

## INTRODUCCIÓN

Las habilidades sociales implican destrezas, que nos permiten interactuar y relacionarnos con las demás personas de manera efectiva y satisfactoria.

Trabajar las habilidades sociales en los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down ayudó a mejorar su independencia y autonomía personal, así como su adaptación al medio e interacción con otras personas. Estas destrezas e interacciones no son espontáneas en las personas con Síndrome de Down.

El notable incremento de la longevidad de las personas con síndrome de Down debe animar a los profesionales y cuidadores a dar lo mejor de sí mismos para asegurar que esta vida más larga sea también una vida más plena y más sana, tanto en términos de su salud en general como de bienestar emocional y de su funcionamiento social.

La normalización e integración de las personas con síndrome de Down se basa en gran medida en el logro de unos niveles mínimos de independencia y autonomía personal, que les permitan en un futuro más o menos próximo, la consecución de una integración social e incluso laboral, adecuada. Todo programa educativo dirigido a personas con Síndrome de Down debe preparar para su futura integración en la sociedad y por tanto, dicho objetivo ha de estar, de manera más o menos implícita, presente en el quehacer educativo.

Por ello en el presente trabajo fue realizado en una institución que lleva por nombre “FUNDACIÓN DOWN”, que está ubicado en la ciudad de Tarija, y que tiene el lema: “La discapacidad no es un límite, ES UN RETO”.

El tema que se aborda es el Fortalecimiento de las Habilidades sociales en adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, y que asisten a la institución ya mencionada.

El trabajo consta de dos partes claramente diferenciadas, una teórica y otra práctica. La primera parte consiste en conocer la importancia de las habilidades sociales en los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, la mayoría de los adolescentes y

jóvenes de la Fundación Down, comprenden la explicación, aunque en algunos casos se debe repetir en reiteradas ocasiones la misma orientación ya que ellos asimilan más lento que otras personas que no tienen esta condición de vida.

En la segunda parte del trabajo, y principal, se lleva a cabo un programa de intervención dirigido a adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down de la Fundación Down, el programa fortalece los aspectos a mejorar en los mismos, y es un trabajo netamente práctico en el cual los adolescentes podrán aprender a fortalecer ciertas habilidades que probablemente no las habían trabajado con mucha frecuencia.

En función de lo anterior, el presente trabajo tiene como finalidad, diseñar y aplicar un programa sobre el Fortalecimiento de Habilidades Sociales en los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down. Para lograr que ellos adquieran los conocimientos necesarios, para el uso adecuado y correcto de las Habilidades Sociales.

El contenido de la presente práctica, se inicia con:

**Capítulo I:** Planteamiento y Justificación de la Práctica Institucional. Constituyen la primera etapa de la práctica, es decir la formulación de la práctica y la justificación a partir de la lectura, explicando la importancia de trabajar las Habilidades Sociales en los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down.

**Capítulo II:** Características y Objetivos de la Institución. Se realiza una descripción general de la Fundación Down.

**Capítulo III:** Objetivos de la Práctica Institucional (P.I.) Formulación del objetivo general y objetivos específicos.

**Capítulo IV:** Marco Teórico: Se presenta una descripción sobre las áreas de las Habilidades Sociales, que integran el desarrollo del adolescente y joven, además sus fuentes bibliográficas.

**Capítulo V:** Metodología: En este capítulo se hace la descripción sistematizada de la Práctica Institucional, las características de la población beneficiaria, métodos, técnicas, instrumentos y materiales que se usaron en el programa.

**Capítulo VI:** Análisis e Interpretación de Resultados. Donde se da a conocer el conocimiento inicial, aplicación del programa, por último el análisis comparativo del conocimiento inicial y final.

**Capítulo VII:** Conclusiones y Recomendaciones. Se describe el conocimiento final que adquirieron los adolescentes y jóvenes que fueron beneficiarios, y en base a ellos se dan las recomendaciones pertinentes para el fortalecimiento.

Para finalizar el apartado correspondiente a la Bibliografía, se indican los documentos, libros, páginas de internet que se utilizaron en la presente práctica y los Anexos, donde se muestran las características del instrumento empleado para la obtención de la información requerida.

## **1.1. PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL**

Durante los últimos años se ha descuidado el tema de las habilidades sociales, siendo un tema de vital importancia para el desenvolvimiento de las personas con el mundo que los rodea, para empezar con el planteamiento del problema, se dará a reflejar cuáles son las habilidades sociales, éstas se pueden entender como un conjunto de hábitos o estilos que incluyen comportamientos, pensamientos y emociones, que nos permiten mejorar nuestras relaciones interpersonales, sentirnos bien, obtener lo que queremos y conseguir que los demás no nos impidan lograr nuestros objetivos, también podemos definir las como la capacidad de relacionarnos con las personas con las cuales frecuentamos, en forma tal que consigamos un máximo de beneficios y un mínimo de consecuencias negativas tanto a corto como a largo plazo, todos sabemos que existe una gran variedad de habilidades sociales, algunas básicas y otras complejas.

Este tema es un gran reto en los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, para fortalecer correctamente las habilidades sociales que tenga cada uno, ya que las situaciones que se presentan en los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, son muy complicadas, les dificulta mucho realizar alguna tarea, les cuesta cumplir alguna orden, acostumbrarse a diferentes situaciones y adaptarse a diferentes situaciones, por ende, ellos a lo largo de su vida necesitan controlar sus emociones y actitudes que precisan para afrontarlas, por ello son muchas las cosas que se deben trabajar, incorporar y enseñar a los adolescentes y jóvenes con Down.

A partir de ello es necesario determinar sus fortalezas y debilidades, tanto en el área emocional como en el área comportamental.

El estudio de las habilidades sociales de los adolescentes y jóvenes con Down, permite comprender la forma de expresar las habilidades sociales desarrolladas, como todos los elementos que la componen al interrelacionarse con el medio que los rodea, producen o se genera una organización constante de cambios y crecimiento, es por eso que los adolescentes y jóvenes con Down, generan diversas formas de reacciones

y requiere un poco de ajuste en las habilidades sociales como núcleo básico de la sociedad.

Cabe mencionar que el Síndrome de Down más que un problema, es una condición de vida, un trastorno que afecta a la familia por lo general, por lo tanto en las familias donde existe un hijo con alguna alteración o presenta alguna demanda especial, por ende las habilidades sociales deben fortalecerse primero en la familia, en el aula y en los lugares que ellos frecuentan, es por ello que durante la investigación surge la necesidad de realizar un estudio de las habilidades sociales, lo que se pretende es conocer e interpretar la realidad de las habilidades sociales en los adolescentes y jóvenes con Down.

Respecto a la importancia de las habilidades sociales en contexto a la convivencia de adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, depende de la aproximación práctica que existe de las habilidades sociales, las cuales ellos establecen con distintas personas, la valoración de las habilidades sociales es independiente de los significados que atribuyen a su convivencia diaria.

La necesidad de trabajar las habilidades sociales en adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, surge debido a que se desea lograr una inclusión, promover el desarrollo integral de estas personas con Síndrome de Down.

Las habilidades sociales han sido presentadas por diferentes autores, en diferentes escuelas, uno de los máximos exponentes es Solter, reconocido como padre de la terapia de conducta en 1949.

La mayoría de las personas no tienen conocimiento sobre lo que verdaderamente es el Síndrome de Down y por ende es confundido con otras enfermedades, para muchos este tema no tiene relevancia y no le prestan atención, en esta oportunidad se lleva a cabo el tema de Fortalecimiento de las habilidades sociales en los adolescentes y jóvenes con síndrome de Down.

Cabe recalcar que el Síndrome de Down en sí no es una enfermedad, sino una condición de vida, y que mediante una adecuada labor preventiva se pueden evitar o

manejar oportuna y exitosamente las implicaciones de salud más frecuentemente ligadas a la condición.

Para poder sustentar el presente trabajo este se remite a los datos que brindan algunas fuentes de información.

Según la OMS, indica que de cada 700 u 800 nacidos vivos, uno puede tener Síndrome de Down.( [www.who.int/mediacentre/factsheets/fs352/es/](http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs352/es/))

El Ministerio de Salud y Deportes, a través de la Unidad de Atención a Personas con Discapacidad y el apoyo de la Misión Solidaria del Alba “Moto Méndez”, logró la detección de 1935 personas con Síndrome de Down en todo el país, siendo el departamento de Santa Cruz, el que más casos presenta.

De acuerdo con datos de esta Unidad, en el departamento de Oruro solamente existen 26 personas con Síndrome de Down, en cambio en Santa Cruz, hay más de 657 casos.

En Cochabamba fueron detectadas 386 personas con este síndrome, en La Paz, 292; en Tarija 180; en Chuquisaca 161; en Beni, 136; en Potosí, 70 y finalmente en Pando hay 27 personas detectadas.

En la ciudad de Tarija hasta la gestión 2013, sólo en el hospital Obrero, nacieron seis bebés con síndrome de Down en seis meses, cuando en el mismo periodo de años anteriores, sólo nacía uno. Cifra que es preocupante para la fundación. ([www.la-razon.com/index.php?\\_url=/sociedad/Cifra-Bolivia...Down.](http://www.la-razon.com/index.php?_url=/sociedad/Cifra-Bolivia...Down.))

Es importante también tomar en cuenta que cada 21 de marzo se celebra el Día Internacional de las personas con Síndrome de Down, que se recuerda con una feria con todos los trabajos que los adolescentes y los jóvenes desarrollan en el transcurso del año, en los diferentes centros en los cuales se desenvuelven.

«Las personas con discapacidad, incluidas las que tienen síndrome de Down, son algo más que personas necesitadas de asistencia: son agentes de cambio que pueden impulsar el progreso en toda la sociedad, y debemos escuchar su voz mientras nos esforzamos por alcanzar los Objetivos de Desarrollo Sostenible» Mensaje del

Secretario General, Ban-Ki-moon, con ocasión del Día Mundial del Síndrome de Down, 21 de marzo de 2016. (<http://medicinaintercultural.org/contenido/2012-03-21-en-bolivia-existen-m%C3%A1s-de-1900-personas-con-s%C3%ASindrome-de-down>)

Las habilidades sociales son un factor determinante para que las personas en su conjunto puedan relacionarse con los demás, ellas definen la clase de relacionamiento que cada persona necesita para desenvolverse en la sociedad actual.

## **1.2. JUSTIFICACIÓN**

La presente práctica tiene un aporte principalmente metodológico ya que se trabaja sobre un programa que permite identificar actividades orientadas a fortalecer las habilidades sociales en los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down.

El programa permitió promover el desarrollo integral de las personas con Síndrome de Down, e incluir a los adolescentes y jóvenes que tengan esta condición de vida en la mayor parte de las áreas que actualmente se requiere, cabe recalcar que el programa es adaptado a las necesidades individuales de cada adolescente o joven.

El tema de habilidades sociales, ha sido un tema que fue descuidado por la humanidad y actualmente en nuestra sociedad se ven falencias en este aspecto.

La práctica institucional (P.I.) sobre “Habilidades Sociales” dirigida a adolescentes y jóvenes, permitió identificar las dificultades que tienen los participantes en esta área, y el programa sobre habilidades sociales contribuyó a desarrollarlas minimizando las posibles consecuencias, para que los adolescentes y jóvenes puedan actuar de manera adecuada, ante una determinada situación, mejorar las normas de cortesía e interactuar de una mejor manera con la sociedad en su conjunto.

La Práctica Institucional propone un procedimiento que es producto de una exhaustiva revisión bibliográfica para el Fortalecimiento de las Habilidades Sociales como ser: Habilidades de Escucha, Asertividad, Normas de Cortesía, Distancia Interpersonal, Comunicación, Resolución de Problemas, Autoestima, Manejo de Emociones, Relaciones Interpersonales y Tolerancia a la Frustración, que servirán tanto a la institución como a otros practicantes que pretendan trabajar sobre el tema.

El trabajo de la Práctica Institucional se basa en la realización de un E.H.S (Entrenamiento en Habilidades Sociales) el cual está matizado por un conjunto de técnicas que ayudan a desarrollar el déficit de H.S en áreas y/momentos específicos de la vida de un individuo, o problemática que se desencadena a raíz del intercambio social, sin embargo no existe referencia que permita valorar elementos internos o externos que actúen como determinantes en la formación de habilidades sociales.

Lamentablemente poco se ha investigado en lo relacionado a la importancia que tienen las habilidades sociales, en la interacción con las habilidades que poseen los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down y de los padres de familia en el hogar.

La intención de trabajar este tema es animar a los docentes a abordar estas áreas del ser humano pues nosotros somos un modelo para los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down. Más allá de los propios psicólogos o terapeutas, el desarrollo de estas habilidades debe ser asumida por todos los sectores que integran la Fundación y la comunidad educativa.

## **2. CARACTERÍSTICAS Y OBJETIVOS DE LA INSTITUCIÓN**

### **2.1. CARACTERÍSTICAS**

La Fundación Down Tarija, es una organización sin fines de lucro legalmente constituida con personería jurídica N°259/2007, conformada por madres/padres, familiares y amigos de personas con Síndrome de Down.

### **LA FUNDACIÓN DOWN BRINDA LOS SIGUIENTES SERVICIOS:**

Atención especializada en las áreas de:

#### **ESTIMULACIÓN TEMPRANA**

-Área maternal (0-2 años)

-Pre-inicial (3-5 años)

-Inicial (5-7 años)

#### **EDUCACIÓN INTEGRAL**

-Educación Integral 1(8 a 14 años)

-Educación Integral 2(15 años en adelante)

#### **INCLUSIÓN ESCOLAR, VIDA Y TRABAJO**

-Talleres de desarrollo básico de habilidades laborales y aprendizajes funcionales con enfoque a una orientación vocacional/profesional.

-Habilidades sociales y de autonomía

-Panadería

-Elaboración de empaques ecológicos

#### **ATENCIÓN DE PSICOLOGÍA Y FISIOTERAPIA**

-Grupos de autoayuda

## **HORARIO DE ATENCIÓN**

-De lunes a viernes:

-Mañanas de 08:00 a 12:00

-Tardes de 15:00 a 19:00

## **MISIÓN:**

La Fundación Down Tarija trabaja en la atención integral de las personas con Síndrome de Down y sus familias, concentrada en mejorar su calidad de vida, ofreciendo programas de apoyo que se adapten a sus necesidades individuales.

## **VISIÓN**

Ser un centro de referencia en la aplicación, difusión e innovación en programas de apoyo de calidad que parten de sus necesidades y las de sus familias y que favorezcan su plena inclusión y participación social como ciudadanos de pleno derecho.

## **2.2. OBJETIVO DE LA INSTITUCIÓN**

- Difundir, informar y sensibilizar a la sociedad en su conjunto, incidiendo en políticas públicas para promover una integración real de las personas Down.

### **3. OBJETIVOS DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL**

#### **3.1. OBJETIVO GENERAL**

Desarrollar un programa que permita fortalecer las habilidades sociales de los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down que asisten a la fundación Down en la ciudad de Tarija, durante la gestión 2016.

#### **3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Evaluar el conocimiento inicial respecto a las habilidades sociales que tienen los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, antes de iniciar el programa, con la participación de padres, profesores con la finalidad de promover el desarrollo integral de los mismos.
- Implementar el programa de habilidades sociales a través de técnicas de modelamiento, retroalimentación y refuerzo para el fortalecimiento de las habilidades de escucha, asertividad, normas de cortesía, distancia interpersonal, comunicación, resolución de problemas, autoestima, manejo de emociones, relaciones interpersonales y tolerancia a la frustración con los adolescentes y jóvenes.
- Determinar el impacto del programa a través de la medición final de las habilidades sociales alcanzadas por los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down.

## **4. MARCO TEÓRICO**

Dentro del presente marco teórico se presentan la teoría del aprendizaje social, la cual sustenta el presente trabajo, se muestra las definiciones de los diferentes autores acerca de las habilidades sociales, y la definición correspondiente a Síndrome de Down.

### **4.1. La Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura en las habilidades sociales de los adolescentes y jóvenes con síndrome de Down**

El modelo de aprendizaje social mediante condicionamiento vicario (Bandura) influyó en los desarrollos terapéuticos de la segunda generación y estableció las bases de los modernos entrenamientos en habilidades sociales. Las técnicas de modelador provienen del modelo de aprendizaje social.

Bandura señala que el moldeamiento y encadenamiento de conductas en el aprendizaje operante no da cuenta suficientemente de la adquisición del comportamiento ya que: 1) No explica la aparición de conductas totalmente nuevas, 2) dificultades para explicar adquisición de segmentos largos de conducta sin apelar a procesos lentos y graduales de condicionamiento, 3) no explica cómo un número muy elevado de conductas ocurren y se adquieren sin ser directamente reforzadas, y 4) a veces, la aparición de estas nuevas conductas se produce días o meses después del proceso de condicionamiento.

Bandura formula el aprendizaje observacional o vicario cuyo supuesto fundamental es que una gran cantidad de conductas se aprenden, mantienen y extinguen mediante la observación, aunque el observador no haya dado respuesta imitativa alguna en el momento y por tanto no sea reforzado por ello. El aprendizaje vicario sostiene que el observador puede aprender tanto conductas operantes como respondientes. Bandura define el refuerzo vicario como un cambio en la conducta de los observadores que está en función de la observación de las consecuencias que acompañan la ejecución ajena. Algunos de los efectos más relevantes del reforzamiento, extinción y castigo vicario son: 1) función discriminativa o informativa (contingencias de refuerzo probables), 2) efectos de incremento de estímulo (identificar las situaciones

contextuales en las que se da el reforzamiento, función informativa del refuerzo), y 3) efectos incentivo-motivacionales.

Bandura señala que la conducta no sólo está controlada por las consecuencias ambientales, sino también y más importante, por representaciones simbólicas de los sucesos externos. El aprendizaje vicario no requiere de un modelo, puede ocurrir por medios simbólicos como la imaginación o la transmisión oral o escrita (introducción de elementos cognitivos).

Procesos implicados en el aprendizaje observacional.

Según Bandura en el aprendizaje observacional están implicados cuatro procesos básicos: a) atención, b) retención, c) reproducción y d) motivación.

**Atención:** En este proceso atencional de la conducta influyen varios factores. Uno de ellos es la relevancia para el observador de la conducta que se desea modelar. La valencia afectiva es otro factor. A mayor complejidad de la conducta a observar, mayor dificultad de observarla. La prevalencia y el valor funcional influyen en la atención.

**Retención:** Para que se produzca el aprendizaje vicario de la conducta del modelo es necesario que el observador tenga capacidad de codificar simbólicamente la información relevante para la adquisición y posterior ejecución. La representación verbal y en la imaginación se ha de complementar con la práctica cognitiva y motora de la conducta del modelo para que el proceso de retención se lleve a cabo correctamente.

**Reproducción:** Es necesario que el observador tenga la capacidad de atender, retener, almacenar, recuperar y fundamentalmente reproducir la información relevante de la conducta a realizar (feedback externo).

**Motivación:** Es necesario que a la conducta del modelo le sigan unas consecuencias, bien reforzamiento directo o vicario o auto refuerzo o extinción.

**Funciones del modelado**

Las cinco funciones del modelado son:

1. Aprender nuevas conductas
2. Promover e inhibir la realización de conductas en función de las consecuencias para el modelo
3. Incitar conductas
4. Motivar
5. Modificar la valencia emocional

El modelo de aprendizaje social mediante condicionamiento vicario (Bandura) influyó en los desarrollos terapéuticos de la segunda generación y estableció las bases de los modernos entrenamientos en habilidades sociales. Las técnicas de modelador provienen del modelo de aprendizaje social.

(<http://psicologia.isipedia.com/tercero/tecnicas-de-intervencion-cognitivo-conductuales/06-tecnicas-de-modelado-y-entrenamiento-en-habilidades-sociales>)

La teoría del aprendizaje social es una excelente opción para trabajar las habilidades sociales en los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, ya que se destaca la relevancia del aprendizaje observacional, aunque los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, tengan un poco de dificultad al recordar algunas conductas observadas, es más factible que aprendan de manera favorable algunas conductas habilidosas adecuadas para su inserción en la sociedad.

#### **4.2. Definición de Adolescencia**

Para Kurt Lewin, importante psicólogo alemán, que pasó los últimos años de su vida en Estados Unidos, la adolescencia está determinada por el carácter marginal o posición intermedia que ocupa el sujeto en relación con quienes le rodean. Ya no pertenece al mundo infantil, pero tampoco ha alcanzado el estatus de adulto. Esta situación genera contradicciones y conductas extremas: el adolescente por momentos

es tímido, en otra situación es agresivo, tiende a emitir juicios absolutos y todas estas conductas son, en primer término, consecuencia de su marcada inseguridad.

Lewin al igual que Freud no estableció diferencias entre adolescencia y juventud como etapas del desarrollo de la personalidad, cada una de las cuales posee sus regularidades específicas. Valoró la contribución de lo social en tanto entorno inmediato que rodea al sujeto, sin tener en cuenta otras determinantes más generales de las peculiaridades propias de esta etapa, como son el origen social, la situación económica y la época. Otro autor, que en nuestra opinión puede enmarcarse en el enfoque socio-genético, es el norteamericano: Robert E. Grinder. En su libro titulado “Adolescencia” (1990) parte del concepto de socialización, entendido como ajuste que emprenden los individuos en sus interrelaciones personales para distinguirse unos de otros y adaptarse a la estructura social. La socialización para este autor es efectiva cuando el sujeto asimila las expectativas sociales, desarrolla de forma habilidosa comportamientos apropiados al rol y hace un uso eficiente de los recursos del sistema social a fin de lograr las metas propuestas, en lo que al área social corresponda.

(<https://books.google.commx/books/about/Adolescencia.html?hl=es>)

La adolescencia es el periodo que transcurre desde la niñez y hasta la pubertad donde se da el completo desarrollo del cuerpo.

#### **4.3. Definición de Juventud**

La juventud comprende el periodo entre 15 y 24 años de edad, es una categoría sociológica que coincide con la etapa post-puberal de la adolescencia, ligada a los procesos de interacción social, de definición de identidad y a la toma de responsabilidad, es por ello que la condición de juventud no es uniforme, varía de acuerdo al grupo social que se considere.

*Margulis y Urresti (1996) “afirman que cuando se habla de juventud de lo que se trata es de superar el hecho de distinguirla como una simple categorización por edad. Motivo por el que los autores le otorgan un rol relevante en la conformación de la juventud, a la diferenciación social y en cierto modo a la cultura”.*

*Según Sandoval (2002), “la juventud es considerada como una categoría etaria, como una etapa de maduración (área sexual, afectiva, social, intelectual y físico-motora) y como subcultura”.*

Dentro de este marco, desde la sociología de la cultura se entiende que la juventud no se trata de una *esencia* sino de una categoría social definida históricamente. Esta categoría se conforma sobre una base material constituida en la oposición con otras categorías etarias (clases de edad) y la vivencia generacional de los códigos culturales, la memoria y el tiempo (generación). Sólo bajo circunstancias sociales determinadas, esta base material constituye un principio de distinción e identificación. La juventud constituye un fenómeno contemporáneo, y como categoría es resultado de las sociedades postmodernas.

En pocas palabras podemos deducir que la juventud es una de las etapas de la vida más deseadas por la mayoría de los seres humanos, probablemente en esta edad la mayoría de las personas estamos en el auge de nuestro conocimiento y capacidad para realizar muchas de las tareas, o actividades que cuando se está en otra etapa de nuestras vidas muchas veces no se las puede realizar.

#### **4.4. Síndrome de Down**

Hace más de un siglo, un médico escocés llamado John Langdon Down describió un determinado tipo de retraso mental que padecían algunas personas. Por ser el primero que escribió sobre ello, el trastorno pasó a conocerse como síndrome de Down. Sin embargo, el Dr. Down no sabía cuál era exactamente su causa.

Pasaron casi otros cien años hasta que Jerome Lejeune, un genetista francés, descubriera que el síndrome de Down está causado por un problema genético.

Feasier y Mitchell, describieron informes con este problema, llamándoles Idiotez de Kalmuch. Mitchell prestó atención al hecho de la cortedad de la cabeza braquicefalia y a la edad madura de las madres al dar a luz. Actualmente aún se realizan investigaciones acerca del Síndrome de Down, discutiéndose diversas causas posibles.

Lo más relevante y aportado hasta la fecha fue el descubrimiento mediante el método de visualización de cromosomas, ya que permitió obtener resultados más exactos sobre los cromosomas humanos, y por tanto llevaron a obtener por medio del investigador Lejeune, hace aproximadamente 30 años que las personas con Síndrome Down, presentan un cromosoma extra en el par 21([www.libreriasaulamedica.com](http://www.libreriasaulamedica.com) › Anatomía › Embriología)

#### **4.5. Definición del Síndrome de Down**

El síndrome de Down es la más común y fácil de reconocer de todas las condiciones asociadas con el retraso mental. Esta condición (antes conocida como mongolismo) es el resultado de una anomalía de los cromosomas: por alguna razón inexplicable una desviación en el desarrollo de las células resulta en la producción de 47 cromosomas en lugar de 46 que se consideran normales. El cromosoma adicional cambia totalmente el desarrollo ordenado del cuerpo y cerebro. En la mayor parte de los casos, el diagnóstico del síndrome de Down se hace de acuerdo a los resultados de una prueba ión genética que afecta al par cromosómico 21 cuya consecuencia es la presencia de cromosomas que es suministrada poco después del nacimiento del niño.

*“El síndrome de Down, también conocido como trisomía 21 tiene lugar como consecuencia de una alteración de 47 cromosomas en lugar de 46. Su etiología es inconclusa y su frecuencia es 1 cada 650-700 recién nacidos vivos, existiendo mayor riesgo cuando es más elevada la edad de la madre (Fernández y Buceta, 2003)”.*

#### **4.6. Características del Síndrome de Down**

- Bajo tono muscular.
- Cara achatada y nariz pequeña.
- Pequeños pliegues en el comienzo de los párpados.
- Una sola línea profunda en la palma de la mano.
- Espacio adicional entre el dedo grande del pie y el segundo dedo.
- Orejas pequeñas y de forma irregular.

#### **4.7. Algunas dificultades con las que se puede encontrar las personas con Síndrome de Down**

- Dificultad para percibir y discriminar los estímulos relevantes del contexto.
- Dificultad para generar alternativas de respuesta y valorarlas en función de sus posibles consecuencias.
- Dificultad para tomar decisiones y planificar el curso de acción
- Dificultad para evaluar la propia conducta.
- Dificultad para aprender de los errores y adecuar la acción.

Los déficits cognitivos así como la impulsividad pueden provocar estas dificultades cuya consecuencia inmediata es la ausencia de la habilidad social apropiada al contexto. De hecho, un niño impulsivo tiene dificultad para seguir estos pasos de manera sistemática y ordenada, se “salta los pasos”. Cualquier intervención que les ayude a mejorar estas habilidades cognitivo-perceptivas de base redundará en un mejor repertorio de habilidades sociales (Recuperado de <http://educra.cl/dificultades-en-las-habilidades-sociales/>)

Aunque las personas con Síndrome de Down tengan dificultad en algunas de sus áreas, dedicándole un apropiado entrenamiento, pueden mejorarla y lograr a lidiar con las dificultades mencionadas de acuerdo a sus capacidades y limitaciones.

#### **4.8. La Adolescencia en los niños con Síndrome de Down**

El adolescente discapacitado por S.D. también debe resolver los conflictos que le suscita el crecimiento puberal. No tendrá la misma capacidad intelectual que el joven normal para asimilar los cambios que tienen lugar en su cuerpo y para buscar, analizándolas, entre diversas alternativas, aquéllas que son más adapten más a su capacidad.

*“La etapa de la adolescencia es muy peculiar en la vida de todo ser humano, y no lo es menos por tanto en el caso de la persona con síndrome de Down. Sus luces y sus*

*sombras se entrecruzan en múltiples quiebros, afloran sus limitaciones y sus logros, sus posibilidades y sus carencias, dentro de un organismo que, por lo demás, sigue un desarrollo biológico prácticamente normal (Pueschel 1996; Van Dyke et al., 1998)”*

Aunque sea un poco complicado que los niños con Síndrome de Down, en la adolescencia y en la juventud se interrelacionen con sus pares, se puede lograr a través de adecuados programas de prevención la inserción social de estas maravillosas personas que cada día se levantan con la esperanza de un futuro mejor.

*“La convivencia con los jóvenes con síndrome de Down es en general agradable y fácil, más si se compara con la que presentan otros grupos con deficiencia intelectual (Kasari y Hodapp, 1997)”.*

Generalmente, las personas con síndrome de Down sufren retraso mental de leve a moderado. Algunas tienen un leve retraso y otras lo tienen más grave. Cada persona con síndrome de Down es distinta.

El hecho de ser personas que tienen una capacidad enorme de expresar afecto, ternura, hace que la convivencia con ellos sea encantadora. Las personas con esta condición de vida, si bien no tienen avanzada algunas de las áreas, tienen otras que pueden ser tratadas para que ellos exploten al máximo su potencial.

#### **4.9. Habilidades Sociales**

Las habilidades sociales son conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los demás de forma efectiva y mutuamente efectiva.

Cuando nos ponemos a observar a nuestro alrededor, muchas personas no se relacionan de una manera adecuada, entonces vemos a personas permisivas, agresivas, algunos tienen dificultad para concertar una cita y por ende podemos decir que la mayoría de los seres humanos tiene una carencia en cuanto a habilidades sociales se refiere.

A pesar de la importancia que tienen las habilidades sociales, muchos de los seres humanos no le dan la relevancia que este tema posee. Y podemos deducir que por esta situación se dan los conflictos en las relaciones sociales.

#### **4.10. Definición de Habilidades Sociales**

No existe una sola definición de Habilidades Sociales y por lo tanto se mostraran a continuación las definiciones más relevantes acerca de este tema.

*“La capacidad de desempeñar el rol, o sea, de cumplir fielmente con las expectativas que los otros tienen respecto a alguien como ocupante de un estatus en una situación dada”. “Expresión adecuada de cualquier emoción, que no sea la respuesta de ansiedad (Secord & Backman, 1976)”*

*“La capacidad que el individuo posee de percibir, entender, descifrar y responder a los estímulos sociales en general, especialmente a aquellos que provienen del comportamiento de los demás”. “Un conjunto de conductas sociales dirigidas hacia un objeto, interrelacionadas, que pueden aprenderse y que están bajo el control del individuo (Blanco, 1981)”*

*“Conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esa conducta en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas (Caballo 1986)”*

*“Son aquellas conductas aprendidas que ponen en juego las personas en situaciones interpersonales para obtener o mantener reforzamiento del ambiente. Kelly (1987)”.*

*Gil (1993) ofrece una amplísima y aclaratoria definición, síntesis de definiciones dadas por diversos autores: “las habilidades sociales son conductas que se manifiestan en situaciones interpersonales; estas conductas son aprendidas, y por tanto pueden ser enseñadas. Estas conductas se orientan a la obtención de distintos tipos de reforzamiento, tanto del ambiente (consecución de objetos materiales o refuerzos sociales) como auto refuerzos.”*

Sin embargo en el año 2000 Gismero, autora de las habilidades sociales ofrece una definición más clara de lo que son las habilidades sociales:

*Gismero, (2000) “Conjunto de respuestas verbales y no verbales, parcialmente independientes y situacionalmente específicas, a través de las cuales un individuo expresa en un contexto interpersonal sus necesidades, sentimientos, preferencias, opiniones o derechos sin ansiedad excesiva y de manera no aversiva, respetando todo ello en los demás, que trae como consecuencia el auto-reforzamiento y maximiza la probabilidad de conseguir refuerzo externo”.*

Como se puede apreciar en las diferentes definiciones todas coinciden en que las habilidades sociales es la capacidad, conjunto de respuestas y conductas propias que cada sujeto expresa ante una determinada situación.

Las habilidades sociales son las siguientes: la escucha, asertividad, dar y recibir cumplidos, saber hacer y recibir críticas, preguntar dudas, iniciar conversaciones, mantener conversaciones, expresar emociones, la capacidad para tomar decisiones, las mismas que serán trabajadas dentro de las siguientes categorías:

1. Escuchar: Es la acción de poner atención en algo que es captado por el sentido auditivo.

Porque al saber escuchar podrá desenvolverse entender lo que el interlocutor le dice en ese momento.

2. Asertividad: Es aquella que reúne las conductas y pensamientos que nos permiten defender los derechos de cada uno sin agredir ni ser agredido.

Porque al respetar sus derechos de una forma satisfactoria se evitará que se generen conductas ofensivas y se sentirá bien consigo mismo.

3. Normas de cortesía: Las normas de cortesía, están conformadas por lo general por palabras mágicas: por favor, gracias, buenas tardes, hasta mañana.

Estas palabras al ser mágicas les da a la persona una actitud más positiva de sí mismo, ayuda a que sea aceptada por su alrededor.

4. Distancia interpersonal: Al mantener una distancia adecuada, para comunicarse con otra persona, estamos respetando el espacio de la misma.

5. Comunicación (verbal, social): La comunicación es una de las necesidades más apreciadas y más fuerte del ser humano, ya que al no poder comunicarse de manera verbal, limita muchos aspectos en el desarrollo de la persona.

5. Resolución de problemas: Es sumamente importante, trabajar esta categoría para poder fortalecer la toma de decisiones de cada sujeto, a muchos de nosotros nos cuesta tomar una decisión, y por ende resolver algún problema por el cual estamos atravesando.

6. Autoestima: Fomentar a potencializar sus cualidades, a aceptar cumplidos, a aceptarse tal cual es, quererse, ayudara a que el sujeto tenga más seguridad, sienta que vale mucho y que el sujeto tenga un auto concepto bien definido.

