

DISEÑO E IMPLEMENTACION DE UN PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
PARA ADOLESCENTES, EN LA INSTITUCION EDUCATIVA SAN JUAN BOSCO DEL
MUNICIPIO DE SAN GIL

PRESENTADO POR:

LEIDY MILENA LOZADA RAMIREZ



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BUCARAMANGA - UNAB

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA EXTENSIÓN UNISANGIL

PROYECTO DE GRADO

SAN GIL MAYO, 2020

Diseño E Implementación De Un Programa De Habilidades Sociales Para Adolescentes, En
La Institución Educativa San Juan Bosco Del Municipio De San Gil

Presentado Por:

Leídy Milena Lozada Ramírez

Presentando A:

Ps. Daisy Yurani Fuentes Eslava



Universidad Autónoma De Bucaramanga – Ext. Unisangil

Facultad De Ciencias De La Salud

Programa De Psicología Ext. Unisangil

Proyecto de Grado

San Gil, mayo 2020

Tabla de contenido

1.	Introducción.....	4
2.	Planteamiento del problema	5
3.	Justificación.....	6
4.	Objetivos.....	8
4.1.	Objetivo general	8
4.2.	Objetivos específicos.....	8
5.	Antecedentes.....	8
5.1.	Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social. 8	
5.2.	Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. <i>Argentina.</i>	9
5.3.	Diseño y desarrollo de un programa de habilidades sociales en alumnado con problemas de conducta.	9
5.4.	Implementación de estrategias lúdicas para el desarrollo y fortalecimiento de habilidades sociales en niños y niñas de 9 a 12 años en situación de desplazamiento de la fundación nacional batuta en Arauca.	10
6.	Marco Teórico.	10
7.	Referencias Bibliográficas.....	24

1. Introducción.

Para el desarrollo de este trabajo se ha llevado a cabo una serie de estrategias teóricas y de desarrollo activo, elaboración de un programa de intervención en habilidades sociales; partiendo desde el planteamiento bibliográfico, enseñanza didáctica, grupos de discusión, temas a implementar, habilidades cognitivas-conductuales y el conocimiento de las etapas de desarrollo y evolutivas, teniendo en cuenta que la Institución Educativa Colegio San Juan Bosco del municipio de San Gil realizara respectiva aplicación en población adolescente.

A partir de la revisión teórica y empírica, en el diseño se implementó el intercambio de ideas, discusiones, juego de roles, técnicas interactivas, ensayos; en las cuales se incluye, lo que para autores como Vicente E. Caballo son conductas socialmente aceptables, garantizando acceder a un estudio amplio y de suma importancia que busca disminuir conductas antisociales y los problemas derivados de la exclusión social.

Las habilidades sociales se identifican en el plano cultural como normas y reglas, que coartan la conducta; y desde el planteamiento teórico manifiestan lo cognitivo afectivo, fisiológico y conductual; dicho de otro modo, en el establecimiento de las relaciones sociales el individuo expresa abiertamente, sus emociones, pensamientos, conocimiento y opiniones de la interpretación realizada del entorno, de otros y de sí mismo. Por ello la importancia de abarcar lo siguiente: 1. Lenguaje hablado (Hacer peticiones, pedir cambio de conducta, lidiar con críticas, manejo de silencio, latencia y duración.) 2. Lenguaje no verbal (La apariencia personal, postura corporal, los gestos, la sonrisa, mirada y contacto visual) 3. Componentes cognitivos (Empatía, resolución de problemas, conocimientos previos, autoconocimiento, gustos y valores, estereotipos, autoobservación.)

2. Planteamiento del problema

Abandonar el vínculo primario para emprender un nuevo camino social, iniciado en la interacción escolar que le va a permitir al sujeto, explorar habilidades en su entorno relacional. A medida que el niño pasa a ser un adolescente va a requerir de nuevos comportamientos para vivir una etapa transitoria pero compleja como lo es la adolescencia.

En esta etapa de cambios, no solo físicos sino psicológicos, empieza la búsqueda de aceptación, no solo porque el hombre sea social, sino que va a garantizar establecer identidad sexual al relacionarse con los otros, su autoestima, personalidad, empatía, entre otros. Estos cambios y exigencias que traerá la adolescencia pueden desconcentrar al ser humano, de los objetivos académicos, incluso los familiares; el adolescente sobrepone sus nuevas necesidades sobre los objetivos.

