

## JORNADAS DE CAPACITACIÓN DOCENTE

Modulo 2 – Nivel Medio

Título del proyecto:

### **MODULO 2: “ADOLESCENCIA Y ESCUELA: UN NUEVO SENTIDO EN LA CONVIVENCIA”**

Organización y realización:

**FU.CA.VI. – Fundar Calidad de Vida**

Destinatarios:

**Destinado a directivos y docentes. (Titulares y suplentes c/c) de Secundaria.**

Carga Horaria:

**24 Hr. (36 hora cátedras) divididas en 3 módulos de 8 horas cada módulo.**

Docentes a cargo del curso:

**Lic. Martha Trica – Lic. Carlos Wyszengrad**

**BREVE RESUMEN:** Este curso tiene como finalidad brindar y desarrollar herramientas en HHSS aplicables en la implementación de un programa de entrenamiento de comportamiento prosociales que contemple asimismo la posibilidad de aplicarlo transversalmente a la currícula escolar. Considerando que las instituciones educativas son el agente socializador por excelencia siendo a su vez el espacio de convivencia ideal donde es posible generar vínculos interpersonales solidarios, cooperativos entre los alumnos y entre éstos y los docentes. A su vez son el vínculo entre la institución educativa y la familia. El programa apunta directamente a la capacitación docente, comprometiendo indirectamente a las familias en la formación de una alianza indisoluble Familia-Escuela como eje para fomentar el desarrollo de comportamientos socialmente habilidosos. Partimos como premisa que el grupo de clase es el marco idóneo para el aprendizaje de las habilidades sociales de modo que todos los niños, con o sin dificultades, puedan beneficiarse de él. Nuestra propuesta para lograr que los jóvenes adquieran estas habilidades en la enseñanza sistemática de las mismas. Sin una acción educativa intencional es poco probable que obtengamos lo que deseamos. Para ello explicaremos como diseñar Programa de habilidades sociales.

**FUNDAMENTACION:** Entre los mayores desafíos que afronta la sociedad actual se encuentra el de trabajar en un tramado social positivo que posibilite la convivencia armónica entre las personas, familias, colectividades, respetando la identidad de cada uno. Para ello es necesario contar y desarrollar Herramientas que permitan disminuir y por que no erradicar la violencia, aumentar la solidaridad, Fomentar los encuentros Genuinos y sanos a través de vías de comunicación mas eficaces. Las habilidades sociales óptimamente desarrolladas son fundamentales para disfrutar de una vida sana. Cada vez más, tanto los padres como los docentes se muestran muy preocupados porque los niños/jóvenes presentan dificultades en sus comportamientos, algunos son groseros, agresivos desconsiderados y otros retraídos, hablan poco o se aíslan. Todos tratan de buscar las causas de estos comportamientos. No obstante las investigaciones han revelado que estos comportamientos se explican por la falta de habilidades para desenvolverse en forma eficaz con los otros. Aunque no puede descartarse la influencia de variables personales y sociales, se ha comprobado que si los niños adquieren habilidades cognitivas, instrumentales y de control sobre sus emociones estos comportamientos se reducen. El aprendizaje de estas habilidades se conoce con el nombre de habilidades sociales y permite mejorar notablemente la relación entre los chicos y entre éstos y los adultos. En el ámbito colectivo, en la funcionalidad de la convivencia se asume que la abundancia de comportamientos pro sociales (nombre utilizado en oposición a las conductas antisociales) produciría una disminución de los comportamientos violentos. Si partimos de la hipótesis que los comportamientos violentos son producidos por la falta de disponibilidad en el repertorio de otros comportamientos alternativos positivos, en el momento que el sujeto dispusiera de conductas que resultaran efectivas para la satisfacción de sus necesidades o para resolver conflictos interpersonales, su frecuencia aumentaría disminuyendo por tanto los comportamientos violentos. Estas jornadas pretenden, por lo tanto, ofrecer vías para trabajar en este sentido poner a disposición de los docentes los medios y técnicas con los que hoy cuentan las ciencias sociales para comprender los procesos de entendimiento en el que si bien intervienen elementos racionales también éstos se ven influidos por elementos emocionales. Si estos procesos se ven acompañados del auto - monitoreo de nuestras conductas podríamos observar como facilitan o no los procesos de comunicación y entonces actuar en consecuencia. Pensando en que estas jornadas están destinadas a los adolescentes no debemos dejar de tener en cuenta que es este el último tramo de una historia escolar, quizás nuestra última oportunidad para trabajar en la consolidación de los valores, en proveerlos de herramientas que usarán en su futura vida como adultos, ciudadanos, formadores de su propio espacio familiar, futuros padres.

**CÓMO PUEDEN AYUDAR LOS DOCENTES Y LA ESCUELA:** Los docentes pueden convertirse en entrenadores y proveerles de este modo herramientas para hacer de sus interacciones, relaciones más eficaces.

Las personas aprenden maneras de relacionarse en las interacciones sociales de todos los días. El rol del adulto-profesor conlleva a generar en el joven un modelo axiológico al que cuestionará, aceptará, rechazará como parte de la consolidación de su proceso de identidad. Es el disparador de nuevos caminos. Es por ello que la pertenencia al grupo, la participación, la resolución asertiva de los conflictos, la capacidad de diálogo, la escucha, la importancia de la estima por el otro, la aceptación de las diferencias son "materias" que debieran incorporarse en la currícula escolar. ¿Pero cómo trabajar estos comportamientos pro sociales con los adolescentes y en las prácticas áulicas?

Consideramos que las habilidades sociales son importantes en el aprendizaje y si bien estas aparecen diseminadas en todas las áreas de las currículas forman parte del aprendizaje "no formal".

Los conflictos que surgen habitualmente entre los niños son oportunidades que permiten el aprendizaje de habilidades sociales para la vida adulta. Es en este escenario donde los docentes intervienen reforzando unas formas de solución, castigando otras y sugiriendo como actuar en diferentes situaciones. Así, los niños/jóvenes van aprendiendo como comportarse. Pero no siempre este proceso de aprendizaje tiene los resultados deseados. En líneas generales observamos que frente a los conflictos los niños se comportan de manera similar (lloran, pegan, gritan o recurren al adulto) pocos son los que logran modificar su comportamiento. Estas jornadas se presentan como una alternativa para lograr que los niños/jóvenes adquieran estas habilidades, a través de trabajar y reflexionar sobre nuestro modo de resolver conflictos y facilitar a los docentes recursos que les ayuden a ampliar el repertorio de habilidades para no solo hacer valer sus derechos de modo asertivo sino también respetar a los demás. La educación en la pro socialidad o en el entrenamiento de habilidades sociales es un elemento fundamental a la hora de actuar como prevención a mediana plazo de la violencia, como una vía de auto análisis y por consiguiente de mejora de las relaciones interpersonales en el cuerpo docente con implicancias lógicas en su papel como modelos positivos en la educación de sus alumnos. La escuela es el espacio más idóneo para enseñar habilidades sociales. Sin embargo la tarea de promover competencias sociales en la adolescencia es un proceso complejo. Es una labor que demanda formación y esfuerzo, un esfuerzo en el que es necesario invertir. Preparar a nuestros alumnos para el futuro nos exige estar a la altura de las circunstancias. Es fundamental proveer a los docentes de las posibilidades de capacitarse y formarse en estos temas teniendo presente la responsabilidad que renuevan año a año al recibir a un grupo escolar. La capacitación es la forma adecuada de proveer herramientas para afrontar estos desafíos de la educación de los alumnos, estos futuros ciudadanos, futuros padres, estos adolescentes que solo lograrán culminar su proceso de identidad si hay una red de valores y vínculos que le permitan esa construcción.

#### **OBJETIVOS:**

##### **1. GENERALES:**

Comprender a través de la reflexión las necesidades de las escuelas de hoy, teniendo en cuenta las particularidades de los adolescentes y jóvenes que la componen.

Reflexionar sobre las necesidades de los adolescentes y favorecer este proceso de acompañamiento, teniendo en cuenta la importancia de ser modelos positivos.

Comprender el valor que tiene la enseñanza y el entrenamiento de las habilidades sociales.

Disponer de un material altamente estructurado pero flexible que les permita desarrollar uno de los objetivos principales de la educación **la formación de actitudes y valores de respeto de los derechos propios y de los demás**

Favorecer el desarrollo de los alumnos como personas socialmente competentes, honestas y seguras de si mismos.

##### **2. ESPECÍFICOS:**

Incorporar a la práctica áulica el concepto de comportamientos pro sociales, de modo de favorecer el clima aula, a través de nuevos contratos de convivencia que a su vez mejoraran la calidad y atención del alumnado y permitirán la mejor asimilación de contenidos académicos

Promover conductas socialmente habilidosas entre los jóvenes (trabajo en grupo, estima por el otro, empatía, relaciones interpersonales positivas y solidarias).