7. Manejo de Emociones: Expresar las emociones de una forma adecuada y reconocer cuales son las emociones básicas ayudará a que el sujeto pueda reaccionar como desea en un momento determinado.

Facultad de mostrar alteraciones conductuales de aspectos emocionales momentáneos.

8. Relaciones interpersonales: Las relaciones interpersonales, se dan mediante comunicación entre 2 o más personas, intercambio de información, o simplemente una conversación amena que ayuda a que las personas nos relacionemos con otras mediante la comunicación verbal, no verbal, y social.

9. Tolerancia a la frustración: Cuando en un momento determinado, se fortalece mediante tareas específicas sobrellevar algunos aspectos que no parecen los adecuados, los cuales se lo realizan en un determinado momento.

#### **4.11. Diferencia entre competencia social y habilidad social**

Esta es una de las muchas definiciones de Habilidad social: *“Son aquellas conductas aprendidas que ponen en juego las personas en situaciones interpersonales para obtener o mantener reforzamiento del ambiente. Kelly (1987)”*.

En cambio sí tratamos de dar una definición de Competencia social haremos referencia a Rojas (199), *“La competencia social es un constructo hipotético y teórico global, multidimensional y amplio. Se refiere a una generalización evaluativa”*.

Es importante recalcar que es sumamente significativo realizar la diferencia entre estos dos conceptos ya que ambos hacen referencia a lo social, y muchas veces la habilidad social puede ser confundida con la competencia social.

Una competencia social es como una especie de rivalidad entre dos o más que aspiran a obtener el mismo objetivo.

Una habilidad social es la capacidad y disposición para algo, es la destreza para ejecutar algo que le gusta a la personas como ser: bailar, montar a caballo, jugar básquet, correr, cantar, etc. (Diccionario de la Lengua española)

#### **4.12. Adquisición de las habilidades sociales**

No hay datos definitivos sobre cómo y cuándo se adquieren las habilidades sociales, pero es sin duda la niñez un periodo crítico. En este sentido, numerosas investigaciones (García, Rodríguez,&Cabeza,1999).

Han encontrado relaciones sólidas entre la competencia social en la infancia y posterior funcionamiento social, académico y psicológico tanto en la infancia como en la edad adulta. Pero no es sólo la infancia un periodo crucial para el desarrollo de las habilidades sociales, ya que en etapas posteriores del desarrollo también se han encontrado relaciones entre el deterioro del funcionamiento social interpersonal y diferentes desórdenes de la conducta, ya sea como antecedente, consecuencia o su características definitoria.

Por lo general las habilidades sociales se las adquiere en todas las etapas de nuestra vida, ya sea por reforzamientos positivos y negativos, o estimulación en determinada conducta habilidosa.

Las habilidades sociales se desarrollan a través de los siguientes procesos:

- Experiencia directa. Los niños y niñas están rodeados de personas y desde una edad muy temprana comienzan a ensayar las conductas sociales. Se producen determinadas experiencias que los pequeños van interpretando e incorporan esas interpretaciones a su forma de pensar y actuar.
- Imitación. Los pequeños aprenden por lo que ven de las personas que son importantes para ellos. Imitaran aquellas conductas sociales que observan en los adultos más cercanos, pero no solo las conductas, también aprenderán de estos la manera de interpretar las situaciones y hasta de sentirse en determinados momentos.
- Refuerzos. Los refuerzos sociales que tengan sus conductas, ya sea de los adultos y/o iguales van a hacer que los niños y niñas desarrollen determinadas conductas y otras.

Desde niños los seres humanos aprenden, conductas positivas y negativas dependiendo del entorno que les rodea, y por ello la mayoría desarrolla habilidades sociales que le son útiles para poder tener una interacción con sus pares.

Sin embargo en las personas con Síndrome de Down, el desarrollo de estas habilidades es más complejo y lento ya que algunos de ellos no contaron con una estimulación temprana. Sin embargo aunque sea un poco difícil con una buena preparación podemos lograr que se alcancen estas habilidades sociales en los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down. (Besora, Martorell,&Clusa,2000;Fernández,1999)

#### **4.13. Las Habilidades Sociales en las Personas con Síndrome de Down**

Al igual que lo que ocurre con las habilidades emocionales, el desarrollo de las destrezas sociales no es espontáneo y requiere ser aprendido. Este aprendizaje es lento y requiere ser realizado en forma constante y desde distintos contextos (hogar, escuela, lugar de trabajo, etc.).

Existen dos características en las personas con Síndrome de Down que dificultan aún más el desarrollo de sus habilidades sociales:

- Visibilidad: la patología no pasa desapercibida por el entorno y su fenotipo es fácilmente identificable por terceros, aun cuando éstos no sean profesionales de la salud. Esto implica que el entorno "se adapta" a interactuar con una persona con Down.

- Curiosa paradoja: a diferencia de un par sin Síndrome de Down, el entorno social espera de ellos comportamientos inadecuados. De esta manera cuanto se comportan en forma "adecuada" socialmente son vistos como una rareza, mientras que cuando su conducta es disruptiva no genera mayores reacciones y se considera como "normal". *“Este fenómeno genera un refuerzo positivo de conductas inadecuadas e impide una socialización eficiente (Emilio Ruiz, 2006)”*.

Las habilidades sociales preparan a la persona con síndrome de Down para la plena integración en la sociedad, cuando alcance la etapa de adulto, la más larga e importante en la vida de cualquier ser humano. No puede dejarse al azar o presuponer que se va a producir de forma natural la adquisición de un aspecto tan importante de su educación. Se les ha de exigir un comportamiento semejante al de cualquier ciudadano en situaciones sociales, e incluso en algún caso, algo más exquisito que a los demás, debido a que se les va a observar con mayor detenimiento cuando se incorporen de forma habitual a entornos ordinarios.

A continuación se presenta una serie de dificultades de las personas con Síndrome de Down en cuanto a las Habilidades Sociales:

1. Las personas con síndrome de Down tienen serias dificultades para realizar una correcta discriminación entre distintas situaciones. Les cuesta diferenciar las circunstancias cambiantes en que es correcto o incorrecto realizar una determinada conducta.

2. No es extraño encontrarse, por ejemplo, con adolescentes con síndrome de Down que saludan, besan y abrazan en situaciones sociales de forma inadecuada, demasiado efusivamente para lo considerado aceptable en nuestro entorno cultural. El conocimiento y uso de las normas sociales básicas es el requisito mínimo exigible para la plena integración social, mientras que las conductas inadecuadas conducen, con frecuencia, al rechazo y al aislamiento social.

3. Los niños y adultos con síndrome de Down también han de adaptarse a estas variaciones temporales. Aún encontramos con cierta frecuencia a personas con síndrome de Down vestidas con ropas anacrónicas, fuera de moda o propias de niños de menor edad o con peinados anticuados. Las conversaciones y el trato adecuado a su edad les permitirán, independientemente de sus limitaciones, sentirse aceptados y aceptarse tal y como son.

4. La conducta considerada apropiada en una situación puede ser, obviamente, inapropiada en otra, en función de lo que se pretenda conseguir. Si el niño con síndrome de Down en casa consigue lo que quiere con una pataleta o un pequeño lloro, intentará utilizar esa misma estrategia en otros ambientes (en casa de unos amigos o en el supermercado, por ejemplo) y sin embargo, esa conducta no es socialmente aceptable. Es fundamental el establecimiento de unas normas básicas útiles para el mayor número de situaciones posibles, consensuadas con toda la familia y que el niño ha de conocer y respetar.

Aunque algunos de los niños, adolescentes o jóvenes con Síndrome de Down, tienen mucha dificultad para poder independizarse, para comunicarse con sus pares, algunos lo consiguen, siempre y cuando las personas que están a su alrededor le den el trato que le corresponde. Y les ayuden a que los mismos puedan insertarse al mundo que le

rodea. Se considera especialmente que el entorno familiar es el máximo apoyo que ellos tienen puedan progresar y salir adelante con mucho éxito. (<http://www.pasoapaso.com.ve/index.php/nosotros/fundacion-paso-a-paso/item/2189-habilidades-sociales-peculiaridades-en-el-s%C3%ADndrome-de-down>).

#### **4.14 Evaluación de las Habilidades Sociales**

Para evaluar las habilidades sociales se necesita un sistema de evaluación en conductas no verbales, diferenciando la evaluación de conductas no verbales en personas con discapacidad psíquica moderadamente afectada y personas con discapacidad psíquica gravemente afectada.

La evaluación de las habilidades sociales de los adolescentes y jóvenes se la realiza mediante un cuestionario de observación.

Por lo que se usa un cuestionario de Habilidades sociales adaptado para las personas con Síndrome de Down.

Al trabajar las habilidades sociales con las personas con retraso mental, de alguna forma les ayuda a fortalecer las siguientes características:

- Les ayudará a tener una integración exitosa.
- Les ayudará a evitar la aparición de problemas de comportamientos.
- Les ayudara a prevenir la aparición de problemas psicológicos.
- Les ayudara a Prevenir el abuso sexual.

Muchas veces las personas que tienen retraso mental son proclives a ser violadas por algunas personas inescrupulosas, y es por esta razón importantísimo trabajar las habilidades sociales en las personas con Síndrome de Down.

## **5. METODOLOGÍA**

### **5.1. Características de la población beneficiaria**

La fundación Down es una institución sin fines de lucro, que tiene el único objetivo de ayudar a las personas que tienen ésta discapacidad.

Las personas que asisten a la institución, son personas de bajos recursos, que viven generalmente en la zona periférica de la ciudad de Tarija, y muchas veces se les dificulta mucho asistir a la institución ya que el transporte público es muy escaso, y no cuentan con la economía necesaria para poder pagar un transporte privado.

En la mañana asisten a la fundación Down niños desde los 5 años en adelante hasta los 12 aproximadamente, y por las tardes asisten adolescentes, jóvenes, desde los 13 hasta los 25 aproximadamente.

La población total fue de 44 personas entre bebés, niños, adolescentes y jóvenes, de las cuales 8 personas entre adolescentes y jóvenes será la población beneficiaria con la cual se llevará a cabo el trabajo planteado, debido a que los mismos no tienen desarrolladas todas las habilidades sociales, por lo cual la institución solicitó que se trabajase sobre los mismos, promoviendo y fortaleciendo la inclusión y el desarrollo integral de estas personas.

No se consideró a los bebés, y a los niños, como parte del programa ya que ellos participaron anteriormente en un programa sobre habilidades sociales, y están en constante fortalecimiento y estimulación de las mismas.

Mientras que los adolescentes y jóvenes no tuvieron oportunidad para trabajar este tema, razón por la cual, no tienen bien fortalecidas las habilidades sociales, sin embargo es necesario trabajar este tema en esta población debido a que se les dificulta al momento de relacionarse con las demás personas, en muchas ocasiones la falta de habilidades sociales, es un impedimento para poder incluirse e integrarse a la sociedad.

La principal dificultad de estas personas es que no pueden pronunciar bien las palabras, se les dificulta comunicarse de manera verbal, por lo tanto tienen más desarrollada la comunicación no verbal.

## **5.2. Descripción sistematizada de la Práctica Institucional**

**Fase I: Revisión Bibliográfica:** Se realizó una revisión minuciosa de la bibliografía y se seleccionó la más pertinente para esta investigación.

En primer lugar se revisó la guía de capacitación, leyendo y revisando detalladamente las actividades que fueran más pertinentes realizar, conjuntamente se seleccionó el material a utilizar y el sustento teórico.

### **Fase II: Convenio con la Fundación Down**

En primera instancia se habló con la Lic. Esther Blass, Psicóloga de la Fundación Down, solicitándole la realización de la Práctica Institucional. Luego se procedió a una entrevista programada para conocer más acerca sobre el tema, de las características de personalidad de las personas con Síndrome de Down.

En segundo lugar antes de iniciar la práctica en la Fundación Down, la practicante fue capacitada por la Psicóloga de la Institución y el equipo de profesoras de la institución, en cuanto al desarrollo del trabajo sobre el “Programa Individualizado de Habilidades Sociales”, principalmente en lo relacionado a las habilidades de escucha, asertividad, normas de cortesía, distancia interpersonal, comunicación, autoestima, manejo de emociones, relaciones interpersonales, tolerancia a la frustración.

**Fase III: Establecimiento de Rapport con la Población Beneficiaria,** con la población objeto de estudio, que en este caso son los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, se realizó el contacto inicial que constó de 2 horas con la presentación correspondiente de la facilitadora, se les explicó el trabajo a llevarse a cabo con ellos dentro de la institución.

Durante este tiempo también se percibió todos los aspectos que caracterizan a la población objeto de estudio, en el cual identificó ciertas falencias en la forma de expresión de algunas emociones tales como tristeza, desagrado.

A si mismo se pudo percibir que la mirada de algunos de los adolescentes y jóvenes no era la adecuada, probablemente por las características de personalidad que tienen, la postura que los mismos presentan en su mayoría no es favorable, debido a que para adaptarse a la sociedad se necesita cumplir ciertas reglas que le permitan desenvolverse como se requiere dentro de un contexto determinado.

Los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, no se adaptan rápidamente a personas desconocidas, durante un proceso de tiempo ellos deben asimilar que una nueva persona trabajará dentro de la institución, y por ende con ellos.

#### **Fase IV: Aplicación del pre-test**

Se aplicó el cuestionario de pre-test que tiene como objetivo valorar y determinar el conocimiento previo de los adolescentes y jóvenes acerca de habilidades sociales en cuanto al programa que se realizaría.

Mediante el diagnóstico a partir del pre-test se intentó identificar: Conocimientos, Actitudes, Demandas y Necesidades, de los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down.

Se identificó y se relacionó las dimensiones y los componentes de las Habilidades Sociales, reconociendo la importancia en su propia vivencia para el ejercicio de los derechos humanos.

La aplicación del pre-test llevó un tiempo aproximado de 50 horas, aquí debemos insistir que el pre-test, contó con la evaluación del padre o la madre, del profesor, y de la practicante con la finalidad de realizar un trabajo confiable, las cuales tuvieron 2 horas para llenar el cuestionario de 62 preguntas, ya que al ser un cuestionario cualitativo, se dejó que las mismas comenten algunos aspectos que les parecían de suma importancia, y que ellos consideraban que era un aspecto fundamental a

trabajar. Se debe recalcar que en la mayoría de los casos se realizaron entrevistas, para poder tener una idea más general de lo que estaba sucediendo con el adolescente o joven en particular.

### **Fase V: Desarrollo del Programa**

Se comenzó con la aplicación del programa sobre Habilidades Sociales, para fortalecer las habilidades de Escucha, Asertividad, Normas de Cortesía, Distancia Interpersonal, Comunicación, Resolución de Problemas, Autoestima, Manejo de Emociones, Relaciones Interpersonales, Tolerancia a la Frustración.

La aplicación del programa se realizó de manera individual, con los 8 adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, con el objetivo de fortalecer las habilidades para la vida, con el fin desarrollar una vida sana, integral acerca de los derechos humanos

La aplicación del programa de habilidades sociales hasta el momento tiene un tiempo aproximado de 180 horas, con la aplicación de las sesiones correspondientes; se debe insistir que dentro de cada sesión se trabajó con la madre o padre del joven o adolescente y con la profesora conjuntamente, ambos buscando el mismo objetivo, y llevando como tareas algunas de las actividades que se deberían practicar de manera sistemática.

### **Fase VI: Aplicación Pos-Test**

Se evaluó el conocimiento después de haber finalizado el programa con el propósito de medir el impacto que tuvo.

La evaluación de las Habilidades Sociales, tuvo un análisis cualitativo.

Llevó un tiempo aproximado de 20 horas, en las cuales se corrigió el trabajo, realizando primeramente cuadros, para especificar que se harán estudio de casos, para complementar la tabulación de los datos, se realizó gráficas por áreas subdivididas por preguntas, con sus respectivas interpretaciones.

Antes de la aplicación del programa en habilidades sociales a los adolescentes y jóvenes se realizaron algunos ajustes, que eran necesarios para la intervención, lo cual llevo un tiempo aproximado de 10 horas.

#### **Fase VII: Análisis e Interpretación de datos**

El análisis e interpretación de los datos se realizó en base al promedio obtenido por los adolescentes y jóvenes, en base a las entrevistas que se tuvo de manera conjunta con los padres y con la profesora, el trabajo que se realizó fue con la finalidad de desarrollar un trabajo integral.

#### **Fase VIII: Redacción, elaboración y presentación del informe final**

En cuanto la fase final del documento, se realizaron las correcciones pertinentes a los diferentes capítulos, con la finalidad de diseñar un trabajo conforme a las expectativas que se demanda.

### **5.3. Métodos, Técnicas e Instrumentos (imprimir)**

#### **5.3.1. Métodos**

El método a utilizar será el Método de aprendizaje **PERCEPTIVO-DISCRIMINATIVO** ya que con toda la teoría mencionada las personas con Síndrome de Down aprenden más con este método.

El objetivo inicial en cualquiera de las sesiones educativas de aprendizaje discriminativo es que el alumno comprenda qué debe hacer, cómo debe hacerlo y qué concepto o conceptos subyacen en la actividad que realiza.

Pero un programa de aprendizaje discriminativo sirve también para alcanzar objetivos diversos, como son el aumento del vocabulario, el conocimiento y comprensión de las propiedades y cualidades de los objetos, las nociones básicas de cálculo, la preparación para la lectura y escritura, utilización de los diferentes instrumentos, etc.

(<http://www.down21materialdidactico.org/librolectura/libro/capitulo4/inex.html>)

El método perceptivo discriminativo se realizó de la siguiente manera: Se le mostró a los adolescentes y jóvenes fotos, imágenes, materiales didácticos, mediante material audiovisual, objetos que se relacionan entre sí, por su uso o función, con la finalidad de que ellos puedan percibir y diferenciar las imágenes unas de otras.

La discriminación ayudó a que el adolescente o joven pueda fortalecer su percepción de una manera apropiada.

#### **5.3.2. Técnicas**

##### **Modelado**

El modelo también se ha denominado aprendizaje observacional.

Según Bandura: la mayor parte de la conducta humana, se aprende por observación mediante el modelado.

La presentación de modelos incluye también la exposición a señales y situaciones que rodean a la conducta modelada (contexto situacional). Las técnicas de modelado tratan de enseñar los principios o reglas que deben guiar la conducta en contextos determinados, más que respuestas imitativas simples.

La técnica del modelado se la realizó empleando el modelo que se desea que aprendan de la forma adecuada

Se la realizó despacio, y se repitió varias veces la misma conducta con diferentes modelos (padres, profesores, compañeros). Con el propósito de que el adolescente o joven pueda consolidar mejor la conducta y expresarse de manera adecuada ante determinadas situaciones.

### **Reforzamiento**

El reforzamiento, es un procedimiento mediante el cual se le presenta al sujeto un estímulo que le gusta o le interesa inmediatamente después de la realización de la conducta.

La técnica del reforzamiento se la efectuó mediante abrazos, cumplidos, diciéndole, muy bien, excelente, está muy bonito, y a partir de ahí fortalecer a que el adolescente o joven, vuelva a realizar la actividad con mayor facilidad.

### **Retroalimentación**

La retroalimentación es el proceso mediante el cual un sistema recoge información sobre los efectos de sus acciones en el medio en el que habita, es decir, la información que viene de regreso. La retroalimentación determina las acciones posteriores a seguir por el sistema.

La técnica de la retroalimentación se desarrolló de la siguiente manera: se les explicó a los adolescentes o jóvenes pasó a paso las distintas conductas y cómo estas llegan a un fin, sean conductas positivas o negativas.

La retroalimentación se la realizó después de cada sesión, con la finalidad de que el adolescente o joven, pueda comprender las actividades de esa ocasión.

### **5.3.3. Instrumentos**

-Cuestionario: Cuestionario de Habilidades sociales extraído del libro “Tu y yo aprendemos a relacionarnos” y los manuales de trabajo en centros de Atención a Personas con Discapacidad de la Junta de Castilla y León.

-El cuestionario mide las siguientes áreas: La habilidad de escucha, asertividad, normas de cortesía, distancia interpersonal, comunicación, resolución de problemas, autoestima, manejo de emociones, relaciones interpersonales, tolerancia a la frustración.

-El objetivo es el de fortalecer las áreas ya mencionadas para que el adolescente o joven con Síndrome de Down pueda mejorar su calidad de vida.

-El sistema de evaluación es mediante la observación ya que es un cuestionario cualitativo.

-El cuestionario de habilidades sociales fue adaptado por la psicóloga de la Fundación Down: Lic.: Esther Blas Pérez, para poder trabajar mejor las habilidades sociales en los adolescentes y jóvenes de la Fundación Down.

### **5.3.4 Materiales**

- Espacio físico
- Los muebles
- Láminas de imágenes
- Pelota

### **5.4. Contraparte Institucional**

La fundación Down al ser una institución cuenta con muy pocos recursos económicos especialmente, el ambiente recién se está estructurando de acuerdo a las necesidades de las personas que asisten a la fundación.

- Facilitación del ambiente de trabajo con el libre acceso a la información sobre el tema que se desarrolló en la institución.
- Designación de un funcionario que tiene una estrecha relación con el trabajo, el mismo que fue un profesional con licenciatura en Psicología, responsable de supervisar el trabajo.
- Se colaboró para la identificación de necesidades y/o para solucionar algunos problemas dentro de la Fundación.
- Se viabilizó el trabajo con los niños y jóvenes.

## **6. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS**

En este capítulo se presentan los resultados obtenidos del desarrollo de la práctica institucional realizada en la “Fundación Down”, dirigida a los adolescentes y jóvenes de 17 a 36 años de edad, sobre las habilidades sociales

Para cumplir los objetivos planteados:

En primer lugar se desarrolló una evaluación inicial con la participación de padres y profesor, en relación al nivel de conocimiento de los estudiantes que participaron del proceso de fortalecimiento en las habilidades sociales, esto se realizó a través de la aplicación del pre-test el cual proporcionó la información necesaria para identificar los conocimientos que tenían los adolescentes y jóvenes antes de iniciar el programa.

En segundo lugar se encuentra la aplicación del programa de intervención sobre el “fortalecimiento de habilidades sociales, en adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down”, las cuales fueron las siguientes: Habilidades de escucha, asertividad, normas de cortesía, distancia interpersonal, comunicación (social, verbal), resolución de problemas, manejo de emociones, relaciones interpersonales y tolerancia a la frustración, estas habilidades se las trabajó de manera individual, en algunos casos según el diagnóstico, y otros según a la edad.

En tercer lugar se muestra la evaluación de la población beneficiaria, con la finalidad de establecer el nivel de conocimiento alcanzado por los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, después de la aplicación del programa, mediante los datos obtenidos en el pre-test y pos-test, con el cual se pudo verificar si el programa de intervención tuvo impacto en los adolescentes y jóvenes con los cuales se trabajó.

Cabe mencionar que la interpretación de los cuadros que se presentan a continuación, están según al promedio obtenido por los adolescentes y jóvenes, el promedio de cada una de las habilidades se basa en la información adquirida de los padres, profesor y evaluador con la finalidad de realizar un trabajo sistematizado e integral.

## 6.1. INTERPRETACIÓN PRE-TEST

Para dar cumplimiento al primer objetivo que dice: Evaluar el conocimiento inicial respecto a las habilidades sociales de los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down. Antes de iniciar el programa, la evaluación contó con la participación de los padres, profesor y practicante con la finalidad de promover el desarrollo integral de los mismos. Se presentan los siguientes resultados:

### Cuadro N°1

#### Habilidades Sociales

(Escucha, Asertividad, Normas de cortesía, Distancia Interpersonal).

#### CASO 1: C.T.D.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>ESCUCHA</b>												
1.Mira a los ojos de las personas			x			x	x					x
2.Actitud corporal a la comunicación			x			x	x					x
3. Gira su cuerpo en actitud de escucha	x			x			x			x		
4.Sabe escuchar	x			x			x			x		
<b>ASERTIVIDAD</b>												
1.Pide lo que necesita de modo adecuado	x				x		x			x		
2.Defiende sus derechos correctamente	x			x			x			x		
3.Expresa lo que le gusta		x			x		x				x	
4.Da negativas de forma adecuada		x			x				x		x	
5.Reacciona sin gritar	x			x				x		x		
6. Resuelve el conflicto sin agredir	x			x			x			x		
7. Acepta las críticas sobre su conducta.		x		x				x			x	
8. Señala las actitudes inadecuadas.	x			x			x			x		
9.Se niega adecuadamente	x			x			x			x		
10.Pide ayuda correctamente	x					x	x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración propia

En cuanto al área de la habilidad de escucha en el caso C.T.D., la joven no mira a los ojos de las personas cuando está hablando con ellas, probablemente esto influya para que C. no tenga una actitud corporal abierta a la comunicación, es una persona un poco introvertida, le cuesta mucho relacionarse con las personas con las cuales no frecuenta.

El área de Asertividad, es la habilidad de expresar nuestros deseos de una manera amable, franca, abierta, directa y adecuada, logrando decir lo que queremos sin atentar contra los demás. La persona asertiva logra establecer un vínculo comunicativo sin agredir a su interlocutor, pero tampoco debe quedar sometido a su voluntad. Por lo tanto, puede comunicar sus pensamientos e intenciones y defender sus intereses. La asertividad tiene que ver con factores emocionales e intrínsecos de la personalidad.

La joven C. algunas veces no puede defender sus derechos de la manera correcta, con mucha dificultad expresa lo que piensa y en otras ocasiones no lo hace, por lo general C., no acepta las críticas sobre su conducta, probablemente porque es una persona sumamente sensible, en algunas ocasiones ella confunde algunas reflexiones, y las ve como algo negativo, cabe recalcar que las personas con buena autoestima, tienen mayor facilidad para resultar asertivas, en cambio las personas que tienen baja autoestima, se ven afectadas al momento de expresar algo que le gusta, acerca de sus amistades o al momento de pedir algo que necesita de la manera adecuada, esto puede llevar a algunas personas a sentirse frustradas por el comentario de la otra respecto a un determinado tema.

Los datos presentados reflejan que C., tiene un conocimiento erróneo acerca de la asertividad.

## Cuadro N°2

### Habilidades Sociales

(Normas de cortesía, Distancia Interpersonal, Comunicación, Resolución de Problemas, Autoestima.).

#### CASO 1: C.T.D.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>NORMAS DE CORTESIA</b>												
1.Sonrie cuando saluda o se despide	x			x			x			x		
2.Utiliza un volumen de voz adecuado			x			x	x					x
3.Cuando es presentado da la mano		x			x		x				x	
4.Saluda al entrar a un lugar		x			x		x				x	
5.Se despide al abandonar un lugar		x			x		x				x	
6.Pide las cosas "por favor"			x			x	x					x
7.Da las gracias		x			x			x			x	
8.Pide disculpas a los adultos	x			x			x			x		
<b>DISTANCIA INTERPERSONAL</b>												
EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PROMEDIO												
1.Mantiene la distancia adecuada		x			x		x				x	
2.Abusa del contacto físico		x			x		x				x	
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)</b>												
EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PROMEDIO												
1.Sabe presentarse a los demás		x			x				x		x	
2.Inicia conversaciones			x			x	x					x
3.Responde a las preguntas		x			x				x		x	
4.Expresa verbalmente sus deseos, ideas		x			x		x				x	
5.Expresa sus quejas verbalmente		x			x		x				x	
<b>RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS</b>												
EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PROMEDIO												
1.Ante un problema sabe buscar soluciones		x			x		x				x	
2.Distingue una situación problemática			x			x		x				x
3.Pone en práctica soluciones			x			x	x					x
<b>AUTOESTIMA</b>												
EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PROMEDIO												
1.Demuestra malestar cuando su apariencia	x			x			x			x		
2.Expresa agrado ante un cambio en su apariencia	x			x			x			x		
3.Cuida su imagen externa	x			x			x			x		
4.Tiene confianza en sí mismo		x			x			x			x	
5.Reconoce sus cualidades			x			x	x					x

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

En cuanto al área de Comunicación, podemos definir que la misma es un fenómeno inherente a la relación que los seres vivos mantienen cuando se encuentran en grupo. A través de la comunicación, las personas obtienen información respecto a su entorno y pueden compartirla con el resto.

El proceso comunicativo implica la emisión de señales (sonidos, gestos, señas, etc.) con la intención de dar a conocer un mensaje; para que la comunicación sea exitosa,

el receptor debe contar con las habilidades que le permitan decodificar el mensaje e interpretarlo.

De acuerdo a los resultados obtenidos, se puede inferir que la joven tiene complicaciones al momento de comunicarse con los demás, le cuesta mucho realizar actividades sencillas que son necesarias para la comunicación como saludar a otra persona, iniciar conversaciones, sin embargo, lo hace durante unos minutos, y luego se queda callada y vuelve a observar algún libro o cosa que le llama la atención o alguna revista que a ella le gusta ver y que por lo general son su distracción favorita.

El área de Resolución de Problemas, es una de las habilidades más complejas, para comprender mejor se la define de la siguiente manera: es el acto y el resultado de resolver. Este verbo puede referirse a encontrar una solución para algo o a determinar alguna cuestión, en este caso un problema, entendido como una dificultad, contratiempo o un inconveniente.

El concepto de resolución de problemas está vinculado al procedimiento que permite solucionar una complicación. La resolución de un problema comienza con la identificación del inconveniente en cuestión. Después de todo, sino tiene conocimiento sobre la existencia de la contrariedad o no se la logra determinar con precisión, no habrá tampoco necesidad de encontrar una solución. En el caso de C., se observa mucha dificultad al momento de resolver algún problema en particular, probablemente por las características de personalidad que presenta, aparte de la dificultad de razonamiento en algunas actividades sencillas.

Cuadro N°3

Habilidades Sociales, Manejo de Emociones, Relaciones Interpersonales)

CASO 1: C.T.D.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>												
1.Sabe expresar sus emociones		x			x		x				x	
2.Cambia de expresión en diferentes situaciones	x			x			x			x		
3.Distingue sentimientos en los demás		x			x		x				x	
4.Se corresponden los gestos con los sentimientos		x			x		x				x	
5.Expresa adecuadamente sus emociones			x			x			x			x
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>												
<b>EVALUADOR</b>												
<b>PROFESOR(A)</b>												
<b>PADRE-MADRE</b>												
<b>PROMEDIO</b>												
1.Se acerca a otros compañeros con la intención de compartir		x			x		x				x	
2.Responde adecuadamente cuando le invitan a compartir		x			x		x				x	
3.Facilita la incorporación de otro compañero			x			x			x			x
4.Comparte sus pertenencias			x			x	x					x
5.Respeto las pertenencias de los demás	x			x				x		x		
6.Respeto las reglas establecidas	x			x			x			x		
7.Hace amigos fácilmente	x			x			x			x		
8.Reconoce los logros de los demás	x			x			x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Manejo de Emociones. A C., le cuesta mucho expresar sus emociones de manera adecuada debido a que hace 2 años perdió a su madre, y como es de suponer, le afectó mucho, así que cada vez que ve algo que le recuerda a su madre, ella se muestra triste, pero no expresa la emoción de la forma correcta. En algunas ocasiones tiene una mezcla de emociones, por lo que es difícil deducir qué le está pasando en ese momento, muchas veces podría confundirse con la emoción que ella desea expresar. Pareciera que está feliz, sin embargo, en ese momento se encuentra sumamente triste, y de un momento a otro se pone a llorar, C., es un caso sumamente especial, por ello es que se puso más énfasis para trabajar posteriormente esta área ya que se vio la necesidad de profundizar el manejo de emociones para que pueda al menos controlar algunas de las mismas, diferenciarlas y poderlas expresar de la manera correcta.

Cuadro N°4  
Habilidades Sociales  
(Tolerancia a la frustración)  
CASO 1: C.T.D.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN</b>												
1.Trata a los demás de forma dominante	x			x			x			x		
2.Tolera la demora a la hora de recibir ayuda	x					x	x			x		
3.Permite que los demás participen en la conversación	x			x			x			x		
4.Interrumpe a la persona que tiene la palabra			X			x	x					x
5.Se adapta a los cambios en las rutinas			X			x		x				x
6.Acepta fácilmente cambiar de actividad			X			x		x				x
7.Acepta los límites que se le imponen		x			x			x			x	
8.Asume sus propios errores sin abandonar la actividad		x			x		x				x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

La tolerancia a la Frustración, es una de las áreas con la cual las personas pueden intentar una y otra vez, espera con paciencia a que le ayuden en alguna tarea, y aceptar fácilmente cambiar de actividad, sin la necesidad de sentirse frustrado por no poder realizar la actividad que él o ella desean hacer en esa oportunidad. Y aceptar que la misma actividad se la puede realizar en otro momento.

En el caso de C., pocas veces acepta los límites que se le imponen, y algunas veces asume sus propios errores sin abandonar la actividad e intenta superarlo. Se podría decir que C., en general sí tiene tolerancia a la Frustración, debido a que tuvo que atravesar por un momento complicado, y muchas veces tratar de sobrellevar esa situación es sumamente difícil. Aunque a menudo para trabajar con C., se debe tener mucha paciencia, es una persona sumamente sensible.

Trabajar la tolerancia a la frustración, ayudó a que C., pueda aceptar algunos límites, y a asumir sus errores, para que comprenda y pueda ver que no todo sale como uno desea y no se frustre, y porque no decir, que la ayudó a ser un poco más

independiente de sus emociones, para que ella al momento de recordar alguna situación vivida no se sienta desprotegida.

### Cuadro N°5

#### Habilidades Sociales (Escucha)

#### CASO 2: R.E.P.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
ESCUCHA												
1. Mira a los ojos de las personas.		x			x		x				x	
2. Actitud abierta a la comunicación		x			x		x				x	
3. Gira su cuerpo en actitud de escucha	x			X			x			x		
4. Sabe escuchar a la persona	x			X			x			x		

Fuente Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

En el caso R.E. se trabajaron las 9 áreas de las habilidades sociales, sin embargo, existen áreas que en este caso en particular, requieren de un trabajo más minucioso.