Según Cristoff et al., 1985 (citado por Zavala, Valadez, y Vargas, 2017) :

El entendimiento de lo social se vuelve mucho más complejo, ya que en la adolescencia se abandona el acatamiento pasivo de las normas sociales en favor de un comportamiento más crítico y desafiante de las normas que enfrentan; por otra parte, tienen mayor presión por parte de padres y profesores ya que se espera de ellos comportamientos más elaborados. Entre los problemas más comunes en esta etapa se destacan la ausencia de asertividad, las dificultades en la resolución de problemas y la ansiedad para relacionarse con compañeros o compañeras del sexo opuesto. El pensamiento crítico le permite evaluar y entender el entorno, haciendo posiblemente, visible las necesidades e inconformidades de lo familiar, político, económico, académico... Realizando una percepción errónea o realista en el mundo que lo rodea. Estas situaciones, generadoras de estrés y ansiedad, reflejan en las

estadísticas el aumento de consumo, suicidio, deserción escolar entre otras, durante la adolescencia. (p.327)

Según el Boletín de Salud Mental No 4, Salud mental en niños, niñas y adolescentes:

A nivel global entre 10 y 15 niños, niñas y adolescentes (NNA) de cada 100, presentan problemas y/o trastornos mentales, los cuales se han asociado a la presencia de consumo de alcohol y otras sustancias psicoactivas, abandono escolar, conductas delictivas y otros problemas sociales. En América Latina y el Caribe las cifras son similares (prevalencia del 12,7% al 15%) y se han vinculado a estos los problemas nutricionales, lesiones perinatales, falta de estimulación temprana, entre otros.

Los expertos consideran que el desarrollo de las habilidades sociales y las capacidades de afrontamiento, ayudarán a prevenir enfermedades como la depresión y ansiedad, la anorexia, la bulimia y otros trastornos alimenticios, así como el consumo de sustancias psicoactivas y algunos problemas relacionales; ya que permiten que los niños y adolescentes reaccionen de mejor manera ante situaciones difíciles de la vida diaria.

Por lo tanto, surge la pregunta, ¿Cómo modificar en los estudiantes, su conducta, costumbres y actitudes, con el fin de que el adolescente pueda integrarse y adaptarse desde sus propias habilidades sociales?

3. Justificación.

Está comprobado que aquellos niños y/o adolescentes que muestran dificultades en relacionarse o en la aceptación por sus compañeros del aula, tienden a presentar problemas a largo plazo vinculados con la deserción escolar, los comportamientos violentos y las perturbaciones psicopatológicas en la vida adulta (Ison, 1997; Arias Martínez y Fuertes

Zurita, 1999; Michelson, Sugai, Wood y Kazdin, 1987; Monjas Casares, González Moreno y col., 1998). Michelson y colaboradores (1987) sostienen que las habilidades sociales no sólo son importantes respecto a las relaciones con los pares, sino que también permiten que el niño y el adolescente asimilen los papeles y las normas sociales.

Durante la última década, el sistema educativo colombiano se ha visto abocado a cambios fundamentales en cuanto a políticas de mejoramiento de la calidad educativa, encaminándose hacia un enfoque basado en competencias, donde se supone que el estudiante adquiere aprendizajes que le ayuden a resolver problemas de y para la vida (Trujillo, 2011).

Observando la problemática entorno a la etapa adolescente y los diversos retos que deben enfrentar los individuos que por ella transitan, se considera apropiado y pertinente el fortalecimiento de este conjunto de conductas o capacidades, las cuales han sido aprendidas y manifestadas en las relaciones que ofrece el entorno social. A partir de esto, se puede identificar el centro de principal interacción como lo son las instituciones educativas.

Los autores, (Ison, 1997; Arias Martínez y Fuertes Zurita, 1999; Michelson, Sugai, Wood y Kazdin, 1987; Monjas Casares, González Moreno y col., 1998) refieren que, "está comprobado que aquellos niños y/o adolescentes que muestran dificultades en relacionarse o en la aceptación por sus compañeros del aula, tienden a presentar problemas a largo plazo vinculados con la deserción escolar, los comportamientos violentos y las perturbaciones psicopatológicas en la vida adulta.

Las repercusiones en este proceso de interacción, afectan el desempeño tanto académico, como la salud mental y la personalidad; es por ello que nace el objetivo implícito, de brindar entrenamiento y fortalecimiento a dichas habilidades, este proyecto dirigido a los adolescentes del colegio San Juan Bosco en el municipio de Mogotes, Santander. Tal como se plantea en el diseño y la ejecución del programa.

La finalidad de potencializar y modificar las habilidades sociales es mejorar el desempeño individual y grupal de los adolescentes estudiantes, considerado el tema como un pilar de construcción social, incluso en la familia.

4. Objetivos.

4.1. Objetivo general

Diseñar e implementar un programa de habilidades sociales para adolescentes de la Institución Educativa San Juan Bosco del municipio de San Gil - Santander.

4.2. Objetivos específicos

Diseñar un programa sobre habilidades sociales en adolescentes.

Proponer la implementación del programa sobre habilidades sociales a docentes especializados.

5. Antecedentes.

5.1. Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social.