Incorporar conceptos de habilidades sociales.

Aumentar las iniciativas de interacción efectiva y apropiada de modo de transformarse en modelos positivos

Reducir recriminaciones verbales y castigos, y con ello reducción de niveles de ansiedad.

Disminuir comportamientos agresivos a través de disponer de habilidades para resolver conflictos interpersonales de manera asertiva.

Desarrollar elementos que permitan hacer un diagnóstico del clima del aula identificando las habilidades sociales establecidas y las necesarias de desarrollar.

**CONTENIDOS CONCEPTUALES:**

**UNIDAD I ADOLESCENCIA- CONVIVENCIA – ESCUELA**

Los adolescentes hoy. Características de la adolescencia. La importancia del grupo de pares, los modelos, la televisión, Internet, el mp3 y otros adelantos tecnológicos.

Como convivir con ellos y como influyen el desarrollo de los comportamientos pro sociales.

La importancia de la enseñanza de las habilidades sociales en el proceso de construcción de la identidad del adolescente.

**UNIDAD II LO INSTITUCIONAL, LA ESCUELA, EL ROL DEL DOCENTE**

El Proyecto Educativo Institucional y las habilidades sociales. La escuela como escenario para el aprendizaje de las habilidades sociales.

Las relaciones” Docente – Alumno”.

Cualidades para ser agentes formadores de conductas pro sociales. Todos podemos ser formadores de jóvenes socialmente habilidosos?

Efectos de las intervenciones docentes en los vínculos con los alumnos. Evitar adopción de actitudes de sumisión o dominio, desarrollando actitudes y hábitos de ayuda, colaboración y cooperación.

**UNIDAD III LAS HABILIDADES SOCIALES EN LA ESCUELA SECUNDARIA**

Las habilidades sociales en la adolescencia.

La importancia del grupo como facilitador/Inhibidor. La escuela como escenario y oportunidad.

Componentes verbales, no verbales y para-lingüísticos de la conducta interpersonal

Clasificación de las habilidades sociales

Entrenamiento de las habilidades sociales.

**UNIDAD IV. LOS PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO COMO ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN**

Como enseñar y entrenar comportamientos específicos que permitan al joven aprender a relacionarse satisfactoriamente con otras personas (adultos y pares) favoreciendo el respeto y de sus derechos y el de los demás cambiando patrones de respuesta de inhibición o agresión por otros más saludables.

¿Cómo involucrar a los adolescentes en un proyecto comunitario?

Guía práctica para resolver problemas interpersonales.

**METODOLOGÍA:**

Curso de modalidad presencial intensiva de tres días de trabajo

Jornadas presenciales teórico práctica. Presentación Powerpoint;

Dinámicas Grupales Interactivas.

Técnicas activas que permitan vivenciar e incorporar los saberes transmitidos.

Exposiciones descriptivas de programas de Aplicación en Entrenamiento en Habilidades Sociales.

---

**CONTENIDOS PROCEDIMENTALES:** Manejar las HHSS, aprendidas durante el curso. Utilizarlas desde la experimentación que tendrán a través de los ejercicios activos (representaciones simuladas de casos aula) durante las 3 jornadas. Aplicar y utilizar las HHSS a contextos similares áulicos. Evaluar y Planificar los recursos con los que cuentan para luego mediante análisis de situación desarrollar un Programa aplicable al quehacer cotidiano de cada docente.

**CONTENIDOS ACTITUDINALES:** Respetar y aceptar las Fortalezas y debilidades de cada docente en cuanto a las HHSS propias y ajenas. Reflexionar y valorar el conjunto de HHSS que puede ser aplicable y transmisible en la enseñanza. Cooperar en la incorporación de dichas HHSS durante las jornadas, y en cada momento de las dinámicas aplicadas. Desarrollar actitudes solidarias y sensibles frente a los compañeros que estén en proceso de asimilación de conocimientos de las HHSS.

**DESTINATARIOS:** En su primera infancia, los niños, ante situaciones de agresión o frustración, tienden a reaccionar de manera agresiva o a inhibirse. Esto conlleva problemas de comportamiento, en el aula, la calle o el hogar familiar, a los que los educadores: padres y maestros tienen que buscar soluciones. Si actúan diciendo a los niños qué tienen que hacer en cada momento, éstos no aprenden fórmulas o estrategias generales que les permitan desenvolverse con eficacia en otras múltiples y diferentes ocasiones, sino que consolidan una actitud de "esperar instrucciones", o bien, tienden a resolver situaciones con respuestas estereotipadas. Para ampliar las alternativas de reacción ante los conflictos interpersonales, anticipar consecuencias y tomar buenas decisiones en cada situación, se hace necesario o, cuanto menos, conveniente, proceder a la enseñanza formal de estas destrezas cognitivas a todos los niños, a la vez que se refuerza su empleo en diferentes ambientes. Cuando esto se lleva a cabo en el Centro Educativo, los niños que adquieren estas habilidades con mayor rapidez se constituyen en modelos para los demás, lo cual supone una ayuda para los que presentan algún tipo de déficit o

retraso. Por todo lo mencionado anteriormente, el grupo de clase es el marco idóneo para el aprendizaje de las habilidades sociales de modo que todos los niños, con o sin dificultades, puedan beneficiarse de él.

**ESTRATEGIAS METODOLOGICAS:** Utilizaremos una Estrategia Metodológica Cualitativa; nos referimos en un amplio sentido a la aplicación y análisis que producen datos descriptivos: "las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable desde una epistemología Interpretativa". Desarrollaremos estrategias para que el maestro facilite su labor en el aula. Estas estrategias van a permitir además que el profesor tome conciencia de las cuales son las realidades a las que se ve enfrentado, y de esta forma poder ayudarlo y a la vez ayudarse en su labor docente. A través de la presentación de material didáctico, datos estadísticos, ejemplos aula, representaciones y Focus Group, intentaremos amplificar y consolidar las HHSS a lo largo de las tres jornadas docentes.

**EVALUACIÓN DEL CURSO:** De carácter presencial, tres jornadas de 8 horas, con evaluación por escrita individual a desarrollar en la última jornada del curso.

---

**BIBLIOGRAFÍA:**

María Inés Casares, Balbina de la Paz Moreno. Las habilidades sociales en el currículo., Octubre 1998 Dirección General de la Salud Ministerio de Salud Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares, Perú 2005  
Robert Roche Olivar , Desarrollo de la inteligencia emocional y social desde los valores y actitudes pro sociales en la escuela. Guía práctica para la enseñanza y el aprendizaje vital en alumnos del EGB, 2004  
Manuel Segura, Margarita Arcas, Relacionarnos bien. Programa de competencia social, Mayo 2004.  
Grupo ALBOR-COHS ,Avancemos. Enseñanza de habilidades sociales  
"El mundo del Varón Adolescente...¿ Está todo Dicho?". Wyszengrad y Otros, Ed. Espacio 2004.  
Aron, A.M y Milicia, N (1996) Vivir con otros . Programa de desarrollo de habilidades sociales. Madrid. CEPE  
Beck, S, y Forehand, R. (1984) Social skills training for children. A methodological and clinical review of behaviour modification studies. Behavioural Psychoteray 12, 17-45  
Caballo, V.E. (1993) Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. Madrid: Siglo Veintiuno  
García, E.M. y Magaz a (1997) Enseñanza de soluciones cognitivas para evitar problemas interpersonales (ESCEPI) Madrid: Grupo Albor-Cohs  
Safran y Zegal ( 1992) "El Proceso Interpersonales la Psicoterapia" Paidós. España.

---

**DESARROLLO DE UNIDADES TEMATICAS:**

**UNIDAD I :ADOLESCENCIA- CONVIVENCIA – ESCUELA**

**"VIVIR ES CAMBIAR, CRECER TRANSFORMARSE"**

El adolescente en su trayecto desde la niñez hacia la adultez es un sujeto que está construyendo su propia identidad, desarrollando su autonomía, su aptitud para vincularse a personas ajenas al núcleo familiar; está abriéndose hacia el mundo exterior, hacia la sociedad adulta, en la que pasará a ejercer los roles adultos: trabajo, paternidad, propiedad, autoridad. Paradójicamente vive más concentrado en el presente, casi ajeno a la incertidumbre del futuro. Es responsabilidad de los adultos acompañarlos en este tránsito, sostener su crecimiento, aportándole herramientas que favorezcan el ejercicio de dos derechos fundamentales: la salud y al educación. La adolescencia es una edad complicada en lo que respecta a relaciones interpersonales ya que estamos hablando de un periodo evolutivo donde inevitablemente deben relacionarse con sus iguales, con personas mayores que ellos de los que los separa una distancia cultural importante (padres, profesores, etc.) y sobre todo, lo que les puede llevar a suponer un problema, empiezan a relacionarse con el otro sexo, teniendo en cuenta los procesos psicológicos, como puedan ser las inseguridades, propios de esta etapa. Pensar en adolescencia, es pensar en crisis y cambios, en la realidad social que nos atraviesa es indispensable tomar elementos emergentes de las nuevas entidades y movimientos sociales que re definen constantemente nuestra tarea como educadores y formadores de la juventud.

