

**CAPÍTULO I**

**PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DEL  
PROBLEMA**

## **1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Estamos viviendo lo que es hoy potencialmente una de las mayores amenazas en nuestra vida, así también, para la educación global. El virus que causa el COVID-19 se transmite principalmente a través de las gotículas generadas cuando una persona infectada tose, estornuda. Estas gotículas son demasiado pesadas para permanecer suspendidas en el aire y caen rápidamente sobre el suelo o las superficies; llegando a infectarse al inhalar el virus si está cerca de una persona con COVID-19 o si, tras tocar una superficie contaminada, se toca los ojos, la nariz o la boca.

Esto ha preocupado a muchos ministerios de educación en el mundo, ya que basar el aprendizaje remoto sólo en estrategias en línea y virtuales, abarcara únicamente a niños de familias acomodadas. La estrategia apropiada que se ha adoptado en muchos países es utilizar todas las modalidades posibles de entrega utilizando la infraestructura existente para alcanzar el objetivo deseado. (Saavedra, J; 2020)

En ese sentido, otro reto es que la atención educativa debe centrarse en formas innovadoras de llevar experiencias y oportunidades de aprendizajes de calidad hasta las familias, asimismo, asignar los medios para que ellas cuenten con recursos educativos y pedagógicos, por múltiples vías, según las necesidades educativas y la disposición y acceso que tengan, ya sea por nuevos medios digitales o canales de comunicación tradicionales como la televisión y la radio.

La ventaja que tenemos hoy en día con el uso de las redes sociales, WhatsApp o SMS, facilita que los ministerios de educación pueden comunicarse de manera efectiva con los padres y los maestros y proporcionar pautas, instrucciones y estructura para el proceso de aprendizaje, utilizando contenido entregado por estos medios de comunicación masiva. Más aun, en estos tiempos, el aprendizaje remoto no solo consiste en el aprendizaje en línea, sino también es el aprendizaje donde se utiliza todas las plataformas de comunicación disponibles, que permitan llegar a la mayor cantidad de estudiantes posible. (Saavedra, J; 2020)

Se debe destacar que el alumno siempre ha sido el eje de la educación y en la formación virtual pasa a ser el protagonista indiscutible. En una sesión magistral en la modalidad

presencial, la responsabilidad de desarrollar y explicar los contenidos es del profesor; por el contrario, en el modelo de educación virtual, la clase magistral por videoconferencia es un contenido excepcional, lo que predomina es un trabajo de orientación al alumno para ofrecerle mecanismos que le permitan ir explorando la materia.

Hay que tener en cuenta que, en la educación virtual, el alumno es guiado por el profesor, utiliza muchos de los recursos que brinda el entorno digital para acceder a información valiosa y realizar actividades que le permitan afianzar el conocimiento y desarrollar competencias. (Atarama, T; 2020)

Actualmente, se plantea la enseñanza a través de las clases virtuales a través de plataformas como Zoom que consisten en una salas de reuniones virtuales, originalmente diseñada como una app para el ámbito corporativo que, sin embargo, se ha convertido en un servicio para la educación virtual, clases de entrenamiento físico, reuniones con amigos y celebraciones cotidianas; y las dinámicas de enseñanza virtual que permiten otros programas como Classroom, herramienta de google para la educación que funciona como plataforma para gestionar lo que sucede en el aula de forma virtual y de manera colaborativa; Moodle , la cual es una aplicación diseñada para proporcionar a educadores, administradores y estudiantes un sistema integrado, único, robusto y seguro para crear ambientes de aprendizaje personalizados, y otros. (Ijurko, J.M; 2020)

Las habilidades sociales (hhss) han sido tratadas por muchos autores en diferentes escuelas, uno de los máximos exponentes es Salter, reconocido como padre de la terapia de conducta, quien en 1949 introdujo el termino Basados en la Necesidad de Aumentar la Expresividad de los Individuos, algunas de las sugerencias son utilizadas en la actualidad. Desde esa fecha a la actualidad han surgido disímiles criterios que distan más o menos del primero, sin embargo, se mantiene la esencia donde se encuentran exponentes como Wolpe (1958), Alberti & Emmens (1978), Linehan (1984), Phillips (1985), Curran (1985), Argyle & kedon (1987) y finalmente Caballo

quién en 1987 emite un criterio con el cual la mayor parte de los investigadores trabajan en la actualidad el tema. (Coronel M; Márquez A; Reto S: 2008: 1)

Estas habilidades no vienen determinadas de forma innata sino, como muestra su significado, son capacidades que se adquieren, principalmente, a través del aprendizaje, normalmente por imitación, ensayo, instrucción, etc.

Por lo tanto, los padres son los primeros modelos significativos de la conducta social afectiva y los hermanos constituyen un sistema primario para aprender las relaciones con sus padres. De este modo transmiten ciertas normas y valores respecto a la conducta social, ya sea a través de información, refuerzo, castigo o sanciones, comportamiento y modelaje de conductas interpersonales; por ello se considera a la familia el primer eslabón para el aprendizaje de las habilidades sociales.

Por esto, es importante que los padres sepan gestionar sus emociones y sentimientos de manera apropiada y oportuna, pues la familia constituye la primera escuela de aprendizaje para los niños. Lamentablemente algunos padres transmiten a sus hijos formas incorrectas de solucionar problemas, por ejemplo, es común escuchar a un padre que aconseja a su hijo *“Si un niño te pega, pégale tú también”*, precipitándose sin siquiera conocer las razones del actuar de los niños involucrados en el conflicto e impidiendo que la maestra intente conciliar o trate de arreglar el asunto. Es así, que el niño no aprende a utilizar métodos efectivos para enfrentar y solucionar sus problemas y si no sabe, los maestros son quienes pueden colaborar a que el niño las desarrolle.

La timidez excesiva, una baja autoestima o el miedo constante pueden ser algunas señales de alarma. Cuando estos problemas son persistentes y continuos, posiblemente el menor necesite de ayuda para mejorar sus relaciones sociales. De no tratarse adecuadamente estos problemas, pueden incrementarse con el tiempo e incluso persistir en la edad adulta.

Disponer de unas habilidades sociales fuertes es, por tanto, imprescindible para que el niño pueda desarrollar una vida plena. De este modo, lo más importante es conocer qué habilidades concretas debe mejorar el niño y ayudarle con ellas.

La incorporación del niño al sistema escolar le permite y obliga a desarrollar ciertas habilidades sociales más complejas y extendidas. El niño debe adaptarse a otras exigencias sociales: diferentes contextos, nuevas reglas y necesidades de un espectro más amplio de comportamiento social, al tener nuevas posibilidades de relación con adultos y con niños de su edad, mayores y menores que él. Este es un periodo crítico para el desarrollo y construcción de la habilidad social, ya que estas mayores exigencias pueden llevar al niño a presentar dificultades que antes no habían sido detectadas.

Desarrollar unas correctas habilidades sociales en los niños ayudará a construir relaciones más positivas y a interrelacionarse mejor con los demás. El desarrollo de las habilidades sociales en los niños busca ante todo intuir necesidades, y es allí donde se necesita de la colaboración de todos los colectivos. Por tanto, es imperativo que las familias estén en contacto con los profesores y a la inversa. Se necesita ser más sensibles a su mundo interno donde a menudo, las carencias más profundas terminan expresándose del modo menos apropiado. (Sabater, V; 2019)

Según la definición de Caballo, V (1991), las Habilidades sociales son el *"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 la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas"*.

Por otro lado, conocer la situación real de los estudiantes puede marcar el punto de partida para trabajar el desarrollo de las habilidades sociales en el aula y con la familia, es por ello que la presente investigación puede servir a otras investigaciones en el futuro al investigador que se anime a realizarlo, plantear un programa para desarrollar habilidades sociales en niños de primaria, ya que como se dijo “Enseñar habilidades sociales y emocionales a los niños es eficaz los vuelve más críticos y mejores estudiantes”, y si se puede empezar antes mejor.

A nivel internacional la autora Alexandra López Vásquez (2014) dice que existen diferencias, aunque poco significativas, entre el desarrollo de las habilidades sociales

de los niños y niñas que acuden a los centros de desarrollo Infantil municipales y los privados. Estas diferencias se originan en los entornos familiares a los que cada uno de estos pertenece, aunque esto no significa que la influencia socio-económica de la familia es la causante única del mayor o menor desarrollo de ciertas habilidades sociales. Más bien, las particularidades (afectivas, económicas, funcionales, culturales, etc.) propias de cada familia y de cada uno de los niños en estudio, así como de las prácticas pedagógicas de las docentes, estarían ejerciendo cierta influencia en las diferencias de los resultados entre uno y otro sector.

Aparicio (2013) en la tesis titulada “La Asertividad para Resolver Conflictos en las Aulas”, menciona que aprender a expresarse genera un cambio notorio en las relaciones interpersonales, en este estudio, los estudiantes reconocieron que la mayoría de situaciones de conflicto se pueden solucionar fácilmente, sin embargo, aun conociendo la manera adecuada de comportarse, no las han incluido en su repertorio de conductas habituales.

Se habla de la globalización que ha afectado a nuestra sociedad y demanda un determinado tipo de hombre y mujer en el futuro, capaz de tomar decisiones, trabajar en equipo, resolver conflictos, adecuarse a los cambios, controlar sus emociones, saber comunicar sus necesidades. En ese sentido, es necesario desarrollar en nuestros alumnos las habilidades sociales que permitan ampliar estas tareas satisfactoriamente.

A nivel nacional, en Bolivia en los últimos años se han efectuado variadas tesis y validaciones de programas de entrenamiento de estas habilidades sociales, todos con un marcado énfasis hacia individuos insertos en la escuela y la universidad.

En general, estas investigaciones señalan que los individuos que desarrollan habilidades sociales son más exitosos y viven una vida más satisffecha, también estas personas disfrutan mejor sus relaciones con los demás y su entorno, son capaces de establecer nuevas relaciones sin tensiones ni ansiedades. (Aparicio, M; 2011; 1)

Dentro del ámbito local Subía (2018) en la tesis titulada “Programa de Fortalecimiento de las Habilidades Sociales y Asertividad en Niños y Niñas del Proyecto Cajita de Arte

de la Comunidad la Victoria municipio de San Lorenzo”, concluye que el programa de fortalecimiento de habilidades sociales y asertividad han sido favorables, ya que a partir de la implementación se generó un cambio significativo respecto a la frecuencia con que solucionan sus conflictos a través de la mediación y el uso del conducto regular establecido por la institución, lo cual mejoró significativamente las relaciones entre los participantes, su disposición frente a las actividades académicas desarrolladas en el aula y su rendimiento académico en general.

Cabe mencionar en relación al área de habilidades sociales básicas, que hubo un incremento significativo respecto a los resultados de la evaluación diagnóstica, ya que se logró que el 70% de los niños mejoren sus habilidades fundamentalmente básicas como ser: escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse, presentar a las otras personas y hacer un cumplido.

Dentro del ámbito local, es importante resaltar el trabajo del manual de habilidades sociales (Caballo: 2005: 1). El programa de habilidades sociales consta de un conjunto de acciones que apuntan al fortalecimiento de las habilidades sociales para el desarrollo interpersonal del niño y su interacción con su medio social.

Para terminar, es necesario aclarar que, en el caso de niños y niñas en edad escolar, la importancia de la educación formal o escolar en su vida es central, ya que en esa etapa de desarrollo la cantidad y calidad de aprendizajes que se pueden lograr no sólo es sorprendente, sino también indispensable para vivir bien en el mundo de hoy. (Peredo, V; 2013)

Posterior a la presentación de la problemática a nivel internacional, nacional y local, se llega a la formulación de la siguiente pregunta:

**¿Propuesta de un programa virtual para el desarrollo de las habilidades sociales en niños de 5° y 6° de primaria de la ciudad de Tarija?**

## 1.2. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACION PROPOSITIVA

La presente investigación propositiva se centrará en la propuesta de un programa virtual para el desarrollo de las habilidades sociales en niños. Tomando en cuenta, en la actualidad, vivimos inmersos en una sociedad en la que todo gira en torno a la información y la comunicación, por lo que es imprescindible que sepamos desenvolvernó en ella de una manera natural, pero con conocimiento y seguridad en nosotros mismos.

En este sentido, el programa para el desarrollo de las habilidades sociales será aplicado de manera virtual, la razón responde a la emergencia sanitaria provocada por la pandemia COVID-19, la misma que está obligando a los sistemas educativos mundiales a dar un salto tecnológico sin precedentes en la historia humana. Sin previo aviso, docentes y maestros tuvieron que replantear todas y cada una de sus estrategias y planes educativos anuales al formato de clases virtuales para hacer frente a esta nueva realidad. (Romero, C; 2020)

Dada la posibilidad de que muchas escuelas quizás no abran a tiempo completo o para todos los grados, puede que se apliquen modelos de “Aprendizaje mixto”, una combinación de enseñanza impartida en las aulas y de educación a distancia (estudio personal mediante ejercicios para hacer en casa, y aprendizaje a través de la radio, la televisión o internet). (artículo UNICEF; 2020)

De esta manera, el **Gobierno del Estado Plurinacional de Bolivia** a raíz de esto, se amplía el plazo de la cuarentena nacional, condicionada y dinámica dispuesto por el Parágrafo I del Artículo 2 del Decreto Supremo N° 4276, de 26 de junio de 2020, hasta el 31 de agosto de 2020 y establece la complementariedad de las modalidades de atención presencial, semipresencial, a distancia y virtual, asegurando el acceso a una educación abierta, inclusiva y de calidad en los Subsistemas de Educación Regular, Educación Alternativa y Especial, y Educación Superior de Formación Profesional del Sistema Educativo Plurinacional. (COVID-19: Resumen de las principales medidas, acciones y políticas; 2020; 23)

Por su parte, la **Gobernación del Departamento de Tarija** junto con el COED informan de las determinaciones adoptadas en la sesión del 05/11/2020: las medidas para la reactivación económica, se amplía el horario de circulación de lunes a viernes de 05:00 a 24:00 y los sábados y domingos de 05:00 a 22:00. Así también, se autoriza la reapertura de diversas actividades turísticas, culturales, gastronómicas, etc., sin mencionar la reactivación del funcionamiento de los centros de desarrollo educativo en los niveles primarios, secundarios. Por tanto, las clases se continuarán impartiendo mediante clases virtuales o en línea. (Gobierno Autónomo Departamental de Tarija, Dirección de Comunicación e Información Pública; 2020; 3)

El **Ministro de Educación, Deportes y Cultura**, hace mención en fecha 2 de julio la Resolución Ministerial 0050/2020 Clausura Gestión Educativa Escolar 2020. Artículo 1.- (CLAUSURA). Disponer la Clausura de la Gestión Educativa Y Escolar - 2020 del Subsistema de Educación Regular, en todo el territorio nacional y la promoción de los estudiantes al curso inmediato superior. (Resolución Ministerial 0050/2020)

En fecha El ministro de educación Víctor Hugo Cárdenas presentó los reglamentos del Decreto Supremo 4260, que define modalidades de educación para salvar la cuarentena. El Ministerio de Educación reprogramó el calendario escolar; las clases terminarán el 22 de diciembre. (La Razón. Moreno I; 2020)

El ministro de la Presidencia de Bolivia, Yerko Núñez, anunció este domingo 2 de agosto, la clausura del año escolar 2020 en el país, debido a la pandemia de coronavirus y a la falta de condiciones para llegar con la educación virtual a todo el territorio nacional. (CNN Español. Carrasco, G; 2020)

Por lo citado anteriormente, el gobierno nacional, departamental y así mismo el ministerio de educación, deportes y culturas, ha establecido el cierre de unidades educativas, universidades, etc. además la suspensión de clases presenciales por lo cual no se permite un contacto personal con los niños y demás, para ello se implementó las clases virtuales para prevenir los contagios. En este sentido, para concluir lo que se tenía planificado como una práctica institucional se tomó la decisión de realizar una

investigación propositiva a causa de la pandemia (COVID-19) que se vive a nivel mundial.

Como afirma Danya Tavela *“Las herramientas virtuales son herramientas que no pueden reemplazar al docente ni el rol social de la escuela, pero sin duda hoy representan una posibilidad concreta para seguir los procesos formativos de niños, jóvenes y adultos durante esta emergencia sanitaria, y nos van a permitir ganar experiencia para que estas herramientas contribuyan a la transformación”*.

Finalmente, la virtualidad es una modalidad de aprendizaje en la que el estudiante tiene que ser más activo y cooperativo en el proceso. Por lo tanto, esta pandemia nos obliga a quedarnos en casa, y es una oportunidad única para no solamente volvernos profesores innovadores, sino para que los estudiantes sean más conscientes y responsables de su aprendizaje. Es un trabajo que debemos hacer, desde ahora en equipo, que, ante todo nos está preparando para un mundo que cambiará para siempre. (Ph. D. Sánchez, J. A; 2020)

Latorre, A. (2003) menciona abordar la convivencia escolar desde la inclusión de actores locales, a través de la perspectiva del desarrollo de habilidades en espacios educativos de alta vulnerabilidad social, en tanto apuesta por la incorporación de agentes externos que colaboren en el proceso de formación individual y colectiva de los miembros de la comunidad, con el propósito de favorecer las relaciones sociales y generar una “Cultura de convivencia escolar” entre sus integrantes.

Las habilidades sociales tienen un papel muy importante en todo esto, ya que gracias a ellas sabemos cómo comportarnos, y de qué forma, ante las personas que nos rodean. Es muy significativo saber que las habilidades sociales no son sólo comportamientos, sino que están muy relacionadas con el pensamiento y las propias emociones, por lo que es imprescindible para nuestro propio crecimiento y desarrollo personal, el saber aplicarlas de una manera adecuada.

Más que nunca, es necesario, que ya no sólo desde el ámbito familiar, sino desde el ámbito escolar, intenten inculcar a los niños y niñas el aprendizaje y desarrollo de las mismas.

Así, sabiendo cómo las habilidades sociales influyen en nuestra vida y en el trato que tenemos con los que nos rodean, es imprescindible que intentemos desarrollarlas de una forma satisfactoria, con el fin de llegar a ser capaces de alcanzar las metas que cada uno se proponga, pero siempre teniendo en cuenta a los demás.

Los beneficiarios directos del estudio serán los niños de quinto y sexto de primaria, así como también, de manera indirecta se beneficiará la sociedad tarijeña misma que en su funcionamiento como ente social, recibe en su seno a dichos estudiantes los cuales podrán repercutir los conocimientos teóricos adquiridos a sus círculos sociales cercanos.

Así pues, el presente trabajo brindará:

**Aporte Metodológico:** Se diseñará un programa virtual para el desarrollo de habilidades sociales en niños, dentro de estas se encuentran elaboradas específicamente seis áreas que se trabajaran como ser: Primeras habilidades sociales, Habilidades sociales avanzadas, Habilidades relacionadas con el sentimiento, Habilidades alternativas a la agresión, Habilidades para hacer frente al estrés y Habilidades de planificación. Dicho programa podrá ser utilizado para investigaciones futuras de similar temática que lo requieran para sus fines investigativos.

**CAPÍTULO II**

**OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

**PROPOSITIVA**

## **2.1. OBJETIVOS**

### **2.1.1. OBJETIVO GENERAL:**

Propuesta de un programa virtual para el desarrollo de las habilidades sociales en niños de 5° y 6° de primaria de la ciudad de Tarija.

### **2.1.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS:**

- Realizar una evaluación diagnóstica a través de un instrumento virtual para identificar el nivel de desarrollo de las habilidades sociales en niños de 5° y 6° de primaria de la ciudad de Tarija.
  
- Aplicar un programa virtual de actividades lúdicas que favorecerán el desarrollo de las habilidades sociales en niños en las diferentes áreas como ser: primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés y habilidades de planificación., en niños de 5° y 6° de primaria.
  
- Evaluar el impacto del programa a través de un instrumento virtual.

# **CAPÍTULO III**

## **MARCO TEÓRICO**

### **III. MARCO TEÓRICO**

En el presente capítulo se despliegan los principales conceptos relacionados con la temática abordada. Se encuentran las definiciones, conceptos, componentes sobre las habilidades sociales y asertividad, entre otros.

La pandemia del coronavirus (COVID-19) representa una amenaza para el avance de la educación en todo el mundo, ya que tiene dos impactos significativos: a) El cierre prácticamente universal de las escuelas de todos los niveles. b) La recesión económica generada por las medidas de control de la pandemia.

Es tan alto el riesgo de contagio al reabrir las escuelas, que, en muchos países de América Latina y otras partes del mundo, el sistema educativo tuvo que moverse de la noche a la mañana hacia las clases virtuales.

#### **3.1. Habilidad Social**

En ese sentido, hablaremos de habilidades sociales como el conjunto de conductas socialmente aceptables en un contexto donde se relaciona con los demás con el fin de expresar sus sentimientos, deseos, opiniones o derechos respetando a las demás personas. (Caballo, V; 2007)

Así también se entiende por habilidades sociales o la competencia social al conjunto de conductas que el ser humano (e incluso otras especies de animales) manifiesta en situaciones comunitarias, es decir, de organización social, y que le reportan algún tipo de refuerzo ambiental positivo (éxito). Dicho más simplemente: son el conjunto de talentos convencionalmente valorados por la sociedad que un individuo puede poner de manifiesto en determinadas situaciones. (Raffino A. E; 2019; 1).

