



## UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

---

PROGRAMA EDUCATIVO DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

UNIDAD AJUSCO

**“PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES SOCIALES  
PARA FOMENTAR LA MEJORA DE RELACIONES  
INTERPERSONALES DIRIGIDO A UN GRUPO DE SEXTO GRADO  
DE EDUCACIÓN PRIMARIA”.**

### TESIS

Para obtener el título de

**Licenciado en Psicología Educativa**

**PRESENTA:**

**ORTEGA CUELLAR VIRIDIANA.**

**ASESORA**

**DRA. LILIA PAZ RUBIO ROSAS**

**OPCIÓN DE TITULACIÓN:**

**INFORME DE INTERVENCIÓN PROFESIONAL**

**México, D.F., 2012**

## AGRADECIMIENTOS

### A MIS PAPÁS MARTIN ORTEGA Y VICTORIA CUELLAR:

Por su apoyo incondicional no solo a lo largo  
de este proyecto sino a lo largo de toda mi vida.  
por la gran educación que me dieron ya que es  
lo que hoy me permite ser una profesionista. Gracias  
por todo recuerden que los amo

### A MIS HERMANAS: YADIRA, YOIS Y JOCELYN

Por sus consejos, su apoyo y  
Tolerancia que me han brindado  
Las amo hermanas gracias por todo.

### A RODOLFO COLÍN CAMARENA:

Por su gran apoyo, por sus consejos y por  
que me tendiste la mano cuando mas  
te necesitaba, gracias por ser tan tolerante  
y por estar conmigo en las buenas y en las  
malas. Gracias mi amor te amo.

### A LA DRA. LILIA PAZ RUBIO ROSAS

Por brindarme su apoyo desde el inicio de  
este proyecto, gracias por compartir sus  
conocimientos conmigo. Gracias por ser  
una excelente persona.

### A MIS AMIGAS:

Cristina Ponce, Julieta Torres y a  
mis grandes amigos los Monitores  
del FCE Gina, Paty G, Paty J, Edgar,  
Karen, Iovanna, Sandra, Mayra, Dulce  
Gaby, Bere y Ángeles.

En general gracias a todos ustedes que siempre estuvieron conmigo incondicionalmente,  
gracias por ser parte de mi vida, gracias por haberme concedido el placer de conocerlos,  
gracias por su apoyo los quiero mucho.

Por ultimo pero no menos importante quiero agradecer a Dios y a la Virgen de Guadalupe  
por permitirme ver este sueño realizado.

## **INDICE**

Introducción.....	1
CAPITULO 1. Habilidades sociales	
1.1 ¿Qué son las habilidades sociales?.....	6
1.2 Tipos de habilidades sociales.....	8
CAPITULO 2. Habilidades sociales en la niñez	
2.1 Desarrollo infantil.....	21
2.2 Importancia de las habilidades sociales infantiles.....	23
2.3 Relaciones interpersonales.....	27
CAPITULO 3. Entrenamiento de habilidades sociales.	
3.1 Programas de entrenamiento en habilidades sociales (EHS).....	29
3.2 Investigaciones de programas de (EHS) .....	34
3.3 Técnicas y métodos en el (EHS).....	37
3.4 Programa de estudio 2009 6º de primaria.....	39
CAPITULO 4. Procedimiento	
4. Procedimiento.....	46
4.1 Participantes y muestreo.....	47

4.2 Escenario.....	47
4.3 Instrumentos.....	47
4.3.1Instrumentos para diagnostico.....	47
4.3.1.1 Guía de observación.....	47
4.3.1.Pretest.....	48
4.3.2 Programa de intervención.....	49
4.3.3 Postest.....	50
4.3.4. Cuestionario de evaluación de relaciones interpersonales.....	51
4.4 Diseño de Investigación.....	51
CAPITULO 5. Análisis de resultados y conclusiones	
5. resultados.....	52
5.1. Análisis de los principales hallazgos.....	76
5.2. Conclusiones.....	78
5.3. Recomendaciones.....	80
5.4. Alcances y limitaciones.....	81
Referencias.....	82
Anexos.....	85

## **Introducción**

Con frecuencia los alumnos tienen que tomar decisiones a la hora de relacionarse con sus iguales, pero a veces no son las correctas, y ello se debe a que no cuentan con las habilidades sociales necesarias para desarrollarse de forma efectiva con sus compañeros de clase. Por esta razón, (Díaz Aguado, 1996) menciona en su libro “Escuela y Tolerancia”, que la calidad de vida escolar depende, fundamentalmente de las relaciones que cada alumno establece con sus compañeros.

Por lo que, se considera importante que los alumnos se involucren con sus compañeros no sólo en el ámbito cognoscitivo, sino que incrementen su aprendizaje en ámbitos como el afectivo, ya que el aula es un contexto comunicativo en donde el alumnado debe de esforzarse para involucrarse en las actividades educativas, esto incluye la interacción entre el alumno y sus compañeros de clase.

Por esta razón la adaptación escolar depende, en gran parte de las relaciones que los alumnos mantienen con sus compañeros. Cuando dichas relaciones se establecen adecuadamente proporcionan un mejor rendimiento escolar y social del alumno dentro de la escuela.

Caballo (1993) comenta que ningún niño nace simpático, tímido o socialmente hábil; a lo largo de la vida se va aprendiendo a ser de un modo determinado, de tal forma que las respuestas que emite el sujeto en una situación interpersonal dependen de lo aprendido en sus interacciones anteriores con el medio social. El sujeto en su interacción con el medio interpersonal va aprendiendo un comportamiento social que se muestra después de forma puntual y situacional en sus relaciones interpersonales; por lo tanto la conducta y habilidades de interacción social se aprenden.

En las instituciones escolares los alumnos deben de aprender a relacionarse con sus compañeros de clase, de lo contrario podrían atravesar por problemas de interacción social como “acoso escolar”, que es un problema latente desde hace muchos años, pero actualmente ha pasado a ser un tema de alto grado de interés, debido a que cada día se presenta un mayor número de casos relacionados con el fenómeno del momento el llamado “Bullying”, un fenómeno que se observa con dificultad debido al poco interés de los profesores en el comportamiento poco asertivo de sus alumnos, es decir los profesores se

enfocan únicamente en enseñar aspectos cognoscitivos, dejando de lado aspectos muy importantes como los afectivos, esto incluye la interacción entre alumnos en el aula escolar.

Calvo y Ballester (2007) argumentan, que la información que aportan los estudios muestran que la dinámica de acoso o “bullying” tiene un carácter generalizado: se produce en todo tipo de centros (públicos, concentrados y privados); en todo tipo de ambientes (desde los más selectos a los más marginales), y en todas las poblaciones (desde grandes capitales a zonas rurales). Esa generalización plantea la necesidad de que todos los centros se doten de medios para detectar la presencia de situaciones de acoso escolar y de procedimientos para reeducar a los alumnos de forma directa.

Por otra parte, Olweus (1998) planteó que los acosadores carecen de habilidades sociales adecuadas, por lo que una de las características que definen a alumnos con este tipo de conducta antisocial es que los acosadores no solo carecen de habilidades sociales sino que intencionalmente eligen esos métodos agresivos para obtener poder y dominio en sus relaciones. Una prueba de sus habilidades es que para evitar posibles sanciones fingir ante la figuras de autoridad y son capaces de mostrar que su agresión estaba justificada o que no ha existido.

En los centros educativos se presentan comportamientos violentos e indisciplinarios que tienen en su base sentimientos de insatisfacción e inadaptación socioemocional en alumnos que, por distintos motivos, no se integran en el trabajo académico (Trianes y García, 2002). Una vía para prevenir y afrontar estas situaciones es la llamada educación para la convivencia, la cual es tarea de psicólogos educativos, los cuales tienen que aportar estrategias y herramientas que contribuyan la reeducación de los alumnos, ya que una de las tareas del psicólogo es la de ayudar a buscar soluciones a los problemas tanto académicos como conductuales que surgen en niños y adolescentes o de lo contrario orientar al pedagogo, a los docentes y directivos escolares sobre las estrategias que puede utilizar para solucionar los problemas que se presenten en las instituciones educativas y en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

El psicólogo educativo, es una figura clave en el desarrollo funcional de una institución educativa, ya que se dedica a ayudar a los alumnos, en la búsqueda e implementación de la

calidad educativa. La cual incluye aspectos cognoscitivos y emocionales, los cuales en conjunto brindan un excelente trabajo educativo.

Ante esta situación, esta investigación tiene como finalidad aplicar un programa de entrenamiento en habilidades sociales que contribuya a mejorar las relaciones interpersonales en un grupo de alumnos de sexto grado de educación primaria.

El programa de entrenamiento en habilidades sociales que es de instrucción directa permite al psicólogo educativo moldear el comportamiento de los alumnos, con la finalidad de mejorar sus relaciones en el entorno escolar ya que les permite ayudar a desarrollar destrezas correspondientes al comportamiento social mismas que facilitaran en el alumno desarrollarse ante sus iguales de tal forma que logre ser socialmente accesible ante sus compañeros. Por lo que algunos autores como Monjas en el 2002, Verdugo en 1997, Caballo en 1993 y Kelly en 1992, entre otros, han afirmado que este tipo de entrenamientos son efectivamente útiles para mejorar las relaciones interpersonales en centros escolares, ya que permiten un mejor desarrollo interpersonal en edades tempranas, situación que beneficiará al pequeño en edades posteriores, ya que un niño socialmente hábil manifiesta mayor confianza en sus actos sociales y escolares.

Por lo antes expuesto, se considera conveniente en esta investigación proporcionar la información necesaria para que se conozcan los principios básicos del entrenamiento en habilidades sociales y de esta manera puedan ser implementados en las instituciones educativas.

Por su parte Valles (1996) afirma que mediante la práctica de las destrezas sociales necesarias para la interacción, el individuo adquiere un mayor conocimiento de si mismo y de los demás. Por esta razón se ha decidido realizar un programa de entrenamiento en habilidades sociales en un grupo de alumnos de sexto grado de educación primaria ubicada en el municipio de Netzahualcóyotl Estado de México, en donde se trabajó con un grupo de 14 alumnos con edades de 11 y 12 años.

Los objetivos de esta investigación son:

Objetivo general:

- Diseñar, aplicar y evaluar un programa de entrenamiento en habilidades sociales que contribuya a mejorar las relaciones interpersonales en un grupo de alumnos de sexto grado de educación primaria, con base en un diagnóstico previo.

Objetivos específicos:

- Diagnósticar niveles de habilidades sociales.
- Diseñar un programa de entrenamiento en habilidades sociales.
- Aplicar un programa de entrenamiento en habilidades sociales.
- Evaluar si el programa de entrenamiento en habilidades sociales mejoró las relaciones interpersonales de un grupo de alumnos de sexto grado de primaria.

A través de este programa se pretende ayudar a los alumnos a desarrollar habilidades que les permitan desenvolverse socialmente con sus iguales. Esta investigación se encuentra organizada de la siguiente manera:

Capítulo 1. Muestra un panorama general de lo que son las habilidades sociales y describe de forma puntual cada una de las 30 habilidades que (Monjas 2002) describe en su programa de entrenamiento.

Capítulo 2. Este capítulo tiene como propósito mostrar las principales características del desarrollo infantil, así como dar un panorama de lo que son las relaciones interpersonales, esto con la finalidad de mostrar cual es la importancia de las habilidades sociales en la etapa infantil.

Capítulo 3. Aquí se muestran las características de los programas de entrenamiento en habilidades sociales, así como las técnicas y métodos utilizados para desarrollar habilidades en los alumnos. Además se muestra el programa de estudio de la SEP 2009, con la finalidad de tener un amplio panorama de los propósitos educativos que marca esta institución.

Capítulo 4. En este capítulo se describe el procedimiento que se realizó para el desarrollo de esta investigación.

Capítulo 5. En este capítulo se muestran los resultados del programa, las conclusiones, los alcances y limitaciones.

Por consiguiente se procederá a dar un panorama de lo que son las habilidades sociales en la edad escolar con la finalidad de conocer su importancia dentro del entorno educativo.

## **Referentes Teórico Conceptuales.**

### **CAPITULO 1. Habilidades sociales**

#### **1.1 ¿Qué son las habilidades sociales?**

Los niños desde el momento en que nacen van adquiriendo diversas habilidades, como lo son: sonreír, saludar, comunicarse con otras personas, etc. que realizan a través de la imitación y el modelado de sus padres, por lo que con el tiempo este tipo de conductas se ven de forma natural, por esta razón se olvida la preocupación de enseñarle a los niños como es que deben comportarse socialmente. Por consiguiente este apartado describirá que son las habilidades sociales y su importancia en el contexto escolar del niño.

Para, Valles, A y Valles, T. (1996) el término “habilidad” proviene del modelo psicológico de la modificación de conducta y se emplea para expresar que la “competencia social” no es un rasgo de personalidad, sino más bien un conjunto de comportamientos aprendidos y adquiridos. Por lo tanto aunque todos tenemos la capacidad de desarrollarnos socialmente no todos contamos con las habilidades sociales necesarias para integrarnos a los contextos a los que pertenecemos.

Por esta razón los autores antes mencionados, expresan que las habilidades sociales se consideran conductas aprendidas que se adquieren a través de la experiencia y se modifican según patrones que se van adquiriendo día a día en los contextos sociales donde los individuos interactúan con sus iguales.

Por su parte, Kelly (2000) sostiene, que las habilidades sociales son aquellas conductas aprendidas que ponen en juego las personas en situaciones interpersonales para obtener o mantener reforzamiento del ambiente.

Pérez (2000) señala que, tanto la escuela como otros espacios educativos han decidido darle mayor importancia al desarrollo de las habilidades sociales en los niños, esto debido a las observaciones que se han obtenido en diversas investigaciones, ya que se ha hallado un grado significativo entre la enseñanza de habilidades sociales y el comportamiento que el

niño manifiesta en situaciones posteriores. Ya que estas actividades han permitido observar cambios significativos en el comportamiento de los alumnos y sus compañeros de clase.

Por otro lado, Hernández. M (2002) argumenta que las habilidades sociales son las formas de comportarnos adecuadamente cuando nos relacionamos con otras personas, ya que son aquellas conductas que nos permiten actuar de manera eficaz y satisfactoria en diversas situaciones sociales que consisten en poner en juego un conjunto de conductas (verbales y no verbales) para relacionarnos con los demás de forma correcta y mutuamente gratificante ya sea con los padres, hermanos, amigos o personas que acabamos de conocer. De la misma forma, (Prette, Z y Prette, A, 2002) señalan que las habilidades sociales son aprendidas y las demandas para su desempeño varían en función del estado de desarrollo del individuo.

Un alumno socialmente hábil puede mantener mejores relaciones sociales con sus iguales que un alumno que no lo es, esto debido a la falta de habilidades sociales para desenvolverse dentro del aula escolar ya que como lo describe Monjas a continuación las habilidades sociales tienen diversas funciones que favorecen la socialización del alumno.

Para esto, Monjas (1993) señala varias funciones que cumplen las habilidades sociales:

1. Aprendizaje de la reciprocidad. En las relaciones con los iguales se aprecia la importancia de la reciprocidad entre lo que se da y lo que se recibe.
2. Adopción de roles. Se aprende a asumir el rol que corresponde en la interacción, la empatía, la toma de perspectivas al ponerse en el lugar del otro.
3. Control de situaciones. Se aprende a asumir distintas situaciones en el grupo, como pueden ser la posición de dirección o el seguimiento de instrucciones.
4. Comportamientos de cooperación. La interacción con el grupo permite el aprendizaje de destrezas de colaboración, compartir tareas, trabajar en equipo, establecimiento de acuerdos, expresión de diferencias, etc.
5. Autocontrol y regulación de la conducta. En función del feedback recibido de los demás.

6. Apoyo emocional de los iguales. La expresión de sentimientos tales como: afecto, alianza, ayuda, apoyo, compañía, aumento del valor, etc.

7. Aprendizaje del rol sexual. Se desarrollan los criterios morales y el sistema de valores.

Por tal motivo es necesario fomentar habilidades sociales en las instituciones educativas, ya que de esta manera se reflejará un ambiente más armónico dentro del aula escolar y por lo tanto la convivencia del centro escolar mejorará las relaciones interpersonales de los alumnos.

## **1.2 Tipos de habilidades sociales**

Aunque en la actualidad existen múltiples programas de entrenamiento de habilidades sociales todos manejan diferentes habilidades por lo que esta investigación solo se basará en entrenar las habilidades que María Inés Monjas Casares menciona en su programa.

Monjas (2002) describe en su libro “Programa de Enseñanza de Habilidades de Interacción Social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar”, 30 diferentes habilidades sociales, las cuales se dividen en seis áreas que son:

Área 1. Habilidades básicas de interacción social: incluye habilidades y comportamientos básicos y esenciales para relacionarse con cualquier persona ya sea niño o adulto y aunque no se tenga el objetivo concreto de establecer una relación de amistad, ya que estas conductas se muestran tanto en las interacciones afectivas y de amigos, como en otro tipo de contactos personales en los que la interacción es solo instrumento para conseguir otros objetivos, por ejemplo comprar algo o pedir una información. Por eso se les llama también habilidades de cortesía y protocolo social. Ocurre también que son conductas que forman parte casi siempre de habilidades interpersonales más complejas.

En los programas de entrenamiento de la competencia social en niños, estas habilidades muchas veces se olvidan porque parecen obvias y se dan por supuestas y sabidas por los niños y las niñas. En ocasiones se consideran solo como conductas de formalidad, cortesía y buena educación y se menosprecian y olvidan. Pero en distintas investigaciones se constata

su innegable contribución al éxito de las interacciones del niño y adolescente. Estas habilidades por tanto, le van a ayudar a que se maneje y desenvuelva en su entorno social diario.

Las investigaciones en este campo señalan que los niños socialmente habilidosos sonríen, ríen y disfrutan cuando se relacionan con otras personas y establecen contactos (saludan, se despiden, se presentan) que resultan agradables para los otros, haciéndolo siempre con cortesía y amabilidad (pidiendo las cosas por favor, pidiendo disculpas, agradeciendo, excusándose).

En esta área se incluyen las habilidades de: sonreír y reír, saludar, presentaciones, favores, cortesía y amabilidad.

Área 2. Habilidades para hacer amigos y amigas: se abordan las habilidades que son cruciales para el inicio, desarrollo y mantenimiento de interacciones positivas y mutuamente satisfactorias con los iguales. La amistad, entendida como relaciones marcadas por afecto positivo recíproco y compartido, implica satisfacción mutua, placer y contexto de apoyo altamente estimulante entre los implicados. La amistad es una experiencia personal muy satisfactoria que contribuye al adecuado desarrollo social y afectivo. Los niños que tienen amigos (aunque sean pocos) regularmente mantienen relaciones sociales estables, por lo que manifiestan tener una mayor adaptación personal y social.

Un tema muy relacionado con los aspectos que estamos comentando es la aceptación social entendida como el grado en que el niño es querido y aceptado o rechazado en su grupo de iguales. Está repetidamente demostrado que la aceptación social por los compañeros y el estatus sociométrico del niño muestra índices claves de la adaptación social actual y son muy buenos predictores de la adaptación futura; el estatus de rechazo en la niñez y adolescencia, es un claro factor de riesgo de distintos problemas de la infancia, la adolescencia y la vida adulta.

En numerosas investigaciones se constata que los niños socialmente competentes refuerzan y alaban con mucha frecuencia a sus compañeros y, a cambio, reciben mayor cantidad de respuestas sociales positivas. Tienen altos niveles de interacción social con los iguales tanto en el aspecto de iniciación como en el de recepción y respuesta a los otros. Inician más interacciones positivas y amistosas con sus iguales y reciben mayor cantidad de respuestas

y propuestas sociales positivas de los compañeros. Son más sensibles a las necesidades y peticiones de ayuda de sus pares y responden más a las demandas y proposiciones de los otros niños. Aquí se incluyen las habilidades de reforzar a los otros, iniciaciones sociales, unirse al juego con otros, ayuda, cooperar y compartir.

Área 3. Habilidades conversacionales: son habilidades que permiten al niño iniciar, mantener y finalizar conversaciones con otras personas.

La importancia de estas habilidades se pone de manifiesto al comprobar que se ponen en juego en cualquier situación interpersonal, en cierto modo, son el soporte fundamental de las interacciones con otras personas. Para que las interacciones con los iguales sean efectivas, es imprescindible que el niño se comunique adecuadamente con los otros y que converse con los demás. Por medio de la expresión verbal alabamos a los otros, expresamos nuestros sentimientos, negociamos en un conflicto o saludamos. Además, en la infancia la conversación no es solo un medio esencial de participación sino también de aprendizaje.

En las investigaciones sobre el tema se constata que los niños populares y socialmente competentes se enrolean en mas conversaciones que los impopulares; solicitan información de los pares (hacen preguntas) y proporcionan información de ellos mismos (responden a preguntas) con mayor frecuencia. Los niños que conversan bien y charlan con los demás son queridos y aceptados por las otras personas.

Incluye las habilidades de: iniciar conversaciones, mantener conversaciones, terminar conversaciones, unirse a la conversación de otros y conversaciones de grupo.

Área 4. Habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones: esta área podría llamarse también de autoexpresión, autoafirmación o asertividad.

Las numerosas investigaciones existentes en este campo demuestran claramente que los niños socialmente habilidosos y competentes tienen un buen autoconcepto y alta autoestima, se dicen autoverbalizaciones positivas, se autorefuerzan de modo encubierto y se evalúan en términos positivos. Autoinforman también sentimientos positivos y agradables. Son más asertivos en la defensa de sus ideas, opiniones y derechos de forma que lo hacen de modo socialmente adecuado sin violar los derechos de los demás. Por el contrario, los niños con problemas y dificultades de competencia social (entre ellos los niños pasivos y no asertivos,

los rechazados, los agresivos), generalmente presentan un autoconcepto negativo y baja autoestima y se dicen autoafirmaciones negativas. Autoinforman sentimientos de soledad e insatisfacción social, presentan niveles más altos de ansiedad social y más conductas depresivas y renuncian a reivindicar sus derechos o suelen hacer valer sus derechos y opiniones por medio de conductas agresivas.

Esta área incluye las habilidades de: Autoafirmaciones positivas, expresar emociones, recibir emociones, defender los propios derechos y defender las propias opiniones.

Área 5. Habilidades de solución de problemas interpersonales: en esta área se incluyen las habilidades cognitivo-sociales que son necesarias para resolver los conflictos que se plantean entre los niños y sus iguales. Estas son: sensibilidad ante los problemas (identificación y definición de sentimientos y problemas), pensamiento alternativo, pensamiento, medios-fin, pensamiento consecuencial y pensamiento causal.

En la investigación en este tema se evidencia que los niños socialmente hábiles generan más alternativas de solución y estas son más relevantes y prosociales ya que utilizan medios no agresivos para la solución de los conflictos (compromiso, negociación, persuasión, ignorancia del otro).

Área en la cual se incluyen las siguientes habilidades. Identificar problemas interpersonales, buscar soluciones, anticipar consecuencias, elegir una solución y probar la solución.