La habilidad de escucha, es una de las áreas que es de vital importancia para que las personas puedan comunicarse mejor con los demás y escuchar con atención lo que las otras personas les dicen.

La escucha hace referencia a la acción de poner atención en algo que es captado por el sentimiento auditivo. El hecho de escuchar, por lo tanto, está vinculado a la audición y contempla un entramado psíquico y fisiológico que permite que una persona oiga. En el caso R.E. esta habilidad, no se encuentra muy desarrollada, probablemente porque tuvo algún percance en uno de sus oídos, cuando era más pequeño, muestra una actitud corporal abierta a la comunicación, cuando una persona le habla, o le dice algo; en algunas ocasiones responde inmediatamente, en otras debemos repetirle o llamarlo varias veces para que conteste y por ende levantamos la voz, para que pueda escucharnos.

Trabajar la habilidad de escucha en R.E., lo ayudó a poner más atención en las órdenes que se dé, cuando se esté realizando alguna tarea, de manera que se pueda estimular su sentido auditivo mediante el volumen de voz, de la persona que se encuentre como facilitadora.

Cuadro N°6

Habilidades Sociales (Asertividad, Normas de Cortesía, Distancia Interpersonal)

CASO 2: R.E.P.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR(A)			MADRE-PADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>ASERTIVIDAD</b>												
1.Pide lo que necesita de modo adecuado	x			X			x			x		
2.Defiende sus derechos		x			x			x			x	
3.Expresa lo que le gusta, lo que piensa		x			x			x			x	
4.Da negativas de forma adecuada		x			x			x			x	
5.Reacciona sin gritar		x			x		x				x	
6. Resuelve el conflicto sin agredir		x			x		x				x	
7. Acepta las críticas sobre su conducta.	x			X			x			x		
8. Señala las actitudes inadecuadas.			x			x	x					x
9.Se niega adecuadamente	x			X			x			x		
10.Pide ayuda correctamente	x			X			x			x		
<b>NORMAS DE CORTESÍA</b>												
<b>EVALUADOR</b>												
<b>PROFESOR(A)</b>												
<b>PADRE-MADRE</b>												
<b>PROMEDIO</b>												
1.Sonrie cuando saluda o se despide	x			X				x		x		
2.Utiliza un volumen de voz adecuada			x			x			x			x
3.Cuando es presentado da la mano	x			x			x			x		
4.Saluda al entrar a un lugar	x			x			x			x		
5.Se despide al abandonar un lugar	x			x			x			x		
6.Pide las cosas "Por favor"	x			x			x			x		
7.Da las gracias	x			x			x			x		
8.Pide disculpas a los adultos	x			x			x			x		
<b>DISTANCIA INTERPERSONAL</b>												
<b>EVALUADOR</b>												
<b>PROFESOR (A)</b>												
<b>PADRE-MADRE</b>												
<b>PROMEDIO</b>												
1.Mantiene la distancia adecuada	x			x			x			x		
2.Abusa del contacto			X			x			x			x

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

La asertividad es un modelo de relación interpersonal que consiste en conocer los propios derechos y defenderlos, respetando a los demás. (“Asertividad” recuperado de <http://definición>)

R.E., es una persona muy expresiva, conoce muy bien todos los derechos que tiene que tener cada ser humano, además cabe recalcar que R.E., tiene un trabajo fuera de

la Fundación, el mismo consiste en entregar fichas a las personas que frecuentan la cooperativa “Madre y Maestra”, ya desde hace algunos meses atrás.

Él es una persona asertiva en algunas situaciones, es muy cuidadoso con algunos de sus comportamientos, diferencia muy bien algunas situaciones de conflicto, y trata de sobrellevar la situación, de la manera más adecuada, sin utilizar la fuerza física.

Cuando desea decirle algo a algunos de sus compañeros, le dice pensando muy cuidadosamente y por lo general manifiesta algunos cumplidos, cómo ser: “Carla, te quiero mucho”, “Edwin, te quiero mucho”, se observa que expresa estos sentimientos desde lo más profundo de su corazón, es muy genuino.

#### Cuadro N° 7

#### Habilidades Sociales (Comunicación, Resolución de Problemas, Autoestima)

#### Caso 2: R.E.P.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)</b>												
1.Sabe presentarse a los demás	x			x			x			x		
2.Inicia conversaciones	x			x			x			x		
3.Responde a las preguntas		x			x		x				x	
4.Expresa verbalmente sus deseos		x			x		x				x	
5. Expresa sus quejas verbalmente		x			x		x				x	
<b>RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS</b>												
EVALUADOR												
PROFESOR(A)												
PADRE-MADRE												
PROMEDIO												
1.Sabe buscar soluciones	x				x		x			x		
2.Distingue una situación problemática	x			x					x	x		
3.Pone en práctica soluciones		x			x		x			x		
<b>AUTOESTIMA</b>												
EVALUADOR												
PROFESOR(A)												
PADRE-MADRE												
PROMEDIO												
1. Demuestra malestar cuando su apariencia no es adecuada.			X			x		x				x
2.Expresa agrado ante un cambio	x			x			x			x		
3.Cuida su imagen externa		x			x		x				x	
4.Tiene confianza en sí mismo		x			x			x			x	
5.Reconoce sus cualidades		x			x		x				x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

La comunicación es un proceso de intercambio de información, en el que un emisor transmite a un receptor algo a través de un canal esperando que posteriormente, se produzca una respuesta de dicho receptor, en un contexto determinado.

En el caso de R.E., el área de comunicación, está más desarrollada, dado que tiene una estimulación constante, y dentro de su familia, su hermana que es con la cual vive actualmente está constantemente tratando de que mejore su lenguaje verbal, aunque algunas veces no se deja entender, y se desespera en los momentos que quiere comentar algo o cuando él desea responder a alguna pregunta que se le realiza en determinadas ocasiones.

Su lenguaje no verbal es muy expresivo, dado que él a diferencia de otros compañeros, es una persona que tiene mucho cariño, y al momento de expresar algún cumplido lo demuestra adecuadamente con los gestos.

La autoestima, es una de las habilidades que se debe mejorar para fortalecerla, ésta es la valoración, generalmente positiva, de uno mismo. Es un sentimiento valorativo de nuestro conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que forman la personalidad. (Recuperado de <http://definicionn.de/autoestima/>)

Se percibe que la misma no está totalmente consolidada aunque algunas veces cuando se le pide que diga cosas positivas de sí mismo, reconoce ciertas cualidades. Sin embargo, es necesario fortalecer esta área, para que R.E., cuando desee realizar alguna tarea, sienta la confianza en sí mismo, y tenga la potestad de decir yo sí puedo, y no se frustre al momento de tener alguna tarea que presente mucha dificultad.

Cuadro N°8

Habilidades Sociales (Manejo de emociones, Relaciones interpersonales)

CASO R.E.P.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>												
1.Sabe expresar sus emociones	x			x			x			x		
2.Cambia la expresión ante diferentes situaciones	x			x			x			x		
3.Distingue sentimientos en los demás	x			x			x			x		
4.Se corresponden los gestos con los sentimientos	x			x			x			x		
5.Expresa adecuadamente las distintas emociones	x			x			x			x		
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>												
1.Se acerca a otros compañeros a compartir		X			x			x			x	
2.Responde adecuadamente cuando le invitan a compartir	x			x			x			x		
3.Facilita la incorporación de un compañero		X			x			x			x	
4.Comparte sus pertenencias			x		x				x			x
5.Respeto las pertenencias	X			x			x			x		
6.Respeto las reglas establecidas	X			x			x			x		
7.Hace amigos fácilmente	X			x			x			x		
8.Reconoce los logros de los demás	X			x			x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Como se puede percibir en la gráfica R., no presenta dificultad en el manejo de emociones, debido a que él cuenta con estimulación temprana por parte de las personas, que lo rodean, sin embargo, en cuanto a las relaciones interpersonales, le cuesta compartir algunas de sus pertenencias con sus compañeros especialmente.

Cuadro N°9

Habilidades Sociales (Tolerancia a la frustración)

CASO: R.E.P.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>TOLERANCIA A LA FRUSTRACION</b>												
1.Trata a los demás de forma dominante			x			x			x			x
2..Tolera la demora a la hora de recibir ayuda	x			x				x		x		
3.Permite que los demás participen en la conversación	x			x			x			x		
4.Interrumpe a la persona que tiene la palabra			x			x			x			x
5.Se adapta a los cambios en sus rutinas	x											
6.Acepta fácilmente cambiar de actividad	x				x		x			x		
7.Acepta los límites que se le imponen	x			x			x			x		
8.Asume sus propios errores sin abandonar la actividad		x		x			x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Según a los resultados obtenidos se puede inferir que R.E., sí tiene tolerancia a la frustración, debido a que espera pacientemente recibir ayuda, cuando lo requiere, además permite que los demás participen en la conversación, que se está realizando en un determinado momento, y asume sus propios errores sin abandonar la actividad e intenta mejorar la tarea que se está efectuando.

CUADRO N°10

Habilidades Sociales (Escucha, Asertividad)

CASO 3: E.G.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>ESCUCHA</b>												
1.Mira a los ojos de las personas		x				x	x				x	
2.Actitud corporal abierta a la comunicación		x				x	x				x	
3.Gira su cuerpo en actitud de escucha	x				x		x			x		
4.Sabe escuchar	x			x			x			x		
<b>ASERTIVIDAD</b>												
<b>EVALUADOR</b>												
<b>PROFESOR(A)</b>												
<b>PADRE-MADRE</b>												
<b>PROMEDIO</b>												
1. Pide lo que necesita de modo adecuado.		x				x	x				x	
2.Defiende sus derechos correctamente	x					x	x			x		
3.Expresa lo que le gusta		x		x			x			x		
4.Da negativas de forma adecuada		x			x			x			x	
5.Reacciona sin gritar	x			x					x	x		
6.Resuelve el conflicto sin agredir	x					x			x			x
7.Acepta las críticas sobre su conducta		x				x			x			x
8.Señala las actitudes inadecuadas	x					x			x			x
9.Se niega adecuadamente	x					x	x			x		
10.Pide ayuda correctamente		x				x	x				x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

En el caso E.G. Las habilidades que se requirieron trabajar con mayor énfasis son las siguientes: Asertividad, Normas de Cortesía, Comunicación, Resolución de Problemas, Manejo de Emociones

En el caso de E.G., el adolescente no comprende qué es lo que significa asertividad, es importante explicarle e inculcarle a asumir esta postura,, mostrarle la forma correcta de expresarse y que la misma le ayude a establecer relaciones interpersonales más prácticas y auténticas.

E.G., confunde muchas veces la asertividad al responder con risas ante alguna agresión, por parte de algunos de sus compañeros. Es importante desarrollar la habilidad de Asertividad en E.G., ya que es necesario para que él pueda decodificar algunos de los mensajes que se dan en las relaciones interpersonales.

### CUADRO N°11

#### Habilidades Sociales (Normas de cortesía)

#### CASO 3: E.G.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
NORMAS DE CORTESÍA												
1.Sonrie cuando saluda o se despide	x			x			x			x		
2.Utiliza un volumen de voz adecuado			x			x			x			x
3.Cuando es presentado da la mano		x			x		x				x	
4.Saluda al entrar a un lugar		x			x		x				x	
5.Se despide al abandonar un lugar		x			x		x				x	
6.Pide las cosas por favor		x			x			x			x	
7.Da las gracias		x		x			x			x		
8.Pide disculpas			x			x						x

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Las Normas de Cortesía, juegan un papel fundamental en las habilidades sociales, entre ellas saludar, decir buenos días, buenas tardes, buenas noches, pedir disculpas, pedir por favor, decir gracias, son normas que se han ido descuidando actualmente, y por ende se deben fortalecer para que E.G., pueda mejorar su comunicación, cabe recalcar que él no tiene el lenguaje verbal muy desarrollado, y le cuesta mucho expresar alguna palabra completa o decir una frase para que le pueda entender.

Muchas veces, aunque no se le entiende E.G., desea comentar algo y debemos volver a pedirle que repita, de manera más lenta y con calma para poder comprenderlo mejor. Cuando llega al aula donde se pasa las clases correspondientes, muchas veces

no saluda, no responde a las personas que le hablan, probablemente porque no escucha, o simplemente las personas que les hablan no tienen el tono de voz adecuado.

## CUADRO N° 12

### Habilidades Sociales (Distancia Interpersonal, Comunicación, Resolución de Problemas, Autoestima)

#### CASO 3:E.G.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR(A)			MADRE-PADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>DISTANCIA INTERPERSONAL</b>												
1.Mantiene la distancia adecuada	x					x	x			x		
2.Abusa del contacto físico			x			x			x			x
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)</b>												
1.Sabe presentarse a los demás		x			x		x				x	
2.Inicia conversaciones			x			x	x					x
3.Responde a las preguntas		x				x	x				x	
4.Expresa verbalmente sus deseos			x			x	x					x
5.Expresa sus quejas verbalmente			x			x	x					x
<b>RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS</b>												
1.Ante un problema sabe buscar soluciones			x			x			x			x
2.Distingue una situación problemática			x			x			x			x
3.Pone en práctica soluciones			x			x			x			x
<b>AUTOESTIMA</b>												
1.Demuestra malestar cuando su apariencia no es la adecuada		x				x	x				x	
2.Expresa agrado ante su experiencia		x				x	x				x	
3.Cuida su imagen externa		x			x			x			x	
4.Tiene confianza en sí mismo		x			x		x				x	
5.Reconoce sus cualidades	x					x	x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

El área de la Resolución de Problemas, es la capacidad de resolver problemas con eficacia y agilidad para dar soluciones a problemas detectados, emprendiendo las acciones correctoras necesarias con sentido común, sentido del coste e iniciativa.

Esta cualidad supone tomar acción de manera pre-activa, ante las dificultades sin pérdida de tiempo y atendiendo a las soluciones que marca el sentido común, pensando en las repercusiones que pueden tener en un plazo más amplio.

Los pasos a seguir para solucionar los problemas son: definir el problema, buscar alternativas de solución, valorar las consecuencias positivas y negativas de cada alternativa y elegir las más conveniente. (Resolución de Problemas recuperado de [www.csintranet.org/competenciaslaborales/index.php?option=com\\_content&view=article&id=172:competencias](http://www.csintranet.org/competenciaslaborales/index.php?option=com_content&view=article&id=172:competencias)).

En el caso de E.G., la resolución de los problemas es un área sumamente complicada para él, debido a que le cuesta mucho realizar algunas tareas sencillas, probablemente porque no presta mucha atención, y tal vez porque las tareas o actividades les parecen un poco aburridas.

Él es una persona de actitudes cambiantes, en su diario vivir puede estar muy tranquilo, sin embargo cuando alguno de sus compañeros le dice algo, él siente que le están molestando, entonces realiza algunos gestos un poco desagradables para la situación. E.G., no puede resolver sus problemas, cuando intenta resolverlos, realiza conductas que no son adecuadas.

### CUADRO N° 13

#### Habilidades Sociales (Manejo de Emociones, Relaciones Interpersonales, Tolerancia a la Frustración)

#### CASO 3:E.G.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			MADRE-PADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>												
1.Sabe expresar sus emociones		x				x	x				x	
2.Cambia la expresión ante diferentes situaciones		x				x	x				x	
3.Distingue sentimientos		x				x	x				x	
4.Se corresponden los gestos con los sentimientos			X		x		x				x	
5.Expresa adecuadamente sus emociones			X		x			x			X	
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>												
<b>EVALUADOR      PROFESOR(A)      MADRE-PADRE      PROMEDIO</b>												
1.Se acerca con la intención de compartir	x			x			x			x		
2.Responde adecuadamente		x			x			x			x	
3.Facilita la incorporación de otro compañero		x			x			x			x	
4.Comparte sus pertenencias	x			x			x			x		
5.Respeto las pertenencias de los demás	x			x			x			x		
6.Respeto las reglas establecidas	x			x			x			x		
7.Hace amigos fácilmente		x			x				x		x	
8.Reconoce los logros de los demás		x		x			x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

El Manejo de Emociones, empieza con la capacidad de reconocer los sentimientos y pensamientos propios, teniendo la sensibilidad y la empatía para identificar los ajenos y de esa manera dirigirlos y expresarlos sanamente. El manejo de emociones empieza al permitir que cada persona sea muy sincera consigo misma y revisar desde lo más profunda de su esencia.([www.autoestima-y-exito-personal.com/manejo-de-las-emociones-html](http://www.autoestima-y-exito-personal.com/manejo-de-las-emociones-html)).

En cuanto al manejo de emociones, E.G., si bien reconoce las emociones básicas de cada ser humano, no las puede expresar adecuadamente. E.G., es una persona con la

cual se debe fortalecer, el manejo de las distintas emociones de forma adecuada, y pueda diferenciarla de manera correcta.

### CUADRO N° 14

#### Habilidades Sociales (Escucha, Asertividad)

#### Caso 4: J.V.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>ESCUCHA</b>												
1.Mira a los ojos de las personas	x			x					x	x		
2.Actitud corporal abierta a la comunicación		x		x					x		x	
3.Gira su cuerpo en actitud de escucha			x			x	x					x
4.Sabe escuchar	x			x			x			x		
<b>ASERTIVIDAD</b>												
1.Pide lo que necesita de modo adecuado			x		x			x			x	
2.Defiende sus derechos correctamente			x			x	x					x
3.Expresa lo que le gusta			x			x	x					x
4.Da negativas de forma adecuada			x			x	x					x
5.Reacciona sin gritar	x			x				x		x		
6.Resuelve el conflicto sin agredir	x			x			x			x		
7.Acepta las críticas sobre su conducta		x			x		x				x	
8.Señala actitudes inadecuadas			x			x	x					x
9.Se niega adecuadamente			x			x	x					x
10.Pide ayuda correctamente			x			x	x					x

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

La asertividad, es una parte de las habilidades sociales, aquellas que reúnen las conductas y pensamientos que nos permiten defender los derechos de cada uno sin agredir ni ser agredido.

Una de las razones por la cual la gente es poco asertiva, es debido a que piensan que no tienen derecho a sus creencias, derechos u opiniones. En este sentido, el entrenamiento asertivo no consiste en convertir personas sumisas en acusadoras, sino

a enseñar que la gente tiene derecho a defender sus derechos ante situaciones que a todas luces son injustas.

([www.psicologia-online.com/movil/autoayuda/hhss/HHSS4.htm](http://www.psicologia-online.com/movil/autoayuda/hhss/HHSS4.htm))

J.V., no puede responder cuando se le pregunta que es asertividad no puede responder de la forma correcta, tal vez porque es una palabra nueva para ella, entonces se le debe explicar, con palabras que ella pueda comprender mejor, aun así a J.V., se le debe repetir constantemente la misma frase hasta que logra comprender la orden.

### CUADRO N°15

#### Habilidades Sociales

#### Caso 4:J.V.

(Normas de Cortesía, Autoestima, Distancia Interpersonal)

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
NORMAS DE CORTESIA												
1.Sonrie cuando saluda o se despide de alguien		x			x		x				x	
2.Utiliza un volumen de voz adecuado		x			x			x			x	
3.Cuando es presentado, da un abrazo o la mano	x			x			x			x		
4.Saluda al entrar a un lugar		x				x	x			x		
DISTANCIA INTERPERSONAL												
1.Mantiene la distancia adecuada			x			x			x			x
2.Abusa del contacto físico	x				x		x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

En cuanto a las normas de cortesía J, sonrío cuando saluda o se despide de alguna persona, aunque en muchos casos no lo hace debido a que para ella lo más importante es observar algunos detalles que le llaman la atención.

Y en muchas ocasiones no mantiene la distancia adecuada, y abusa del contacto físico, es importante trabajar esta área debido a los diferentes cambios de conducta.

### Cuadro N°16

#### Habilidades Sociales

Caso 4:J.V. (Distancia Interpersonal, Comunicación, Resolución de Problemas, Autoestima)

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR(A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
1.Sabe presentarse a los demás	x			x					x	x		
2.Inicia conversaciones	x			x			x			x		
3.Responde a las preguntas		X			x		x				x	
4.Expresa verbalmente sus deseos e ideas	x			x			x			x		
5.Expresa sus quejas verbalmente												
RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
1.Sabe buscar soluciones		X			x				x		x	
2.Distingue una situación problemática		X			x		x				x	
3.Pone en prácticas soluciones		X			x		x				x	
AUTOESTIMA	EVALUADOR			PROFESOR			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
1.Demuestra malestar cuando su apariencia no es adecuada	x			x			x			x		
2.Expresa agrado ante su apariencia	x			x			x			x		
3.Cuida su imagen externa		X			x		x				x	
4.Tiene confianza en sí mismo			x			x	x					x
5.Reconoce sus cualidades			x			x	x					x

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

Un problema se define como una situación en la cual un individuo desea hacer algo, pero desconoce el curso de la acción necesaria para lograr lo que quiere (Newell y Simon, 1972), o como una situación en la cual un individuo actúa con el propósito de alcanzar una meta utilizando para ello alguna estrategia en particular (Chi y Glaser, 1983).

Los problemas son situaciones nuevas que requieren que los individuos respondan con comportamientos nuevos. Resolver un problema implica realizar tareas que

demandan procesos de razonamientos más o menos complejos y no simplemente una actividad asociativa y rutinaria.

La resolución de problemas es un área que tiene la finalidad, de mejorar la confianza del adolescente o joven en su propio pensamiento, potenciar las habilidades y capacidades para aprender, comprender y aplicar los conocimientos y favorecer la consecución de un grado elevado de autonomía intelectual que le permita continuar su proceso de formación.

(<http://innovacioneducativa.ump.es/competenciasgenericas/formacionyevaluacion/resolucionProblemas>)

J.V., tiene mucha dificultad al momento de resolver algunos problemas, enseñarle a resolverlos, ayudará a que ella tenga mayor confianza en sí misma, y no dejar ningún problema sin resolver; a distinguir una situación problemática de otra que no lo es, y resolverlos de manera correcta, buscar las soluciones más pertinentes, y ponerlas en prácticas. Son aspectos que en J.V., se deben fortalecer para mejorar su relación interpersonal.

## CUADRO N° 17

### Habilidades Sociales (Manejo de Emociones, Relaciones Interpersonales)

#### CASO 4:J.V.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>												
1.Sabe expresar sus emociones	X			x			x			x		
2.Cambia la expresión ante diferentes situaciones	X			x			x			x		
3.Distingue sentimientos en los demás	X			x			x			x		
4.Se corresponden los gestos con los sentimientos			x			x	x					x
5.Expresa las distintas emociones que tiene		x			x		x				x	
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>												
1.Se acerca a otros compañeros con la intención de compartir	x			x					x	x		
2.Responde adecuadamente cuando le invitan a compartir	x			x			x			x		
3.Facilita la incorporación de otro compañero al grupo	x			x			x			x		
4.Comparte sus pertenencias			x			x	x					x
5.Respeto las pertenencias		x			x			x			x	
6.Respeto las reglas establecidas		x			x		x				x	
7.Hace amigos fácilmente	x			x					x	x		
8.Reconoce los logros de los demás	x			x					x	x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

Las relaciones interpersonales son lo opuesto a las relaciones intrapersonales, aquellas que una persona establece en su interior y que tienen como objetivo fortalecer su yo individual. Las relaciones interpersonales son asociaciones entre dos o más personas. Estas asociaciones pueden basarse en ciertas características que son similares, como ser las emociones, sentimientos, como el amor y el gusto, el interés por los negocios y por las actividades sociales.

En cuanto a las relaciones interpersonales J.V., no respeta las reglas establecidas, no respeta las pertenencias de los demás, es una persona que por lo general para aislada

de su grupo de compañeros, no se relaciona, y cuando comienzan a querer entablar alguna conversación con algunos de ellos, es muy breve.

Ella no respeta las pertenencias de los demás, a veces las toma de sus compañeros y no desea devolverles, ella desea quedarse con ese objeto.

Trabajar las relaciones interpersonales ayudará a que J.V., pueda relacionarse mejor con sus compañeros y pueda respetar las pertenencias de los demás para que la relación que ella establezca sea más productiva.

### CUADRO N°18

#### Habilidades Sociales (Tolerancia a la Frustración)

#### CASO 4: J.V.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN</b>												
1.Trata a los demás de forma dominante		x				x	x				x	
2.Tolera la demora a la hora de recibir ayuda			x			x			x			x
3.Permite que los demás participen en la conversación	x			x			x			x		
4.Interrumpe a la persona que tiene la palabra	x			x			x			x		
5.Se adapta adecuadamente a los cambios en sus rutinas			x			x		x				x
6.Acepta fácilmente cambiar de actividad			x			x		x				x
7.Acepta los límites que se le imponen			x			x		x				x
8.Asume sus propios errores sin abandonar la actividad			x			x	x					x

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

La frustración es un sentimiento que aparece cuando no conseguimos lo que queremos no cuando nos suceden situaciones no deseadas. Según la intensidad del sentimiento y nuestras características personales, podemos reaccionar ante ella con

enfado, angustia, ansiedad, etc., de alguna manera tenemos la creencia errónea de que las emociones negativas no forman parte de nuestra vida y ese tipo de sentimientos nos hace sentir fracasados, cuando simplemente son la respuesta adecuada a la situación que atravesamos.

En la infancia creemos que todo el mundo gira alrededor nuestro, que lo merecemos todo y en el instante preciso que lo requerimos, no sabemos esperar, porque no tenemos desarrollado el concepto del tiempo, ni la empatía suficiente para pensar en los deseos y necesidades de los demás.

Es entonces cuando se empieza a aprender a tolerar la frustración, cuando nos ponen límites y nos sentimos “despojados” de lo que “necesitamos” en un determinado instante. (<http://mjdunjo.com/2011/01/10/tolerancia-a-la-frustracion/>.)

La tolerancia a la frustración en J.V., es muy baja, debido a que al momento de pedir ayuda comienza a insistir, y no es capaz de esperar un momento, para que la otra persona le pueda ayudar. En algunas ocasiones cuando se cambia la actividad que se está realizando por alguna situación J.V., no se adapta al cambio de la actividad, y por ende le cuesta mucho estar atenta a lo que se está realizando en ese momento, y no acepta los límites que se le imponen, es una persona muy rebelde, está acostumbrada a pedir y a recibir, sin esperar, se inquieta mucho, es una persona con la cual hay que tener mucha paciencia.

CUADRO N° 19

Habilidades Sociales (Escucha, Asertividad)

CASO 5: K.A.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
ESCUCHA												
1.Mira a los ojos de las personas			x			x	x					x
2.Actitud corporal abierta a la comunicación			x			x	x					x
3.Gira su cuerpo en actitud de escucha		x			x		x				x	
4.Sabe escuchar	X			x			x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

La escucha es la acción y el efecto de escuchar que significa usar el sentido del oído para apropiarse de información, u cualquier otro sonido del entorno, como música, canto de las aves, ruidos del tránsito, ladrillos, maullidos, etc.

La escucha activa implica una estrategia de aprendizaje que consiste en prestar una atención especial a la información, que llega a través del canal auditivo, para tratar de entenderla, analizarla, sintetizarla, criticarla, cuestionarla e incorporarla o no, según el caso, a nuestras propias ideas y conceptos. (<http://deconceptos.com/ciencias-sociales/escucha-activa>).

La escucha no está muy desarrollada en K.A., es un joven que sigue las instrucciones, gira su cuerpo en actitud de escucha cuando alguien le da alguna orden, en algunas ocasiones K.A. no escucha, o tal vez porque realmente no está prestando atención en ese momento.

## CUADRO N°20

### Habilidades Sociales (Asertividad, Normas de Cortesía)

#### CASO 5: K.A.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR(A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>ASERTIVIDAD</b>												
1.Pide lo que necesita de modo adecuado	X			x			x			x		
2.Defiende sus derechos correctamente		x			x		x				x	
3.Expresa lo que le gusta		x			x		x				x	
4.Da negativas de forma adecuada	X			x			x			x		
5.Reacciona sin gritar	X			x				x		x		
6.Resuelve el conflicto sin agredir	X			x			x			x		
7.Acepta las críticas sobre su conducta			x			x	x			x		
8.Señala actitudes inadecuadas		x			x		x				x	
9.Se niega adecuadamente		x			x		x				x	
10.Pide ayuda correctamente		x				x	x				x	
<b>NORMAS DE CORTESÍA</b>												
	EVALUADOR			PROFESOR(A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
1.Sonrie cuando saluda o se despide		x			x		x				x	
2.Utiliza un volumen de voz adecuada			x			x			x			x
3.Cuando es presentado da la mano		x			x		x				x	
4.Saluda al entrar a un lugar		x			x			x			x	
5.Se despide al abandonar un lugar		x			x			x			x	
6.Pide las cosas "por favor"	X			x			x			x		
7.Da las gracias		x			x		x			x		
8.Pide disculpas a los adultos	X			x			x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

La cortesía surge de una entrega auténtica y de ceder voluntariamente al otro parte de nuestro poder y quizás de nuestra comodidad. De poco nos servirá ser las personas más cultas y correctas si estas cualidades no nos proporcionan la sensación de bienestar y paz que obtenemos al dar un poco de nosotros mismos.

Se debe tratar con respeto a las demás personas, así nuestra relación interpersonal será más clara y también las demás personas nos respetarán.  
([www.leonismoargentino.com.ar/INST484.htm](http://www.leonismoargentino.com.ar/INST484.htm))

Las normas de cortesía son frases que se usa en la conversación para expresar nuestro agradecimiento: como ser Buenos días, Buenas noches, Buenas tardes, Gracias, Con permiso, Disculpa, Muy amable, Pase usted, Por favor.

Practicar las normas de cortesía ayudará a que K.A. se sienta más cómodo consigo mismo, la forma de estrechar las manos, de forma correcta, dar un abrazo.

Siempre es muy cortés, ir de visita, llevar algún pequeño obsequio.

Las Normas de Cortesía en K.A., no están fortalecidas, muchas veces se olvida de saludar, no responde adecuadamente cuando alguien le saluda, y en otras ocasiones no da las gracias cuando alguien le ofrece algo, es por esa razón que se trabajará con mayor profundidad para fortalecer las mismas.

#### CUADRO N°21

#### Habilidades Sociales (Distancia Interpersonal, Comunicación, Resolución de Problemas)

#### CASO 5:K.A.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR(A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>DISTANCIA INTERPERSONAL</b>												
1.mantiene la distancia adecuada	X			x			x			x		
2.abusa del contacto físico			x			x			x			x
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)</b>												
1.sabe presentarse a los demás		x			x		x				x	
2.inicia conversaciones		x			x		x				x	
3.responde a las preguntas	x			x			x			x		
4.expresa verbalmente sus deseos, ideas	x			x			x			x		
5.expresa sus quejas verbalmente	x					x	x			x		
<b>RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS</b>												
1.ante un problema sabe buscar soluciones		x				x	x				x	
2.distingue una situación problemática		x				x	x				x	
3.pone en prácticas soluciones		x				x	x				x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

K., es un joven que sabe presentarse a los demás e inicia conversaciones en alguna ocasión, sin embargo cuando se le pregunta algo, responde de manera adecuada, en algunas oportunidades busca solución ante un problema determinado, y pone en práctica esas soluciones, aunque los realiza con mucha dificultad.

## CUADRO N°22

### Habilidades Sociales (Autoestima, Manejo de Emociones)

#### CASO 5: K.A.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
AUTOESTIMA												
1. Demuestra malestar cuando su apariencia no es adecuada	x				x		x			x		
2. Expresa agrado ante un cambio en su apariencia	x			x			x			x		
3. Cuida su imagen externa		x			x		x				x	
4. Tiene confianza en sí mismo		x			x		x				x	
5. Reconoce sus cualidades		x				x	x				x	
MANEJO DE EMOCIONES												
1. Sabe expresar sus emociones		x			x		x				x	
2. Cambia la expresión ante diferentes situaciones	x			x			x			x		
3. Distingue sentimientos en los demás	x					x	x			x		
4. Se corresponde los gestos con los sentimientos		x			x		x				x	
5. Expresa adecuadamente sus emociones		x			x		x				x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

La Autoestima, se define como la forma en que nos valoramos. Algunas personas tienen un amor propio muy alto y otros una autoestima bastante baja.

El objetivo es contar con una autoestima adecuada, que no sea demasiado alta ni demasiado baja. Aquellos que tienen una autoestima bastante alta pueden tomar más riesgos en la vida, porque se sienten casi invencibles.

Por otro lado, aquellos que tienen baja autoestima, pueden no probar cosas nuevas o no tener una vida social activa, y sufren de depresión y otros problemas de salud mental.

Según la definición del diccionario Merriam Webster, significa:

Confianza, una razonable o un justificable sentido de valor o importancia hacia uno. Un frecuente injustificado sentimiento de estar satisfecho con uno mismo o con una situación o logro. Gran fe en uno mismo y sus habilidades.(www.laautoestima.com).

K.A., tiene muy baja autoestima, y eso no es conveniente para su desarrollo social, ya que es necesario que él, como joven pueda realizar cosas nuevas, y actividades que son adecuadas para su edad.

El Manejo de Emociones empieza con la capacidad de reconocer los sentimientos y pensamientos propios, teniendo la sensibilidad y la empatía para identificar los ajenos y de esa manera dirigirlos y expresarlos sanamente.

(<http://tallerdecompetenciasdidacticas.blogspot.com/2013/02/manejo-de-emociones-definiciones-y-citas.html?m=1>).

Para Daniel Goleman “es la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar adecuadamente nuestras emociones, en nosotros mismos y en nuestras relaciones para manejar los sentimientos de tal manera que puedan ser expresados adecuadamente y con afectividad, permitiendo la sana convivencia y el conocimiento de uno mismo”.