Un aspecto importante que debemos tener en cuenta es que la cultura y las variables sociodemográficas son imprescindibles para entrenar y evaluar las habilidades sociales, ya que dependiendo del lugar en el que nos encontremos, los hábitos y formas de relacionarse cambian.

Por eso, no solo es importante tener un buen repertorio de habilidades sociales, sino que hay que saber cuándo y dónde poner esas habilidades en práctica. Este último se conoce como competencia social.

Así, el hecho de poseerlas evita al individuo la ansiedad en situaciones sociales difíciles o novedosas, facilitando la comunicación emocional, la resolución de problemas y la relación con los demás, siempre y cuando se adecuen al contexto. (Sánchez, C; 2018;1)

### **3.2. Concepto:**

El concepto de habilidades sociales ha sido definido por varios autores, destacando en algunas de ellas el contenido, es decir la expresión de la conducta (opiniones, sentimientos y deseos, etc.), otras destacan las consecuencias, que aluden al refuerzo social.

Con respecto a la definición de habilidad social, Caballo (1991) señala lo extremadamente complicado que es definir una conducta socialmente habilidosa. Al parecer, existen diferencias culturales, individuales y contextuales que hacen imposible la definición absoluta y universal de habilidad social.

Caballo (1993), nos habla que las HHSS son *“Un conjunto de conductas que permiten al individuo desarrollarse en un contexto individual o interpersonal expresando sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación. Generalmente, posibilitan la resolución de los problemas de la vida cotidiana. Las HHSS permiten así afrontar situaciones interpersonales, lo que las torna necesarias para la adaptación del sujeto al ambiente más próximo”*.

Caballo (2000) puntualiza, la asertividad, es la capacidad que tiene un sujeto para expresar pensamientos o sentimientos a otros de un modo directo, efectivo y apropiado. El sujeto asertivo tiene una conducta de afirmación de los conceptos u opiniones que sostiene, estando ausentes connotaciones de oposición o agresividad hacia el otro.

### 3.3. Constructos Teóricos del Término “Habilidades Sociales”

Básicamente, el origen del estudio de las habilidades sociales se encuentra en las Teorías del Aprendizaje Social, la Psicología Social y la Terapia de Conducta.

Según la **Teoría del Aprendizaje Social** (Bandura, 1987), partiendo de la base de que las personas no están equipadas con un repertorio de conductas innatas y, por ende, hay que aprenderlas, el autor destaca la relación de las influencias de la experiencia con los factores fisiológicos como supuesto.

Así también en esta teoría se muestran cuatro procesos que lo dirigen y componen: atención (a partir de los rasgos significativos de la conducta), retención (sobre todo de aquellas conductas que han servido de modelos en un determinado momento), reproducción motora (supone la conversión de las representaciones simbólicas en las acciones apropiadas), motivacional (según las consecuencias observadas para una mayor efectividad).

Esta Teoría hace especial hincapié en la influencia del aprendizaje en la adquisición de un desempeño social competente. Esta perspectiva debe complementarse con la consideración de factores biológicos como el temperamento (inhibido o desinhibido).

La definición de **Psicología Social** dada por Gordon Allport en (1954) afirma *"Los psicólogos sociales consideran su disciplina como un intento de comprender y explicar cómo los pensamientos, sentimientos y conducta de los individuos son influenciados por la presencia actual, imaginado implícita de otros seres humanos"*.

En una segunda edición de 1968, Allport presenta una ligera ampliación de esta definición, afirmando que *"La psicología social es una disciplina en la cual las personas intentan comprender, explicar y predecir cómo los pensamientos, sentimientos y acciones de los individuos son influenciados por los pensamientos, sentimientos y acciones percibidos, imaginados o implícitos, de otros individuos"* (Raven & Rubin, p. 16, 1983).

La **Terapia de Conducta**, en el año 1964, Eysenck define la terapia de conducta (TC) como *“El intento de cambiar el comportamiento humano y las emociones de manera beneficiosa, con base en las leyes de la moderna teoría del aprendizaje”*.

La AABT (American Association Behavior Therapy) (1975) la definía de la siguiente manera: *“La terapia de conducta implica, principalmente, la aplicación de los principios derivados de la investigación en la psicología experimental y social, para el alivio del sufrimiento de las personas y el progreso del funcionamiento humano. La terapia de conducta pone el énfasis en una valoración sistemática de la efectividad de estas aplicaciones. La terapia de conducta implica el cambio ambiental y la interacción social, más que la alteración directa de los procesos corporal es por medio de procedimientos biológicos. El objetivo es esencialmente educativo. Las técnicas facilitan un mayor autocontrol. En la aplicación de la terapia de conducta, normalmente se negocia un acuerdo contractual en el que se especifican procedimientos y objetivos mutuamente agradables. Aquellos que emplean los enfoques conductuales de modo responsable seguían por principios éticos ampliamente aceptados”* (cit. por Franks,1993).

**La terapia conductual** es una forma de terapia que se basa en los principios del conductismo. La escuela de pensamiento conocida como conductismo se centra en la idea de que aprendemos de nuestro entorno.

En la terapia conductual, el objetivo es reforzar las conductas deseables y eliminar las no deseadas o desadaptativas. Las técnicas utilizadas en este tipo de tratamiento se basan en las **teorías del condicionamiento clásico y condicionamiento operante**.

El condicionamiento clásico implica formar **asociaciones entre estímulos**. Es una manera de alterar el comportamiento, y existen un buen número de técnicas orientadas a producir este cambio.

El condicionamiento operante por su parte se centra en cómo **el refuerzo y el castigo** se pueden utilizar para aumentar o disminuir la frecuencia de un comportamiento. (PSIclopedia información y Recursos sobre psicología Org)

### **3.4. Componentes de las Habilidades Sociales**

Existen tres tipos de elementos constitutivos de las habilidades sociales: los componentes conductuales, cognitivos y los fisiológicos (Hofstadt; 2005; 21-40).

**3.4.1. Componente conductual:** o el conjunto de comportamientos que determinan una conducta social. Tienen componentes no verbales, como expresión facial que refleja diferentes emociones (alegría, sorpresa, tristeza, miedo, ira y desprecio). Los elementos tales como la mirada, la sonrisa, la postura, la expansión o la orientación determinan de modo muy importante la postura de los interlocutores entre sí. La distancia y el contacto físico definen su grado de intimidad. Entre los grupos, se pueden observar conductas abiertas o cerradas, también son importantes los gestos, la longitud de pausas o el tiempo de respuesta entre la comunicación.

**Componentes no verbales:** Mirada, sonrisa, gestos, expresión facial.

**Componentes paralingüísticos:** Voz, volumen, claridad, fluidez, timbre.

**Componentes verbales:** El habla, saludar, iniciar, mantener y terminar una conversación, pedir disculpas, hacer preguntas.

**3.4.2. Componente cognitivo:** se refieren a todos los procesos encubiertos, que han adquirido mayor importancia: percepciones, actitudes o expectativas erróneas. Las competencias: o las capacidades de transformar y emplear la información de forma activa, las estrategias de codificación y construcciones personales, que se refieren a la manera en la cual la gente recibe, piensa e interpreta su entorno. Las expectativas son las predicciones que los individuos realizan sobre las posibles consecuencias de su conducta, son especialmente importantes ya que suponen un gran grado de emoción involucrado al proceso de creación de las expectativas. Los sistemas y planes de autorregulación: son lo más importante en los componentes cognitivos, se puede aprender con una relativa facilidad y es muy controlable con el individuo.

**Habilidades de percepción social:** Familiaridad, distancia.

***Variables propiamente cognitivas:*** Solución de problemas y conflictos autocontrol y observación.

**3.4.3. Componente fisiológico:** son los menos utilizados en el estudio de habilidades sociales y por eso se consideran como los menos fiables en comparación a las conductas sociales más complejas. La frecuencia cardiaca, relacionada con la emoción y esfuerzo, la presión y el flujo sanguíneo, miden la relación interpersonal a través de la fisiología básica. (Bandach, 2010: 1)

***Manifestaciones fisiológicas:*** Respiración, relajación.

***Mecanismos afectivos emocionales:*** Expresión de emociones.

### **3.5. Clasificación de las Habilidades Sociales**

Existen diversas clasificaciones de las habilidades sociales, tomando en consideración varios criterios para su clasificación, los mismos que poseen semejanzas se pueden correlacionar entre sí:

#### **3.5.1. Habilidades Sociales según Goldstein (1980)**

Goldstein (cit. por Colina, 2009) quienes proponen una clasificación relacionada con el “*Programa de aprendizaje estructurado de habilidades sociales para los niños*” y son las siguientes:

**3.5.1.1. Primeras habilidades sociales:** Las habilidades sociales básicas consisten en escuchar, iniciar y mantener una conversación, formular preguntas, agradecer, presentarse, presentar a otras personas, tener empatía y dialogar. Los niños las aprenden con más facilidad y suelen ser un requisito previo para enseñar otras habilidades.

Saber escuchar es una habilidad básica, es escuchar con comprensión y cuidado, saber lo que la otra persona trata de comunicarnos y transmitir que hemos recibido su mensaje.

**3.5.1.2. Habilidades sociales avanzadas:** Estas habilidades dan la característica al individuo de ser responsable, fácilmente ayudan al prójimo y es muy cortés, como, por

ejemplo: Pedir ayuda, Participar, Dar instrucciones, Seguir instrucciones, Disculparse, Convencer a los demás, Dar tu opinión sobre lo que piensas al respecto.

La capacidad de disculparse o admitir ignorancia, es la capacidad de reconocer los propios errores.

**3.5.1.3. Habilidades relacionadas con el sentimiento:** En este grupo el niño se destaca por que puede influir en los demás, es emocionalmente estable, conoce sus debilidades y fortalezas y expresa sus sentimientos como el: Conocer los propios sentimientos, Expresar los sentimientos, Comprender los sentimientos de los demás, Enfrentarse con el enfado de otros, Expresar afecto, Resolver el miedo, Auto-recompensarse, Respetar los sentimientos, Consolar al afligido, Animar al decaído ante dificultades, Ponerse en el lugar del otro.

Es la expresión justificada de la ira, desagrado o disgusto, es la manifestación de forma adecuada y respetuosa con los demás, de sentimientos negativos.

**3.5.1.4. Habilidades alternativas a la agresión:** les brinda a los niños opciones para lidiar con los conflictos. Se relacionan con habilidades que involucran la convivencia, porque es la capacidad de las personas para vivir en comunidad incluye el manejo de las relaciones grupales y la resolución de conflictos, y es fácil establecer una identidad grupal adecuada.

Los niños saben manejar sus emociones, evitan conflictos y es asertivo, por lo cual es capaz de: Pedir permiso, Quererse, Compartir algo, Ayudar a los demás, Negociar, Emplear el autocontrol, Defender los propios derechos, Responder a las bromas, Evitarles problemas a los demás, No entrar en peleas.

**3.5.1.5. Habilidades para hacer frente al estrés:** las personas desarrollarán mecanismos de afrontamiento adecuados para las habilidades que surgen en tiempos de crisis. Se refiere a situaciones estresantes que los niños enfrentan a menudo.

El niño puede tolerar frustraciones, como manejar fallas, y tiene madurez emocional, lo que le permite saber tomar decisiones e incluso llegar a ser resiliente. Se dice que

tiene la siguiente capacidad: Formular una queja, Responder a una queja, Demostrar deportividad después de un juego, Resolver la vergüenza, Arreglárselas cuando le dejan a uno de lado, Defender a un amigo, Responder a la persuasión, Responder al fracaso, Enfrentarse a los mensajes contradictorios, Responder a una acusación, Prepararse para una conversación difícil, Hacer frente a las presiones del grupo.

**3.5.1.6. Habilidades de planificación:** En este último grupo, los niños deben fijarse metas, organizarse, completar proyectos, completar su trabajo para lograr las metas establecidas, y sus características son: Tomar decisiones, Pensar sobre la causa de un problema, Establecer un objetivo, Conocer las propias habilidades, Recoger información, Resolver los problemas según su importancia, Concentrarse en las tareas.

Las habilidades sociales se desarrollan y mejoran a través del proceso de maduración a través de la experiencia vivencial, que a su vez implica el proceso de aprendizaje. Como se recuerda, las habilidades sociales no son innatas, sino que se adquieren con el tiempo.

Este tipo de clasificación de habilidades sociales generalmente se definen la asertividad y empatía como los ejes centrales. Ambas pueden afectar de forma notable las habilidades para relacionarse socialmente con el entorno. (Figuerola, Z; 2015; 26-27)

### **3.6. Como se Aprenden las Habilidades Sociales**

Monjas Casares (2002) señala que una tarea evolutiva esencial del niño es la de relacionarse adecuadamente con pares y adultos, conformando vínculos interpersonales. Para ello es necesario que éste adquiriera, practique e incluya en su comportamiento una serie de capacidades sociales que le permitan un ajuste a su entorno más próximo.

Las habilidades sociales no se heredan, sino que se aprenden. No son un rasgo de personalidad, sino un patrón conductual específico utilizado en situaciones sociales concretas.

Monjas y Gonzales (1998) plantean cuatro mecanismos diferentes para el aprendizaje de las habilidades sociales:

Algunas habilidades son el resultado de un aprendizaje por **experiencia directa**: el comportamiento que se produce en el entorno social depende de las consecuencias (factores reforzantes) del entorno después de cada comportamiento social. Por ejemplo: si el padre aprueba y recompensa el comportamiento específico del hijo, este comportamiento a menudo sucederá repetidamente; sin embargo, si ignora el comportamiento del hijo, este comportamiento desaparecerá.

A través de la experiencia en primera persona, nos muestra su papel y éxito en la construcción de relaciones con los demás.

Otras habilidades son destrezas aprendidas por **observación**: las conductas que se dan van a depender de los modelos de referencia que se tenga. Por ejemplo: si un niño observa que los padres dicen hola y adiós al entrar y salir del negocio, el hijo aprenderá a actuar de la misma manera en las mismas circunstancias.

Estas habilidades son las que vemos en las personas que nos rodean, tales como: amigos, familia, escuela, universidad, ambiente laboral, etc. Estas habilidades atraen nuestra atención y nos llevan a decidir si adquirirlas a nuestra manera, o en su lugar, desecharlo.

También se pueden aprender a nivel **oral o instructivo**: Los niños aprenden a través del lenguaje oral, como lo que dicen, preguntas, instrucciones, pistas, explicaciones o sugerencias orales. Esta es una forma indirecta de aprendizaje.

Finalmente, está el aprendizaje **por feedback**, que se refiere a la interpretación que hace el observador de nuestro comportamiento (retroalimentación), que ayuda a corregirlo. Puede entenderse como un reforzador social.

Esto incluye cuando compartimos observaciones, inquietudes o sugerencias, desde una perspectiva social y psicológica, con el objetivo de recopilar información a nivel individual o colectivo. (Velázquez R, G; 2015; 8)

### **3.7. Estrategias didácticas**

Desde la perspectiva socio-cognitiva, el aprendizaje no solo debe considerar el contenido específico de un tema, sino también las estrategias para mejorar el aprendizaje de dicho contenido. La decisión profesional del docente sobre la práctica docente afecta directamente el entorno de aprendizaje creado en el aula y se centra en el propósito de la educación y la selección y organización de los contenidos. Este método asume que el objetivo de la secuencia de enseñanza se define por el contenido a aprender y el nivel de aprendizaje a alcanzar. (Bransford y Vye, 1996)

En la escuela, más precisamente en el aula, son los docentes quienes utilizan estrategias para construir conocimiento y enseñanza y aprendizaje, revisar su práctica y desarrollar su creatividad. Entendemos aquí a las estrategias didácticas como el "*Conjunto de procedimientos adaptativos por los que organizamos secuenciadamente la acción en orden a conseguir las metas previstas*" (De La Torre, 2000)

Entendida de esta manera, para que se produzca el cambio planeado es necesario tener en cuenta las consideraciones teóricas y la finalidad. Asimismo, De la Torre (2000) señaló que la base de la enseñanza innovadora se basa en estrategias de aprendizaje relevantes, desarrollo cognitivo, actitudes transformadoras, innovación organizacional, actividades flexibles y estimulantes. Estrictamente hablando, una estrategia es un procedimiento formal organizado destinado a lograr metas claramente establecidas. Su aplicación en la práctica diaria requiere procedimientos y técnicas mejoradas, y su detallada selección y diseño es responsabilidad del docente. Al utilizar la estrategia de elección, los docentes intentan responder a las preguntas planteadas, comprender mejor la realidad e intentar explicarlas y reformarlas. La estrategia debe basarse en un

método, pero la diferencia es que la estrategia es flexible, como señala De la Torre (2000) se puede formular de acuerdo con las metas que se quieran alcanzar.

Considerando que las estrategias didácticas son propias del ámbito educativo, no se puede obviar el hacer referencia al proceso de enseñanza-aprendizaje. Según Contreras, los procesos de enseñanza-aprendizaje son “*Un sistema de comunicación intencional que se produce en un marco institucional y en el que se generan estrategias encaminadas a provocar el aprendizaje*” (1990; p. 23).

Se puede decir que este proceso se considera un espacio donde el protagonista es el alumno y el docente juega el papel de facilitar el proceso de aprendizaje. Son los alumnos los que acumulan conocimientos aportando su propia experiencia y reflexionando e intercambiando puntos de vista con compañeros y profesores. En este espacio, el objetivo es que los alumnos disfruten aprendiendo y se comprometan con el aprendizaje permanente.

Michelson y otros (1987) plantean que las habilidades sociales se adquieren a través del aprendizaje, por lo que la infancia es una etapa crítica para la enseñanza de éstas. De allí que por medio de las estrategias didácticas que utilice el docente para el aprendizaje de las habilidades sociales, el niño se verá beneficiado con dicho aporte que le permitirá mantener relaciones sociales positivas con los otros y esto le hará que afronte, de modo efectivo y adaptativo, las demandas de su entorno social. Estos aspectos también contribuyen significativamente, por una parte, a la aceptación por los compañeros y, por otra, al adecuado ajuste y adaptación social.

De esta manera se puede ver que existe una clara vinculación entre el progreso de las habilidades sociales en el ámbito escolar y el bienestar del individuo. (Torres, N.Y; 2016; 14-16)

### 3.8. El papel del maestro en el aula

En el ambiente del aula, los docentes deben planificar el desarrollo e implementación de una serie de estrategias, así como materiales que puedan enseñar a los estudiantes a mejorar las habilidades sociales y ponerlas en práctica en diferentes ambientes. Con este fin, los maestros deben determinar primero la falta de habilidades sociales de los estudiantes y luego implementar un plan de aprendizaje. Además, los profesores deben saber observar activamente a los estudiantes para interactuar activamente con ellos para poder influir en ellos y convertirse en modelos a seguir.

Según Vaello Orts (2005) algunas de las características que los maestros deben observar en sus alumnos son: sus intereses (que les gusta), sus aptitudes y destrezas (que se les da bien) y el rol que cada alumno representa en clase. Si el profesor es conocedor de estos tres rasgos, puede incorporar las aptitudes e interés del alumno al desarrollo de la clase, y así reconvertir los roles inadecuados para poder potenciar los adecuados. (Velázquez R, G; 2015; 15)

### 3.9. Etapas De Desarrollo De Las Habilidades Sociales

En el desarrollo de cualquier habilidad social según Muñoz, Crespi, & Angrehs (2011) pasamos por cuatro etapas:

- a) Inconscientemente inhábil:** el individuo no es consciente de que carece de una determinada habilidad o habilidades, es decir carece de ellas y no lo sabe.
- b) Conscientemente inhábil:** el individuo es consciente de que carece de una determinada habilidad o habilidades, es decir sabe y reconoce que carece de ellas.
- c) Conscientemente hábil:** El individuo es consciente de que ha desarrollado determinadas habilidades sociales.
- d) Inconscientemente hábil:** El individuo deja de ser consciente de que ha desarrollado determinadas habilidades sociales. (Huertas, R.C; 2017; 36)

### 3.10. Causas de la Deficiencia de las Habilidades Sociales

Cuando una persona no tiene las habilidades sociales necesarias, suele actuar de dos maneras: evitando a toda costa las situaciones que le resultan embarazosas o enfrentando de manera agresiva los conflictos. Ambas estrategias tienen el mismo resultado: el rechazo y el aislamiento social. De hecho, la falta de habilidades sociales no solo hace que la persona recurra a soluciones desadaptativas para resolver sus conflictos, sino que en la mayoría de los casos conduce a un desajuste psicológico.

**Las habilidades sociales no son aptitudes innatas**, sino que son comportamientos que adquirimos a través del aprendizaje. Esto significa que estas habilidades comienzan a desarrollarse en la infancia y que el problema podría sentar sus bases en la educación que recibimos.

No obstante, el hecho de que las habilidades sociales se adquieren también implica que necesitamos entornos de interacción. Es decir, **necesitamos relacionarnos con las personas para poder adquirir las destrezas sociales necesarias**. Por eso, una de las causas de la falta de habilidades sociales es haber crecido en un ambiente solitario en el cual no tuviste suficientes oportunidades como para calibrar los comportamientos de los demás y aprender respuestas asertivas. O quizá simplemente no hayas desarrollado desde pequeño el hábito de estar cómodo en compañía de otras personas.

La baja autoestima también es un factor determinante, ya que cuando no te sientes bien contigo mismo, comienzas a preocuparte excesivamente por la opinión de los demás, lo cual te genera ansiedad.