La investigación realizada por Zavala, Sierra, Vargas (2008), tenía como muestra de estudio a 62 adolescentes del primer grado de enseñanza secundaria, inscritos en escuelas públicas de contexto urbano (39 mujeres y 23 hombres). El rango de edad de estos alumnos era de 13 a 16 años, con una media de 13.3 años de edad ($DE = 0.70$). Se eligió a estos adolescentes de un universo de 2670 alumnos distribuidos en 62 grupos naturales. Los alumnos fueron seleccionados mediante un cuestionario para sociograma, que fue cumplimentado por los propios compañeros. Se eligió a un alumno por cada grupo escolar con un promedio de 43 alumnos por grupo. El grupo de comparación estuvo formado por 331

alumnos (192 mujeres y 139 hombres) de grupos naturales, no identificados por su grado de aceptación social, incluidos en el universo anterior. El rango de edad de estos alumnos fue de 12 a 15 años, con una media de 13.1 años de edad (DE = 0.42). (p.328-329)

5.2.Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Argentina.*

Es así como distintos estudios han mostrado la relación entre las habilidades sociales y distintos aspectos de la personalidad. Pérez y Garaigordobil (2004) estudiaron en 135 niños de 6 años (de un NES medio) las relaciones entre la conducta social y la madurez intelectual, el autoconcepto y otras dimensiones de la personalidad infantil. Los resultados mostraron que los niños con comportamientos sociales satisfactorios presentaron puntuaciones significativamente altas en madurez intelectual, verbal y no verbal, elevados niveles de autoconcepto y tendían a caracterizarse como emocionalmente estables, perseverantes, respetuosos con las normas, confiados y seguros de sí mismos. Garaigordobil (2006) estudió en una muestra de 322 adolescentes, de 14 a 17 años, la relación entre síntomas psicopatológicos, las habilidades sociales y rasgos de personalidad. Encontró que los adolescentes con numerosas conductas de cooperación hacia otros presentaban pocos síntomas psicopatológicos (como de ansiedad, hostilidad, obsesivos compulsivos, entre otros); aquellos sin síntomas psicopatológicos disponían de muchas habilidades sociales como de ciertos rasgos de personalidad (socialización positiva, tolerancia al estrés, alto autoconcepto, entre otros).

5.3. Diseño y desarrollo de un programa de habilidades sociales en alumnado con problemas de conducta.

El objetivo de este trabajo ha sido la realización de un programa de habilidades sociales para el alumnado con déficits en las competencias sociales para el desarrollo de su inteligencia emocional denominado “Programa Educativo para la Ganancia de

Aptitudes Sociales y Orientadoras” (PEGASO). Éste consta de 14 sesiones en las que se trabajan diversos contenidos referentes a la autoestima y autoconcepto, empatía, asertividad y resolución de conflictos a través de dinámicas de grupo. Los resultados obtenidos permiten concluir que existe una mejora en la conducta del alumnado tanto individual como colectivamente. Puesto que el programa también actúa con el grupo se observan mejoras en el clima del aula y por ende del centro, teniendo un valor tanto reactivo como proactivo.

Población: Alumnos y alumnas con problemas de conducta o dificultades para el manejo de ciertas situaciones sociales teniendo especial consideración al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.

5.4. Implementación de estrategias lúdicas para el desarrollo y fortalecimiento de habilidades sociales en niños y niñas de 9 a 12 años en situación de desplazamiento de la fundación nacional batuta en Arauca.

El estudio realizado por Andrade Acevedo, M. (2015). Titulado implementación de estrategias lúdicas que fomenten y fortalezcan las habilidades sociales en niños y niñas de 9 a 12 años, está dirigido a los estudiantes de la fundación Nacional Batuta del Municipio de Arauca, con la implementación de este proyecto se busca llegar a las vidas de los niños y sus familias de una manera lúdica, diagnosticando la manera como se han formado sus habilidades sociales y como su entorno puede permitir el fortalecimiento de las mismas y el desarrollo correcto mediante actividades lúdicas.

6. Marco Teórico.

Para abordar la temática es conveniente conocer algunos términos y la teoría que antecede y fundamenta el diseño e implementación del programa de habilidades sociales.

El filósofo Aristóteles reconocido por sus aportaciones sobre la física y la política, aporta a la sociología la frase célebre "El hombre es un animal social", afirmando que el hombre cumple con necesidades básicas de la especie animal como lo es, la supervivencia en la búsqueda del alimento, la protección, procrearse, entre otras; una cualidad que aleja al ser humano es la razón, que le permite involucrar a nivel social en la comunidad, siendo la familia el primer grupo social al que pertenece un niño.

Tanto Aristóteles como Hobbes tenían razón cuando se referían al comportamiento social del ser humano, a pesar de que durante mucho tiempo se ha considerado que las posturas de estos dos filósofos eran antitéticas. Por un lado, Aristóteles defendía que el ser humano es un ser social, que ha nacido para vivir en sociedad y eso es cierto, en el sentido de que necesitamos de la sociedad, de la vida en comunidad para poder sobrevivir físicamente y mantener cierto equilibrio psicológico. Erich Fromm en *El Arte de Amar* expresa esta idea de modo magistral (Llario, 2002).