Área 6. Habilidades para relacionarse con los adultos: en esta área se incluyen una serie de comportamientos que permiten y facilitan la relación adecuada y positiva del niño con los adultos. Las relaciones del niño con los adultos son distintas de las relaciones que se establecen con los iguales. En las relaciones niño-adulto, éste tiene la tendencia a iniciar la mayoría de las interacciones de forma que el adulto ejerce el control. En las relaciones adulto-niño, este se adapta al punto de vista del adulto. En las relaciones niño-niño sin embargo el control suele ser mas reciproco entre los interactores.

Los niños en su vida diaria tienen que relacionarse con los adultos en muchas ocasiones y generalmente con adultos que poseen autoridad y poder sobre ellos. Por eso la relación con los adultos implica relación con personas de estatus superior en el sentido de que esas personas poseen mayor edad, poder y autoridad por lo que son variables a tener en cuenta

en este tipo de relación, el respeto, la tolerancia, de protocolo social, la apariencia física, los modales, gestos y la expresión verbal, entre otras cosas. Es necesario que los niños tengan claro que la relación que mantienen con los adultos es distinta de la que mantienen con chicos y chicas de su edad ya que se espera que les traten con respeto, cortesía y amabilidad. Esto no ha de suponer que estas relaciones sean de dependencia, ni de sumisión para el niño, sino por el contrario, relaciones positivas para ambos, el niño y el adulto.

Esta última área describe las siguientes habilidades: Cortesía con el adulto, refuerzo al adulto, conversar con el adulto, peticiones al adulto y solucionar problemas con adultos.

Estas seis áreas en el entrenamiento de habilidades sociales de Monjas, contienen diferentes habilidades que parten desde las básicas como lo es el saludo, hasta las más complejas como lo es establecer comunicación con los adultos.

A continuación se describen las habilidades sociales que Monjas en el 2002 menciona en su libro (PEHIS) que corresponden a cada una de las áreas descritas anteriormente.

#### 1.-Sonreir y reír

La risa y la sonrisa son conductas que acompañan en determinadas ocasiones a las interacciones que se establecen con otras personas. La sonrisa suele mostrar aceptación, aprobación, agradecimiento, agrado y gusto. La sonrisa es una conducta no-verbal que generalmente precede los inicios de cualquier interacción y acompaña muchos de los contactos que tenemos con los demás. La sonrisa señala que se está disfrutando y gozando de la interacción; indica que los interactores la están pasando bien, que se están divirtiendo.

#### 2.-Saludar

Los saludos son conductas verbales y no-verbales que generalmente preceden a las interacciones y suelen indicar que el niño reconoce, acepta y muestra actitud positiva hacia la persona a la que saluda. Generalmente son señales que el niño ha advertido la presencia de otra persona. Dentro de estas habilidades se incluyen también las despedidas.

### 3.-Presentaciones

Las presentaciones son conductas que se utilizan frecuentemente cuando nos relacionamos con otras personas. Sirven para darse a conocer o hacer que se conozcan otras personas entre si. Consideramos distintos modos de presentación: a) presentarse a si mismo ante otra/s persona/s, b) responder cuando eres presentado por otra persona y c) presentar a otras personas que no se conocen entre si. Estas conductas son muy importantes porque propician la iniciación de nuevas relaciones.

### 4.-Favores

Los favores se contemplan en una doble vertiente de pedir y hacer un favor. Pedir un favor significa solicitar a una persona que haga algo por ti o para ti. Hacer un favor, implica hacer a otra persona algo que nos ha pedido. Parece que los niños que piden y sobre todo hacen favores de modo correcto, son queridos y aceptados por sus iguales.

### 5.-Cortesía y amabilidad

Dentro de la cortesía y amabilidad incluimos un conjunto de conductas muy diversas que las personas utilizamos, o debemos utilizar, cuando nos relacionamos con otras personas con el fin de que la relación sea cordial, agradable y amable. Entre ellas están decir gracias, decir lo siento, pedir perdón, pedir disculpas, excusarse, decir por favor y pedir permiso.

### 6.-Reforzar a los otros

Significa decir o hacer algo agradable a otras personas. Supone decirle que te gusta algo que esa persona tiene o algo que esa persona ha hecho o dicho. Puede ser algo referente a su aspecto, algo que esa persona dice, algo que esa persona hace o algo que ha logrado. Alabamos a los demás cuando hacemos un cumplido, un comentario de elogio, hacemos una afirmación positiva, felicitamos, decimos un piropo o damos la enhorabuena. Dentro de estas habilidades se incluye también el recibir alabanzas y cumplidos.

## 7.-Iniciaciones sociales

Son un conjunto de conductas y habilidades necesarias para empezar a interactuar con otras personas. Iniciar significa encontrar a alguien y pedirle que juegue, hable o realice una actividad con nosotros. Significa empezar a relacionarse con otras personas a través del juego, la actividad o una conversación. Dentro de estas habilidades se incluyen también, indirectamente, la respuesta a las iniciaciones que otros te hacen.

## 8.-Unirse al juego con otros

Significa entrar en un juego o actividad que están llevando otras personas. Generalmente supone entrar en un juego o grupo de trabajo ya formado. En la edad escolar, sobre todo en los primeros momentos, la principal forma de interacción con los iguales es el juego.

## 9.-La ayuda

Se contempla en dos vertientes, pedir y prestar ayuda. Pedir ayuda significa solicitar a otra persona que haga algo por ti ya que tu solo no puedes hacerlo. Prestar ayuda supone hacer algo a otra persona porque no puede hacerlo y nos pide directamente que lo ayudemos o, vemos nosotros que necesita ayuda.

## 10.-Cooperar y compartir

Cooperar y compartir aglutina un nutrido conjunto de conductas y habilidades. Cooperar supone que dos o más niños toman parte en una tarea o actividad común que implica reciprocidad de conductas (motoras o verbales), intercambio en el control de la relación (unas veces dirijo yo y otras la otra persona) y facilitación de la tarea o actividad. Implica la colaboración “de” y “con” otras personas para la realización de una actividad en común. Son ejemplo de conductas de cooperación: ofrecer y aceptar sugerencias e ideas para el juego o la actividad, respetar los turnos de intervención, dar y recibir información, hacer las

actividades asignadas y acordadas y participar con un talante positivo, amistoso y cordial. Compartir implica principalmente ofrecer o dar un objeto a otra persona, utilizar conjunta y cordalmente un objeto, prestar lo propio a los otros y pedir prestado a otros.

#### 11.-Iniciar una conversación

Significa encontrar a alguien y empezar a hablar con el/ella. Supone comenzar un intercambio verbal con otra persona. En esta habilidad se incluyen también la respuesta cuando otra persona quiere iniciar una conversación con nosotros.

#### 12.-Mantener conversaciones

Significa hablar durante un tiempo con otras personas y hacerlo de tal manera que resulte agradable para los interlocutores. Para mantener conversaciones con otras personas se necesita poner en juego un variado conjunto de habilidades complejas como son habilidades de escucha activa, hacer preguntas, responder a preguntas, cambiar de tema, tomar y ceder la palabra o turnos en la conversación.

#### 13.-Terminar una conversación

Significa finalizar la charla con las personas con las que estamos hablando y hacerlo de modo amistoso y agradable. En las relaciones interpersonales no solo es importante el iniciar y continuar la conversación, sino también el terminarla adecuadamente.

#### 14.-Unirse a la conversación de otros

Significa entrar en una conversación que mantienen otras personas. Supone tomar parte en una charla ya iniciada por otros niños.

Dentro de esta habilidad se incluye también la respuesta cuando otro niño quiere unirse a nuestra conversación.

#### 15.-Conversaciones de grupo

Incluye las conductas y habilidades necesarias para participar activa y adecuadamente en una conversación de grupo es decir, una conversación en la que intervienen varias personas, varios niños y niñas.

#### 16.-Autoafirmaciones positivas

Las autoafirmaciones positivas son verbalizaciones positivas sobre uno mismo. Hacer autoafirmaciones positivas significa decir cosas agradables y bonitas que uno tiene, que uno ha logrado, cosas en las que se está esforzando. Las afirmaciones positivas pueden decirse a uno mismo (es el lenguaje interno, lo que uno se habla y que se dice a si mismo en distintas ocasiones) y pueden decirse ante otras personas cuando nos relacionamos con ellas. Pensar y hablar positivamente sobre uno mismo construye la confianza del niño y favorece su autoestima positiva, lo cual contribuye a una adecuada interacción social con los demás. En esta habilidades se incluye también el aprendizaje de estrategias para disminuir las verbalizaciones negativas que uno se dice a si mismo.

#### 17.-Expresar emociones

Significa comunicar a otras personas como nos sentimos, cuál es nuestro estado de ánimo y que emociones tenemos, posibilitando que la otra persona reaccione adecuadamente. También supone comunicar a otra persona los sentimientos que ella nos provoca. Para expresar una emoción es preciso poner en juego muchas habilidades entre las que resaltamos: la identificación de los propios sentimientos y emociones, la determinación de la causalidad de la emoción y la expresión propiamente dicha de la emoción, lo que supone utilizar expresión verbal adecuada, y lenguaje corporal acorde.

A través de estas habilidades se trata de aprender también que ante una misma situación, los otros pueden tener sentimientos distintos a los propios, o con distinta intensidad, que existe un derecho a la privacidad de las emociones y que se tiene derecho a sentir lo que se quiera, pero asumiendo la responsabilidad de los actos a los que llevan esos sentimientos. Además se pretende identificar qué comportamientos propios hacen que las otras personas se sientan felices y alegres (por ejemplo diciéndoles algo agradable) o triste y enfadadas (por ejemplo insultándoles).

#### 18.- Recibir emociones

Significa responder adecuadamente ante las emociones y sentimientos que expresan las otras personas.

#### 19.- Defender los propios derechos.

Significa comunicar a otras personas que no están respetando nuestros derechos, que nos están tratando injustamente o que están haciendo algo que nos molesta.

En los contenidos de estas habilidades se insiste en que la defensa asertiva de nuestros derechos implica el respeto de los derechos de los demás. Hay que defender nuestros derechos sin herir los de los demás.

#### 20.- Defender las propias opiniones

Significa manifestar a las otras personas tu visión personal, tu punto de vista, tus ideas y tu postura respecto a determinados temas y situaciones. Todos tenemos el derecho a defender las propias opiniones de modo adecuado, esto es de forma cordial y positivo sin ser rígidos, sin imponer nuestra opinión ni ceder a los demás. También hemos de respetar, aceptar y tolerar correctamente las opiniones de los otros, aunque no estemos de acuerdo con ellas.

## 21.- Identificar problemas interpersonales

Identificar un problema interpersonal significa reconocer que existe una situación conflictiva con otras personas y supone además, delimitar y especificar exactamente cual es el problema. Para identificar y definir el problema es preciso, reconocer que existe un problema, entender la situación y determinar la responsabilidad propia y ajena en el conflicto.

## 22.- Buscar soluciones

Buscar soluciones cuando se tiene un conflicto con otra persona, consiste en generar y producir muchas alternativas de solución posibles al problema interpersonal que se tiene planteado. Los niños, generalmente tienen pocas estrategias de solución ante los conflictos interpersonales y los resuelven fundamentalmente de modo agresivo o pasivo. Por lo tanto es necesario que se estimule para que piensen en muchas soluciones al problema.

## 23.- Anticipar consecuencias

Cuando se tiene un problema interpersonal, consiste en prever las consecuencias de nuestros actos s y de los actos de los demás y considerarlas y/o tenerlas en cuenta antes de actuar. Se trata de reflexionar y pensar lo que posiblemente sucederá después de poner en práctica cada alternativa de solución, que posibles consecuencias tiene cada solución. Hay que favorecer que el niño tenga en cuenta las consecuencias positivas y negativas para él mismo y para las otras personas que intervienen en el conflicto.

## 24.- Elegir una solución

Cuando tenemos planteado un problema interpersonal, implica evaluar cada alternativa de solución prevista y determinar que solución se pone en práctica. Para tomar esa decisión

correctamente y elegir la solución mas adecuada, es necesario hacer una buena evaluación de cada alternativa de solución y analizar pros y contras.

#### 25.- Probar la solución

Probar la solución elegida implica planificar la puesta en práctica de la solución, es decir, planificar paso a paso como se va a ejecutar la solución, qué se va a hacer y que medios se van a poner en juego.

#### 26.- Cortesía con el adulto

Estas habilidades son un conjunto de conductas muy diversas que debemos utilizar cuando nos relacionamos con los adultos con el fin de que nuestra relación sea cordial, agradable y amable. En cierto modo son habilidades que tienen que ver con el protocolo social.

#### 27.- Reforzar al adulto

Reforzar al adulto significa decir o hacer algo agradable para él. Por ejemplo: hacerle alabanzas, comentarios de elogio, sonreírle, decirle cumplidos, etc.

#### 28.- Conversar con el adulto

Esta habilidad significa iniciar, mantener y terminar conversaciones con adultos. En la vida diaria hay muchas ocasiones en las que es necesario hablar y conversar con los adultos. Es preciso que los niños sean conscientes de que no hablan lo mismo, ni de a misma forma, a un adulto que a un compañero de su misma edad.

## 29.- Peticiones al adulto

En estas habilidades se incluyen un amplio conjunto de conductas y habilidades necesarias para que un niño interactúe de modo asertivo con los adultos, principalmente las referidas a hacer peticiones y/o responderá las peticiones de los adultos.

## 30.- Solucionar problemas con adultos.

Aquí se incluye un variado grupo de habilidades encaminadas a que el niño llegue a solventar y resolver los conflictos que en su vida diaria se le plantean cuando se relaciona con adultos.

Como se puede observar en la descripción de las habilidades sociales anteriores se pretende entrenar el comportamiento social de los niños dentro de la institución escolar, ya que es de gran importancia que desde los primeros años los alumnos aprendan a tener un comportamiento socialmente hábil ya que esto garantizará su adaptación social en etapas posteriores.

## **CAPITULO 2. Habilidades sociales en la niñez**

### **2.1 Desarrollo infantil**

En este apartado se describen algunas características predominantes durante el desarrollo humano dentro de la etapa del desarrollo infantil, esto con la finalidad de que se conozcan los cambios y procesos físicos y psicológicos por los que atraviesa un niño a lo largo de su estancia en la institución de educación primaria.

Para esto Papalina et al. (2005) afirman que existen cuatro períodos muy importantes dentro de la etapa infantil, que comienza desde la concepción del infante hasta los 12 años de edad, las cuales se describirán brevemente en este apartado, enfocando la atención principalmente en el cuarto período “niñez intermedia y tardía”, debido a que la población a la que esta destinada esta investigación se encuentra en esa etapa.

Período prenatal. Va de la concepción al nacimiento, y dura aproximadamente nueve meses. Durante esta época sorprendentemente, una sola célula se convierte en un organismo completo, con un cerebro y capacidades conductuales.

La infancia. Es el período de desarrollo que se extiende desde el nacimiento hasta alrededor de los 18 a los 24 meses de edad. La infancia es una época de gran dependencia hacia los adultos. Muchas actividades psicológicas apenas comienzan a desarrollarse.

La niñez temprana. Es el período del desarrollo que va desde el final de la infancia hasta alrededor de los 5 a 6 años de edad; en ocasiones en este período se le conoce como la edad preescolar. En este período los niños aprenden a ser más autosuficientes y aprenden nuevas habilidades que los preparan para la vida.

La niñez intermedia y tardía. Es el período del desarrollo que va desde aproximadamente los 6 a los 12 años de edad; a este período se le conoce como los años de la escuela primaria. En este período los niños dominan las habilidades fundamentales de la lectura, la escritura y la aritmética, y se ven expuestos formalmente al mundo y a su cultura. El rendimiento escolar se convierte en un tema mas central en el mundo del niño, y el autocontrol aumenta.

Por su parte Sandurní (2003) menciona que a partir de los 6 años y hasta los 12 los niños dejan de considerarse “pequeños”. Ahora entran en el período denominado “la niñez intermedia o la edad escolar”.

A continuación se muestran algunos cambios importantes en las emociones durante la niñez intermedia y tardía, debidos al desarrollo (Kuebli, 1994; Wintre y Vallance, 1994) citado en (Santrock 2007). Con la finalidad de que se puedan entender las transformaciones psicológicas por las que los niños de entre 11 y 12 años suelen atravesar.

-Mayor habilidad para entender emociones complejas como el orgullo y la vergüenza. Estas emociones se vuelven más internalizadas (autogeneradas) y se integran a un sentido de responsabilidad personal.

-Mayor comprensión de que en una situación específica es posible experimentar más de una emoción.

-Mayor tendencia a tomar en cuenta todos los eventos que producen reacciones emocionales.

-Mejoría notoria en la capacidad de eliminar u ocultar reacciones emocionales negativas.

De la misma manera Papalia et. Al. (2005) argumenta que en la niñez intermedia los niños se vuelven más empáticos y más interesados por las conductas sociales por las cuales atraviesan, ya que suelen estar libres de emociones negativas y afrontan sus problemas con un enfoque constructivo. Por tal motivo el control de emociones negativas es una muestra de crecimiento emocional.

En este periodo los niños se convierten en preadolescentes por lo que cada vez se esfuerzan por adquirir un gran grado de autonomía y su interés por agradar a sus iguales es cada vez mas evidente, puesto que muchos niños al final de este periodo comienzan a observar cambios tanto en el aspecto físico como en el social y eso les inquieta en gran medida ya que les preocupa el no ser aceptados por sus compañeros.

Como se puede observar en los párrafos anteriores se considera de gran importancia que los niños de educación primaria se involucren emocionalmente con sus compañeros de clase ya que de aquí se puede derivar el desempeño que los alumnos tengan en el ámbito académico, por esta razón en el siguiente apartado se describirá la importancia de las habilidades sociales infantiles dentro del entorno escolar.

## **2.2 Importancia de las habilidades sociales infantiles**

Para comenzar este apartado es conveniente mencionar que los entrenamientos en habilidades sociales son oportunos en niños en edad escolar, esto porque a su corta edad comienzan a desarrollar sus habilidades ante las situaciones sociales que se les presentan. Por esta razón Lara, P y Ocampo, B (2002) mencionan que el comportamiento interpersonal de un niño desempeña un papel esencial en su desarrollo social lo cual provoca que los niños que carecen de los apropiados comportamientos sociales experimenten aislamiento social, rechazo y en general son menos felices. Por esta razón las habilidades sociales no solo son importantes en lo que se refiere a las relaciones con los compañeros, sino que también permiten que el niño asimile los papeles y normas sociales dentro de su proceso de socialización.

Por ello, las habilidades sociales son importantes para conseguir la aceptación de los compañeros, proporcionan a los niños un medio a través del cual pueden dar y recibir competencias sociales positivas, las cuales a su vez incrementan la interacción social.

Por su parte Valles, A y Valles, T (1996) argumentan que en el contexto escolar la importancia de las habilidades sociales viene dada por comportamientos poco asertivos en la interacción de algunos alumnos hacia sus compañeros. Ello provoca que el comportamiento negativo dificulte el aprendizaje haciendo que este comportamiento alcance niveles de agresión, constituya un importante foco de estrés para el profesor y origine consecuencias negativas para los demás compañeros, deteriorándose las relaciones interpersonales y el rendimiento escolar.

Ya que si un alumno no cuenta con las habilidades sociales básicas para la interacción social, será difícil que se integré a los ejercicios grupales propuestos por el docente, lo que dificultará la realización de las actividades y por ende disminuirá su desempeño académico.

Por tal motivo, Lara de Prada y Ocampo de Bonivento (2002) señalan que los niños que muestran habilidades sociales positivas responden mejor en los sectores escolar, social y emocional. Por el contrario, los niños socialmente deficientes generan, y por lo tanto reciben, menos interacciones sociales positivas de su medio social, lo que puede tener como efecto inmediato, aislamiento, agresión, frustración y retraimiento dentro de su núcleo social. Por ello, (Hernández 2002) manifiesta que es importante adquirir y utilizar unas buenas habilidades sociales cuando nos relacionamos con los demás, por las siguientes razones:

➤ Ventajas

\*Nos sentiremos más a gusto con nosotros mismos y los demás estarán más contentos de estar con nosotros, es decir, tendremos muchos amigos y seremos más felices.

\*Nos darán seguridad en nosotros mismos y dará seguridad a los demás, aumenta nuestra autoestima y la de los demás.

\*Nos ayudan a controlar nuestra propia conducta, por lo que tendremos menos problemas con los amigos, compañeros, padres, profesores, etc. Y una mejor adaptación posterior en la vida.

\*Obtendremos mejores rendimientos escolares y seremos personas más organizadas, activas, participativas, cooperativas y populares.

\*Nos implicaremos más en la toma de decisiones familiares, escolares y entre los amigos, sintiéndonos personas más valoradas y queridas por los demás.

Por consiguiente el autor describe las desventajas de no desarrollar habilidades sociales dentro de la institución escolar como lo son:

➤ Desventajas.

\*Nos sentiremos a disgusto con nosotros mismos y los demás nos rechazarán, es decir tendremos pocos amigos/as.

\*Nos sentiremos inseguros de nuestra relaciones con los demás y los demás se sentirán inseguros con nosotros. Disminuye nuestra autoestima y la de los demás.

\*No controlaremos nuestra conducta, por lo que tendremos muchos problemas con lo amigos, compañeros, profesores, padres, etc. Y una inadecuada adaptación posterior en la vida.

\*Obtendremos escasos rendimientos escolares y seremos personas menos organizadas, poco activas, participativas, cooperativas y populares.

\*No nos implicaremos en la toma de decisiones, familiares, escolares y entre los amigos, sintiéndonos personas poco valoradas y queridas por los demás.

No obstante a lo anterior, Nieto (2003) sostiene que cada día más, los aprendizajes y habilidades sociales, que desarrollan los niños, se realizan de manera indirecta e informal. Sin embargo la escuela debe ir tomando postura ante el hecho de una nueva situación social, como la incorporación de la mujer y el hombre al mundo del trabajo, el menor número de hijos en las familias, ésta suponiendo para nuestra cultura el planteamiento de nuevos aspectos que hasta hoy creía regulados.

Por otra parte, Hernández. M (2002) señala que existen tres tipos de comportamientos sociales, que se describirán a continuación.

\*Comportamiento social pasivo

Es un alumno socialmente retraído, aislado, tímido, poco comunicativo, lento y generalmente tiene pocos amigos.

Se relaciona poco con los demás y no es capaz de expresar sus necesidades, pensamientos y sentimientos. Es decir, no se expresa a sí mismo, se calla aunque sepa la respuesta correcta y si se expresa lo hace de forma derrotista, con disculpas, con falta de confianza de tal modo que los demás puedan fácilmente no hacerle caso.

No es capaz de defender sus propios derechos y deja que los demás se aprovechen de él: no se defiende y generalmente no toma iniciativas ni asume responsabilidades, deja que los demás le manden y le digan lo que tiene que hacer

\*Comportamiento social agresivo

Es un alumno socialmente explosivo, violento, desafiante, hostil y mandón. Generalmente tiene pocos amigos o amigos falsos, porque humilla a los demás.

