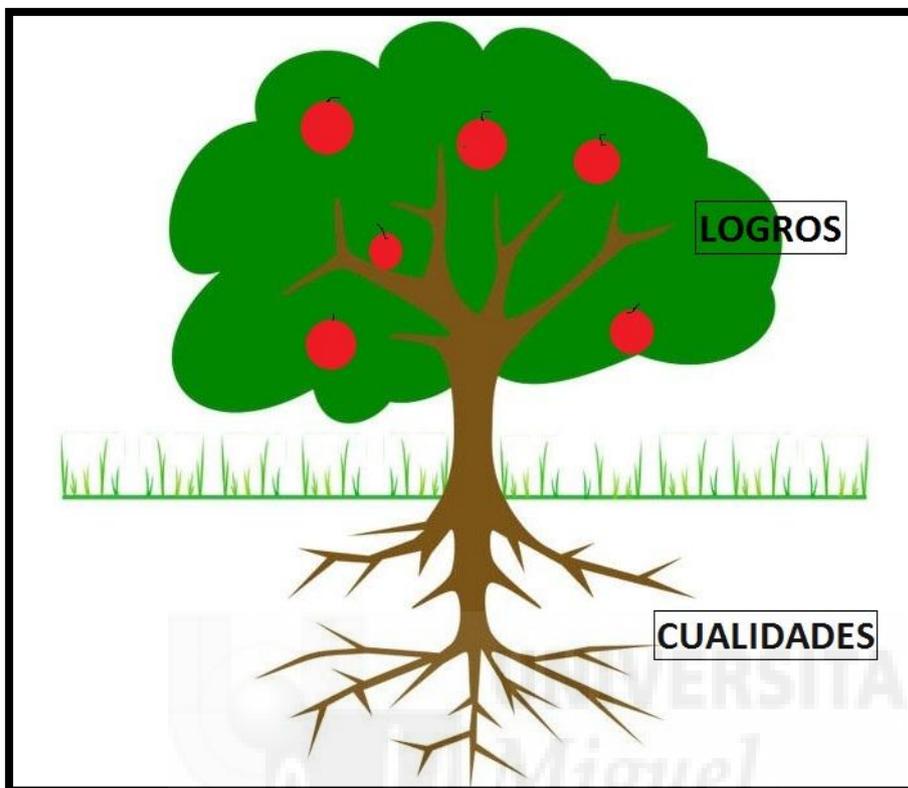
Anexo 1.

Ficha de la técnica de relajación para niños de Koeppen.

Músculos	Ejemplo de instrucción
1. Manos y Brazos	Haz como si estuvieras exprimiendo un limón
2. Brazos y hombros	¿Sabes cómo se estira un gato perezoso? ¿Puedes hacerlo tú?
3. Hombros y cuello	Estira el cuello como si fueras una tortuga
4. Mandíbula	Haz como si masticaras un chicle
5. Cara y nariz	Imagínate que tienes una mosca muy molesta en la nariz y tienes las manos ocupadas, así que no puedes quitártela
6. Pecho y pulmones	¿Cómo hincharías un globo?
7. Estómago	Imagínate que un elefante va a poner una pata encima de tu barriga y tú no quieres que te aplaste
8. Piernas y pies	¿Cómo intentarías salir de un pantano lleno de barro?
9. Imagen Positiva	Ahora imagina una escena o un lugar que te guste y en el que te sientas relajado.

Anexo 2.

Árbol de la autoestima.



Anexo 3.
Cartulinas.



Anexo 4.

Instrucciones.

Pareja A

1. Ir al comedor y buscar en detrás de la puerta
2. Ir al jardín y buscar en la fuente
3. Ir al aula de teatro y buscar tras el telón
4. Ir a puerta de entrada y buscar en las macetas
5. Ir al cobertizo y buscar en la puerta
6. Ir al taller de abalorios y preguntarle a Pepa

Pareja B

1. Ir a la sala de ocio y buscar entre las libretas
2. Ir a secretaría y preguntarle a Rosa
3. Ir al campo de boccia y buscar en la pista
4. Ir al gimnasio y buscar por las espalderas
5. Ir a al taller de juegos y preguntarle a Isabel
6. Ir al patio central y buscar en los pilares

Anexo 5.

Cartulina con la prueba del efecto Stroop.