El hombre razona y la interacción social lo impulsa a reflexionar sobre lo bueno y malo, es decir la moral, y con ella la necesidad de pertenecer y ser aceptado por un grupo determinado; es decir, el hombre cumple las capacidades en funciones de pensamiento y comunicación, necesita vivir en la dinámica social, para así expresar sentimientos y emociones.

Izquierdo, M. (1996) una lectura sociológica, refiere que el vínculo social según Freud, el cual reconoce como la existencia de impulsos que dirigen a establecer relaciones con los demás, por lo que las relaciones sociales, según él lo plantea, no tienen como fuente fuerzas instintivas sean éstas de carácter físico o psíquico. Es nuestra precariedad en el momento del nacimiento, sobre la que tanto venimos insistiendo, la que nos convierte en sociales. Ser social es una necesidad, que afectará nuestra manera de ser, no una elección,

dado que nuestra existencia solo puede tener lugar en un entorno en que las criaturas son deseadas.

Bandura, formula una teoría general del aprendizaje por observación que se ha extendido gradualmente hasta cubrir la adquisición y la ejecución de diversas habilidades, estrategias y comportamientos. Bandura y otros han probado las predicciones de su teoría con destrezas cognoscitivas, motoras, sociales y autorreguladoras. Bandura también ha escrito en extenso sobre los temas de la violencia (real y televisada), el desarrollo de la moral y los valores sociales (Bandura, 1973, 1986), los cuales tienen especial importancia dada la preocupación actual por los valores y los índices crecientes de violencia en las escuelas, barrios y familias. El aprendizaje en acto consiste en aprender de las consecuencias de las acciones propias. Las conductas que dan resultados exitosos se retienen; las que llevan a fracasos se perfeccionan o descartan. La teoría del condicionamiento operante también infiere que la gente aprende haciendo, pero esta y la teoría cognoscitiva social brindan diferentes explicaciones. Skinner (1953) señaló que las cogniciones pueden acompañar al cambio conductual, mas no influyen en él. La teoría cognoscitiva social argumenta que son las consecuencias del comportamiento y no las conductas fortalecidas que postulaba la teoría operante las Fuentes de información y motivación. Las consecuencias informan a la gente de la exactitud la conveniencia de su proceder. Todas estas aportaciones, permitió establecer unos pasos, o procesos de aprendizaje básico en la conducta, ellos son:

- ✓ Atención: Captar la atención del espectador.
- ✓ Retención: resurgir la imagen o descripción de manera que podemos reproducirlas con nuestro propio comportamiento.
- ✓ Reproducción: La habilidad para imitar.
- ✓ Motivación: Referido a los estímulos que refuerzan la conducta.

Por lo anterior, se resalta la necesidad de captar estos procesos puesto que, son los que facilitaron que haya un aprendizaje y por consiguiente se realice modificación en la conducta. Meichenbaum, Butler y Grudson (1981) afirma que la habilidad social debe considerarse dentro de un marco cultural determinado, y los patrones de comunicación varían ampliamente entre culturas y dentro de la misma cultura dependiendo de factores tales como la edad, el sexo, la clase social y la educación. La conducta considerada apropiada en una situación puede ser, obviamente, inapropiada en otra. De allí, el interés por identificar factores culturales, puesto que se necesita tener una perspectiva amplia para situarnos en el concepto de habilidades sociales; según Peñafiel & Serrano, (2010, p. 9) Se entiende por habilidades sociales a un conjunto de conductas, costumbres y actitudes que permiten al individuo integrarse y adaptarse a la sociedad acorde con sus propias capacidades. Las habilidades sociales son destrezas que sirven para poder relacionar con otras personas de manera adecuada y productiva: “Capacidad para interactuar con los demás en un contexto social dado de un modo determinado que es aceptado o valorado socialmente y, al mismo tiempo, personalmente beneficioso, mutuamente beneficioso, o principalmente beneficioso para los demás”

El estudio general de las relaciones interpersonales y de los comportamientos, actitudes y pensamientos adecuados para afrontar dicho tipo de relaciones ha sido objeto de interés en diferentes campos del conocimiento como la educación, la sociología, la comunicación social y, naturalmente, en la psicología. De ello resulta necesario plantear que el diseño estuvo enfocado desde la psicología, puesto que las habilidades son capacidades, que permiten acciones y que influyen en la conducta.

El entrenamiento en habilidades sociales consiste en una estrategia para incrementar el comportamiento adaptativo en el contexto social que permita interacciones exitosas (Kelly,

1992; Luca de Tena, Rodríguez & Sureda, 2001), con el propósito final de fortalecer la satisfacción interpersonal.

Palmero, Fernández, Martínez y Choliz (2002) argumenta que las emociones forman parte de lo más constitutivamente humano y necesaria e irremediablemente, el afecto colorea nuestra conducta determinando el ajuste social, el bienestar y la salud; lo cual tiene una implicación mayor al entrar a hablar de habilidades sociales, ya que es importante conocer cuál y como es el procedimiento causal de dichas conductas generada por la falta de control que tienen algunos seres humanos en diferentes situaciones.

La conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que generalmente resuelven los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas (Caballo, 1987) Las características de las habilidades sociales, se encuentran:

- ✓ Comunicación no Verbal: Este componente es muy difícil en su control, porque se siguen emitiendo mensajes sin hablar. La comunicación no verbal se emplea para enfatizar un aspecto del discurso, permite reemplazar una palabra por un gesto, puede llegar a contradecir lo que se está diciendo.
- ✓ Componentes Verbales: La conversación es la herramienta por excelencia para interactuar con los demás, la persona competente es aquella que habla, retroalimenta y muestra mucho interés. (la velocidad, fluidez, el tono y volumen de la voz.)

Linehan (1984) señala que puede haber tres tipos de consecuencias sobre la conducta social: a) la eficacia para lograr los objetivos de la respuesta (eficacia de los objetivos), b) la eficacia para mantener o mejorar la relación con otras personas (eficacia de la relación) y c)

la eficacia para mantener la autoestima de la persona socialmente habilidosa (eficacia en el respeto a uno mismo).

Con el objeto de integrar los componentes conductuales, cognitivos y fisiológicos; se realizó una categorización de las habilidades sociales con el fin de seleccionar aquellas que se orientan a la población de interés, según Kelly (1992), se encuentran:

- ✓ La capacidad de decir no
- ✓ La capacidad de pedir favores y hacer peticiones
- ✓ La capacidad de expresar sentimientos positivos y negativos
- ✓ La capacidad de iniciar, mantener y terminar una conversación.

Aunque dentro de las investigaciones empíricas se pueden encontrar otras dimensiones, por ejemplo:

- ✓ Hacer cumplidos
- ✓ Aceptar cumplidos
- ✓ Hacer peticiones
- ✓ Expresar amor, agrado y afecto
- ✓ Iniciar y mantener una conversación
- ✓ Defender los propios derechos
- ✓ Rechazar peticiones
- ✓ Expresar opiniones personalmente, incluido el desacuerdo
- ✓ Expresión justificada de molestia, desagrado o enfado
- ✓ Petición de cambio de conducta del otro
- ✓ Disculparse o admitir ignorancia
- ✓ Afrontar las críticas.

Caballo (1987), agrega otros elementos importantes dentro de las Habilidades Sociales:

- ✓ Establecimiento de relaciones sociales: aquí se debe tener en cuenta, la iniciación, mantenimiento y terminación de una conversación; estrategias para el mantenimiento de la conversación y tiempo para escuchar.
- ✓ Hacer y recibir cumplidos: Estos son conductas verbales específicas que resaltan características positivas de una persona; estos funcionan como reforzadores sociales y ayudan a la interacción programa de habilidades sociales.
- ✓ Hacer y rechazar peticiones: El hacer peticiones incluye pedir favores, pedir a otra persona que cambie su conducta, entre otras. Para el caso contrario, existen personas que no pueden decir que no a algún favor y lo realizan así no estén quieran hacerlo
- ✓ Expresión de desagrado, molestia y disgusto: Aquí las personas deben poder expresar lo que les produce disgusto de manera asertiva, para que la situación no les afecte y puedan cambiarla en caso tal de que lo necesiten.
- ✓ Afrontar las críticas: La manera de enfrentar las criticas determina la calidad de relacionarse con las demás personas, las criticas deben ser concisas y cuando se finalice la persona afectada debe poder expresar lo que desee.
- ✓ Procedimientos defensivos: Son aquellos que interrumpen el patrón de interacción destructivo e injusto, reemplazándolo por una comunicación justa y mutuamente respetuosa.
- ✓ Procedimiento de ataque: Dentro de estos se encuentran, la repetición (consisten en repetir en varias ocasiones lo que se desea conseguir), la aserción negativa de ataque (es una forma de reaccionar a una critica injusta, sin dar muchas excusas o explicaciones), en reforzamiento en forma de sándwich (decir algo positivo, seguido de algo negativo, terminando con algo positivo)
- ✓ Expresión de opiniones personales: Los seres humanos tiene derecho a expresar sus opiniones sin forzar que las demás personas lo acepten.

✓ Expresión de amor, agrado y afecto: Se deben expresar de manera apropiada, este tipo de emociones en algunas personas constituyen una interacción agradable y fortalecen las relaciones.

El asertividad se puede considerar como un término que se incluye en el concepto más amplio de las habilidades sociales; la conducta asertiva es un aspecto de las habilidades sociales, es el estilo de interactuar

Existen varios estilos de relación entre ellos se distinguen:

- ✓ Estilo pasivo: Estas personas se caracterizan por un tono vacilante y de queja, las frases más usadas por ellos son: quizás, supongo, te importaría...
- ✓ Estilo agresivo: Se caracterizan por ser impositivos y suelen emplear frases como, si no lo haces... yo lo haría mejor, suelen tener la mirada fija, su postura es intimidatoria.
- ✓ Estilo asertivo: Son firmes y directos emplean frases como yo siento, yo pienso, yo quiero etc. (Caballo, 1993).