Se relaciona con los demás para conseguir lo que desea y lo que él quiere, ya que generalmente no se preocupa por los sentimientos, pensamientos y necesidades de los demás, por lo que frecuentemente se mete en líos y problemas.

Defiende sus derechos aprovechándose injustamente y a la fuerza de los derechos de los demás. Manda, intimida y manipula a los otros. Dice a la gente lo que tiene que hacer, tomando el control de la situación y obligando a que hagan cosas contra sus propios deseos. Critica a los demás y los humilla.

\*Comportamiento social asertivo o con habilidades sociales

Es un alumno socialmente alegre, expresivo, cooperativo y participativo, se comunica con los demás de forma clara, directa y no ofensiva, por lo que generalmente tiene muy buenos y sinceros amigos.

Se relaciona con los demás con respeto y es capaz de expresar sus sentimientos, pensamientos, y necesidades de forma sincera sin ofender a los demás.

Defiende sus propios derechos, asume sus responsabilidades y al mismo tiempo respeta los derechos de los demás, siendo siempre honrado, justo y sincero.

Como se mencionó a lo largo de este apartado las habilidades sociales tienen un alto grado de importancia dentro de la etapa infantil, esto debido a, que los niños aprenden a través de la instrucción directa y ésta es la mejor etapa en la cual se les puede entrenar para que mejoren sus relaciones interpersonales ya que es en este periodo en donde los niños comienzan a sentir la necesidad de obtener aceptación social por parte de sus iguales.

## **2.3 Relaciones interpersonales.**

Las relaciones interpersonales juegan un papel importante en el desarrollo de los individuos, ya que son estas las que permiten que los alumnos se adapten en su contexto escolar, por esta razón es importante que los niños mantengan efectivas relaciones sociales con sus iguales, por lo que en este apartado se describirá la importancia de las relaciones interpersonales en la vida social de los niños.

Por otro lado Maldonado (2004) argumenta que la convivencia, entendida como vivir con otros, es la primera e inexorable condición que la vida le impone al ser humano. Esta relación que se hace cotidiana, es esencial a la formación de vínculos y no solamente desde el punto de vista afectivo sino también en lo que hace a la construcción de lazos culturales. De allí que se da como una construcción colectiva en un terreno complejo, pues encierra para el sujeto, la paradoja de tener que interactuar con los demás al mismo tiempo de tener que conservar el espacio y la identidad personal. La necesidad de convivencia atraviesa la escuela, en todas sus dimensiones e incluye sin excepción a la suma de sus integrantes.

Por su parte Monjas, (2002) menciona que las relaciones interpersonales constituyen un aspecto básico de nuestras vidas. Pero el mantener unas relaciones adecuadas con los demás no es algo que venga determinado de forma innata. Ya que en cierta forma poseemos las habilidades necesarias para relacionarnos con otras personas; sin embargo, la calidad de esas relaciones vendrá determinada en gran medida por la forma en que cada individuo desarrolle sus habilidades sociales ya que aunque somos capaces de desarrollarnos no poseemos la habilidad necesaria para comportarnos de forma socialmente hábil.

Por lo que es necesario que los pequeños en sus actividades cotidianas tengan una buena interacción social, ya que esto facilitará y armonizará la convivencia en los centros escolares. Por consiguiente para que los alumnos de un centro escolar puedan mantener relaciones interpersonales afectivas en el aula es necesario que cuenten con un nivel alto de habilidades sociales, ya que estas les facilitarán la convivencia día a día con sus iguales.

Por otra parte Pérez, (2000) menciona que la competencia social tiene una gran importancia tanto para el funcionamiento presente como para el desarrollo futuro de los niños, de manera

que los que muestran habilidades sociales positivas funcionan mejor en el ámbito escolar, social y emocional generando interacciones positivas en su entorno.

Por tal motivo es necesario que las instituciones logren un ambiente confortable entre su alumnado ya que esto posibilitará la idea de evitar futuros problemas entre los compañeros.

Al respecto Caballo (1993) describe a las relaciones interpersonales como una conducta socialmente útil formada por un 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 resuelve los problemas inmediatos de las situaciones mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.

Por esta razón es importante que los alumnos reciban un entrenamiento en habilidades sociales ya que como se mencionó anteriormente esto facilitará las relaciones interpersonales entre los compañeros, que a su vez lo manifestarán mas adelante en edades posteriores con las personas con las que se relacionen socialmente.

## **CAPITULO 3. Entrenamiento de habilidades sociales.**

### **3.1 Programas de entrenamiento en habilidades sociales (EHS)**

Los programas de entrenamiento en habilidades sociales han existido desde ya hace mucho tiempo, pero no se les daba la importancia requerida, por esta razón recientemente los investigadores de la educación han puesto de manifiesto la importancia de dar este tipo de entrenamiento a los alumnos, ya que se ha podido observar que las conductas sociales que desarrollan los alumnos influyen en su adaptación dentro del centro escolar.

Hidalgo y Abarca. (1999) mencionan que en sus inicios el entrenamiento de habilidades sociales estuvo principalmente ligado al tratamiento de problemas psicológicos severos, como la esquizofrenia y en general a aquellos desordenes psicológicos en los cuales se establecía una relación con la conducta social. Pero posteriormente el entrenamiento de habilidades sociales se transformó en una herramienta que además de tratar problemas clínicos servía también para mejorar la calidad de vida de las personas y para prevenir la aparición de problemas más serios. Por esta razón las autoras antes mencionadas y otros autores interesados en el tema construyeron programas de entrenamiento en habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales en el centro escolar.

Por su parte, Monjas (2002) menciona que el entrenamiento de habilidades sociales es una estrategia de entrenamiento y enseñanza en la que se emplea un conjunto de técnicas conductuales y cognitivas enfocadas a adquirir aquellas conductas de relación interpersonal que el sujeto posee pero que son inadecuadas. Por lo que es indispensable que en los centros escolares se lleven a cabo este tipo de programas con la finalidad de mejorar las relaciones en las aulas, ya que de lo contrario se pueden llegar a generar entre los niños conflictos que afecten sus relaciones dentro del aula.

De la misma manera Hidalgo y Abarca (1999) mencionan que estos programas son esencialmente educativos ya que se centran directamente en enseñar destrezas y habilidades emocionales, cognitivas y conductuales para enfrentar las situaciones interpersonales cotidianas dentro del centro escolar.

Por otro lado Verdugo (1997) argumenta que un programa de habilidades sociales agrupa un conjunto variado de conductas cuya meta final es la integración del sujeto en la comunidad

ya que entrena distintas habilidades dirigidas a incrementar la competencia social y adaptación del medio.

Por lo que diversas investigaciones de entrenamiento en habilidades sociales aunque difieren en calidad y cantidad (cuadro 1), afirman que el entrenamiento de habilidades sociales es muy efectivo para fomentar el bienestar psicosocial de los individuos y, por tanto, mejorar la calidad de vida de las personas ya que este tipo de programas son de instrucción directa lo que permite modificar la conducta del pequeño a través de actividades cotidianas en el centro educativo.

Cuadro 1. Ejemplos de programas de entrenamiento en habilidades sociales.

AUTOR Y FECHA	PROGRAMA
Monjas (2002)	Programa de entrenamiento en habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar
Kelly (2000).	“Programa de entrenamiento de las habilidades sociales”
Caballo (1993).	“Programa de habilidades sociales”
Verdugo (1997)	“Programa de habilidades sociales”
Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein. (1989)	“currículo del Aprendizaje Estructurado” (habilidades sociales)

Por otra parte, Hidalgo. C y Abarca. M (1999) argumentan que se ha podido constatar que la gran difusión de estos entrenamientos se debe a que ellos tienen ciertas ventajas que no poseen las terapias convencionales. Son programas educativos y terapéuticos, de corta duración, estructurados, relativamente baratos en comparación de cualquier psicoterapia y además son efectivos.

Puesto que los entrenamientos en habilidades sociales han sufrido un cambio importante en su aplicación, ya que paso de ser un entrenamiento individual a uno grupal, esto debido a las múltiples ventajas que este último presenta, como son:

- 1.- Crea un ambiente social más complejo y provee una mayor variedad de modelos, al incluir hombres y mujeres con diferentes experiencias, estilos de vida, clase social, etc.
- 2.- Provee oportunidades en vivo, propias de la experiencia grupal que favorecen la adquisición de ciertas habilidades por ejemplo. Solucionar problemas interpersonales que surgen en el grupo.
- 3.- Proporciona un medio protegido, el cual actúa como puente entre el aprendizaje de la habilidad y su ejecución en el exterior.
- 4.- Constituye una situación social similar a muchos encuentros interpersonales. Esto favorece la consolidación y la generalización de las conductas entrenadas.
- 5.- Proporciona feedback, refuerzo y apoyo inmediato a la ejecución de la conducta entrenada, los cuales no aparecen necesariamente ligados a la figura de autoridad.
- 6.- Ofrece la posibilidad de decidir entre diferentes tipos de respuestas, sin tener que recurrir únicamente a las que proporciona el terapeuta.
- 7.- La validación consensual que entrega el grupo facilita el rol del profesional frente a miembros resistentes y/o descalificadores del tratamiento.
- 8.- Minimiza la intencionalidad del vínculo con el profesional y reduce los recursos humanos y materiales.

Como se puede observar en el listado anterior existen múltiples ventajas en el entrenamiento de habilidades sociales dentro del aula escolar, por lo que a continuación se mencionaran algunas características de la evaluación de los programas que facilitaran al lector la elección de la aplicación de un programa de intervención con las características de los programas antes mencionados.

El concepto de habilidad social ha sido formulado y empleado de manera muy amplia, por lo que a la fecha ha carecido de una definición universal. Ya que como se mencionó anteriormente existen diversidad de autores que las definen como habilidades que se adquieren a través de conductas modeladas por parte de un experto, pero ¿Cuáles son las habilidades sociales existentes?, esta es otra problemática mas que gira en torno de los programas de entrenamiento en habilidades sociales, debido a que los autores interesados en el tema mencionan diversas y múltiples habilidades que aunque se encargan de mejorar las conductas sociales de alguna población, no especifican de manera unánime qué y cuales son las conductas que deberían de entrenarse en un programa de intervención.

Gil y León (1998) consideran, que la falta de estándares definidos dentro del entrenamiento de habilidades sociales ha provocado que las conductas que en alguna población se consideran positivas o hábiles, en alguna otra en donde existe un contexto diferente esa misma conducta se considere inapropiada o inhábil. Situación que causa controversia dentro del entrenamiento de las habilidades sociales debido a que el comportamiento humano es diferente en una cultura o en otra.

Por tal motivo es importante que no solo se evalúe la eficacia de las conductas sociales emitidas por los alumnos. sino que también se enfatice en la calidad de estas, es decir, en que medida son apropiadas, por lo que hay que verificar si tienen una probabilidad alta de lograr resultados interpersonales positivos aunque, en un momento dado y en una situación determinada, no ocurra así. Por lo tanto, la evaluación debe ocuparse de establecer los criterios de lo que se entiende por “conducta socialmente hábil”, normalmente a través de las valoraciones hechas por paneles de expertos.

Existen instrumentos que no aportan información sobre qué es lo que el sujeto específicamente está haciendo bien o mal, por lo que ayudan poco a la hora de diseñar un entrenamiento en habilidades sociales específico para la población con la que se desea trabajar.

Por tal motivo se considera necesario que la evaluación de entrenamientos en habilidades sociales abarquen los diversos factores (cognoscitivos, emocionales, conductuales y sociales), implicados en la expresión de las conductas socialmente hábiles e inhábiles, y tratar de captar como interactúan entre ellos. Por esta razón todos los entrenamientos deben

de ir ligados a una evaluación continua en su aplicación, de forma que se puedan tomar las medidas oportunas en función de los resultados positivos y negativos que se vayan obteniendo.

Para que el entrenamiento en habilidades sociales pueda ser efectivamente apropiado, se debe de comenzar por aplicar instrumentos altamente confiables, ya que desde el diagnóstico inicial comienza el entrenamiento y si no se obtienen resultados, claros, precisos y confiables, la intervención podría arrojar resultados inconsistentes. Por esta razón en este trabajo, bajo las recomendaciones de Gil y León (1998) se propone que antes de iniciar un programa de entrenamiento en habilidades sociales se planteen las siguientes cuestiones para que obtengan resultados más confiables dentro del programa.

¿Con qué muestras se ha desarrollado y utilizado el instrumento?

¿Es la población a la que va dirigida el instrumento?

¿Es fiable el instrumento?

¿Es válido el instrumento?

¿Es práctico el instrumento?

¿Es suficientemente corto para una aplicación rápida?

¿Es fácil de corregir y puntuar?

¿Parece útil? ¿Le permite determinar las conductas a tratar?

¿Le permite seleccionar el tratamiento más óptimo para la población?

¿Es apropiado para el nivel intelectual y/o estado emocional de los sujetos?

¿Es factible que usted pueda administrarlo?

Dentro del entrenamiento en habilidades sociales existen dos funciones esenciales de la evaluación, una de ellas es la indicación y diseño de la intervención y la segunda se refiere al control de los resultados de dicha intervención. Este control no se centra únicamente en los

resultados conseguidos al final de la intervención (postratamiento), sino que abarca todo el proceso (evaluación durante el tratamiento) extendiéndose más allá de su finalización (seguimiento).

Como conclusión a lo expuesto anteriormente se puede afirmar que el entrenamiento en habilidades sociales al igual que cualquier programa de intervención requiere de una evaluación constante, en donde se vayan observando las ventajas y desventajas del programa y de esta manera ir considerando si es conveniente seguir aplicando el entrenamiento con lo que ya se tenía programado o si es necesario realizar adecuaciones que contribuyan a mejorar las actividades dentro de la intervención, ya que de esta evaluación continua, dependerá en gran medida los resultados obtenidos en la evaluación final, además es importante mencionar que cuando se realiza la evaluación final hay que tomar en cuenta las variables no observables que pudieron contribuir a las respuestas obtenidas al finalizar el entrenamiento, por ejemplo: tiempo, maduración de los individuos, contexto en que se va desarrollando el programa, la fatiga, distractores o alguna otra variable que pudiera haber modificado la conducta de los sujetos. Por esta razón en el siguiente apartado se mostrarán algunos de los programas que se han realizado con la intención de mejorar las relaciones interpersonales en centros escolares.

### **3.2 Investigaciones de programas de entrenamiento en habilidades sociales**

Existe una gran diversidad en el entrenamiento de habilidades sociales ya que cada uno de los investigadores interesados en el tema ha considerado diversas habilidades para sus programas aunque estos entrenamientos difieren en sus habilidades todos tienen un fin en particular que es el de mejorar las relaciones interpersonales en alumnos de edad escolar. Por esta razón a continuación se mostrarán algunos de los programas de entrenamiento en habilidades sociales que existen.

“Programa de Enseñanza de Habilidades de Interacción Social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar”. (Monjas, 2002)

En este libro, Monjas manifiesta que refiriéndonos concretamente a la población infantil, el entrenamiento de habilidades sociales en los últimos años ha incrementado sensiblemente

su campo de aplicación, desde sujetos con graves problemas con el objetivo de eliminar conductas desadaptadas, hasta las intervenciones actuales con niños y niñas sin problemas con el objetivo de prevención primaria. Por esta razón en el 2002 imprimió su libro “programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar” el cual lleva a cabo el entrenamiento de las siguientes habilidades.

El programa de Monjas está compuesto por seis áreas que contienen 30 habilidades sociales que se presentan a continuación:

- \*Área 1. Habilidades básicas
- \*Área 2. Habilidades para hacer amigos
- \*Área 3. Habilidades conversacionales
- \*Área 4. Habilidades de expresión de sentimientos, emociones y opiniones
- \*Área 5. Habilidades de solución de problemas interpersonales
- \*Área 6. Habilidades de relación con los adultos

“Currículo del Aprendizaje Estructurado” Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein. (1989)

Este programa de intervención fue elaborado en (1989) por Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein. Ellos lo llaman el currículo del Aprendizaje Estructurado (anteriormente denominado *adiestramiento psicoeducacional*) compuesto por 50 habilidades que se dividen en seis grupos:

- \*Grupo 1. Primeras habilidades sociales
- \*Grupo 2. Habilidades sociales avanzadas
- \*Grupo 3. Habilidades relacionadas con los sentimientos
- \*Grupo 4. Habilidades alternativas a la agresión
- \*Grupo 5. Habilidades para hacer frente al estrés
- \*Grupo 6. Habilidades de planificación

“Programa de Entrenamiento de las Habilidades Sociales” Kelly (1992).

La autora de este programa considera que es conveniente que los alumnos sean entrenados a través de programas de habilidades sociales ya que considera que estos son integrales en la convivencia de los centros escolares por lo que ella divide su programa en 8 áreas que contienen 17 habilidades sociales.

- \*Área 1. Saludos

- \*Área 2. Iniciación social
- \*Área 3. Preguntar y responder.
- \*Área 4. Elogios.
- \*Área 5. Proximidad y orientación
- \*Área 6. Participación en una tarea o el juego.
- \*Área 7. Conducta cooperativa.
- \*Área 8. Responsividad afectiva

Los métodos de entrenamiento que propone Kelly son: los modelos competentes en video, el modelado en vivo por parte del entrenador, la intervención de los iguales y el reforzamiento.

“Programa de Habilidades Sociales” Caballo (1993).

En este Programa se establece una detallada clasificación y descripción de los elementos de las habilidades sociales, técnicas para su evaluación, el entrenamiento y las aplicaciones a las diferentes áreas de los trastornos psicológicos.

- \*Estrategias iniciales y de calentamiento.
- \*Ejercicios para la determinación de la ansiedad.
- \*Ejercicios de relajación.
- \*Ejercicios para la defensa de los derechos humanos básicos.
- \*Distinción entre la conducta asertiva/no asertiva/agresiva.
- \*Iniciación, mantenimiento y terminación de conversaciones.
- \*Hacer y recibir cumplidos.
- \*Hacer y rechazar peticiones.
- \*Expresiones de molestia, desagrado, disgusto.
- \*Afrontar las críticas.
- \*Procedimientos defensivos.
- \*Procedimientos de “ataque”.
- \*Defensa de los derechos.
- \*Expresión de opiniones personales.
- \*Expresión de amor, agrado y afecto.
- \*Habilidades heterosociales.

“Programas Conductuales Alternativos” Verdugo (1997)

Este Programa de Habilidades Sociales esta dirigido a la educación de alumnos con Necesidades Educativas Especiales en Centros de Educación Especial. El Programa está

integrado por un conjunto variado de conductas que persigue la integración del sujeto en la comunidad. El Programa general está compuesto por:

- 1.- PHS. (Habilidades Sociales).
- 2.- POT. (Habilidad de Orientación al Trabajo).
- 3.- PVD. (Habilidades de la Vida Diaria).

El área de Habilidades Sociales se estructura de la siguiente manera:

- \*Comunicación verbal y no verbal.
- \*Interacción social.
- \*Habilidades sociales instrumentales.
- \*Participación en actos sociales y recreativos.
- \*Utilización de servicios de la comunidad.
- \*Desarrollo del sentido cívico.

Como se puede ver existen diversos programas de entrenamiento en habilidades sociales que constatan su efectividad ya que todos ellos apuntan a que son programas fáciles, de corta duración y además económicos pero la mejor de las ventajas es que este tipo de programas ha mejorado las relaciones interpersonales en alumnos de diferentes centros escolares. Por tal motivo a continuación se presentan algunas de las técnicas utilizadas para la enseñanza de estas habilidades sociales.

### **3.3 Técnicas y métodos en el entrenamiento de habilidades sociales.**

Aquí se mencionarán las técnicas y métodos que (Monjas, 2002) propone como procedimiento de enseñanza en el entrenamiento de habilidades sociales en su libro “Programa Enseñanza de Habilidades de Interacción Social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar”.

1. Instrucción Verbal, Diálogo y Discusión
  - 1.1 Información Conceptual
    - a) Delimitación y especificación de la habilidad
    - b) Importancia y relevancia de la habilidad para el alumnado
    - c) Aplicación de la habilidad
  - 1.2 Componentes y pasos conductuales específicos de la habilidad
2. Modelado

3. Práctica
  - 3.1 *Role-Playing*
  - 3.2 Práctica Oportuna
4. *Feedback* y Refuerzo
5. Tareas para casa

A continuación se describirán de forma detallada cada paso del procedimiento para el entrenamiento de las habilidades.

#### 1. Instrucción Verbal, Diálogo y Discusión

Tiene como objetivo el que se logré un concepto de la habilidad que se va a enseñar a partir de su delimitación y especificación, la importancia y relevancia que tiene para los niños y la aplicación de esa habilidad a su propia vida, actividades, personas y situaciones. Además se trata también de identificar los componentes conductuales específicos de la habilidad. Esto supone dar respuesta a las siguientes cuestiones: ¿Qué hacer?, ¿Dónde?, ¿Cuándo?, ¿Porqué?, ¿Para qué? y ¿Con quién? y todo ello referido a cada una de las habilidades trabajadas.

#### 2. Modelado

El instructor y los alumnos socialmente competentes modelan ejemplos de las distintas habilidades que se van a aprender, mientras el resto de los alumnos observan la ejecución. Siempre que sea posible, se modelan ejemplos reales de contactos interpersonales que los alumnos y alumnas hayan tenido o tengan en sus relaciones con iguales y con las personas adultas.

#### 3. Práctica

Después de que se ha dialogado en torno a la habilidad-objetivo a aprender y se ha observado a varios modelos que muestran las conductas necesarias para conseguirlo, se han de ensayar y practicar esas conductas para incorporarlas al repertorio conductual. Esta práctica, para ser efectiva ha de realizarse en dos formas diferentes: en situaciones

simuladas y creadas específicamente para ensayar y practicar (*Role-Playing* o Dramatización) y en situaciones naturales, espontáneas y cotidianas que se aprovechan oportunamente (Práctica Oportuna).

#### 4. Feedback y reforzamiento

Nada más que los niños terminan de ensayar y practicar las conductas en el *role-playing*, el instructor y/o los compañeros le aportan información de cómo lo ha hecho y le proporcionan reforzamiento.

#### 5. Tareas

Consiste en encargar al alumnado que ponga en juego, fuera del contexto de aula y del contexto escolar, las habilidades sociales que se están trabajando, con las indicaciones y la posterior supervisión del instructor.

Estas técnicas se han puesto en marcha en el programa de entrenamiento de Monjas, por lo que la autora manifiesta que son fáciles y confiables en su aplicación en cualquier edad del nivel educativo, además de que son efectivas para modificar el comportamiento social de los alumnos ante sus compañeros de clase y por ende mejorar las relaciones interpersonales en la etapa infantil.