La intensidad emocional varía de una persona a otra. Las personas con intensidad emocional alta sienten y expresan sus emociones más intensamente que otras.

En algunos casos, algunas personas reaccionan de diferente manera ante un determinado estímulo. Las personas con intensidad emocional alta sienten y expresan sus emociones más intensamente que otras. Algunas se sienten frustradas, furiosas o molestas.

Sin embargo trabajar con esfuerzo, práctica y voluntad de triunfar, ellas pueden desarrollar esta destreza.

Las personas que hacen un buen trabajo en el manejo de emociones, y saben cómo y cuándo expresarlos, saben escoger la forma de reaccionar en vez de dejar que las emociones los influencien a hacer o decir cosas de las que luego se arrepienten.

El manejo de las emociones ayudará a que K.A., reconozca sus propios sentimientos y pueda expresarlos de la forma más adecuada posible, para que pueda expresarlos según a la situación que se le presente en determinado momento.

Para manejar las emociones es necesario el autoconocimiento, dado que al momento de tener una buena autoestima, y un autoconocimiento adecuado sobre las emociones básicas, como ser la tristeza, la alegría, el enojo, el desagrado, el autocontrol ayudará a que K.A.pueda expresar sus emociones de manera adecuada, la automotivación, ayudará a que pueda realizar tareas cada vez más complejas, la empatía ayudará a que él pueda, ponerse en el lugar de la otra persona y comprender su situación.

## CUADRO N°23

### Habilidades Sociales (Relaciones Interpersonales, Tolerancia a la frustración)

#### CASO 5: K.A.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>												
1. Se acerca a otros compañeros a compartir	x			x			x			x		
2. Responde cuando otro le invita a compartir		x			x		x				x	
3. Facilita la incorporación de un compañero al grupo		x			x		x				x	
4. Comparte sus pertenencias		x		x			x			x		
5. Respeta las pertenencias de los demás	x			x			x			x		
6. Respeta las reglas establecidas	x			x			x			x		
7. Hace amigos fácilmente		x			x		x				x	
8. Reconoce los logros de los demás	x			x			x			x		
<b>TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN</b>												
1. Trata a los demás de forma dominante			x			x			x			x
2. Tolerancia a la demora a la hora de recibir ayuda	x			x			x			x		
3. Permite que los demás participen en la conversación	x			x			x			x	x	
4. Interrumpe a la persona que tiene la palabra			x			x		x				x
5. Se adapta a los cambios en sus rutinas	x			x			x			x		
6. Acepta fácilmente cambiar de actividad	x			x			x			x		
7. Acepta los límites que se le imponen	x				x		x			x		
8. Asume sus propios errores sin abandonar la actividad e intenta superarlos		x		x			x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

En cuanto a las relaciones interpersonales K., se acerca a otros compañeros con la intención de compartir, y por lo tanto facilita la incorporación de otro de sus compañeros al grupo con el cual están llevando alguna actividad.

K., por lo general hace amigos fácilmente, esto contribuye a su relacionamiento con el entorno que le rodea.

## CUADRO N°24

### Habilidades Sociales (Escucha, Asertividad)

#### CASO 6: L.A.R.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>ESCUCHA</b>												
1.Mira a los ojos de las personas	X			x			x			x		
2.Actitud corporal abierta a la comunicación	X			x			x			x		
3.Gira su cuerpo en actitud de escucha		x			x		x				x	
4.Sabe escuchar		x			x			X			x	
<b>ASERTIVIDAD</b>												
1.Pide lo que necesita de modo adecuado			x			x	x					x
2.Defiende sus derechos correctamente	X				x		x			x		
3.Expresa lo que le gusta	X			x			x			x		
4.Da negativas de forma adecuada	X					x			x			x
5.Reacciona sin gritar		x				x	x				x	
6.Resuelve el conflicto sin agredir		x				x	x				x	
7.Acepta las críticas sobre su conducta	X			x			x			x		
8.Señala actitudes inadecuadas			x			x	x					x
9.Se niega adecuadamente			x			x	x					x
10.Pide ayuda correctamente			x			x	x					x

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

En el caso de L., es un caso muy complicado, luego de las entrevistas previas con la profesora y con la madre, ambas refirieron que L.es una persona que tiene un comportamiento inadecuado, para la edad que tiene y que en algunas ocasiones es una persona demasiado impulsiva.

Entonces trabajar con L., es sumamente importante, porque al momento de trabajar con él, de alguna manera se autorregulará su conducta. Con él se trabajará varias áreas, que son pertinentes para su desenvolvimiento en la sociedad de la manera más adecuada posible, y sus relaciones interpersonales sean más eficaces y productivas.

La Asertividad, se sitúa en un punto intermedio entre dos conductas polares: la pasividad, que consiste en permitir que terceros decidan por nosotros, o pasen por alto nuestras ideas; y por otro lado tenemos la agresividad, que se presenta cuando no somos capaces de sobrellevar alguna situación en particular.([www.psicoterapeutas.com/pacientes/asertividad.htm](http://www.psicoterapeutas.com/pacientes/asertividad.htm))

Emplear la asertividad es saber pedir, saber negarse, negociar y ser flexible para poder conseguir lo que se quiere, respetando los derechos del otro y expresando nuestros sentimientos de forma clara. La asertividad consiste también en hacer y recibir cumplidos y en hacer y aceptar sus quejas.

En el caso de L., cuando realiza una queja lo hace de manera inadecuada, es un joven hiperactivo, es inquieto, impulsivo, no presta atención a las actividades que se están desarrollando, y es necesario trabajar con él, en esta área para que pueda controlar algunos de sus impulsos, y tratar de que esa falta de atención, se revierta.

Si L., comienza a trabajar en el área de la asertividad, él comenzará a pedir algunas de las cosas que necesite de forma adecuada, aprenderá a respetar los derechos de los otros.

CUADRO N° 25

Habilidades Sociales

(Normas de cortesía, Distancia Interpersonal, Comunicación, Resolución de Problemas)

CASO 6: L.A.R.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>NORMAS DE CORTESIA</b>												
1.Sonríe cuando saluda o se despide		x			x			x			x	
2.Utiliza un volumen de voz adecuado		x		x			x			x		
3.Cuando es presentado da la mano	x			x			x			x		x
4.Saluda al entrar a un lugar		x			x			x			x	
5.Se despide al abandonar un lugar		x			x			x			x	
6.Pide las cosas "por favor"	x			x				x		x		
7.Da las gracias		x			x			x			x	
8.Pide disculpas a los adultos	x			x				x		x		
<b>DISTANCIA INTERPERSONAL</b>												
1.Mantiene la distancia adecuada			x			x	x					x
2.Abusa del contacto físico	x			x				x		x		
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)</b>												
1.Sabe presentarse a los demás	x			x			x			x		
2.Inicia conversaciones	x			x				x		x		
3.Responde a las preguntas		x			x			x			x	
4.Expresa verbalmente sus deseos e ideas	x			x			x			x		
5.Expresa sus quejas verbalmente	x			x			x			x		
<b>RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS</b>												
1.Ante un problema sabe buscar soluciones			x			x		x				x
2.Distingue una situación problemática	x			x					x			x
3.Pone en prácticas soluciones			x			x		x				x
<b>AUTOESTIMA</b>												
1.Demuestra malestar cuando su apariencia no es adecuada		x				x	x				x	
2.Expresa agrado ante un cambio en su apariencia		x				x	x				x	
3.Cuida su imagen externa			x			x	x					x
4.Tiene confianza en sí mismo		x			x		x				x	
5.Reconoce sus cualidades		x			x		x				x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

La cortesía es un comportamiento humano de buena costumbre; en la mejor expresión es el uso práctico de las buenas costumbres o las normas, es una expresión de las buenas maneras o del reconocimiento de las normas sociales que se consideran como correctas o adecuadas.

Se podría decir que se trata de expresiones hechas que se usan de manera bastante frecuente y que se considera que quien las emplea está demostrando su buena educación y también su respeto hacia la persona con la que está hablando.

Las normas de cortesía en L., están desarrolladas, aunque en algunas ocasiones se olvida de saludar, cuando está afuera de la fundación, cuando está en su casa, la mamá refiere que no da las gracias cuando se le ofrece algo, solo recibe y se va del lugar, aunque después vuelve a dar las gracias, tiene períodos en los cuales se olvida qué debe decir, si debe saludar, pedir permiso, dar las gracias, pedir disculpas.

La Resolución de Problemas, la solución de problemas es útil para reducir la ansiedad asociada a la incapacidad de toma de decisiones, una vez que se define el problema en cuestión y por lo tanto la meta planteada la meta a alcanzar, habrá que seleccionar las alternativas más adecuadas para que se asuman como propias.

Para resolver los problemas es necesario que L., tenga una participación activa en el desarrollo de cómo resolver los problemas que le están aquejando en ese momento.

Un problema es una situación que implica un no saber, o bien, una incompatibilidad entre dos ideas. También debe existir una necesidad para resolverlos, caso contrario no sería un problema. Los problemas prácticos están motivados por una necesidad de actuar, resolver una situación concreta, mientras que los problemas intelectuales están motivados por una necesidad de comprender, de saber, de conocer.([cursopsicologia.jimdo.com/resolución-de-problemas/?mobile=1](http://cursopsicologia.jimdo.com/resolución-de-problemas/?mobile=1))

Razón por la cual L., en el momento de resolver algún problema, se frustra, no puede resolverlos de manera adecuada, y no tiene tolerancia, tampoco asume sus propios errores, se debe trabajar con él la manera de cómo resolver los inconvenientes.

La Autoestima, es la valoración positiva o negativa que una persona hace de sí misma en función de los pensamientos, sentimientos y experiencias. Está relacionada con la autoimagen, que es el concepto que se tiene de uno mismo, y con la autoaceptación, que se trata del reconocimiento propio de las cualidades y defectos. La forma en que una persona se valora está influida en muchas ocasiones por agentes externos y puede

cambiar a lo largo del tiempo. En el caso L., su autoestima, es muy baja, tiene una valoración negativa hacia sí mismo, cuando comienza a comentar algunas de sus experiencias, se pone un poco triste, se frustra cuando no puede cumplir alguna actividad, se siente triste también cuando se le reconoce a otro compañero por su esfuerzo, que él también desea obtener.

CUADRO N°26

Habilidades Sociales

(Manejo de Emociones, Relaciones Interpersonales, Tolerancia a la Frustración)

CASO 6: L.A.R.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>												
1.sabe expresar sus emociones		x			x		x				x	
2.cambia la expresión ante diferentes situaciones	X			x					x	x		
3.distingue sentimientos en los demás	X			x					x	x		
4.se corresponde los gestos con los sentimientos			x			x	x					X
5.expresa adecuadamente sus emociones			x			x		x				X
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>												
1.se acerca a otros compañeros con la intención de compartir	x			x			x			x		
2.responde adecuadamente cuando le invitan a compartir			x			x		x				x
3.facilita la incorporación de otro compañero		x			x				x		x	
4.comparte sus pertenencias		x			x				x		x	
5.respeto las pertenencias de los demás			x			x	x					x
6.respeto las reglas establecidas			x			x	x					x
7.hace amigos fácilmente	x			x			x			x		
8.reconoce los logros de los demás		x			x		x				x	
<b>TOLERANCIA A LA FRUSTRACION</b>												
1.trata a los demás de forma dominante	x			x				X		x		
2.tolera la demora a la hora de recibir ayuda			x			x	x					x
3.permite que los demás participen en la conversación		x			x				x		x	
4.interrumpe a la persona que tiene la palabra	x			x			x			x		
5.se adapta a los cambios en sus rutinas			x			x	x					x
6.acepta fácilmente cambiar de actividad	x			x			x			x		
7.acepta los límites que se le imponen			x			x	x					x
8.asume sus propios errores sin abandonar la actividad	x					x	x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Las Relaciones Interpersonales, son relaciones sociales en las que se da una interacción recíproca entre dos o más personas, en la cual interviene la comunicación como en toda relación, y que nos ayuda a obtener información respecto al entorno donde nos encontremos, son aquellas que realizamos día a día, al comunicarnos con nuestros semejantes, son de mucha importancia en la vida del ser humano, una de las

principales causas por las que nos comunicamos es la necesidad de dar a conocer nuestro punto de vista.

Las relaciones interpersonales en L., están desarrolladas sin embargo, la relación con sus pares, no es adecuada, es un poco impulsiva, cuando entabla una comunicación con alguien, no mantiene el tono adecuado, su voz es bastante fuerte, al momento de realizar algún actividad dinámica donde se requiere la participación, es agresivo con sus compañeros y no respeta las reglas establecidas, y tampoco acepta los límites que se le imponen.

La frustración es el sentimiento que surge cuando no logramos conseguir lo que queremos o deseamos, esa reacción de molestia, ansiedad, depresión, angustia, enfado.

La frustración es parte de la vida, en muchas ocasiones no podemos evitarla, pero sí se puede aprender a manejarla y a superarla. Conforme vamos creciendo empezamos a vivir experiencias que nos generan frustración, ya que dejamos de querer solamente cosas básicas, para pasar a desear cosas que no son totalmente necesarias para nuestra supervivencia.

Es una tarea difícil, sin embargo para desarrollar la Tolerancia a la Frustración, la clave está en que desde pequeños se nos vaya inculcando a tener inmediatamente lo que uno desea, a saber esperar, a no desquiciarnos, y tener rabietas cuando nos piden una contraprestación o un tiempo para conseguirlo.

Es importante reconocer que el mundo no gira alrededor de lo que la mayoría de lo que cada uno de nosotros desea, sin embargo no siempre podemos conseguir las cosas que se desea alcanzar.

Las personas con baja Tolerancia a la Frustración, al tener una sensibilidad excesiva hacia todo aquello que sea desagradable, no toleran contratiempos, molestias o demoras en la satisfacción de sus deseos y no soportan ningún sentimiento o circunstancia desagradable.

([www.portalesmedicos.com/blogs/psicologaenvalencia/note/8564/estrategias-para-aumentar-la-tolerancia-a.html](http://www.portalesmedicos.com/blogs/psicologaenvalencia/note/8564/estrategias-para-aumentar-la-tolerancia-a.html)).

La tolerancia a la frustración ayudará a que L., pueda regular su conducta, y a comprender que esperar durante un determinado momento, no es malo, por el contrario es necesario, y a no frustrarse, cuando se presente algún contratiempo. Y él comprenda que en algunas ocasiones ocurren algunas demoras que no se las pueden sobrellevar.

### CUADRO N°27

#### Habilidades sociales (Escucha, asertividad)

#### CASO 7: M.V.M

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>ESCUCHA</b>												
1. Mira a los ojos de las personas			x			x	x					x
2. Actitud corporal abierta a la comunicación			x			x	x					x
3. Gira su cuerpo en actitud de escucha		X			x		x				x	
4. Sabe escuchar	x				x		x			x		
<b>ASERTIVIDAD</b>												
1. Pide lo que necesita de modo adecuado	x			x			x			x		
2. Defiende sus derechos correctamente	x			x				x		x		
3. Expresa lo que le gusta			x			x		x				x
4. Da negativas de forma adecuada			x			x			x			x
5. Reacciona sin gritar	x			x				x		x		
6. Resuelve el conflicto sin agredir	x			x					x	x		
7. Acepta las críticas sobre su conducta		x			x			x			x	
8. Señala actitudes inadecuadas			x			x	x					x
9. Se niega adecuadamente			x			x	x					x
10. Pide ayuda correctamente		x			x		x				x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

En cuanto al área de Asertividad a M, le cuesta expresar lo que le gusta, cuando ve algún detalle que le llama la atención, se queda callada y no responde a las preguntas que se le hace en ese determinado momento, no puede dar negativas de forma adecuada, le cuesta mucho señalar conductas inadecuadas de las otras personas, al trabajar la asertividad se fortalecerán estas conductas.

## CUADRO N°28

### Habilidades sociales (Normas de Cortesía, Distancia Interpersonal, Comunicación, Resolución de Problemas, Autoestima)

#### CASO7: M.V.M

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR(A)			MADRE-PADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>NORMAS DE CORTESÍA</b>												
1.Sonrie cuando saluda o se despide		X			x		x				x	
2.Utiliza un volumen de voz adecuado			X			X		x				X
3.Cuando es presentado da la mano	x			x			x			x		
4.Saluda al entrar a un lugar			x			x	x					X
5.Se despide al abandonar un lugar			x			x	x					X
6.Pide las cosas "por favor"			x			x	x					X
7.Da las gracias		x				x	x			x		
8.Pide disculpas a los adultos			x			x		x				X
<b>DISTANCIA INTERPERSONAL</b>												
EVALUADOR      PROFESOR(A)      MADRE-PADRE      PROMEDIO												
1.Mantiene la distancia adecuada	x			x			x			x		
2.Abusa del contacto físico			x			x			x			X
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)</b>												
EVALUADOR      PROFESOR(A)      MADRE-PADRE      PROMEDIO												
1.Sabe presentarse a los demás			x			x	x					X
2.Inicia conversaciones			x			x	x					X
3.Responde a las preguntas			x			x	x					X
4.Expresa verbalmente sus deseos e ideas	x			x			x			x		
5.Expresa sus quejas verbalmente			x	x			x			x		
<b>RESOLUCION DE PROBLEMAS</b>												
EVALUADOR      PROFESOR(A)      MADRE-PADRE      PROMEDIO												
1.Ante un problema sabe buscar soluciones			x			x	x					x
2.Distingue una situación problemática			x	x			x			x		
3.Pone en prácticas soluciones			x		x		x				x	
<b>AUTOESTIMA</b>												
EVALUADOR      PROFESOR(A)      MADRE-PADRE      PROMEDIO												
1.Demuestra malestar cuando su apariencia no es adecuada			x			x	x					x
2.Expresa agrado ante su apariencia			x			x	x					x
3.Cuida su imagen externa			x			x	x					x
4.Tiene confianza en si mismo		x			x		x				x	
5.Reconoce sus cualidades			x			x	x					x

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

Las Normas de Cortesía es el comportamiento de las personas en la forma de costumbre, es el uso de las buenas costumbres, se considera cortés a una persona que no tiene una cultura grosera, ni vulgar. Sino alguien que ayuda a los demás, es educado, habla y actúa de la mejor manera posible ante cualquier situación.

La persona que tiene bien desarrollada las normas de cortesía, es una persona culta, le da un poco más de estatus, y por ende las personas que le rodean, mostrarán respeto a la misma.

El simple acto de saludar, hace que vean a la persona, como respetuosa, como amable, las normas de cortesía son un área fundamental es la vida del sujeto para que sus relaciones interpersonales dentro de la sociedad puedan ser más fructíferas a futuro.

Comunicación significa “hacer a otro partícipe de lo que uno tiene”, la comunicación, se entiende como el proceso por el cual se trasmite y recibe una información

La Comunicación es un proceso de intercambio de información en el que un emisor transmite a un receptor algo a través de un canal esperando que posteriormente se produzca una respuesta de dicho receptor, en un contexto determinado.

Como se puede apreciar la comunicación en los adolescentes y jóvenes, se da con mayor énfasis el lenguaje no verbal, y en el caso de M., su lenguaje no es fluido, aunque cuando expresa algunas frases las hace de manera adecuada, pero son muy pequeñas y al final se queda callada.

La Autoestima, es una de las áreas las cuales se deben fortalecer a diario, es un proceso interno que comienza con aceptarse a uno mismo, el quererse, conocerse a uno mismo ayudará a M., a fortalecer la confianza en sí misma, cabe recalcar que cuando M., realiza alguna tarea es muy prolija, sin embargo su autoestima es baja, y trabajar la autoestima con ella la ayudará a fortalecer, el respetarse a sí misma, y sacar lo mejor de ella, debido a que M., tiene mucho potencial al momento de realizar alguna actividad.

CUADRO N°29

Habilidades Sociales (Manejo de Emociones, Relaciones Interpersonales, Tolerancia a la Frustración)

Caso 7: M.V.M

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>												
1.Sabe expresar sus emociones		x			x		x				x	
2.Cambia de expresión ante diferentes situaciones	X			x			x			x		
3.Distingue sentimientos en los demás			x	x			x			x		
4.Se corresponden los gestos con los sentimientos		x			x		x				x	
5.Expresa adecuadamente sus emociones		x			x		x				x	
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>												
<b>EVALUADOR</b>												
<b>PROFESOR(A)</b>												
<b>PADRE-MADRE</b>												
<b>PROMEDIO</b>												
1.Se acerca a otros compañeros con la intención de compartir		x			x			x			x	
2.Responde adecuadamente cuando le invitan a compartir		x			x			x			x	
3.Facilita la incorporación de otro compañero		x			x			x			x	
4.Comparte sus pertenencias		x			x			x			x	
5.Respeto las pertenencias de los demás	X			x			x			x		
6.Respeto las reglas establecidas	X			x			x			x		
7.Hace amigos fácilmente			x			x			x			x
8.Reconoce los logros de los demás		x				x	x				x	
<b>TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN</b>												
<b>EVALUADOR</b>												
<b>PROFESOR(A)</b>												
<b>PADRE-MADRE</b>												
<b>PROMEDIO</b>												
1.Trata a los demás de forma dominante			x			x			x			x
2.Tolera la demora a la hora de recibir ayuda	X			x			x			x		
3.Permite que los demás participen en la conversación		x			x				x		x	
4.Interrumpe a la persona que tiene la palabra			x			x			x			x
5..Se adapta a los cambios en sus rutinas	X			x			x			x		
6.Acepta fácilmente cambiar de actividad	X			x			x			x		
7.Acepta los límites que se le imponen		x		x			x			x		
8.Asume sus propios errores		x		x			x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Todas las personas establecemos numerosas relaciones a largo de nuestra vida, y a través de ellas, intercambiamos formas de sentir y de ver la vida: también compartimos necesidades, intereses y afectos.

Las Relaciones Interpersonales, es uno de los aspectos más importantes, en la vida del ser humano, al momento de relacionarnos con alguien compartimos algunas experiencias, que son similares.

En el caso de M., ella no se relaciona con sus compañeros, solo lo hace con una persona que es su amiga, su relación interpersonal es muy aislada de sus compañeros y al momento de relacionarse con otras personas le cuesta mucho y es una de las personas más calladas dentro de la Fundación Down.

### CUADRO N° 30

#### Habilidades Sociales (Escucha, Asertividad, Normas de Cortesía)

#### CASO 8: V.H.S.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>ESCUCHA</b>												
1.Mira a los ojos de las personas	x			x			x			x		
2.Actitud corporal abierta a la comunicación	x			x			x			x		
3.Gira su cuerpo en actitud de escucha	x			x			x			x		
4.Sabe escuchar	x				x				x		x	
<b>ASERTIVIDAD</b>												
1.Pide lo que necesita de modo adecuado		x			x		x				x	
2.Defiende sus derechos correctamente		x				x	x				x	
3.Expresa lo que le gusta		x			x		x				x	
4.Da negativas de forma adecuada		x			x		x				x	
5.Reacciona sin gritar	x			x			x			x		
6.Resuelve el conflicto sin agredir		x			x			x			x	
7.Acepta las críticas sobre su conducta			x			x			x			x
8.Señala de modo correcto actitudes inadecuadas		x			x				x		x	
9.Se niega adecuadamente		x			x				x		x	
10.Pide ayuda correctamente		x			x		x				x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

La Asertividad es la capacidad de resolver nuestros problemas de forma adecuada, expresar nuestras opiniones de manera correcta sin agredir a la otra persona, es saber decir no, sin sentirse mal por rechazar alguna orden que una persona vea que es inadecuada.

V. es un joven que tiene características de hiperactividad, es muy inquieto, realiza las tareas que se le da con rapidez, y como es de suponer las hace mal, no presta atención a lo que se le dice, y cuando se le hace una pregunta, responde con monosílabas, aunque él tiene bien desarrollado la parte del lenguaje, realiza preguntas, cuenta lo que le sucedió, pero es una persona a la cual le cuesta realizar un esfuerzo mental, aun en las tareas sencillas que se le asigna.

### CUADRO N° 31

#### Habilidades Sociales (Normas de Cortesía, Distancia Interpersonal)

#### CASO 8: V.H.S.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>NORMAS DE CORTESIA</b>												
1.Sonrie cuando saluda o se despide	X			x			x			x		
2.Utiliza un volumen de voz adecuado		X			x		x				X	
3.Cuando es presentado da la mano	x			x			x			x		
4.Saluda al entrar a un lugar	x			x			x			x		
5.Se despide al abandonar un lugar	x			x			x			x		
6.Pide las cosas "por favor"	x				x		x			x		
7.Da las gracias	x			x			x			x		
8.Pide disculpas a los adultos	x			x					x	x		
<b>DISTANCIA INTERPERSONAL</b>												
1.Mantiene la distancia adecuada		x			x				x		X	
2.Abusa del contacto físico		x			x		x				X	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

La Distancia Interpersonal, es una de las áreas que se debe trabajar en V., ya que se acerca demasiado a la otra persona al momento de realizar alguna conversación o al momento de saludar a la otra persona, la distancia interpersonal y la adecuada se da entre los 45 y 75 centímetros, es un límite adecuado, para no invadir el espacio privado e íntimo de la otra persona.

Sin embargo V., no respeta esa distancia y por lo general invade el espacio privado de la otra persona.

La otra persona con la cual se está comunicando puede sentirse incómoda, y puede no querer volver a relacionarse con él en otra ocasión.

## CUADRO N° 32

### Habilidades Sociales

(Comunicación social, Resolución de Problemas, Autoestima, Manejo de emociones)

#### CASO 8: V.H.S.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO		AV	NO
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)</b>												
1.Sabe presentarse a los demás	x			x			x			x		
2.Inicia conversaciones	x			x					x	x		
3.Responde a las preguntas	x				x		x			x		
4.Expresa verbalmente sus deseos	x			x			x			x		
5.Expresa sus quejas verbalmente		x			x		x				x	
<b>RESOLUCION DE PROBLEMAS</b>												
1. Ante un problema sabe buscar soluciones		x			x				x		x	
2.Distingue una situación problemática		x			x		x				x	
3.Pone en práctica soluciones		x			x		x				x	
<b>AUTOESTIMA</b>												
1.Demuestra malestar cuando su apariencia no es adecuada		x				x	x				x	
2.Expresa agrado ante un cambio en su apariencia		x				x	x				x	
3.Cuida su imagen externa		x				x	x				x	
4.Tiene confianza en sí mismo		x			x			x			x	
5.Reconoce sus cualidades	x					x	x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

La Resolución de Problemas, es el proceso de aplicación de los conocimientos y previamente adquiridos a situaciones nuevas y no familiares.

La resolución de problemas es un área que V., no tiene desarrollada, él tiene mucha dificultad al momento de resolver alguna actividad, ya que al tener características de hiperactividad, necesita resolverlos con rapidez, y cuando no lo puede resolver, tiene una especie de enojo y deja la actividad que no puede resolverlo, no hace esfuerzo para poder continuar.

CUADRO N° 33

Habilidades Sociales (Relaciones Interpersonales, Tolerancia a la Frustración)

CASO: V.H.S.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>												
1.Sabe expresar sus emociones		x				x	x				x	
2.Cambia la expresión ante diferentes situaciones		x				x	x				x	
3.Distingue sentimientos en los demás		x				x	x				x	
4.Se corresponde los gestos con los sentimientos			x		x		x				x	
5.Expresa adecuadamente sus emociones			x		x			x				
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>												
1.Se acerca a otros compañeros con la intención de compartir	x			x			x			x		
2.Responde adecuadamente cuando le invitan a compartir		x			x			x			x	
3.Facilita la incorporación de otro compañero		x			x			x			x	
4.Comparte sus pertenencias	x			x			x			x		
5.Respeto las pertenencias de los demás	x			x			x			x		
6.Respeto las reglas establecidas	x			x			x			x		
7.Hace amigos fácilmente		x			x				x		x	
8.Reconoce los logros de los demás		x		x			x			x		
<b>TOLERANCIA A LA FRUSTRACION</b>												
1.Trata a los demás de forma dominante			x			x	x					x
2.Tolera la demora a la hora de recibir ayuda		x		x					x		x	
3.Permite que los demás participen en la conversación	x			x			x			x		
4.Interrumpe a la persona que tiene la palabra			x			x		x				x
5.Se adapta a los cambios en sus rutinas		x			x		x				x	
6.Acepta fácilmente cambiar de actividad		x			x		x				x	
7.Acepta los límites que se le imponen		x			x		x				x	
8.Asume sus propios errores sin abandonar la actividad			x			x	x					x

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

La Tolerancia a la Frustración nos permite enfrentarnos con éxito a la vida. La baja tolerancia a la frustración nos causa enojo, depresión e incapacidad ante cualquier molestia o problema y provoca la evitación o mala solución de los mismos.

En V., se observa que no tiene tolerancia a la frustración, se enoja constantemente, no puede esperar, pide insistentemente, lo que necesita, y en muchas ocasiones no evita solucionar los problemas que se le presentan.

Trabajar la tolerancia a la frustración, ayudará a que V., pueda autorregular su conducta, y por ende comenzará a comprender que esperar un momento es adecuado, es algo necesario en algunas ocasiones.

La madre de V., nos refiere que aunque él no espere, en casa ayuda en las actividades del hogar, como limpiar, lavar algunos servicios, ayudar en la cocina, cosas básicas que puede realizar.

## **6.2. PROGRAMA**

Para dar cumplimiento al segundo objetivo específico que dice: “Implementar el programa de habilidades sociales a través de técnicas de modelamiento, retroalimentación y refuerzo para el fortalecimiento de las habilidades de escucha, asertividad, normas de cortesía, distancia interpersonal, comunicación, resolución de problemas, autoestima, manejo de emociones, relaciones interpersonales y tolerancia a la frustración con los adolescentes y jóvenes”, sin embargo cabe aclarar que cada una de las sesiones que se presentan a continuación llevan en primera instancia la explicación de la técnica para luego hacer sugerencia a los tutores (profesor, mamá, papá u otro) de actividades a reforzar en el entrevistado. A continuación se presentan los siguientes resultados:

### **PROGRAMA INDIVIDUAL DE HABILIDADES SOCIALES**

#### **HABILIDADES SOCIALES**

##### **Sesión 1**

##### **Objetivos:**

- Observar en los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down el desarrollo de sus habilidades sociales.
- Identificar cuáles son las habilidades sociales mediante imágenes.
- Acordar la forma de trabajo conjunto

##### **Actividades:**

- La facilitadora frente al grupo de adolescentes y jóvenes indica cuales son las características más importantes de las habilidades sociales.
- Luego se les dice que se va a realizar una tarea sobre habilidades sociales, y señalando esto se logre tener una bonita relación con sus amigos y con las demás personas.

-Finalmente se pregunta a algunos qué cosas entendieron y que no, tomando en cuenta que los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, algunos son independientes, otros saben escuchar a la persona que está hablando y algunos no lo hacen.

**Materiales:**

-Láminas de imágenes

-Marcadores

**HABILIDAD DE ESCUCHA**

**Sesión 2**

**Objetivo:** Fortalecer la habilidad de escucha

**Actividad:** “Ni me escuchas ni me entiendes”

Por parejas, una persona contará algo a la otra persona que se supone tiene que estar escuchando, ella va a hacer todo lo contrario: hablará de otras cosas, no prestará atención, dará consejos sin que se los pida el que habla, dirá “ya hablaremos de eso más tarde”, tratará de contar una historia mejor, conversará con alguien más mientras le está hablando la otra persona, no responderá, se pasará de gracioso diciendo una tontería tras otra, interrumpirá y cambiará de tema, etc.

Después de dos minutos deben comentar entre ellos cómo se sintieron cada uno de los dos y finalmente cambiar de papeles, ¿cómo se han sentido en el nuevo rol?

Cuando se termina se comenta si se ha vivido, con frecuencia o no, situaciones similares y cómo los hacen sentir. Preguntas para reflexionar: ¿las hemos provocado?, ¿sentimos que se nos escucha poco?, ¿cuándo?, ¿dónde?, ¿podemos hacer algún compromiso para cambiar algo?

**Para la profesora:**

Que le lea la frase de un libro que se está llevando a cabo y que pida que se lo vaya a decir a otra persona, con el objetivo de ver si es que realmente el adolescente o joven comprendió lo que se le pidió y escuchó todo lo que se le pidió.

**Para la casa:**

-Se le pidió a la mamá o al papá que le den órdenes sencillas y luego observen cuidadosamente si es que realmente el adolescente o joven está realizando la acción solicitada.

En caso de que el adolescente o joven no hubiese realizado la acción que se les pidió, se recomienda a los papás que vuelvan a repetir la orden hasta que hijo lo logre.

Se debe practicar esta acción para algunas actividades que se realizan, en casa y así de alguna manera poder mejorar la habilidad de escucha.

**Sesión 3**

**Objetivo:** Trabajar la habilidad de Escucha

**Actividad: “Escuchar”**

Sin previo aviso, se comenzó a leer un pasaje a los participantes de la clase. Nos aseguramos de que el tema sea de interés y adecuado y referente a las emociones y a las partes del cuerpo: “Jaime, es una persona muy divertida, un día, se le perdió su perrito Terry, y se puso muy triste”.

Después de leerlo, se hicieron preguntas sobre la historia. También se les preguntó a los participantes sobre su lenguaje corporal. ¿Observaron a la persona que leía la historia? ¿Se distrajeron mientras escuchaban la historia? Se les preguntó si se distrajeron con facilidad. Este ejercicio se realizó con la finalidad de ayudarles a entender si escuchan con eficacia y lo que deben hacer, se les pidió a los participantes que deben mostrar una actitud de escucha y deben estar atentos a aquellos que las

demás personas están realizando, deben estar sentados de la forma correcta para asegurarse de que están escuchando a la persona que está hablando.