Dado que este proceso de intervención es indispensable identificar factores como la edad o la etapa evolutiva en la que se encuentra la población o individuo para realizar cualquier proceso educativo, o de intervención; puesto que las necesidades sociales varían según los intereses; ejemplo, un niño no le interesa relacionarse con personas con alguna carrera específica, ya que su interés radica en el juego. Erausquin, C. (2010). Citando a Vygotsky (1931) comenta que el problema de los intereses es la clave para entender el desarrollo psicológico del adolescente. Las funciones psicológicas del ser humano, en cada etapa de su desarrollo, no son anárquicas ni automáticas ni causales, sino que están regidas por determinadas aspiraciones, atracciones e intereses, sedimentados en la personalidad. Esas fuerzas, que motorizan el comportamiento, varían en cada etapa de la vida y hacen variar la conducta. Por tanto, es erróneo analizar el desarrollo de funciones y procesos psicológicos

sólo en su aspecto formal, independientemente de su orientación, de las fuerzas motrices que ponen en movimiento los mecanismos psicofisiológicos.

Estos intereses muy marcados en la estructura biológica del hombre y la mujer, en el interés sexual, puesto que los rasgos de comportamiento social irán orientados a la elección del grupo, que dota de características comportamentales para así mismo encontrar al género de interés.

Por otra parte, conviene enfatizar la definición por la OMS, la cual refiere que la adolescencia es el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años. Se trata de una de las etapas de transición más importantes en la vida del ser humano, que se caracteriza por un ritmo acelerado de crecimiento. Durante este crecimiento, se presentan cambios psicológicos representativos, pues la familia brinda herramientas y abre paso a la escolarización y con ella a la autonomía como responsabilidad de las actividades académicas; según Lacunza, A. B., & de González, N. C. (2011) Tanto la familia y la escuela como el acceso a otros grupos de pertenencia son ámbitos privilegiados para el aprendizaje de habilidades sociales, siempre y cuando estos contextos puedan proporcionar experiencias positivas para adquirir comportamientos sociales, ya que se aprende de lo que se observa, de lo que se experimenta (propias acciones) y de los refuerzos que se obtiene en las relaciones interpersonales; también se aprenden comportamientos sociales de los medios de comunicación como la utilización de productos simbólicos de la cultura.

Para lograr, la correcta integración de un individuo se hace necesario que tanto él como el resto de personas con las que interacciona presenten una serie de cualidades y características que los hagan funcionales. En este sentido, es necesario intervenir tanto con el individuo como con en el grupo en aras de lograr un óptimo funcionamiento de ambos. En el

ámbito escolar, los problemas conductuales dificultan el ritmo del aula y reducen las oportunidades de llevar a cabo una interacción social positiva y funcional, motivo por el cual es necesario intervenir sobre ellos con la mayor celeridad posible (Martínez, 2008, 2009). Algunas de las características de los entrenamientos en HS son: Que se orientan a la ampliación del repertorio conductual de una persona y lleva al desarrollo de nuevas HS y conductas alternativas; se basa en la colaboración activa entre los participantes del entrenamiento, se ve la intención de aceptación y comprensión del procedimiento; y se consideran procedimientos psicoeducativos de formación (Labrador, 1993).

Las habilidades sociales constituyen una herramienta enormemente útil de la que se sirven los seres humanos a lo largo de toda su vida. Las habilidades sociales nos permiten acceder al infinito abanico de posibilidades que nos ofrecen los demás para cubrir nuestras necesidades. Dichas necesidades cambian en función del período en que estemos, las figuras a las que recurrimos también cambian y, cómo no, los modos de que nos servimos para aproximarnos a los demás, pero la facilidad o dificultad para conectar con los demás persiste. Si una persona no presentó problemas de interacción en la Escuela Infantil, cabe pensar que se adaptará con facilidad al sistema de funcionamiento de Educación Primaria y que no tendrá dificultades para formar parte de una pandilla de amigos en la adolescencia o para relacionarse con sus vecinos en un domicilio nuevo. Sin embargo, como el lector ya debe estar pensando, esto no siempre es así. Efectivamente, existen varios componentes básicos, como la empatía - facilidad para ponerse en el lugar de los demás - o incluso el conocimiento de las convenciones sociales propias de cada contexto, pero existe un componente situacional que tiene tanto peso que puede hacer que una persona sea hábil socialmente en una determinada situación y muy poco o nada en otra. Ser poco hábil en determinado contexto supone la reducción de las posibilidades

de obtener refuerzo, ayuda, atención, etc., de los demás, con la consiguiente pérdida de oportunidades para aprender, madurar y, sobre todo, ser feliz (Llario, 2002).