Por ello consideramos necesario introducirnos en la temática a través de una clasificación exhaustiva y metodológica de los diferentes momentos por los que atraviesan los jóvenes a saber. La pre-adolescencia; la adolescencia media, la adolescencia tardía y la pos-adolescencia, con los concomitantes cambios biosociales que cada etapa conlleva. En plena etapa crítica de nuestros jóvenes es perentorio anticipar los diferentes tipos de identificación y roles que jugarán los jóvenes como modelos de elección que se irán jugando interpersonalmente entre sí, constituyéndose los líderes, positivos y negativos, los chivos emisarios y portadores de voz, como también aquellos que se auto excluirán del intercambio con sus pares. De allí la importancia de trabajar estos modelos que naturalmente ellos configuran en el escenario diario del colegio.

Asistimos a un proceso de cambios que suponen el surgimiento de una nueva estructura social. Lo que sucede a partir de los años setenta, y se desarrolla y consolida durante los años ochenta y noventa, gesta la "**nueva sociedad**" (M. Castells. *La era de la información*.1997), producto de la revolución **tecnológica** que se incubaba en el

seno de las sociedades desarrolladas, desintegrándolas al mismo tiempo; la revolución **económica** que acentúa la autonomía del capitalismo respecto a los poderes políticos, buscando someterlas sociedades a los mecanismos del mercado global; la revolución **sociológica** que desestructura el mundo del trabajo, deshace las clases sociales obrera y burguesa; la revolución **política** que acaba con la soberanía de los Estados- Nación y, finalmente, la revolución **cultural**, que transforma las relaciones entre las personas. El patriarcado, la sexualidad y la familia tradicionales están en crisis. No hay modelos de conducta sino formas de relación. En definitiva, vivimos en una sociedad nueva porque se han producido tres cambios fundamentales en el tejido social, y que afectan de lleno a las relaciones de **producción**, de **poder** y de **niveles de vida**.

La inclusión de las nuevas tecnologías en la convivencia de la enseñanza-aprendizaje nos obliga a repensar nuestra tarea y delimitar el uso de estas herramientas en pos de focalizar nuestras estrategias de intervención aulísticas hacia modelos integrados, y flexibles sin oponernos a lo novedoso, y sin traspasarnos hacia modelos más ineficaces o inoportunos. La era del vacío, fruto de la posmodernidad que atenta contra el aprendizaje de contenidos y valores sociales se ve reflejado en los medios masivos de comunicación, hoy selectivos para los adultos que quedamos por fuera de la posibilidad en tiempo y espacio de incursionar en los diferentes blogs donde nuestros jóvenes cultivan, difunden y aprenden sus mensajes.

Dejar por fuera la televisión sería menospreciar los efectos concomitantes que tienen en nuestros hogares los mensajes superfluos y banales cotidianos. De allí, la necesidad de estar actualizados en la información masiva que se difunde y que condiciona en muchos casos el comportamiento de nuestros jóvenes, con la necesidad imperiosa de transmitir una mirada crítica y reflexiva a los fines de desarrollar en ellos la propia mirada. Así es como llegamos a lo que nosotros consideramos como alternativa de respuesta; La enseñanza sistematizada de habilidades sociales en nuestros jóvenes que incluyan los factores antes mencionados y nos permitan reflexionar activamente en el modelo social que deseamos construir.

### **“CONSTRUYAMOS HOY EL MUNDO QUE NOS COBIJARÁ MAÑANA”.**

#### **LA ENSEÑANZA DE LAS HABILIDADES SOCIALES EN EL CONTEXTO ESCOLAR:**

El propósito de esta unidad es abordar el tema de la enseñanza de las habilidades sociales en el contexto escolar. En primer lugar se analizar la escasa atención que en el currículum se presta a la conducta interpersonal, para pasar después a señalar la necesidad de considerarla como elemento importante en la respuesta educativa que se ha de proporcionar al alumnado, si se quiere conseguir su desarrollo integral.

#### **HABILIDADES SOCIALES Y CURRÍCULUM ESCOLAR: *LAS HABILIDADES SOCIALES EN LA REFORMA EDUCATIVA***

##### **LA NECESIDAD DE INTRODUCIR LAS HABILIDADES SOCIALES EN EL CURRÍCULUM:**

Las investigaciones realizadas a este respecto indican que las habilidades sociales no mejoran por la simple observación ni por la instrucción informal; se necesita una instrucción directa. Hoy en día se tiene claro que determinadas habilidades, por ejemplo algunas relacionadas con la solución de problemas cognitivo-sociales, no se adquieren si no se llevan a cabo actividades educativas de forma intencional. Además, los niños que tienen déficits o problemas en su habilidad social no adquieren la competencia social por la mera exposición al comportamiento de sus compañeros socialmente hábiles, y para que esto se produzca, se necesita una intervención directa, deliberada y sistemática. Es necesario por tanto que el entrenamiento y la enseñanza de las habilidades sociales se incluya de modo sistemático en las currículas habituales.

Esto implica que esta área tenga su horario, planificación y estrategias de evaluación como otras áreas curriculares. Si la meta de la educación es promover el desarrollo integral de las niñas y niños, es necesario que, dentro del ámbito escolar, se tenga en cuenta el área de la competencia interpersonal, por lo que las reflexiones y propuestas de actuación que se exponen a continuación, instan a la conveniencia de contemplar dentro del currículum, la enseñanza y promoción de las habilidades sociales. La enseñanza de las habilidades sociales es una competencia y responsabilidad clara de la institución escolar junto a la familia y en coordinación con ella. La escuela se ve como una importante institución de socialización proveedora de comportamientos y actitudes sociales. El aula, el colegio, es el contexto social en el que los niños pasan gran parte de su tiempo relacionándose entre sí y con los adultos; la escuela constituye, pues, uno de los entornos más relevantes para el desarrollo social de los niños y por tanto para potenciar y enseñar habilidades sociales a los alumnos. Es preciso que la administración educativa aborde explícitamente el tema de la competencia interpersonal. La Administración tiene que enfatizar la importancia de este tema por medio de distintas estrategias entre las que señalamos como ejemplo la inclusión sistemática del tema en la formación inicial del profesorado de todos los niveles educativos, elaboración de orientaciones y materiales para la formación permanente del profesorado y los equipos psicopedagógicos y la promoción de la investigación. Es conveniente la formación del profesorado y de todos los profesionales de la educación en el campo de las habilidades de interacción social tanto en el aspecto estrictamente profesional (aumento de las habilidades sociales que optimizan el afrontamiento de la tarea educativa en el aula con los alumnos y en el centro con el resto de personas que forman la comunidad educativa) como en el personal (para aumentar la propia competencia social). Es necesario que en la escuela las habilidades

sociales se enseñen directa y sistemáticamente. Hay que buscar un lugar dentro del currículum escolar, ya que deben formar parte del currículum formal y es preciso hacer explícitas las intenciones educativas a este respecto. Todo esto implica asumirlo y contemplarlo explícitamente en y desarrollar acciones concretas respecto a:

- a) Proyecto Educativo Institucional, donde se debe reflejar el tipo de persona que queremos formar, y por tanto debe de quedar constancia de la dimensión interpersonal de la educación de nuestros alumnos y alumnas.
- b) Proyectos Curriculares donde el área interpersonal ha de estar presente en las decisiones que se tomen respecto al qué, cómo y cuándo enseñar y evaluar.
- c) Organización escolar, delimitando y señalando un tiempo en el horario, planificando recursos o estableciendo espacios.
- d) Programación, lo que implica establecer objetivos y contenidos, planificar las actividades a realizar, delimitar estrategias de evaluación y diseñar actividades y materiales para los/as alumnos/as.