### **3.4 Programa de estudio 2009 sexto grado de educación básica primaria**

El actual programa de estudios de educación básica primaria de la SEP 2009 dentro del marco de la asignatura de formación cívica y ética, muestra implícitamente la enseñanza de habilidades sociales dentro de sus ámbitos, por lo que se puede observar que el Secretario de Educación Pública Alonso Lujambio y colaboradores consideran que la enseñanza de estas habilidades deben de estar dentro de la labor de enseñanza docente.

El Programa (2009) promueve, a través de sus cuatro ámbitos (el ambiente escolar, la vida cotidiana, la asignatura y el trabajo transversal con el conjunto de asignaturas), el desarrollo gradual y sistemático de ocho competencias cívicas y éticas a lo largo de los seis grados de la educación primaria, mismas que se fortalecen en la educación secundaria. Conocimiento y

cuidado de sí mismo, Autorregulación y ejercicio responsable de la libertad, Respeto y aprecio de la diversidad, Sentido de pertenencia a la comunidad, la nación y la humanidad, Manejo y resolución de conflictos, Participación social y política, Apego a la legalidad y sentido de justicia y Comprensión y aprecio por la democracia. Las cuales se describirán a continuación.

### 1. Conocimiento y cuidado de sí mismo

Consiste en la capacidad de una persona para reconocerse como digna y valiosa, con cualidades, aptitudes y potencialidades para establecer relaciones afectivas, para cuidar su salud, su integridad personal y el medio natural, y para trazarse un proyecto de vida orientado hacia su realización personal. Esta competencia es un punto de referencia para todas las demás, pues un sujeto que reconoce el valor, la dignidad y los derechos propios puede asumir compromisos con los demás. En esta competencia se pueden encontrar las habilidades de autoafirmaciones y defender lo propios derechos y opiniones, los cuales son de gran importancia para el desarrollo de los niños en el aula escolar.

### 2. Autorregulación y ejercicio responsable de la libertad

Por esto se entiende la capacidad de los sujetos de ejercer adecuadamente su libertad al tomar decisiones y regular su comportamiento de manera autónoma y responsable, y al trazarse metas y esforzarse en alcanzarlas. Aprender a autorregularse implica reconocer que todas las personas somos proclives a responder ante situaciones que nos despiertan sentimientos y emociones, pero, a la vez, tenemos la capacidad de controlar éstas para no dañar o poner en riesgo la dignidad personal ni la de otras personas. En esta competencia se pueden observar las habilidades de pedir y recibir favores, cortesía y amabilidad, ayuda, cooperar y compartir, expresar emociones y defender las propias opiniones.

### 3. Respeto y aprecio de la diversidad

Se refiere a la capacidad de reconocer la igualdad de las personas en dignidad y derechos, al tiempo que respetar y valorar sus diferencias en su forma de ser, actuar, pensar, sentir, creer, vivir y convivir. Asimismo, implica estar en condiciones de colocarse en el lugar de los demás, de poner en segundo plano los intereses propios frente a los de personas en desventaja (o de aplazarlos ante el beneficio colectivo). Esta competencia implica, además,

la habilidad para dialogar con disposición de trascender el punto de vista personal, para conocer y valorar los de otras personas y culturas. El respeto y el aprecio de la diversidad comprenden también la capacidad de cuestionar y rechazar cualquier forma de discriminación, así como valorar y asumir comportamientos de respeto a la naturaleza y sus recursos. Implica las habilidades de sonreír y reír, saludar, presentaciones y reforzar a los otros.

#### 4. Sentido de pertenencia a la comunidad, la nación y la humanidad

Consiste en identificar y enorgullecerse de los vínculos que se tiene con los diferentes grupos de los que forma parte, así como comprender su función en el desarrollo de la identidad personal. El sentido de pertenencia se desarrolla a partir del entorno social y ambiental inmediato, en el que se comparten formas de convivencia, intereses, problemas y proyectos.

Mediante el ejercicio de esta competencia se busca que los estudiantes se reconozcan como miembros activos y responsables de diversos grupos sociales desde los núcleos más pequeños e inmediatos como la familia, los grupos de amigos y la localidad, hasta los ámbitos más extensos y abstractos como la entidad, la nación y la humanidad, de manera que se sientan involucrados, responsables y capaces de incidir en los acontecimientos de su entorno y con lo que les ocurre a otros seres humanos sin importar sus nacionalidades.

#### 5. Manejo y resolución de conflictos

Se refiere a la capacidad para resolver conflictos cotidianos sin usar la violencia; por el contrario, privilegia el diálogo, la cooperación y la negociación, en un marco de respeto a la legalidad. Involucra, además, la capacidad de cuestionar el uso de la violencia ante conflictos sociales, vislumbrar soluciones pacíficas y respetuosas de los derechos humanos, abrirse a la comprensión del otro para evitar desenlaces socialmente indeseables y aprovechar el potencial de la divergencia de opiniones e intereses.

Su ejercicio implica que las y los alumnos reconozcan los conflictos como componentes de la convivencia humana, y cuyo manejo y resolución demandan la escucha activa, el diálogo, la empatía y el rechazo a todas las formas de violencia. Asimismo, el desarrollo de esta competencia plantea que sean capaces de analizar los factores que generan los conflictos,

entre los que se encuentran diversas formas de ver el mundo y de jerarquizar valores. Dentro de esta competencia se encuentran las habilidades del área de solución de conflictos interpersonales.

#### 6. Participación social y política

Consiste en la capacidad de tomar parte en decisiones y acciones de interés colectivo en distintos ámbitos de la convivencia social y política. Implica que las y los alumnos se interesen en asuntos vinculados con el mejoramiento de la vida colectiva, y que desarrollen su sentido de corresponsabilidad con representantes y autoridades de organizaciones sociales y políticas. Se busca que los estudiantes se reconozcan como sujetos con derecho a intervenir e involucrarse en los asuntos que les afectan directamente y en los que tienen impacto colectivo como la elección de representantes y el ejercicio del poder en las instituciones donde participan, mediante procedimientos como el diálogo, la votación, la consulta, el consenso y el disenso. También se pretende que consideren la situación de personas que se encuentran en condiciones desfavorables como una referencia para la organización y la acción colectiva. Dentro de esta competencia se pueden ver las habilidades de iniciar, mantener y terminar conversaciones, unirse a la conversación de otros y conversaciones en grupo.

#### 7. Apego a la legalidad y sentido de justicia

Alude a la capacidad de actuar con apego a las leyes y a las instituciones, en tanto que son éstos mecanismos que regulan la convivencia democrática y protegen sus derechos. Se busca que los alumnos comprendan que las leyes y los acuerdos internacionales garantizan los derechos de las personas, establecen obligaciones y limitan el ejercicio del poder, a fin de que promuevan su aplicación siempre en un marco de respeto a los derechos humanos y con un profundo sentido de justicia. Asimismo, se plantea que reflexionen en la importancia de la justicia social como criterio para juzgar las condiciones de equidad entre personas y grupos.

#### 8. Comprensión y aprecio por la democracia

Se refiere la capacidad para comprender, practicar, apreciar y defender la democracia como forma de vida y de organización política. Su ejercicio plantea que las y los alumnos valoren

las ventajas de vivir en un régimen democrático, participen en la construcción de una convivencia democrática en los espacios donde toman parte, y se familiaricen con procesos democráticos para la toma de decisiones y la elección de autoridades, tales como: la votación, la consulta y el referéndum. Además, concierne a los alumnos tomar en cuenta opiniones y perspectivas diferentes que prevalecen en sociedades plurales. Finalmente implica que conozcan los fundamentos y la estructura del gobierno en México e identifiquen los mecanismos de que disponen los ciudadanos para influir en las decisiones de gobierno, tener acceso a información sobre el manejo de recursos públicos y pedir que los servidores públicos rindan cuentas de su gestión.

Como se puede ver dentro de las primeras seis competencias se pueden encontrar de forma implícita las 25 habilidades sociales que se desean entrenar en este programa de intervención, por lo que los profesores dentro de este programa tienen como labor enseñárlas dentro de la asignatura de formación cívica y ética.

Por su parte Valles. A y Valles. T (1996) consideran que a las habilidades sociales como contenidos de enseñanza/aprendizaje, se les ha considerado por algunos autores como integrantes del denominado “currículum oculto” ya que, incluso, aunque el profesor no se comprometa conscientemente en tal enseñanza, por una parte modela sus comportamientos sociales, y por otra, los moldea conscientemente a través de procesos de reforzamiento a determinadas conductas de los alumnos.

Por lo que se puede argumentar que las conductas interpersonales han sido descuidadas e ignoradas y no se enseñan directamente en la escuela o se dejan al criterio de cada profesor, formando parte del currículum oculto, de los contenidos de aprendizaje no explícitos que están determinados por cada docente en particular. Situación que pone de manifiesto que las habilidades de interacción social son olvidadas.

Por otra parte, la SEP (2009) justifica que con el desarrollo de las competencias cívicas y éticas que se describen en el Programa Integral de Formación Cívica y Ética (PIFCYE) se espera lograr que niñas y niños:

\*Reconozcan, en sus acciones y en sus relaciones con los demás, la importancia de valores identificados con la democracia y los derechos humanos.

- \*Desarrollen su potencial como personas y como integrantes de la sociedad.
- \*Establezcan relaciones sociales basadas en el respeto a sí mismos, a los demás y a su entorno natural.
- \*Se reconozcan como parte activa de su comunidad, de su país y del mundo.
- \*Se comprometan con la defensa de la vida democrática, la legalidad y la justicia.
- \*Valoren el medio natural y sus recursos como base material del desarrollo humano.
- \*Definan de manera autónoma su proyecto personal.

A continuación se muestra el objetivo principal de la SEP con respecto a la enseñanza de la asignatura de cívica y ética: El programa describe los propósitos para sexto grado de educación primaria, ya que en este grado se espera que los alumnos comprendan el significado de los cambios en su cuerpo como parte del concepto que desarrollan sobre sí mismos, que participen en actividades que involucren la comunicación, el disfrute y la salud, y que consideren aspectos que les identifican con otras personas, así como aquellos que los diferencian.

Por ello en lo que respecta a su formación ética, se espera que sean capaces de argumentar en torno a aspectos vinculados con valores como la justicia, la igualdad, la libertad, la solidaridad y el respeto a la dignidad de las personas, tomando en cuenta criterios vinculados con los derechos humanos.

En este grado escolar se busca que comprendan que las leyes son acuerdos para la convivencia social cuyos principios están plasmados en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, para que identifiquen casos en que sus actos están regulados por una ley y valoren la democracia como una forma de gobierno y de vida que garantiza los derechos de todas las personas y abre vías pacíficas para resolver conflictos.

Como se puede observar solo se manifiesta que los alumnos deben de desarrollar ciertas capacidades, pese a que no se les dan las bases necesarias para que las desempeñen a través de ciertas habilidades destinadas a la mejora de las relaciones sociales.

Por el contrario Valles, A y Valles, T (1996) argumentan que de manera explícita, las habilidades sociales aparecen reflejadas en el currículum escolar de la educación infantil, de la educación primaria y de la educación secundaria obligatoria. Su inclusión se ha hecho de manera dispersa y diluida entre las diferentes áreas curriculares que forman parte de las referidas etapas educativas. las habilidades sociales en los nuevos diseños curriculares solo se consideran como actitudes y valores sociales que deben presidir la convivencia y las relaciones interpersonales establecidas en el marco de la escuela. Estas actitudes y valores contribuyen al proceso de socialización de los alumnos y tienen lugar en el ámbito escolar, entre otros, a través de las situaciones interactivas de comunicación establecidas en el grupo de iguales y con los adultos.

Se considera necesario que se le de mayor importancia a las habilidades sociales dentro del currículum ya que de estas depende el buen funcionamiento de las relaciones interpersonales de los alumnos por lo que es conveniente señalar y reservar un determinado tiempo al día, o varios períodos a la semana, para realizar la enseñanza de las habilidades sociales, lo mismo que se hace con otras áreas curriculares.

## **CAPITULO 4. Procedimiento**

Para la elaboración de esta investigación se realizaron los siguientes pasos:

Se solicitó el permiso con el director del turno vespertino, explicando el tema y el objetivo de la investigación, así como la duración de cada sesión. Una vez obtenido el permiso, el director asignó al único grupo de sexto grado y se realizó lo siguiente:

1. Se realizó un diagnóstico sobre el grado de habilidades sociales con las que cuentan los alumnos de un grupo de 6º turno vespertino a través de una guía de observación y un pretest. Ver (anexos 1 y 2)
2. Se diseñó un programa de entrenamiento en habilidades sociales, con la finalidad de mejorar las relaciones interpersonales en un grupo de 6º de primaria.
3. Se aplicó el programa de entrenamiento en habilidades sociales con un total de 11 sesiones, una vez por semana, con una duración de 60 minutos aproximadamente.
4. Se aplicó un postest para identificar si el programa de entrenamiento aumentó el grado de habilidades sociales en los alumnos.
5. Se aplicó un cuestionario de evaluación de relaciones interpersonales para identificar si el programa de entrenamiento en habilidades sociales mejoró las relaciones interpersonales entre los alumnos.
6. Se realizó un análisis de resultados para verificar la efectividad del programa de entrenamiento en habilidades sociales.

A continuación se muestran de forma detallada las actividades realizadas en esta investigación.

#### **4.1. Participantes y muestreo.**

La muestra constó de 14 alumnos, 8 niños y 6 niñas con edades entre 11 y 12 años. Debido a que esta escuela no tiene demanda académica, únicamente cuenta con un grupo de cada grado escolar en el turno vespertino, por lo que el director asignó el grupo de sexto grado para esta investigación. Cabe mencionar que se elaboró la intervención en el turno vespertino debido a que la escuela cuenta con un director diferente para cada uno de los turnos y la solicitud para realizar la investigación se realizó en el turno vespertino.

#### **4.2. Escenario.**

Esta investigación se realizó en una escuela primaria pública en el turno vespertino, la cual se encuentra ubicada en el municipio de Netzahualcóyotl Estado de México, esta institución educativa cuenta con planta baja y un primer piso en donde se encuentran 12 salones, 2 por cada grado escolar, un salón correspondiente a la dirección, una pequeña explanada y los respectivos sanitarios. Cabe mencionar que en el turno vespertino únicamente se ocupa un salón por grado debido a la poca demanda de la institución. En el aula en donde se realizó la investigación se encuentran 25 butacas para los alumnos, el escritorio de la profesora, un pizarrón en buenas condiciones y un equipo de cómputo con multimedia y con escasa señal de internet.

#### **4.3. Instrumentos.**

##### **4.3.1. A) Instrumentos para diagnóstico**

###### **4.3.1.1. Guía de observación.**

Se elaboró una guía de observación no participativa \*que constó de 22 afirmaciones de las cuales se fueron llenando con una “X” cuando se observaba algún comportamiento de los registrados en la guía de observación; el instrumento fue elaborado para registrar el comportamiento que el grupo en general presentaba con mayor frecuencia, por lo que se

realizó el registro durante tres clases en diferentes horarios (observación 1. Lunes de 2:00 pm a 3:00 pm en la clase de matemáticas, observación 2. Miércoles de 4:00 pm a 5:00 pm en la clase de español y viernes 30 minutos de la clase de formación cívica y ética y 30 minutos de recreo). Este instrumento antes de ser aplicado se piloteo con un grupo similar al de la muestra, en la misma escuela en el turno matutino. Para mayor detalle ver (anexo 1)

#### **4.3.1.2. Cuestionario diagnóstico (pretest).**

Se realizaron adecuaciones al cuestionario de habilidades de interacción social (CHIS) de María Inés Monjas Casares el cual se encuentra impreso en el libro “Programa de Enseñanza de Habilidades de Interacción Social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar” cuyo principal objetivo fue el de identificar el nivel de habilidades sociales que poseen los niños y niñas en edad escolar y se utilizó como pretest. A este instrumento se le realizaron las siguientes adecuaciones:

Se reformuló el instrumento tomando en cuenta solo 25 habilidades de las 30 que sugiere Monjas, esto debido a que se eliminaron los ítems que correspondían a las habilidades sociales de “relación con los adultos”, debido a que este programa de intervención no se interesa en entrenar este tipo de habilidades, además de que se adecuó el cuestionario al lenguaje Mexicano ya que el instrumento original es Español, por lo que el instrumento se conformó de 25 ítems que corresponden a cada una de las habilidades sociales que se desean entrenar. La versión final la puede consultar al final de este trabajo (Anexo 2).

Por tal motivo el cuestionario está integrado con las siguientes categorías.

Categoría 1. “**habilidades sociales básicas**” abarca los reactivos 1, 11, 16, 21, 24 del instrumento.

Categoría 2. “**habilidades sociales para hacer amigos**” abarca los reactivos 5, 8, 9, 15, 25 del instrumento.

Categoría 3. “**habilidades sociales para conversar**” abarca los reactivos 2, 4, 7, 12, 14 del instrumento.

Categoría 4. “**habilidades sociales de expresión de sentimientos, emociones y opiniones**” abarca los reactivos 10, 17, 18, 20, 23 del instrumento.

Categoría 5. “**habilidades sociales para solucionar problemas interpersonales**” abarca los reactivos 3, 6, 13, 19, 22, del instrumento.

- Se aplicó el estudio piloto a un grupo similar al de la muestra al que se le aplicó el programa de intervención y los resultados arrojaron que el instrumento no requiere cambios, ya que todos los ítems fueron comprendidos por los alumnos. Este instrumento que consiste en una escala de tipo Likert mide el grado de habilidades sociales propuestas por Monjas.

En el análisis del cuestionario diagnóstico se detectó que los alumnos cuentan con un alto grado en el manejo de habilidades sociales básicas por lo que se omitirán en el entrenamiento. Por esta razón el programa de entrenamiento en habilidades sociales solo entrenará 20 habilidades que corresponden a las áreas de habilidades sociales para hacer amigos, habilidades sociales conversacionales, habilidades sociales de expresión de sentimientos, emociones y opiniones y habilidades sociales de solución de problemas interpersonales.

#### **4.3.2. B) Programa de intervención.**

Dado que en el diagnóstico se encontró que solo 4 de los 14 alumnos cuentan con un grado alto en el manejo de habilidades sociales generales se procedió a realizar un programa de entrenamiento, el cual tiene como principal objetivo mejorar las relaciones interpersonales entre los alumnos de este grupo. El Programa de Entrenamiento en Habilidades de Interacción Social está conformado por 11 sesiones, las cuales tienen una duración de 60 minutos cada una aproximadamente. Para mayor detalle de las sesiones consultar las cartas descriptivas que se encuentran al final de este trabajo (anexo 5).

Las habilidades que se trabajaron en este programa están organizadas de la siguiente manera:

Habilidades para hacer amigos: que se encuentran dentro de las sesiones 1 y 2 del programa de intervención.

Habilidades conversacionales: que se encuentran dentro de las sesiones 3 y 4 del programa de intervención.

Habilidades de expresión de sentimientos, emociones y opiniones: que se encuentran dentro de las sesiones 5, 6, 7 y 8 del programa de intervención.

Habilidades de solución de problemas interpersonales: que se encuentran dentro de las sesiones 9, 10 y 11 del programa de intervención.

Cabe mencionar que en la aplicación de las 11 sesiones la instructora se apoyó de las técnicas sugeridas por Monjas (2002) las cuales se encuentran descritas en el capítulo 3.

#### **4.3.3. Postest.**

Para la elaboración del postest se utilizó el cuestionario de diagnóstico con la siguiente adecuación: Ver (anexo 3)

Se eliminaron los reactivos 1, 11, 16, 21 y 24 debido a que el cuestionario diagnóstico arrojó que los alumnos de este grupo cuentan con un grado alto de habilidades sociales básicas por lo que en el programa de intervención se omitió el entrenamiento de estas habilidades. Por tal motivo el postest está integrado con las siguientes categorías.

Categoría 1. “**habilidades sociales para hacer amigos**” abarca los reactivos 4, 7, 8, 13, 20 del instrumento.

Categoría 2. “**habilidades sociales para conversar**” abarca los reactivos 1, 3, 6, 10, 12 del instrumento.

Categoría 3. “**habilidades sociales de expresión de sentimientos, emociones y opiniones**” abarca los reactivos 9, 14, 15, 17, 19 del instrumento.

Categoría 4. “**habilidades sociales para solucionar problemas interpersonales**” abarca los reactivos 2, 5, 11, 16, 18, del instrumento.

#### **4.3.4. Cuestionario de evaluación de relaciones interpersonales**

Como el cuestionario de habilidades de interacción social “CHIS” de María Inés Monjas Casares únicamente mide el grado de habilidades sociales con las que cuentan los alumnos se diseñó un cuestionario que dio pauta para comprobar si con el aumento de las habilidades sociales mejoraron las relaciones interpersonales entre los alumnos del grupo. Para mayor detalle del cuestionario consultar el (anexo 4).

### **4.4. Diseño de Investigación.**

De acuerdo a Campbell y Stanley. (1991) esta investigación responde a un diseño de un solo grupo con pretest y postest, en donde el grupo estuvo conformado antes de la intervención, por lo que fue intacto. Este diseño de investigación se eligió con el fin de valorar la utilidad del programa de intervención después de haber hecho el diagnóstico y aplicado el programa a través de la medición en el postest el cual se representa con el siguiente esquema:

**O1   X   O2**

O1= pretest

X= programa de intervención

O2= postest

Así esta intervención pretendió mejorar las habilidades sociales en alumnos de 6º grado de primaria, por lo que se espera que el nivel de habilidades sociales incremente.

## **Capítulo 5. Análisis de resultados y conclusiones.**

A lo largo de este apartado se procederá a explicar de forma detallada el análisis de los resultados obtenidos.

En la guía de observación que sirvió como diagnóstico inicial se observó que los alumnos no mantienen una buena relación entre ellos manifestando frecuentemente las siguientes conductas:

\*Agresiones verbales.

\*Comportamiento agresivo entre compañeros.

\*Rechazo de los alumnos hacia un compañero.

\*Los alumnos se llaman por apodos.

\*Los alumnos se agredean físicamente.

\*A los alumnos no les gusta trabajar con compañeros del sexo opuesto.

\*Los alumnos se burlan de los compañeros cuando se equivocan.

\*Los alumnos no respetan la opinión de sus compañeros.

\*Los alumnos se hacen afirmaciones negativas y se subestiman.

\*Los alumnos no cooperan cuando tienen que realizar un trabajo en equipo.

Por esta razón se consideró conveniente aplicar un cuestionario diagnóstico para identificar el grado de habilidades sociales con las que contaban los alumnos.

Como el instrumento corresponde a una escala de tipo likert se procedió a obtener el puntaje según la respuesta obtenida, tomando en cuenta las siguientes categorías:

Siempre: 5 puntos, Casi siempre. 4 puntos, algunas veces 3 puntos, casi nunca 2 puntos y nunca 1 punto.