La falta de empatía o como se dice popularmente, la incapacidad para ponerse en los zapatos de la otra persona, también te puede estar impidiendo desarrollar buenas relaciones. (el pardo psicólogos; S. Pág.)

Por lo tanto, existen una serie de síntomas que, si son muy frecuentes, pueden indicar la falta de habilidades sociales en un niño y estas pueden darse como:

**La timidez excesiva, la baja autoestima y el miedo** a las situaciones sociales pueden ser fuertes indicadores de este problema social. Normalmente a estos niños les cuesta manejar situaciones a las que no están acostumbrados en su día a día, se muestran inseguros de ellos mismos en las cosas que realizan y rehúyen el contacto con personas fuera de su círculo más próximo.

**Además, suelen mostrar una gran falta de empatía hacia los demás**, problemas de falta de cooperación y trabajo en equipo, y problemas de autocontrol y comunicación con los demás. Todo esto a veces se convierte en un círculo vicioso, porque estos niños no tienen claras las restricciones de conducta, lo que puede causarles muchos problemas, por ejemplo, si juegan con otros compañeros en la escuela. Un niño que carece de habilidades sociales mostrará un comportamiento agresivo hacia sus amigos si se pierde en el juego o incluso hace trampa y no sigue las reglas. Por lo tanto, lo más común es que otros niños ya no quieran jugar con él, y eventualmente se aísla.

La causa más probable es la falta de la teoría de la mente la cual dota de empatía a la persona y le permite entender las emociones y las consecuencias emocionales de sus actos en los demás.

En algunos casos la falta de habilidades sociales proviene de algún trastorno subyacente que puede padecer el niño y que le ha impedido desarrollar adecuadamente estas capacidades sociales. Entre los más comunes está el Trastorno de Aprendizaje (TA), el Trastorno por Déficit de Atención (TDAH) trastornos del espectro autista o el síndrome de Asperger. (Martín, P; 2015; 1)

### **3.11. Evaluación de las Habilidades Sociales**

Al trabajar con un tema que es muy importante tanto para la infancia y adolescencia tratamos de mejorar y ver qué cambios se han procedido o se han realizado al transcurso de la aplicación y ver el si este llega de alguna manera a ser cambios significativos o no en cuanto a los resultados obtenidos dentro de la escala que se proporciona para medir todos los factores que la incluyen dentro de las habilidades sociales, por tanto al trabajar con este tema de las habilidades sociales en niños y niñas en su conjunto las

técnicas de evaluación que se aplican antes, durante y después del tratamiento en el periodo de seguimiento. La evaluación durante el tratamiento y después nos dará una idea del impacto del tratamiento tanto a nivel conductual como cognitivo.

Así también una adecuada evaluación de las habilidades sociales nos permitirá el trazar planes de mejora personal, capacitación, desarrollo, promoción, etc. Esta nos permitirá el revisar el comportamiento que deriva cada individuo el desarrollar planes y estrategias para la mejora de las deficiencias y debilidades de los mismos individuos y así poder las metas establecidas.

### **3.12. Importancia de las Habilidades Sociales**

Desde pequeños los niños viven en sociedad, lo ideal es presentar buenas relaciones desde aquí, primero con el entorno más cercano que es la familia, y luego cuando empieza a estudiar, con otros ambientes que comienza a ponerlo a prueba en lo referente a su capacidad de socialización.

La importancia de las habilidades sociales viene dada por su relación con un mejor ajuste psicosocial de la persona, evitando así el aislamiento, la falta de afecto y posibles trastornos afectivos asociados a este.

El ambiente donde nos desarrollamos es un conjunto de circunstancias que rodean a la persona. La familia, su contexto o estrato social, el lugar donde habita y se desarrolla, en medio de determinadas ideas, creencias y valores que configuran una cultura determinada, son los principales factores o variables que configuran el ambiente. Por todo lo mencionado cabe mencionar que el ambiente es un factor muy importante para nuestro desenvolvimiento con todas las personas en nuestro alrededor. Sin quitar la importancia a los factores genéticos y hereditarios que intervienen en la configuración del carácter y la personalidad de los individuos, lo fundamental en el comportamiento viene dado por el ambiente, ya que en él se generan la mayor parte de los aprendizajes que presenta el sujeto.

Dando paso a que los seres humanos dependen de su relación con otros individuos por lo que saber relacionarnos de forma adecuada con nuestros cercanos es imprescindible

para nuestro desarrollo social y personal desde la infancia. El modo que tenemos de relacionarnos influye en nuestra felicidad, pues muchos de los problemas emocionales que tienen las personas vienen determinados por la falta de habilidades sociales (Ocaña, 2015). En resumen, como señalan Chacón y Morales (2013), las habilidades sociales son primordiales ya que:

La relación con los demás es primordial para nuestra felicidad, aunque también puede ser la mayor causa de malestar, sobre todo, cuando carecemos de habilidades sociales.

La falta de habilidades sociales nos conduce a sentir emociones negativas, así como a sentirnos inferiores debido a los demás.

Los problemas interpersonales provocan ansiedad, depresión y/o enfermedades psicosomáticas.

Llevar a cabo unas relaciones interpersonales adecuadas y eficaces facilita la autoestima.

Ser socialmente competente ayuda a mejorar nuestra calidad de vida.

### **3.13. Porque es importante desarrollar las habilidades sociales en niños y como estas ayudan:**

Es importante ya que toda habilidad social empieza a desarrollarse en la niñez, gracias a la cantidad de relaciones que establecemos cuando somos niños, a través de las personas que nos cuidan, tanto en casa, como en el colegio, amigos, etc. Es decir, las habilidades sociales son el conjunto de creencias, valores, emociones y sentimientos, fruto del aprendizaje y experiencia de nuestro día a día, los cuales, influirán en cómo nos relacionamos con los demás.

Es por ello que es muy importante prestar atención al desarrollo de las habilidades sociales, ya que, por un lado, son imprescindibles para la adaptación de los niños a su entorno y por el otro, en la edad adulta, les proporcionaran herramientas para desenvolverse en la esfera social de forma sana y equilibrada, emocionalmente. (Centro de Psicología y Logopedia)

El primer paso para conseguir que un niño comience a desarrollar sus habilidades sociales es señalarle abiertamente por qué este tipo de comportamientos son importantes para él; en qué medida el tener estas habilidades y el potenciarlas podría acabar ayudándole en un futuro no muy lejano. Por ejemplo, debe saber que el practicar la escucha activa (respetar los tiempos a la hora de comunicarse) conseguirá evitar problemas relacionados con los malentendidos o los sobreentendidos. Además, deben comprender que si les gusta sentirse escuchados también tienen que saber escuchar al resto.

Cuando el niño realmente comprenda hasta qué punto es beneficioso para él, el manejar bien estas habilidades sociales, será mucho más rápido el poder enseñárselas. Eso sí: es importante centrarse en habilidades sociales específicas, e ir de una en una. La mejor forma de hacerlo es enseñarle una cada semana, o cada dos semanas, dependiendo de la capacidad del pequeño en cuestión, e ir anotándolas en alguna especie de almanaque que pueda estar siempre a la vista. Además, así se puede ir viendo cómo ha ido evolucionando en cada habilidad social, y si ha continuado progresando.

Aunque pueda parecer una obviedad, hay algo que no se debe olvidar: de nada sirve decirle a un niño que debe ser educado, si no se le explica exactamente en qué consiste eso. La educación no es solo saludar cuando se ve a alguien conocido, sino que implica muchos matices más que puede que el niño no termine de comprender al principio. Hay que ir poco a poco, ir explicándole incluso las cosas más obvias; son obvias para aquellos que ya han sabido sociabilizar de la forma correcta, pero no para los que acaban de introducirse en la sociedad. (Baena, G; 2018)

### **3.14. Asertividad**

Asertividad deriva del vocablo latín tardío *assertum*, participio pasivo de *asserere*, que significa afirmar, conducir ante el juez; y, a su vez, procede de *serere* (entretrejer, encadenar). También proviene de otra expresión latina: *assertus* y se refiere a la acción de “afirmar”, “poner en claro”, tener la certeza de algo.

Se define asertividad como la habilidad personal que nos permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno, de la forma adecuada y sin negar ni desconsiderar los derechos de los demás. Es decir, nos referimos a una forma para interactuar efectivamente en cualquier situación que permite a la persona ser directa, honesta y expresiva. (Redac: Llacuna y otros; 2004)

Existen diferentes definiciones, tomando en cuenta que este es un concepto multidimensional. La que encontramos completa es la siguiente:

Walter Riso, 1988 *"... Permite a la persona expresar adecuadamente (sin medir distorsiones cognitivas o ansiedad y combinando los componentes verbales y no verbales de la manera más efectiva posible), oposición (decir no, expresar desacuerdos, hacer y recibir críticas, defender derechos y expresar en general sentimientos negativos), y afecto (dar y recibir elogios, expresar sentimientos positivos en general), de acuerdo a sus intereses y objetivos personales, respetando el derecho de los otros e intentando alcanzar la meta propuesta"*.

Alberty y Emmons (1978), la definen como *"La conducta que permite a una persona actuar con base a sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales, sin negar los derechos de los otros"*. (Dueñez y otros; 2013; 1)

Los fundamentos teóricos de la asertividad se enmarcan en la psicología cognitivo-conductual. Fue definida en el sentido que trata por primera vez el psicólogo Wolpe en 1958, y posteriormente fue desarrollada por su colega Lazarus, con quien colaboro. Rápidamente, la asertividad formo parte del cuerpo teórico del campo de las habilidades sociales que han desarrollado los psicólogos clínicos. En España Caballo (1993) ha desarrollado ampliamente el concepto de asertividad en sus estudios sobre habilidades sociales. De modo paralelo al desarrollo de la asertividad, se han elaborado recursos y técnicas de entrenamiento asertivo. Existen diversos registros y escalas de asertividad, como los de Lazarus (1990), Rathus(1993), y Gambrilly Richey (1975). (cit: Dr. Calderón; 2010)

Antiguamente Salter y Wolper utilizaron la asertividad de forma antropozóica, concentrándose solo en el individuo y no así en el otro. Muchas veces se confundía el término de asertividad por agresividad.

Fensterhein y Baer (1976), refieren que el individuo asertivo es *“Aquella persona que tiene personalidad activa, el que define sus propios derechos y no presenta, temores en su comportamiento”*. (Restrepo, S; 2000; 1)

En la actualidad ahora se utiliza la capacidad de comunicación, siendo un medio para mejorar la Asertividad, esto requiere de dos elementos que actúan en forma, simultánea, ser eficiente y eficaz. Eficaz para cumplir con los objetivos, afrontar situaciones, tomar decisiones y resolver imprevistos, y eficiente en el sentido de que al hacerlo lo hago de forma armoniosa y respetando los tiempos, siendo tolerante y comprensivo. Pero lo más importante es que genera satisfacción interna y un buen, sentido de seguridad en sí mismo, fortaleciendo la autoestima, respetando el derecho de la otra persona. (Castanyer; 2010)

Asertividad es la capacidad de poder pensar, expresar, comunicar y desarrollar acciones tendientes al equilibrio con el contexto, a través de la defensa de los derechos y la autorregulación de uno mismo y de los demás, promoviendo un bienestar personal e interpersonal, beneficiando al entorno y a uno mismo de forma armónica en situaciones sociales e interpersonal, es decir lo que uno piensa y siente de forma correcta, sin generar efectos negativos en el entorno, defendiendo los derechos de uno y respetando los del otro (Calderón; 2010; 22).

### **3.15. Entrenamiento Asertivo**

Como cualquier otra habilidad humana, la asertividad es susceptible de aprenderse, entrenarse y mejorarse. Esto se consigue mediante las Técnicas denominadas Entrenamiento Asertivo (o también Entrenamiento en Habilidades sociales, aunque esto engloba un mayor número de competencias).

Son habilidades básicas para nuestro desenvolvimiento en la vida diaria. Las personas tenemos intereses y formas de ver el mundo distinto, por lo cual el conflicto

interpersonal está a la orden del día. Cuando estas habilidades no están lo suficientemente desarrolladas o se emplean de forma equivocada surge la frustración y la insatisfacción.

Con respecto a la salud mental es una técnica que se ha demostrado efectiva en el tratamiento de la depresión, ansiedad y estrés provocados por las relaciones interpersonales. Nos ayuda a respetar a los demás, y por ende a nosotros mismos. (Fundación CADAH. Dra. Pérez P; 1)

La conducta asertiva es un modo de entender las relaciones humanas y, por tanto, un hábito de conducta de aplicación en cualquier situación. En las relaciones más personales, la asertividad es una conducta que da excelentes resultados y, al mismo tiempo, es difícil poner en práctica. El motivo es la gran cantidad de elementos emocionales y afectivos que están implicados en las relaciones personales. Las relaciones asertivas personales pueden desglosarse en relaciones con su pareja, con sus padres, con sus hijos y con sus amistades. En todos los casos la conducta asertiva es apropiada, pero al mismo tiempo distinto por los matices que se derivan en cada tipo de relación. (Güell Manel; 2005)

### **3.16. Principios y derechos básicos de asertividad**

La conducta asertiva presupone la existencia de unos derechos asertivos que justifican y den argumentos racionales para manifestar esta conducta. Los teóricos de la asertividad han definido diversos derechos asertivos que, muchas veces, contradicen creencias interiorizadas en las personas desde su infancia y aceptadas socialmente. La asimilación de estos derechos puede representar cambios de creencias que están profundamente enraizadas en una persona y que son un freno para que esa conducta pueda ser asertiva. (Güell Manel: 2005)

La asertividad se construye en todo un modelo que sigue principios generales, de dentro hacia fuera, de construir fortalezas en nuestra persona, para después poder exteriorizar un desempeño que sirva a los demás; es así como se parte del "respetarte a ti mismo" para "respetar a los demás", le continúan a estos principios asertivos ciertas habilidades

instrumentales que favorecen la comunicación real. El modelo completo en cuanto a los principios generales sigue la siguiente lógica: (Pujol Franco L: 2004: 2, 3)

- Respeto por uno mismo.
- Respetar a los demás.
- Ser directo.
- Ser honesto.
- Ser apropiado.
- Control emocional.
- Saber decir.
- Saber escuchar.
- Ser positivo.
- Lenguaje no verbal.

Los derechos asertivos son puntos a sostener y a hacer valer ante nosotros mismos y ante los demás. Quien más lesiona nuestros propios derechos asertivos es nuestro yo, cuando no nos respetamos y por nuestro derecho hacemos valer los de los demás. Entre los derechos asertivos hallamos los siguientes:

- Considerar las propias necesidades.
- Cambiar de opinión.
- Expresar tu ideas y sentimientos.
- Decir no ante una petición, sin sentirse culpable.
- Ser tratado con respeto y dignidad.
- Cometer errores.
- Pedir y dar cuando así lo decidas.
- Hacer menos de lo que como humano puedes hacer.
- Establecer tus prioridades y tus propias decisiones.
- Sentirse bien.
- Tener éxito.
- La privacidad.

- La reciprocidad.
- No usar tus derechos.
- Exigir la calidad pactada.
- Ser feliz.

### **3.17. Componentes de la conducta asertiva**

Puede hablarse de un rango amplio que abarca componentes adecuados que al combinarse optimiza la efectividad de la conducta, tales como duración de conversación, contacto visual, sonrisas, movimientos de brazos y piernas, expresión facial y corporal, gestos, entonación. (Goldstein y otros: 1998)

#### **3.17.1. Conducta Motora Verbal**

Es la expresión del sujeto que se puede analizar en dos subgrupos: el contenido del sí (contenidos lingüísticos), y la entonación y el volumen de voz (componentes elementos paralingüísticos).

##### **3.17.1.1. El contenido del sí (contenidos lingüísticos)**

Es lo que el sujeto dice, piensa y siente (aspectos lingüísticos). Lo cual definirá el tipo de respuesta expresando oposición, efecto o requerimiento. “Existen tres componentes básicos a la hora de enfrentar una situación desde un punto de vista asertivo”.

**a) Decidir “no” o tomar una posición:** Posición es una manifestación normalmente a favor o en contra de la posición de uno sobre un tema o la respuesta a una petición o demanda.

Razón, razonamiento ofrecido para la explicación de la justificación de la posición. Petición, acción de pedir, comprensión, expresión que reconoce y acepta la petición o sentimientos de la otra persona.

**b) Pedir favores o defender los propios derechos:** Problema, es la expresión que describe una situación insatisfactoria que necesita ser modificada.

Petición, es la expresión que pide algo necesario para resolver un problema.

Clarificación, Es la expresión diseñada para provocar información adicional, especifica con respeto al problema. Expresión de sentimientos, manifestación que comunica las emociones sentimientos u otras expresiones apropiadas de la persona, como la gratitud, el afecto o la admiración.

**c) La Conversación:** La mayoría de la interacción social humana se vale de la conversión que consiste normalmente en una mezcla de problemas y transmisión de la información, por una parte, y el mantenimiento de las relaciones sociales y el disfrute de la interacción con los demás, por otra. Existen grandes diferencias en la habilidad de los individuos para utilizar el lenguaje que se relacionan principalmente con la inteligencia, la educación y el entrenamiento, y la clase social.

#### **3.17.1.2. La entonación y el volumen de voz (Componentes paralingüísticos)**

Una forma de obtener Retroalimentación de nuestra propia voz es mediante el registro de diferentes estilos de voz. Como elementos paralingüísticos desarrollamos:

**a) El volumen de la voz:** La función más básica del volumen consiste en hacer que un mensaje llegue hasta un oyente potencial. El volumen alto de voz puede indicar seguridad y dominio. Sin embargo, hablar demasiado alto (sugiere agresividad, ira o tosquedad) puede tener también consecuencias negativas (la gente podría macharse o evitar futuros encuentros). Los cambios en el volumen de voz pueden emplearse en una conversación para enfatizar puntos. Una voz que varía poco de volumen no será muy interesante de escuchar.

**b) La entonación:** La entonación sirve para comunicar sentimientos y emociones. Unas palabras pueden expresar esperanza, afecto, sarcasmo, ira, excitación o desinterés, dependiendo de la variación de la entonación del que habla. Una escasa entonación con volumen bajo indica aburrimiento o tristeza. Un tono que no varía pueden ser aburrido o monótono. Se percibe a las personas como más dinámicas y extrovertidas cuando cambian la entonación pueden servir también para ceder la palabra. En general, una entonación que se da a las palabras es más importante que el mensaje verbal que se quiere transmitir.

**c) La fluidez:** Las vacilaciones, falsos comienzos y repeticiones son bastante normales en las conversaciones diarias. Sin embargo, las perturbaciones excesivas del habla pueden causar una impresión de inseguridad, incompetencia, poco interés o ansiedad. Demasiados periodos de silencio podrían interpretarse negativamente, especialmente como ansiedad, enfadado o incluso, una señal de desprecio. Expresiones con un exceso de palabras de relleno durante las pausas (por ejemplo, “ya sabes”, “bueno”) o sonidos como “ha” y “he” provocan percepciones de ansiedad o aburrimiento.

**d) La claridad:** La claridad a la hora de hablar es importante. Si se habla arrastrando las palabras, a borbotones, con un acento o vocalización excesivos, uno se puede hacer más pesado a los demás.

**e) La velocidad:** Hablar lentamente puede hacer que los demás se impacienten o se aburran. Por el contrario, si se hace con demasiada rapidez, uno puede no ser entendido.

**f) El tiempo de habla:** Este elemento se refiere al tiempo que se mantiene hablando el individuo. El tiempo conversación de una persona puede ser problemático por ambos extremos, es decir, tanto si apenas habla como si habla demasiado. Lo más adecuado es un intercambio reciproco de información.

### **3.17.1.3. Conducta motora no verbal**

Sus indicadores son mirar a los ojos, expresión facial y expresión corporal. La comunicación no verbal es inevitable en presencia de otras personas. Un individuo puede decir no hablar o ser incapaz de comunicarse verbalmente, pero continúa emitiendo mensajes sobre sí mismo a los demás por medio de su cara y de su cuerpo. “Los mensajes no verbales cumplen varias funciones.”

Los componentes conductuales se refieren los siguientes aspectos:

**a) La mirada:** Se define objetivamente como “mirar a los ojos de otra persona, o más en general, mirar la parte superior de la cara”. Mirarse significa haber establecido "contacto visual" con otra persona. Casi toda la interacción humana depende de los

ojos de los demás. El significado y las funciones de los patrones de la mirada son diversos.

- **Actitudes,** La gente que mira más es vista como más agradable, pero la forma extrema de mirada fija es vista como hostil y/o dominante. Ciertas secuencias de interacción tienen más significados: por ejemplo, ser el primero en dejar de mirar es señal de sumisión; la dilatación pupilar, señal de interés por el otro.
- **Expresión de emociones,** Mirar más intensifica la expresión de algunas emociones, como la ira, mientras que mirar menos intensifica otras, como la vergüenza.
- **Acompañamiento del habla,** La mirada se emplea, junto con la conversación, para sincronizar o comentar la palabra hablada. En general, si el oyente mira más, genera más respuestas por parte del que habla, y si el que habla más mira más, es visto como persuasivo y seguro.

**b) La expresión facial:** La expresión facial parece ser el principal sistema de señales para expresar emociones. Hay seis emociones principales y tres patrones en las expresiones faciales. Las emociones son: alegría, sorpresa, tristeza, miedo, enfado, disgusto o desprecio. Las tres áreas faciales involucradas son: frente / cejas, ojos / párpados dentro de la cara. El comportamiento social requiere expresiones faciales que coincidan con la información. Si una persona muestra miedo o enojo cuando intenta hablar con alguien, es probable que no lo consiga.