**PROCESO DE SOCIALIZACIÓN DE LAS HABILIDADES SOCIALES:** El proceso de socialización se va dando a través de un complejo proceso de interacciones de variables personales, ambientales y culturales. La familia es el grupo social básico donde se producen los primeros intercambios de conductas sociales y afectivas, valores y creencias, que tienen una influencia muy decisiva en el comportamiento social. Los padres son los primeros modelos significativos de conducta social afectiva y los hermanos constituyen un sistema primario para aprender las relaciones con sus padres. Por otro lado los padres transmiten ciertas normas y valores respecto a la conducta social, ya sea a través de información, refuerzo, castigo o sanciones, comportamiento y modelaje de conductas interpersonales; por eso la familia es el primer eslabón para el aprendizaje de habilidades sociales. La incorporación del niño al sistema escolar (segundo eslabón) le permite y obliga a desarrollar ciertas habilidades sociales más complejas y extendidas. El niño debe adaptarse a otras exigencias sociales: diferentes contextos, nuevas reglas y necesidades de un espectro más amplio de comportamiento social, al tener nuevas posibilidades de relación con adultos y con niños de su edad, mayores y menores que él. Este es un período crítico respecto a la habilidad social, ya que estas mayores exigencias pueden llevar al niño a presentar dificultades que antes no habían sido detectadas. El tercer eslabón es la relación con el grupo específicamente en la relación con los pares que siendo una parte significativa del contexto escolar representa otro agente importante de socialización en el adolescente. La interacción con sus iguales afecta el desarrollo de su conducta social, proporcionándole al adolescente muchas posibilidades de aprender normas sociales y las claves para diferenciar entre comportamiento adecuado e inadecuado en el ámbito social. Por último, la amistad contribuye a la socialización del adolescente a través de su impacto en la formación de la imagen de sí. La pertenencia a un grupo de pares, fuera de las fronteras familiares, le ayuda a desarrollar su propia identidad e individualidad y a ensayar patrones nuevos de conducta en un círculo más cerrado. Al comienzo de la adolescencia el joven ya tiene una autoconciencia y se reconoce a sí mismo y a los demás como expuestos a la opinión pública, quien enjuicia la pertenencia y la adecuación social. Esta autoconciencia de sí mismo parece ser un rasgo generalizado del entrenamiento de la socialización. Los niños son enseñados a que los demás observen su apariencia y sus maneras de comportarse socialmente. Esta tendencia no está presente en los niños y adolescentes, no solo por la falta de entrenamiento si no por la carencia de la habilidad cognitiva. El período de la adolescencia es una etapa en que el individuo debe encausar múltiples tareas que implican relaciones interpersonales diferentes a las de la infancia y debe desarrollar habilidades para resolver problemas de manera independiente. Los adolescentes deben hacer amigos, amigas, compañeros y compañeras, aprender a conversar con sus coetáneos y semejantes, deben participar en diferentes grupos de actividades que no posee un vínculo directo con la actividad docente, aprender comportamientos heterosexuales y por sobre todas las cosas sentirse identificados e integrarse al grupo. Lo que ocurre es que la competencia social y las habilidades de interacción social en infancia y adolescencia, en general no se trabajan ni se enseñan de forma activa, deliberada y sistemática dentro del contexto escolar. La competencia social se olvida y se relega, o no se enseña sistemáticamente. La escuela, como transmisora de los valores dominantes en la sociedad, todavía sigue focalizando su atención en los aspectos intelectuales más relacionados con el éxito académico, olvidando o relegando la enseñanza sistemática de comportamientos de bienestar interpersonal y personal. En efecto, la conducta interpersonal o, más concretamente, determinadas conductas de relación interpersonal han sido descuidadas e ignoradas y no se enseñan directamente en la escuela o se dejan merced al criterio de cada profesor o profesora, formando parte del *currículum oculto*, de los contenidos de aprendizaje no explícitos que están determinados por la filosofía de cada centro y concretamente de cada docente en particular. Todo ello nos lleva a afirmar que las habilidades de interacción social son un aspecto olvidado y una asignatura pendiente en la respuesta psicoeducativa al alumnado.

## **UNIDAD II LO INSTITUCIONAL, LA ESCUELA, EL ROL DEL DOCENTE**

El conocimiento adquirido por una persona durante el curso de su desarrollo se estructura con el desarrollo completo de sus habilidades lógico-deductivas durante el periodo comprendido entre la adolescencia y la adultez. La habilidad para transformar los propios procesos cognitivos y emocionales en objeto del pensamiento es la

condición que permite al individuo a empezar a descodificar y conceptualizar su conocimiento anteriormente adquirido. Con la emergencia de destrezas que resultan del pensamiento abstracto, los individuos pueden finalmente empezar a explicar y ubicar en teoría y creencias una gran parte de lo que antes era conocido de forma tácita y directa; estas teorías corresponden a aquellos aspectos del autoconocimiento, de lo que las personas han tomado conciencia y con lo que definen su identidad personal; en otras palabras, la formación de la imagen de sí, corresponde a una nueva construcción, llegando a alcanzar un nivel superior en la expresión de la personalidad, es decir si se logra introducir el contenido de la personalidad en la historia del contenido aprendido entonces podríamos decir que se ha alcanzado un nivel superior de expresión de la habilidad social en correspondencia con la imagen de sí. Puede decirse entonces que la auto estima es la abstracción que el individuo hace y desarrolla acerca de sus atributos, capacidades, objetos y actividades que posee o persigue; esta abstracción es representada por el símbolo o la imagen de sí misma. Para efectuar tal abstracción el individuo considera las observaciones con respecto a su propia conducta y la forma en que otros individuos responden a sus actitudes, apariencias y ejecución de sus actos. Como se observa la autoestima deviene en proceso, por lo tanto se configura por efecto de múltiples factores, no obstante una vez casi constituida (no podemos hablar de una autoestima acabada pues se sigue retroalimentando de una cadena continua de autopercepciones y autoevaluaciones, es decir que no es rígida, sino susceptible de cambio y por lo tanto siempre quedará espacio para que siga siendo un efecto de), se convierte en una causa para generar o precipitar estados emocionales, así como propiciar o no la inhibición de respuestas conductuales y de formas también inhibir el contacto interpersonal.

**FUNCIONES DEL FORMADOR:** En este apartado se describen las funciones de un formador o formadora, las habilidades que es conveniente que le caractericen, las reglas que se deben respetar cuando se trabaja con un grupo y las características que debe tener como formador. El formador tiene una doble función, explicar y conducir al grupo (estimular la participación, dinamizar). De ahí que sean importantes aspectos como la capacidad para acercarse al grupo, el conocimiento de la realidad de los participantes (lenguaje, experiencias comunes como padres o madres). Entre las funciones que debe ejercer un formador se destacan las siguientes: moderar, dinamizar y clarificar.

**MODERAR:**

1. Facilitar las intervenciones: en todos los grupos se encuentran personas que intervienen continuamente, dificultando la participación de los demás. También se pueden encontrar personas que no intervienen nunca o en contadas ocasiones. La función del formador será estimular la intervención de los individuos y evitar la intervención de personas que obstaculizan el desarrollo de la actividad. Por ejemplo, ante un participante dominante, se debe solicitar una participación más activa de los demás, también se puede reorientar las preguntas a los otros participantes o evitar el contacto visual con el participante dominante a fin de no estimularlo a tomar la palabra. Si nada funciona se le puede pedir de una manera cortés que deje hablar a los demás. En el caso de la persona que no participa, el formador puede dirigirse directamente a él, utilizando su nombre y solicitando abiertamente su opinión, promover un contacto visual más frecuente para que se sienta incentivado a opinar o es posible solicitarle que comente algo sobre lo que otra persona dijo. Hay que evitar centrarse en hacer preguntas a las personas que estén de acuerdo con el formador.
2. Hacer cumplir la metodología prevista: el formador debe explicar claramente, al comienzo de la sesión, la metodología propuesta para todos los contenidos, así como recordarla cuando sea necesario.
3. Evitar las desviaciones del tema: la desviación sobre los objetivos fijados, a través de las desviaciones de los contenidos a tratar, suele ser la causa más frecuente de pérdida de tiempo. Una función del formador será evitar las desviaciones poco productivas que tienden a producirse con suma facilidad.
4. Administrar el tiempo: desde el comienzo de la reunión se debe estipular el tiempo del que se dispone y la forma en que se va a distribuir.

**MOTIVAR AL GRUPO:** El formador debe motivar al grupo en las tareas a desarrollar y en los objetivos a conseguir. Las condiciones que favorecen esta función son:

1. Estar motivado y saber transmitirlo al grupo.
2. Crear un clima de confianza: cuando se inicia una sesión, sobre todo si los participantes no se conocen, o si el tema es controvertido, casi todos suelen observarse con recelo. Las técnicas participativas suelen facilitar el acercamiento y la distensión.
3. Dinamizar los conflictos: si se produce un conflicto el moderador debe intentar resolverlo. Si el problema está presente de forma latente debe hacerlo consciente y resolverlo; a veces puede ser utilizado de forma positiva para conseguir los objetivos propuestos.
4. Observar, analizar y orientar las tensiones y sentimientos: durante el transcurso de las reuniones los participantes experimentan tensiones y sentimientos que influirán en su comportamiento y pueden variar a lo largo de la reunión. Los cambios bruscos de actitud, las expresiones faciales, los silencios prolongados, etc., son

síntomas de que algo está ocurriendo más allá de la mera tarea a desarrollar. La función del formador es descubrirlo, analizarlo y orientarlo positivamente.