Para verificar el grado de habilidades sociales con las que contaban los alumnos antes del programa de intervención en la fase de diagnóstico (pretest) se realizaron tablas de rangos con las siguientes categorías:

Cuadro 2. Grado de habilidades sociales generales (pretest)

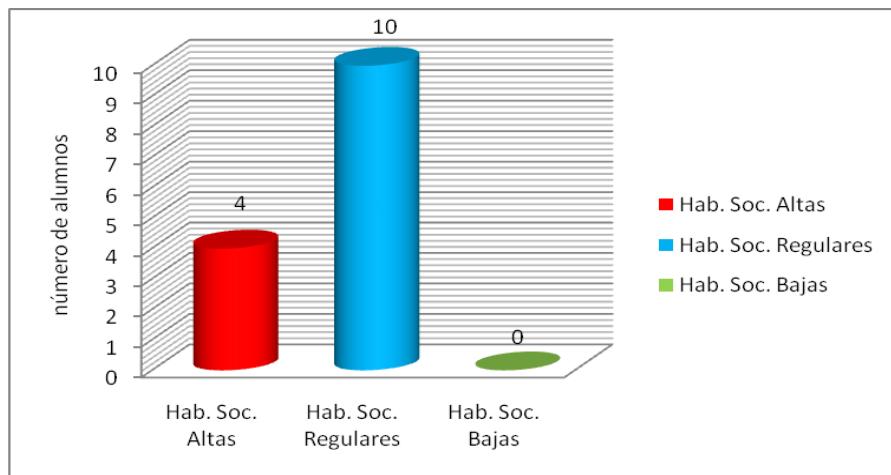
RANGO	CATEGORÍA
125-84	Habilidades sociales ALTAS
83-42	Habilidades sociales REGULARES
41-25	Habilidades sociales BAJAS

Cuadro 3. Grado de habilidades sociales por área (pretest)

RANGO	CATEGORÍA
25-17	Habilidades sociales ALTAS
16-9	Habilidades sociales REGULARES
8-5	Habilidades sociales BAJAS

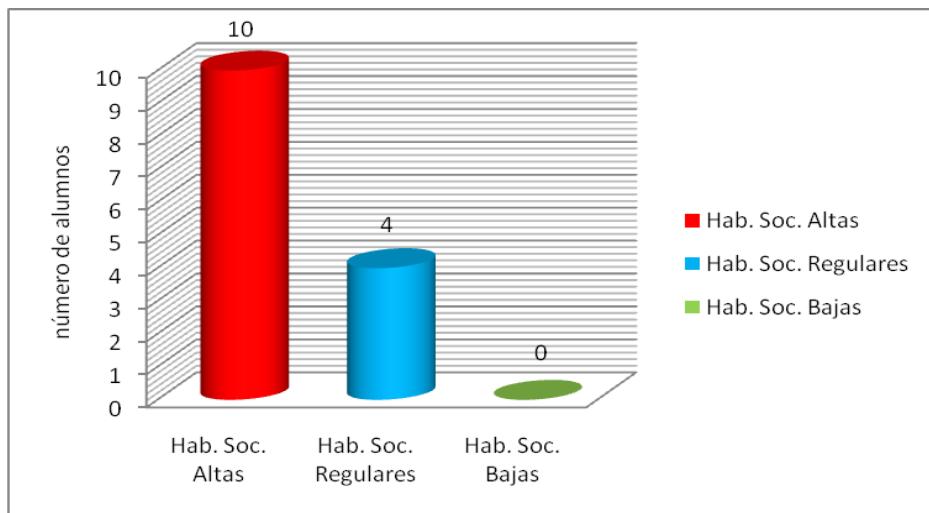
Una vez aplicado el cuestionario, se verificó el grado de habilidades sociales con las que contaba este grupo en donde se obtuvieron los siguientes resultados:

Gráfica 1. Nivel de habilidades sociales generales (pretest)



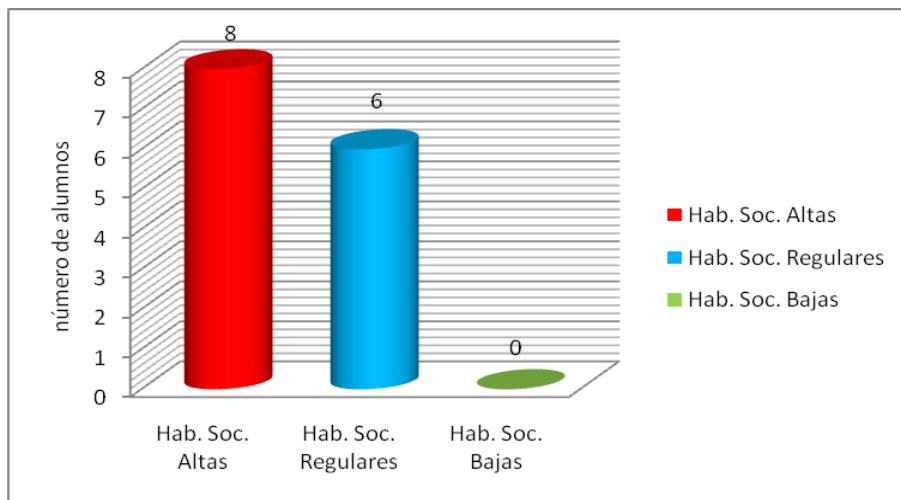
Como se muestra en la gráfica 1 solo 4 de los 14 alumnos cuentan con habilidades sociales altas y los 10 restantes manifestaron contar con un grado regular en el manejo de sus habilidades.

Gráfica 2. Nivel de habilidades sociales básicas (pretest)



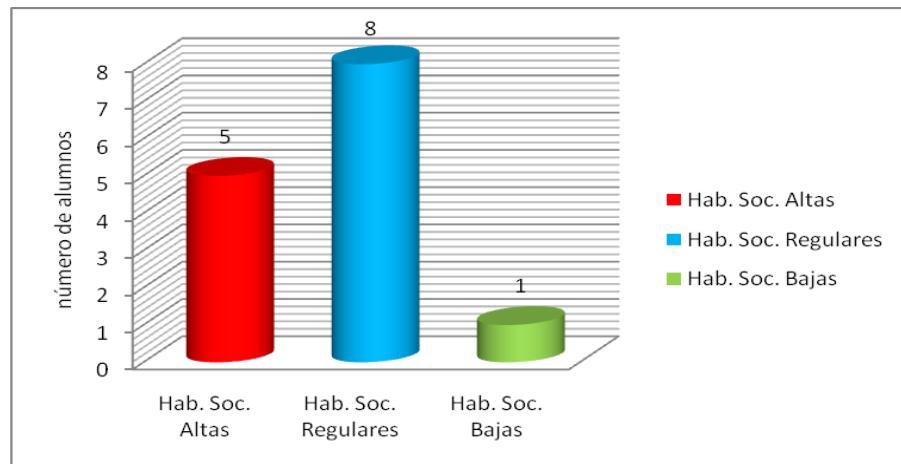
En la gráfica 2 que muestra el nivel de habilidades sociales básicas que tienen los alumnos de un grupo de sexto grado, se observa que 10 de los alumnos cuentan con un nivel alto de habilidades sociales y los 4 restantes manifestaron tener habilidades regulares.

Gráfica 3. Nivel de habilidades sociales para hacer amigos (pretest)



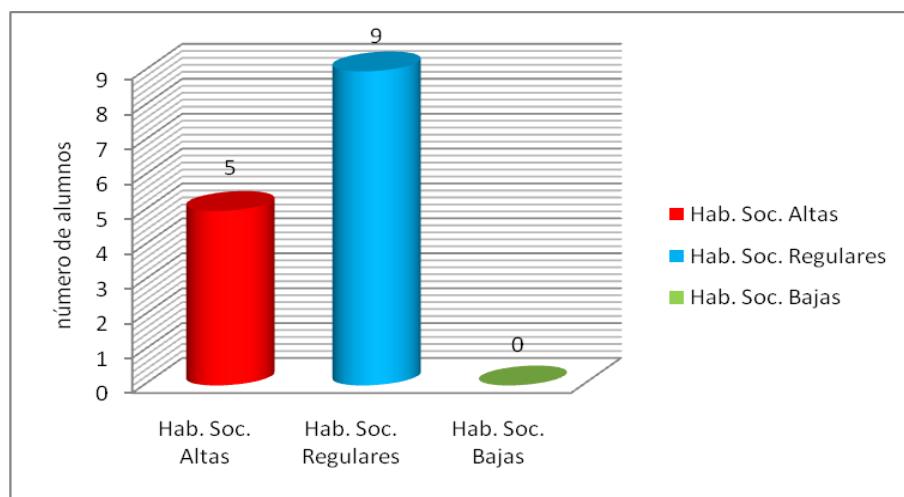
Como se observa en la gráfica anterior 8 de los alumnos mostraron tener buenas habilidades para hacer amigos, mientras que 6 mostraron no ser muy hábiles en la relación con sus compañeros.

Gráfica 4. Nivel de habilidades sociales conversacionales (pretest)



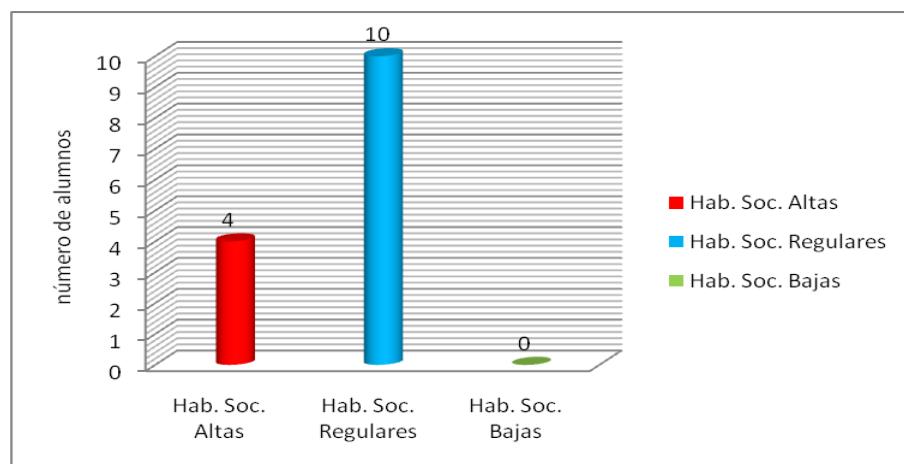
Solo 5 de los alumnos consideran que son eficientes al establecer conversaciones con sus compañeros, 8 mostraron tener habilidades regulares al momento de establecer conversaciones y solo 1 de los alumnos menciono que no le gusta mantener conversaciones con sus iguales.

Gráfica 5. Nivel de habilidades sociales de expresión de sentimientos, emociones y opiniones. (Pretest)



5 de los 14 alumnos son hábiles para expresar emociones, sentimientos y opiniones, mientras que los 9 restantes ocasionalmente lo hacen por lo que manifiestan un manejo no asertivo en estas habilidades.

Gráfica 6. Nivel de habilidades sociales de solución de problemas interpersonales (pretexto)



En las habilidades sociales de solución de problemas interpersonales los alumnos mostraron que solo 4 mantienen una gran habilidad para resolver problemas en el salón de clases, mientras que los 10 restantes no saben como solucionar conflictos.

Como se puede observar en las gráficas anteriores solo 4 de los alumnos contaba con un grado alto en el manejo de habilidades sociales generales antes de la intervención

En la puesta en marcha del programa de entrenamiento en habilidades sociales se encontraron los siguientes resultados:

#### SESIÓN 1:

Objetivo: Que los alumnos refuerzen la autoestima de sus compañeros a través de halagos.

En la sesión se corroboró la participación y colaboración de los alumnos al momento de presentarse ante sus compañeros; por otro lado, se verificó que los comentarios y elogios que recibieron los alumnos por parte de sus compañeros fueron de su agrado ya que lo expresaron al finalizar la sesión. Por lo que se concluye que el objetivo de la sesión se cumplió ya que los alumnos reforzaron la autoestima de sus compañeros a través de halagos. Cabe mencionar que en la dinámica de festín de egos, los alumnos se mostraron un poco renuentes a trabajar con compañeros del sexo opuesto, por lo que la instructora se dio a la tarea de utilizar la técnica del modelado para motivar a los alumnos a realizar la actividad.

#### SESIÓN 2:

Objetivo: Que los alumnos realicen las actividades en grupo con la finalidad de que conozcan la importancia del apoyo grupal a través de la cooperación y la ayuda de todo el grupo.

En esta sesión los alumnos mostraron una gran disposición para realizar las actividades a través de la ayuda y la cooperación por lo que cumplieron con el objetivo de las actividades satisfactoriamente, ademas de que lograron compartir materiales e ideas para la realización de las actividades; finalmente los alumnos expresaron su opinión referente al trabajo en equipo comentando que con la ayuda y la cooperación de todos se lograba realizar un mejor trabajo.

### SESIÓN 3:

Objetivo: Que los alumnos logren entablar comunicación verbal con sus compañeros de clase.

En esta sesión los alumnos se mostraron un poco renuentes debido a que expresaban que les daba pena el hecho de contarle algo a sus compañeros y que era difícil saber si a la persona que tenían enfrente le interesaría lo que ellos estaban diciendo, por lo que la instructora realizó el modelado de la actividad, situación que dio mas confianza a los alumnos y comenzaron a expresarse, al comentar la actividad los alumnos expresaron que se sentían ignorados y que por los tanto la comunicación verbal era necesaria entre ellos, por lo que se les facilitó la siguiente actividad y los niños comenzaron a desenvolverse fácilmente.

### SESIÓN 4:

Objetivo: Que los alumnos comprendan la importancia de unirse a una conversación y de realizar conversaciones en grupo.

Esta actividad al parecer fue del agrado de los alumnos ya que expresaron haber sentido libertad de expresar lo que querían y que había sido importante que entre todo el grupo se hubiera formado una historia, por lo cual pidieron que se repitiera la actividad dos veces más. Se logró que los alumnos comprendieran la importancia de unirse a una conversación y de realizar conversaciones grupales.

### SESIÓN 5:

Objetivo: Que los alumnos se hagan ante el grupo autoafirmaciones positivas.

Los alumnos mostraron gran emoción al saber que tenían que dibujarse a si mismos, pero cuando se les pidió que se describieran a través de ese dibujo mostraron un poco de resistencia y únicamente estaban describiendo su vestimenta, por lo que se les tuvo que

pedir que mencionaran aspectos físicos y de personalidad, cuando algún alumno no sabia qué decir la instructora lo apoyaba haciéndole algunas preguntas sobre su personalidad. En la siguiente actividad los alumnos mostraron gran interés y al término de la sesión comentaron que era mejor ver lo positivo de ellos y no lo negativo y que no era bueno compararse con otras personas por que todos somos diferentes. Finalmente la instructora pidió nuevamente a los alumnos que pensaran por un momento el porque eran especiales y fue aquí en donde los alumnos lograron hacerse autoafirmaciones positivas.

## SESIÓN 6:

Objetivo: Favorecer la expresión de emociones no importando si estas son positivas o negativas.

En esta sesión los alumnos lograron expresar las emociones y sentimientos que sintieron cuando iban escuchando la narración, posteriormente en la siguiente actividad se perdió un poco esa expresión debido a que la profesora encargada del grupo los obligo a participar, cuando la instructora había pedido la participación voluntaria y aunque se insistió la profesora argumento que tenían que hacerlo pues no eran tan tontos para no poder decir algo tan fácil, y cuando una alumnos quiso extender su participación lo calló y pidió que otro alumno hablará, por lo que se tuvo que adecuar la siguiente sesión para evitar nuevamente la intromisión de la profesora en la actividad ya que esta era similar a la anterior.

## SESIÓN 7:

Objetivo: Que los alumnos logren identificar las diferentes emociones que existen y puedan ser capaces de recibirlas en su vida cotidiana.

Se logró satisfactoriamente que los alumnos lograran identificar las diferentes emociones que mostraban las imágenes, ademas se les pidió que en el juego de serpientes y escaleras cada vez que caían en una emoción tenían que contar alguna situación en la que habían sentido dicha emoción, por lo que los demás alumnos mostraban mucho interés ya que

algunas de esas anécdotas les parecían divertidas, el juego se suspendió hasta que el primer alumno logró llegar a la meta.

#### SESIÓN 8:

Objetivo: Que los alumnos tomen conciencia de la importancia de defender sus propios derechos.

Los alumnos lograron identificar cuales son sus derechos dentro de la institución, aunque algunos de ellos plasmaron obligaciones la instructora se encargo de mostrarles que dentro de esas obligaciones también tienen derechos, en la siguiente actividad los alumnos lograron adentrarse en el papel que les había tocado ya sea como acosadores o como acosados y por lo tanto lograron defender sus derechos y opiniones.

#### SESIÓN 9:

Objetivo: Que los alumnos busquen soluciones a los problemas interpersonales que se les presentan en la vida cotidiana.

Los alumnos como era de esperarse mostraron respuestas opuestas a los dilemas, pero con apoyo de la instructora y de la participación de todo el grupo se logró llegar a una sola conclusión tomando en cuenta sus aportaciones anteriores, lo que dio pie para poder concluir que aunque pudieran existir diversas soluciones no siempre se siguen las correctas.

#### SESIÓN 10:

Objetivo: Que los alumnos aprendan la importancia de anticipar consecuencias ante una problemática dada y que además sepan darle una solución efectiva.

En esta sesión los alumnos que pasaron a representar alguna de las problemáticas buscaban alguna solución, pero en esta ocasión los alumnos que miraban la representación

voluntariamente expresaban que no estaban de acuerdo con la solución elegida por sus compañeros, por lo que se les pedía que dieran una nueva solución y todo el grupo se encargaba de elegir la mejor, en la solución de las hojas, del anexo 10, todos los equipos encontraron la misma solución que marcaba la propuesta del anexo 11, por lo que se pudo observar que los alumnos comprendieron la importancia de anticipar consecuencias, elegir una solución y probar la solución.

## SESIÓN 11:

Objetivo: Que los alumnos reflejen que existe una mejora en sus relaciones interpersonales.

Se corroboró a través de la participación de los alumnos que sus relaciones interpersonales mejoraron ya que los comentarios expresados fueron contrarios a los que se escuchaban en las primeras sesiones cuando mencionaban que no querían trabajar con sus compañeros del sexo opuesto, en esta actividad se mostraron algunas afirmaciones como: "Yo consideraba que eras machista", "me gusto conocerte mas", "ojala podamos llevarnos mejor", entre otras. Y se pudo observar que los alumnos tenían una mejor disposición para trabajar con sus compañeros, aunque estos fueran del sexo opuesto.

Los alumnos espesaron que el taller les había gustado porque así tuvieron la oportunidad de conocer más a sus compañeros y que ahora ya iba a ser mas fácil trabajar sin que les diera pena equivocarse.

En el programa de entrenamiento los alumnos mostraron buena disposición para trabajar, realizaron correctamente las actividades y mostraron gran interés en mejorar las conductas negativas que realizaban hacia sus compañeros, situación que mostró que el programa fue una herramienta para que los alumnos se conocieran mas, tuvieran una mejor comunicación entre ellos, aprendieran a solucionar conflictos y expresaran aspectos positivos de sus compañeros y de si mismos.

Para verificar el grado de habilidades sociales con las que contaban los alumnos después del programa de intervención se analizó el postest en donde se utilizaron las tablas de rangos con las siguientes categorías: (el rango de estas tablas difiere de las marcadas en el

pretest, debido a que el cuestionario postest fue modificado de tal manera que se eliminaron 5 ítems que corresponden a las habilidades sociales básica debido a que 10 de los alumnos contaban con un grado alto en el manejo de estas habilidades)

Cuadro 4. Grado de habilidades sociales generales (postest)

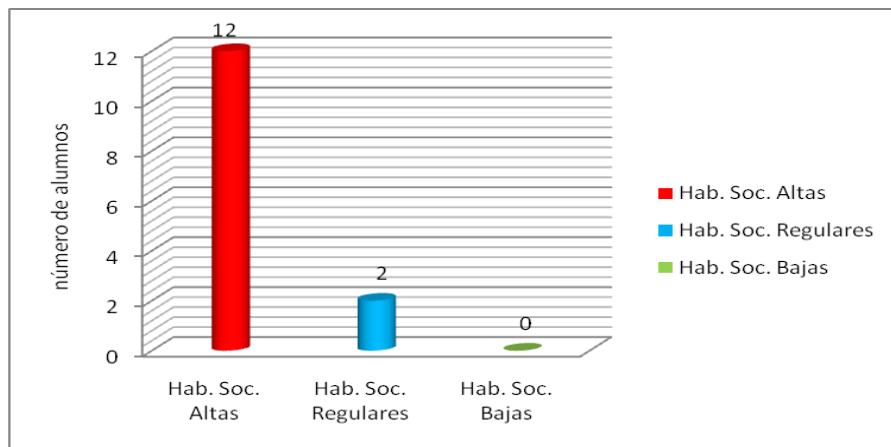
RANGO	CATEGORÍA
100-67	Habilidades sociales ALTAS
66-34	Habilidades sociales REGULARES
33-20	Habilidades sociales BAJAS

Cuadro 5. Grado de habilidades sociales por área (postest)

RANGO	CATEGORÍA
25-17	Habilidades sociales ALTAS
16-9	Habilidades sociales REGULARES
8-5	Habilidades sociales BAJAS

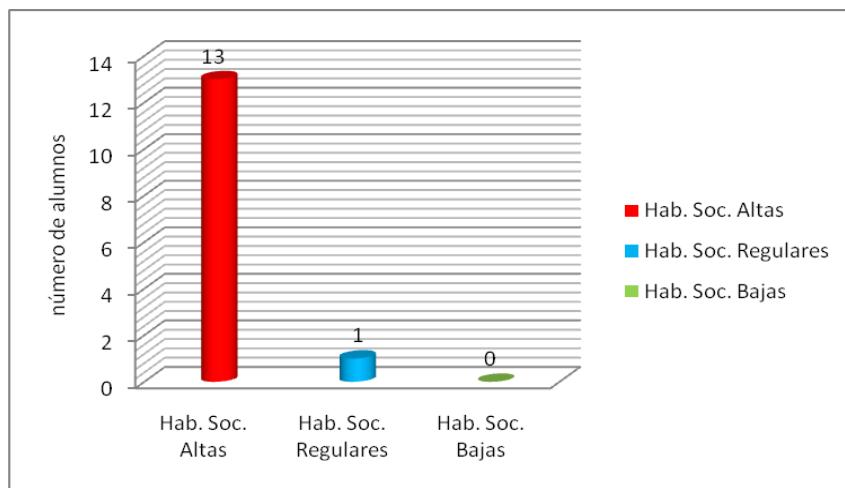
A continuación se muestran una serie de gráficas con los resultados correspondientes de cada una de las habilidades sociales entrenadas.