**Para la profesora:**

- Se solicitó a la profesora que pida a uno de los adolescentes o jóvenes que contara algo que le ocurrió y luego le preguntara al compañero que está a su lado que fue lo que su compañero le dijo.

- Se le pidió a la profesora que incentive a los adolescentes y jóvenes para que ellos puedan estar atentos en las clases, con actitud de escucha, por ejemplo a través de clases dinámicas, ejercicios de relajación, hacerles escuchar un poco de música.

**Tareas para la casa:**

-Se pidió a la madre del adolescente o joven que en el momento de ver televisión le subiera el volumen y luego que baje en señal de alerta, que repitiera la misma actividad hasta que el adolescente o joven pueda encontrar un volumen de voz adecuado a sus oídos y pueda así fortalecer los mismos

**Sesión 4**

**Objetivo:** “Aprender a escuchar y respetar el turno de hablar, aprender a expresarse ante otros”

**Actividad: “El sombrero de hablar”**

Se colocaron las tarjetas de cartulina boca abajo, las cuales contenían las diferentes normas de cortesía, las cuales estaban debidamente especificadas mediante imágenes y se le da el sombrero a aquel que comenzará el turno. Se da la vuelta a la tarjeta y se pone el marcador de tiempo en marcha.

La persona que lleva puesto el sombrero comenzará a hablar en ese momento, debe hablar durante todo el tiempo que indique el marcador (se emplea intervalos de 3 a 5 minutos, más tiempo hace que el juego sea poco dinámico).

Por medio de este juego se enseña a las adolescentes y jóvenes las habilidades básicas de comunicación, como son la capacidad de escucha y la capacidad de no interrumpir y esperar su turno para hablar. Estas habilidades son fundamentales para su desarrollo social, y contribuyen a crear una comunicación rica y efectiva en la familia y/o escuela.

El juego consistió en emplear un instrumento, en este caso un sombrero que sirvió para conceder la palabra por turno. Se les explicó a los adolescentes y jóvenes que deben respetar el turno y escuchar a los demás antes de hablar aunque no siempre ocurre, por ello se empleó un indicador visual que les ayudó a contener sus ganas de intervenir y les obligó a esperar su turno para tomar la palabra.

### **Instrucciones**

Antes de comenzar, se saca el sombrero y se le explica a los adolescentes y jóvenes lo siguiente:

“Vamos a jugar un juego, en el que tenemos que hablar de lo que aparezca en la tarjeta, cada uno puede decir lo que quiera sobre esto. Este es el sombrero de hablar, el que lo lleve puesto es la persona que tiene que hablar, los demás tenemos que escuchar lo que dice”. Les tocó hablar cuando llevaban puesto el sombrero.

Cuando uno de los participantes lleva puesto el sombrero de hablar se pone el contador en marcha (reloj de arena o reloj), y cuando el tiempo termine se pasa el sombrero al que está a su lado y se comienza de nuevo con la actividad.

Quedando eliminado el que habla sin llevar puesto el sombrero. Al final del juego gana el que respeta el turno de palabra. (Ver anexo nº1)

### **Para la profesora:**

- Que le lea una frase de un libro y que le pida que se lo vaya a decir a otra persona, con el objetivo de ver si es que realmente el adolescente o joven comprendió, lo que se le pidió y escuchó todo lo que se le pidió.

### **Para la casa:**

-Pedirle a la mamá o al papá que le dé órdenes sencillas y luego vean si es que realmente el adolescente o joven está realizando la acción que se le pidió.

-En caso de que el adolescente o joven no realice la acción que se le pidió volverle a repetir la orden hasta que el adolescente pueda realizar la acción.

-Realizar esta acción para algunas actividades que se ejecutan en casa y así de alguna manera poder mejorar la habilidad de escucha.

### **Sesión 5**

#### **Objetivo: Fortalecer la actividad de aprender a escuchar**

#### **Actividad: “Te miro mientras te escucho”**

La facilitadora dispone al alumnado en dos círculos concéntricos: los de fuera miran hacia adentro y los de adentro hacia afuera; de manera que quedan dos personas mirándose a la cara.

El/la practicante dice: Imaginemos que van en un micro para hacer un viaje largo, y les toca de compañero de asiento un desconocido (compañero/a que tienen enfrente) ¿Cómo iniciarías una conversación con él/ella?

Tras las respuestas dadas por los adolescentes y jóvenes, *“le saludaría, le preguntaría como está, le preguntaría como le fue en su casa”*, la facilitadora explica que para iniciar una conversación con alguien se puede saludar, presentarse, también se le puede preguntar algo u ofrecerse para ayudarlo, etc.

A continuación todos los adolescentes y jóvenes practican por turnos con su compañero/a de enfrente cómo iniciar una conversación. Mientras se realizan las prácticas la facilitadora observa y aconseja.

Al cabo de unos minutos lanza la siguiente pregunta:

¿Cómo mantendrías una conversación con la persona que te interesa? Tras las respuestas dadas por los adolescentes y jóvenes que fueron “*le saludaría, le preguntaría como está, le preguntaría como le fue en su casa*”, el/la practicante explica que debe haber concordancia entre lo que digo (aspectos verbales) y cómo lo digo (aspectos no verbales); y que para mantener una conversación se pueden hacer preguntas sobre un tema que interese, o contar algo personal, etc., y el/la que escucha no debe interrumpir, y mostrar interés por lo que la persona que habla le está diciendo. A continuación todos los adolescentes y jóvenes deben practicar por turnos como mantener una conversación.

Una vez que ha terminado la ronda de conversación, el/la practicante resalta que cuando se establece una conversación los dos interlocutores deben mirarse a los ojos, la cara debe acompañar con sus expresiones lo que se dice, cuidando además la postura corporal (Ej. No ponerse de espaldas, ni de lado, etc, porque da a entender desinterés) y el/la que escucha, debe prestar atención a lo que el/la otro/a le dice, asentir con la cabeza y preguntarle sobre lo que no haya entendido, así la conversación será más agradable para los dos

A continuación la practicante señala una vez que se presentarán y mantendrán una conversación, deben finalizarla del modo más adecuado y lanza la siguiente pregunta:

¿Cómo finalizarías una conversación?

Tras las respuestas, la practicante puede explicar que es importante que el/la receptor/a sepa que hemos pasado bien con él/ella y que en otra ocasión, se puede volver a mantener una conversación con nosotros/as; evitando al despedirnos cortar la conversación bruscamente. A continuación todos los adolescentes y jóvenes deben practicar por turnos como finalizar una conversación.

**Para la profesora:**

-Incentivar a los adolescentes y jóvenes a que miren a los ojos cuando se les está hablando

-Fomentar la comunicación de los adolescentes y jóvenes y que los mismos escuchen respetando la opinión de los demás

-Mientras los adolescentes están sentados, en círculos, mejorar la postura de los mismos y que los mismos giren su cuerpo en actitud de escucha, cuando se le habla o se le da alguna instrucción

### **Tareas para la casa:**

-Que escuche con atención las tareas que se le designan en casa, o lo que se le diga respecto a una determinada situación

-Que practique como mantener una conversación de forma adecuada, sin levantar la voz, esperando su turno para poder responder a las preguntas o los comentarios que se dan en determinadas ocasiones

-Que los tutores, le pidan que vuelva a repetir la orden que se le da, para ver si pudo entender y escuchar el mensaje.

## **LA ASERTIVIDAD**

### **Sesión 6**

#### **Objetivos:**

- Ejercitar a expresarse y defenderse sin hacer daño a los demás.
- Predicar una comunicación positiva e inteligente.
- Fomentar la capacidad de perder el miedo a expresarse sin ser agresivos.

#### **Actividad: “Soy Asertivo: Tortuga, Dragón y Persona”**

Juego educativo que permite a los adolescentes y jóvenes a ser asertivos: capaces de expresarse sin dañar a los demás.

#### **Materiales**

- Ficha estilos comunicativos: Tortuga, Dragón, Persona.

### **En que consiste el juego:**

Esta dinámica educativa, permite enseñar a los adolescentes o jóvenes, los tres estilos comunicativos: pasivo (tortuga), agresivo (dragón) y asertivo (persona). A través de una divertida dinámica, esta dinámica consiste en usar los tres estilos comunicativos que caracteriza a las personas, a través podrán conocer los tres estilos mencionados, reflexionar sobre ellos y descubrir la importancia de comunicarse de forma asertiva, lo que les permitirá defenderse sin ser agresivos. La asertividad es una habilidad de la inteligencia emocional que resulta clave para comunicarnos y relacionarnos, por ello es fundamental desarrollar en los más pequeños desde el principio un estilo asertivo.

### **Instrucciones**

Preparación: Se preparan las cartulinas con el tronco del árbol y los materiales, como ser una imagen de dragón, de tortuga, otra de persona, además de los colores, hojas blancas y de color, lápices, marcadores.

Explicación: Cuando nos comunicamos con los demás es muy importante que podamos decir nuestra opinión, expresar nuestras ideas y defendernos de los ataques y al mismo tiempo no atacar a los demás, no hacerles daño con nuestra forma de comunicarnos. Existen tres estilos de comunicación que vamos a explicar a continuación:

- **Dragón (Estilo agresivo):** Este estilo es el que utiliza el dragón impone sus sentimientos, sus ideas y sus opiniones. Se comunican amenazando, insultando y agrediendo. El dragón suelta fuego por la boca cuando habla.
- **Tortuga (Estilo pasivo):** La tortuga se esconde en su caparazón cuando la decimos algo. No defienden sus intereses, no expresan ni sentimientos ni ideas ni opiniones.
- **Persona (Estilo Asertivo):** Las personas nos comunicamos con las palabras, es importante usar bien las palabras y respetar nuestros propios derechos así

como los demás. Este estilo de comunicación nos permite decir lo que nos molesta sin hacer daño a los demás.

(Es interesante, ponerles ejemplo de cada estilo mientras lo explicamos).

Después de la explicación se reparte la ficha TORTUGA, DRAGÓN Y PERSONA. En grupos de 2 o 3 participantes se pide que completen la ficha. Se trata en un primer lugar clasificar las diferentes expresiones en uno de los estilos. Se les da tiempo para que reflexionen y completen la segunda parte de la ficha.

Una vez completadas las dos partes de la ficha, cuando conocen los diferentes estilos comunicativos, en los mismos grupos de 2 o 3, se les dice que se repartan los tres estilos (tiene que haber como mínimo una tortuga, un dragón y una persona) y que inventen una situación que luego tendrán que escenificar, para que los demás participantes adivinen quien representa cada estilo.(Ver anexo nº2)

#### **Para la profesora:**

-Motivar durante el proceso y felicitarlos para que puedan, expresarse de manera asertiva, cuando el adolescente o joven realice una tarea.

-Valorar su expresión, esto ayudará a expresarse mejor y les dará seguridad.

-Practicar de forma correcta con la cual se deben comunicar, priorizando las conductas asertivas.

#### **Tareas para la casa:**

-Como tutor o tutora, que le enseñe a decir no y establezca límites para hacer valer sus derechos.

-Potenciar su independencia para que tome sus propias decisiones y no se deje llevar por presiones

Orientar para afrontar los conflictos de forma directa sin transmitir temor y mostrarle que son oportunidades para aprender, de la siguiente manera: *“Cundo no puedes realizar una tarea, no te sientas triste, en la próxima lo puedes hacer mejor”*.

*“Cuando veas a un compañero que está discutiendo con otro, no debes hacer lo mismo, debes comportarte de forma adecuada ante las diferentes situaciones”.*

## **Sesión 7**

### **Objetivo:**

- Repasar junto a los adolescentes o jóvenes qué significa ser asertivo.
- Reconocer las ventajas que aporta la resolución de conflictos de manera asertiva.

### **Actividad: ¿Qué es ser asertivos?**

Se les explica a los jóvenes tres ejemplos (conceptualización) y se dialoga sobre ello a la vez que se responden dudas.

El adolescente o joven de la clase tendrá que pensar un conflicto o problema (puede ser real, que le haya ocurrido alguna vez o inventado).

Se deja un tiempo al resto de la clase para que piensen y compartan (levantando la mano por turnos) posibles sugerencias asertivas a ese conflicto.

Sí la mayoría de clase lo considera asertivo, el profesor lo reafirma y se escribe en la pizarra.

De esta forma se va formando un listado de posibles soluciones a los distintos problemas que se van planteando.

### **Para la profesora:**

- Dar a conocer a los adolescentes o jóvenes que existen unos derechos asertivos básicos
- Favorecer el conocimiento y la memorización de algunos de esos derechos asertivos básicos
- Fomentar la resolución asertiva de conflictos

### **Desarrollo de la actividad:**

- Lectura de los derechos asertivos básicos

- Se les entrega 6 tarjetas por grupo. Cada tarjeta muestra un hecho acerca de la asertividad por ejemplo: la tarjeta N°1 muestra de qué manera debemos ayudar a otra persona y una imagen que apoya el texto. Se les da un premio al conocimiento de algunos de los derechos asertivos básicos a aquellos grupos que han descartado de entre las tarjetas, las tarjetas que NO cumplían derechos asertivos básicos.(Ver anexo n°3)

### **Tareas para la casa:**

#### **Actividad: ¿Qué pienso? ¿Qué siento?**

-Registrar los comportamientos automáticos asertivos durante varios días hasta tomar conciencia de que pueden existir diferentes interpretaciones a un sentimiento

-Tomar conciencia de la relación entre pensamientos negativos y emociones negativas.

### **Sesión 8**

**Objetivos:** Reflexionar con el adolescente o joven sobre su nivel de asertividad

#### **Actividad: ¿SOY ASERTIVO?**

Tras todas las actividades anteriores, reconoce la importancia de que ser asertivo es lo mejor e intentan practicar esta habilidad. Con esta actividad se dan cuenta de qué cosas hacen bien y qué cosas puedan seguir mejorando.

Se le pide al joven o al adolescente que nos haga un listado de cosas que son asertivas para él, y como debería usarlas.

#### **Para la profesora:**

Que le ayude a fortalecer los derechos mediante expresiones que le permitan desenvolverse de manera asertiva

- Decir " no" sin sentirse culpables

- Pueda expresar lo que siente o piensa a los demás
- Hablar diciendo la verdad sin necesidad de herir
- Favorecer las relaciones con las personas
- Reconocer los fallos propios sin desanimarse

**Para la casa:**

- Aprender a hacer críticas positivas
- Reconocer los derechos de uno mismo y los de los demás
- Alcanzar los propios objetivos sin dañar a nadie
- Conseguir el sentimiento de satisfacción y seguridad en sí mismo

Se les pidió a los padres que les enseñaran las actividades mencionadas, mediante imágenes y refuerzos positivos por ejemplo: “Esta muy bonito tu vestido”, y animarle con frases como: “Qué lindo, muy bien”.

**COMUNICACIÓN SOCIAL, VERBAL**

**Sesión 9**

**Objetivo:** Mejorar la comunicación verbal

**Actividad: “Hablar”**

Este juego requiere dos participantes y bloques de construcción. Los participantes se sientan dándose la espalda uno al otro. Al participante 1 se le da un rompecabezas que ya estaba previamente construido y contaba de 7 piezas el cual era una mano. Él debe describírselo al participante 2 y procurar dar detalles suficientes para que su compañero pueda reconstruir el objeto. Deja que los participantes dispongan de tres a siete minutos para completar el juego, según la complejidad del objeto.

Al terminar el juego, los dos participantes deben tener objetos idénticos. Si no lo son, significa que hubo problemas en su comunicación. Los dos participantes deben

discutir sobre el mensaje recibido y el transmitido. ¿Podrían haber utilizado palabras diferentes? ¿Cuáles fueron las perspectivas? ¿Qué tipo de habilidades de escucha utilizaron? Para asegurar que las lecciones aprendidas se apliquen en la oficina, deja que los participantes relaten problemas que hayan experimentado en la vida real en donde el mensaje transmitido no fue el recibido.(Ver anexo n°4)

**Para la profesora:**

- Enseñarles a no hablar demasiado rápido.
- A no hablar en voz muy baja o muy alta.
- A no hablar con la cabeza hacia abajo y a mirar a su interlocutor a los ojos.

**Para la casa:**

- A escuchar y entender bien las preguntas antes de responder.
- Nosotros, debemos aprender y respetar sus tiempos y a saber esperar sus respuestas.
- A enseñarle a hacer algunas técnicas de relajación cuando está muy ansioso por hacerse escuchar

**Sesión 10**

**Objetivo:**

- Identificar por qué es importante practicar una conversación y que a la vez ellos practiquen el lenguaje verbal
- Reconocimiento sobre la importancia de las habilidades sociales.

**Actividad:**

**Iniciar y mantener una conversación**

Para lograr el objetivo se seguirán los siguientes pasos:

- 1) Saludar a otra persona.

- 2) Mantener una pequeña conversación
- 3) Observar si la otra persona nos está escuchando

**Para la profesora:**

-El facilitador una vez mostrado esto, se presenta una posible situación que se puede dar en la vida real.

-Al principio, la facilitadora actúa como modelo que los adolescentes posteriormente seguirán, pero se comienza con la práctica representando diversas personalidades, en primera instancia un modelo de estilo asertivo, y por último, un modelo agresivo.

-Primero se les presenta a los participantes de cómo reaccionaría una persona asertiva, ante una determinada situación, se les explica que deben reaccionar de la siguiente manera, sin gritar, pero tampoco que deben quedarse callados cuando la situación lo amerite.

-A continuación, la técnica se aplica varias veces con diferentes adolescentes y jóvenes y situaciones cambiadas para un mejor aprendizaje.

**Tareas para la casa:**

-Mantener conversaciones con los miembros de la familia, con vecinos, con la señora de la tienda, con amigos

-Contar algunas de sus experiencias, algo que le haya sucedido, comentar lo que le gusta, y lo que le desagrada.

**Materiales**

-Ninguno

**Sesión 11**

**Objetivo:** Que los adolescentes y jóvenes tomen conciencia de que no tiene nada de malo preguntar lo que no entienden y a través de ello fomentar a la comunicación verbal y social

### **Actividad: “Preguntar dudas”**

Se realiza mediante una dinámica del juego de la pelota, el que tiene la pelota podrá preguntar lo que no entendió de las tareas que se está llevando a cabo.

- 1) Establecer a quién se preguntará.(Que considere la posibilidad de preguntárselo a varias personas).
- 2) Pensar cómo puede hacer la pregunta y elegir una de ellas
- 3) Seleccionar el lugar más adecuado y la ocasión para formular la pregunta.  
(Que espere a que haya un descanso).

### **Para la profesora:**

-Que la profesora pida al adolescente y al joven que dé una breve explicación de algo que no entiende.

-Que la profesora les dé las razones de porque no les deja salir

### **Para la casa:**

-En el grupo de amigos, que pregunte a un compañero qué hicieron en la clase que no estuvo presente.

-Preguntar algunas cosas que le parecen interesantes sobre alguna situación en particular

### **Materiales:**

-Una pelota

## **AUTOESTIMA**

### **Sesión 12**

**Objetivo:** Mejorar las actividades realizadas en la anterior sesión e iniciar la temática de dar y recibir cumplidos para fortalecer la autoestima

### **Actividad: “Dar y recibir cumplidos”**

-Se planteó el tema de las habilidades sociales como algo que la gente debe hacer para sentirse bien con ellas mismas, el cumplido se puede diferenciar en dos partes: el darlo y recibirlo, a partir de estas consideraciones se realizó una serie de imágenes para que ellos puedan comprender mejor la temática que se está realizando.

-Posteriormente se les dice a los adolescentes y jóvenes, la importancia de decir la verdad al momento de ser amable y la búsqueda del momento adecuado para realizarlo.

-Por otro lado se observa quiénes de ellos inician una conversación, realiza preguntas, cuenta algo que le ocurrió.

-Finalmente se hace una demostración de las distintas técnicas aprendidas, esta demostración consiste en realizar una breve dramatización con algunos de los participantes, en la cual se trató de verificar lo siguiente:

- 1) Reconoce los logros de los demás.
- 2) Decide cómo hacer el cumplido.
- 3) Escoger el momento y lugar para hacerlo
- 4) Llevar a cabo el cumplido.

Materiales:

-Imágenes de dar y recibir cumplidos

### **Sesión 13**

#### **Objetivos:**

Aprender a observar y valorar las cualidades positivas de otras personas.

Aprender a dar y a recibir elogios.

**Actividad: El círculo****Duración recomendada:** 60 minutos**Materiales:** Folios y lápices.

Desarrollo de la actividad:

El o la practicante explica a los alumnos, que van a centrarse únicamente en las características positivas que poseen sus compañeros: cualidades (por ejemplo, simpatía, alegría, optimismo, sentido del humor, sentido común, solidaridad, etc.), rasgos físicos que les agraden. (Por ejemplo, un cabello bonito, mirada agradable, una sonrisa dulce, etc.), capacidades, (capacidad para la lectura, para las matemáticas, para organizar fiestas, etc.). A continuación, los alumnos se colocan en círculo, y cada uno escribe su nombre en la parte superior de un folio y se lo da al compañero de su derecha, así, el folio va dando vueltas hasta que lo recibe el propietario con todos los elogios que han escrito de él sus compañeros.

**Para la profesora:**

- Que los adolescentes y jóvenes valoren sus cualidades positivas así como las del resto de sus compañeros.
- Que les explique la importancia de que se expresen las cualidades positivas y logros de las personas para la autovaloración positiva de su auto concepto.

**Para la casa:**

- Que los familiares le pidan que él diga cosas positivas de sí mismo
- Que le pidan reconocer sus cualidades y que el adolescente o joven pueda expresarlo de manera apropiada
- Que al momento de vestirse el adolescente o joven manifieste como se siente con la ropa que lleva puesta, y si demuestra malestar, que diga, que no se siente bien y que desea arreglarse.

## **Sesión 14**

**Objetivos:** Que los alumnos sean conscientes de que todos poseemos cualidades positivas. -Tomar conciencia de que nuestra autovaloración será positiva o negativa en función de con quién nos comparemos

**Actividad: “Yo soy”**

**Duración recomendada:** 60 minutos

**Materiales:** Folios y lápices.

**Desarrollo de la actividad:**

En primer lugar, la facilitadora hace una breve introducción acerca de lo que significa la palabra “autoestima” (evaluación que el sujeto hace de sí mismo, si te gusta o no como eres), siempre incitando a los alumnos a que den su opinión, para entrar en materia. A continuación, se reparte a cada alumno un folio, en el que pondrán en la parte superior la frase YO SOY, y a la parte izquierda del folio la misma frase, escrita unas 20 veces. Quedará de la siguiente forma:

YO SOY...

Yo soy .....

Yo soy .....

Etc. Se les indica las siguientes instrucciones: “Van a escribir características nuestras que consideres que sean positivas (cualidades, logros, destrezas, conocimientos, capacidades...). A continuación, por parejas, nos vamos a vender a nosotros mismos. Uno hizo el papel de vendedor y otro de comprador, y después cambiaron los papeles. El vendedor expuso las razones por las que al comprador le conviene adquirirlo”. Finalmente, la facilitadora pregunta a los alumnos las dificultades que han tenido a la hora de completar las frases de yo soy, y a la hora de venderse y las va anotando en la pizarra. Explica a los alumnos que a la mayoría de personas les es difícil reconocer cualidades positivas que poseemos en algunos momentos, y que esto ocurre porque

las personas buscamos un modelo con el cual compararnos, y depende de con quién nos comparemos, nos evaluamos más positiva o más negativamente. De lo que se trata es de hacer una comparación lo más realista posible, para que el resultado sea ajustado a la realidad, y así nuestra autovaloración no se verá afectada.

**Para la profesora:**

Se le solicitó a la profesora que le pida a los adolescentes y jóvenes a decir cosas positivas de ellos mismos, a reconocer sus cualidades durante unos minutos para fortalecer su autoestima. Con el propósito de lograr que los adolescentes y jóvenes potencialicen mutuamente su autoestima y puedan aceptarse y quererse con todas sus destrezas y debilidades, recalcando siempre las destrezas.

**Para la casa:**

Se le pidió a la mamá de los adolescentes y jóvenes que cada día le pidan a ellos decir cosas positivas acerca de si mismo con la finalidad de que:

-Que sean capaces de auto valorarse, reconociendo las características positivas que poseen así como que reconozcan también en los demás estas cualidades y sean capaces de expresarlas de forma adecuada.

-Que sean conscientes de la dificultad que conlleva en ocasiones el reconocer las cualidades positivas que poseemos cada persona.

## **MANEJO DE EMOCIONES**

### **Sesión 15**

**Actividad:** Espejo de Emociones

**Objetivo:** Contribuir al reconocimiento de las emociones

**Temporalización:** 30 a 35 minutos.

**Materiales Necesarios:** Marco de cartulina para representar un espejo.

**Descripción de la actividad:**

Consiste en poner en práctica un juego sobre las emociones. Primero la facilitadora hace un gesto que expresa una emoción y luego pone la cara expresando la misma emoción.

Por ejemplo: la facilitadora pone una cara furiosa y manda a los alumnos poner también una cara furiosa.

Se repite con diferentes emociones:

-triste, feliz, asustado, preocupado, desanimado, excitado.

Es importante usar tanto emociones “positivas” como “negativas”.(Ver anexo nº5)

**Sugerencias:**

El mismo juego, se lleva a cabo dejando a los alumnos ser los maestros: el adolescente o el joven representa una determinada expresión y luego el profesor u otra persona lo “refleja”.

**Sesión 16**

**Objetivo:** Animar a los adolescentes y jóvenes a predecir los sentimientos y reconocer que las personas sienten cosas diferentes sobre la misma cosa.

**Actividad:** Miedos ¿cómo te sentirías...?

**Temporalización:** 60 minutos.

**Agrupamiento:** En gran grupo, en “asamblea”.

**Materiales necesarios:** Ninguno.

**Descripción de la actividad:**

Es un juego sobre los sentimientos: la facilitadora dice una situación y los alumnos responden cómo se sintieron.

Se comienza preguntando ¿Cómo te sentirías si...?. Si los adolescentes y jóvenes tienen diferentes respuestas, hay que hacer ver que las personas tienen sentimientos diferentes sobre la misma situación.

Luego se les pregunta a algunos de los adolescentes y jóvenes por qué se sienten así.

Algunas situaciones pueden ser:

-si te levantas y tu madre te dijera “estoy contenta de que seas mi hijo, te quiero”

-salieras y el cielo estuviera verde?

-“¿te levantas por la mañana y hubiera patos en tu piscina?”

-“¿tu madre te acabara de decir “hoy no vamos al parque”?”

### **Para la profesora:**

Se le pidió a la profesora continuar con las preguntas y generar situaciones de como ellos reaccionarían, o pedirles que ellos expresen como se sienten si:

-alguien levanta el juguete con el que estabas jugando?

-tienes helado para comer?

-tu mejor amigo se cambia de casa?

-tu padre te dice “has hecho muy bien el dibujo”?...

### **Tareas para la casa**

Se le solicitó a la madre de los adolescentes y jóvenes, incentivarlos a:

-Decir a los adolescentes y jóvenes que en vez de decirlo lo expresen con gestos.

-Pedir a los adolescentes y jóvenes que planteen situaciones en las cuales puedan expresar distintas emociones, con la finalidad de tener un adecuado manejo de las mismas.

## **Sesión 17**

**Objetivos:** Trabajar el vocabulario emocional como la alegría, tristeza, miedo, preocupación, ira o sorpresa y potenciar que los alumnos comprendan las emociones de los demás, para favorecer las relaciones socio-afectiva.

**Actividad:** ¿Cómo nos sentimos?

### **Descripción de la actividad:**

La facilitadora se sitúa delante de ellos y les muestra un sobre de colores llamativos. Este sobre contiene dibujos o fotografías de caras que reflejan diferentes estados de ánimo: alegría, tristeza, enfado, preocupación, miedo y sorpresa. A continuación el tutor o tutora les pregunta ¿Qué hay en este dibujo? ¿Cómo está esta cara? Tiene las cejas..., los ojos..., los labios... (Proporcionar detalles expresivos, utilizando adjetivos descriptivos). ¿Es de un joven que se siente contento, enfadado?

La facilitadora deja que el adolescente o joven de la respuesta; posteriormente, reproduce esta expresión a través de la expresión facial y corporal y el adolescente y joven deben imitarla. Por ejemplo: “Yo me siento...”

La finalidad de la actividad fue que la facilitadora describa la expresión facial del dibujo o fotografía que extraía del sobre, reproduzca esta expresión y ponga nombre a la emoción que experimenta. Entonces será cuando el adolescente y joven imiten este estado de ánimo y le pongan un nombre: “Me siento triste/enfadado/preocupado/contento/asustado”.

### **Para la profesora:**

Se le pidió a la profesora que le muestre a los adolescentes y jóvenes una lámina de las diferentes emociones que tiene una persona y ellos puedan reconocer las distintas emociones que tiene cada ser humano.

Para comenzar a reconocer las distintas emociones que tiene una persona, se le sugirió mostrarle las emociones básicas, y poco a poco ir exponiendo las demás emociones que tiene el ser humano.

### **Tareas para la casa:**

Se requirió que los adolescentes y jóvenes junto a su familia, pueden trabajar en la casa las siguientes actividades:

-Nombrar y reconocer algunas emociones en diferentes dibujos o fotografías.

-Imitar y reproducir emociones a través de la expresión corporal y facial. .

Materiales necesarios: dibujos o fotografías de personas, sobre sorpresa.

Con la finalidad de reconocer las diferentes emociones, y poder diferenciarlas de manera clara una de la otra.

## **NORMAS DE CORTESÍA**

### **Sesión 18**

**Objetivo:** Fortalecer en los adolescentes y jóvenes en el grado de transición el uso de las normas de cortesía en los diferentes ambientes sociales mediante videos, juego de roles, imágenes alusivas al tema, para que así los adolescentes y jóvenes tengan una buena interacción con sus pares y con las personas que lo rodean.

### **Actividad: Buenos días**

Al ingresar todos los adolescentes y jóvenes al aula se recibe con un afectuoso saludo diciendo “Buenos días”; a los adolescentes y jóvenes se motiva con unas adivinanzas que se realiza la actividad sobre las normas de cortesía, se les da una explicación sobre estas, luego de unos minutos se da paso a una retroalimentación e indagación acerca del tema y los adolescentes y jóvenes comentan lo que recuerdan acerca de cuáles son las normas de cortesía, luego se dará paso a la realización de la actividad, se pegó unas imágenes en la pared del salón y luego se hace un recorrido por el mismo, donde se verán las diferentes normas de cortesía y se recuerde todo lo

relacionado con el tema, luego se crea una historia en base al recorrido, terminada esta actividad se da paso a la socialización donde los adolescentes y jóvenes demuestran sus conocimientos adquiridos durante el proceso de la actividad organizada para así dar paso a la evaluación donde se confrontan sus conocimientos adquiridos con los que ya cuentan y así evaluar el desempeño de los adolescentes y jóvenes, terminada la clase se deja una tarea para realizar un dibujo alusivo a la historia que se contó; para el cierre de la actividad se realiza una retroalimentación de lo que se vio, durante la sesión.

### **Para la profesora:**

Se le solicitó a la profesora a:

-Motivar fomentando las normas de cortesía para que los adolescentes y jóvenes no se olviden de saludar al momento de entrar a clases

- Incentivarlos a que las normas de cortesía definen a una persona muy respetuosa, y que la persona que saluda siempre será una persona muy buena para la sociedad.

Con el propósito de que no se pierda el trabajo conjunto y se pueda fortalecer esta área de las habilidades sociales en los adolescentes y jóvenes.

### **Tareas para la casa:**

Se le solicitó a la madre de los adolescentes y jóvenes que:

-Al momento de levantarse de la cama, los familiares que viven con él o ella, le recuerden que deben saludar, por las mañanas y al momento de desayunar que den las gracias, y si van a salir a realizar alguna actividad que se despidan de forma adecuada.

-Al llegar a casa que también le recuerden que deben saludar según la hora, y que deben pedir disculpas cuando ofenden a alguien o dice algo malo a una persona.

Con el objetivo de que no se olviden las normas básicas que son necesarias para las relaciones interpersonales.

## **Sesión 19**

**Objetivos:** Fortalecer las normas de cortesía de la anterior sesión mediante la retroalimentación.

**Actividad:** Saludar, pedir favores, pedir disculpas

Durante esta sesión, se citó a algunos de los maestros a una reunión, con los cuales los jóvenes tuvieron que practicar las normas de cortesía, fortalecer el saludo dando la mano o un abrazo dependiendo de cómo ellos pudieran saludar a la otra persona.

Se les pidió a algunos de los jóvenes pedir algunos favores a algunos de sus profesores, con el propósito de practicar la forma correcta de pedirlo.

Y por último se les solicitó a otros de los adolescentes y jóvenes que pidieran disculpas a algunos de sus compañeros y profesores, por alguna actividad negativa que hubieran realizado.

### **Para la Profesora:**

Se le solicitó a la profesora que en esa oportunidad, les reforzara con algún cumplido a cada uno de los adolescentes y jóvenes que saludar, pidiera un favor de la manera apropiada y pidiera disculpas con la finalidad de que los demás participantes puedan desarrollar estas habilidades.

### **Para la casa:**

Se les solicitó a los padres de familia, que dieran un estímulo positivo a cada uno de sus hijos cada vez que ellos practicaran las normas de cortesía de la forma correcta.

## **Sesión 20**

**Objetivo:** Dejar que los adolescentes y jóvenes practiquen las normas de cortesía con todas las pautas correspondientes.

**Actividad:** “Dramatización”

## **Sesión 21**

Durante esta sesión la facilitadora, formó los grupos para realizar la dramatización correspondiente.

La dramatización consistió en que uno de ellos, fue el profesor de la clase, otro fue un padre de familia, que visitaba el colegio, para ver las notas de su hijo o hija.