**5.** Controlar sutilmente el tiempo dedicado a cada pregunta y el de la reunión en general, sin dar la impresión de estar controlando el reloj constantemente. Asimismo controlar el ritmo de la reunión, revisando los puntos que ya han sido discutidos y los que no.

**6.** Respetar los ritmos del grupo: la obsesión por controlar todo al mismo tiempo, genera a menudo tensiones en el formador y en el grupo. Hay que tener en cuenta el ritmo del grupo, porque, en ocasiones, el ritmo impuesto por el formador no se adapta a las características del grupo o momento que está atravesando. Es importante combinar la disciplina con la flexibilidad.

#### **CLARIFICAR:**

**1.** Clarificar y recordar los objetivos: al comienzo de la reunión se deben aclarar los objetivos y recordarlos cada vez que se produzcan desviaciones. La exposición debe ser la más concreta y concisa posible.

**2.** Clarificar la metodología: el formador debe informar claramente al grupo sobre: el método que se va seguir, la distribución del tiempo, el papel y la función de los participantes, las normas, y la técnica metodológica que se va a emplear. En general, la metodología debe tratar de alejarse del formato pregunta/respuesta y dirigir la reunión hacia una discusión más participativa. Se valora como positivo cuando las personas se comunican entre sí olvidándose temporalmente de la presencia del formador.

**3.** Sintetizar las intervenciones: el formador debe sintetizar las intervenciones demasiado largas o incomprensibles y extraer las conclusiones fundamentales de la actividad.

#### **HABILIDADES DEL FORMADOR:**

**1.** Conocimientos sobre el tema: evidentemente, es imprescindible que el formador tenga unos conocimientos amplios y correctos sobre los temas que se van a abordar en el curso.

**2.** Capacidad de observación: esta capacidad permite al formador darse cuenta de todos los fenómenos que ocurren en el grupo. Es importante observar la comunicación no verbal de los participantes, gestos, movimientos que puedan sugerir impaciencia, cansancio, aburrimiento.

**3.** Capacidad de análisis: una vez observados los fenómenos es importante saber interpretarlos. Esta capacidad permite al formador prever futuros problemas, anticiparse a las situaciones, y descubrir las motivaciones.

**4.** Capacidad de reacción: ante las diversas situaciones que se generan en un grupo el formador debe ser capaz de reaccionar a tiempo y adecuadamente.

**5.** Capacidad de empatía: la empatía favorecerá la cohesión del grupo y a su vez un desarrollo óptimo de la sesión.

**6.** Capacidad de respeto: el formador debe manejar su capacidad de identificación y de toma de distancia de cada uno de los participantes. Se debe establecer una relación de cercanía y respeto con el grupo, pero en ocasiones algunas situaciones conflictivas requieren tomar distancia con algunos participantes para su adecuada resolución.

**7.** Seguridad: la seguridad en sí mismo depende de la propia aceptación, del grado de autoestima, de la experiencia, y de los conocimientos.

**8.** Capacidad de autocrítica: es importante que el formador realice una autovaloración de su actuación con el fin de mejorar futuras intervenciones.

#### **REGLAS QUE DEBE RESPETAR EL FORMADOR:**

- Escuchar activamente.
- Evitar convertirse en el modelo de referencia fundamental.
- Evitar el protagonismo constante.
- Evitar los juicios personales.
- Eludir las preferencias personales.
- Ser flexibles a las sugerencias, cambios, interrupciones y participaciones negativas.

#### **SUGERENCIAS A TENER EN CUENTA POR EL FORMADOR:**

- Abandonar la postura de profesor o directivo tradicional, reprimir los deseos de disertar o ser el centro.
- Ser facilitador del trabajo. No presionar al grupo, escuchar atentamente y cumplir con el rol.
- Confiar en el grupo, en sus capacidades y valores. Tener paciencia, no desalentarse ni desalentar ante errores o fracasos. Dar tiempo al aprendizaje.
- Poner en discusión aquellos aspectos que el grupo pueda decidir con efectividad.
- No solicitar opiniones o decisiones que ya sepa de antemano, ya que éstas no serán tenidas en cuenta.
- Tener en cuenta todo lo que pasa en el grupo. Considerar no sólo lo racional, también los sentimientos y emociones de las personas ya que siempre están en juego.

- Analizar las propias dificultades, inhibiciones y temores para enfrentarlos con claridad. No subestimarse ni sobreestimarse.

**DECÁLOGO DEL FORMADOR:**

1. Tener un guión no es demostración de debilidad.
2. Un guión no es un escrito palabra a palabra.
3. No hay derecho a aburrir a la gente con un tema. El aburrimiento conduce al rechazo o a la pasividad.
4. Sesiones demasiado largas son negativas, las sesiones cortas también.
5. Dirija los temas con preguntas.
6. Diversifique los métodos pedagógicos.
7. Anuncie el contenido previamente.
8. Cree un clima de intereses.
9. Empiece y termine a la hora.
10. Elija un lugar cómodo pero no demasiado, sobre todo después de comer.

**CARACTERÍSTICAS DEL ENTRENADOR:** En general el entrenador es uno de los profesores habituales del niño interesado en enseñar habilidades sociales de modo sistemático. Es importante recoger la información pertinente para identificar los déficits y habilidades de los chicos. También es importante que el entrenador participe de un entrenamiento en educación asertiva y enseñanza de habilidades sociales. Es conveniente desarrollar e incluir, dentro de la clase y el centro escolar, estrategias organizativas y didácticas que potencien y favorezcan la promoción de los alumnos. Por ej., dar oportunidades a los niños para que, en determinados momentos dentro de la clase, se relacionen espontáneamente con los demás compañeros, variar la estructura física de la clase y la ubicación de los alumnos para que cada niño de la clase tenga oportunidad de relacionarse con **TODOS** los compañeros, establecer sistemas de trabajo y juego cooperativos. El trabajo con las familias, ya que es adecuado establecer sistemas de información, coordinación y trabajo compartido colegio-familia respecto a la conducta interpersonal. La respuesta a las alumnas y alumnos con necesidades educativas especiales, ya que son población de riesgo de experimentar dificultades de relación interpersonal, por lo que **necesariamente** deben recibir enseñanza sistemática para aprender a relacionarse. Todo ello nos lleva a poner de manifiesto la necesidad de incluir programas de enseñanza de las habilidades sociales dentro de los currícula educativos habituales de los centros de Educación Inicial, Primaria y Secundaria, con un doble objetivo: por una parte, de promoción de la adecuada competencia social y de prevención de posibles desajustes en el alumnado «sin» dificultades, y por otra parte, de intervención con el alumnado de riesgo y con los que presentan problemas de incompetencia social, gran parte de los cuales son niñas y niños con necesidades educativas especiales. Estos aspectos pueden deducirse en los trabajos de los últimos años de diversos autores (Borrego, 1991; Goñi, 1996; Jiménez, 1994; López, 1991, 1992; López y Programa Harimaguada, 1997; Monjas 1992, 1993; Trianes, 1996; Trianes, Jiménez y Muñoz, 1997; Vallés y Vallés, 1996).

**UNIDAD III LAS HABILIDADES SOCIALES EN LA ESCUELA SECUNDARIA:**

Las inteligencias múltiples; y entre ellas las habilidades sociales óptimamente desarrolladas son fundamentales para disfrutar una vida saludable y feliz. Los seres humanos progresivamente aprenden competencias en las interacciones sociales cotidianas. No es ningún secreto que millones de personas no son felices en su vida social. El entrenamiento en habilidades sociales es la técnica hoy en día en muchos campos. Muchos problemas se pueden definir en términos de déficit en habilidades sociales. Puesto que el hombre es esencialmente un “animal social”. Así pues, pocos trastornos psicológicos habrán en los que no esté implicado, en mayor o menor medida el ambiente social que rodea al sujeto con esos problemas.

Por ello, ante muchos trastornos, el entrenamiento en habilidades sociales constituye un procedimiento básico de tratamiento. Los problemas de pareja, la ansiedad social, la depresión, la esquizofrenia, delincuencia, son áreas de la psicología en las que comúnmente se emplean el entrenamiento en habilidades sociales. Frecuentemente vienen a consulta personas que se consideran tímidas, faltas de habilidades sociales, torpes o solitarias, agresivas o maltratadores o maltratados; etc.