**c) La sonrisa:** Es un componente importante. Puede utilizarse como sonrisa defensiva, como gestos de pacificación. Puede servir para transmitir el hecho de que a una persona le guste otra; puede suavizar un rechazo, comunicar una actitud amigable, y animar a los demás a que le devuelvan a uno una sonrisa.

**d) Los gestos:** Un gesto es cualquier acción que envía un estímulo visual a un observador, para llegar a ser un gesto, un acto tiene que ser visto por algún otro y tiene que comunicar alguna información. Los gestos son básicamente culturales. Las manos y, en menor grado, la cabeza y los pies, pueden producir una amplia variedad de gestos, que se emplean para una serie de propósitos diferentes, los gestos se constituyen en un

segundo canal de comunicación; aquellos que sean apropiados a las palabras que se dicen servirán para acentuar el mensaje añadiendo énfasis, franqueza y calor. Los movimientos desinhibidos pueden sugerir también franqueza, confianza en uno mismo (salvo que fuese un gesto nervioso) y espontaneidad por parte del que habla.

**e) La postura:** La posición del cuerpo y de los miembros, la forma en que se sienta la persona, como está de pie y como pasea, reflejan sus actitudes y sentimientos sobre sí misma y su relación con los otros. Los significados funcionales de la postura son múltiples:

- **Actitudes,** Reducir la distancia y aumentar la apertura mutua. La postura es cálida, amigable e íntima. Las posturas cálidas incluyen inclinarse hacia adelante, brazos y piernas extendidas y sostener la parte posterior de la cabeza con ambas manos puede reflejar superioridad o sorpresa. La timidez se puede expresar con los brazos colgando y la cabeza hundida. En su lugar, separe las piernas, los brazos en jarras y hacia los lados para expresar determinación.
- **Emociones,** La postura puede reflejar emociones específicas. Así, la indiferencia puede expresarse por medio de los hombros encogidos, los brazos erguidos o las manos extendidas, la ira, por medio de los puños apretados, la inclinación hacia delante o los brazos extendidos; el coqueteo, por medio del cruzar las piernas, etc.
- **Acompañamiento del habla,** los cambios importantes de la postura se emplean para marcar amplias unidades del habla, como cambiar de tema, dar énfasis y señalar el tomar o ceder la palabra.

**f) La orientación:** El tipo de orientación espacial denota el grado de intimidad/formalidad de la relación. Cuanto más cara a cara es la orientación, más íntima es la relación y viceversa.

**g) Expresión corporal:** El grado de proximidad expresa claramente la naturaleza de cualquier interacción y varía con el contexto social. Dentro del contacto corporal, existen diferentes grados de presión y distintos puntos de contacto que pueden señalar estados emocionales, con miedo, actitudes o interpersonales o un deseo de intimidad.

**h) La apariencia personal:** El desarrollo tecnológico actual permite modificar mucho el aspecto exterior de una persona (maquillaje, cirugía, estética, peluquería, régimen de adelgazamiento, etc.). La ropa y los adornos desempeñan un papel importante en la impresión que los demás se forman de un individuo. Los componentes en los que se basan el atractivo y las percepciones del otro son el físico, la ropa, la cara, el pelo y las manos. El objeto de la modificación de la apariencia es la auto-presentación ante los demás. El cambio de estilo del pelo es uno de los aspectos que más influyen en la apariencia personal. El atractivo físico puede ser un elemento importante en un primer momento, pero a la hora de establecer una relación más duradera son otros elementos que tienen más peso.

### **3.18. Los Tres Modelos de Conducta Asertiva, Agresiva y Pasiva**

La definición de la conducta asertiva se complementará con la descripción de dos modelos de conducta no asertiva: la conducta agresiva y la conducta pasiva.

Los fundamentos de estas dos conductas no asertivas tienen relación con dos modelos de conducta genética propia de los mamíferos: la conducta de la lucha y la conducta de huida. Delante de una dificultad, la mayoría de mamíferos actúan luchando o huyendo, según las circunstancias. Huyen si pueden perder la lucha y luchan cuando no pueden huir o tienen claras posibilidades de ganar.

La conducta asertiva es una alteración a las conductas de huida y lucha. Las personas, delante de los conflictos y en nuestras relaciones, podemos utilizar nuestra capacidad intelectual, el lenguaje, el pensamiento, la razón o la negociación. Todas estas capacidades son propias de la asertividad. Cuando podemos relacionarnos o resolver un conflicto de modo de razonable nuestras emociones son positivas: satisfacción, bienestar, alegría. El aspecto emocional justifica el uso el uso de la conducta asertiva como la más adecuada. En términos de inteligencia emocional diríamos que la asertividad es una conducta que demuestra una alta “inteligencia emocional”, mientras que las conductas pasiva y agresiva son poco inteligentes emocionalmente. (Güell Manel: 2005)

La falta de asertividad se da en las personas que tienen problemas a la hora de relacionarse. Debemos diferenciar entre conducta asertiva o socialmente hábil, pasiva y agresiva. (Pujol Franco L: 2004: 1, 2)

### **3.18.1. Conducta asertiva o socialmente hábil**

Implica firmeza para utilizar los derechos, expresar los pensamientos, sentimientos y creencias de un modo directo, honesto y apropiado sin violar los derechos de los demás. Es la expresión directa de los propios sentimientos, deseos, derechos legítimos y opiniones sin amenazar o castigar a los demás y sin violar los derechos de esas personas. La aserción implica respeto hacia uno mismo al expresar necesidades propias y defender los propios derechos y respeto hacia los derechos y necesidades de las otras personas. La conducta asertiva no tiene siempre como resultado la ausencia de conflicto entre las dos partes, pero su objetivo es la potenciación de las consecuencias favorables y la minimización de las desfavorables.

### **3.18.2. Conducta agresiva**

Defensa de los derechos personales y expresión de los pensamientos, sentimientos y opiniones de una manera inapropiada e impositiva y que transgrede los derechos de las otras personas. La conducta agresiva en una situación puede expresarse de manera directa o indirecta. La agresión verbal directa incluye ofensas verbales, insultos, amenazas y comentarios hostiles o humillantes. El componente no verbal puede incluir gestos hostiles o amenazantes. La agresión verbal indirecta incluye comentarios sarcásticos, rencorosos y murmuraciones. Las víctimas de las personas agresivas acaban, más tarde o más temprano, por sentir resentimiento y por evitarlas. El objetivo habitual de la agresión es la dominación de las otras personas. La victoria se asegura por medio de la humillación y la degradación. Se trata en último término de que los demás se hagan más débiles y menos capaces de expresar y defender sus derechos y necesidades. La conducta agresiva es el reflejo a menudo de una conducta ambiciosa, que intenta conseguir los objetivos a cualquier precio, incluso si eso supone transgredir las normas éticas y vulnerar los derechos de los demás. La conducta agresiva puede traer como resultado consecuencias favorables, como una expresión emocional

satisfactoria, un sentimiento de poder y la consecución de los objetivos deseados. También pueden surgir sentimientos de culpa, las consecuencias a largo plazo de este tipo de conductas son siempre negativas.

### **3.18.3. Conducta pasiva**

Transgresión de los propios derechos al no ser capaz de expresar abiertamente sentimientos, pensamientos y opiniones o al expresarlos de una manera autoderrotista, con disculpas, falta de confianza, de tal modo que los demás puedan hacerle caso. La no aserción muestra una falta de respeto hacia las propias necesidades. Su objetivo es el apaciguar a los demás y el evitar conflictos a toda costa. Comportarse de este modo en una situación puede dar como resultado una serie de consecuencias no deseables tanto para la persona que está comportándose de manera no asertiva como con la persona con la que está interactuando. La probabilidad de que la persona no asertiva satisfaga sus necesidades se encuentra reducida debido a la falta de comunicación o a la comunicación indirecta o incompleta. La persona que actúa así se puede sentir a menudo incomprendida, no tomada en cuenta y manipulada.

Además, puede sentirse molesta respecto al resultado de la situación o volverse hostil o irritable hacia las otras personas, puede acabar por estallar. Hay un límite respecto a la cantidad de frustración que un individuo puede almacenar dentro de sí mismo.

### **3.19. Principales causas de la falta de asertividad**

#### **a) La persona no ha aprendido a ser asertiva o lo ha aprendido de forma inadecuada**

No existe una "personalidad innata" asertiva o no asertiva, ni se heredan características de asertividad. La conducta asertiva se va aprendiendo por imitación y refuerzo, es decir, por lo que nos han transmitido como modelos de comportamiento y como dispensadores de premios y castigos nuestros padres, maestros, amigos, medios de comunicación, etc.

En la historia de aprendizaje de la persona no asertiva pueden haber ocurrido las siguientes cosas:

***Castigo sistemático a las conductas asertivas:*** entendiendo por castigo no necesariamente el físico; sino, todo tipo de recriminaciones, desprecios o prohibiciones.

***Falta de refuerzo suficiente a las conductas asertivas:*** puede ocurrir que la conducta asertiva no haya sido sistemáticamente castigada, pero tampoco suficientemente reforzada. La persona, en este caso, no ha aprendido a valorar este tipo de conducta como algo positivo.

**b) La persona conoce la conducta apropiada, pero siente tanta ansiedad que la emite de forma parcial**

En este caso, la persona con problemas de asertividad ha tenido experiencias altamente aversivas (de hecho, o por lo que ha interpretado) que han quedado unidas a situaciones concretas.

**c) La persona no conoce o rechaza sus derechos**

¿Qué son los derechos Asertivos? Son unos derechos no escritos que todos poseemos, pero que muchas veces olvidamos a costa de nuestra autoestima. No sirven para "pisar" al otro, pero sí para considerarnos a la misma altura que todos los demás. (Lic. Egúsquiza Pereda; 2000; 1)

**3.20. Evaluación de la Escala de Comportamiento Asertivo**

El instrumento seleccionado para evaluar el estilo de resolución de problemas, asertivo frente al no asertivo, fue la adaptación española del CABS de Wood y Michelson (1979). La aplicación de esta escala se ha realizado en sus dos versiones: la prueba Tipo I -18 ítems- (ver Anexo I) utilizada con los niños de Primer ciclo de Enseñanza Primaria y la Tipo II -24 ítems- (ver Anexo II) adaptada para escolares de los ciclos superiores de primaria. Ambas modalidades responden al mismo objetivo, encontrándose la diferencia en la adaptación de los ítems al periodo evolutivo al que corresponden. Estos

ítems, a su vez, se conforman sobre 5 alternativas de respuesta, habiendo nosotros trabajado con tres posibilidades de elección: asertiva, agresiva e inhibida, a la vez que las dos últimas las consideramos polos antagónicos a la propia asertiva (no asertivas).

El nivel de adaptación de los escolares se ha establecido mediante la Bateria de Socialización, BAS1 (Silva y Martorell, 1989) identificándose aquel referido al medio escolar, es decir, se establece la resistencia a las normas en sus manifestaciones conductuales de dificultad para la disciplina, la terquedad, la desobediencia, el egoísmo... así como la agresividad verbal y física (RA, AT e IE).

# **CAPÍTULO IV**

## **METODOLOGÍA**

#### **4.1. Tipificación de la investigación**

La presente investigación se desarrollará dentro del área socioeducativa, la cual es definida por Pérez Mendoza (2011) como *“Planear y llevar a cabo programas de impacto social, por medio de actividades educativas en determinados grupos de individuos, es cuando un equipo de orientación escolar interviene sobre un problema social que afecta el desempeño y desarrollo escolar, éste aspecto se desarrolla dentro del aula considerándolo como un método participativo de investigación-acción educativa para lograr superar problemas académicos como equipo generador de una cultura de calidad educativa; sin embargo, además de la modalidad educativa también puede atender las modalidades cultural y social”*. Este trabajo se realizará dentro del ámbito escolar con estudiantes de 5º y 6º de primaria, con el objetivo de desarrollar las habilidades sociales en niños que les servirá y beneficiará a lo largo de la vida.

De igual manera, es importante mencionar que la investigación es de tipo propositiva, refiere Ordinola, L.E. (2017) es un *“Proceso dialéctico que utiliza un conjunto de técnicas y procedimientos con la finalidad de diagnosticar y resolver problemas fundamentales. Tiene por objeto el fomentar y propiciar la investigación científica como elemento para la formación integral de los profesionales”*. Cabe resaltar que la carrera de psicología reglamentó esta modalidad como alternativa a la imposibilidad de realizar las prácticas institucionales de manera presencial con los alumnos.

Por otro lado, en la psicología educativa, debido a que uno de los objetivos de trabajo según la APA *“Es la reflexión e intervención sobre el comportamiento humano, en situaciones educativas, mediante el desarrollo de las capacidades de las personas, grupos e instituciones”* (Colodron, F: 2004: 2)

#### **4.2. Población Beneficiaria**

Es importante mencionar, para la presente investigación, que la población estará constituida por los estudiantes de quinto y sexto de primaria de la ciudad de Tarija, que oscilan entre los 9 a 12 años de edad. Con el propósito de ayudar a mejorar el relacionamiento interpersonal en su entorno dentro de sus habilidades sociales que cada

niño presenta. Para la implementación del programa, el futuro facilitador, debe prever que los niños tengan acceso a internet y si es necesario hacer una capacitación para el uso de la plataforma que vaya a utilizarse para la implementación del programa.

#### **4.3. Métodos, Técnicas, Instrumentos y Materiales a ser Implementados**

##### **4.3.1. Métodos**

- **Método virtual:** “Comprende un diseño de investigación donde toman partes fenómenos, objetos, categorías, sujetos o prácticas digitales, donde se generan y utilizan o modelan datos digitales por medio de herramientas y técnicas digitalizadas”. (Kosinets, 2009)

La aplicación de este método en el área educativa implica la interacción de cuatro variables; el maestro y el alumno., la tecnología y el medio ambiente. Al utilizar esta estrategia en la ejecución del programa de intervención se facilita el manejo de la información y la aplicación de nuevos métodos pedagógicos, que, a su vez, mita superar la calidad de los recursos presenciales.

Así mismo para el desarrollo de las clases que se ejecutaran el facilitador podrá emplear entre otros métodos como ser:

- **Activo participativo:** promueve y procura la participación activa y protagónica de todos los integrantes del grupo incluyendo al facilitador (docente) en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- **Expositivo:** este método está centrado básicamente en la comunicación unidireccional del facilitador con el niño. El facilitador enseña, mostrando los contenidos a aprender, exponiéndolos, para que el niño los aprenda mediante la escucha atenta y la toma de notas.

Dependiendo de la naturaleza de la actividad se incluirá el método activo participativo o el expositivo entre otros.

En pocas palabras es la implementación de un método que puede sustituir actividades, clases, reuniones, etc., de manera virtual.

Se utilizará este método para virtualizar un programa que cuenta con diversas sesiones por tanto este método facilitará al estudiante en el acceso a plataformas educativas así mismo el estudiante podrá descargar los contenidos y materiales, etc.

- **Medios:** a partir de: computadoras, celulares, tablet, etc.

#### **4.3.2. Técnicas**

La técnica seleccionada para el presente estudio fueron las siguientes:

- **Cuestionario:** Los cuestionarios consisten en un conjunto de preguntas, normalmente de varios tipos, preparado sistemática y cuidadosamente, sobre los hechos y aspectos que interesan en una investigación o evaluación, y que pueden ser aplicado en formas variadas, entre las que destacan su administración a grupos o su envío por correo.
- **Actividades lúdicas:** Es una técnica educativa, por la cual se desarrollan actividades recreativas que desarrollan el área cognoscitiva a través del juego.

#### **4.3.3. Instrumentos**

El instrumento se aplicará de manera virtual el mismo que fue adaptado a formularios google para su respectiva aplicación, el cual puede ser respondido accediendo al link correspondiente. Dicho instrumento permite medir el nivel de habilidades sociales que presentan los niños.

#### **Lista de chequeo de las habilidades sociales de Goldstein (1978)**

**Autor:** Fue construida por el Dr. Arnold P. Goldstein en New York el año 1978 y fue traducida al español inicialmente por Rosa Vásquez en 1983 y posteriormente la versión final fue traducida y adaptada por Ambrosio Tomás entre 1994-95, quien además elaboró baremos eneatópicos provisionales para una muestra de universitaria de estudiantes de psicología.

**Objetivo del cuestionario:** Permite obtener información precisa y específica sobre el nivel de habilidades sociales de un sujeto, que tiene como por objetivo el de:

Determinar las deficiencias y competencias que tiene una persona en sus habilidades sociales.

Identificar el uso de la variedad de habilidades sociales, personales e interpersonales.

Evaluar en qué tipo de situaciones las personas son competentes o deficientes en el empleo de una habilidad social.

**Procedimiento de aplicación y calificación:** La Lista de Chequeo de Habilidades Sociales está compuesta por un total de 50 ítems, agrupados en 6 áreas, las cuales se presentan en una escala graduada de 1 a 5 de la siguiente manera:

- 1.....Nunca usa la habilidad.
- 2.....Rara vez usa la habilidad.
- 3.....A veces usa la habilidad.
- 4.....A menudo usa la habilidad.
- 5.....Siempre usa la habilidad.

La significación de los niveles bajo (eneatipos 1, 2 y 3), así como de los niveles medios (eneatipos 4, 5 y 6) y de los niveles altos (eneatipos 7, 8 y 9) para cada escala o área de la Lista de Chequeo y para el puntaje total, está consignada de manera clara en la línea superior de la tabla del perfil. Así tendremos:

Eneatipo 1: Deficiente nivel de Habilidades Sociales.

Eneatipo 2 y 3: Bajo nivel de Habilidades Sociales.

Eneatipo 4, 5 y 6: Normal nivel de Habilidades Sociales.

Eneatipo 7 y 8: Normal nivel de Habilidades Sociales.

Eneatipo 9: Excelente nivel de Habilidades Sociales.

**Adaptación De Una Escala De Comportamiento Asertivo (Cabs) Para Escolares De Enseñanza Primaria (6-12 Años)**

**Autor:** Wood, Michelson y Flynn (1978) crearon la Escala de Comportamiento Asertivo para niños (CABS)

**Objetivo del instrumento:** cuyo objetivo era clasificar los niños agresivos, inhibidos y asertivos. Para ello, han propuesto una serie de situaciones sobre temas como hacer y recibir cumplidos, presentar y aceptar críticas, pedir y ceder cosas, aceptar culpas, prestar ayuda, iniciar conversaciones y comportamiento ante órdenes. La escala consta de 27 ítems, cada uno de ellos con cinco alternativas de respuesta: agresivo, asertivo, muy inhibido, inhibido y asertivo, mostrando unos niveles de consistencia aceptables.

El instrumento seleccionado para evaluar el estilo de resolución de problemas, asertivo frente al no asertivo, fue la adaptación española del CABS de Wood y Michelson (1979). La aplicación de esta escala se ha realizado en sus dos versiones: la prueba Tipo I -18 ítems- (ver Anexo I) utilizada con los niños de Primer ciclo de Enseñanza Primaria y la Tipo II -24 ítems- (ver Anexo II) adaptada para escolares de los ciclos superiores de primaria. Ambas modalidades responden al mismo objetivo, encontrándose la diferencia en la adaptación de los ítems al periodo evolutivo al que corresponden. Estos ítems, a su vez, se conforman sobre 5 alternativas de respuesta, habiendo nosotros trabajado con tres posibilidades de elección: asertiva, agresiva e inhibida, a la vez que las dos últimas las consideramos polos antagónicos a la propia asertiva (no asertivas).

El nivel de adaptación de los escolares se ha establecido mediante la Batería de Socialización, BAS1 (Silva y Martorell, 1989) identificándose aquel referido al medio escolar, es decir, se establece la resistencia a las normas en sus manifestaciones conductuales de dificultad para la disciplina, la terquedad, la desobediencia, el egoísmo... así como la agresividad verbal y física (RA, AT e IE).

Establecida la base de datos, hemos seguido el siguiente procedimiento de análisis: fiabilidad, análisis factorial, análisis de correspondencias y, por último, la correlación de Pearson, con el objeto de establecer la validez de constructo. El paquete estadístico utilizado fue el SPSS v7.5 y v.8.0.

**Ambiente de ejecución del programa:**

Para que el programa virtual se desarrolle de manera adecuada y optima se requiere un ambiente con las condiciones físicas necesarias, es decir, el ambiente debe contar con una iluminación favorable, espacio y una buena recepción de señal de internet.

### **Secuencia de las actividades:**

En primera instancia se realizará un primer acercamiento con los niños que permite establecer un ambiente de trabajo adecuado, previo a la presentación del programa.

Seguido de ello se presentará al facilitador quien monitoreará todo el proceso virtual, quien a su vez presentará el objetivo, las normas y expectativas de dicho programa, posteriormente se realizará un acto de acercamiento mediante una reunión organizada de manera virtual.

Para empezar, se iniciará con las dinámicas de acercamiento (Rapport) las cuales serán: Nombres cruzados, La máquina del tiempo y El juego de las películas, la técnica que se utilizara será el Rapport, técnica que consiste en crear una conexión de empatía con otra persona, para que se comuniquen con menos resistencia, así también desarrollar un ambiente de confianza, seguridad con los niños, el hecho más significativo fue que los estudiantes asimilaron de forma positiva.

Una vez terminadas las dinámicas del acercamiento con los niños se procederá a la aplicación de los instrumentos.