Y por último estaban el hijo, y el estudiante que siempre molesta durante las clases.

Se practicó esta actividad con la siguiente historia, cada uno de los participantes tuvo un rol asignado, la pequeña historia fue la siguiente: “llegó el día lunes y el profesor se disponía a dar las clases correspondientes, saluda a sus alumnos y se sienta en su pupitre, cuando de repente, toca la puerta un señor, saluda al profesor y a los alumnos, entonces ellos deben responder al saludo de manera adecuada, cuando el padre de familia se disponía a hablar con el profesor uno de los alumnos, empieza a hacer ruido, entonces el profesor lo llama y le pide que le dé una disculpas al padre, y a él por no respetar la breve reunión que tenían ambos”

Con la finalidad de aprender a saludar a otra persona que no conozcan, saber respetar, cuando alguien está hablando con otro, comprender porqué deben pedir disculpas cuando hacen algo que no es correcto.

### **Para la profesora:**

Se le pidió a la profesora que incentivara a los adolescentes y jóvenes a fortalecer constantemente las normas de cortesía, mediante refuerzos positivos, se le dio la sugerencia de que, cuando uno de los adolescentes y jóvenes empezara a mejorar las normas de cortesía, y deseara, practicar en la clase el rol de profesor se le de una oportunidad.

### **Para la casa:**

Se le pidió a los padres, que estén de forma constante fomentando las normas de cortesía en sus hijos, se le dio las sugerencia de que cuando salieran a un determinado

lugar, como ser el mercado por ejemplo: les enseñaran como saludar y luego los dejaran a ellos realizar las compras respectivas y cancelar, para fomentar el saludo, el despedirse de alguien, y dar las gracias por algún comentario que realice el vendedor o alguna otra persona que está cerca.

## **Sesión 22**

**Objetivo:** Fomentar la utilización de las normas de cortesía, mediante un video

### **Actividad: “Video”**

En esta sesión la facilitadora proyectó un video sobre las normas de cortesía, que contenían imágenes sobre cada una de las normas de cortesía más relevantes, el video contenía imágenes sobre cómo dar la mano de forma correcta, como saludar, como mantener la distancia adecuada con la otra persona, cuando se pide disculpas, cuando se da un cumplido de la manera adecuada, como expresar el disgusto ante una determinada situación.

Una vez proyectadas estas imágenes, después de unos minutos se les pidió a los jóvenes que reflejen las imágenes que pudieron percibir, como es de suponer algunos si lo hicieron otros no, sin embargo, lo intentaron.

### **Para la profesora:**

Se le solicitó a la profesora que en una de sus clases les volviera a mostrar el mismo video, para verificar mediante los comentarios de algunos de ellos, si están desarrollando las normas de cortesía de manera apropiada o si las están desarrollando de manera inadecuada.

### **Para la casa:**

Se solicitó a los padres que no dejen de practicar las normas de cortesía con sus hijos, debido a que, esta habilidad es sumamente importante en el desarrollo de sus relaciones interpersonales.

## **RELACIONES INTERPERSONALES**

### **Sesión 23**

**Objetivo:** Potenciar la empatía

Desarrollar habilidades sociales e interpersonales

**Actividad:** ¿Qué sabes de...?:

Los adolescentes o jóvenes se sentaron en círculo. Uno a uno debió buscar entre sus compañeros de la clase a alguien que reúna la característica que se pidió de forma verbal. Los adolescentes o jóvenes se preguntaron entre ellos para recabar información mutua.

#### **Instrucciones Verbales.**

Mientras ellos estaban sentados en círculos se les dio las siguientes instrucciones de: Tocar, abrazar, dar la mano, a un adolescente de la clase que, toque un instrumento musical. Que juegue al fútbol, que le haya le gustado trabajar con el ordenador, buscar a alguien haya nacido en el mismo mes que tú, hablar un idioma que no se estudia en clase, buscar a alguien que su comida favorita sea la misma que la tuya, le guste dibujar y pintar, le guste bailar, viva cerca de ti, tenga el mismo número de hermanos que tú, tenga un animal doméstico, su madre se llame igual que la tuya, tenga los ojos del mismo color que tú.

Entonces al momento de realizar la actividad se les dio las instrucciones ya mencionadas, y los adolescentes y jóvenes comenzaron conversar entre ellos, la finalidad de la actividad fue la de fomentar sus relaciones interpersonales.

#### **Para la Profesora:**

Se le solicitó a la profesora que en esta sesión y la próxima clase que ella tuviera con ellos los sentara en círculos. Durante 30 minutos, con la finalidad de practicar las relaciones interpersonales.

Se le pidió que les dieran instrucciones similares, para que ellos puedan guiarse y a partir, a ahí comenzar a dialogar con su compañero de al lado, o con el compañero que nunca antes había hablado.

**Para la casa:**

Se les solicitó a los padres que practiquen con sus hijos esta actividad, que es muy divertida y sencilla, pero que sin embargo aporta muchísimo al desarrollo de las relaciones interpersonales.

Y que al momento de almorzar, que es una situación muy favorable para fortalecer esta área, se practique algunas de las instrucciones, como ser por qué la tía tiene los mismos ojos que mamá, o por qué el vecino tiene el mismo perro de mascota.

**Sesión 24**

**Objetivos:** Desarrollar el conocimiento mutuo.

Favorecer el inicio de nuevas relaciones sociales

**Actividad:** El mercado

Los adolescentes y jóvenes se sentaron en círculo. En un recipiente, se introdujo pequeñas fichas de colores con distintas características personales (calidades, aficiones, gustos...). Se sacó una tarjeta y se leyó lo que pusieron, y entonces los adolescentes y jóvenes tuvieron que adivinar de quién se trataba.

**Para la Profesora:**

Se le solicitó a la profesora en esta oportunidad realizar la misma actividad

**Sesión 25**

**Objetivos:** Favorecer el inicio de nuevas relaciones.

Mejorar las capacidades de comunicación interpersonal.

Desarrollar habilidades para expresar sentimientos sobre otros

**Actividad:** Libro de sentimientos de la clase (el libro feliz)

Este libro consiste en una colección de lo que los alumnos de la clase escribirán o dibujarán sobre una emoción. Algunos adolescentes y jóvenes pudieron escribir lo que sintieron cuando estaban felices y luego se les pidió ilustrarla con dibujos.

Se les pidió a los adolescentes y jóvenes que todavía no tenían adquirida la escritura puedan dibujar y luego dictar sus emociones a la facilitadora para que ella las escriba.

Todas las páginas que se realizaron se guardaron para hacer un “libro”.

Como recompensa se encuadernó el libro de los adolescentes y jóvenes y se lo expuso en clases.

**Para la profesora:**

Se le pidió a la profesora realizar un cuaderno similar, pero con los temas que ella está llevando a cabo, con la finalidad de que las actividades que se realizan de manera individual puedan fortalecerse para trabajar en grupos.

**Para la casa:**

Se les pidió a los padres que pueden practicar esta actividad mediante una agenda, para que los adolescentes y jóvenes puedan motivarse a escribir sus sentimientos y emociones, y se les explicó que sería un detalle muy adecuado para verlos juntos a fin de año.

**Sesión 26**

**Actividad:** El amigo invisible.

Para esta actividad se les pide a todos los adolescentes y jóvenes que pusieran su nombre en un papel y metieran los papeles en una cesta. Cada adolescente o joven cogerá una tarjeta y tiene que realizar un dibujo de su amigo invisible sobre las

características que le gustan a él o ella. Por último se regala el dibujo sin que el amigo invisible se entere.

**Para la Profesora:**

Se le solicitó a la profesora que realice una actividad conjuntamente, los adolescentes, jóvenes, y la facilitadora a realizar esta actividad, y compartir un día junto a ellos fuera de la Fundación, en un lugar muy tranquilo con la finalidad de que los adolescentes y jóvenes puedan comunicarse en un ambiente distinto al que están acostumbrados.

**Para la casa:**

Se les sugirió a los padres de los adolescentes y jóvenes, que llevaran a sus hijos un día de campo, un viaje corto, con la familia, ayudará a que el adolescente o joven, pueda adaptarse al cambio rápidamente.

**Sesión 27**

**Objetivo:** Desarrollar habilidades sociales e interpersonales.

**Actividad:** Mi grupo de clase.

Se les pidió a todos los adolescentes y jóvenes realizar un dibujo, o caso contrario señalar donde estén todos sus compañeros de curso. La facilitadora sugirió que se acompañara el dibujo con una frase que fuera representativa para el grupo.

El libro de “yo soy maravilloso”.

La facilitadora se paró al frente de todo el grupo. Y les explicó que en esa sesión se trabajará un libro, a lo cual llamaremos: yo soy maravilloso.

Se les explicó que el libro consiste en varias hojas dirigidas a la autoafirmación de la propia persona: hacia el cumpleaños, el día más feliz de mi vida, fui valiente cuando., me gusto porque., o alguna situación que fue relevante para él en determinado momento.

**Para la Profesora:**

Se le solicitó a la profesora que de vez en cuando les muestre el álbum de recuerdos que ellos tengan como grupo, con el propósito de hacerles recordar momentos, que fueron muy significativos para ellos.

**Para la casa:**

Se les pidió a los padres de los adolescentes y jóvenes, cuando en algunas ocasiones uno de ellos se sienta triste, no tenga ganas de realizar alguna actividad, les muestren las fotos que son muy importantes para ellos, tal vez están realizando una actividad, que costaba mucho esfuerzo, están ganando alguna medalla, esto hará que suba su autoestima, y vuelvan a realizar las tareas con el mismo entusiasmo de siempre.

**Sesión 28**

**Objetivo:** Favorecer el inicio de nuevas relaciones sociales.

Mejorar capacidades de comunicación interpersonal.

**Actividad:** El baúl de clase.

La facilitadora explica a los adolescentes y jóvenes a construir un baúl de la clase, un baúl que durará mucho tiempo; cuando alguien lo encuentre, al cabo de cien años, deberá poder llegar a saber cómo era el grupo.

Por este motivo deben prestar mucha atención a lo que colocan dentro del baúl, con la finalidad de no desorientar ni dar pistas falsas a su futuro descubridor. Para construir el baúl, cada miembro del grupo debe depositar un máximo de dos cosas que considere muy representativas de aspectos positivos de la clase: fotos, mascotas, dibujos, poesías, libros, deseos, proyectos.

El último día cada adolescente o joven explica por qué eligió esos objetos. En una cartulina grande anotan todos aquellos aspectos positivos del grupo que los adolescentes y jóvenes han desarrollado.

**Para la Profesora:**

Se le pidió a la profesora que guarde muy bien todo el baúl de los recuerdos, y que, de ahí a unos años se los muestre a los jóvenes, para que ellos puedan revivir aspectos del pasado, y tenga una historia para contar a los demás.

**Para la casa:**

Se le solicitó a la mamá de los adolescentes y jóvenes, que los ayude a buscar las fotos más adecuadas, el objeto adecuado para guardarlo, en el baúl.

**TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN****Sesión 29**

**Objetivo:** Explicar qué es tolerancia a la frustración

**Actividad:** “Exposición”

En esta sesión se sienta a los adolescentes y jóvenes en un lugar y espacio adecuado, la facilitadora comienza con la explicación correspondiente, se les explicó qué es tolerancia con términos que ellos comprendieran, como ser paciencia o esperar algo o en determinado lugar o situación.

Luego se les explica a qué hacía referencia el término tolerancia, sustituyéndole por el término de calma, que es lo que ellos mayormente usan.

Y finalmente se les explica a los jóvenes porqué es importante trabajar la tolerancia a la frustración explicándoles que no debemos estar inquietos en un lugar que no es el apropiado. Que no debemos insistir algo que no es productivo, y que debemos saber esperar en algún momento porque es necesario.

**Para la profesora:**

Se le solicitó a la profesora, para que no se perdiera la explicación que ella, al momento de dar algunas de sus clases, observara que algunos de sus alumnos están muy inquietos les recuerde la explicación que la facilitadora les dio en una clase

anterior, para que ellos puedan percibir si, realmente se están comportando de la manera adecuada ante una determinada situación.

**Para la casa:**

Se les pidió a los padres de los adolescentes y jóvenes, no reforzar alguna conducta negativa que ellos tengan en alguna actividad que se estén realizando, como por ejemplo: Darle algún objeto de valor, para que ellos puedan obedecer, insistirle demasiado para que ellos realicen algo que no desean.

Tal vez en algunas ocasiones, ellos les dan algún objeto, como ser el celular, porque sienten que es una forma correcta de hacer que ellos obedezcan, se les explicó que en algunos casos esto es contraproducente.

**Sesión 30**

**Objetivo:** “Practicar la tolerancia a la frustración”

**Actividad:** “Espero, mientras observo”

Esta actividad, se la realizó de manera conjunta con la profesora, y consistió en hacer que los adolescentes o jóvenes que terminaran demasiado rápido sus tareas en el aula, esperaran hasta que los demás, terminaran, y no pasaran a la siguiente actividad, al menos que todos hayan terminado, en algunos casos algunos de ellos se frustraron, sin embargo se les explicó que no es castigo, es una forma de esperar un momento que alguien termine la actividad que está realizando, para poder empezar con otra.

Junto a la **profesora**, se coordinó las actividades correspondientes como ser pintar, fortalecer la psicomotricidad, ensartar, escribir, son actividades que algunos de ellos lo hacen demasiado rápido y no lo hacen bien, entonces con la actividad mencionada arriba, se trata de fortalecer la paciencia en ellos, y por ende la tolerancia a la frustración.

Se les pidió a los **padres**, que no les den inmediatamente las cosas que ellos piden, tal vez ellos piensen que esa es la forma correcta de hacer que el adolescente o joven no

se inquiete, y no haga un berrinche, se les explica que esta situación se puede revertir, dado que en algún momento, cuando no haya lo que ellos están buscando, podrían volver más rebeldes y no comprender la situación.

### **Sesión 31**

**Objetivo:** Retroalimentar la tolerancia a la frustración

**Actividad:** “Reflexión”

En esta sesión se retroalimentó la anterior, mediante la reflexión sobre todo lo que se habló, se le pidió a algunos de los jóvenes que comentaran qué fue lo que se hizo y porqué es importante esperar el momento adecuado, y no hacer las cosas con rapidez.

Se reflexionó con ellos mediante, charlas, muy dinámicas, la facilitadora trató de ser lo más clara posible, con los adolescentes cuidando de no dar demasiada información, debido a que a ellos les cuesta asimilar.

Se les volvió a repetir que, si en algunas ocasiones, no pueden tener algo que desean se puede esperar, para otro momento.

En esta sesión solo se retroalimentó lo que se había hecho anteriormente, por lo tanto sólo trabajó la facilitadora, sin dejar de lado la sugerencia a la **profesora** y a los **padres**, que sigan fomentando la tolerancia a la frustración con las explicaciones dadas.

Todo esto con la finalidad de que cada uno de ellos pueda mejorar sus relaciones interpersonales, y se sientan incluidos en la sociedad, y no sientan que por su conducta en algunas ocasiones son rechazados, solo que debemos mejorarla para que nosotros estemos bien con nosotros mismos. Y nuestras relaciones interpersonales sean lo más productiva posible.

### 6.3. INTERPRETACIÓN POS-TEST

Para dar cumplimiento al cumplimiento al tercer objetivo específico que dice: “Determinar el impacto del programa a través de la medición final de las habilidades sociales alcanzadas por los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, después de la aplicación del programa”, se presentan los siguientes resultados:

**CUADRO N°1**  
**Habilidades Sociales (Escucha, Asertividad)**  
**CASO 1: C.T.D.**

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>ESCUCHA</b>															
1.Mira a los ojos de las personas	x				x		x						x	x	
2.Actitud corporal a la comunicación		x		x			x						x	x	
3. Gira su cuerpo en actitud de escucha	x			x			x						x		
4.Sabe escuchar	x			x			x						x		
<b>ASERTIVIDAD</b>															
<b>EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PRE-TEST      POS-TEST</b>															
1.Pide lo que necesita de modo adecuado	x			x			x						x		
2.Defiende sus derechos correctamente	x			x			x						x		
3.Expresa lo que le gusta	x				x		x				x		x		
4.Da negativas de forma adecuada	x			x				x			x		x		
5.Reacciona sin gritar	x			x			x						x		
6. Resuelve el conflicto sin agredir	x			x			x						x		
7. Acepta las críticas sobre su conducta.		x		x			x						x		
8.Señala las actitudes inadecuadas	x			x			x						x		
9.Se niega adecuadamente	x			x			x						x		
10.Pide ayuda correctamente	x			x			x						x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

En cuanto al área de la habilidad de Escucha en el caso C.T.D., la joven después de la aplicación del programa sobre habilidades logra mirar a los ojos de las personas cuando está hablando con ellas, C. tiene una actitud corporal abierta a la

comunicación, ahora es una persona más extrovertida, le es más fácil relacionarse con las personas con las cuales no frecuenta.

En cuanto al área de Asertividad, que es la habilidad de expresar los deseos de una manera amable, franca, abierta, directa y adecuada, logrando decir lo que queremos sin atentar contra los demás. La joven puede defender sus derechos de manera correcta.

De acuerdo a los resultados obtenidos, se puede inferir que la joven hoy en día no tiene las complicaciones que antes presentaba al momento de comunicarse con los demás, realiza las actividades sencillas que son necesarias para la comunicación como saludar a otra persona, iniciar conversaciones, ahora su comunicación dura mucho más que antes, ya no se queda callada y por lo general ya no se distrae como antes lo solía hacer.

Durante las sesiones correspondientes se observó que C., fue mejorando el área de asertividad, por ejemplo, al momento de hacer algún comentario lo hace con mucha delicadeza, cuidando de que su compañero o compañera no se sienta agredido verbalmente.

C., es una joven como cualquier otra, durante las sesiones y algunos ejercicios de relación mostró que puede realizar algunas actividades complejas en cuanto a motricidad gruesa se refiere.

## CUADRO N°2

### Habilidades Sociales (Normas de Cortesía)

#### CASO 1: C.T.D.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR(A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>NORMAS DE CORTESIA</b>															
1.Sonríe cuando saluda o se despide	x			x			x								x
2.Utiliza un volumen de voz adecuado		x			x		x								x
3.Cuando es presentado da la mano	x			x			x				x			x	
4.Saluda al entrar a un lugar	x			x			x				x			x	
5.Se despide al abandonar un lugar	x			x				x			x			x	
6.Pide las cosas" Por favor"		x			x			x				x			x
7.Da las gracias	x			x			x				x			x	
8.Pide disculpas a los adultos	x			x			x				x			x	
<b>DISTANCIA INTERPERSONAL</b>															
EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PPRE-TEST      POS-TEST															
1.Mantiene la distancia adecuada	x			x			x				x			x	
2.Abusa del contacto físico	x			x			x				x			x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

Las normas de cortesía fue una de las áreas que se trabajó de manera sutil, debido a que la joven ya cuenta con las mismas, y pueda recordarlas practicando a diario, durante la clase a la hora de recreo, a la hora de salida, en el mercado, en general a los lugares que frecuenta.

Al mejorar esta área se logró que C., recuerde cuales son las normas básicas de cortesía, y que las mismas parten del respeto que se tienen unos a otros.

De acuerdo a los resultados obtenidos se puede percibir que el aprovechamiento en el trabajo de esta área por parte de la joven fue positivo, ya que durante las sesiones mostraba una actitud de entusiasmo e interés por la actividad que se estaba llevando a cabo en dicha sesión.

### CUADRO N° 3

#### Habilidades Sociales (Comunicación, Resolución de Problemas, Autoestima, Manejo de Emociones)

#### CASO 1: C.T.D.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)</b>															
1.Sabe presentarse a los demás	x			x			x				x		x		
2.Inicia conversaciones		x			x			x				x		x	
3.Responde a las preguntas	x			x			x				x		x		
4.Expresa verbalmente sus deseos, ideas	x			x			x				x		x		
5.Expresa sus quejas verbalmente	x			x			x				x		x		
<b>RESOLUCION DE PROBLEMAS</b>															
<b>EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PRE-TEST      POS-TEST</b>															
1.Ante un problema sabe buscar soluciones		x			x			x				x		x	
2.Distingue una situación problemática	x			x			x				x		x		
3.Pone en práctica soluciones		x			x			x						x	
<b>AUTOESTIMA</b>															
<b>EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PRE-TEST      POS-TEST</b>															
1.Demuestra malestar cuando su apariencia no es adecuada	x			x			x						x		
2.Expresa agrado ante un cambio en su apariencia	x			x			x						x		
3.Cuida su imagen externa	x			x			x						x		
4.Tiene confianza en sí mismo	x			x			x				x		x		
5.Reconoce sus cualidades		x			x		x				x			x	
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>															
<b>EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PRE-TEST      POS-TEST</b>															
1.Sabe expresar sus emociones	x			x			x				x		x		
2.Cambia de expresión en diferentes situaciones	x			x			x						x		
3.Distingue sentimientos en los demás	x			x			x				x		x		
4.Se corresponden los gestos con los sentimientos	x			x			x				x		x		
5.Expresa adecuadamente sus emociones		x			x		x					x		x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

El área de Resolución de Problemas, es una de las habilidades más complejas.

En el caso C., luego de haber desarrollado el programa de intervención, se observó que por ahora no tiene mucha dificultad para resolver algún problema en particular, la de su razonamiento poco a poco se fue fortaleciendo con algunas tareas que antes

para ella eran difíciles de desarrollar; ahora las realiza con facilidad, tomando en cuenta que se trabajó con actividades sumamente sencillas para comenzar a trabajar , y a medida que retenía alguna actividad, era la pauta que se necesita para poder realizar otras tareas que tenían cierta complejidad.

El Manejo de Emociones, en C., hoy tiene lo que se esperaba, expresar las mismas de manera adecuada. En algunas ocasiones tiene una mezcla de ellas, como lo hacía anteriormente, sin embargo, esos cambios ahora se dan muy de vez en cuando, y por ende puede expresarlas de la manera correcta, y de la forma adecuada.

En muchas ocasiones la joven confundía, muchas de las imágenes, que le mostraba; las imágenes contenían las diferentes emociones y se requirió que C, las mirara una y otra vez y logre identificarlas. Ciertamente tuvo un grado de complejidad, sin embargo, después de muchos intentos logró el objetivo.

Luego se continuó con las emociones más complejas, las cuales ayudaran a que C., tenga la expresión correcta ante determinada situación, en un futuro.

Cuadro N°4

Habilidades Sociales (Relaciones Interpersonales, Tolerancia a la frustración)

CASO 1: C.T.D.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>															
1. Se acerca a otros compañeros con intención de compartir	x			x			x				x			x	
2. Responde adecuadamente cuando le invitan a compartir	x			x			x				x			x	
3. Facilita la incorporación de otro compañero		x			x			x				x		x	
4. Comparte sus pertenencias		x			x		x					x		x	
5. Respeta las pertenencias de los demás	x			x				x						x	
6. Respeta las reglas establecidas	x			x			x							x	
7. Hace amigos fácilmente	x			x			x							x	
8. Reconoce los logros de los demás	x			x			x							x	
<b>TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN</b>															
<b>EVALUADOR</b>															
<b>PROFESOR(A)</b>															
<b>PADRE-MADRE</b>															
<b>PRE-TEST</b>															
<b>POS-TEST</b>															
1. Trata a los demás de forma dominante	x			x			x			x			x		
2. Tolera la demora a la hora de recibir ayuda	x					x	x			x			x		
3. Permite que los demás participen en la conversación	x			x			x			x			x		
4. Interrumpe a la persona que tiene la palabra			x			x			x			x			x
5. Se adapta a los cambios en las rutinas		x			x			x			x			x	
6. Acepta fácilmente cambiar de actividad		x			x			x			x			x	
7. Acepta los límites que se le imponen	x			x			x				x			x	
8. Asume sus propios errores sin abandonar la actividad	x			x			x				x			x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Tolerancia a la Frustración, es una de las áreas con la cual las personas pueden intentar una y otra vez, en el caso C., ahora acepta los límites que se imponen, asume sus propios errores sin abandonar la actividad e intenta superarlo, se puede inferir de manera general que si tiene tolerancia a la Frustración, después de todo lo que tuvo que atravesar, fueron momentos complicados como ser la muerte de su mamá y

muchas veces tratar de sobrellevar esa situación es sumamente compleja. Al trabajar la tolerancia a la frustración, ayudó a que C., pueda aceptar algunos límites, y a asumir sus errores.

Durante algunas tareas sencillas que se le dio para fortalecer la psicomotricidad, como ser plastilina, enrollar papel, colocar el hilo en una aguja, la joven, lo intentó varias veces, antes de que lo lograra, aun así se sentía un poco desmotivada por no haber realizado el trabajo en un primer intento.

El trabajar de manera conjunta, con la profesora y con la tutora de C. Será de mucha ayuda, ya que el trabajo se lo realizará constantemente fuera de la fundación, en beneficio de la misma.

Cuadro N°5

Habilidades Sociales (Escucha, Asertividad, Normas de cortesía, Distancia Interpersonal)

CASO 2: R.E.P.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>ESCUCHA</b>															
1. Mira a los ojos de las personas.	x			x			x				x				
2. Actitud abierta a la comunicación	x			x			x				x				
3. Gira su cuerpo en actitud de escucha	x			x			x								
4. Sabe escuchar a la persona	x			x			x								
<b>ASERTIVIDAD</b>															
<b>EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PRE-TEST      POS-TEST</b>															
1. Pide lo que necesita de modo adecuado	x			x			x				x				
2. Defiende sus derechos	x			x			x				x				
3. Expresa lo que le gusta, lo que piensa	x			x			x				x				
4. Da negativas de forma adecuada	x			x			x				x				
5. Reacciona sin gritar	x			x			x				x				
6. Resuelve el conflicto sin agredir	x			x			x				x				
7. Acepta las críticas sobre su conducta.	x			x			x								
8. Señala las actitudes inadecuadas.		x			x		x					x			x
9. Se niega adecuadamente	x			x			x								
10. Pide ayuda correctamente	x			x			x								
<b>NORMAS DE CORTESÍA</b>															
<b>EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PRE-TEST      POS-TEST</b>															
1. Sonríe cuando saluda o se despide	x			x				x			x				
2. Utiliza un volumen de voz adecuada	x			x				x				x			
3. Cuando es presentado da la mano	x			x			x				x				
4. Saluda al entrar a un lugar	x			x			x				x				
5. Se despide al abandonar un lugar	x			x			x				x				
6. Pide las cosas "Por favor"	x			x			x				x				
7. Da las gracias	x			x			x				x				
8. Pide disculpas a los adultos	x			x			x				x				

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

En el caso R.E. La habilidad de Escucha, es una de las áreas que es de vital importancia para que las personas puedan comunicarse mejor con los demás y atender lo que las otras personas les dicen.

En el caso R.E. esta habilidad, se desarrolló, mediante la estimulación, probablemente tiene una actitud de escucha, muy favorable, ahora se tiene la percepción de que es una persona que está atenta a lo que la otra persona le está comunicando, tiene una actitud corporal abierta a la comunicación, ahora no se tiene que elevar la voz como antes para que él pueda escuchar. Esto lo ayudó a poner más atención a las órdenes que se le da cuando se está realizando alguna tarea, y logró estimular su sentido auditivo al volumen de voz, de la facilitadora.

Es importante recalcar que R.E., al tener síndrome de Down, tiene un nivel bajo de escucha, por lo tanto, se le habla subiendo el tono de voz.

En el caso de R.E., el área de la asertividad, está muy bien desarrollada él sabe, como reaccionar ante una determinada situación, tiene muy clara la definición de esta área, expresa lo que le gusta, y lo que no, siempre tratando de no lastimar al compañero con el cual, en algunas ocasiones, tiene algunas dificultades debido a que existe un compañero que algunas veces lo molesta en el recreo, nada que sea grave, solo juegos de amigos.

En el caso de este joven, se pudo trabajar con cierta fluidez debido a que él tiene un grado más alto de comprensión que el de sus compañeros, y es una de las personas dispuestas a colaborar para que la actividad que se está llevando a cabo salga como se planteó.

Cuadro N°6

Habilidades Sociales (Comunicación, Resolución de Problemas, Autoestima)

CASO 2: R.E.P.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR(A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)</b>															
1. Sabe presentarse a los demás	x			x			x			x			x		
2. Inicia conversaciones	x			x			x			x			x		
3. Responde a las preguntas	x			x			x				x		x		
4. Expresa verbalmente sus deseos e ideas	x			x			x				x		x		
5. Expresa sus quejas verbalmente	x			x			x				x		x		
<b>RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS</b>															
	EVALUADOR			PROFESOR(A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST		
1. Sabe buscar soluciones	x				x		x			x			x		
2. Distingue una situación problemática	x			x			x			x			x		
3. Pone en práctica soluciones		x			x		x			x			x		
<b>AUTOESTIMA</b>															
	EVALUADOR			PROFESOR(A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST		
1. Demuestra malestar cuando su apariencia no es adecuada.	x			x			x					x	x		
2. Expresa agrado ante un cambio en su apariencia	x			x			x						x		
3. Cuida su imagen externa	x			x			x				x		x		
4. Tiene confianza en sí mismo	x			x			x				x		x		
5. Reconoce sus cualidades	x			x			x				x		x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

En el caso de R.E., el área de comunicación, es una de las áreas, que se debe fortalecer constantemente, debido a que en R.E., el lenguaje es fluido, sin embargo, existen palabras, y frases que aún no las puede decir con claridad. Con él se puede iniciar una conversación muy amena, muy fructífera, se puede compartir algunas experiencias.

La hermana de R.E., refiere que cuando él llega a su casa, se sienta a conversar, a contarle las anécdotas del día, como le fue, qué hizo en su trabajo, que trabajos realizaron en la fundación, que pasó con sus compañeros y de paso le pregunta a ella como le fue y que hizo durante el día. Como se puede apreciar R.E., se preocupa por

los demás, y también pregunta a algunos de sus compañeros ¿Cómo estás?, una pregunta que para algunos de sus compañeros es muy importante.

Se percibe que la autoestima en R.E., se está desarrollando de manera sistemática, reconoce sus cualidades, tiene confianza en sí mismo, es una persona que sabe lo que debe hacer para no sentirse triste, y para sentir que él sí puede realizar tareas que tienen dificultad, él es un joven que lucha por hacer comprender a las demás personas que él es una persona que tiene las mismas cualidades que otras personas que no tienen esta condición de vida.

Al tener una buena autoestima podrá desenvolverse mucho mejor que ahora, en situaciones que se le presenten sean sencillas o complejas.

Así también ayudará a que él se valore como persona y aprecie tanto sus defectos como cualidades.

Cuadro N°7

Habilidades Sociales (Manejo de emociones, Relaciones interpersonales)

CASO: R.E.P

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO PPOS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>															
1.Sabe expresar sus emociones	x			x			x			x			x		
2.Cambia la expresión ante diferentes situaciones	x			x			x			x			x		
3.Distingue sentimientos en los demás	x			x			x			x			x		
4.Se corresponden los gestos con los sentimientos	x			x			x			x			x		
5.Expresa adecuadamente las distintas emociones		x			x		x			x			x		
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>															
<b>EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PRE-TEST      POS-TEST</b>															
1.Se acerca a otros compañeros a compartir	x			x			x				x		x		
2.Responde adecuadamente cuando le invitan a compartir	x			x			x			x			x		
3.Facilita la incorporación de un compañero	x				x			x			x			x	
4.Comparte sus pertenencias		x			x			x				x		x	
5.Respeto las pertenencias	x			x			x			x			x		
6.Respeto las reglas establecidas	x			x			x			x			x		
7.Hace amigos fácilmente	x			x			x			x			x		
8.Reconoce los logros de los demás	x			x			x			x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

En cuanto a estas áreas, se las trabajó durante todos los horarios posibles, en donde se reunían en grupo, para que R, pueda conversar con sus compañeros después de haber pasado clases, y disfrutar del receso.

Cuadro N°8

Habilidades Sociales (Tolerancia a la frustración)

CASO R.E.P

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>TOLERANCIA A LA FRUSTRACION</b>															
1.Trata a los demás de forma dominante			x			x			x			x			x
2.Tolera la demora a la hora de recibir ayuda	x			x				x					x		
3.Permite que los demás participen en la conversación	x			x				x			x			x	
4.Interrumpe a la persona que tiene la palabra			x			x			x	x					x
5.Se adapta a los cambios en sus rutinas	x				x			x				x		x	
6.Acepta fácilmente cambiar de actividad	x				x			x			x			x	
7.Acepta los límites que se le imponen	x			x				x			x			x	
8.Asume sus propios errores sin abandonar la actividad		x		x				x			x			x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Como se puede apreciar R, si tiene tolerancia a la frustración, es una de las personas que desea realizar un trabajo por sus propios medios, aunque otros le digan que no puede lograrlo.

Se esfuerza por conseguirlo y en ciertas oportunidades lo logra, y él se siente sumamente feliz, por haber alcanzado un objetivo más que se propuso en alguna ocasión.