Gráfica 7. Nivel de habilidades sociales generales (postest)



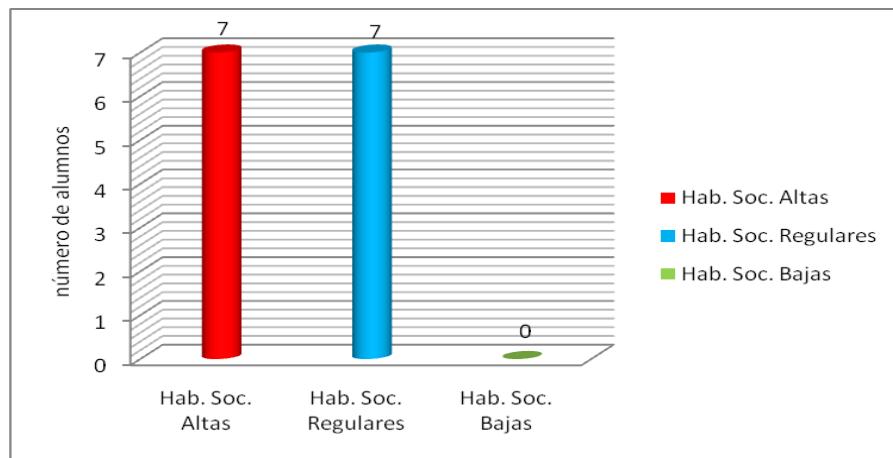
A diferencia de los resultados obtenidos en el pretest, en el postest los alumnos manifestaron que aumentaron sus habilidades sociales generales por lo que 12 de ellos elevaron sus habilidades y solo 2 continuaron teniendo habilidades sociales regulares.

Gráfica 8. Nivel de habilidades sociales para hacer amigos (postest)



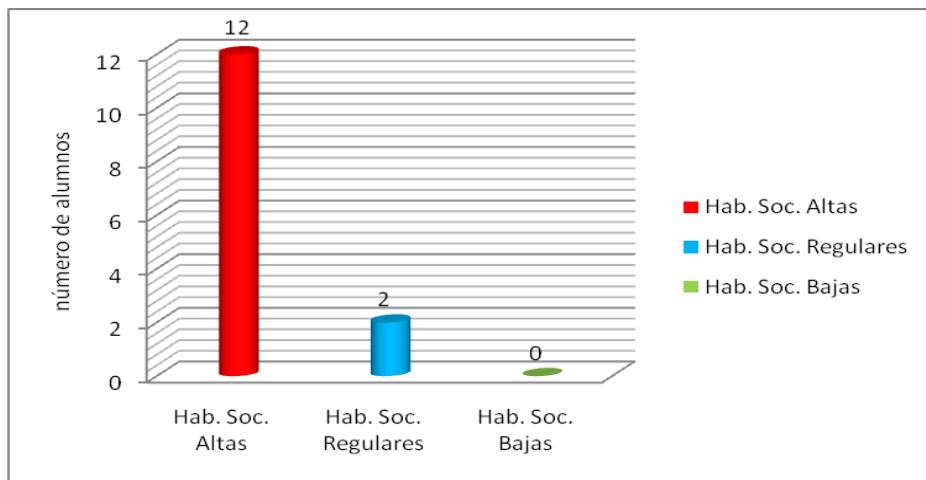
En la gráfica 8 se observan resultados muy positivos, debido a que 13 de los alumnos obtuvieron un grado alto de habilidades sociales para hacer amigos después del programa de intervención, por lo que solo 1 alumno mostró mantener habilidades sociales regulares en esta área.

Gráfica 9. Nivel de habilidades sociales conversacionales (postest)



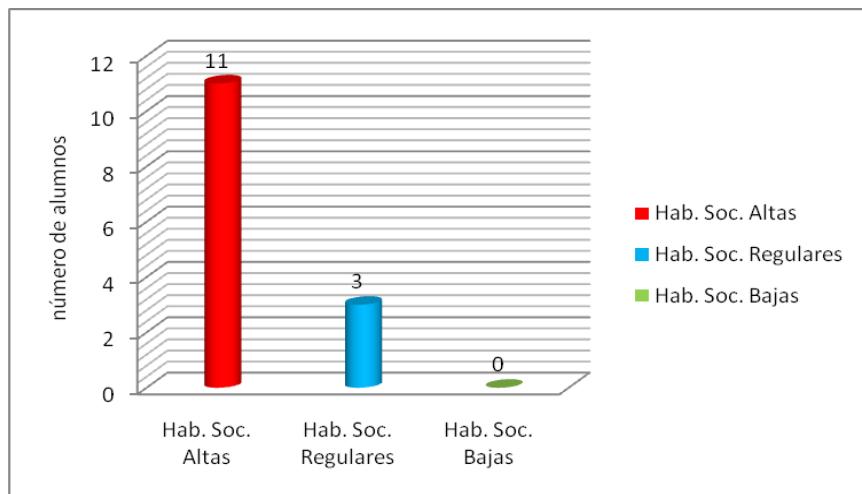
En el área de habilidades sociales conversacionales la grafica 9 muestra que 7 de los alumnos mostraron contar con habilidades conversacionales altas, pero el mismo número de alumnos mostró tener habilidades para conversar regulares.

Gráfica 10. Nivel de habilidades sociales de expresión de sentimientos, emociones y opiniones (postest)



La gráfica 10 muestra resultados significativos despues del programa de intervencion, debido a que ahora son 12 los alumnos los que tienen un grado alto de estas habilidades y solo 2 de los 14 mantuvieron un control regular de sus habilidades de expresion de emociones, opiniones y sentimientos.

Gráfica 11. Nivel de habilidades sociales de solución de problemas interpersonales (postest)



La gráfica 11 muestra un aumento considerable entre los alumnos que ahora saben resolver problemas interpersonales y los alumnos que no han mejorado su habilidad para resolver sus conflictos.

Como se pudo observar en las gráficas anteriores si se encontró un cambio significativo en el grado de habilidades sociales que mostraron los alumnos después de la aplicación del programa de entrenamiento, por lo que ahora se procederá a realizar una comparación entre los resultados encontrados en el pretest y el postest.

Cuadro 6. Comparación de la puntuación pretest-postest

NUMERO	PUNTUACIÓN	PUNTUACIÓN
SUJETOS	PRETEST	POSTEST
1	59	79
2	87	84
3	90	90
4	90	91
5	63	68
6	62	65
7	62	71
8	64	80
9	73	77
10	58	73
11	56	63
12	59	82
13	61	75
14	62	75
TOTAL DE ALUMNOS	TOTAL 946	TOTAL 1073
14	$\bar{x} = 67.57$	$\bar{x} = 76.64$

Como se puede observar en el cuadro 6. La media del pretest es de  $\bar{x} = 67.57$ , mientras que la media del postest es de  $\bar{x} = 76.64$ , por lo que se encontró una diferencia de 9.07 entre los resultados iniciales y los resultados obtenidos despues del programa de entrenamiento en habilidades sociales.

### Coeficiente de correlación de “SPEARMAN” entre pretest y postest

SUJETOS	PRETEST	POSTEST	Di	Di <sup>2</sup>
1	3.5	9	-5.5	30.25
2	12	12	0	0
3	13.5	13	0.5	0.25
4	13.5	14	-0.5	0.25
5	9	3	6	36
6	7	2	5	25
7	7	4	3	9
8	10	10	0	0
9	11	8	3	9
10	2	5	-3	9
11	1	1	0	0
12	3.5	11	-7.5	56.25
13	5	6.5	-1.5	2.25
14	7	6.5	0.5	0.25
				$\Sigma di^2 = 177.5$

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum D_i^2}{(N^3 - N)}$$

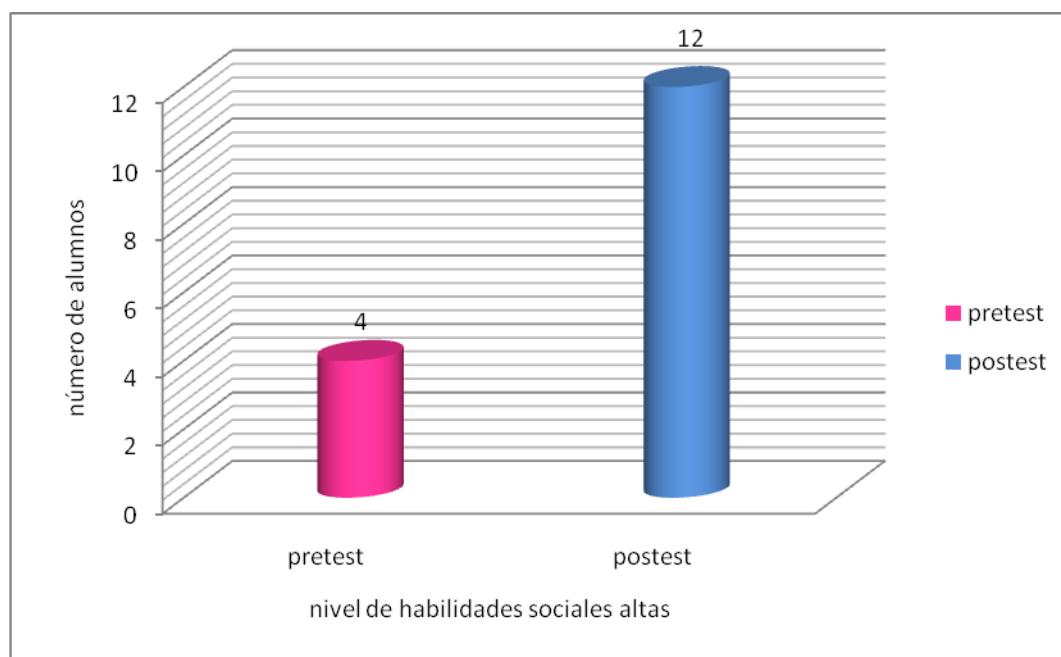
$$r_s = 1 - \frac{6 (177.5)}{(14^3 - 14)} = \frac{1065}{2730} = 0.390 \quad 1 - 0.390 = 0.61$$

El análisis estadístico de los datos que muestra el cuadro 6. Arrojó que el coeficiente de correlación Spearman (Rho) entre los resultados del pretest y el postest es de rs=0.61, por lo que se puede afirmar que entre las variables pretest-postest existe una correlación positiva moderada. Siegel (1990)

Cabe mencionar qué para realizar la comparacion de los resultados entre el pretest y el postest se eliminaron dentro de los resultados del pretest las habilidades sociales basicas, porque como se mencionó anteriormente estas habilidades fueron eliminadas dentro del programa de entrenamiento y por ende se omitieron en el cuestionario postest.

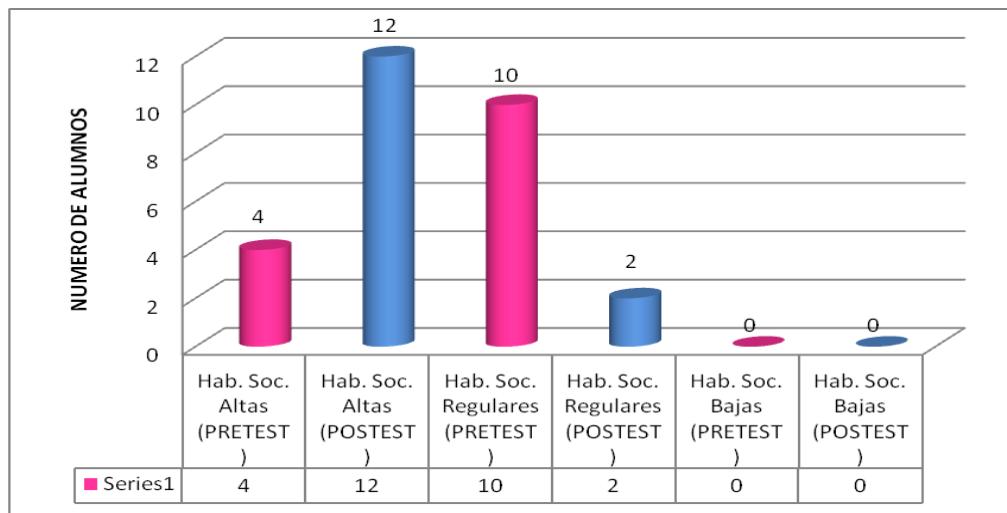
Tal y como lo muestra el cuadro número 6 se observa un aumento considerable en el manejo de habilidades sociales en los alumnos después de haberse aplicado el programa de entrenamiento en habilidades sociales por lo que ahora se representa gráficamente.

Gráfica 12. Comparación del alto grado de habilidades sociales generales.



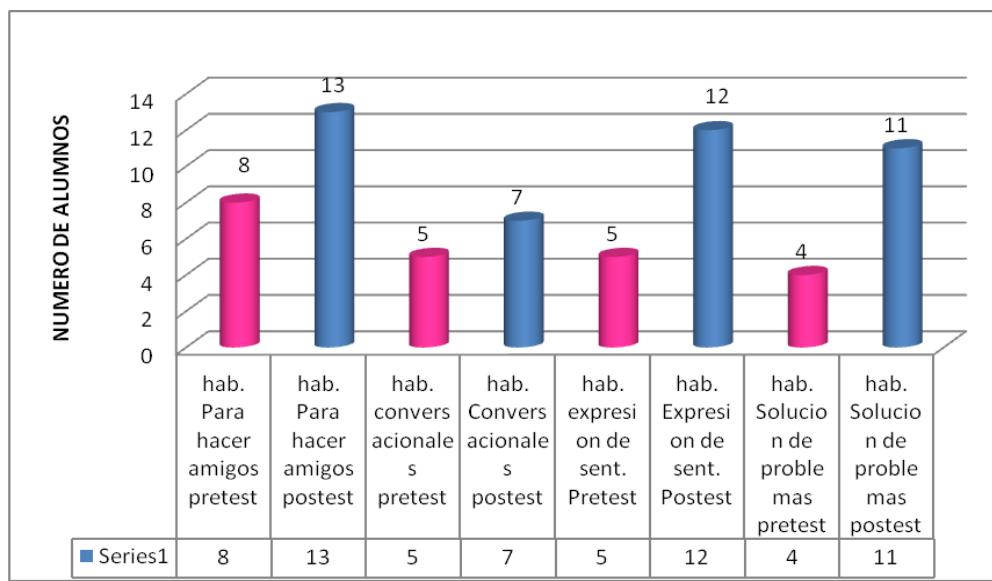
La gráfica 12 muestra la comparación entre los alumnos que mostraron tener habilidades sociales altas antes y después del programa de intervención.

Gráfica 13. Comparación pretest-postest en habilidades sociales generales.



La gráfica anterior muestra los resultados obtenidos antes y después de la intervención en los diferentes grados obtenidos (habilidades sociales altas, habilidades sociales regulares y habilidades sociales bajas)

Gráfica 14. Comparación pretexto-postest por área.



La gráfica 14 proporciona los datos obtenidos antes y después del programa de intervención de cada una de las áreas entrenadas.

Como se puede observar en las gráficas anteriores hubo mejorías en el manejo de habilidades sociales, ya que la mayoría de los alumnos reveló tener un control más asertivo del comportamiento que manifiesta hacia sus compañeros de clase. Por lo que se observó al pretest con una media de  $x=67.57$  y al postest con una media de  $x=76.64$ , mostrando una diferencia de 9.07 después de la aplicación del programa de intervención.

Para determinar el grado de significancia de esta investigación se realizó la prueba estadística de la chi cuadrada en donde se obtuvieron los siguientes resultados: Siegel (1990)

$H_0$ : La aplicación de un programa de entrenamiento en habilidades sociales no mejora las relaciones interpersonales de un grupo de 6º de primaria.

$H_i$ : La aplicación de un programa de entrenamiento en habilidades sociales mejora las relaciones interpersonales de un grupo de 6º de primaria.

Grado de habilidades sociales	fo	fe	fo-fe	$(fo-fe)^2$	$\frac{(fo*fe)^2}{fe}$
Habilidades Altas pretest	4	8	-4	16	2
Habilidades Altas postest	12	8	4	16	2
Habilidades Regulares pretest	10	6	4	16	2.6
Habilidades Regulares postest	2	6	-4	16	2.6
					$x^2=9.2$

Valor obtenido  $x^2= 9.2$

Valor de la tabla  $x^2=6.63$

Gl= 1

P= .01

Con base en el análisis realizado con la prueba de significancia no paramétrica chi cuadrada que arrojó un valor de  $x^2= 9.2$  se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, por lo tanto se puede afirmar que la aplicación de un programa de entrenamiento en habilidades sociales mejora las relaciones interpersonales de un grupo de sexto grado de primaria.

Como el cuestionario de habilidades de interaccion social “CHIS” de Maria Ines Monjas Casares únicamente mide el grado de habilidades sociales con las que cuentan los alumnos se diseño el cuestionario de evaluacion de relaciones interpersonales que revela la efectividad del programa, el cual dio pauta para comprobar si con el aumento de habilidades sociales mejoraron las relaciones interpersonales entre los alumnos del grupo. Por lo tanto se realizaron cuadros que muestran las categorias y la frecuencia con la que los alumnos respondieron el cuestionario.

### **Cuestionario de evalucion de relaciones interpersonales**

1.- ¿Qué aprendiste en el taller?

CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Relacionarme con mis compañeros	4	29%
Convivir mejor	2	14%
Conocí mas a mis compañeros	5	36%
A identificar mis emociones	1	7%
A tolerar a mis amigos	1	7%
Respetar para que me respeten	1	7%
<b>TOTAL</b>	<b>14</b>	<b>100%</b>

2.- ¿Qué fue lo que mas te agrado del taller?

CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Las actividades que realizamos	5	36%
Que pude convivir con mis compañeros	2	14%
La importancia de las habilidades sociales	1	7%
Como nos enseño la maestra	1	7%
Conocí cosas que no sabia de mis amigos	2	14%
Que me llevo mejor con el grupo	3	22%
TOTAL	14	100%

3.- ¿Te gustaron los temas que se abordaron en el taller?      Si      no

CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	14	100%
NO	0	0%
TOTAL	14	100%

## ¿Por qué?

CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Aprendí mucho y cosas nuevas	4	29%
Los temas fueron interesantes	2	14%
Fueron divertidos	3	21%
Ya me llevo mejor con el grupo	4	29%
No contesto	1	7%
TOTAL	14	100%

CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	13	93%
NO	1	7%
TOTAL	14	100%

¿Por que?

CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Los conozco mas	2	14%
Nos llevamos mejor	7	50%
Porque me hacen enojar	1	7%
Aprendimos a tolerarnos	1	7%
El grupo se unió mas	3	22%
TOTAL	14	100%

5.- ¿Consideras que en un futuro te servirá lo que aprendiste en este taller?

Si      no

CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	14	100%
NO	0	0%
TOTAL	14	100%

¿Por qué?

CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Para no juzgar a los demás	1	7%
Para llevarnos mejor	6	43%
Para ser mas amigable	1	7%
Para no agreder a mis amigos	2	14%
Debo aceptar las diferencias de todos	1	7%
Seré mejor persona en el futuro	3	22%
TOTAL	14	100%

6.- ¿Cómo calificarías la impartición del taller?

Excelente      muy buena      buena      regular      mala

CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Excelente	10	72%
Muy buena	3	21%
Buena	1	7%
Regular	0	0%
mala	0	0%
TOTAL	14	100%

### **5.1. Análisis de los principales hallazgos.**

En la guía de observación que sirvió como diagnóstico inicial se observó que los alumnos no mantienen una buena relación entre ellos manifestando conductas negativas como agresiones físicas y psicológicas.

En el cuestionario diagnóstico (pretest). Se encontró que solo 4 de los alumnos cuentan con habilidades sociales generales altas y el resto se encuentra en el rango de los alumnos con habilidades sociales regulares. En el área de habilidades sociales básicas se encontró que 10 de los alumnos contaban con un nivel alto en el manejo de sus habilidades por lo que solo 4 tuvieron un manejo regular de sus habilidades. En el área de habilidades sociales para hacer amigos 8 de los alumnos tenían habilidades altas y 6 contaban con habilidades sociales regulares. En el área de habilidades sociales conversacionales solo 5 de los alumnos cuentan con un alto grado de habilidades, mientras 8 tenían habilidades regulares y 1 de los alumnos manifestó tener un grado bajo en el manejo de sus habilidades. En las habilidades sociales de expresión de sentimientos, emociones y opiniones se encontró que 5 de los alumnos manifestaron tener habilidades altas y 9 habilidades sociales regulares. Por último en el área de habilidades sociales de solución de problemas interpersonales 4 de los alumnos tenían habilidades altas y 10 de los alumnos mostraron tener habilidades regulares.

A través de la observación que se realizó y los resultados que mostraron los alumnos en el cuestionario postest, se encontró que tienen una mala relación entre ellos, por lo tanto se procedió a entrenar cuatro de las habilidades ya que se pretende que estas aumenten después del programa de intervención. Por lo que se esperaba que a lo largo de las sesiones los alumnos dejaran de agredirse física y psicológicamente.

El programa de entrenamiento en habilidades sociales manifestó que los alumnos realizaron las actividades satisfactoriamente, pues aunque al principio mostraban cierta resistencia a trabajar con compañeros del sexo opuesto finalmente los alumnos al término del taller mostraron haberse quitado los prejuicios que tenían y darse la oportunidad de conocerse sin importar el sexo al que pertenecieran, ademas naturalmente disminuyeron las agresiones físicas y psicológicas tales como apodos y subestimaciones durante la aplicación del taller.

La aplicación del cuestionario postest arrojó resultados significativos, de los 14 alumnos del grupo al que se aplicó el programa 12 mostraron tener habilidades sociales altas y solo dos continuaron teniendo habilidades sociales regulares, en el área de habilidades sociales para hacer amigos 13 de los alumnos manifestaron contar un alto grado de habilidades, mientras que solo 1 de los alumnos mantiene habilidades sociales regulares. En las habilidades sociales conversacionales se equilibra el nivel de las habilidades sociales debido a que 7 alumnos mostraron tener habilidades altas y 7 tuvieron habilidades regulares. En las habilidades de expresión de sentimientos, emociones y opiniones 12 de los alumnos resultaron tener habilidades sociales altas y solo 2 se mantuvieron con habilidades sociales regulares. En las habilidades sociales de solución de problemas interpersonales 11 de los alumnos tuvieron un nivel alto en habilidades y 3 manifestaron tener habilidades regulares.

Por lo que se puede observar que si se presentó un aumento de habilidades sociales en los alumnos ya que a través de la convivencia que se dio a lo largo de las sesiones los alumnos iban manifestando mejores conductas, ya que repetidamente se insistió en que se integraran equipos mixtos, a lo largo del taller si pidió que los alumnos respetaran a sus compañeros, para que pudieran ser respetados, situación que se vio favorecida en las sesiones, por lo que se puede concluir que a través de las observaciones a lo largo del programa y con el análisis del postest se pudo verificar que los alumnos mejoraron su nivel de habilidades sociales.

El cuestionario de evaluación de relaciones interpersonales mostró los siguientes resultados. El 65% de los alumnos considera que lo que aprendieron en el programa de entrenamiento le sirvió para relacionarse bien con sus compañeros y conocerlos mejor. El 58% de los alumnos mencionaron que lo que mas les agrado del taller fueron las actividades y que ahora se llevan mejor con sus compañeros. Al 100% de los alumnos les gustaron los temas que se abordaron en el taller y de este total el 58% considera que esto se debe a que aprendieron mucho y nuevas cosas y que as partir de las actividades ya se llevan mejor con el grupo. El 93% de los alumnos considera que las actividades realizadas en el taller si le ayudaran a tener una mejor relación con sus compañeros, lo que trae como consecuencia que el 72% consideró que esto se debe a que ahora se llevan mejor y que por lo tanto el grupo se unió más. El 100% de los alumnos considera que en el futuro le servirá lo que aprendió en el taller pues del total 65% de los alumnos consideró que le servirá para llevarse mejor y para ser una mejor persona en el futuro. 10 de los alumnos que corresponden al 72% consideraron que la impartición del taller fue excelente.