Se aplicará el primer pre-test titulado “Lista de Chequeo y Evaluación de Habilidades Sociales”. Que fue digitalizado mediante la herramienta de formularios google para facilitar su aplicación a una modalidad virtual. El objetivo de este test es medir el nivel de habilidades sociales que presentan actualmente; así también, identificar los indicadores de entrada previa a la aplicación del programa.

Se aplicará el segundo test titulado “Escala de Comportamiento Asertivo para Niños (CABS)”. Que fue digitalizado mediante la herramienta de formularios google para facilitar su aplicación a una modalidad virtual. el objetivo de este test es medir el nivel

de asertividad que presentan actualmente; así también, identificar los indicadores de entrada previa a la aplicación del programa.

Después de aplicar los instrumentos virtuales, se iniciará el desarrollo del programa virtual de habilidades sociales en niños. Se recomienda al futuro facilitador, que, con base a los resultados encontrados tras la aplicación de los instrumentos, evalúe la posibilidad de hacer algunos ajustes a la propuesta del programa profundizando aquellas áreas que así lo requieran.

Se debe recalcar que cada módulo dirigido a trabajar un área de las habilidades sociales cuanta con una explicación teórica acerca del concepto, objetivos y como estos ayudaran a desarrollar dichas habilidades; una vez explicado cada uno de estos puntos se dará paso a la realización de las dinámicas de cada uno de los módulos presentados.

**Módulo 1:** Primeras habilidades sociales, se realizará dinámicas como ser: comunicándonos de forma clara, el debate, conejo blas. Cada una de estas dinámicas están elaboradas para los niños que consiste en crear y manejar una buena comunicación.

**Módulo 2:** Habilidades sociales avanzadas, se comenzará con las dinámicas las cuales serán: Pidiendo ayuda, Aprender a pedir perdón, Aprendo a pedir perdón. Con el fin de mejorar las relaciones, mantener la estima propia, ayudar a los demás y crear un clima adecuado en el medio en el que se desenvuelve.

**Módulo 3:** Habilidades relacionadas con los sentimientos, se realizará las actividades como ser: Dibujamos emociones, Mímica de emociones, Reflexionar con "mis errores y mis aprendizajes", mi vida en un corazón, etc. Esto para desarrollar las habilidades que implican la expresión directa de los propios sentimientos y derechos personales, sin negar los derechos de los demás.

**Módulo 4:** Habilidades alternativas a la agresión, las actividades para este módulo serán: No entrar en pelea, Emplear el autocontrol, Responder a las bromas, Convencer a los demás, etc. Con el fin de lograr seguir las instrucciones dadas por otras personas.

**Módulo 5:** Habilidades para hacer frente al estrés, dichas actividades a realizar serán: Identificando situaciones que me producen estrés, Enfrentando el miedo, Manejando mis frustraciones, Enfrentando la presión del grupo, Superando la vergüenza, etc. Con la finalidad de conseguir enfrentarse a los mensajes contradictorios. Perder la vergüenza ante el público o con personas desconocidas.

**Módulo 6:** Habilidades de planificación, por lo tanto, las actividades a realizar serán: Vamos a tomar decisiones, Decidir es importante, Aprendo a tomar decisiones, Yo propongo, Destrucción y construcción del mundo, etc. Ya que nos permite seleccionar las acciones necesarias para alcanzar una meta, decidir sobre el orden apropiado, asignar a cada tarea los recursos cognitivos necesarios y el establecer el plan de acción adecuado.

Para finalizar con el programa se dará cierre con el **Módulo:** Asertividad en Niños, y dichas actividades a realizar serán: Juego del Kim (memoria), La escucha activa, El semáforo. Con el objetivo de evaluar a los niños agresivos, inhibidos, y asertivos.

Por último, una vez finalizado todo el programa virtual sobre las habilidades sociales para los niños se aplicará los dos instrumentos nuevamente virtuales. Con la finalidad de medir el impacto del programa.

#### **4.4. Procedimiento**

##### **4.4.1. Descripción Sistematizada**

El trabajo de investigación se realizará de acuerdo a las siguientes fases:

**1ra Fase: Revisión Bibliográfica:** En esta primera fase se procedió a la revisión bibliográfica sobre el tema de investigación, a través de libros, páginas web, investigaciones relacionadas con las habilidades sociales en niños a partir de las cuales se procedió a delimitar el problema y plantear los objetivos para la correcta investigación en cuanto a la información que se fue recabando.

Posteriormente se elaboró el marco teórico de la investigación y se seleccionaron las posibles técnicas o instrumentos idóneos para la recolección de análisis de la

información necesaria, con el fin de tener una comprensión global de la problemática abordada.

**2da Fase: Selección del instrumento:** La selección de instrumentos válidos y fiables estuvo totalmente enfocada a dar respuesta a los objetivos planteados en una etapa inicial.

**3ra Fase: Elaboración del programa virtual:** El programa se desarrollará bajo la modalidad virtual, para ello se realizó la búsqueda de actividades y dinámicas dependiendo de la temática con la que se trabajará, por lo tanto, se seleccionó la fuente informativa más apropiada para una mejor elaboración y así tener en cuenta los criterios de fiabilidad de información que se tiene.

**4ta Fase: Evaluación y Diagnóstico:** En esta fase se aplicarán los dos instrumentos seleccionados para realizar la evaluación a los niños con una medición fiable, respetando el tiempo y la disponibilidad de cada uno. Es importante mencionar que todos los instrumentos serán aplicados de manera virtual.

En primer lugar, se aplicará la Lista de chequeo de las habilidades sociales de Goldstein (1978), que permite evaluar las seis áreas de las habilidades sociales que son: Primeras habilidades sociales, Habilidades sociales avanzadas, Habilidades relacionadas con los sentimientos, Habilidades alternativas a la agresión, Habilidades para hacer frente al estrés y Habilidades de planificación.

Posteriormente se aplicará la Escala de comportamiento asertivo CABS, dentro de esta etapa se evaluarán los conocimientos iniciales de los estudiantes, mediante la aplicación de un cuestionario denominado pre-test. La aplicación del cuestionario de habilidades sociales de Goldstein consta con un tiempo de 30 a 45 minutos de duración.

**5ta Fase: Aplicación del Programa virtual:** En esta fase se procederá a la aplicación del programa virtual para el desarrollo de las Habilidades Sociales con los niños de 5to y 6to de primaria.

Es importante recalcar que las actividades estarán dirigidas hacia la práctica y la realidad de nuestro medio, para lograr que los conocimientos adquiridos sean más vivenciales. También será necesaria la utilización de dinámicas para abordar el contenido de manera didáctica, para mantener la atención de los niños y niñas.

**6ta Fase: Evaluación del Conocimiento Final:** Una vez finalizada la réplica del programa virtual se procederá a evaluar el nivel de habilidad social de los niños de 5to y 6to de primaria, a través de la aplicación del cuestionario Lista de chequeo de las habilidades sociales de manera virtual con un tiempo de 30 a 45 minutos aproximadamente.

#### **4.5. Materiales**

Hoja bom blanca, lápices, bolígrafos, un espejo cualquiera, fichas con preguntas, laminas con figuras, laminas con dibujos, globos, marcadores, etc.

#### **4.6. Programa de Habilidades Sociales**

## **PRESENTACION DEL PROGRAMA**

### **PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES PARA NIÑOS DE 5TO Y 6TO DE PRIMARIA**

Como se ha mencionado anteriormente, el programa estará dirigido a niños de quinto y sexto de primaria. El facilitador del programa puede ser el tutor del curso, psicólogo y/o pedagogo, es importante mencionar que la persona que aplique el programa debe tener conocimientos teóricos de las habilidades sociales, ya que se trabajaran las conductas verbales y no verbales de cada habilidad social que se enseñe. De esta forma, se obtendrá mejores resultados del programa.

El programa de intervención consta de 6 unidades o modalidades sobre Habilidades Sociales y uno de Asertividad, con temas referidos a: primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés y habilidades de planificación; cada una de éstas cuenta con 20 sesiones en total, cada una de entre 40 a 45 minutos y cada una de estas sesión se divide entre dos o tres actividades: la primera de 25 minutos, orientada al desarrollo de una habilidad social específica y la segunda de 20 minutos, dirigida a fortalecer y mejorar la habilidad que se busca desarrollar.

En un inicio, se enviará el link a los niños para hacer la presentación del programa virtual de las habilidades sociales. haz [click aquí](#) para ver la presentación.

Se realizará la presentación del programa mostrando un Power Point con los siguientes puntos:

- Presentación del facilitador: quien realizará un seguimiento en todo este proceso.
- Presentación del programa: haciendo mención al objetivo del programa que se tiene, de la misma manera el manejo está diseñado con la finalidad de que pueda ser aplicado de manera virtual a estudiantes de 5to y 6to de primaria.
- Plataforma: los medios a utilizar para dicho programa pueden ser: Zoom, Google Meet, Moodle, etc. Todas estas plataformas que puedan ayudar al facilitador en la

realización del trabajo, siempre y cuando no se vea afectada la aplicación del mismo, igualmente se debe crear un grupo de WhatsApp para enviar los links de dichas sesiones a realizar.

- Verificar que todos los estudiantes cuenten con la plataforma a utilizarse.
- Normas de convivencia:
  - Para participar en las actividades se sugiere que los niños levanten la mano.
  - Practicar la cortesía, es decir, saludar, despedirse, pedir permiso, etc. Y fomentar el respeto mutuo.
  - El facilitador debe mencionar a todos los niños que deberán realizar todo lo que se les pida para dichas sesiones de acuerdo a las actividades propuestas.
  - Dar a conocer a los estudiantes a qué hora deben ingresar a la videoconferencia, previa coordinación del facilitador como los niños y de esta manera ser puntuales.
  - Expectativas que se tiene al realizar dicho programa tanto del facilitador como de los niños.

## **APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO PRE-TEST**

### **HABILIDADES SOCIALES**

**Objetivo.** - Determinar las deficiencias y competencias que tiene una persona en sus habilidades sociales.

**Tiempo.** - 30 a 45 minutos.

**Desarrollo.** -

En primer lugar, se enviará el cuestionario en línea a los niños haciendo [click aquí](#).

Posteriormente se dará la consigna para que puedan empezar a responder el cuestionario que contiene 50 preguntas de respuesta múltiple, se dará la siguiente instrucción: Por favor pedirles a todos que respondan al cuestionario con toda honestidad y sinceridad a cada una de las preguntas, en caso de tener alguna duda pueden preguntar al facilitador para poder orientarles y despejar sus inquietudes.

El tiempo total es de 30 minutos para que los niños puedan responder al cuestionario.

Finalmente, una vez terminado de llenar el cuestionario se agradece a los niños por su atención.

### **ESCALA CABS DE ASERTIVIDAD PARA NIÑOS**

**Objetivo.** - Clasificar a niños agresivos, inhibidos y asertivos.

**Tiempo.** - 30 minutos.

**Desarrollo.** -

Antes que nada, se enviará el cuestionario en línea a los niños haciendo [click aquí](#).

Posteriormente se dará la consigna para que puedan empezar a responder el cuestionario que contiene dentro del Cabs tipo 1 con 18 preguntas y Cabs tipo 2 con 24 preguntas de opción múltiple, se otorgará la siguiente instrucción: Por favor pedirles a todos que respondan al cuestionario con toda honestidad y sinceridad a cada pregunta,

en caso de tener alguna duda pueden preguntar para poder orientarles y despejar sus inquietudes.

El tiempo total es de 30 minutos para que los niños puedan responder al cuestionario.

Finalmente, una vez terminado de llenar el cuestionario se agradece a los niños por su atención.

## ACERCAMIENTO (Rapport)

**Objetivo:** Desarrollar un ambiente de confianza, seguridad con los niños y niñas.

**Actividad.** - Nombres entrecruzados.

**Tiempo.** - 15 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Material.** - Hoja blanca, bolígrafo o lápiz.

**Procedimiento.** -

Saludar a los niños/as manifestándoles el agrado y satisfacción de trabajar con ellos.

Esta actividad se desarrollará por zoom, consiste en escribir en una hoja blanca todos los nombres de los niños unidos entre sí, para ello se dará un ejemplo que se les ira mostrando conjuntamente en una pantalla compartida con Power Point donde se muestra una imagen con nombres unidos entre si formados como un crucigrama. Primero para dar el ejemplo podrá salir la profesora/or o el facilitador, escribirá su nombre en el papel y luego se presentará a los demás alumnos que son mencionados de uno en uno, escribiendo sus nombres entrelazándose y presentándose hasta terminar de anotar o registrar todos los nombres de los niños.

Para ver la presentación haga [click aquí](#).

**Recomendaciones a futuros presentadores:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente*

*preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizando.*

**Actividad.** - La máquina del tiempo.

**Tiempo.** - 15 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Material.** - No se requiere de material.

**Procedimiento.** -

Para esta actividad el facilitador mencionara que cada participante tendrá que decidir un acontecimiento de la historia que le gustaría haber vivido en lo que se muestra imágenes como ser: la era de los dinosaurios, era del homo sapiens, etc., acompañadas de un PowerPoint y lo expone al resto de los compañeros. Una vez que decida el niño explicará el porqué de tal acontecimiento y así continuará la actividad con los niños. Además de fomentar el conocimiento en el grupo, elimina tensiones y el dinamizador puede obtener ideas para futuros ejemplos en otros encuentros al conocer los intereses de los participantes.

**Actividad.** - El juego de las películas.

**Tiempo.** - 15 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Material.** - No se requiere de material.

**Procedimiento.** -

Siguiendo con la actividad se procederá a realizar la actividad el mítico juego de adivinar los títulos de las películas gifs en una primera parte, para ello tendrá la opción de comenzar y dar instrucciones para una mejor comprensión para dicha actividad y una vez acertados los nombres de las películas que se mostraran en un Power Point se continuara con la segunda parte, el adivinar los títulos de las películas con los emojis,

esto para que los niños puedan concentrarse y presten atención a cada imagen presentada. Este juego puede ser una buena idea para pasárselo bien por video llamada, además puedes adaptar las temáticas según sean los grupos. Por ejemplo, con niños escolarea pueden ser películas acordes a su edad y con niños más pequeños películas infantiles, súper héroes, etc., que sean conocidas para ellos.

De esta manera podrán interactuar mejor en el juego.

Para finalizar la actividad se realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente, se agradecerá por su participación y atención.

**PROGRAMA  
DE  
ACTIVIDADES  
“HABILIDADES SOCIALES”**

## **Módulo I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES.**

**Objetivo:** Desarrollar las primeras habilidades que se aprenden, es esencial para crear y mantener una buena comunicación.

### **ACTIVIDADES**

**Nº de sesión. - 1**

**Actividad.** - Explicación Teórica.

**Tiempo.** - 10 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom, Power Point.

**Materia.** - No se requiere.

**Procedimiento.** -

Inicialmente, saludaremos a los niños y niñas mostrándoles satisfacción y alegría por compartir la sesión.

Esta sesión se realizará a través de la aplicación zoom, que consistirá en dar a conocer el concepto sobre las primeras habilidades sociales como ser: *Las habilidades sociales básicas en consisten en: escuchar, iniciar y mantener una conversación, formular preguntas, agradecer, presentarse, presentar a otras personas, tener empatía y dialogar. Los niños las aprenden con más facilidad y suelen ser un requisito previo para enseñar otras habilidades.* Con ayuda de un PowerPoint se ira mostrando imágenes incrustadas en dichas diapositivas, seguidamente se mostrará el objetivo de dicho módulo a presentar como ser: *Desarrollar las primeras habilidades que se aprenden, es esencial para crear y mantener una buena comunicación.* una vez explicado lo teórico se procederá a realizar la actividad correspondiente.

Para ver la presentación haga [click aquí.](#)

**Recomendaciones para el futuro presentador:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Comunicándonos en forma clara.

**Tiempo.** - 20 a 25 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Lapicero y/o lápiz, papel bom, borrador.

**Procedimiento.** -

Para esta actividad, primeramente, el facilitador solicitara la atención de los niños para dar lectura al siguiente relato (este relato debe ser pausado, fuerte y expresivo): con ayuda de un PowerPoint se mostrara el relato seguido de imágenes gifs como ser: un papá, una tetera hirviendo, un papá trabajando, una niña, una tetera, hasta que se termine de contar el relato.

**Relato:** Papá Walter pone agua en la tetera para que hierva y continúa escribiendo un informe para su trabajo. Por estar ocupado le dice a su hija: ¡Claudia...mira la tetera! La niña regresa y le dice: ¡la tetera está en su sitio! El papá se enoja y le grita: ¡no sabes hacer nada!, te dije que vieras si estaba hirviendo el agua de la tetera... ¡sorda!"... Claudia se queda pensativa y triste por no haber entendido a su papá.

Una vez terminado el relato el facilitador propiciara un debate con las siguientes interrogantes:

¿Cuál fue el mensaje del papá?

¿Que entendió Claudia?

¿Cómo debió ser el mensaje del papá?

Luego del debate el facilitador preguntara a los participantes, si han observado situaciones parecidas a la descrita en sus casas o en las casas de sus amigos; si suceden con frecuencia en el salón o en algún otro lugar. Se solicitarán ejemplos.

Para finalizar la actividad se realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente, se agradecerá por l atención y el tiempo prestado y se culminará la sesión.

**Nº de sesión. - 2**

**Actividad.** - El debate.

**Tiempo.** - 20 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - No se requiere de material.

**Procedimiento.** -

Inicialmente se saludará a los niños/as manifestándoles el agrado y satisfacción de trabajar con ellos.

Para la segunda sesión se utilizará como medio la aplicación zoom, donde el facilitador plantea una cuestión en la que todos tengamos que ponernos de acuerdo. Las reglas serán: escuchar todos los puntos de vista, respetar el turno de los demás y hablar sin herir al resto. El juego puede ser proponiéndoles cosas. Así mismo, se proyectará imágenes desde un PowerPoint. A continuación, se realizará una pregunta, por ejemplo:

¿Menciona 3 cosas que salvarían si la casa ardiera?

¿Qué Súper poder escogerías?

Una vez planteada la pregunta, se les mostrara una lista con diferentes cosas que deberán elegir. En el caso de la casa se podría poner su juguete favorito, tablet, fotos, televisión.... Se realizará una lista de 25 cosas que se encuentra habitualmente en una casa, para luego escoger 3 cosas cada uno y luego todos deberán llegar a un acuerdo como familia. O si quieres ser aún más práctico, prueba en hacerlo con cosas que debamos elegir todos, por ejemplo:

¿Dónde nos vamos de viaje, escoger en el listado?

¿Qué vamos a comer, escoger en el menú de la semana?

Para ver la presentación haga [click aquí](#).

### **Recomendaciones para el futuro presentador:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Conejo Blas.

**Tiempo.** - 20 minutos.

**Materiales.** - No se requiere materiales.

**Procedimiento.** -

El facilitador pedirá a los alumnos que pongan atención ya que le seguirán o la imitaran al profesor/ra o facilitador en todos sus movimientos que realice.

El facilitador realizara una serie de movimientos de acuerdo a la canción que mencione, al término de la canción “*Conejo Blas a dónde vas con esa escopeta que llevas atrás*”. Los alumnos se quedarán estáticos durante unos segundos hasta que uno de los alumnos realice algún mínimo movimiento.

El alumno que se mueva cantará una canción para todos sus compañeros y así sucesivamente se proseguirá con la actividad realizada.

Al finalizar la actividad se hará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente, se agradecerá por la atención y el tiempo prestado y se culminará la sesión.

## **Módulo II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS**

**Objetivo:** Desarrollar las habilidades sociales avanzadas para mejorar las relaciones, mantener la estima propia, ayudar a los demás y crear un clima adecuado en el medio en el que se desenvuelve.

### **ACTIVIDADES**

**Nº de sesión.** - 3

**Actividad.** - Explicación Teórica.

**Tiempo.** - 10 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materia.** - No se requiere.

**Procedimiento.** -

Ante todo, se saludará a los niños/as manifestándoles el agrado y satisfacción de trabajar con ellos.

En esta tercera sesión se realizará a través de la aplicación zoom, que consistirá en dar a conocer el concepto sobre las habilidades sociales avanzadas como ser: *Estas habilidades dan la característica al individuo de ser responsable, fácilmente ayudan al prójimo y es muy cortes, como, por ejemplo: Pedir ayuda, Participar, Dar instrucciones, Seguir instrucciones, Disculparse, Convencer a los demás, Dar tu opinión sobre lo que piensas al respecto.* Con ayuda de un PowerPoint se mostrará imágenes incrustadas en dichas diapositivas, seguidamente se mostrará el objetivo de dicho modulo a presentar como ser: *mejorar las relaciones, mantener la estima propia, ayudar a los demás y crear un clima adecuado en el medio en el que se desenvuelve.* Una vez explicado lo teórico se procederá a realizar la actividad correspondiente.

Para ver la presentación haga [click aquí.](#)

**Recomendaciones para el futuro presentador:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Pidiendo ayuda.

**Tiempo.** - 20 a 25 minutos.

**Materiales.** - No se requiere de material.

**Procedimiento.** -

Dentro del segundo módulo en su tercera sesión el facilitador solicitará la atención de los niños, explicando con dibujos proyectados en un PowerPoint como ser: un niño, un colegio, niño pensativo, etc. Para que así pueda contar el relato siguiente:

**Relato:** Carlos salía del colegio y caminaba de regreso a su casa, miraba al suelo y decía ¿Qué puedo hacer? ese niño siempre me pega y me quita mi lonchera; ¿A quién le cuento lo que me está pasando?