## CUADRO N° 9

### Habilidades Sociales (Escucha, Asertividad)

#### CASO 3: E.G.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRETEST			PROMEDIO POS TEST			
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	
<b>ESCUCHA</b>																
1.Mira a los ojos de las personas	x			x			x				x			x		
2.Actitud corporal abierta a la comunicación	x			x			x				x			x		
3.Gira su cuerpo en actitud de escucha	x			x			x			x				x		
4.Sabe escuchar		x			x			x		x				x		
<b>ASERTIVIDAD</b>																
<b>EVALUADOR      PROFESOR (A)      PADRE-MADRE      PRE-TEST      POS-TEST</b>																
1. Pide lo que necesita de modo adecuado.	x			x			x				x			x		
2.Defiende sus derechos correctamente	x			x			x							x		
3.Expresa lo que le gusta	x			x			x				x			x		
4.Da negativas de forma adecuada	x			x			x				x			x		
5.Reacciona sin gritar	x			x			x					x		x		
6.Resuelve el conflicto sin agredir	x				x			x				x			x	
7.Acepta las críticas sobre su conducta		x			x			x					x		x	
8.Señala las actitudes inadecuadas	x			x				x							x	
9.Se niega adecuadamente	x						x	x						x		
10.Pide ayuda correctamente	x			x			x							x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

En el caso E.G. Las habilidades que se requirieron trabajar con mayor énfasis son las siguientes: Asertividad, Normas de Cortesía, Comunicación, Resolución de Problemas, Manejo de Emociones

En el caso de E.G., después de las actividades realizadas y la explicación correspondiente, acerca de cada una de las habilidades ya mencionadas se logró que pueda resolver de manera adecuada algún problema que se le presenta. Antes E.G., confundía la asertividad con risas ante alguna agresión verbal y en muy raros casos agresión física por parte de algunos de sus compañeros.

Se puede apreciar que E.G., mejoró bastante el área de asertividad, y lo demuestra a diario dentro de las clases con su profesora.

Pone en práctica todo lo aprendido en las sesiones, y actualmente la profesora de E.G., comenta que E.G., ha cambiado mucho su conducta, ahora es mucho más adecuada a la que tenía antes, en anteriores ocasiones él se aburría constantemente, no deseaba realizar alguna tarea, sin embargo hoy las realiza de manera adecuada, aunque de vez en cuando vuelven a aparecer esas conductas indeseadas.

CUADRO N° 10

Habilidades Sociales (Normas de Cortesía, Distancia interpersonal, Comunicación)

CASO 3: E.G.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO POS-TESTES			
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	
<b>NORMAS DE CORTESIA</b>																
1.Sonrie cuando saluda o se despide	x			x			x							x		
2.Utiliza un volumen de voz adecuada		x			x			x					x		x	
3.Cuando es presentado da la mano	x			x			x				x			x		
4.Saluda al entrar a un lugar		x			x		x				x				x	
5.Se despide al abandonar un lugar	x			x			x				x			x		
6.Pide las cosas por favor	x			x			x				x			x		
7.Da las gracias	x			x			x							x		
8.Pide disculpas		x			x		x						x		x	
<b>DISTANCIA INTERPERSONAL</b>																
	EVALUADOR			PROFESOR(A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST			
1.Mantiene la distancia adecuada	x					x	x			x				x		
2.Abusa del contacto fisico				x			x									x
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)</b>																
1.Sabe presentarse a los demás		x			x		x				x				x	
2.Inicia conversaciones		x			x		x					x			x	
3.Responde a las preguntas		x			x		x				x				x	
4.Expresa verbalmente sus deseos		x			x		x					x			x	
5.Expresa sus quejas verbalmente		x			x		x					x			x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

En cuanto a las normas de cortesía, estas juegan un papel fundamental en las habilidades sociales. Muchas veces E.G., no saludaba, no daba la mano al saludar a

otra persona, aunque su lenguaje verbal no es muy claro, ahora se le puede comprender mucho mejor que antes.

La madre comenta que ahora él saluda, a ella y a los vecinos que viven en la misma casa, la profesora explica que E.G., ahora saluda al momento de entrar a clases, aunque en algunas ocasiones se olvida, sin embargo, cuando se le dice que salude lo hace.

E.G., es una persona muy tierna, aunque en algunas ocasiones cuando se molesta con alguien no se comporta como se espera, tenía un comportamiento un poco radical, se volvía más agresivo, entonces al momento de explicarle que su conducta es algo que no es bueno para él, y tampoco para sus compañeros, comenzó a darse cuenta de que lo que hacía no estaba bien, y desde entonces comenzó con las normas de cortesía, la distancia interpersonal que él debería mantener y poco a poco comenzó a realizar actitudes positivas dentro y fuera de la institución.

## CUADRO N° 11

### Habilidades Sociales (Resolución de Problemas, Autoestima, Manejo de Emociones)

#### CASO 3 E.G.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>RESOLUCION DE PROBLEMAS</b>															
1. Ante un problema sabe buscar soluciones		x			x			x				x		x	
2. Distingue una situación problemática	x			x			x					x	x		
3. Pone en práctica soluciones		x			x			x				x		x	
<b>AUTOESTIMA</b>															
EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PRE-TEST      POS-TEST															
1. Demuestra malestar cuando su apariencia no es adecuada	x			x			x				x		x		
2. Expresa agrado ante un cambio en su experiencia	x			x			x				x		x		
3. Cuida su imagen externa		x				X	x				x			x	
4. Tiene confianza en sí mismo		x			x			X			x			x	
5. Reconoce sus cualidades		X			X			X		x			x		
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>															
EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PRE-TEST      POS-TEST															
1. Sabe expresar sus emociones	x			x			x				x		x		
2. Cambia la expresión ante diferentes situaciones	x			x			x				x		x		
3. Distingue sentimientos	x			x			x				x		x		
4. Se corresponden los gestos con los sentimientos			x		x		x				x			x	
5. Expresa adecuadamente sus emociones			x		x			x			x			x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

El área de la Resolución de Problemas, es la capacidad de resolver problemas con eficacia y agilidad para dar soluciones a problemas detectados, emprendiendo las acciones correctoras necesarias con sentido común, sentido del coste e iniciativa.

En el caso de E.G., la resolución de los problemas es un área muy complicada para él, aunque se trabajó sobre esto, se logró avanzar muy poco, tal vez sea por las características de personalidad que él tiene, es una persona que en algunas ocasiones no atiende a las explicaciones que se le da durante la clase, aun volviendo a explicarle.

Le cuesta mucho asimilar y procesar la información que se le da, sin embargo, se le enseñó a E.G., a cómo resolver algún problema que tuviera con algunos de sus compañeros o con algunas de sus tareas sencillas que se las pueden realizar en su casa, en la fundación junto a la profesora.

Los gestos desagradables que antes realizaba E.G., con frecuencia, ahora solo los realiza de manera involuntaria durante unos cuantos minutos, pero ya no con la frecuencia anterior.

En cuanto al Manejo de Emociones, E.G., reconoce las emociones básicas de cada ser humano, y ahora los puede expresar adecuadamente. Ahora E.G. puede manejar las distintas emociones de la manera más pertinente, el manejar las emociones de manera correcta, ayudó a E.G., a relacionarse mejor con sus demás compañeros, a tener una interrelación con las personas que visitan la Fundación en determinadas ocasiones.

Él ahora puede expresar de la forma correcta algunas de sus emociones, y los gestos que ahora realiza no son desagradables, por el contrario le da un aspecto de persona respetada. Y aunque su lenguaje verbal le impida mantener la expresión adecuada en su rostro, se esfuerza por conseguirlo y por hacerse entender con los demás.

El cambia la expresión de su rostro ante diferentes situaciones, si la profesora o alguna otra persona que está a cargo, le llama la atención porque está haciendo algo que no debería, la expresión de su rostro cambia repentinamente.

En ciertas ocasiones cambiar la expresión del rostro, es señal de que la persona está comprendiendo que recibió un regaño por parte de alguien y probablemente no repita la conducta incorrecta en un lugar determinado.

## CUADRO N°12

### Habilidades Sociales (Relaciones Interpersonales)

#### CASO E.G.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
RELACIONES INTERPERSONALES															
1.Se acerca a otros compañeros con la intención de compartir	x			x			x			x			x		
2.Responde adecuadamente	x			x			x				x		x		
3.Facilita la incorporación de otro compañero	x			x			x				x		x		
4.Comparte sus pertenencias	x			x			x			x			x		
5.Respeta las pertenencias de los demás	x			x			x			x			x		
6.Respeta las reglas establecidas	x			x			x			x			x		
7.Hace amigos fácilmente	x				x			x			x			x	
8.Reconoce los logros de los demás		x		x			x			x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Las relaciones interpersonales de E.G., mejoraron notablemente como se muestra en los datos obtenidos después de la aplicación del programa, actualmente da la mano, responde adecuadamente cuando se le pregunta algo, facilita la incorporación de otro compañero al grupo, respeta lo que los demás establecen cuando desean realizar alguna actividad a la hora del recreo.

Las relaciones interpersonales son asociaciones entre dos o más personas. Estas asociaciones pueden basarse en emociones y sentimientos, como el amor y el gusto artístico, el interés por los negocios y por las actividades sociales, las interacciones y formas colaborativas en el hogar, entre otros.

### CUADRO N°13

#### Habilidades Sociales (Tolerancia a la Frustración)

#### CASO E.G.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR(A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POSTEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
1.Trata a los demás de forma dominante			x			x	x				x				x
2.Tolera la demora a la hora de recibir ayuda	x			x			x			x			x		
3.Permite que los demás participen	x			x			x				x		x		
4.Interrumpe a la persona que tiene la palabra			x			x		x			x				x
5.Se adapta a los cambios en sus rutinas		x			x		x				x			x	
6.Acepta fácilmente cambiar de actividad	x			x			x				x		x		
7.Acepta los límites que se le imponen	x			x			x				x		x		
8.Asume sus propios errores sin abandonar la actividad		x			x		x					x		x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Tolerancia a la frustración, es un sentimiento que aparece cuando no conseguimos lo que queremos o cuando nos suceden situaciones no deseadas.

Según la intensidad del sentimiento y nuestras características personales, podemos reaccionar ante ella con enfado, angustia, ansiedad.

E.G., ahora si tiene tolerancia a la frustración, aunque no de la manera que se prefiere, sin embargo, trabajar con él esta área ayudará a que el no deje alguna actividad sin finalizarla, pondrá en prácticas algunas soluciones que se le ocurran para terminar dicha actividad, se adaptará a los cambios en sus rutinas sin protestar.

La tolerancia a la frustración ayudará a que el adolescente acepte los límites que se le imponen, en alguna ocasión o en una determinada situación. Por lo general las situaciones con las que convivimos nos preparan, nos habitúan ante estos factores o nos vuelven más vulnerables ante ellas.

CUADRO N°14

Habilidades Sociales (Escucha, Asertividad)

CASO: J.V.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>ESCUCHA</b>															
1.Mira a los ojos de las personas	x			X			x					x	X		
2.Actitud corporal abierta a la comunicación	x			X			x					x	X		
3.Gira su cuerpo en actitud de escucha		x			x		x							x	
4.Sabe escuchar	x			X			x						x		
<b>ASERTIVIDAD</b>															
1.Pide lo que necesita de modo adecuado			x		x			x				x			X
2.Defiende sus derechos correctamente		x			x		x					x			X
3.Expresa lo que le gusta	x				x		x					x		X	
4.Da negativas de forma adecuada		x			x		x					x			X
5.Reacciona sin gritar	x			X				x			x			X	
6.Resuelve el conflicto sin agredir	x			X			x				x			X	
7.Acepta las críticas sobre su conducta	x			X			x				x			X	
8.Señala actitudes inadecuadas		x			x		x					x			X
9.Se niega adecuadamente	x				x		x					x		X	
10.Pide ayuda correctamente	x				x		x					x		X	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

J.V., no podía responder cuando se le pregunta que es asertividad sin embargo ahora, menciona que la asertividad, es la manera de defender nuestros derechos, trabajar con J.V., la asertividad la ayudó a respetar las pertenencias de los demás, a defender sus propios derechos de la manera más favorable posible con la finalidad de que pueda comprender cómo debe comportarse ante una determinada situación.

Luego de las entrevistas realizada a la profesora y a la madre, nos dan datos favorables con referencia a la actitud de J.V., la cual, ahora defiende sus derechos de la forma correcta, por ejemplo cuando algunos de sus compañeros, levanta algunas de sus pertenencias, ya no reacciona de forma violenta, ni pasiva sino de una manera asertiva, y cuando ella desea decir algo a algunos de sus compañeros, lo dice de la forma que es más conveniente para no lastimar a los demás.

En la casa, la mamá de J.V., le enseñó a como vocalizar algunas palabras, y en la fundación también para que el trabajo tenga más éxito y salga beneficiada.

J.V., como todas las personas tiene problemas y al momento de resolverlos, tiene un cierto grado de dificultad, sin embargo se deben resolver los problemas que se presentan, porque no es saludable, que se los deje pasar, si se deja un problema sin resolver a la larga tendrá consecuencias serias, para evitar esta situación es conveniente enseñar a cómo resolver los problemas, siempre y cuando se empiece por los problemas pequeños y sencillos, y a partir de ahí comenzar a trabajar los problemas más complejos.

## CUADRO N° 15

### Habilidades Sociales (Normas de Cortesía)

#### Caso 4: J.V.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
NORMAS DE CORTESIA															
1.Sonrie cuando saluda o se despide de alguien	x				x		x				x		x		
2.Utiliza un volumen de voz adecuado	x				x			x			x			x	
3.Cuando es presentado, da un abrazo	x			x			x			x			x		
4.Saluda al entrar a un lugar		x				x	x			x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Las normas de cortesía, se la trabajó con J.V., para recordarle, que al entrar a un lugar se debe saludar, dar la mano, un abrazo, y que al salir se debe despedirse de las personas que se encuentra dentro del contexto donde se visita.

Y que se debe usar un tono de voz adecuado, luego de la aplicación la adolescente comprendió que no debería gritar cuando desea pedir algo que ella necesita. Y que debe esperar cuando las otras personas están ocupadas.

Durante las sesiones se le explicó a J.V., que no debe poner adjetivos calificativos a ninguno de sus compañeros debido a que eso daña a la otra persona de manera verbal.

Por el momento la adolescente no volvió a decir ningún adjetivo a ninguno de sus compañeros.

La cortesía es un comportamiento humano de buena costumbre; en la mejor expresión es el uso práctico de las buenas costumbres o las normas de etiqueta. Es un fenómeno cultural definido y lo que se considera cortés es una cultura puede a menudo ser absolutamente grosero o simplemente extraño en otra.

Las normas de cortesía, son frases con las cuales se expresa agradecimiento, las cuales utilizamos a diario, al tratar con respeto a las demás personas, fomentamos a la buena relación interpersonal, y se ayuda a la integración e incorporación del otro compañero al grupo, actualmente, a través de la cortesía se trata de que las personas logren una convivencia armónica y pacífica, demostrando su afecto y amabilidad de modo sutil y expresando sus disidencias de forma respetuosa.

## CUADRO N° 16

### Habilidades Sociales (Distancia Interpersonal, Comunicación, Resolución de Problemas, Autoestima)

#### Caso 4: J.V.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>DISTANCIA INTERPERSONAL</b>															
1.Mantiene la distancia adecuada			X			x			x			x			x
2.Abusa del contacto físico		x			x			x		x			x		
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)</b>															
<b>EVALUADOR      PAFOSER(A)      PADRE-MADRE      PRE-TEST      POS-TEST</b>															
1.Sabe presentarse a los demás	x			x					x	x			x		
2.Inicia conversaciones	x			x			x			x			x		
3.Responde a las preguntas	x			x			x				x		x		
4.Expresa verbalmente sus deseos e ideas	x			x			x			x			x		
5.Expresa sus quejas verbalmente															
<b>RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS</b>															
<b>EVALUADOR      POFESOR (A)      PADRE-MADRE      PRE-TEST      POS-TEST</b>															
1.Sabe buscar soluciones	x			x			x				x		x		
2.Distingue una situación problemática	x			x			x				x		x		
3.Pone en prácticas soluciones		x			x		x				x			x	
<b>AUTOESTIMA</b>															
<b>EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PRE-TEST      POS-TEST</b>															
1.Demuestra malestar ante su apariencia	x			x			x			x			x		
2.Expresa agrado ante su apariencia	x			x			x			x			x		
3.Cuida su imagen externa		x			x		x				x			x	
4.Tiene confianza en si mismo		x			x		x					x		x	
5.Reconoce sus cualidades		x			x		x					x		x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Distancia Interpersonal, la invasión se puede presentar a estos espacios no solamente es corporal, también pueden ser auditivas, olfativas, o sensorial de algún otro tipo, por lo que entre compañeros con los que no se mantienen relaciones personales, el mantener distancias inferiores a 1.25 o 1.5 metros pueden dar lugar a conflictos.

Trabajar la distancia interpersonal con J.V., ayudo a que pueda respetar el espacio íntimo de las otras personas y a mantener una adecuada postura, al momento de relacionarse con otra persona.

En cuanto al área de comunicación con mucha dificultad se logró que J.V., pueda presentarse ante los demás, inicie conversaciones aunque breves, pero que son de mucha ayuda para su desarrollo interpersonal y social.

Resolución de Problemas, la resolución de problemas es la fase que supone la conclusión de un proceso más amplio que tiene como pasos previos, la identificación del problema y su modelado. Por ejemplo se entiende un asunto del que se espera una solución que dista de ser obvia a partir del planteamiento inicial.

El área de resolución de problemas, fue una de las áreas más complicadas para J.V., sin embargo se la fortaleció mediante ejercicios simples, que luego fueron aumentando su complejidad.

## CUADRO N° 17

### Habilidades Sociales

(Manejo de Emociones, Relaciones Interpersonales)

CASO 4:J.V.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>															
1.Sabe expresar sus emociones	x			X			x			x			x		
2.Cambia la expresión ante diferentes situaciones	x			X			x			x			x		
3.Distingue sentimientos en los demás	x			X			x			x			x		
4.Se corresponden los gestos con los sentimientos		x			x		x					x		x	
5.Expresa las distintas emociones que tiene	x			X			x				x		x		
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>															
1.Se acerca con la intención de compartir	x			X			x			x			x		
2.Responde adecuadamente	x			X			x			x			x		
3.Facilita la incorporación de otro compañero	x			X			x			x			x		
4.Comparte sus pertenencias		x			x		x					x		x	
5.Respeto las pertenencias	x			X			x				x		x		
6.Respeto las reglas establecidas		x			x		x				x			x	
7.Hace amigos fácilmente	X			X				x		x			x		
8.Reconoce los logros de los demás	X			X				x		x			x		

Fuente Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Las relaciones interpersonales, se dan desde el momento en que una persona decide entablar comunicación con otra, comentando algunas experiencias, además se puede decir que las relaciones interpersonales, se dan porque ambas comparten ciertas características, algunos gustos, y por lo tanto la comunicación que se tiene es

dinámica, divertida, en ciertos casos es algo que los seres humanos no podemos dejar de hacer, la comunicación es algo necesario para que el ser humano como tal, pueda comunicarse con su entorno, con el medio que nos rodea, con las personas de las cuales, en algunas ocasiones se las necesitan, para no tener ese sentimiento de vacío, y sentir qué alguien nos escucha, J.V., en algunas ocasiones daba la impresión de que se sentía rechazada por sus compañeros, sin embargo cuando se le pregunta algo y se conversa con ella sobre alguna situación, ella se emociona y comienza a hablar de lo que le parece que es un tema interesante, siente que, alguien dentro del grupo con el cual frecuenta la escuchará, aunque su lenguaje verbal no es claro, realiza algunas señas para que la otra persona pueda comprenderla mejor.

Tal como lo dice su nombre, las relaciones interpersonales se caracterizan por darse entre dos o más personas, son aquellas que suponen que un individuo interactúa con otro y por tanto, entra en su vida al mismo tiempo que deja que esa persona entre en la suya.

En el caso de J.V., las relaciones interpersonales, comenzaron a cambiar, hace algunos meses, empezó a respetar las reglas establecidas en algunas actividades que se necesita realizar, una actividad de grupo, una convivencia, empezó a respetar las pertenencias de los demás, ya no lleva las cosas que no le pertenecen, si ve algún objeto que pertenece a otro compañero o compañera, se los devuelve o simplemente lo deja en el lugar que lo vio, es una persona que ahora no está aislada de su grupo de compañeros, ahora se sienta con ellos en la mesa, donde comparten el refrigerio, conversan entre ellos de algo que les ha sucedido, la comunicación de ellos es muy entretenida y la conversación que antes era breve ahora es más fluida, y dura mucho más tiempo que antes. Como se puede apreciar las relaciones interpersonales de J.V., van mejorando, y eso es muy productivo para ella misma.

CUADRO N°18

Habilidades Sociales

(Tolerancia a la Frustración)

CASO 4:J.V.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN															
1.Trata a los demás de forma dominante		X			x				x		x				x
2.Tolera la demora a la hora de recibir ayuda	x			X			x					x	x		
3.Permite que los demás participen en la conversación	x			X			x			x			x		
4.Interrumpe a la persona que tiene la palabra		x				x		x			x			x	
5.Se adapta adecuadamente a los cambios en sus rutinas		x										x	x		
6.Acepta fácilmente cambiar de actividad	x			X				x				x	x		
7.Acepta los límites que se le imponen		x			x			x				x		x	
8.Asume sus propios errores sin abandonar la actividad	x			X			x					x	x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

La frustración es un sentimiento que aparece cuando no conseguimos lo que queremos cuando nos suceden situaciones no deseadas., en J.V., se puede observar que ella no podía tolerar la frustración, sin embargo ahora luego de las actividades realizadas, se trató de autorregular su temperamento para que ella pueda tranquilizarse y pueda realizar la tarea que en ese momento se le dificulta, lo realice en otro momento, y comprender que en algunas ocasiones no puede obtener lo que

desea, debido a que es complicado ayudarla cuando se está ocupada en algunas actividades que son importantes en ese momento.

La madre de J.V., refiere que antes era muy rebelde, prácticamente no la obedecía, y en algunas ocasiones se encerraba en su cuarto, y salía solo cuando deseaba comer algo.

Y ahora al volverle a realizar una entrevista, ella refiere que cambió su conducta, y que la rebeldía de J.V., iba desapareciendo paulatinamente, y que ahora la obedece, y siente que ella, ya puede ayudarla en las actividades del hogar, aunque realiza algunas de ellas, pero lo hace muy rara vez.

Pero al menos ahora J.V., siente que puede hacer cosas que antes no podía realizar, por las cuales antes se frustraba, ahora está atenta a la clase y a toda la actividad que está realizando en ese momento, acepta los límites de manera apropiada, y puede mantenerse más tiempo sin sentirse apenada por esperar su turno, o por no ganar el juego que en algunas ocasiones se realiza, de manera simultánea para no dejar de fortalecer las relaciones interpersonales.

CUADRO N° 19

HABILIDADES SOCIALES (Escucha, Asertividad)

CASO 5: K.A.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO POSTEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
ESCUCHA															
1.Mira a los ojos de las personas	x			x			x					x	x		
2.Actitud corporal abierta a la comunicación		x		x			x					x	x		
3.Gira su cuerpo en actitud de escucha	x			x			x				x		x		
4.Sabe escuchar	x			x			x			x			x		
ASERTIVIDAD															
EVALUADOR															
PROFESOR(A)															
PADRE-MADRE															
PRETEST															
POSTEST															
1.Pide lo que necesita de modo adecuado	x			x			x			x			x		
2.Defiende sus derechos correctamente	x			x			x				x		x		
3.Expresa lo que le gusta		x			x		x				x			x	
4.Da negativas de forma adecuada	x			x			x			x			x		
5.Reacciona sin gritar	x			x				x		x			x		
6.Resuelve el conflicto sin agredir	x			x			x			x			x		
7.Acepta las críticas sobre su conducta			x			x	x			x			x		
8.Señala actitudes inadecuadas	x			x			x				x		x		
9.Se niega adecuadamente		x			x		x				x			x	
10.Pide ayuda correctamente	x			x			x				x		x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

La escucha es la acción y el efecto de escuchar que significa usar el sentido del oído para apropiarse de información, o cualquier otro sonido del entorno, sonidos como los ruidos, del viento, la música, escuchar, es uno de los sentidos más sensibles del ser humano, mediante él, se puede obtener información de otras personas, con el sentido auditivo podemos escuchar con atención las diferentes órdenes, que se nos da.

K.A., es una persona que realiza sus tareas con mucha delicadeza, o las actividades que se está llevando a cabo, aunque antes se distraía con facilidad, hoy intenta prestar la atención correspondiente, y eso demuestra que al momento de explicarle algo él está prestando atención, y eso refiere que está escuchando todo lo que se le dice, y por ello sigue las instrucciones que se le da.

La habilidad de escucha se la fue fortaleciendo poco a poco mediante el tono de voz que la persona que estaba trabajando con él, empleaba.

Aunque en algunas ocasiones K. se muestra un poco distraído, durante el proceso de la sesión, y cuando se le pregunta el motivo, el refiere que estuvo trabajando toda la mañana, y que de paso se va al colegio de Sella, donde sus papás son profesores, probablemente eso influya para que K., en algunas ocasiones se sienta cansado y no desee realizar alguna actividad.

Sin embargo cuando se presenta con actitud positiva, pone el mayor esfuerzo para realizar la tarea que se está llevando a cabo, eso garantiza que el joven está escuchando con atención la orden que se le dio.

CUADRO N° 20

HABILIDADES SOCIALES (Normas de Cortesía, Distancia Interpersonal, Comunicación)

CASO 5 K.A.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PROMEDIO PRE-TEST			PROMEDIO POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>NORMAS DE CORTESÍA</b>															
1.sonrie cuando saluda o se despide	x			x			x				x				
2.. utiliza un volumen de voz adecuada	x			x			x					x			
3.cuando es presentado da la mano	x			x			x				x				
4.saluda al entrar a un lugar	x			x			x				x				
5.se despide al abandonar un lugar		x			x		x				x			x	
6.pide las cosas "por favor"	x			x			x			x				x	
7.da las gracias		x			x		x					x		x	
8.pide disculpas a los adultos	x			x			x							x	
<b>DISTANCIA INTERPERSONAL</b>	<b>EVALUADOR</b>			<b>PROFESOR(A)</b>			<b>PADRE-MADRE</b>			<b>PRETEST</b>			<b>POSTEST</b>		
1.mantiene la distancia adecuada	x			x			x			x			x		
2.abusa del contacto fisico			x			x			x			x			x
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)</b>															
1.sabe presentarse a los demás	x			x			x				x			x	
2.inicia conversaciones	x			x			x				x			x	
3.responde a las preguntas	x			x			x			x				x	
4.expresa verbalmente sus deseos, ideas	x			x			x			x				x	
5.expresa sus quejas verbalmente	x					x	x			x				x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

La cortesía surge de una entrega auténtica y de ceder voluntariamente al otro parte de nuestro poder y quizás de nuestra comodidad.

Las normas de cortesía ayudaron a que K.A., se vuelva más respetuoso con la sociedad en general, saludar a las demás personas, es algo que hoy en día no se ve con frecuencia, sin embargo es importante inculcar al joven estas normas que ayudan a que el ser humano se desarrolle de la mejor manera posible con su entorno.

Las Normas de Cortesía en K.A., no estaban bien fortalecidas, antes se olvidaba de saludar, no respondía adecuadamente cuando alguien le saluda, y en otras ocasiones no da las gracias cuando alguien le ofrece algo, sin embargo, ahora si lo hace, a menudo, y simplemente se olvida de dar la mano, pero si dice las frases que es la adecuada cuando llega al aula, y expresa con mucha emoción algo que le gusta o algo que hizo antes de ir a pasar clases.

La madre de K. refiere que ahora él es una persona que, saluda con un beso y un abrazo a las personas que conoce, como también a otras que se le presentan en algún lugar, K, usa a las normas de cortesía hace algunos años atrás, sin embargo, poco a poco se fue retrayendo y se las olvido.

Con el programa de capacitación se trató de que K., recordara y las pusiera nuevamente en práctica, y no las deje de usar debido a que estas normas son sumamente necesarias para la vida diaria.

CUADRO N° 21

HABILIDADES SOCIALES

(Autoestima, Manejo de emociones, Relaciones Interpersonales)

CASO 5 K.A.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRETEST			POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>AUTOESTIMA</b>															
1. Demuestra malestar cuando su apariencia no es adecuada	x				X		x						x		
2. Expresa agrado ante un cambio en su apariencia	x			x			x						x		
3. Cuida su imagen externa	x			x			x						x		
4. Tiene confianza en si mismo	x			x			x						x		
5. Reconoce sus cualidades		x				x	x							x	
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>															
1. Sabe expresar sus emociones	x			x			x						x		
2. Cambia la expresión ante diferentes situaciones	x			x			x						x		
3. Distingue sentimientos en los demás	x			x			x						x		
4. Se corresponde los gestos con los sentimientos	x			x			x						x		
5. Expresa adecuadamente sus emociones		x			x		x							x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

La Autoestima, se define como la forma en que nos valoramos, de querernos a nosotros mismos, de aceptarnos tal cual somos, con nuestros defectos y destrezas.

K.A., tenía baja autoestima, y por ello algunas veces se sentía un poco triste al llegar a la fundación, tal vez porque tenía algunas dificultades al momento de realizar actividad, o cuando deseaba obtener algo que le gustaba.

Sin embargo ahora, ya fortalecida el autoestima en K.A., él comienza a tener una vida social activa, e intenta realizar cosas nuevas, porque tiene confianza en sí mismo, y él sabe que puede hacer una tarea que tenga dificultad con la facilidad que la hace otra persona que no tiene Síndrome de Down., reconoce sus cualidades, dice cosas positivas de sí mismo, como ser: yo se bailar, yo se escribir, yo se pintar.

Cuida mucho su imagen externa, su vestimenta, es un joven al cual le gusta la limpieza, es una persona que se acepta tal cual es, y no se siente diferente a los demás.

El Manejo de Emociones empieza con la capacidad de reconocer los sentimientos y pensamientos propios, teniendo la sensibilidad y la empatía para identificar los ajenos

Para manejar las emociones es necesario el autoconocimiento, dado que, al momento de tener una buena autoestima, y un autoconocimiento adecuado sobre las emociones básicas, como ser la tristeza, la alegría, el enojo, el desagrado, el autocontrol ayudó a K.A. a expresar sus emociones de manera adecuada.

K.A., comenzó a controlar todas las emociones y usarlas de la manera correcta, y devolver el gesto correspondiente a la otra persona, cuando uno de ellos le comenta alguna situación feliz, o una situación triste. Ahora él sabe expresar la emoción adecuada en el momento correcto. Sabe muy bien cuáles son las emociones básicas y cuáles son las apropiadas en esa determinada ocasión.

CUADRO N° 22

HABILIDADES SOCIALES: CASO K.A.

(Autoestima, Manejo de Emociones, Relaciones Interpersonales)

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>															
1.Se acerca a otros compañeros a compartir	x			x			x			x			x		
2.Responde cuando otro le invita a compartir	x			x			x				x		x		
3.Facilita la incorporación al grupo	x			x			x				x		x		
4.Comparte sus pertenencias		x		x			x			x			x		
5.Respeto las pertenencias	x			x			x			x			x		
6.Respeto las reglas establecidas	x			x			x			x			x		
7.Hace amigos fácilmente		x			x		x				x			x	
8.Reconoce los logros de los demás	x			x			x			x			x		
<b>TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN</b>															
<b>EVALUADOR</b>															
<b>PROFESOR(A)</b>															
<b>PADRE-MADRE</b>															
<b>PRETEST</b>															
<b>POSTEST</b>															
1.Trata a los demás de forma dominante			X			x			x			x			x
2.Tolera la demora a la hora de recibir ayuda	x			x			x			x			x		
3.Permite que los demás participen en la conversación	x			x			x				x		x		
4.Interrumpe a la persona que tiene la palabra			X			x			x			x			x
5.Se adapta a los cambios en sus rutinas	x			x			x			x			x		
6.Acepta fácilmente cambiar de actividad	x			x			x			x			x		
7.Acepta los límites	x				x		x			x			x		
8.Asume sus propios errores sin abandonar la actividad		x		x			x			x			x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Las relaciones interpersonales en K., fueron fortalecidas mediante actividades en los recreos, en actividades extra clase, como en el día de la primavera, en donde el joven comenzó a dialogar con personas que visitaron la Fundación. Comprendió que relacionarse con personas nuevas no es algo malo, sino algo que le fortalece más a él como persona, y al mismo tiempo conoce nuevas amistades.

En cuanto a la tolerancia a la frustración, muy rara vez se queda triste por algo que no pudo realizar, en otras ocasiones cuando se trata del área emocional, K., se deprime, aunque trata de sobrellevarlo de la manera más adecuada posible, busca algunas posibles soluciones respecto al conflicto que se lleva a cabo.

Espera de manera adecuada a que alguien le pueda ayudar en alguna acción que no pueda realizar, no interrumpe a la persona que está hablando debido a que lo considera una falta de respeto, y prefiere esperar a que terminen de dialogar, para el poder preguntar.

No trata a los demás de forma dominante, el considera a sus compañeros amigos, no los menosprecia, por el contrario tiene significativas muestras de amor ante ellos, a algunos más que otros, pero muestra un cariño sincero.

## CUADRO N° 23

### Habilidades Sociales

(Escucha, Asertividad)

#### CASO 6: L.A.R.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>ESCUCHA</b>															
1.Mira a los ojos de las personas	x			x			X			x			x		
2.Actitud corporal abierta a la comunicación	x			x			X			x			x		
3.Gira su cuerpo en actitud de escucha	x			x			X				x		x		
4.Sabe escuchar	x			x			X				x		x		
<b>ASERTIVIDAD</b>															
1.Pide lo que necesita de modo adecuado	x			x			X					x	x		
2.Defiende sus derechos correctamente	x			x			X			x			x		
3.Expresa lo que le gusta	x			x			X			x			x		
4.Da negativas de forma adecuada	x			x			X					x	x		
5.Reacciona sin gritar	x			x			X				x		x		
6.Resuelve el conflicto sin agredir		x				x	X				x				x
7.Acepta las críticas sobre su conducta	x			x			X			x		x	x		
8.Señala actitudes inadecuadas	x			x			X					x	x		
9.Se niega adecuadamente			X			x	X					x			x
10.Pide ayuda correctamente	x			x			X					x	x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

#### Elaboración Propia

En el caso de L., su conducta impulsiva se redujo de manera adecuada, la madre y la profesora describieron que la conducta de L, había cambiado considerablemente, ahora es una persona que respeta las órdenes que se le da, respeta a las personas mayores y también a sus pares, ya no es el caso complejo que era hace un tiempo atrás.