Cartulina con descripciones y señales, Dirección General de Tráfico:

DEFINICIÓN DE PEATÓN

Un peatón es la persona que, sin ser conductor, transita a pie por las vías públicas. También se consideran peatones los que empujan cualquier otro vehículo sin motor de pequeñas dimensiones o las personas con movilidad reducida que circulan al paso con una silla de ruedas con motor o sin él.



Señales de los agentes

Los agentes pueden dar órdenes mediante señales ópticas, con los brazos o una luz, y mediante señales acústicas con el silbato.



Situación de un paso para peatones

Indica el lugar en el que se encuentra un paso para peatones.



Marcas viales de pasos para peatones

Indica un paso para peatones. Los conductores deben cederles el paso. Los peatones deben indicarles, con la mano por ejemplo, su intención de pasar.



Semáforo para peatones en fase roja

Los peatones no deben cruzar. Tienen que esperar fuera de la calzada, sin pisar el bordillo.



Semáforo para peatones en fase verde

Los peatones pueden pasar. Lo más rápidamente posible pero sin correr. Si empieza a parpadear significa que va a cambiar a fase roja, por lo que, si no se ha empezado a cruzar, se debe esperar a que vuelva a ponerse verde.

Entrada prohibida a peatones



Por la calle o carretera en la que está colocada, no pueden pasar los peatones.

Proximidad de un paso a nivel sin barrera



Indica la proximidad de un paso a nivel sin barrera. Se debe prestar mucha atención a la posible presencia del tren.

Proximidad de un paso a nivel con barrera



Indica la proximidad de un paso a nivel con barrera. Se puede encontrar una barrera bajada para que pase el tren.

Parada de autobuses



Señala un lugar reservado para parada de autobús. Los conductores deben tener precaución por la posible presencia de peatones en las proximidades y facilitar la incorporación a la circulación de los autobuses.

Anexo 6.

Cuento, Planeta Visual (2015):

El perro Bonachón.

Érase una vez un perrito precioso de color canela, se llamaba bonachón, y tenía las orejas muy largas, pero muy largas. Cuando andaba, las arrastraba por el suelo; si bebía agua metía antes las orejas que la lengua y al correr parecía que dos alas salían de su cabeza para echar a volar.

Bonachón, era el perro más juguetón del lugar, le encantaba jugar con los demás animales. Pero le ocurría algo terrible: cuando comenzaba a jugar sacaba sus garras y arañaba y hería, incluso tiraba bocados de verdad. La verdad es que él no sabía que hacía daño, pero los demás animales empezaron a enfadarse y le dejaron solo.

Como nadie quería jugar con él, se fue al campo, se escondió entre los matorrales y decidió que si nadie le quería se convertiría en un perro rabioso que asustaría a todo el mundo. Desde luego nadie se atrevía a pisar el campo, pues todos le temían. Aquella situación no podía durar mucho más tiempo, ya que no tenían qué comer.

Los animales se reunieron y decidieron mandar a Col para que hablara con él. ¿Qué quién era Col? Pues era el único animal a quien el perro no podía morder: Col era un caracol.

El caracol llegó muy lentamente a la casa de Bonachón y lo llamó: ¡Bonachón, Bonachón! Bonachón salió disparado y el caracol al verlo se escondió en su caparazón. Él sacó sus garras y le dio muchas vueltas a aquella cosa que parecía una piedra. Cuando se cansó vio cómo una cabecilla pequeña asomaba por debajo y le decía:

- Quiero hablar contigo.
- Vaya una piedra que habla, qué rara.
- Soy el caracol Col, me han enviado los animales del bosque para decirte que te tienen un miedo terrible.
- Pero si yo sólo quiero jugar con ellos.
- En cambio ellos no quieren jugar contigo porque les haces mucho daño, siempre salen heridos de eso que tú llamas juego.

- Pero, ¿cómo les hago daño?
- Eso que tú llamas juego es sólo violencia.
- ¿Y qué es eso?
- Pegar patadas, arañar, tirar bocados, pelear, insultar... Eso es violencia.
- Entonces, ¿qué es jugar?
- Jugar es disfrutar.

Bonachón pensó mucho sobre lo que le había dicho el caracol y comprendió por qué nadie quería jugar con él, y como era muy listo cambió su forma de jugar. Desde aquel día Bonachón volvió a ser amigo de todos los animales y fue mucho más feliz que estando todo el día solo y enfadado.



Anexo 7.

Cuestionario adaptado de evaluación de la satisfacción para los usuarios.