El facilitador propiciará un debate con las siguientes interrogantes:

¿Qué debe hacer Carlos?

¿A quién debe contarle y pedir ayuda?

¿Es común que los niños y niñas pidan ayuda?

¿En especial a quién piden ayuda?

Luego del debate el facilitador les solicitará a los niños y niñas. A cada niño se le pedirá que saque una hoja en blanco con un lapicero y se le pedirá que escriba en sus hojas,

en qué situaciones generalmente un niño o niña necesita pedir ayuda, como, por ejemplo:

- a. Cuando están en casa.
- b. En el colegio.
- c. En la calle u otro lugar.

Una vez terminado el debate el facilitador realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente se agradecerá a los niños por su colaboración que se dio durante la sesión y se despedirá hasta una nueva sesión programada.

**Nº de sesión. - 4**

**Actividad.** - Aprender a Pedir Perdón.

**Tiempo.** - 20 minutos.

**Medio.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Ficha PEDIMOS PERDON.

**Procedimiento.** -

Se iniciará saludando a los niños/as manifestándoles el agrado y satisfacción de trabajar con ellos.

Esta nueva sesión se realizará a través de la aplicación zoom, el facilitador explicará a los niños y niñas lo siguiente: “Todos a veces hacemos cosas malas, la mayoría de las veces sin querer. Aunque lo hagamos sin querer, es muy importante que nos pongamos en el lugar del otro, ya que las cosas que hacemos pueden estar molestando o perjudicando a otras personas. En estos casos es muy importante ser capaces de disculparnos y pedir perdón. Ahora vamos a hacer una reflexión sobre la importancia de pedir disculpas, para ello vamos a ver varias situaciones, hablaremos sobre ellas y completaremos la ficha.

Situaciones:

- Estas jugando en el patio y sin querer pisas a un compañero o compañera.
- Te has enfado mucho y has gritado en casa a tus padres.
- Tu hermano o hermana te ha molestado y le has golpeado.
- En clase estabas aburrido y te has puesto a hablar.
- Como seguías aburrido en clase, has tirado al suelo las cosas de tu compañero o compañera.

Podemos poner todas las situaciones que se nos ocurran siempre adaptadas a la edad de los niños y niñas. Estas situaciones también podemos representarlas en tarjetas que permitan ver la situación al niño. Leemos o mostramos la situación y hablamos sobre la misma, siguiendo las pautas señaladas en la ficha. Después del debate cada niño y niña debe completar su ficha.

Una vez terminada la actividad el facilitador dará paso a la siguiente actividad a realizar y con ello se pedirá a los niños que alisten una hoja bom y un lapicero.

Para la presentación de la actividad hacer [click aquí](#).

Para descargar la ficha hacer [click aquí](#).

### **Recomendaciones para el futuro presentador:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Aprendo a Pedir Perdón.

**Tiempo.** - 15 a 20 minutos.

**Medio.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Ficha APRENDO A PEDIR PERDON.

**Procedimiento.** -

El facilitador mencionara lo siguiente a los niños: Muchas veces pedimos perdón a las personas que nos rodean, a veces entendemos porqué pedimos disculpas y otras veces lo hacemos por costumbre. Es importante aprender a disculparse y comprender como se sienten los demás, una disculpa no es la palabra que digamos, sino la capacidad de ponernos en el lugar del otro y entender como le hemos podido perjudicar.

Ahora vamos a aprender a pedir perdón, a decir lo siento, pero de verdad. Y para ello antes de pronunciar las palabras vamos a pensar en lo que hemos hecho. Estos serán los pasos a seguir cuando comprobemos que por nuestros actos a alguien le pasa algo:

- Pienso en lo que he hecho y me pongo en el lugar del otro.
- Me acerco y le preguntó: ¿Estas bien?
- Me doy cuenta de las consecuencias de mis actos y pido perdón.
- Le preguntó si puedo hacer algo para ayudarle, si necesita un abrazo.
- Agradezco que acepte mis disculpas.

Para aprender a pedir disculpas, vamos a ensayar siguiendo estos pasos. En tarjetas, escribimos varias situaciones, como “Pedro está jugando con el balón, se le escapa y golpea en la cabeza a su hermana pequeña”. Uno de los participantes hará de Pedro y otro de su hermana, Pedro tendrá que seguir todos los pasos y pedir disculpas a su hermana. Emplearemos varias situaciones y todos los participantes participarán en el ensayo.

A continuación, reflexionamos sobre nuestros actos y las diferentes situaciones en las que hemos tenido que disculparnos. Para ello completamos en la ficha los pasos,

recordamos situaciones en las que hayamos pedido disculpas y completamos la ficha. Puede servirnos para situaciones futuras. Finalmente, cada uno agarra una cartulina y escribe en ella sus maneras de pedir perdón, donde anotaremos formas que van desde decir lo siento, a dar un abrazo o ayudar a la otra persona.

Una vez terminada la actividad el facilitador realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente se agradecerá a los niños por su colaboración que se dio durante la sesión y se despedirá hasta una nueva sesión programada.

Para descargar la ficha hacer [click aquí](#).

### **Módulo III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS.**

**Objetivo:** Desarrollar las habilidades que implican la expresión directa de los propios sentimientos y derechos personales, sin negar los derechos de los demás.

#### **ACTIVIDADES**

**Nº de sesión.** - 5

**Actividad.** - Explicación Teórica.

**Tiempo.** - 10 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materia.** - No se requiere.

**Procedimiento.** -

Inicialmente, saludamos a los niños y niñas mostrando satisfacción y alegría por compartir la presente sesión.

Para esta quinta sesión se la realizará a través de zoom, que consistirá en dar a conocer el concepto sobre las habilidades relacionadas con los sentimientos como ser: *En este grupo el niño se destaca por que pueden influir en los demás, es emocionalmente estable, conoce sus debilidades y fortalezas y expresa sus sentimientos como el: conocer los propios sentimientos, expresar los sentimientos, comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado de otros, expresar afecto, resolver el miedo, auto-recompensarse, respetar los sentimientos, consolar al afligido, animar al decaído ante dificultades, ponerse en el lugar del otro.* Con la ayuda de un PowerPoint se mostrará imágenes incrustadas en dichas diapositivas, seguidamente se mostrará el objetivo de dicho modulo a presentar como ser: *Desarrollar las habilidades que implican la expresión directa de los propios sentimientos y derechos personales, sin negar los derechos de los demás.*

Una vez explicado lo teórico se procederá a realizar la actividad correspondiente.

Para ver la presentación haga [click aquí](#).

**Recomendaciones para el futuro presentador:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Dibujamos emociones.

**Tiempo.** - 15 minutos.

**Medio.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Espejo, hojas bom, lápices.

**Procedimiento.** -

El facilitador pedirá a los niños que coloquen un espejo delante de ellos sin importar el tamaño, color, etc. Posteriormente se pedirá que se visualicen en sus espejos y una vez que los niños se observen en el espejo el facilitador mencionara si puede ayudarlos a representar las expresiones de cada emoción, luego se pedirá que logren dibujar en un papel y escribir cuándo se han sentido así.

Al concluir con la representación de las emociones de los niños se tomará una foto llamada "Fotomatón emotivo" esta consistirá en explicar que a hora que ya hemos trabajado las expresiones faciales de las emociones podemos jugar a hacernos fotografías unos a otros expresando diferentes emociones con los gestos y guiños faciales adecuados. ¡Será divertidísimo!

Al finalizar la actividad se dará paso a la siguiente dinámica y con ello se les pedirá a los niños que descarguen un documento que se necesitara para la actividad a continuación.

**Actividad.** - Mímica de emociones.

**Tiempo.** - 15 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Tarjetas con emociones.

**Procedimiento.** -

Para la actividad se proporcionará un documento pdf que obtendrá varias tarjetas de diferentes emociones.

Para esta actividad el facilitador mencionara que necesita de un niño voluntario que quiera hacer girar la ruleta de emociones y así pueda representar la emoción. Luego el niño deberá elegir entre una de las tarjetas la emoción que le toco para que así pueda representarla mímicamente. El resto de los niños deberán adivinarla. Quien acierte a la mímica del niño será el siguiente en salir.

Podemos incrementar la dificultad poniendo emociones o sentimientos menos conocidos por los niños. Con esta actividad tan fácil los niños aprenderán el vocabulario emocional, a poner palabras a cosas que han sentido, a fijarse en cómo se manifiestan sus sentimientos en todo el cuerpo, a observar a los demás, a prestar atención a la comunicación emocional no verbal y a los gestos y expresiones corporales de las emociones.

Posteriormente el facilitador preguntara a un niño: ¿Cómo te sientes hoy? Esto con el fin de que se propicie una charla o debate para que los niños puedan expresarse abiertamente.

Una vez terminada la actividad el facilitador realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión,

posteriormente se agradecerá a los niños por su colaboración que se dio durante la sesión y se despedirá hasta una nueva sesión programada.

Para descargar las tarjetas hacer [click aquí](#).

**Nº de sesión. - 6**

**Actividad.** - Reflexionar con "Mis errores, mis aprendizajes".

**Tiempo.** - 20 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom. Debate.

**Materiales.** - Frases pdf.

**Procedimiento. -**

Se saludará a los niños y niñas mostrándoles satisfacción y alegría al compartir la presente sesión.

Para la sexta sesión se la realizará por zoom, el facilitador comenzará mencionando acerca de cuál importante es transmitir a los niños que los errores son grandes oportunidades de aprendizaje. Según cómo gestionemos los errores en casa o el aula, los niños sacarán mensajes muy diferentes. Para ello se proporcionará un documento en pdf la que contendrá una lista de mensajes motivacionales, celebres, etc. Para que el niño pueda leerlas.

Para hacerlo un poco más divertido se proyectará en un PowerPoint 8 imágenes que tendrán mensajes tanto motivacionales como celebres y se pedirá a 8 niños que nos puedan ayudar para esta actividad. Esta actividad consta de que un niño mencione un número del 1 al 8 al azar y así poder proyectar la imagen con el mensaje y que de la misma manera el niño nos pueda dar su opinión de lo que entendió acerca de dicho mensaje y así sucesivamente seguir con los demás niños.

Luego, se abrirá un debate acerca de los mensajes que cada niño leyó para ver los diferentes puntos de vista que tienen estos cuando se enfrentan a situaciones complicadas y como son capaces de solucionar o sobrellevar la situación dada.

Dicho de otra manera, es por eso que debemos recordar no rescatarlos cuando se equivoquen, sino dejar que experimenten las consecuencias, para así poder aprender de la situación. Tampoco castigarles, criticarles o sermonearles, sino ayudarles a encontrar la forma de resolver el problema.

A la vez está bien que abramos espacios de diálogo donde reflexionar sobre los errores que todos cometemos, pedir perdón y buscar qué podemos aprender de cada caso.

Una vez terminada la actividad se pasará a la siguiente actividad a realizar.

Para ver la presentación haga [click aquí](#).

Para descargar las frases hacer [click aquí](#).

### **Recomendaciones para el futuro presentador:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Mi vida en un corazón.

**Tiempo.** - 20 minuto.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Hoja en blanco, lapicero o lápiz, tijera.

**Procedimiento.** -

Para esta actividad el facilitador pedirá a los niños una hoja blanca con la figura de un corazón en el centro de la hoja, posteriormente se pedirá que tengan en sus manos unas tijeras.

El Facilitador motivará la dinámica invitando a observar el dibujo y luego comentar: Para muchas personas el corazón es el símbolo del amor, de los enamorados. Para otros, es el lugar donde guardan los sentimientos más profundos y privados, donde muy pocos pueden entrar. Para otros es donde brotan los sentimientos más sublimes y puros, pero también donde pueden surgir el odio, el resentimiento y la amargura. En el corazón cobijamos lo que más queremos: a nuestra familia a nuestros planes y sueños etc.

Hoy queremos invitarlos a mirar su corazón y buscar ahí cuatro de sus "Amores". Luego los anotan en la figura de papel, para lo cual dividen el corazón en cuatro partes. A cada uno de los amores que eligieron le dan un espacio. El tamaño varía según la importancia que tengan para ustedes.

Los participantes en este caso los niños piensan un momento y luego completan su corazón.

Se reúnen todos y en forma espontánea cada uno va mostrando su corazón y comentando el por qué sus respuestas. Los demás pueden intervenir haciendo preguntas y observaciones.

El facilitador guía un proceso, para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido a su vida.

Para finalizar la actividad se realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente, se agradecerá por su participación y atención.

**Nº de sesión. - 7**

**Actividad. -** Identificando y expresando mis emociones.

**Tiempo. -** 25 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Hoja blanca, lapicero o lápiz y colores.

**Procedimiento.** -

Primeramente, se saludará a todo los niños y niñas mostrándoles satisfacción y agrado de compartir con ellos.

Esta actividad se realizará mediante la aplicación zoom, el facilitador requerirá la atención de cada uno de los niños y su colaboración. Para ello como ayuda de un Power Point se mostrará imágenes de lo que cuenta el relato.

Para comenzar el facilitador solicitara a un niño que pueda dar lectura de la siguiente situación: “El Profesor se encuentra entregando los exámenes del curso de comunicación, Alonso, al recibir su examen observa que tiene 19, la máxima nota del salón, él se siente contento. Nicolás recibe su examen, mira que tiene 04, se siente mal, empieza a llorar y luego manifiesta “Ahora mi papá me va a pegar”. Por otro lado, Yesenia que tenía 11 en su examen, mira el examen de Alonso, se lo quita, lo arruga y lo bota al suelo.

El facilitador pregunta a los niños y niñas qué ha sucedido en la situación narrada. Abriendo un debate entre todos.

El facilitador mencionará las emociones estas son: la alegría, la tristeza, el miedo, la cólera, por otro lado, dice cuándo es que estas emociones aparecen en cada persona.

La alegría se manifiesta cuando nos ocurre algo agradable. La tristeza aparece generalmente cuando nos sucede algo desagradable. El miedo aparece cuando nos asustamos por algún objeto o situación. La cólera es por lo general cuando sentimos disgusto por algún hecho. Estas emociones aparecen a veces en forma inesperada y tienen un significado diferente para cada uno de nosotros, se caracterizan por ser intensas y breves. Cuando aparece una emoción inmediatamente hay cambios en nuestro cuerpo, como: sudor, calor, temblor, latidos acelerados, del corazón respiración

agitada, cara roja, frío, calor, ceño fruncido, cejas levantadas, sonrisa, lágrimas, manos frías, transpiración.

Seguidamente el facilitador solicitara que dibujen una emoción la que quieran. Luego se pedirá a uno o dos integrantes del curso que muestren su dibujo y que digan qué sienten cuando está presente esa emoción, y que hacen ante ella.

Para finalizar agradece por la atención y la colaboración y se despide el facilitador hasta una nueva sesión.

Para ver la presentación haga [click aquí](#).

### **Recomendaciones para el futuro presentador:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Globo de las emociones.

**Tiempo.** - 25 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - 6 Globos de diferentes colores, marcador o rotulador.

**Procedimiento.** -

Para esta actividad en primer lugar, se necesitará que inflen globos, después se tendrá que dibujar unas caras. Cada uno de estos globos representaran una emoción que nos

pasa muchas veces y que conocen muy bien. Este juego sirve para identificar sus emociones.

En el primer globo el facilitador deberá dibujar una cara de amor y preguntara ¿Qué carita es esta? Y dará el ejemplo de amar a mamá, papá, hermanos, etc.

En el segundo globo dibujara una carita de pena que está llorando representando a la tristeza y preguntara ¿Qué carita es esta?

En el tercer globo dibujara una carita de rabia representado el enojo y preguntara ¿Qué carita es esta?

En el cuarto globo dibujará una carita que nos pasa de vez en cuando y es cuando estamos muy tranquilos, calmados y relajados es una cara de contento y tranquilo.

En el quinto globo dibujara la carita de miedo, preocupación, susto.

Y por último dibujara una carita de alegría, risa que es otra emoción muy importante.

Una vez dado el ejemplo el facilitador, pedirá a los niños que realicen una emoción la que quieren, pero tomando en cuenta que no sea repetida como el que realizo el facilitador. Los niños deberán realizar un dibujo de una emoción identificando en que situaciones ocurre dicha emoción.

Para finalizar la actividad se hará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente, se agradecerá por su participación y atención.

## **Módulo IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN.**

**Objetivo:** Resolver conflictos. Lograr seguir las instrucciones dadas por otras personas. Desarrollar habilidades sociales alternativas a la agresión (emplear el autocontrol).

### **ACTIVIDADES**

**Nº de sesión. - 8**

**Actividad.** - Explicación Teórica.

**Tiempo.** - 10 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materia.** - No se requiere.

**Procedimiento.** -

Inicialmente, se saludará a los niños y niñas mostrándoles agrado y satisfacción por compartir con ellos.

Para esta octava sesión se la realizará a través de zoom, que consistirá en dar a conocer el concepto sobre las habilidades alternativas a la agresión como ser: *Les brinda a los niños opciones para lidiar con los conflictos. Se relacionan con habilidades que involucran la convivencia, porque es la capacidad de las personas para vivir en comunidad incluye el manejo de las relaciones grupales y la resolución de conflictos, y es fácil establecer una identidad grupal adecuada.* Con la ayuda de un PowerPoint se mostrará imágenes incrustadas en dichas diapositivas, seguidamente se mostrará el objetivo de dicho modulo a presentar como ser: *Resolver conflictos. Lograr seguir las instrucciones dadas por otras personas. Desarrollar habilidades sociales alternativas a la agresión (emplear el autocontrol).*

Una vez explicado lo teórico se procederá a realizar la actividad correspondiente.

Para ver la presentación haga [click aquí.](#)

**Recomendaciones a futuros presentadores:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - No entrar en pelea.

**Tiempo.** - 15 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Lapicero o lápiz, hoja en blanco.

**Procedimiento.** -

Para esta actividad se mostrará un pequeño video a los niños, el mismo muestra un cuento del sombrero de la madre naturaleza.

Posteriormente luego de ver el video el facilitador para la siguiente actividad mostrara a los niños en un PowerPoint dibujos proyectados sobre la agresión como ser: dos niños, uno de ellos le pateo al otro niño por una pelota de futbol, después el otro niño le pregunta porque le pateo, etc., al final conversan de manera pacífica y como se debería solucionar dicha situación, al finalizar se pedirá a los niños que saquen una hoja en blanco con un lapicero para realizar una consigna:

Ahora, piensa durante la semana en las situaciones en las que has usado esta habilidad y escríbelas aquí. Los niños escribirán en sus hojitas que tienen.

Es muy importante recalcar: No entrar en peleas, evitándolas e impidiendo que otros se peleen en nuestra presencia. · Conocer cuándo va a ocurrir una pelea, porque de ese modo pondremos los medios necesarios para que no se dé.

Tener en cuenta que: Pelearse no es la mejor manera de conseguir lo que queremos, y cuando nos peleamos le hacemos daño al otro y a nosotros mismos.

“Cuando nos peleamos nos llaman la atención y nos sentimos mal, tristes, enfurecidos”.

“Muchas veces es inevitable tener problemas con los demás, porque sus comportamientos nos hacen daño; en este caso la respuesta más adecuada es el diálogo”.

Al terminar la actividad se da paso a la siguiente a realizar.

**Actividad.** - Emplear el autocontrol.

**Tiempo.** - 15 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Lapicero o lápiz, hoja en blanco.

**Procedimiento.** -

Para esta actividad se mostrará un pequeño video a los niños, el mismo muestra un cuento de la tortuga técnica para emplear el autocontrol.

Después de ver el video el facilitador mostrara a los niños en un PowerPoint dibujos proyectados sobre la agresión como ser: dos niños sentados en un sofá peleándose por el control de la tv, por último, la niña se levanta del sofá más tranquila y se marcha de la habitación. Esto nos muestra cómo se debería solucionar dicha situación, al finalizar se pedirá a los niños que saquen una hoja en blanco con un lapicero para realizar una consigna: Ahora, piensa durante la semana en las situaciones en las que has usado esta habilidad y escríbelas aquí.

Una cosa importante: No podemos evitar sentirnos mal en alguna ocasión con las cosas que nos pasan, pero podemos evitar que ese malestar nos haga cometer errores que nos harán sentir aún peor, simplemente evitando actuar empujados por nuestro enfado.

Tener en cuenta que:

“Utilizamos el autocontrol para no hacer lo primero que se nos ocurra, para reflexionar antes de actuar”.

“La gente usa el autocontrol porque sabe que las cosas se entienden mejor una vez que uno se ha tranquilizado”.

Y... ¡¡¡Atención!!! Auto controlarse no es “tragarse” todo lo que nos hagan o digan, sino sólo responder de forma no agresiva, pero efectiva, a lo que nos ocurre.

Para finalizar la actividad se realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente se agradece a los niño y niñas por la atención y la colaboración y se despide el facilitador hasta una nueva sesión.

**Nº de sesión. - 9**

**Actividad.** - Responder a las bromas.

**Tiempo.** - 10 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Lapicero o lápiz, hoja en blanco.

**Procedimiento.** -

Empezaremos saludando a los niños/as mostrándoles agrado y satisfacción por compartir con ellos la sesión.