L., comenzó a comportarse mejor, al momento de hablar con alguna persona lo hace de manera adecuada, y respeta la distancia corporal.

La Asertividad, se sitúa en un punto intermedio entre dos conductas polares: la pasividad y la agresividad, saber pedir, saber decir no, sin sentirse mal, y respetar los derechos de las otras personas, hacen al joven una persona asertiva, que sabe respetar las decisiones de los demás, y reaccionar sin gritar en una determinada situación.

Ahora cuando L., realiza una queja la hace de manera apropiada, es un joven hiperactivo, sin embargo, se usó esa energía, para realizar actividades que tuvieron mucho éxito, ya que le gusta bailar, hacer ejercicios, y de alguna manera esto redujo la impulsividad y la falta de atención que L., ponía en determinadas ocasiones cuando se requería trabajar con él.

L., es uno de los jóvenes que tiene un lenguaje verbal muy claro, con él se puede hablar fácilmente, sus relaciones interpersonales son favorables, hace amigos fácilmente, es una persona muy despierta, que sabe lo que desea conseguir, tiene metas, a corto y a largo plazo, algunas de ellas ya las cumplió, metas que estaban a corto plazo, y metas que si se pueden cumplir.

Aunque en algunas ocasiones cuando realiza alguna actividad en grupo se comporta de una manera que no es la correcta. Pero es solo cuando no puede controlar algunos de sus impulsos.

CUADRO N°24

Habilidades Sociales

(Normas de cortesía, Distancia Interpersonal, Comunicación, Resolución de Problemas)

CASO 6: L.A.R.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>NORMAS DE CORTESIA</b>															
1.Sonrie cuando saluda o se despide	x			x			x				x		x		
2.Utiliza un volumen de voz adecuado	x			x			x			x			x		
3.Cuando es presentado da la mano	x			x			x			x			x		
4.Saluda al entrar a un lugar	x			x			x				x		x		
5.Se despide al abandonar un lugar	x			x			x				x		x		
6.Pide las cosas "por favor"	x			x				x		x			x		
7.Da las gracias	x			x			x				x		x		
8.Pide disculpas a los adultos	x			x				x		x			x		
<b>DISTANCIA INTERPERSONAL</b>	<b>EVALUADOR</b>			<b>PROFESOR(A)</b>			<b>PADRE-MADRE</b>			<b>PRETEST</b>			<b>POSTEST</b>		
1.Mantiene la distancia adecuada	x			x			x					x	x		
2.Abusa del contacto físico		x				x			x		x				x
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)</b>															
1.Sabe presentarse a los demás	x			x			x				x		x		
2.Inicia conversaciones	x			x				x			x		x		
3.Responde a las preguntas	x			x			x					x	x		
4.Expresa verbalmente sus deseos e ideas	x			x			x				x		x		
5.Expresa sus quejas verbalmente	x			x			x				x		x		
<b>RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS</b>	<b>EVALUADOR</b>			<b>PROFESOR(A)</b>			<b>PADRE-MADRE</b>			<b>PRETEST</b>			<b>POSTEST</b>		
1.Ante un problema sabe buscar soluciones		x		x			x					x	x		
2.Distingue una situación problemática	x			x			x					x	x		
3.Pone en prácticas soluciones	x			x			x					x	x		
<b>AUTOESTIMA</b>															
1.Demuestra malestar ante su apariencia	x			x			x				x		x		
2.Expresa agrado ante un cambio en su apariencia	x			x			x				x		x		
3.Cuida su imagen externa	x			x			x					x	x		
4.Tiene confianza en sí mismo	x			x			x				x		x		
5.Reconoce sus cualidades	x			x			x				x		x		

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

La cortesía es un comportamiento humano de buena costumbre; en la mejor expresión es el uso práctico de las buenas costumbres o las normas, es una expresión de las

buenas maneras o del reconocimiento de las normas sociales que se consideran como correctas o adecuadas.

Las normas de cortesía en L., están desarrolladas, ahora no se olvida de saludar, cuando está afuera de la fundación, cuando está en su casa, la mamá refiere que si da las gracias cuando se le ofrece algo, pide permiso, si en alguna ocasión falta el respeto a alguna persona, pide disculpas por haberse portado mal. Pedir favor, y dar las gracias cuando se le hace el favor es una de las habilidades que L., tiene bien desarrolladas.

Al momento de saludar a la otra persona L., siente que debe saludar a todos los que se encuentran a su alrededor y lo hace.

Al llegar al lugar donde tiene clases, saluda a todo el personal que trabaja dentro de la institución, para él es algo que todos deberían hacer, porque es algo importante para el desarrollo y el desenvolvimiento de las habilidades sociales.

La Resolución de Problemas, es útil para reducir la ansiedad asociada a la incapacidad de toma de decisiones. Y a la incapacidad de querer resolverlos por sí mismo. L., es un joven que le encanta participar en algunas actividades extra clases, sin embargo en algunas ocasiones no resolvía algunos problemas de la forma adecuada, con la práctica de esta área comenzó a desarrollar la habilidad para resolverlos sin agredir a nadie.

L., al resolver algún problema, ya no se frustra, ahora puede resolverlos de manera adecuada, y desarrolló un cierto grado de tolerancia, dentro de un momento determinado L., empezó a asumir sus propios errores, y ahora puede resolver los problemas e inconvenientes que se le presentan.

La Autoestima, es la valoración positiva o negativa que una persona hace de sí misma en función de los pensamientos, sentimientos y experiencias.

En el caso de L., su autoestima, es alta, tiene una valoración positiva hacia sí mismo, cuando comienza a comentar algunas de sus experiencias, lo hace con facilidad,

cuenta lo que le ocurrió, como algo normal, su actitud cuando cuenta una situación complicada y difícil, lo hace tranquilo, dando la impresión que ya superó las misma.

L., es una persona muy independiente, debido a que él tiene muchas características que son de gran potencial, sin embargo es una de las personas que tiene problemas de conducta y esto influye mucho en el desarrollo de él como persona, en la sociedad, en muchas ocasiones se lo pudo controlar, sin embargo en otras no, ya que el joven cuando está sumamente molesto se pone muy agresivo, pero dentro de un determinado momento se da cuenta de que hizo algo negativo, se presenta con cada una de las personas agredidas y pide disculpas uno a uno, y comenta que se siente mal por haber realizado la conducta que no deseaba.

Por lo general L., puede estar muy tranquilo en algunas ocasiones, cuando otra persona lo molesta él no controla sus impulsos, trabajar la autoestima ayudó a que se valore como persona, se conozca y a partir de él pueda cambiar ciertas conductas inadecuadas.

CUADRO N° 25

Habilidades Sociales

(Manejo de Emociones, Relaciones Interpersonales, Tolerancia a la Frustración)

CASO 6: L.A.R.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>															
1.sabe expresar sus emociones	x			x			x				x			x	
2.cambia la expresión ante diferentes situaciones	x			x					x	x				x	
3.distingue sentimientos en los demás	x			x					x	x				x	
4.se corresponde los gestos con los sentimientos		x			x			x					x		x
5.expresa adecuadamente sus emociones			x			x		x					x		x
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>															
1.se acerca con la intención de compartir	x			x			x			x				x	
2.responde adecuadamente cuando le invitan a compartir	x			x			x						x	x	
3.facilita la incorporación de otro compañero	x			x			x				x			x	
4.comparte sus pertenencias	x			x			x				x			x	
5.respeto las pertenencias de los demás	x			x			x						x	x	
6.respeto las reglas establecidas	x			x			x						x	x	
7.hace amigos fácilmente	x			x			x			x				x	
8.reconoce los logros de los demás		x			x		x						x		x
<b>TOLERANCIA A LA FRUSTRACION</b>															
1.trata a los demás de forma dominante	x			x				x		x				x	
2.tolera la demora a la hora de recibir ayuda	x			x			x						x	x	
3.permite que los demás participen en la conversación	x			x			x				x			x	
4.interrumpe a la persona que tiene la palabra	x			x			x			x				x	
5.se adapta a los cambios en sus rutinas			x			x	x						x		x
6.acepta fácilmente cambiar de actividad	x			x			x			x				x	
7.acepta los límites que se le imponen		x			x		x						x		x
8.asume sus propios errores sin abandonar la actividad	x					x	x			x				x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

### Elaboración Propia

Las Relaciones Interpersonales, son relaciones sociales en las que se da una interacción entre dos o más personas. Las relaciones interpersonales en L., están desarrolladas, la relación con sus pares, después de un exhaustivo trabajo para mejorarlas es adecuada, la impulsividad se redujo y al momento de entablar una comunicación con alguien, mantiene el tono de voz adecuado, y al momento de realizar alguna actividad dinámica donde se requiere la participación, de todos los miembros con los cuales se están trabajando.

Las relaciones interpersonales de L., se van forjando a diario, en la casa, en la fundación, en los lugares en los cuales se encuentre. L., es una persona que siente que es alguien capaz de resolver algunas dificultades con la facilidad que otras personas lo hacen.

La frustración es el sentimiento que surge cuando no logramos conseguir lo que queremos o deseamos, esa reacción de molestia, ansiedad, depresión, angustia, enfado.

La tolerancia a la frustración ayudó a que L., regule su conducta, y ahora comprender que esperar durante un determinado momento, es algo necesario y no es malo.

L., desarrolló una capacidad para tolerar la frustración, y a partir de ahí, es entonces cuando él comienza, a descubrir sus habilidades y destrezas. Ese sentimiento de frustración va desapareciendo poco a poco en L.

CUADRO N° 26

Habilidades sociales (Escucha, asertividad)

CASO: M.V.M

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>ESCUCHA</b>															
1.Mira a los ojos de las personas	x			x			x					x	x		
2.Actitud corporal abierta a la comunicación	x			x			x					x	x		
3.Gira su cuerpo en actitud de escucha	x			x			x				x		x		
4.Sabe escuchar	x				x		x				x		x		
<b>ASERTIVIDAD</b>															
<b>EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PRE TEST      POS-TEST</b>															
1.Pide lo que necesita de modo adecuado	x			x			x			x			x		
2.Defiende sus derechos correctamente	x			x				x		x			x		
3.Expresa lo que le gusta	x			x			x					x	x		
4.Da negativas de forma adecuada			x			x			x				x		x
5.Reacciona sin gritar	x			x				x		x			x		
6.Resuelve el conflicto sin agredir	x			x					x	x			x		
7.Acepta las críticas sobre su conducta	x			x			x				x		x		
8.Señala actitudes inadecuadas			x			x	x					x			x
9.Se niega adecuadamente			x			x	x					x			x
10.Pide ayuda correctamente	x			x			x				x		x		
<b>NORMAS DE CORTESÍA</b>															
<b>EVALUADOR      PROFESOR(A)      PADRE-MADRE      PRE-TEST      POS-TEST</b>															
1.Sonrie cuando saluda o se despide	x			x			x				x		x		
2.Utiliza un volumen de voz adecuado	x			x			x					x	x		
3.Cuando es presentado da la mano	x			x			x			x			x		
4.Saluda al entrar a un lugar	x				x		x					x	x		
5.Se despide al abandonar un lugar		x			x		x					x		x	
6.Pide las cosas "por favor"	x			x			x						x		
7.Da las gracias		x				x	x				x			x	
8.Pide disculpas a los adultos			x			x	x					x			x
<b>DISTANCIA INTERPERSONAL</b>															
1.Mantiene la distancia adecuada	x			x			x			x			x		
2.Abusa del contacto físico			x			x			x			x			x

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Las Normas de Cortesía es el comportamiento de las personas en la forma de costumbre, es el uso de las buenas costumbres, las normas de cortesía dan a la persona un estatus particular.

M., antes de iniciar con el programa era muy callada, y no saludaba a sus compañeros tampoco a la profesora, sin embargo, ahora podemos inferir que el programa dio frutos, debido que saluda a sus compañeros, a su profesora, mostrándoles una pequeña sonrisa, en señal de gratitud.

La tutora de M., refiere que es una chica que en casa si saluda al momento de levantarse, da las gracias al momento de desayunar, saluda a otras personas que están afuera, ahora ella tiene muy claro cuál es la finalidad de ser cortés con alguien y ha fortalecido sus relaciones interpersonales.

Y que ahora está volviendo a ser la joven de antes, divertida, un poco extrovertida, y que además está ayudando y colaborando en la casa, realizando las actividades que son pertinentes para ella.

Sus normas de cortesía están pasando por su mejor momento, y está feliz, porque puede iniciar conversaciones con otras personas, hacer amigos con mayor facilidad resulta algo gratificante para ella, como joven.

CUADRO N° 27

Habilidades sociales (Comunicación, Resolución de Problemas, Autoestima, Manejo de Emociones)

Caso: M.V.M

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRETEST			POSTEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL , VERBAL)</b>															
1.Sabe presentarse a los demás	x			x			x					x	x		
2.Inicia conversaciones	x			x			x					x	x		
3.Responde a las preguntas	x			x			x					x	x		
4.Expresa verbalmente sus deseos e ideas	X			x			x			x			x		
5.Expresa sus quejas verbalmente			x	x			x			x			x		
<b>RESOLUCION DE PROBLEMAS</b>															
1.Ante un problema sabe buscar soluciones			X			x	x					x	x		
2.Distingue una situación problemática			X	x			x			x			x		
3.Pone en prácticas soluciones			X		x		x			x				x	
<b>AUTOESTIMA</b>															
1.Demuestra malestar cuando su apariencia no es adecuada	x						x					x	x		
2.Expresa agrado ante un cambio en su apariencia	x			x			x					x	x		
3.Cuida su imagen externa	x			x			x					x	x		
4.Tiene confianza en si mismo	x			x			x			x			x		
5.Reconoce sus cualidades	x			x			x					x	x		
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>															
1.Sabe expresar sus emociones	x			x			x				x		x		
2.Cambia de expresión ante diferentes situaciones	x			x			x			x			x		
3.Distingue sentimientos en los demás			X	x			x			x			x		
4.Se corresponden los gestos con los sentimientos	x			x			x				x		x		
5.Expresa adecuadamente sus emociones		x			x		x				x			x	

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

La Comunicación es un proceso de intercambio de información, es la interacción de 2 o más personas, nos comunicamos a diario mediante el lenguaje verbal y no verbal, en el caso de M., se realizaron actividades en las cuales ella debería participar organizando las mismas, dado a que cuando pronuncia una palabra lo hace de la manera correcta, tiene un lenguaje verbal muy claro, solo que en algunas ocasiones es tímida.

Impulsarla a realizar las actividades de organización llevó a M., a que pueda sacar las palabras que las tiene guardadas, y que por timidez no deseaba expresarlas, y ayudó a que su lenguaje verbal se complemente con su lenguaje no verbal, y pueda expresar las acciones correspondientes en los momentos adecuados.

La Autoestima, es una de las áreas las cuales se deben fortalecer a diario, es uno de los aspectos fundamentales que el ser humano requiere para poder valorarse como persona, constituye la autodefinición de las personas, potenciando las actitudes positivas que tengan y dejando de lado las actitudes negativas.

En M, la autoestima empezó a forjarse desde que se le dijo que es una persona muy dedicada a sus tareas, es una persona que realiza trabajos muy bonitos y adecuados para su edad, a partir de ahí ella comenzó a tener confianza en sí misma, a reconocer sus cualidades, a verse cada vez como alguien que si tiene muchas potencialidades, y comenzó a vestirse de manera apropiada.

Sin duda trabajar la autoestima en M., hizo que ella pudiera comenzar a desarrollar con mayor eficacia su lenguaje verbal, ella pronuncia muy bien las palabras, cuando se le pregunta qué actividad estaba realizando o que estaba haciendo antes de ir a clases ella responde perfectamente, aunque todavía es la persona más callada dentro del aula, sin embargo, cuando está afuera se comunica con sus compañeros, algunas veces juega con ellos.

CUADRO N° 28

Habilidades sociales (Relaciones Interpersonales, Tolerancia a la Frustración)

CASO: M.V.M

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>															
1. Se acerca con la intención de compartir	x			x			x				x				
2. Responde adecuadamente cuando le invitan a compartir	x			x			x				x				
3. Facilita la incorporación de otro compañero	x			x			x				x				
4. Comparte sus pertenencias	x			x			x				x				
5. Respeta las pertenencias de los demás	x			x			x			x					
6. Respeta las reglas establecidas	x			x			x			x			x		
7. Hace amigos fácilmente			x			x			x						x
8. Reconoce los logros de los demás		x				x	x				x			x	
<b>TOLERANCIA A LA FRUSTRACION</b>															
1. Trata a los demás de forma dominante			x			x			x			x			x
2. Tolera la demora a la hora de recibir ayuda	x			x			x			x					
3. Permite que los demás participen en la conversación	x			x			x				x				
4. Interrumpe a la persona que tiene la palabra			x			x			x	x					x
5. Se adapta a los cambios en sus rutinas	x			x			x			x					
6. Acepta fácilmente cambiar de actividad	x			x			x			x					
7. Acepta los límites que se le imponen		x		x			x			x					
8. Asume sus propios errores sin abandonar la actividad		x		x			x				x				

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

Las Relaciones Interpersonales, fomentan a la socialización de todos los seres humanos, para la inclusión en todos los ámbitos de la vida cotidiana, como seres humanos necesitamos relacionarnos de manera precisa con las personas que a diario vemos, como ser en la casa, nuestra familia, en la escuela, nuestros compañeros, en el

parque con los amigos, con los compañeros de trabajo, en fin con una infinidad de seres humanos con los cuales nos cruzamos en el transcurso de todos los días.

En el caso de M., las relaciones interpersonales, comenzaron a fortalecerse, de manera apropiada, comenzó a tener un equilibrio entre las actividades educativas y las actividades sociales, M., aprendió a compartir con sus compañeros a contar algunas bromas y de pronto a incluirse en el grupo donde ella antes no deseaba participar.

La tía de M., comenta que ella ahora tiene amigos cerca de la casa, los cuales ahora la visitan durante un par de horas, para conversar, y jugar con ella, ella está contenta de que su sobrina puede compartir con personas nuevas, y aprender experiencias ya que le tenía preocupada el hecho de que M., no tenga amigos.

Ahora M., aparte de la amiga que tiene dentro de la Fundación, tiene otros amigos fuera de la misma.

CUADRO N° 29

Habilidades Sociales (Escucha, Asertividad, Normas de cortesía, Distancia interpersonal)

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>ESCUCHA</b>															
1.Mira a los ojos de las personas	x			x			x			x			x		
2.Actitud corporal abierta a la comunicación	x			x			x			x			x		
3.Gira su cuerpo en actitud de escucha	x			x			x			x			x		
4.Sabe escuchar	x			x			x				x		x		
<b>ASERTIVIDAD</b>															
<b>EVALUADOR</b>															
<b>PROFESOR(A)</b>															
<b>PADRE-MADRE</b>															
<b>PRETEST</b>															
<b>POSTEST</b>															
1.Pide lo que necesita de modo adecuado	x			x			x				x		x		
2.Defiende sus derechos correctamente	x			x			x				x		x		
3.Expresa lo que le gusta	x			x			x				x		x		
4.Da negativas de forma adecuada	x			x			x				x		x		
5.Reacciona sin gritar	x			x			x			x			x		
6.Resuelve el conflicto sin agredir	x			x			x				x		x		
7.Acepta las críticas sobre su conducta	x			x			x				x		x		
8.Señala actitudes inadecuadas	x			x			x				x		x		
9.Se niega adecuadamente	x			x				x				x	x		
10.Pide ayuda correctamente	x			x			x			x			x		
<b>NORMAS DE CORTESIA</b>															
<b>EVALUADOR</b>															
<b>PROFESOR(A)</b>															
<b>PADRE-MADRE</b>															
<b>PRETEST</b>															
<b>POSTES</b>															
1.Sonrie cuando saluda o se despide	x			x			x			x			x		
2.Utiliza un volumen de voz adecuado	x			x			x				x		x		
3.Cuando es presentado da la mano	x			x			x			x			x		
4.Saluda al entrar a un lugar	x			x			x			x			x		
5.Se despide al abandonar un lugar	x			x			x			x			x		
6.Pide las cosas "por favor"	x				x		x			x			x		
7.Da las gracias	x			x			x			x			x		
8.Pide disculpas a los adultos	x			x				x		x			x		
<b>DISTANCIA INTERPERSONAL</b>															
1.Mantiene la distancia adecuada	x			x			x				x		x		
2.Abusa del contacto físico			x			x			x			c			x

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración Propia

La Asertividad es la capacidad de resolver nuestros problemas de forma adecuada, expresar nuestras opiniones de manera correcta sin agredir a la otra persona.

V., es hiperactivo por lo que fue un poco complicado trabajar con las actividades propuestas debido a que él deseaba terminarlas con rapidez, sin embargo, las actividades dentro del programa tienen horario establecido que puede ser sujeto de modificación entre 5 a 10 minutos debido a algunas circunstancias que se presenten en esa ocasión.

V., comenzó a respetar los tiempos, aunque al principio le costó, poco a poco fue respetando las reglas y a esperar sus turnos correspondientes.

La energía de V., es un gran potencial, dirigimos esa energía en baile, además que le encanta bailar, es una buena opción para descargar la energía correspondiente.

Cuando se le da alguna orden V., presta atención con detenimiento y realiza las tareas con dificultad, las ejecuta con calma, para hacerla bien y con el cuidado correspondiente.

La Distancia Interpersonal, en V., ahora es la adecuada, respeta el espacio privado de la otra persona y no invade como lo hacía antes, y la persona que está conversando con él se siente ahora cómoda y no se siente invadida.

## CUADRO N° 30

### Habilidades Sociales

(Comunicación social, Autoestima, Manejo de emociones)

CASO: V.H.S.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRETEST			POSTEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)</b>															
1.Sabe presentarse a los demás	x			x			x			x			x		
2.Inicia conversaciones	x			x				x		x			x		
3.Responde a las preguntas	x				x		x			x			x		
4.Expresa verbalmente sus deseos	x			x			x			x			x		
5.Expresa sus quejas verbalmente	x			x			x				x				
<b>RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS</b>	<b>EVALUADOR</b>			<b>PROFESOR(A)</b>			<b>PADRE-MADRE</b>			<b>PRETES</b>			<b>POSTEST</b>		
1.Ante un problema sabe buscar soluciones	x			x			x				x		x		
2.Distingue una situación problemática	x			x			x				x		x		
3.Pone en práctica soluciones	x			x			x				x		x		
<b>AUTOESTIMA</b>															
1.Demuestra malestar cuando su apariencia no es adecuada	x			x			x				x		x		
2.Expresa agrado ante un cambio en su apariencia	x			x			x				x		x		
3.Cuida su imagen externa	x			x			x				x		x		
4.Tiene confianza en sí mismo	x			x			x				x		x		
5.Reconoce sus cualidades						x	x			x			x		
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>	<b>EVALUADOR</b>			<b>PROFESOR(A)</b>			<b>PADRE</b>			<b>PRETEST</b>					
1.Sabe expresar sus emociones	x			x			x				x		x		
2.Cambia la expresión ante diferentes situaciones	x			x			x				x		x		
3.Distingue sentimientos en los demás	x			x			x				x		x		
4.Se corresponde los gestos con los sentimientos			x	x			x				x		x		
5.Expresa adecuadamente sus emociones	x			x			x				x		x		

Fuente: Habilidades Sociales

Elaboración Propia

La Resolución de Problemas, permite que el joven pueda tomar decisiones que sean pertinentes ante una determinada situación, ayuda a que ese problema o percance que se genera en determinado momento o lugar se pueda solucionar.

La resolución de problemas es un área que V., desarrolló, ahora al resolver alguna actividad ya no ve las dificultades que él antes veía, y a partir de ahora no se enoja

con mucha frecuencia, cuando tiene alguna dificultad en alguna tarea, que muy rara vez se le presenta con alguna complicación.

V., pone en práctica algunas de las soluciones que buscó, y con ello se siente mejor, muy rara vez siente que no puede realizar alguna tarea, pero en esas ocasiones pide ayuda correctamente cuando necesita terminar alguna actividad.

En algunas ocasiones la hiperactividad que tiene, la pone nerviosa en ciertas actividades, debido a que se desespera por realizar alguna tarea, y cuando termina la misma esta está mal hecha, razón por la cual debe comenzar de nuevo para poder realizarla con mayor precisión y escuchando con atención lo que el profesor o la facilitadora les dice durante la clase.

CUADRO N° 31

Habilidades Sociales (Relaciones Interpersonales, Tolerancia a la Frustración)

CASO: V.H.S.

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST			
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>																
1. Se acerca a otros compañeros con la intención de compartir	x			x			x				x			x		
2. Responde adecuadamente cuando le invitan a compartir	x			x			x				x			x		
3. Facilita la incorporación de otro compañero	x			x			x				x			x		
4. Comparte sus pertenencias	x			x			x				x			x		
5. Respeta las pertenencias de los demás	x			x			x				x			x		
6. Respeta las reglas establecidas	x			x			x				x			x		
7. Hace amigos fácilmente	x			x			x				x			x		
8. Reconoce los logros de los demás		x		x			x				x			x		
<b>TOLERANCIA A LA FRUSTRACION</b>																
1. Trata a los demás de forma dominante			X			x	x						x			x
2. Tolera la demora a la hora de recibir ayuda	x			x			x					x		x		
3. Permite que los demás participen en la conversación	x			x			x				x			x		
4. Interrumpe a la persona que tiene la palabra			X			x			x				x			x
5. Se adapta a los cambios en sus rutinas	x			x			x	x				x		x		
6. Acepta fácilmente cambiar de actividad	x			x			x					x		x		
7. Acepta los límites que se le imponen	x			x			x					x		x		
8. Asume sus propios errores sin abandonar la actividad		x			x		x							x	x	

Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración propia

La tolerancia a la frustración es una de las áreas en donde las personas muchas veces tienden a frustrarse por una tarea que no se puede realizar, o que no puede conseguir con facilidad.

En V., la tolerancia a la frustración comenzó con asumir sus propios errores, e intentar superarlos. Ayudó a V., a que no se enoje constantemente, a esperar, a no

pedir insistentemente, lo que le hace falta en determinadas ocasiones, y ahora intenta resolver los problemas que se le presentan.

La madre de V., cuenta que él, ahora espera cuando, ella está ocupada, no grita y no insiste por el contrario le ayuda en las actividades del hogar y las hace con delicadeza. Y luego le pide ayuda de la manera apropiada; en el aula, la profesora refiere que V., es una persona que ahora tiene tolerancia ante las determinadas tareas que ella le presenta, y trata de ir al par con sus compañeros aunque la educación es individualizada.

## **7. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **7.1. Conclusiones**

Es necesario resaltar la importancia que tiene realizar la Práctica Institucional (PI), ya que esta promueve un mayor conocimiento y conciencia tanto al Psicólogo como al Educando, de esta manera beneficiándose ambos.

La Presente Práctica Institucional involucra la temática del Fortalecimiento de Habilidades Sociales, las cuáles son parte fundamental de la vida diaria de todos los seres humanos, las mismas se viven a través de lo que pensamos, sentimos y actuamos.

Al recibir formación en habilidades sociales, se promueven conductas adecuadas, fomentando relaciones en un marco de respeto mutuo coherente con las emociones, el desarrollo personal, fortalecimiento de la autoestima, la comprensión de lo social para un sano desarrollo integral, que conforman los objetivos que se desarrollaron en la fundación Down.

Después de haber realizado un análisis sobre las habilidades sociales en cuanto a elementos que ejercen cierta determinación sobre estas, el proceso de socialización se lleva en primer lugar por la familia quien inicia el proceso para la formación de habilidades sociales, las cuales continúan en la escuela, la cual enfatiza y obliga a desarrollar las habilidades más complejas y específicas.

El programa empleado con los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down permitió fortalecer las habilidades sociales mediante el diseño de sesiones de enseñanza, aprendizaje y planificación de contenidos sencillos y prácticos.

De esta manera se llegó a las siguientes conclusiones:

- ❖ Respondiendo al primer objetivo que es “Evaluar el conocimiento inicial de los adolescentes y jóvenes respecto a las habilidades sociales”.

Se puede deducir que algunos de los adolescentes y jóvenes mostraron un conocimiento regular, en cuanto a las áreas de asertividad, resolución de

problemas, tolerancia a la frustración, debido a que estas áreas no fueron trabajadas anteriormente, les dificultó comprender con facilidad las órdenes que se les dieron.

- ❖ Respecto al segundo objetivo referido a “Implementar un programa de habilidades sociales, a través de una metodología perceptivo-discriminativo, orientada a fortalecer las habilidades de escucha, asertividad, normas de cortesía, distancia interpersonal, comunicación, resolución de problemas, manejo de emociones, relaciones interpersonales y tolerancia a la frustración, aplicando orientaciones teóricas y dinámicas que promovieron el interés de los adolescentes y jóvenes.

Las sesiones que permitieron fortalecer las habilidades a trabajar se desarrollaron de manera exitosa, logrando cumplir el objetivo propuesto orientado a fortalecer los conocimientos y promover actitudes responsables, ya que se trabajó arduamente en la orientación a adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down.

Se resaltaron actividades de fortalecimiento las cuales se llevaron a cabo de forma individual y grupal, permitiendo entablar confianza, reflexionar y debatir para el éxito del programa. Por otra parte las técnicas, instrumentos, materiales y metodología empleada en el programa referido al logro eficaz de los resultados promovieron conocimientos, comprender, y aclarar dudas que se tuvieran en cuanto a la temática.

Otro aspecto sobresaliente fue el trabajo basado en la información adecuada sobre lo que son las habilidades sociales, sus derechos, el cómo reaccionar ante una determinada situación. Impartidos a través de instrumentos y materiales con los cuales se propuso fortalecer las habilidades sociales.

En cuanto a la participación de los adolescentes en el proceso de orientación, las características más destacadas fueron la predisposición y aceptación del desarrollo del programa.

Esto permitió profundizar contenidos en los que había cierto desconocimiento.

Al inicio del programa de orientación se observó que los estudiantes tenían una concepción errónea de lo que implica las habilidades sociales, probablemente ellos, antes no hayan escuchado hablar sobre este tema. Pero al ir realizando las actividades los adolescentes y jóvenes comenzaron a mostrar confianza, esto les permitió expresarse libremente, cambiando su actitud de manera positiva, aunque el lenguaje verbal de algunos no era claro.

- ❖ Por último respondiendo al tercer objetivo referente a “Evaluar los conocimientos finales alcanzados por los adolescentes y jóvenes después de la aplicación del programa”, Se percibe claramente la transición de los adolescentes y jóvenes desde una actitud negativa, retraída, a una actitud positiva, contando así con la información clara, concisa y precisa sobre lo que son las habilidades sociales, que se propuso en la presente Práctica Institucional, a través del programa individualizado de habilidades sociales para adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down.

Lo importante es que se logró que algunos adolescentes y jóvenes pudieran expresarse de manera adecuada ante determinadas situaciones. Así también se logró una autoestima íntegra, que permite al adolescente y joven generar habilidades sociales que le permitan desenvolverse en la vida diaria, esto implica que se sensibilizó acerca de las buenas decisiones que permitirán planificar un futuro, siendo los únicos actores principales según las habilidades para la vida, la asertividad juega un papel fundamental en estos casos, los adolescentes y jóvenes aprendieron a identificar a través de la comunicación tanto verbal y no verbal, y la socialización partiendo siempre desde el respeto hacia el otro.

Por último y de manera general se puede evidenciar que el “programa individual de habilidades sociales” tuvo un impacto positivo en los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down, a los cuáles estaba dirigido, se mejoró tanto en el manejo teórico/ crítico y práctico.

La responsabilidad, el buen uso de las normas de cortesía, siempre nace del manejo de una buena información, el adolescente es una persona necesitada

de guía, al tener estas herramientas, se permitirá a sí mismo crecer como una persona íntegra, con una adecuada formación saludable en lo biopsicosocial y líder en valores para la vida.

## **6.2. Recomendaciones**

De acuerdo a las conclusiones realizadas de la presente Práctica Institucional, se plantean las siguientes recomendaciones:

- **A la Institución: Fundación Down**, ampliar el programa de orientación sobre habilidades sociales dentro y fuera de la misma institución, y dentro del departamento ya que existe una gran demanda en cuanto a la temática.
- **A la directora de la Fundación Down**, promover un taller para capacitar al profesorado de la fundación en el conocimiento y tratamientos de las habilidades sociales con el fin de que se puede dar tutoría y atender los problemas de los adolescentes y jóvenes.
- **A los docentes, de la fundación Down**, asumir la práctica de la pedagogía, ahondándose en el desarrollo social de los adolescentes y jóvenes con Síndrome de Down.  
Diseñar un programa innovador a fin de ser aplicado a los padres de familia para que ellos refuercen las habilidades sociales de sus hijos o hijas.
- **A futuros practicantes de la carrera de Psicología**, implementar y dar prioridad al área de habilidades sociales ya que esta es esencial para los adolescentes y jóvenes, porque les ayudará a ser más capaces de realizar sus actividades.  
-Tomar una actitud proactiva, involucrándose en actividades como capacitadores sobre las habilidades sociales, con el fin de desarrollar un mejor conocimiento en ellos y concientizar sobre la problemática a la población estudiantil.

-Identificar los temas con mayor demanda por parte de los adolescentes y priorizarlos.

- **A los padres de Familia,** inculcar a sus hijos las habilidades sociales, desde pequeños para que puedan desarrollar relaciones sociales sanas, fructíferas, y que a futuro las relaciones interpersonales sean de integridad y de inclusión.