Frente a otros procedimientos cuenta con las siguientes ventajas, mencionadas por Caballo, (1993): Simplicidad de sus técnicas, duración más breve, flexibilidad a las necesidades de los diferentes participantes, la formación de entrenadores es más breve y fácil, resultados positivos desde el comienzo, estructura clara, pasos sistemáticos y delimitados, terminología sencilla para las diferentes personas y diferentes procedimientos de aprendizaje para adquirir varias HS.

Este apartado cumple el objetivo de dividirse en dos fases importantes que son en primer lugar la planificación, que tiene tres aspectos importantes a mencionar y en segundo lugar está la aplicación, que a su vez tiene tres aspectos importantes que son la preparación, la adquisición y la generalización (Labrador, 1993; Boluarte, Méndez & Martell, 2006; Goldstein, 1989; León del Barco, 2006).

Detengámonos brevemente en estos tres componentes, planteados por (Llario, 2002) en relación a las habilidades sociales:

- a) Consenso social. De entre todo el repertorio posible de respuestas que se pueden emitir en una determinada situación, tendemos a emitir aquellas que hemos visto que han sido valoradas como pertinentes por otras personas. Es decir, de alguna forma los demás van moldeando nuestro comportamiento social, haciendo que nos sirvamos de unos modos u otros en función de lo socialmente acordado como correcto. El consenso social hace que una conducta pueda ser considerada como adecuada por un grupo de personas y no por otro. Con toda seguridad, una determinada cultura establece unas pautas básicas de comportamiento aceptadas por sus miembros en términos generales, y otras pautas que son propias de cada uno de los subgrupos que

la componen. Por ejemplo, los latinos aceptan de buen grado la cercanía física en las interacciones entre dos personas en comparación con los anglosajones. Sin embargo, dentro de la cultura latina, puede haber divergencias en cuanto a los límites establecidos implícitamente entre los diversos subgrupos sociales.

- b) Efectividad. La efectividad tiene tres vertientes. En primer lugar, estaría la efectividad en cuanto al logro del objetivo trazado, que puede no coincidir con la efectividad para mantener o mejorar la relación, lo cual, a su vez, puede estar o no relacionado con la efectividad para mantener la autoestima. O, dicho de otro modo, el objetivo puede ser de carácter puramente social (facilitar el desarrollo o mantenimiento de relaciones sociales) o puede ser que nuestro objetivo no sea de tipo social (conseguir un aumento de sueldo o el permiso para llegar más tarde a casa), e incluso ambos pueden entrar en conflicto. Veamos un ejemplo:

Dar un empujón a alguien que pretende colarse en la fila del comedor del colegio puede ser efectivo en la medida en que el niño que empuja hace prevalecer su derecho al conseguir que le atiendan antes que al niño que ha llegado más tarde, y hasta puede que en determinado contexto (por ejemplo, si sabe que le están observando personas a las que quiere impresionar) contribuya a hacerle sentir fuerte y seguro, pero con toda seguridad habrá deteriorado la relación que tuviera o pudiera llegar a establecer con el otro niño.

- c) Carácter situacional. Si se reflexiona sobre el ejemplo anterior, se coincidirá en que, según la situación, lo pertinente es hacer prevalecer un tipo de eficacia sobre otro, ya que no en todas las ocasiones es fácil encontrar el comportamiento que nos satisfaga en los tres sentidos. Siguiendo con el ejemplo, si se trata de un buen amigo, quizá el niño en cuestión prefiera sacrificar su objetivo y esperar más en la cola para evitar una discusión. El grado de competencia que muestre una persona y, en general, el tipo de

interacción que inicie dependerán de factores situacionales como la familiaridad existente con el interlocutor, el sexo de ambos o el propósito de la interacción. La suposición de que una persona se va mostrar igualmente competente l poner en juego una misma habilidad en diferentes situaciones carece de fundamento.

La finalidad del programa es la de mejorar las habilidades sociales en aquellos alumnos y alumnas con apoyo educativo. Se trata de lograr una ganancia de aptitudes sociales y orientadoras. Además de pretender la interiorización del conocimiento se busca la generalización de los aprendizajes, por lo que el programa adjunta mecanismos e instrumentos de evaluación heterogénea a través de la recopilación de información tanto del alumnado, como del profesorado y de las familias.

Algunos observadores han sugerido que la mayoría de las psicoterapias tradicionales parecen principalmente orientadas hacia la «eliminación» de las fuentes de malestar psicológico (Hollandsworth, comunicación personal, 1979). Los clínicos y consejeros han dedicado considerable atención a las técnicas para reducir la ansiedad, la depresión y los conflictos del cliente. Si las conductas y características problemáticas pudieran eliminarse meramente del funcionamiento del cliente, ese individuo sería capaz de manejarse y adaptarse más satisfactoriamente. Así pues, los tratamientos tradicionales parecen orientarse, más bien, a la eliminación de las características no deseables que a fortalecer sistemáticamente las respuestas deseables. En contraste con este modelo de «reducción del malestar», esencialmente pesimista, el enfoque del entrenamiento de habilidades sociales pretende construir nuevas competencias conductuales en los clientes. De esta manera, el entrenamiento de habilidades se suma al repertorio adaptativo y social del cliente, no consiste simplemente en reducir el malestar.