1. ¿Sientes que has aprendido con el programa?
 - a. Nada.
 - b. Un poco.
 - c. Mucho.
 - d. Totalmente.

2. ¿Piensas que has aprendido a relajarte por ti solo?
 - a. Nada.
 - b. Un poco.
 - c. Mucho.
 - d. Totalmente.

3. ¿Estás más contento contigo que antes?
 - a. Nada.
 - b. Un poco.
 - c. Mucho.
 - d. Totalmente.

4. ¿Sabes controlarte más que antes cuando estás muy triste, muy nervioso, etc.?
 - a. Nada.
 - b. Un poco.
 - c. Mucho.
 - d. Totalmente.

5. ¿Te cuesta menos hablar que antes?
 - a. Nada.
 - b. Un poco.
 - c. Mucho.
 - d. Totalmente.

6. ¿Piensas que tu memoria es mejor que antes?
- Nada.
 - Un poco.
 - Mucho.
 - Totalmente.
7. ¿Piensas que tu atención es mejor que antes?
- Nada.
 - Un poco.
 - Mucho.
 - Totalmente.
8. ¿Te llevas mejor con tus compañeros que antes?
- Nada.
 - Un poco.
 - Mucho.
 - Totalmente.
9. ¿Te gusta más ayudar a tus compañeros?
- Nada.
 - Un poco.
 - Mucho.
 - Totalmente.
10. ¿Te gusta más hablar con tus compañeros?
- Nada.
 - Un poco.
 - Mucho.
 - Totalmente.
11. ¿Piensas que vas a saber cómo se siente un compañero cuando se sienta mal?
- Nada.
 - Un poco.
 - Mucho.
 - Totalmente.

Anexo 8.

Autorregistro para la gestión de las emociones.

¿Qué ha pasado?	¿Qué he pensado?	¿Cómo me he sentido?	¿Qué he hecho?



Anexo 9.

Cuestionario para valorar la capacidad de comunicación.

1. Sé explicar lo que pienso.
 - a. Nada.
 - b. Un poco.
 - c. Mucho.
 - d. Totalmente.

2. Me da vergüenza hablar.
 - a. Nada.
 - b. Un poco.
 - c. Mucho.
 - d. Totalmente.

3. Cuando estoy triste sé contar lo que me pasa.
 - a. Nada.
 - b. Un poco.
 - c. Mucho.
 - d. Totalmente.

4. Cuando hablo con alguien lo miro a los ojos.
 - a. Nada.
 - b. Un poco.
 - c. Mucho.
 - d. Totalmente.

5. Cuando alguien está hablando interrumpo.
 - a. Nada.
 - b. Un poco.
 - c. Mucho.
 - d. Totalmente.

Anexo 10.

Cuestionario de empatía.

1. Sé cómo se sienten los demás cuando les pasa algo malo.
 - a. Nada.
 - b. Un poco.
 - c. Mucho.
 - d. Totalmente.

2. Ayudo a mis compañeros cuando les pasa algo malo.
 - a. Nada.
 - b. Un poco.
 - c. Mucho.
 - d. Totalmente.

3. Me pongo contento cuando a alguien a quien quiero le pasa algo bueno.
 - a. Nada.
 - b. Un poco.
 - c. Mucho.
 - d. Totalmente.

4. Me gusta me pregunten qué me pasa cuando estoy triste.
 - a. Nada.
 - b. Un poco.
 - c. Mucho.
 - d. Totalmente.

5. Cuando alguien está triste le pregunto cómo se siente.
 - a. Nada.
 - b. Un poco.
 - c. Mucho.
 - d. Totalmente.

Anexo 11.

Registro de observación para padres/tutores y profesores.

- Usuario:
.....
- Este registro se aplicará una semana antes y después de la intervención.

Situaciones	Observaciones
¿Se le entiende cuando habla?	
Cuando hay alguien triste a su alrededor, ¿qué hace?	
¿Atiende a los estímulos que se le presentan por la calle?	
Cuando hay una conversación iniciada, ¿cómo se comporta?	
¿Tiene buena capacidad para recordar?	
¿Mantiene el contacto visual cuando habla?	
¿Sabe tranquilizarse por sí solo?	
¿Qué hace cuando le ocurre algo malo?	
¿Crees que se siente bien?	
¿Le cuesta hablar?	
¿Qué cosas dice sobre él mismo?	
¿Sabe expresarse cuando le ocurre algo?	
¿Se desconcentra con facilidad?	
¿Olvida con frecuencia cosas importantes?	