Las habilidades actúan sobre los determinantes de la salud (conjunto de condicionantes de la salud y de la enfermedad en individuos, grupos y colectividades) principalmente en los estilos de vida (consumo de alcohol y drogas, conductas violentas, relaciones sexuales precoces entre otras). Para lo cual, consideramos que lo medular consiste en lograr que el adolescente conozca y haga suyas determinadas habilidades y destrezas que, al ser empleadas en su vida cotidiana, le permitan tener estilos de vida más saludables. En la prevención, los resultados de la evaluación de programas muestran que el desarrollo de las habilidades puede retrasar el inicio del uso de drogas, prevenir conductas sexuales de alto riesgo, enseñar a controlar la ira, mejorar el desempeño académico y promover el ajuste social positivo.

Cuando se habla de habilidades decimos que una persona es capaz de ejecutar una conducta; si hablamos de habilidades sociales decimos que la persona es capaz de ejecutar una conducta de intercambio con resultados favorables, entendiéndose favorable como contrario de destrucción o aniquilación. El término habilidad puede entenderse como destreza, diplomacia, capacidad competencia, aptitud. Su relación conjunta con el término social nos revela una impronta de acciones de uno con los demás y de los demás para con uno (intercambio). En este tema no existe consenso en la bibliografía consultada, algunos, entre ellos OPS, OMS las llaman “habilidades para la vida”, dentro de las cuales consideran:

**1)** habilidades sociales e interpersonales (incluyendo comunicación, habilidades de rechazo, agresividad y empatía),

**2)** habilidades cognitivas (incluyendo toma de decisiones, pensamiento crítico y auto evaluación); y

**3)** habilidades para manejar emociones (incluyendo el estrés y aumento interno de un centro de control).

Otros reconocidos autores como Alberti Emmons considera a las “habilidades sociales” como “la conducta que permite a una persona actuar según sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad inapropiada, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales sin negar los derechos de los demás” . V Caballo define las habilidades sociales como un conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa sus sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que, generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.

Veremos como la conducta interpersonal esta caracterizada por un lenguaje analogico, aprendido y sorpresivo para todo aquel que toma contacto con su propio estilo comunicativo. Trabajar con nuestros modelos de expresión es anticipar respuestas en el lenguaje del otro, lo que puede funcionar como facilitador o inhibidor de nuestro intercambio lingüístico. Desarrollaremos de manera práctica los diferentes modelos de trabajo en cuanto a expresiones gestuales y corporales, de acuerdo a las posibilidades que cada docente dejará entrever en su propio estilo comunicativo.

#### **CLASIFICACIÓN DE LAS HABILIDADES SOCIALES**

##### **ÁREA 1. HABILIDADES BÁSICAS DE INTERACCIÓN SOCIAL:**

- 1.1 Sonreír y reír
- 1.2 Saludar
- 1.3 Presentaciones
- 1.4 Favores
- 1.5 Cortesía y Amabilidad

##### **ÁREA 2. HABILIDADES PARA HACER AMIGOS:**

- 2.1 Alabar y reforzar a los otros
- 2.2 Iniciaciones sociales
- 2.3 Unirse al juego con otros
- 2.4 Ayuda
- 2.5 Cooperar y compartir

##### **ÁREA 3. HABILIDADES CONVERSACIONALES**

- 3.1 Iniciar conversaciones
- 3.2 Mantener conversaciones
- 3.3 Terminar conversaciones
- 3.4 Unirse a la conversación de otros
- 3.5 Conversaciones de grupo

##### **ÁREA 4. HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS Y EMOCIONES**

- 4.1 Expresar autoafirmaciones positivas
- 4.2 Expresar emociones
- 4.3 Recibir emociones
- 4.4 Defender los propios derechos
- 4.5 Defender las opiniones

##### **ÁREA 5. HABILIDADES PARA AFRONTAR Y RESOLVER PROBLEMAS INTERPERSONALES**

- 5.1 Identificar problemas interpersonales
- 5.2 Buscar soluciones
- 5.3 Anticipar consecuencias
- 5.4 Elegir una solución
- 5.5 Probar la solución

##### **ÁREA 6. HABILIDADES PARA RELACIONARSE CON LOS ADULTOS**

- 6.1 Cortesía con el adulto
- 6.2 Refuerzo al adulto
- 6.3 Conversar con el adulto

- 6.4 Solucionar problemas con adultos
- 6.5 Peticiones del adulto

#### **UNIDAD IV. LOS PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO COMO ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN:**

Recordemos: Cuando se habla de habilidades decimos que una persona es capaz de ejecutar una conducta; si hablamos de habilidades sociales decimos que la persona es capaz de ejecutar una conducta de intercambio con resultados favorables, entendiéndose favorable como contrario de destrucción o aniquilación. El término habilidad puede entenderse como destreza, diplomacia, capacidad, competencia, aptitud. Su relación conjunta con el término social nos revela una impronta de acciones de uno con los demás y de los demás para con uno (intercambio). La constatación de que la conducta interpersonal se desarrolla y se aprende, ha estimulado el desarrollo de distintas estrategias de intervención, etiquetadas bajo el término de **Programas de Entrenamiento en Habilidades Sociales**, cuyo objetivo es el aumento de la competencia Interpersonal. Concretamente en la infancia, aunque inicialmente se han diseñado numerosos acercamientos en contextos clínicos dirigidos al trabajo con niños y niñas con dificultades y a modificar la conducta interpersonal inadecuada (Bender y Valletutti, 1982; Goldstein et al., 1989; Michelson et al., 1987; Verdugo, 1989), en los últimos años, asistimos al inicio de programas que enfatizan la enseñanza de la conducta interpersonal a la población de niños y niñas *sin dificultades* con el objetivo de promover su competencia social, prevenir posibles desajustes y, en definitiva, contribuir al desarrollo integral. Las investigaciones realizadas demuestran que el Entrenamiento en Habilidades Sociales (EHS) es efectivo en la enseñanza de conductas socialmente hábiles a niños y niñas y actualmente se dispone de suficiente evidencia sobre técnicas, estrategias y procedimientos que se pueden utilizar para la enseñanza de conductas de interacción social en la infancia (Beck y Forehand, 1984; Caballo, 1993; Gresham, 1988; Gresham y Lemanek, 1983; Ladd y Asher, 1985, entre otros). Desde otro marco teórico y siguiendo una perspectiva constructivista, numerosas investigaciones ponen de manifiesto que la interacción entre alumnos, especialmente la de tipo cooperativo, favorece la adquisición de competencias y destrezas sociales y el rendimiento escolar (Echeita y Martín, 1990; Trianes, 1996; Trianes, Jiménez y Muñoz, 1997).

Por otra parte, hay que tener en cuenta que la educación es un proceso de interacción comunicativa; el proceso de enseñanza-aprendizajes básicamente una interacción entre el/la niño/a y el/la profesor/a o de los iguales entre sí. La educación es una actividad que no puede darse al margen de unas relaciones interpersonales estructuradas, por lo que con razón se habla de interacción educativa (Báez y Jiménez, 1994). Estos aspectos llaman poderosamente nuestra atención, ya que tradicionalmente, la escuela ha considerado la interacción entre iguales como un fenómeno casi indeseable que distorsionaba el orden y la buena marcha de la clase. Así, por ejemplo, la distribución espacial y del mobiliario en las aulas, que todavía hoy en día permanece en muchos contextos escolares, suele estar pensada más para evitar la comunicación entre los alumnos y alumnas que para favorecer y estructurar su interacción. Gresham y Lemanek, 1983; Ladd y Asher, 1985, entre otros). Desde otro marco teórico y siguiendo una perspectiva constructivista, numerosas investigaciones ponen de manifiesto que la interacción entre alumnos, especialmente la de tipo cooperativo, favorece la adquisición de competencias y destrezas sociales y el rendimiento escolar (Echeita y Martín, 1990; Trianes, 1996; Trianes, Jiménez y Muñoz, 1997).