Con la aplicación de la prueba de significancia chi cuadrada que dio un resultado de  $\chi^2= 9.2$  se rechazó la hipótesis nula y se acepto la hipótesis de investigación. Por lo que se puede afirmar que efectivamente el programa de entrenamiento en habilidades sociales mejoró las relaciones interpersonales en un grupo de sexto grado de primaria por lo que los objetivos planteados fueron alcanzados.

## **5.2. Conclusiones.**

Los seres humanos por cultura tenemos que desarrollarnos emocionalmente con personas con las que hay que aprender a convivir para conseguir un ambiente armónico y de estabilidad emocional, por lo tanto es necesario que desarrollemos técnicas que nos ayuden a mejorar nuestras relaciones interpersonales. En las instituciones educativas es cada día más difícil encontrar una buena armonía entre los miembros que la conforman.

Torres (2007) afirma, que los menores suelen marginar a un compañero por el color de piel, sus características corporales (obesidad, delgadez extrema, déficit visual, auditivo o motor), el modo de hablar, moverse, vestirse, el tipo de entretenimientos por los que opta, sus posibilidades económicas o su reconocimiento social. Situación que afecta psicológicamente a los alumnos ya que ofensas de este tipo provocan baja autoestima, aislamiento, incluso existen indicios de que las conductas de intimidación entre iguales puede traducirse en un rendimiento más bajo en los test de competencia y aptitud académica. Harris y Patrie, (2003).

Es por esto que es necesario que se imparten talleres que ayuden a los alumnos a llevar a cabo un buen manejo de sus emociones; para esto existen programas de entrenamiento en habilidades sociales, que son programas diseñados con una serie de técnicas que ayudan a los individuos a ser conscientes de sus actos, los cuales pueden modificar la conducta para beneficio de la convivencia social.

Autores como Monjas, Caballo, Kelly, Verdugo, entre otros, manifiestan que es necesario que los individuos obtengan esta serie de entrenamiento en edades escolares ya que es en este periodo donde generalmente se observan diversos tipos de problemas generados de los comportamientos poco asertivos de los estudiantes.

Pero, ¿Quién debe de enseñar habilidades sociales en las aulas escolares? esa tarea le corresponde a los docentes y psicólogos educativos, los cuales tienen como labor principal enseñar a los alumnos a mantener una buena convivencia esto debido a que el aprendizaje es un cambio relativamente permanente en la conducta, el cual representa la adquisición de conocimientos, por lo cual tanto los docentes y los psicólogos educativos, deben de tomar como estrategia herramientas que permitan desarrollar en los alumnos habilidades como un elemento para estimular una mejor convivencia en los centros escolares. Ya que de aquí parte el hecho de que los alumnos aprendan a respetarse, a tolerarse y a desarrollar habilidades y destrezas que lo ayuden a desenvolverse emocionalmente con sus compañeros de clase.

El psicólogo educativo, trata de generar y mejorar aquellas capacidades y habilidades para que los alumnos puedan analizar mejor su realidad social, situarse adecuadamente frente a las diferentes opciones que se le presentan y encontrar soluciones idóneas a sus necesidades. Por tal motivo los psicólogos de la educación utilizan técnicas y procedimientos propios de la intervención psicoeducativa para modificar la conducta de los alumnos, con la finalidad de crear un ambiente de estabilidad emocional entre los miembros de una comunidad estudiantil.

Las relaciones sociales van a ser determinantes en la vida de cualquier niño, para su realización como persona dentro de una sociedad debido a que son estas relaciones, junto con la educación, las que van a posibilitar el desenvolvimiento del niño a lo largo de su vida. Razón por la cual es necesario que exista un verdadero trabajo de equipo entre el psicólogo educativo, el docente, el directivo y los padres de familia, para que en un trabajo colaborativo puedan mejorar las capacidades cognitivas y socioeducativas de cada uno de los integrantes de la institución, situación que permitirá un mejor ambiente entre los estudiantes y por ende una buena integridad emocional en cada uno de los miembros de esta comunidad estudiantil.

Por consiguiente es necesario que psicólogos educativos y profesionales de la educación insistan en la educación emocional de los alumnos para facilitar actitudes positivas ante sus compañeros, debido a que el aumento de habilidades sociales permiten estimular la empatía, por lo que favorecen actitudes para afrontar conflictos ante sus compañeros, pues la única intención de estos programas es promover el bienestar social y académico en contextos como el escolar. Por lo que se puede concluir que las habilidades sociales se aprenden,

enseñarlas es justamente uno de los propósitos del psicólogo educativo el cual busca técnicas y herramientas que permiten reeducar comportamientos, creencias y actitudes.

En el transcurso de este programa de intervención se fueron observando continuamente cambios significativos en el comportamiento de los alumnos, ya que la observación inicial mostró pocos lazos afectivos entre los compañeros, a lo largo de las sesiones las conductas de rechazo se fueron disminuyendo y las actitudes de expresión y de comunicación se fueron reforzando. A pesar de los resultados obtenidos, no se puede afirmar que los cambios observados al finalizar la intervención se debieron totalmente al programa de entrenamiento, debido a que pudieron existir variables no observables que favorecieran que los alumnos se mostraran más asertivos en sus relaciones interpersonales.

El objetivo de este programa se cumplió satisfactoriamente ya que a través del diseño, la aplicación y la evaluación de un programa de entrenamiento en habilidades sociales se logró mejorar las relaciones interpersonales en un grupo de sexto grado de educación primaria. Todo esto se logró gracias a la implementación de actividades dinámicas que fueron la base para que los alumnos pudieran aprender a tener una mejor convivencia grupal, desarrollando competencias que favorecieron un aprendizaje y mejoramiento de sus actitudes, situación que permitió reeducar comportamientos negativos que los alumnos van desarrollando en su vida cotidiana.

### **5.3. Recomendaciones**

\*Considerar las habilidades sociales en donde los alumnos hayan presentado menor puntaje para poder dar mayor énfasis al entrenamiento de estas habilidades en el programa, es decir considerar en qué habilidades es necesario aumentar el número de sesiones.

\*integrar a la profesora a las actividades realizadas en el taller.

\*considerar las limitaciones del diseño de investigación, es decir, tomar en cuenta los factores externos que se involucran en la modificación de conducta de los sujetos, que pudieran haber sido la causa por la cual se manifestaron cambios de actitud, ya que al fin y al cabo son variantes que modifican el programa de intervención.

#### **5.4. Alcances y limitaciones**

El programa de entrenamiento en habilidades sociales fue relativamente accesible debido a que los alumnos mostraron gran interés y participación en las actividades realizadas; a lo largo de las sesiones los alumnos mostraron respuestas mas asertivas con lo que respecta al comportamiento con otros compañeros, las actividades se les hicieron divertidas, por lo que manifestaron que el taller fue de su agrado; el objetivo del taller fue alcanzado por lo que los alumnos mostraron un gran cambio en su comportamiento dentro del aula escolar, conclusión que también manifestó la profesora encargada del grupo. Y a través del análisis de los instrumentos se verificó que este programa de entrenamiento en habilidades sociales efectivamente mejoró las relaciones interpersonales entre los alumnos. Uno de los alumnos en las dos primeras sesiones se mostró, apático ya que no quería realizar las actividades y manifestaba que eran aburridas y que el prefería no hacer nada, como fueron avanzando las sesiones el alumno se mostró mas participativo y realizó correctamente las actividades, en las ultimas sesiones era uno de los alumnos mas interesados en las actividades y manifestó que no le gustaba faltar a clases los días que se impartía el taller, por lo que se concluye que las actividades realizadas lograron llamar la atención del alumno. La profesora encargada del grupo, ya que aunque se mostró accesible, para dar el permiso de realizar el taller con su grupo, fue un factor determinante en las actividades debido a que interrumpía algunas de las actividades para reprender a los niños de manera grosera ya que les decía que no sabían hacer nada, que eran tontos, les ponía etiquetas y hacia notar los errores de los niños frente a sus compañeros, en la sesión número seis en la habilidad de expresión de emociones la profesora interrumpió la sesión y comenzó a hablar de su vida personal, situación que aburrió a los alumnos pues tiempo después manifestaron que la profesora ya había contado esa historia en situaciones anteriores, la instructora tuvo que retomar la sesión, pues debido a la situación anterior los alumnos ya se habían desesperado, por lo que se decidió hacer adecuaciones a la sesión siete debido a que era una actividad similar y se deseaba evitar otra interrupción por parte de la profesora.

## Referencias

- Caballo, V. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid, España: Siglo XXI.
- Calvo, R. y Ballester, F. (2007). *Acoso escolar: procedimientos de intervención*. Madrid. EOS.
- Campbell, D. y Stanley, J.(1991) *Diseños experimentales y cuasiexperimentales en la investigación social*. Buenos aires. Amorrortu.
- Del Prette, Z. y Del Prette A. (2002). *Psicología de las Habilidades Sociales: terapia y educación*. México: Manual Moderno.
- Díaz, A. (1996) *la interacción profesor-alumno. En escuela y tolerancia*. Madrid. Pirámide.
- Gill, F. Y Leon. J. (1998) *Habilidades sociales, teoría, investigación e intervención*. Madrid. Sintesis.
- Harris, S. Petrie, G. (2006). *El acoso en la escuela*. Barcelona. Paidos.
- Hernández, M. (2002). *¿Cómo mejorar la autoestima de los alumnos? Habilidades sociales simples*. Madrid. Cepe.
- Hidalgo, C y Abarca, M. (1999). *Comunicación interpersonal, programa de entrenamiento de habilidades sociales*. México, DF. Alfaomega.
- Kelly, J (1992). *Entrenamiento de las Habilidades Sociales*. Guía práctica para intervenciones. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.
- Kelly, J (2000). *Entrenamiento de las Habilidades Sociales*. Guía práctica para intervenciones. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.

- Lara de Prada y Ocampo de Bonivento. (2002). *Psicología social*. Colombia Bogotá. Universidad Santo Tomas.
  
- Maldonado, H. (2004). *Convivencia escolar*. Buenos aires. Lugar.
  
- Monjas, I. (2002). *Programa de entrenamiento en habilidades de interacción social*. PEHIS. Salamanca, España: Trilce.
  
- Monjas, I. (1993). *Programa de entrenamiento en habilidades de interacción social*. PEHIS. Salamanca, España: Trilce.
  
- Nieto, B y Tejedor, M. (2003). *Actividades para educación primaria*. Madrid. CCS.
  
- Olweus, D (1998). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Madrid. Morata.
  
- Papalia, D. et al. (2005). *Desarrollo humano*. México. Mc Graw Hill.
  
- Pérez, I (2000). *Habilidades sociales educar hacia la autorregulación. Conceptualización, Evaluación e Intervención*. España: ICE
  
- Sandurní, M. et al. (2003). *El desarrollo de los niños paso a paso*. Barcelona. UOC.
  
- Santrock, J. (2007). *Desarrollo infantil*. México D.F. Mc Graw Hill.
  
  
- SEP (2009). *Programa Integral de Formación Cívica y Ética 2009*. México. DF.
  
- Sidney. Y Siegel. (1990) *estadística no parametrica*. México. Trillas.

- Torres, M. (2007). *Agresividad en el contexto escolar*. Buenos aires, argentina. Lumen
- Trianes, T. y García, C (2002). *Educación socioafectiva y prevención de conflictos interpersonales en los centros escolares*. Interuniversitaria de formación de profesorado.
- Valles, A y Valles, T. (1996) *las habilidades sociales en la escuela, una propuesta curricular*. Madrid. EOS.
- Verdugo, M. (1997). *Programa de habilidades Sociales. Programas Conductuales Alternativos*. Salamanca, España: Amarú.

### Anexo 1 (Guía de observación)

Los alumnos se llaman por apodos									
Los alumnos se agreden físicamente									
Los alumnos se agreden verbalmente									
Se observa aislamiento de algunos alumnos									
Los alumnos expresan sus opiniones ante el grupo									
Los alumnos respetan las opiniones de sus compañeros									
Los alumnos realizan las actividades en conjunto									
Los alumnos piden y hacen favores entre si									
Los alumnos piden las cosas por favor y dicen gracias									
Los alumnos solucionan sus problemas sin agresiones									
Los alumnos aceptan la critica positiva									
Los alumnos se hacen alabanzas entre si									
Los alumnos se integran fácilmente al trabajo en equipo									
Los alumnos cooperan y comparten cuando trabajan en equipo									
Se observa un comportamiento agresivo en las clases									
Los alumnos se molestan constantemente									
Existen burlas entre compañeros cuando alguien se equivoca									
Las niñas se llevan pesado con los niños									
Hay burlas constantes hacia un alumno									
Los alumnos expresan autoafirmaciones positivas									
Los alumnos son agresivos cuando juegan en el recreo									
Rechazo por parte de los alumnos hacia algún compañero									

#### OBSERVACIONES GENERALES:

Nota: Este instrumento fue piloteado antes de su aplicación.

## ANEXO 2 (Pretest)

### CUESTIONARIO DE HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL “CHIS” DE MARÍA INÉS MONJAS CASARES

Nombre del alumno: \_\_\_\_\_

Instrucciones: por favor, lee cuidadosamente cada frase y coloca un tache en el número que mejor describa tu forma de actuar teniendo en cuenta las siguientes calificaciones:

- 1) significa que no hago la conducta **nunca**.
- 2) significa que no hago la conducta **casi nunca**.
- 3) significa que hago la conducta **algunas veces**.
- 4) significa que hago la conducta **casi siempre**.
- 5) significa que hago la conducta **siempre**.

1. Sonrió y rio con mis compañeros para demostrarles aceptación.	1	2	3	4	5
2. No me cuesta trabajo iniciar conversaciones con mis compañeros.	1	2	3	4	5
3. Cuando tengo algún problema pienso en lo que puedo hacer para solucionarlo.	1	2	3	4	5
4. Sé terminar las conversaciones con mis compañeros cuando es oportuno.	1	2	3	4	5
5. Ayudo a mis compañeros cuando me necesitan.	1	2	3	4	5
6. Cuando tengo un conflicto con algún compañero, busco soluciones.	1	2	3	4	5
7. Expreso mis opiniones cuando en el grupo hay una conversación.	1	2	3	4	5
8. Acepto unirme al juego con otros compañeros.	1	2	3	4	5
9. Coopero y comparto con mis compañeros cuando realizamos alguna actividad.	1	2	3	4	5
10. Acepto las emociones positivas y negativas de mis compañeros.	1	2	3	4	5

11. Me presento ante los compañeros que no me conocen.	1	2	3	4	5
12. Cuando mantengo una conversación con otra persona, respondo a lo que me pregunta y digo lo que pienso y siento.	1	2	3	4	5
13. Cuando tengo un conflicto pongo en práctica la solución para ver si es efectiva.	1	2	3	4	5
14. Si mis compañeros mantienen una plática, me uno a la conversación, si es oportuno.	1	2	3	4	5
15. Invito a mis compañeros a integrarse a las actividades que yo estoy haciendo.	1	2	3	4	5
16. Saludo y respondo el saludo a mis compañeros de clase	1	2	3	4	5
17. Expreso mis emociones positivas y negativas a mis compañeros.	1	2	3	4	5
18. Defiendo mis derechos ante mis compañeros.	1	2	3	4	5
19. Cuando tengo un conflicto anticipo las consecuencias antes de agrandar el problema.	1	2	3	4	5
20. Defiendo mis opiniones ante mis compañeros.	1	2	3	4	5
21. Con mis compañeros pido las cosas por favor, digo gracias, me disculpo, etc.	1	2	3	4	5
22. Cuando tengo diferencias con mis compañeros trato de identificar la causa del problema.	1	2	3	4	5
23. Me digo a mi mismo/a cosas positivas.	1	2	3	4	5
24. Pido y hago favores a mis compañeros de clase.	1	2	3	4	5
25. Hago alabanzas y digo cosas positivas a mis compañeros.	1	2	3	4	5

**¡Gracias por tu participación!**

### ANEXO 3 (Postest)

#### CUESTIONARIO DE HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL “CHIS” DE MARÍA INÉS MONJAS CASARES

Nombre del alumno: \_\_\_\_\_

Instrucciones: por favor, lee cuidadosamente cada frase y coloca un tache en el número que mejor describa tu forma de actuar teniendo en cuenta las siguientes calificaciones:

- 1) significa que no hago la conducta **nunca**.
- 2) significa que no hago la conducta **casi nunca**.
- 3) significa que hago la conducta **algunas veces**.
- 4) significa que hago la conducta **casi siempre**.
- 5) significa que hago la conducta **siempre**.

1. No me cuesta trabajo iniciar conversaciones con mis compañeros.	1	2	3	4	5
2. Cuando tengo algún problema pienso en lo que puedo hacer para solucionarlo.	1	2	3	4	5
3. Sé terminar las conversaciones con mis compañeros cuando es oportuno.	1	2	3	4	5
4. Ayudo a mis compañeros cuando me necesitan.	1	2	3	4	5
5. Cuando tengo un conflicto con algún compañero, busco soluciones.	1	2	3	4	5
6. Expreso mis opiniones cuando en el grupo hay una conversación.	1	2	3	4	5
7. Acepto unirme al juego con otros compañeros.	1	2	3	4	5
8. Coopero y comparto con mis compañeros cuando realizamos alguna actividad.	1	2	3	4	5
9. Acepto las emociones positivas y negativas de mis compañeros.	1	2	3	4	5
10. Cuando mantengo una conversación con otra persona, respondo a lo que me pregunta y digo lo que pienso y siento.	1	2	3	4	5

11. Cuando tengo un conflicto pongo en práctica la solución para ver si es efectiva.	1	2	3	4	5
12. Si mis compañeros mantienen una platica, me uno ala conversación, si es oportuno.	1	2	3	4	5
13. Invito a mis compañeros a integrarse a las actividades que yo estoy haciendo.	1	2	3	4	5
14. Expreso mis emociones positivas y negativas a mis compañeros.	1	2	3	4	5
15. Defiendo mis derechos ante mis compañeros.	1	2	3	4	5
16. Cuando tengo un conflicto anticipo las consecuencias antes de agrandar el problema.	1	2	3	4	5
17. Defiendo mis opiniones ante mis compañeros.	1	2	3	4	5
18. Cuando tengo diferencias con mis compañeros trato de identificar la causa del problema.	1	2	3	4	5
19. Me digo a mi mismo/a cosas positivas.	1	2	3	4	5
20. Hago alabanzas y digo cosas positivas a mis compañeros.	1	2	3	4	5

**¡Gracias por tu participación!**

#### **ANEXO 4 (cuestionario de evaluación de relaciones interpersonales)**

Por favor lee cuidadosamente y responde las siguientes preguntas:

1.- ¿Qué aprendiste en el taller?

---

2.- ¿Qué fue lo que mas te agrado del taller?

---

---

3.- ¿Te gustaron los temas que se abordaron en el taller?      Si      no

¿Por qué? \_\_\_\_\_

4.- ¿consideras que las actividades realizadas en el taller te ayudaran a tener una mejor relacion con tus compañeros?      Si      no

¿Por que? \_\_\_\_\_

5.- ¿Consideras que en un futuro te servirá lo que aprendiste en este taller?

Si      no      ¿Por qué? \_\_\_\_\_

6.- ¿Cómo calificarías la imparcion del taller?

Excelente      muy buena      buena      regular      mala

## ANEXO 5

TEMA: Presentación del taller y reforzamiento social.

Sesión # 1

OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIAL	TIEMPO	EVALUACIÓN
*Que los alumnos refuerzen la autoestima de sus compañeros a través de halagos.	*Dinámica rompe hielo: se colocarán círculos de papel pegados en el suelo, donde cada alumno ocupará un lugar, posteriormente, la instructora se presentará mencionando su nombre, edad, hobbies y comida favorita al terminó dirá la siguiente frase “un cartero trajo una carta, y esa carta decía: que se cambien todos los que tengan cabello largo (por ejemplo)” y todas las personas que tengan cabello largo deberán cambiarse de lugar y en ese momento la instructora aprovechará	*Círculos de papel	*15 minutos.	*Se evaluará la participación y colaboración de los alumnos al presentarse ante sus compañeros y se verificará si a partir de los comentarios recibidos se reflejan gestos positivos como sonrisa o sonrojo.

<p>para retirar un círculo; el alumno que quede sin lugar, debe presentarse mencionando los mismos datos que la instructora, posteriormente ese alumno deberá dar la frase mencionando alguna otra característica, mientras que la instructora continua quitando círculos para que todos los alumnos se presenten, el alumno que ya se haya presentado deberá salir del juego.</p> <p>Nota: para que todos los alumnos puedan participar se pueden decir características como: todos los que tengan dos ojos, o todos los que tengan cabello, de esta</p>			
---	--	--	--

	<p>forma todos los alumnos deberán cambiarse de lugar.</p> <p>* festín de egos: Se formarán 2 equipos, los cuales deberán formar 2 filas mirándose frente a frente, deberá haber la misma cantidad de alumnos en ambos equipos, posteriormente los alumnos de alguno de los equipos deben de decirle cualidades positivas a su compañero que este frente a ellos al cual deberá mirar a la cara, al pasar medio minuto la instructora dirá paso a la derecha y una de las filas deberá girar hacia la derecha y realizará lo mismo con el compañero que ahora este frente a él, al finalizar la ronda se invertirán los</p>	<p>*Ninguno.</p>	<p>*15 minutos.</p>	
--	---	------------------	---------------------	--

	<p>papeles ahora los alumnos del otro equipo deberán mencionarle a su compañero cualidades positivas y seguirá pasando con el resto de sus compañeros hasta que la instructora de la indicación.</p> <p>*Los alumnos deberán de expresar lo que sintieron cuando sus compañeros les decían las cosas agradables que piensan de ellos.</p> <p>*Se formaran 4 equipos, en un lapso de 10 minutos todos los integrantes del grupo deberán platicarle a sus compañeros algunas cosas sobre ellos como por ejemplo: número de hermanos, fobias, música favorita, o algún</p>	<p>*Ninguno.</p> <p>*Ninguno.</p>	<p>*10 minutos.</p> <p>*10 minutos.</p>	
--	---	-----------------------------------	---	--

	<p>otro dato que les gustaría compartir.</p> <p>*Los alumnos deberán regresar a sus asientos y deberán comentar sus experiencias de la actividad.</p>	<p>*Ninguno.</p>	<p>*10 minutos.</p>	
--	---	------------------	---------------------	--

TEMA: Ayudar, cooperar y compartir

Sesión # 2

OBJETIVO	ACTIVIDAD	MATERIAL	TIEMPO	EVALUACIÓN
<p>*Que los alumnos realicen las actividades en grupo con la finalidad de que conozcan la importancia del apoyo grupal a través de la cooperación y la ayuda de todo el grupo.</p>	<p>*Se dividirá al grupo en dos equipos a los cuales se les dará una discapacidad a cada uno, por ejemplo a uno se le vendaran los ojos, a otro se le atará un pie, otro no tendrá manos, otro no podrá hablar y el ultimo no podrá oír, se le pondrán a los alumnos una serie de retos</p>	<p>*Vendas para los ojos.</p>	<p>*25 minutos.</p>	<p>*Que los alumnos hayan trabajado en grupo a través de la ayuda y la cooperación.</p>

	<p>que los llevaran a descubrir una palabra secreta y los alumnos deberán llegar antes que el equipo contrario ayudándose y aceptando sus diferentes deficiencias.</p> <p>*Se formaran equipos de 5 integrantes, los cuales deberán realizar un collage del tema “Diversidad sociocultural”, durante la realización del collage la instructora verificará que realmente todos los alumnos estén ayudando.</p> <p>*La instructora pedirá a los alumnos que expresen su opinión acerca del trabajo en equipo y cerrará la sesión.</p>	<p>*Revistas, tijeras, pegamento y hojas de rotafolio.</p> <p>*Ninguno</p>	<p>*20 minutos.</p> <p>*15 minutos.</p>	
--	---	--	---	--

TEMA: Iniciar, mantener y terminar conversaciones.