Esta actividad se la realizará por zoom, el facilitador mostrara a los niños en un PowerPoint dibujos proyectados sobre la agresión como ser: dos niños y un joven en el parque mientras el joven le hace una broma a un niño, así el joven y el otro niño se

rien de toda la situación. Esto nos muestra cómo se debería solucionar dicha situación, al finalizar pedirá a los niños que saquen una hoja en blanco con un lapicero para realizar una consigna: Ahora, piensa durante la semana en las situaciones en las que has usado esta habilidad y escríbelas aquí.

El facilitador explicara que:

En muchas ocasiones somos objeto de bromas por parte de nuestros amigos, compañeros, familiares, etcétera. A veces, en vez de reaccionar adecuadamente, nos retraemos o nos enfadamos. En ambos casos, hemos interpretado que la intención del que hace la broma es la de molestarnos, herirnos o ridiculizarnos.

Por lo tanto, esta interpretación puede ser o no correcta, pero en cualquier caso merece la pena que aprendamos a reaccionar ante ese tipo de situaciones. La inhibición y la agresividad nunca son buenas formas de transmitir lo que sentimos o pensamos.

Así mismo, enfadarse no parece lo más adecuado, puesto que así estamos diciendo a la otra persona “Has conseguido lo que pretendías”, y la próxima vez que quiera “Picarnos” volverá a hacerlo. Frente al humor, o ignorar con simpatía lo que dice. Recuerda que nunca hemos de permitir que seamos blanco fácil para tomarnos el pelo.

Una vez concluida la actividad se da paso a la siguiente dinámica a realizar.

Para ver la presentación haga [click aquí](#).

### **Recomendaciones a futuros presentadores:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente*

*preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Convencer a los demás.

**Tiempo.** - 10 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Lapicero o lápiz, hoja en blanco.

**Procedimiento.** -

Para esta actividad se mostrará un pequeño video a los niños, el mismo muestra un conejo y un tigre una historia de cómo convencer a alguien de cualquier cosa.

Una vez terminado de ver el video el facilitador mostrará a los niños en un PowerPoint dibujos proyectados sobre la agresión como ser: un niño y una niña en la playa, mientras el niño realiza un castillo de arena y la niña le explica que su castillo está demasiado cerca de la orilla de la playa y le da a entender que vendrá una ola y volverá a su castillo de arena, para finalizar llega la ola de la playa y derrumba el castillo del niño y los dos se mojan. Al finalizar pedirá a los niños que saquen una hoja en blanco con un lapicero para realizar una consigna: Ahora, piensa durante la semana en las situaciones en las que has usado esta habilidad y escríbelas aquí.

Ahora vamos a hablar sobre la forma de pedir a alguien que deje de hacer algo o que cambie lo que está haciendo.

Convencer es útil para muchas cosas, por ejemplo:

- Ayudar a alguien a hacer mejor ciertas cosas.
- Conseguir que alguien que nos está molestando deje de hacerlo.
- Conseguir que se nos preste algo que necesitamos.
- Lograr que otras personas cambien lo que están haciendo o nos dejen hacer lo que queremos.

Tener en cuenta que: Cuando estás intentando convencer a alguien, estás intentando que cambie voluntariamente su forma de actuar. Para eso tienes que hacerle ver las cosas buenas de hacer lo que tú estás proponiendo. Convencer no es obligar, es mostrarle a otra persona una forma mejor de hacer las cosas para que voluntariamente ella decida seguir tu propuesta.

Sin embargo, tienes que tener en cuenta que la persona puede estar en su derecho de no hacerlo, y en ese caso no deberías enfadarte por ello.

¡¡¡Cuidado!!!

Para convencer a alguien, es muy importante hablar de forma amigable y respetuosa. De otro modo, la persona podría enfadarse, y entonces, no conseguiríamos nada excepto pasar un mal rato.

Para finalizar la actividad se realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente se agradece a los niños y niñas por la atención y la colaboración y se despide el facilitador hasta una nueva sesión.

**Nº de sesión. - 10**

**Actividad.** - Negociar.

**Tiempo.** - 10 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Lapicero o lápiz, hoja en blanco.

**Procedimiento.** -

Saludaremos a los niños y niñas mostrándoles alegría y satisfacción de compartir con ellos la sesión.

Esta nueva actividad se realizará por zoom, se mostrará un pequeño video a los niños, el mismo muestra la vida secreta de los niños y si estos son capaces de negociar un cambio al ver que su comida favorita está en la bandeja de su otro compañerito.

Al finalizar el video el facilitador mostrara a los niños en un PowerPoint dibujos proyectados sobre la agresión como ser: dos niños negociando sobre un cromó (álbum) al finalizar logran solucionar dicha situación de manera tranquila y los dos niños se alegran, al finalizar el facilitador les pedirá a los niños que saquen una hoja en blanco con un lapicero para realizar una consigna: Ahora, piensa durante la semana en las situaciones en las que has usado esta habilidad y escríbelas aquí.

Cuando dos personas no tienen la misma opinión sobre un tema pueden intentar llegar a un acuerdo. Es necesario conocer esta habilidad para poder ponerte de acuerdo con personas que tienen opiniones distintas a la tuya.

Esta habilidad te ayudará a resolver conflictos que, si perduran, pueden generar enemistades y enfrentamientos innecesarios.

Negociar es importante para:

- Hacer las situaciones más agradables cuando llegamos a un acuerdo con la otra persona.
- Pedir ayuda a los demás cuando solos no podemos hacer lo que queremos.

Ten en cuenta que:

Cuando negociamos con alguien para llegar a un acuerdo, es muy importante contar con sus sentimientos.

- Negociar no es imponer lo que nosotros queremos por la fuerza, sin tener en cuenta la voluntad de la otra persona.
- No debemos dejar que otra persona imponga su voluntad sobre la nuestra si no estamos de acuerdo y supone un riesgo para nosotros.

Y... ¡¡¡Atención!!!

Negociar NO es discutir, NO es pelearse para que otros hagan lo que nosotros queremos; negociar es llegar a un acuerdo común, bueno para todos.

Al concluir dicha dinámica se les mencionara a los niños la siguiente actividad que se realizara a continuación.

Para ver la presentación haga [click aquí](#).

**Recomendaciones a futuros presentadores:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Compartir algo.

**Tiempo.** - 10 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Lapicero o lápiz, hoja en blanco.

**Procedimiento.** -

Para esta actividad se mostrará un pequeño video a los niños, el mismo muestra Aprender a compartir, consiste en dos niños que les regalan diferentes regalos, pero no lo quieren compartir así que estos deberán aprender a compartir lo que tienen entre los dos después de que su madre les cuenta un cuento. Para ver el video haga click aquí.

Al terminar de ver el video el facilitador mostrara a los niños en un PowerPoint dibujos proyectados sobre la agresión como ser: dos niños sentados en la vereda de la calle

hablando sobre la amistad y al lado esta una niña sentada con su muñeca, uno de los niños tiene una bicicleta y el otro no, por ende, el niño que no tiene la bicicleta le pide permiso al otro niño para que le preste su bicicleta y poder dar una vuelta en la bicicleta, etc. Al finalizar el facilitador les pedirá a los niños que saquen una hoja en blanco con un lapicero para realizar una consigna: Ahora, piensa durante la semana en las situaciones en las que has usado esta habilidad y escríbelas aquí.

Compartir con los demás es dar lo que tenemos a nuestros compañeros, padres, maestros... Podemos compartir muchas cosas, no sólo un objeto, sino también pensamientos, ideas o cómo nos sentimos.

Compartir es importante para...

- Llevarnos bien con los demás y para que nos conozcan mejor.
- Hacer que los demás se sientan bien, contentos, alegres, felices; de esta forma conseguiremos que se lo pasen bien con nosotros y que quieran ser nuestros amigos.

Ten en cuenta que...

- Podemos compartir sin que nadie nos lo pida, simplemente porque nosotros lo hemos decidido así.
- Al compartir algo con una persona sin que nos lo pida, la alegría suele ser mayor, porque seguramente no esperaba que le ofreciéramos nada.
- Tienes todo el derecho a decir “no” si te piden cosas que no puedes compartir.

Y... ¡¡¡Atención!!! Si compartes lo que tienes te sentirás bien y harás que otras personas también se sientan bien.

Una vez terminada la actividad el facilitador realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente se agradecerá a los niños por su colaboración que se dio durante la sesión y se despedirá hasta una nueva sesión programada.

## **Módulo V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS.**

**Objetivo:** Desarrollar habilidades sociales para hacer frente al estrés (responder a la persuasión). Conseguir enfrentarse a los mensajes contradictorios. Perder la vergüenza ante un público o con personas desconocidas.

### **ACTIVIDADES**

**Nº de sesión. - 11**

**Actividad.** - Explicación Teórica.

**Tiempo.** - 10 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materia.** - No se requiere.

**Procedimiento.** -

Inicialmente saludaremos a los niños y niñas por compartir con ellos la sesión mostrándoles satisfacción y agrado.

Para la onceava sesión se realizará a través de zoom, que consistirá en dar a conocer el concepto sobre las habilidades para hacer frente al estrés como ser: *Las personas desarrollarán mecanismos de afrontamiento adecuados para las habilidades que surgen en tiempos de crisis. Se refiere a situaciones estresantes que los niños enfrentan a menudo.* Con la ayuda de un PowerPoint se mostrará imágenes incrustadas en dichas diapositivas, seguidamente se mostrará el objetivo de dicho modulo a presentar como ser: *Conseguir enfrentarse a los mensajes contradictorios. Perder la vergüenza ante un público o con personas desconocidas.*

Una vez explicado lo teórico se procederá a realizar la actividad correspondiente.

Para ver la presentación haga [click aquí.](#)

**Recomendaciones a futuros presentadores:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Identificando situaciones que me producen estrés.

**Tiempo.** - 20 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Lapiceras o lápiz y hoja en blanco.

**Procedimiento.** -

Esta actividad se realizará por zoom, se iniciará la sesión pidiendo atención a los niños y niñas al siguiente relato, posteriormente se muestra en un PowerPoint: dos niños, un paquete de cartas, una carta rota, niños peleando, etc.

Camilo tiene 10 años está en el 5to grado de primaria. Ayer se ha peleado con Pablo, su mejor amigo, porque él le quito sus cartas de yu-gy-oh, se puso a jugar y rompió una de ellas. Cuando camilo le pidió que le compre una nueva, Pablo le respondió que no tiene dinero.

Camilo entro en cólera y le dio un golpe en la espalda. Pablo no quiere conversar con él, le ha dicho que ya no quiere ser su amigo nunca más, juega con otros compañeros, menos con él.

Camilo está muy triste, en el recreo está muy solo, aislado ya no quiere ir a la escuela, sabe que esto no es posible que siga así y no sabe qué hacer.

El facilitador realiza las siguientes preguntas, motivando la mayor participación posible:

¿Qué podemos comentar de esta situación?

¿Les ha sucedido a ustedes o a algunos amigos o amigas situaciones similares?

El facilitador pide la participación de 5 niños para representar una situación, les pide seguir las indicaciones que a continuación se describen:

- Elegirán una situación de la lista, la representaran y aplicaran los conceptos aprendidos.
- Se premiará con elogios y todos aplaudirán.

Después de la representación, el facilitador hará la siguiente pregunta al grupo:

¿Cómo se han sentido?

¿Les gusta que les pase este tipo de situaciones? ¿Porqué?

Para finalizar la actividad se realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente, se agradecerá por su participación y atención.

Juego adicional descargar haciendo [click aquí](#).

**Nº de sesión. - 12**

**Actividad.** - Enfrentando el miedo.

**Tiempo.** - 15 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Lapiceras, hoja en blanco, etc.

**Procedimiento.** -

Saludaremos primeramente a los niños y niñas mostrándoles alegría y satisfacción por compartir la presente sesión.

Para esta sesión se utilizará el zoom, el facilitador pedirá atención al siguiente relato que se mostrará en un PowerPoint:

**Relato:** Manuel de 8 años fue invitado a casa de un amigo. Los niños y niñas que se encontraban allí, eligieron ver una película de terror porque lo encontraban divertido, a Manuel no le agrado mucho la idea, pero acepto, al término de la reunión sus papás lo recogieron y al llegar a casa a alistarse para dormir le dio miedo entrar al baño porque estaba oscuro.

El facilitador realiza las siguientes preguntas, motivando la mayor participación posible:

¿Qué podemos comentar de esta situación?

¿Les ha sucedido a ustedes o a algunos amigos o amigas situaciones similares?

¿Qué creen ustedes que debe hacer Manuel en esta situación?

Para finalizar se les agradece a todos los niños y niñas por la atención y la colaboración que se disponen y se despide el facilitador hasta una nueva sesión programada.

Para ver la presentación haga [click aquí](#).

### **Recomendaciones al futuro presentador:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Manejando mis frustraciones.

**Tiempo.** - 20 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** – No se requiere de material.

**Procedimiento.** -

Para esta nueva actividad se mostrará un pequeño video a los niños, el mismo muestra el manejo del enojo y la frustración de una niña adaptándose a su nueva escuela, casa, etc.

Al finalizar el video se continuará con la siguiente actividad donde el facilitador pedirá la atención de los niños y leerá la siguiente situación, mostrando en el PowerPoint el siguiente relato:

**Relato:** Rosario es una niña de 10 años que cursa el quinto grado de primaria. Un día la profesora le comunica que va a participar en el concurso de matemáticas, representado a su salón; Rosario estudia con dedicación y a pesar de ello queda en segundo lugar.

A los niños y niñas se les preguntará:

¿Qué hemos entendido de esta situación?

¿Les ha sucedido a ustedes o a algunos amigos o amigas situaciones similares?

¿Qué podrá hacer rosario frente a esta situación?

El facilitador lee situaciones para cada fila de niños y niñas, a fin de que se resuelvan en forma individual:

- Tu mamá no tiene dinero para que acudas al paseo.
- Tu equipo de fútbol no gana el campeonato.
- Te fue mal en el examen.

Para finalizar la actividad se realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente, se agradecerá por su participación y atención.

**Nº de sesión. - 13**

**Actividad.** - Enfrentando la presión del grupo.

**Tiempo.** - 15 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - No se requiere de material.

**Procedimiento.** -

Al principio, saludamos a los niños con entusiasmo y alegría por compartir otra sesión más con ellos.

En esta nueva sesión se realizará a través de la aplicación zoom, la actividad se desarrollará por zoom un debate, para ello se pide a los niños, seguir con atención al siguiente relato:

**Relato:** Juan, camino al colegio, se encuentra con compañeros de clase; de pronto uno de ellos propone ir a jugar un partido de fútbol. Juan piensa que tendría que faltar a clases y que su padre se molestara. Los amigos insisten, le dicen: “Si no vas eres un maricón”, “Todos faltan alguna vez”, “No seas lento”. Finalmente, Juan decide ir a jugar.

Luego del partido Juan les reclama a sus compañeros por que lo llevaron a jugar, ha perdido clase del curso en el que tiene notas desaprobatorias.

Sus amigos le dicen que él ha ido porque así lo quiso, que nadie lo ha obligado.

El facilitador realiza las siguientes preguntas:

¿Qué hemos entendido de esta situación?

¿Les ha sucedido a ustedes o a algunos amigos o amigas situaciones similares?

¿Qué debió hacer Juan?

Una vez hayan terminado de responder a las preguntas se realizará la receta de cómo preparar un sándwich de mermelada, consistirá en que todos los niños tendrán que ir mencionando como se debería preparar un sándwich esto implica tener los ingredientes e ir explicando paso por paso como realizarlo hasta lograr prepararlo. Por ejemplo: el facilitador tendrá los ingredientes a realizar y los niños le guiarán e indicarán como debe preparar un sándwich de mermelada como ser tener primer un platillo para el pan, el pan, un cuchillo por si tiene que cortar algo, la mermelada, etc. Y así conseguir que el facilitador logre realizar la receta. Para dinamizar se puede dar a un niño después de que el facilitador de un ejemplo.

Para finalizar la sesión se les agradecerá a todos los niños y niñas por la atención y la colaboración y se despedirá el facilitador hasta una nueva sesión programada.

Para ver la presentación haga [click aquí](#).

### **Recomendaciones a futuros presentadores:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Superando la vergüenza.

**Tiempo.** - 20 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** – No se requiere de material.

**Procedimiento.** -

Para la actividad el facilitador pedirá la atención y leerá la siguiente situación a los niños, que las acompaña de imágenes proyectadas en un PowerPoint:

María es una niña de 10 años que tiene un buen comportamiento en clase, una vez ella se encontraba jugando vóley con sus compañeras de clase en el patio del colegio. En un momento, su amiga le dijo: “Imita a una gallina para molestar a las chicas del equipo contrario”. Al estar realizando la imitación se da cuenta que el director del colegio la estaba observando, se sonroja, mira a sus compañeras y dijo” Que roche, mejor ya no juego”.

El facilitador realiza las siguientes preguntas:

¿Qué ha sucedido en esta situación?

¿Qué sentiría María al darse cuenta que el director la estaba observando?

¿Por qué sentiría eso María?

¿Les ha sucedido situaciones similares?

Para dar un ejemplo entre todos se realizará el juego de las caretas, consiste en hacer diferentes caras raras, divertidas, confusas. Todo esto para que vayan perdiendo vergüenza e ir soltándose con la timidez. Para empezar, lo realizara el facilitador y seguidamente lo realizaran los niños y niñas.

Una vez terminado el debate el facilitador realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente se agradecerá a los niños por su colaboración que se dio durante la sesión y se despedirá hasta una nueva sesión programada.

**Nº de sesión.** - 14

**Actividad.** - Sin vergüenza.

**Tiempo.** - 20 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Ficha SIN VERGÜENZA.

**Procedimiento.** -

Se empezará la sesión saludando a los niños por compartir otra más de la sesión con entusiasmo y alegría.

Para esta nueva sesión se realizará por zoom, el facilitador explicará a los niños y niñas lo siguiente:

“La vergüenza es una emoción normal y natural de las personas, todos en algún momento sentimos vergüenza y no pasa nada. Sin embargo, a veces la vergüenza nos impide hacer cosas, nos impide preguntar, no nos deja hacer lo que queremos, etc. Vamos a aprender que es la vergüenza y por qué sentimos vergüenza para, a continuación, aprender a controlar y superar la timidez que a veces no nos deja hacer lo que queremos hacer.”

Después de explicarles esto, les leemos varias situaciones en las que diferentes personas, adultos y niños experimenten vergüenza. También, además de lectura, podemos emplear un vídeo si tenemos dicho material, una escena de una serie o una película puede servir. Tras cada exposición de situaciones analizamos la misma con los niños y niñas. Es importante llegar con ellos a la conclusión de que la persona tiene vergüenza por miedo a la valoración negativa de los demás. A continuación, cada uno completará la ficha SIN VERGÜENZA.

A continuación, les explicamos lo siguiente: “Con esta ficha hemos conocido lo que ocurre cuando sentimos vergüenza, sabemos que es lo que pensamos y sabemos que es lo que lo que creemos que piensan los demás, así como las consecuencias, ahora tenemos que superar la timidez, para ello seguiremos la lista de pasos.

Les explicamos los pasos y los practicamos, podemos hacer un role playing con todos los participantes y practicar la secuencia en diversas situaciones

Una vez terminado se mostrará un pequeño video, se mostrará a Renata y Nazareno el mundo de los sentimientos La vergüenza. Para ver el video haga click [aquí](#).

Para ver la presentación haga [click aquí](#).

Para descargar la ficha SIN VERGÜENZA hacer [click aquí](#).

**Actividad.** - Eco.

**Tiempo.** - 15 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Hoja en blanco, lápiz, tijera.

**Procedimiento.** -

En esta actividad cada niño y niña deberá tener su hoja en blanco y dibuja tres columnas en las que se pueda leer:

**Nombre:** Escribe los nombres de las personas con las que vas a jugar al juego.

**Relación:** Escribe a la altura de cada nombre qué tipo de relación quieres crear con esa persona. Por ejemplo: amor, confianza, diversión, etc.

**Dar:** Escribe lo que le vas a dar a cada persona para crear esa relación deseada. Por ejemplo: 'Ser más detallista', 'No pelear', 'Darle las gracias', etc.

Por otro lado, en vertical se tendrá que poner al resto de los miembros de la familia: Papá, mamá, hermano... Debes repetir esta tabla tantas veces con las personas que quieras jugar, para que cada una tenga la suya.

Una vez terminado el debate el facilitador realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión,

posteriormente se agradecerá a los niños por su colaboración que se dio durante la sesión y se despedirá hasta una nueva sesión programada.

Para descargar el juego eco en pdf hacer [click aquí](#).

## **Módulo VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN.**

**Objetivo:** Desarrollar la habilidad que nos permite seleccionar las acciones necesarias para alcanzar una meta, decidir sobre el orden apropiado, asignar a cada tarea los recursos cognitivos necesarios y el establecer el plan de acción adecuado.

### **ACTIVIDADES**

**Nº de sesión.** - 15

**Actividad.** - Explicación Teórica.

**Tiempo.** - 10 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materia.** - No se requiere.

**Procedimiento.** -

Inicialmente, comenzaremos saludando a los niños por compartir nuevamente otra sesión con alegría y satisfacción de trabajar con ellos.