Los enfoques de tratamiento conductuales han sido criticados por algunos clínicos sobre la base de que son inherentemente mecanicistas, controladores, coactivos, o de que no reconocen el potencial de «crecimiento de la personalidad» (Breger y McGaugh, 1965; Portes, 1971; Rogers y Skinner, 1956; Shoben, 1963). Sin embargo, el entrenamiento conductual de habilidades sociales admite explícitamente y requiere de la capacidad de cambio de los clientes como consecuencia de sus experiencias de aprendizaje, quizá más que cualquier otro método de tratamiento. El entrenamiento de habilidades sociales supone que, independientemente de por qué un cliente no haya aprendido a manejar con éxito ciertas interacciones personales, puede aprender competencias conductuales más efectivas si se definen con claridad las competencias deseadas y si se aplican sistemáticamente los principios del aprendizaje para incrementarlas. (De Brouwer, D. 1987).

El entrenamiento exige que el cliente practique y repase activamente nuevas respuestas ante las situaciones problemáticas, éste se ve implicado activa y directamente en el tratamiento, en lugar de ser un receptor pasivo de los consejos o interpretaciones del terapeuta. Como veremos más adelante, los principios de la teoría del aprendizaje empleados en el entrenamiento de las habilidades sociales son los mismos que, presumiblemente, entran en juego para facilitar su aprendizaje en el ambiente natural.

7. Referencias Bibliográficas.

- Andrade, M. (2015). *Implementación de estrategias lúdicas para el desarrollo y fortalecimiento de habilidades sociales en niños y niñas de 9 a 12 años en situación de desplazamiento de la fundación nacional batuta en Arauca*. (Tesis) Universidad Nacional Abierta y a Distancia, La Plata, Huila. Recuperado de:
<https://repository.unad.edu.co/handle/10596/3484>
- Ballester, R., & Gil, M. D. (2002). *Habilidades sociales. Madrid: síntesis*.
- De Brouwer, D. (1987). *Entrenamiento de las habilidades sociales*.
- Caballo, V. E. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid. España: Siglo XXI de España Editores S.A.
- Cevallos, D (2015) *Desarrollo de Habilidades Sociales y su relación con las Conductas Alimenticias de Riesgo en Adolescentes de Primero y Segundo de Bachillerato* (Tesis de pregrado) Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ambato, Ecuador.
Recuperado de:
<http://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/1269/1/75872.pdf>
- Contreras, G. M., Benítez, O. M., & De Armas, T. A. (2017). Incidencia de las habilidades sociales en el desempeño académico de estudiantes de sexto grado. *Assensus*, 2(3), 99-114. Recuperado de:
<https://revistas.unicordoba.edu.co/index.php/assensus/article/download/1332/1627/>
- Erausquin, C. (2010). Adolescencias y escuelas: interpelando a Vygotski en el siglo XXI. *Revista de Psicología-Segunda época*, 11. Recuperado de:
http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.4839/pr.4839.pdf
- Gallego, O (2009). *Diseño de un programa de entrenamiento en habilidades sociales para estudiantes de psicología*. Corporación Universitaria Iberoamericana. Bogotá, Colombia. Tomado de:

<http://repositorio.iberoamericana.edu.co/bitstream/001/521/1/Dise%C3%B1o%20de%20un%20programa%20de%20entrenamiento%20en%20habilidades%20sociales%20para%20estudiantes%20de%20psicolog%C3%ADa.pdf>

Izquierdo, M. J. (1996). El vínculo social: una lectura sociológica de Freud, *Papers: revista de sociología*, (50), 165-207. Recuperado de:

<https://www.raco.cat/index.php/Papers/article/view/25426>

Lacunza, A, y González, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en humanidades*, 12(23), 159-182. Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf>

Peñafiel, E. Serrano, C. (2010). Habilidades sociales. *Editex* (33)255-256 Recuperado de:

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5823517.pdf>

Ramón, J, Barba, F, Murcia, E, y CEIP Nuestra Señora del Carmen (s/f) Diseño y desarrollo de un programa de habilidades sociales en alumnado con problemas de conducta.

Tomado de:

<https://diversidad.murciaeduca.es/publicaciones/claves/doc/jpmartinez.pdf>

Runciman, W. G. (2000). *El Animal Social*. Recuperado de:

<https://dedona.files.wordpress.com/2011/01/el-animal-social-1.pdf>

Schmidt, S. (2006). Competencias, habilidades cognitivas, destrezas prácticas y actitudes definiciones y desarrollo. Recuperado de:

<https://rmauricioaceves.files.wordpress.com/2013/02/definicion-comphabdestrezas.pdf>

Zavala, M.A, y Valadez, M.D, y Vargas, M.C (2008). Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social. *Electronic Journal of Research in*

Educational Psychology, 6(2),321-338: Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=2931/293121924004>