Al hablar de programas queremos transmitir un ordenamiento estructurado y no por ello inflexible que sirva de modelo para la implementación ordenada y sistematizada de las Habilidades sociales dentro del cronograma curricular escolar, siendo quizás la única posibilidad que contemos con algunos de nuestros adolescentes para la incorporación de las conductas Prosociales. Para ello debemos primero entender la clasificación y Fundamentación de las mismas. En cuanto a las habilidades sociales infantiles que Michelson y sus colaboradores, consideran importantes para trabajar en su programa de intervención son:

- ~~ACÁ ÁMABA~~
- Quejas.
- Dar una negativa o decir no.
- Pedir favores.
- Preguntar por qué.
- Solicitar cambio de conducta.
- Defender los derechos propios.
- Conversaciones.
- Empatía.
- Habilidades sociales no verbales.
- Interacciones con estatus diferentes.
- Interacciones con el sexo opuesto.
- Tomar decisiones.
- Interacciones de grupo.
- Afrontar los conflictos: enseñanza de resolución de conflictos

(C. Camacho y M. Camacho / Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual 3(2005) 1-27)

La O.P.S. En sus trabajos de investigación estipulan el papel primordial de la educación en la formación de los adolescentes/jóvenes de la próxima década, afirmando que apoyarán significativamente a todos los programas de intervención educativa que contemplen la inclusión de habilidades para la vida, clasificando las metas siguientes. La superposición de metas entre la reforma educativa y los programas de promoción/educación, incluyen:

- Enfoque en el niño o estudiante como un todo
- Identificación de objetivos y resultados claros de los estudiantes
- Implementación de una enseñanza centrada en el estudiante
- Promoción del aprendizaje activo, participativo y cooperativo
- Enfoque en un pensamiento crítico de alto grado para los estudiantes
- Capacitación de maestros para asegurar la efectividad
- Participación de los padres en actividades de aprendizaje
- Consideración del ambiente escolar
- Colaboración dentro de una escuela y entre una comunidad y una escuela (Haber y Blaber, 1995)

Esta unidad tiene como objetivo aportar una serie de sugerencias prácticas que puedan servir como guía a la hora de abordar el entrenamiento de las habilidades sociales. Las técnicas de entrenamiento en habilidades sociales son aplicables a cualquier sujeto. Es importante saber cuál es la técnica más apropiada en función de las características de cada sujeto/ grupo aula, sus dificultades, habilidades a entrenar y necesidades específicas. Ya sabemos que estas dificultades pueden deberse al hecho de no haber aprendido determinadas conductas (modelo de déficit) o al hecho de que existen interferencias que impiden la puesta en práctica de dichas habilidades. En el primer caso parece más apropiado utilizar técnicas conductuales mientras que en el segundo caso resultan más eficaces técnicas cognitivas y de control de ansiedad. En ambos casos es importante un control de contexto ya que el repertorio de las habilidades sociales va a estar condicionado en cierta medida por los factores externos del entorno en el que el sujeto está inserto.

**TÉCNICAS GENERALES DE ENTRENAMIENTO:** Son numerosas las estrategias que pueden utilizarse para entrenar las habilidades sociales. Estas técnicas pueden utilizarse individualmente o de manera combinada. Estas son algunas de las estrategias que se utilizan en los programas de intervención y que han demostrado buen resultado y de fácil aplicación en el contexto escolar y en el entorno familiar.

**A) TÉCNICAS CONDUCTUALES:** Estas técnicas son apropiadas cuando la persona no tiene una o varias habilidades sociales en su repertorio. A través de estas técnicas y en ambientes estructurados las personas pueden aprenderlas e incluirlas en su repertorio con el objetivo ulterior de ser generalizadas a otros ámbitos y situaciones.

Estas técnicas son de fácil aplicación, no requieren de materiales sofisticados y sus resultados son altamente exitosos. La clave está en la aplicación sistemática e intencionada.

**MODELADO:** consiste en el aprendizaje por medio de la observación. Se trata de exponer al sujeto a modelos que en un primer momento muestran correctamente la habilidad o conducta objetivo del entrenamiento. Posteriormente lo realiza el sujeto o grupo. Para que el modelo sea más efectivo es importante tener en cuenta algunos puntos:

1. **CARACTERÍSTICA DEL MODELO:** experiencia en la habilidad a entrenar, que haya similitudes entre el modelo y el observador, características personales que faciliten la comunicación.
2. **CARACTERÍSTICAS DE LA SITUACIÓN A MODELAR:** Las conductas a imitar deben presentarse de manera clara y explícita.
3. **CARACTERÍSTICAS DEL OBSERVADOR:** la conducta debe responder a necesidades reales del observador. El aprendizaje debe ser significativo y funcional, así como procurarle refuerzos. El aprendizaje resultará más efectivo si tiene consecuencias positivas.

**ROLE PLAYING O REPRESENTACIÓN:** El alumno ensaya la habilidad en un contexto controlado o simulado que le permite adquirir confianza y seguridad sin riesgo de fracaso. Tiene valor preventivo ya que se trata de adquirir la habilidad en situaciones ficticias para que llegado el momento o situación real se tenga adquirida la habilidad para manejar dicha situación.

**REFORZAMIENTO:** Hay de tres tipos material, social o autorefuero.

**B) TÉCNICAS COGNITIVAS:** Estas técnicas no inciden directamente sobre la conducta o habilidad sino en los procesos cognitivos y emocionales que subyacen a la misma. Si se modifican los procesos cognitivos y emocionales erróneos el sujeto podrá desplegar sus habilidades sociales sin trabas.

**REESTRUCTURACIÓN COGNITIVA:** consiste en un conjunto de estrategias que ayudan al sujeto a percibir e interpretar el mundo que lo rodea de una manera más adaptada. Se intenta que el sujeto sea

consciente de sus errores y distorsiones cognitivas que comete (personalización, victimización, magnificar detalles) para controlar auto-verbalizaciones y pensamientos negativos.

**TÉCNICAS DE RELAJACIÓN:** cuando la ansiedad o el temor a las situaciones sociales es la principal causa de las dificultades de relación es imprescindible que el sujeto aprenda a relajarse. Se usan técnicas de relajación progresiva. La relajación puede ser muy útil para controlar respuestas asociadas a emociones negativas fuertes como la ira y la agresividad.

**ENTRENAMIENTO EN RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS INTERPERSONALES:** es importante entrenarlo en potenciar las habilidades cognitivas implicadas en la resolución de conflictos interpersonales.

**C) TÉCNICAS DE CONTROL DEL ENTORNO:** tal como se indicó anteriormente el manejo de estímulos y contingencias ambientales fortalece el desarrollo de las habilidades sociales.

- Clima de relación
- Actividades colaborativas
- Tutorías entre iguales
- Contexto facilitador y reforzante

### **ALGUNAS CONSIDERACIONES PRÁCTICAS PARA EL ENTRENAMIENTO DE HABILIDADES SOCIALES**

Existen problemas de relación interpersonal de diferente naturaleza causado por diferentes causas. El modelo de Merrel y Gimpel para la enseñanza de habilidades interpersonales es un sistema de entrenamiento estructurado en pasos cuya aplicación tiene tanto un objetivo preventivo como rehabilitador.

#### **PASOS PARA ENSEÑAR HABILIDADES SOCIALES:**

- Definición del problema
- Identificación de soluciones
- Exposición a un modelo
- Ensayo y representación de la conducta
- Información sobre la actuación
- Eliminación de problemas de conducta
- Auto-instrucción y autoevaluación
- Entrenamiento para generalizar y mantener lo aprendido

#### **EL MODELO DE TRIANES (1999) SUGIERE UNA SERIE DE PREGUNTAS GUÍA:**

- ¿Qué ha pasado? (identificación de la situación problema)
  - ¿Cómo te sentiste o cómo te sentís ahora? (identificación asociadas a la situación problema)
  - ¿Por qué crees que has actuado de esta manera? (identificación de las causas)
  - ¿En qué estabas pensando al comportarse de este modo? (identificación de cogniciones)
  - ¿Qué querías conseguir al comportarse de tal manera? (identificación de objetivos)
  - ¿Cuáles han sido las consecuencias de tu comportamiento? (identificación de consecuencias)
  - ¿Has conseguido lo que te proponías? (valoración de la propia conducta en función de normas y/o valores)
  - ¿Crees que has actuado correctamente? (identificación de alternativas).
  - ¿Crees que podrías haber actuado de otra manera?
- Permitir a los niños y adolescentes experimentar las emociones normales como miedo, ira, frustración, alegría, tristeza.

Facilitar al niño/adolescente situaciones en la que debe ponerse en el lugar del otro y ofrecer ayuda. Esto se puede lograr a través de historietas.

#### **ANEXO 1**

A continuación presentamos una Lista de Derechos Asertivos según algunos autores (M. Davis, M. McKay y E.R. Eshelman, 1982):

#### **DERECHOS ASERTIVOS:**

1. Algunas veces, usted tiene derecho a ser el primero.
2. Usted tiene derecho a cometer errores.
3. Usted tiene derecho a ser el juez último de sus sentimientos y aceptarlos como válidos
4. Usted tiene derecho a tener sus propias opiniones y convencimientos.
5. Usted tiene derecho a cambiar de idea o de línea de acción.
6. Usted tiene derecho a la crítica y a protestar por un trato injusto.
7. Usted tiene derecho a interrumpir para pedir una aclaración.
8. Usted tiene perfecto derecho a intentar un cambio.
9. Usted tiene derecho a pedir ayuda o apoyo emocional.