Sesión # 3

OBJETIVO	ACTIVIDAD	MATERIAL	TIEMPO	EVALUACIÓN
*Que los alumnos logren establecer comunicación verbal con sus compañeros de clase.	*El grupo se dividirá en parejas, uno de los alumnos comenzará a platicarle a su otro compañero de algún tema que sea de su interés y que desee compartir, puede ser de algo triste, algo feliz, o algo gracioso, la única condición es que el alumno que es el receptor no podrá decir ni una sola palabra, en un lapso de 3 minutos, posteriormente cuando la instructora diga cambio se cambiaron los papeles y ahora el receptor será emisor por que ahora debe de platicar lo que desee, al	*Ninguno	*20 minutos.	* Se evaluará si los alumnos lograron establecer comunicación con sus compañeros.

	<p>culminar los tres minutos se dará la indicación de que deben de cambiar de pareja y la actividad se repetirá hasta que logren haber comentado con 3 compañeros.</p> <p>*Los alumnos y la instructora comentarán la importancia de la comunicación verbal entre las personas</p> <p>*Los alumnos deberán buscar a algún compañero con el que casi no tengan comunicación y deberán iniciar, mantener y terminar una conversación del tema de su interés, esto en un tiempo de 5 min.</p> <p>Posteriormente pasarán a conversar con otro compañero.</p> <p>*La instructora cerrará la sesión y</p>	*Ninguno	*10 minutos	
		*Ninguno	*15 minutos	
		*Ninguno	*15 minutos	

	comentará la importancia de las 3 habilidades mencionadas.			
--	--	--	--	--

TEMA: Conversaciones en grupo y unirse a la conversación

Sesión # 4

OBJETIVO	ACTIVIDAD	MATERIAL	TIEMPO	EVALUACIÓN
*Que los alumnos comprendan la importancia de unirse a una conversación y de realizar conversaciones en grupo.	<p>*Se le dará a los alumnos una breve explicación acerca de la importancia de las habilidades de conversaciones en grupo y unirse a la conversación.</p> <p>*Los alumnos y la instructora formarán un circulo, la instructora deberá tomar una bola de estambre entre sus manos y comenzará a decir una frase con la finalidad de dar inicio a una historieta,</p>	<p>*Ninguno.</p> <p>*Bola de estambre.</p>	<p>*10 minutos.</p> <p>*40 minutos.</p>	*Que los alumnos hayan comprendido la importancia de unirse a una conversación y de realizar conversaciones grupales.

	<p>al terminar deberá lanzar la bola de estambre sin soltar su punta a un alumno, el cual deberá continuar con la historieta y al terminar deberá volver a lanzar el estambre hasta llegar al ultimo alumno el cual deberá contar el final de la historia.</p> <p>*conclusión y cierre de la sesión.</p>			
		*ninguno	*10 minutos	

## TEMA: Autoafirmaciones positivas

### Sesión # 5

OBJETIVO	ACTIVIDAD	MATERIAL	TIEMPO	EVALUACIÓN
*Que los alumnos se hagan ante el grupo autoafirmaciones positivas.	*Se le pedirá a los alumnos que de forma individual realicen un dibujo que trate de representarlos a ellos mismos, el cual posteriormente	*hojas blancas, lápices y colores.	*30 minutos	*Se evaluará la capacidad del alumno al momento de hacerse autoafirmaciones positivas

	<p>tendrá que describir, mencionando principalmente sus virtudes y lo que les gusta de ellos.</p> <p>*Se le dirá a los alumnos que se miren al espejo durante un minuto, posteriormente, se les pedirá a los alumnos que cierren los ojos, se colocará música de fondo y se les pedirá que respondan mentalmente algunas preguntas ver (anexo 6) las cuales la instructora deberá de hacer en voz baja procurando que los niños se relajen y logren concentrarse.</p> <p>*Al terminar la sesión de preguntas se le contará una historia con relación a la habilidad. (anexo 7)</p>	<p>*Un espejo, grabadora y hojas de preguntas.</p> <p>*Historia.</p>	<p>*10 minutos</p> <p>*5 minutos</p>	
--	--	--	--------------------------------------	--

	<p>*Nuevamente Se le pedirá a los alumnos que se miren al espejo, pero ahora poniendo atención a las siguientes cuestiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-mírate al espejo</li> <li>-Te gusta lo que vez</li> <li>-date cuenta de que eres diferente a tus compañeros.</li> <li>- date cuenta de que eres especial.</li> <li>-mira tus ojos, tu boca, tu nariz.</li> <li>- ya viste lo especial que eres.</li> </ul> <p>*Cierre y conclusión de la sesión.</p>	<p>*Espejo</p> <p>*Ninguno</p>	<p>*10 minutos.</p> <p>*5 minutos</p>	
--	--	--------------------------------	---------------------------------------	--

TEMA: Expresar emociones

Sesión # 6

OBJETIVO	ACTIVIDAD	MATERIAL	TIEMPO	EVALUACIÓN
*Favorecer la expresión de emociones no importando si estas son positivas o negativas	<p>*Se le pedirá a los alumnos que de forma individual cierren los ojos y escuchen la reflexión que la instructora les va a poner con ayuda de una grabadora, ¿Cómo pudiste? de Mariano Osorio al termino de la narración se les pedirá que habrán los ojos y que de forma voluntaria expresen las emociones que fueron sintiendo a lo largo de la historia.</p> <p>*Posteriormente se realizará la dinámica del círculo mágico en la cual todos los alumnos se colocan en círculo y uno a uno de forma voluntaria debe de dar</p>	<p>*Reflexión</p> <p>*Ninguno</p>	<p>*15 minutos.</p> <p>*45 minutos.</p>	<p>* Se evaluará si los alumnos lograron expresar sus emociones y sentimientos a lo largo de la sesión.</p>

	respuesta a la pregunta “¿como reacciono cuando alguien me hace enojar?” y de esta forma todos los alumnos deberán expresar sus emociones ya sean positivas o negativas.			
--	--	--	--	--

## TEMA: Recibir emociones

### Sesión # 7

OBJETIVO	ACTIVIDAD	MATERIAL	TIEMPO	EVALUACIÓN
*Que los alumnos logren identificar las diferentes emociones que existen y puedan ser capaces de recibirlas en su vida cotidiana	* Se le darán a los alumnos diferentes imágenes de personas representando las diferentes emociones que existen las cuales deberán identificar correctamente y clasificar en positivas y negativas.  *se realizará un	*Imágenes de diferentes emociones.  *juego	*10 minutos.  *40 minutos	*Que los alumnos hayan identificado las diferentes emociones que existen.

	<p>juego que se llama serpientes y escaleras, el cual se juega como el tradicional pero este tiene la diferencia de que esta creado con emociones y sentimientos, en donde si alguno de los alumnos llega a caer en una emoción negativa este tendrá que bajar por la serpiente y si cae en una emoción positiva tendrá que subir la escalera, la cual lo acercará mas a la meta.</p> <p>*Cierre y conclusión de la actividad.</p>	<p>prediseñado.</p> <p>*Ninguno</p>	<p></p>	
--	--	-------------------------------------	---------	--

TEMA: Defender derechos y opiniones

Sesión # 8

OBJETIVO	ACTIVIDAD	MATERIAL	TIEMPO	EVALUACIÓN
*Que los alumnos tomen conciencia de la importancia de defender sus propios derechos.	<p>*los alumnos deberán pasar al pizarrón y cada uno de ellos colocará una frase que exprese algún derecho que tienen en la escuela los cuales posteriormente se dialogarán.</p> <p>* Se realizará un debate del tema acoso escolar “Bullying” por lo que se dividirá al grupo en dos en donde unos tomaran el papel de acosadores y la otra parte del grupo de acosados, en donde los alumnos tendrán la oportunidad de expresar sus opiniones y así mismo defender sus derechos tomando la</p>	*Ninguno	<p>*20 minutos.</p> <p>*35 minutos.</p>	*Se evaluará la capacidad de los alumnos para defender sus derechos

	<p>postura asignada, por lo que la instructora tomará el papel de moderadora.</p> <p>*Cierre y conclusión de la sesión.</p>	*Ninguno	*5 minutos	
--	---	----------	------------	--

TEMA: Identificar problemas y buscar soluciones

Sesión # 9

OBJETIVO	ACTIVIDAD	MATERIAL	TIEMPO	EVALUACIÓN
*Que los alumnos busquen soluciones a los problemas interpersonales que se les presentan en la vida cotidiana.	*Se dividirá al grupo en tres equipos, y se les presentarán tres dilemas, ver (anexo 8) los cuales deberán identificar entre todo el grupo y les tendrán que dar solución. Posteriormente deberán pasar a escribir la solución elegida al pizarrón, para que al final comparemos las respuestas de los tres equipos y un representante	*Dilemas.	*40 minutos.	*Se evaluará la capacidad de los alumnos a la hora de identificar un conflicto y darle solución.

	<p>del grupo debe argumentarnos por que tomaron esa decisión y no otra.</p> <p>*cierre y conclusión de la sesión.</p>	*ninguno.	*20 minutos.	
--	---	-----------	--------------	--

TEMA: Anticipar consecuencias, elegir una solución y probar la solución

Sesión # 10

OBJETIVO	ACTIVIDAD	MATERIAL	TIEMPO	EVALUACIÓN
*Que los alumnos aprendan la importancia de anticipar consecuencias ante una problemática dada y que además sepan darle una solución efectiva.	<p>*La instructora elegirá a algunos de los alumnos para que pasen a representar ante todo el grupo alguna problemática ver (anexo 9) y a través de la representación puedan elegir una solución y probarla para verificar si es efectiva o deberían de cambiarla.</p> <p>*Se formaran equipos de 5 alumnos y se</p>	<p>*Hojas de problemáticas</p> <p>*Hojas de los burros.</p>	<p>*30 minutos.</p> <p>*30 minutos.</p>	<p>*Que los alumnos hayan identificado la importancia de las habilidades de anticipar consecuencias, elegir una solución y probar la solución.</p>

	<p>les entregará a cada grupo una fotocopia del (anexo 10) con la siguiente consigna:</p> <p>“observen detenidamente la historieta, comenten el problema que tienen los dos burros para comer y pongan como resolverlo”.</p> <p>Luego de 5 minuto se les da la hoja del (anexo 11) en la que se propone una alternativa solidaria de la solución y se indica que comparen ésta con la propuesta por ellos; además que vean si hay coincidencias y cual es la mejor solución.</p>		
--	--	--	--

TEMA: Dinámica de despedida, conclusión de taller de habilidades sociales y postest.

Sesión # 11

OBJETIVO	ACTIVIDAD	MATERIAL	TIEMPO	EVALUACIÓN
*Que los alumnos reflejen que existe una mejora en sus relaciones interpersonales.	*Los alumnos deberán sentarse formando un pequeño circulo en donde tendrán que escribir en una hoja su nombre el la parte superior manteniendo la hoja de forma vertical, después deberán de pasársela a su compañero de la derecha para que le escriba algo positivo al compañero del nombre que tiene la hoja, al terminar deberá de doblarla de tal forma que sus compañeros no puedan ver lo que el escribió después deberá pasársela al otro compañero que este a su derecha cuando	*Hojas de papel y lápices.	*35 minutos.	*Que los alumnos a través de su participación corroboren si mejoraron sus relaciones interpersonales.

	<p>la instructora de la orden sin mirar lo que su compañero anterior había escrito antes y así se repetirá la actividad hasta que cada alumno vuelva a tener en sus manos la hoja que contiene su nombre, posteriormente se procederá a que cada alumno deberá leer lo que sus compañeros le escribieron.</p> <p>*Los alumnos deberán resolver el postest proporcionado</p> <p>*Conclusión y cierre del taller.</p>	*Postest	*15 minutos.	
		*ninguno	*10 minutos.	

## **ANEXO 6**

¿Qué había detrás de ese espejo?

¿Qué fue lo que miré?

¿Me gusto lo que miré?

¿Cambiaría algo de lo que miré?

¿Qué me gusta de mí?

¿Qué tengo de especial?

¿Soy feliz con lo que soy?

¿Necesito ser diferente, para ser especial?

## **ANEXO 7**

Hola mi nombre es María Fernanda, tengo 11 años y voy en 6º de primaria, y te quiero platicar un poco de mi historia en esta escuela, antes vivía en el estado de Oaxaca, pero tuve que cambiarme hacia el Estado de México por que mi papá encontró un mejor trabajo, desde que mi papá nos dio la noticia me dio mucho miedo por que yo vivía en un lugar muy pequeño y había escuchado que el Estado de México era muy grande, además la maestra de 5º nos había comentado que tenían diferentes costumbres a las de mi pueblo. Por fin llego el día llegamos a mudarnos a un municipio llamado Chimalhuacán, yo tenía muchas inquietudes y como lo mencioné anteriormente tenía mucho miedo de que mis nuevos compañeros no me aceptaran, al llegar el primer día de clases, me percaté de que todos ya se conocían pues habían cursado los años anteriores juntos y por supuesto todos me miraban, yo creí que era porque mi ropa era muy vieja y colorida, pues mis papás no habían podido comprarme el uniforme, mi peinado era de dos trenzas a los lados con dos largos listones rosas, me sentía muy mal, me di cuenta de que era diferente a todos, que mis pensamientos, mis creencias y mi físico no era igual al de todos ellos, pues mi piel estaba muy quemada por los rayos del sol que me daban directamente a la cara cuando ayudaba a mi mamá con la cosecha, quería salir corriendo pues me sentía rara diferente a todos ellos y por lo tanto trataba de aislarla de todo y de todos. Al paso del tiempo comencé a tener amigos, hasta que logré ser amiga de todo el grupo, fue entonces cuando me percaté que ninguna niña era igual a otra, que aunque los niños eran todos varones todos tenían rasgos diferentes, unos eran blancos, otros morenos, unos altos, otros chaparros, algunos eran delgados y otros gorditos, ningún alumno era igual a otro, todos se peinaban diferente, unos usaban lentes, otros usaban braquets; bueno si siguiera haciendo comparaciones no terminaría nunca, pues al fin y al cabo me di cuenta de que todos somos diferentes, que no existe nadie en el mundo que sea igual a otro, pues ni los gemelos lo son, todos tenemos ideas creencias y pensamientos diferentes. Por esa razón cada vez que me miró al espejo veo lo bonita que soy, aunque mis ojos son pequeños y oscuros son hermosos, aunque mi nariz es chata es hermosa, aunque mi piel es morena no dejo de ser linda y especial, por esa razón hoy te aconsejo que cada vez que te mires al espejo mires a esa persona que está en el espejo, ve lo especial que es, no trates de compararla con alguien más, pues cada uno de nosotros tenemos cualidades diferentes y no por eso nos debemos sentir mal, recuerda que tu eres especial y que vales mucho por lo que eres.

## **ANEXO 8**

### Dilema # 1

En México hay una mujer que padece un tipo especial de cáncer y va a morir pronto. Hay un medicamento que un farmacéutico de la misma ciudad acaba de descubrir y que los médicos piensan que la puede salvar. La medicina es cara porque el farmacéutico esta cobrando diez veces lo que le costó hacerla. El esposo de la mujer enferma, el señor López, acude a todo el mundo que conoce para pedir prestado el dinero, pero solo ha podido reunir la mitad de lo que cuesta. Le dice al farmacéutico que su mujer se está muriendo y le pide que le venda el medicamento más barato o le deje pagar más tarde. El farmacéutico se niega y, ante esto, el señor, desesperado, piensa asaltar la farmacia para robar la medicina para su mujer. Pregunta: ¿Debe el señor López robar la medicina? ¿Por qué si o por qué no?

### Dilema # 2

¿Le darías una limosna a un mendigo alcohólico, aunque supieras que probablemente se gastará el dinero en vino? ¿Argumentarías que el fin para el que pide dinero es emborracharse, y por tanto no deberías dársela? ¿O pensarías que es un enfermo que no puede evitar emborracharse, y que ese acto no hace mal a nadie salvo a él mismo, y en razón de su adicción incurable, le darías la limosna que te solicita? ¿Consideras inmoral alguna de las dos decisiones anteriores? ¿Por qué?

### Dilema # 3

"como Emilio desayuna sólo un vaso de leche, su madre le da una abundante merienda. En el recreo sale corriendo con su bolsita al patio para comer. Un compañero se le acerca y lo mira insistentemente mientras come. Él se da la vuelta y camina, pues no quiere comer delante de él. Al otro día sucede lo mismo. Emilio vence su impulso de irse y le pregunta: ¿quieres comer? Ante el movimiento afirmativo de la cabeza, saca una torta y se la da.

Inseguro de su acción, a la hora del almuerzo le cuenta a sus padres: un chico me sigue en el recreo y me mira mientras como; a mí me molesta mucho. Hoy le convide una torta y se la comió. No se que voy a hacer mañana. Sus padres creyeron que la mejor solución era enviarle a Emilio una torta más todos los días para que se la diera al otro niño.

¿Por qué le molesta a Emilio que su compañero lo mire mientras come?

¿Qué motivo a Emilio a ofrecerle de su torta a su compañero?

Si ustedes fueran sus padres ¿Que le hubieran respondido a Emilio?

## **ANEXO 9**

Vas caminando por el patio de la escuela con dirección al sanitario y en ese momento te encuentras a Luisa una niña del otro grupo que te molesta todos los días, de pronto Luisa te empuja y te dice que te quites de su camino que solo estorbas como la basura que eres y que podrías pasarle tus pulgas.

¿Tu que harías?

¿Cuál será la mejor solución?

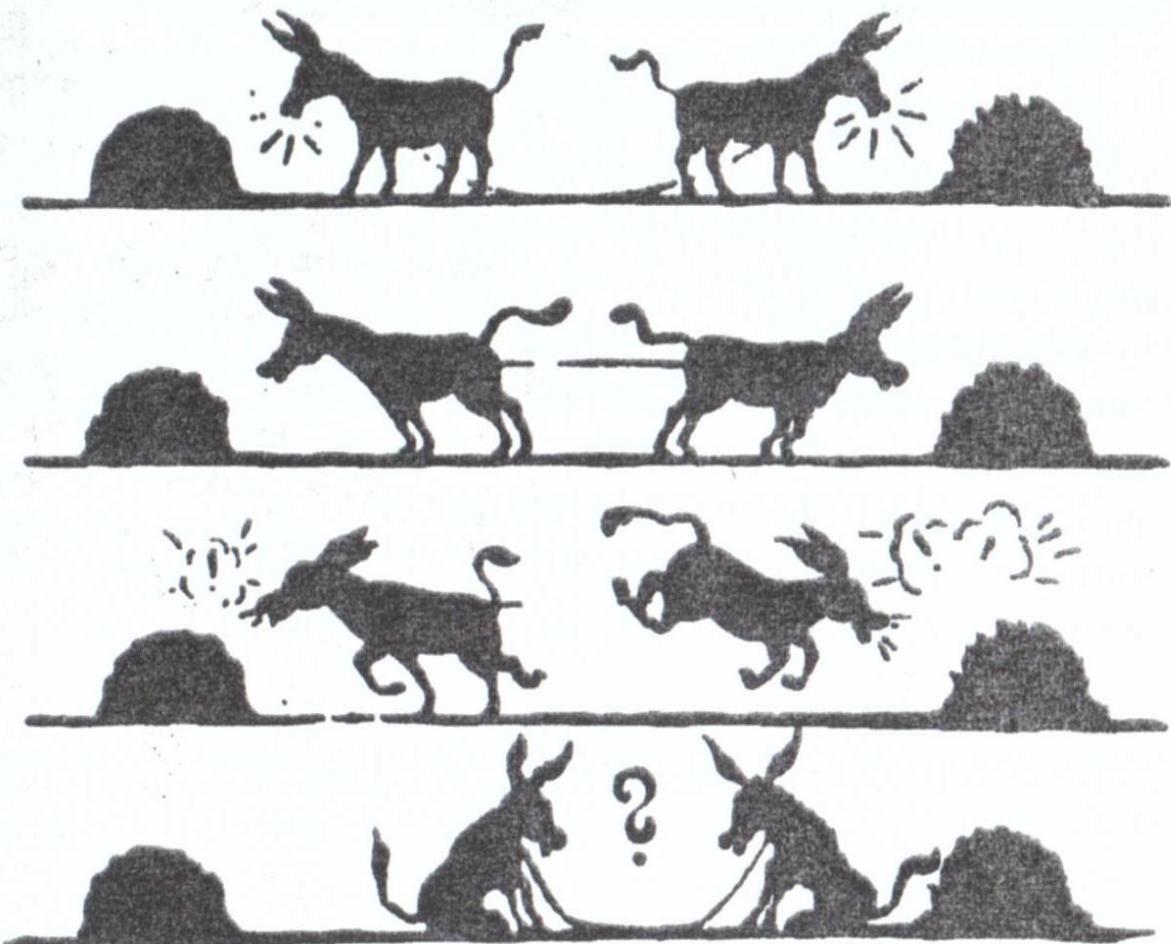
Saliendo de la escuela vas con dirección a tu casa, y como tu mamá esta enferma no pudo asistir por ti a la escuela por lo tanto te encuentras solo, caminas lentamente pues estabas muy cansado por que habías tenido clase de educación física, de pronto te encuentras a cinco chicos que desde el año pasado te molestaban pero que por miedo no le habías querido decir a tu familia, pero la sorpresa es que ahora se te acercan y te dicen que fumes del cigarro que tienen y que si no lo haces te golpearan entre todos .

¿Tu que harías?

¿Cuál será la mejor solución?

**ANEXO 10**

Fotocopia 1



**ANEXO 11**

**Fotocopia 2**