Para esta quinceava sesión se la realizará a través de zoom, que consistirá en dar a conocer el concepto sobre las habilidades para hacer frente al estrés como ser: *En este último grupo, los niños deben fijarse metas, organizarse, completar proyectos, completar su trabajo para lograr las metas establecidas, y sus características son: tomar decisiones, pensar sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, conocer las propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según su importancia, concentrarse en las tareas.* Con la ayuda de un PowerPoint se mostrará imágenes incrustadas en dichas diapositivas, seguidamente se mostrará el objetivo de dicho modulo a presentar como ser: *Desarrollar la habilidad que nos permite seleccionar las acciones necesarias para alcanzar una meta, decidir sobre el orden apropiado, asignar a cada tarea los recursos cognitivos necesarios y el establecer el plan de acción adecuado.*

Una vez explicado lo teórico se procederá a realizar la actividad correspondiente.

Para ver la presentación haga [click aquí](#).

**Recomendaciones a futuros presentadores:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Vamos a tomar decisiones.

**Tiempo.** - 25 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Ficha APRENDER A TOMAR DECISIONES.

**Procedimiento.** -

Para comenzar esta actividad el facilitador les explicara a los niños y niñas lo siguiente:

“Tomar decisiones es algo muy importante. Por ejemplo, cuando nos ponemos un abrigo con gorro o no, previendo la lluvia o cuando elegimos un camino para ir al colegio. Si elegimos abrigo sin gorro y luego llueve es una mala decisión, si elegimos un camino para ir al colegio que nos lleve más tiempo también puede ser una mala decisión. Cada día son muchas las decisiones que tomamos, algunas de ellas sin darnos cuenta. Estas decisiones son bastante sencillas, pero hay otras que pueden ser más complicadas. Por eso vamos a aprender unos pasos para tomar decisiones.”

Repartimos la ficha “Pasos para tomar decisiones” Podemos comenzar con un ejemplo o varios para rellenar la ficha. A continuación, levantamos las tarjetas que deben indicar situaciones en las que tomar una decisión. Podemos repartir una a cada participante y

que completen la ficha individualmente, hacerlo en grupo y completar toda una ficha, o hacer pequeños grupos.

Las situaciones que podemos poner en las fichas, dependen de la edad y grupo, algunos ejemplos pueden ser:

- Escoger un amigo para que te acompañe a un evento.
- Elegir entre estudiar una asignatura (tienes mañana examen), o hacer un trabajo (tienes que entregarlo mañana).
- Decir la verdad en casa y pedir permiso para ir a una fiesta, aun sabiendo que puede que no te dejen ir, o inventarte algo.
- Escoger entre dos viajes.
- Elegir ropa para un fin de semana fuera.
- Jugar tu solo con algo o compartir con tu hermano.

Una vez terminada la dinámica, les pedimos que guarden la ficha y traten de seguir la secuencia en casa, cuando tengan que tomar decisiones.

Para finalizar la actividad se realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente, se agradecerá por su participación y atención.

Para descargar la ficha APRENDER A TOMAR DECISIONES hacer [click aquí](#).

**Nº de sesión. - 16**

**Actividad.** - Decidir es importante.

**Tiempo.** - 15 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Hoja en blanco, lapicero o lápiz.

**Procedimiento.** -

Comenzaremos saludando a los niños por compartir nuevamente otra sesión con alegría y satisfacción de trabajar con ellos.

Para esta nueva sesión se realizará por zoom, el facilitador al comenzar la actividad pedirá a uno de los niños que presten atención al siguiente relato ya que al final tendrán que responder a diferentes preguntas:

**Relato:** Luisa es una niña de diez años a la que le gusta mucho jugar y salir con sus amigas. Ella dice que es una niña muy feliz, en su casa sus padres y hermanos la quieren mucho y se lo pasa muy bien con sus amigos.

Los padres de Luisa están muy preocupados por su hija, dicen que es una niña que no se suele preocupar por nada, hace lo que quiere sin pensar en las consecuencias de sus actos y que van a ponerle remedio a la situación. Para empezar el próximo viernes es el cumpleaños de su amiga Silvia y, como de costumbre, no se preocupa por el regalo para su amiga. Otros años, su madre se ha tenido que encargar de pensarlo y de ir a comprarlo, pero este año será diferente, ella no se encargará de hacerlo debe ser Luisa quien lo haga.

Durante la cena del lunes, la madre le comunicó a su hija que este año era ella la que tenía que pensar qué regalar a Silvia y comprarlo, que ella no lo haría. Luisa miró a su madre, le sonrió y le contestó - ¡Lo compras tú! - y siguió hablando con su hermano mayor de la película que estaban poniendo en la televisión. La madre le preguntó qué cosas podría regalarle a su amiga y ella sin dejar de mirar al televisor le contestó - ¡Yo, qué sé!

Los días transcurrieron y llegó el viernes por la tarde. Luisa se arregló y fue a buscar a su madre para que le diera el regalo de Silvia. La madre le dijo que ella no había comprado nada y que se lo había advertido el lunes.

La niña se enfadó y, entre llantos, le comentó: – Ahora, ¿Cómo me presento yo, allí? Sin llevar regalo. Me dirán que soy muy tacaña, que voy a la celebración y no le llevo un regalo a mi amiga. Su madre, tranquilamente, habló con la niña y le dijo que hay que ser responsable y dar importancia a las cosas, que si le daba vergüenza ir a la fiesta

había una solución muy fácil, quedarse en casa. Desde aquel día, Luisa empezó a cambiar y a preocuparse por los asuntos que eran de su interés.

Responder a las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo es Luisa?
2. ¿Qué piensan los padres sobre Luisa?
3. ¿Qué medida adoptan los padres para que Luisa cambie de actitud?
- 4.- ¿Crees oportuna la actitud que toma Luisa cuando sus padres le comunican que ella se encargue del regalo? ¿Por qué?
- 5.- ¿Qué consecuencia tuvo?
- 6.- ¿Qué piensas de la postura que adoptan los padres?

Una vez terminado la actividad el facilitador mencionara la siguiente actividad a realizar.

Para ver la presentación haga [click aquí](#).

**Actividad.** - Aprendo a tomar decisiones.

**Tiempo.** - 15 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Ficha TOMA DE DECISIONES.

**Procedimiento.** -

Para esta actividad a realizar el facilitador explicara lo siguiente: “Todos tenemos que tomar decisiones a veces, pero no siempre es fácil enfrentarnos a este proceso de toma de decisiones. A veces nos cuesta decidir porque supone renunciar a una de las opciones. Es muy importante hacer una reflexión antes de elegir y así sabremos qué es lo que realmente queremos.

Una buena reflexión es la garantía para una buena decisión, y para tener valor de llevarla a cabo y para mantenernos firme con la misma. Ahora vamos a ver una guía que orientará nuestra reflexión y nos ayudará a tomar las decisiones. Después analizaremos diferentes situaciones en las que es necesario decidir y lo haremos siguiendo la guía.”

Repartimos a los participantes la guía y el cuadro. A continuación, escogemos diferentes dilemas o posibles situaciones que supongan tomar una decisión. Para ello preparamos unas tarjetas con dilemas, podemos usar también fragmentos de películas, series, lecturas, cuentos, hechos reales, etc. Las situaciones las escogemos según la edad de los niños y niñas.

Ahora podemos pedirles que completen la guía, solos o todos juntos. En cualquier caso, haremos una puesta en común antes de terminar y finalmente les animaremos a aplicarlo cuando tengan que tomar decisiones.

Ejemplo de dilemas:

“A Marta le han dado sus abuelos 10 bs. Ella quiere comprarse una camiseta que cueste 8 bs, pero también puede guardarlo en su hucha (ya tiene otros 36 bs), y esperar a reunir 70 bs que quiere para comprar un nuevo juego”

“Daniel tiene un examen para la semana que viene y todavía tiene tiempo de sobra. Puede empezar a estudiar ya, o estudiar un poco cada día o dejarlo para el último día”

“Ana tiene que decidir que opción escoge al terminar la secundaria, puede escoger bachillerato, entran en un grado medio o dejar los estudios. Ella siempre ha querido ser periodista, pero le cuesta mucho estudiar.”

“Alberto está castigado sin salir, pero sus padres no están. Sus amigos le han llamado y le insisten para que baje un rato, ya que sus padres no se van a enterar.”

Una vez terminada la actividad el facilitador realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión,

posteriormente se agradecerá a los niños por su colaboración que se dio durante la sesión y se despedirá hasta una nueva sesión programada.

Para descargar la ficha TOMA DE DECISIONES haga [click aquí](#).

**Nº de sesión. - 17**

**Actividad.** - Yo Propongo.

**Tiempo.** - 20 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Juego lógica pdf.

**Procedimiento.** -

Comenzaremos saludando a los niños por compartir nuevamente otra sesión con alegría y satisfacción de trabajar con ellos.

Para la actividad se la realizará por zoom, el coordinador o facilitador pedirá a los niños que recorten el documento. Se muestra unas hojas con figuras y unas tarjetas. La segunda hoja que en este caso son las tarjetas se tendrán que recortar, posteriormente se realizara la dinámica.

En la primera página aparecen unos cuadros con unas figuras que siempre están dispuestas de la misma manera, no así los colores, que van cambiando. Esta página será el tablero de juego.

En la segunda página aparecen unas tablas con palabras escritas en colores. El niño tendrá que leerlas, sin fijarse en el color en el que está escrita la palabra y buscar el grupo de figuras que se corresponde.

Para culminar la actividad el facilitador mencionara a los niños la siguiente actividad.

Para ver la presentación haga [click aquí](#).

Para descargar el JUEGO LOGICA haga [click aquí](#).

**Recomendaciones a futuros presentadores:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Destrucción y construcción del mundo.

**Tiempo.** - 20 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Hojas en blanco, lápiz o lapicero.

**Procedimiento.** -

En esta actividad los niños deberán tener consigo las hojas y lápices por participante y el coordinador les explicará la siguiente situación:

Una inmensa catástrofe ha asolado la tierra, dentro de 30 minutos el globo terráqueo se verá destruido por completo. De la inmensa multitud de sus habitantes solo quedan 9 personas; una nave espacial que cuenta únicamente con capacidad para 5 personas la cual espera para transportar a los sobrevivientes a un lejano planeta donde podrán iniciar una nueva civilización”.

Las nueve personas que sobreviven son:

Un sacerdote, un juez, una mujer embarazada, un policía, un esposo, una bailarina, un estudiante, un agricultor y una maestra.

De estas 9 personas se han de elegir a 5, que ocuparan los lugares en la nave, los otros 4 se quedaran a esperar la destrucción total.

Finalmente, solicite a los alumnos que de manera individual registren sus respuestas al problema planteado de acuerdo a las conclusiones a las que llego.

Acepte los argumentos que presente cada alumno, ya que responden a sus esquemas socioculturales y familiares. Además, fomente el respeto a los puntos de vista expresados entre niños.

Una vez terminada la actividad el facilitador realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente se agradecerá a los niños por su colaboración que se dio durante la sesión y se despedirá hasta una nueva sesión programada.

**Nº de sesión. - 18**

**Actividad.** - Doble.

**Tiempo.** - 20 minutos.

**Medios:** Reunión zoom.

**Materiales.** - Documento pdf DOBBLE.

**Procedimiento.** -

Comenzaremos saludando a los niños por compartir nuevamente otra sesión con alegría y satisfacción de trabajar con ellos.

Esta nueva sesión se realizará por zoom, el facilitador proporcionará fichas con diferentes tipos de figuras y dibujos en su interior. Así mismo, el facilitador señala a los niños que: Tu objetivo es ser el más rápido en encontrar la coincidencia entre dos cartas.

Cada tarjeta está decorada con imágenes universales o palabras para los primeros lectores, incluyendo palabras a la vista.

Sólo hay un símbolo idéntico en común entre cada tarjeta, depende de ti averiguar cuál de ellos. ¡Practicar la comprensión lectora nunca ha sido tan divertido! Enfoca tus ojos, prepara tu mano y pon tu cerebro a trabajar.

Una vez terminada la actividad se dará paso a la siguiente a realizar.

Para ver la actividad se sugiere hacer [click aquí](#).

Para descargar el pdf Dobble navideño haga [click aquí](#). Para las figuras de muñequitos haga [click aquí](#).

### **Recomendaciones a futuros presentadores:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Sopa de letras.

**Tiempo.** - 20 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - No se requiere de material.

### **Procedimiento.** -

Esta actividad consiste en descubrir un número determinado de palabras enlazando estas letras de forma horizontal, vertical o diagonal y en cualquier sentido, tanto de derecha a izquierda como de izquierda a derecha (lo que implica la posibilidad de que algunas palabras se hallen deletreadas al revés), y tanto de arriba abajo, como de abajo

arriba. En el juego vienen algunas instrucciones o pistas de cómo encontrar las palabras en todo caso puede venir un listado de palabras las cuales tienes que encontrar.

Las palabras a encontrar se pueden englobar dentro de una temática concreta. El juego trata de entre más leer más encontramos lo que buscamos, no importa lo que sea lo encontramos. Tiene filas y columnas entrelazadas de máximo 10 filas y 21 columnas, donde en cada celda se encuentra una letra que al unirla con una o más celdas forman una palabra de un tema en común o no.

Para finalizar la sesión se les agradecerá a todos los niños y niñas por la atención y la colaboración y se despedirá el facilitador hasta una nueva sesión programada.

Para descargar el juego de SOPA DE LETRAS haga [click aquí](#).

Para más juegos adicionales hacer [click aquí](#).

Para finalizar la actividad se realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente se agradece a los niños y niñas por la atención y la colaboración y se despide el facilitador hasta una nueva sesión.

## **ACTIVIDADES PARA LA “ASERTIVIDAD”**

## **Módulo: ASERTIVIDAD EN NIÑOS.**

**Objetivo:** Evaluar a los niños(as) agresivos, inhibidos, y asertivos, mediante la escala de comportamiento asertivo para niños.

### **ACTIVIDADES**

**Nº de sesión. - 19**

**Actividad.** - Explicación teórica.

**Tiempo.** - 15 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - No se requiere material.

**Procedimiento.** -

Comenzaremos saludando a los niños por compartir nuevamente otra sesión con alegría y satisfacción de trabajar con ellos.

Para este nuevo módulo de asertividad se lo realizará a través de zoom, que consistirá en dar a conocer el concepto de asertividad como ser: *la habilidad personal que nos permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno, de la forma adecuada y sin negar ni desconsiderar los derechos de los demás.* Con la ayuda de un PowerPoint se mostrará imágenes incrustadas en dichas diapositivas, seguidamente se mostrará el objetivo de dicho modulo a presentar como ser: *Evaluar a los niños(as) agresivos, inhibidos, y asertivos, mediante la escala de comportamiento asertivo para niños.*

Una vez explicado lo teórico se procederá a realizar la actividad correspondiente.

Para ver la presentación haga [click aquí.](#)

**Recomendaciones a futuros presentadores:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - Juegos de Kim (memoria)

**Tiempo.** - 10 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - No se requiere de material.

Para esta actividad los niños colocaran toda su atención a las imágenes que se presentará para luego tapar las imágenes, se les da instrucciones para que traten de memorizar la mayor cantidad de objetos posibles, para ello se otorgan 10 segundos para una primera parte, 25 segundos para la segunda parte, 20 segundos para la tercera parte y 15 segundos para la cuarta parte. Luego se vuelven a tapar y se les pide que saquen un lápiz y una hoja de papel para que anoten todo lo que recuerden. Gana el niño o niña que más objetos tiene anotados en su lista.

Para finalizar la actividad se realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión, posteriormente se agradece a los niños y niñas por la atención y la colaboración y se despide el facilitador hasta una nueva sesión.

**Nº de sesión.** - 20

**Actividad.** - La escucha activa.

**Tiempo.** - 15 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - Material de apoyo.

**Procedimiento.** -

Comenzaremos saludando a los niños por compartir nuevamente otra sesión con alegría y satisfacción de trabajar con ellos.

Siendo la última sesión se realizará por zoom, el facilitador realizará lo siguiente:

Entregará la hoja “Reflexionemos sobre la escucha” y pídeles que cada uno la llene por sí solo.

En plenaria comparten sus respuestas. Diles que la mayoría de las conversaciones que tenemos se pueden mejorar si realmente ponemos atención a lo que la otra persona dice, si escuchamos. Pero para resolver un conflicto, es hasta indispensable utilizar lo que llamamos “La escucha activa”, y observar las reglas para ésta. Presenta el texto “La escucha activa” (incluyendo las reglas básicas).

Material de apoyo:

“Reflexionemos sobre la escucha” hoja para llenar

1. ¿Cómo sabes que te están escuchando?
2. ¿Qué cosas hacen las personas cuando les estás hablando y te parece que no te están poniendo atención?
3. ¿Qué sientes cuando te escuchan?

Una vez terminada la actividad se dará paso a la siguiente actividad.

Para ver la presentación hacer [click aquí](#).

Para descargar el material de apoyo haga [click aquí](#).

### **Recomendaciones a futuros presentadores:**

*Para mantener el formato y mostrar todas las propiedades de la presentación, ya que verlo directamente desde la nube el archivo pierde propiedades muy importantes (se recomienda descargar el archivo en su ordenador y ejecutarlo como presentación de PowerPoint).*

*Por otra parte, a futuros facilitadores se recomienda realizar una explicación pausada y clara, asimismo, el facilitador deberá estar atento y estar constantemente preguntando a los niños si logran entender o no dicha actividad o tema que se esté realizado.*

**Actividad.** - El semáforo.

**Tiempo.** - 15 minutos.

**Medios.** - Reunión zoom.

**Materiales.** - No se requiere de material.

**Procedimiento.** -

Primeramente, al ser la última sesión de todo el programa se mostrará dos pequeños videos. En el primer video se muestra la historia del puente, consiste en animales que quieren cruzar de un lado al otro, pero sin darse cuenta se topan en la mitad de puente y ninguno de los dos quiere ceder hasta que un conejito y un mapache sueltan una de las tiras del puente y así logran ellos poder pasar el puente, pero esta vez dando paso el uno para el otro. El segundo video muestra la historia de For the Birds, consiste en pequeños pajaritos que descansan en un cable de luz y llega otro pájaro mucho más grande que estos, estos pajaritos se burlan del pájaro grande y no quieren que se sienten con ellos por lo cual hacen hasta lo imposible para que se vaya. Pues bien, esta técnica consiste en reconocer estas señales y, mediante este conocimiento, comenzar con la dinámica de controlar las emociones.

Una vez terminado de ver los videos el facilitador dará a conocer la actividad del semáforo, ahora bien, ¿cómo poner en práctica esta técnica? Es muy sencillo y a continuación te lo contamos.

La luz roja significa que, la persona debe parar y comenzar las señales de las que antes hablábamos. Este es el primer paso que se debe dar para determinar el estado de ánimo en el que el niño se encuentra.

Por otra parte, la luz ámbar significa que se puede entrar en la concientización de manejar los sentimientos, habiendo logrado el control de la emoción que se está presentando. Es decir, ya se está frente al descubrimiento del estado de enfurecimiento que se tenga para así determinar la causa de lo que está sucediendo.

La luz verde, por su parte, indica que el niño debe pensar cuál es la mejor forma de expresar las emociones que se están experimentando en el momento. A la vez, se necesita saber cuál es la mejor forma de salir de la emoción para retornar a un estado de comportamiento normal.

Al terminar las actividades el facilitador realizará una retroalimentación acerca de las actividades que se realizó con el fin de reforzar y repasar lo aprendido en la sesión y se agradecerá a los niños por haber colaborado en todo el trayecto de las sesiones que se realizaron y por último se dará por cierre al programa de desarrollo de las habilidades sociales y se despedirá de todos con un fuerte aplauso.

## **APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO POST-TEST**

### **HABILIDADES SOCIALES**

**Objetivo.** - Determinar las deficiencias y competencias que tiene una persona en sus habilidades sociales.

**Tiempo.** - 30 a 45 minutos.

**Desarrollo.** -

Primeramente, se enviará el cuestionario en línea a los niños haciendo click [aquí](#).

Así mismo, se muestra un cuestionario físico para una aplicación que se lleve a cabo de manera presencial haciendo [click aquí](#).

Posteriormente se dará la consigna para que puedan empezar a responder el cuestionario que contiene 50 preguntas de respuesta múltiple, se dará la siguiente instrucción: Por favor pedirles a todos que respondan al cuestionario con toda honestidad y sinceridad a cada una de las preguntas, en caso de tener alguna duda pueden preguntar al facilitador para poder orientarles y despejar sus inquietudes.

El tiempo total es de 30 minutos para que los niños puedan responder al cuestionario.

Finalmente, una vez terminado de llenar el cuestionario se agradece a los niños por su atención.

### **ESCALA CABS DE ASERTIVIDAD PARA NIÑOS**

**Objetivo.** - Clasificar a niños agresivos, inhibidos y asertivos.

**Tiempo.** - 30 minutos.

**Desarrollo.** -

Primeramente, se enviará el cuestionario en línea a los niños haciendo click [aquí](#).

Asimismo, se muestra un cuestionario físico para una aplicación que se lleve a cabo de manera presencial haciendo [click aquí](#).

Posteriormente se dará la consigna para que puedan empezar a responder el cuestionario que contiene dentro del Cabs tipo 1 con 18 preguntas y Cabs tipo 2 con

24 preguntas de opción múltiple, se dará la siguiente instrucción: Por favor pedirles a todos que respondan al cuestionario con toda honestidad y sinceridad a cada pregunta, en caso de tener alguna duda pueden preguntar para poder orientarles y despejar sus inquietudes.

El tiempo total es de 30 minutos para que los niños puedan responder al cuestionario.

Finalmente, una vez terminado de llenar el cuestionario se agradece a los niños por su atención.