10. Usted tiene derecho a sentir y expresar el dolor.
11. Usted tiene derecho a ignorar los consejos de los demás
12. Usted tiene derecho a recibir el reconocimiento formal por un trabajo bien hecho.
13. Usted tiene derecho a decir "no".
14. Usted tiene derecho a estar solo aún cuando los demás deseen su compañía.
15. Usted tiene derecho a no justificarse ante los demás.
16. Usted tiene derecho a no responsabilizarse de los problemas de los demás.
17. Usted tiene derecho a no anticiparse a las necesidades y los deseos de los demás.
18. Usted tiene derecho a no estar pendiente de la buena voluntad de los demás.
19. Usted tiene derecho a responder o a no hacerlo

**ANEXO 2:****LISTADO DE SITUACIONES Y HABILIDADES SOCIALES.**

Cristina Camacho Gómez y Marta Camacho Calvo (2004)

**EDAD:**

**SEXO:**

**MARCA CON UNA X LA SITUACIÓN DESCRITA EN LA QUE TENGAS MAYOR DIFICULTAD:**

1. Saludar o presentarse.
2. Me cuesta iniciar una conversación con alguien que no conozco.
3. Preguntar dudas.
4. Escuchar.
5. Introducirse en una conversación.
6. Explicar cualquier tema.
7. Decir no lo se.
8. Dar las gracias.
9. Pedir perdón.
10. Recibir elogios.
11. Recibir críticas
12. Hacer críticas.
13. Invitar a salir a alguien.
14. Expresar afecto.
15. Tomar iniciativa.
16. Saber negociar.
17. Tomar decisiones.
18. Hablar de mi o de mis problemas.
19. Me cuesta pedir ayuda a alguien.
20. Me cuesta hacer elogios.
21. Me gusta hacer cumplidos a los demás.
22. Me cuesta hablar en público.
23. Si algo no me gusta, lo digo sin problema.
24. Cuando tengo que hablar con un adulto o alguien de autoridad, me paraliza.

**TRABAJO PRÁCTICO N°1: "DRAMATIZACIÓN DE SITUACIONES CONFLICTIVAS ENTRE ADOLESCENTES Y ADULTOS"**

- El curso se divide en 4 grupos, cada uno de los cuales prepara y dramatiza una situación conflictiva en la que deben intervenir por lo menos un adolescente y un adulto, tratando de que sean situaciones cotidianas, reales, que se vivan y escuchen a diario.
- Las situaciones tendrán que ver con: el ámbito familiar, una situación de diversión, la escuela, la atención de la salud.
- Una vez presentadas las dramatizaciones, entre todas/os las/os alumnas/os observarán y puntualizarán:
  - los dichos populares acerca de la adolescencia,
  - lo que piensan y dicen los adultos sobre las/os adolescentes,
  - en qué se equivocan y en qué están en lo cierto los adultos respecto de los adolescentes,
  - qué piensan las/os adolescentes cuando un chico o una chica llegan a esa verdadera transformación que se vive en la adolescencia,
  - qué es lo mejor y lo peor de la adolescencia.
- Situaciones dramatizadas:

*Familiar:* familia con dos hijas adolescentes que discuten entre sí y con los padres cuando les piden el auto para dar un paseo por el centro. El motivo de la negativa de los padres es que son menores de edad y el de las adolescentes es que los accidentes pasan más allá de la edad que se tenga.

2. *Escolar:* el profesor, para imponer o lograr orden en la clase, les toma una prueba escrita. El desorden continúa, por lo cual el profesor solicita amonestaciones para los varones, generando una situación de injusticia, de arbitrariedad.

*Tiempo libre:* jóvenes en un bar, tomando un trago. Están alcoholizados. Algunos se insultan entre ellos ("marica") y otros los incitan a pelearse afuera del local.

*Salud:* dos adolescentes concurren a un consultorio médico para hacerse un control de salud, que es normal.

- o En las dramatizaciones aparecen reflejados los siguientes aspectos de la adolescencia:

Dichos populares sobre la adolescencia:

- "Están en la edad del pavo".
- "De tal palo tal astilla".
- "¡¿Estás grande o estás chico?!".
- "Otra vez sopa..." ("cuando nos mandamos la misma macana otra vez"...).

Lo que piensan y dicen los adultos sobre los adolescentes:

- "La juventud de ahora está perdida".
- "La juventud de ahora no es la misma que la de antes".
- "Que no hacen nada: "Son todos una manga de vagos, agrandados".
- "Sólo sirven para comer y dormir"
- "¿Qué te pensás que sos?".
- "¿Crees que tenés 20 años?".
- "¿No tenés casa?".
- "La vagancia es tu futuro".

Las transformaciones que están viviendo las/os adolescentes:

- "Ya no te gusta salir con tu mamá".
- "Estás mucho en la calle".
- "En vez de mirar los dibujitos todo el día como antes, ahora me pongo a mirar el noticiero porque me interesa".
- "Estás sano, no tenés que ir al hospital".
- "Tengo más confianza en mí mismo".
- "Los padres nos ven crecer y nosotros nos vemos iguales".
- El adulto se preocupa mucho por el adolescente, en relación con los "peligros de la calle", "la droga", "velocidad en vehículos", "peleas".

Lo mejor de la adolescencia:

- Ser depositario de la confianza de los padres..."hasta por ahí nomás".
- Diversión, salir en auto con amigos.
- Conocer más cosas, lugares (boliches, otras ciudades) y personas.
- Tener más libertad.

Lo peor de la adolescencia:

- "Cuando no te entienden o no están de acuerdo con lo que pensamos los adolescentes".

Observación: la percepción de no ser entendido aparecería cuando el adulto no está de acuerdo con lo que el adolescente quiere hacer.

- "Cuando los padres no conocen bien los peligros de la calle y creen que son mayores de lo que realmente son".

- "Entendemos más lo que está pasando entre los adultos".

Observaciones: las situaciones o conflictos familiares son vividas como muy serias por algunas/os adolescentes del grupo, pero otras/os manifiestan que, por el contrario, los afectan menos, porque tienen más conocimientos o instrumentos para comprenderlas y enfrentarlas.

- Cuando el adulto no puede dar razón de su respuesta (generalmente negativa).

Observación: entendemos que perciben muy claramente la "inconsistencia" en el adulto.

## **TRABAJO PRACTICO N 2: ACTIVIDADES PARA LA AUTOESTIMA**

### **OBJETIVOS:**

- Que los alumnos y alumnas se den cuenta cómo las expresiones verbales afectan a nuestra autoestima.
- Que desarrollen la capacidad de expresar quejas sin dañar a otros.

### **DESARROLLO:**

1. Comentar sobre la actitud y modo que adoptamos cuando queremos regañar a alguien porque ha hecho algo que no nos ha gustado. Hacer ver que hay muchas formas de llamar la atención, y no es lo mismo hacerlo de una

manera u otra. Una palabra puede hacer mucho daño si se dice con mal tono. Muchos recordamos algo que nos hizo sentir mal y no sólo por lo que nos dijeron sino por el tono de voz empleado.

A nadie le gusta que lo traten mal. Sin embargo, casi nunca nos damos cuenta del efecto que tienen nuestras palabras en los demás cuando nosotros tratamos mal. Por eso es muy importante que pensemos en cómo decimos las cosas a los demás.

2. Que recuerden cosas que les hayan dicho y por las que se sintieron mal.

3. Dividir la pizarra por la mitad. En una escribir las frases que van diciendo mientras explican brevemente la situación y cómo se sintieron cuando les hablaron de esa forma. Pedirles que piensen otras formas de decir lo mismo, pero sin herir a los demás. Teniendo en cuenta cuatro condiciones:

- Ser sinceros.
- Dejar claro cuál es el problema.
- Indicar a la otra persona lo que debe hacer para solucionarlo.
- Nunca usar insultos o calificativos que ofendan.

4. Escribir estas nuevas formas en el lado derecho de la pizarra, junto a cada mensaje incorrecto.

5. Dos voluntarios(as) dramatizan la primera situación de la ficha "D", en la que el dueño del libro pide a la otra persona con malos modales y luego la situación donde lo hace correctamente.

6. Repartir la ficha "E" para que la desarrollen los alumnos.

#### **CONCLUSIONES:**

Reflexionar sobre la importancia que tiene el cómo decimos las cosas. Podemos tener la razón, pero si utilizamos malas formas hacemos daño a los demás.

Si pensamos antes de decir algo en cómo hacerlo, sin herir al otro, los demás nos aceptarán y tendremos la satisfacción de no hacer daño a otros.