

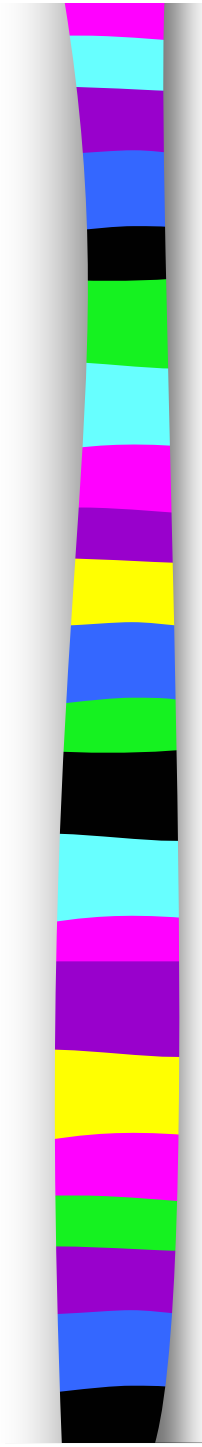
**PROMOCIÓN DE LAS HABILIDADES SOCIALES
EN LA INFANCIA Y EN LA ADOLESCENCIA
EN EL CONTEXTO ESCOLAR**

M^a Inés Monjas Casares
Departamento de Psicología

Junio de 2010



CONSIDERACIONES

- 
- ✓ Interés por la prevención y promoción
 - ✓ Orientación cognitivo-conductual
 - ✓ Psicología Positiva y visión optimista
 - Convivencia *en positivo*
 - Se necesita buen clima interpersonal para aprender y para enseñar
 - Las competencias interpersonales son factores de protección, son fortalezas, son recursos positivos
 - Las habilidades sociales son la base de distintas estrategias: mediación, solución de conflictos, trabajo en equipo...



¿Qué son las

HABILIDADES

SOCIALES?



HABILIDADES SOCIALES

Ejemplos

- Disculparse por haber llegado tarde
- Expresar enfado a un grupo de compañeros/as
- Hacer una crítica a una compañera
- Expresar una alabanza, agradecer
- Pedir un favor a una compañera que no te cae bien
- Disentir de un colega que trata de imponer su opinión
- Ofrecer consuelo a una madre
- Expresar la propia opinión en la reunión
- Solucionar un conflicto con un colega
- Resistirse a las presiones de un grupo de profesores
- Recibir las quejas de un grupo de profesores por algo erróneo que has hecho



HABILIDADES SOCIALES

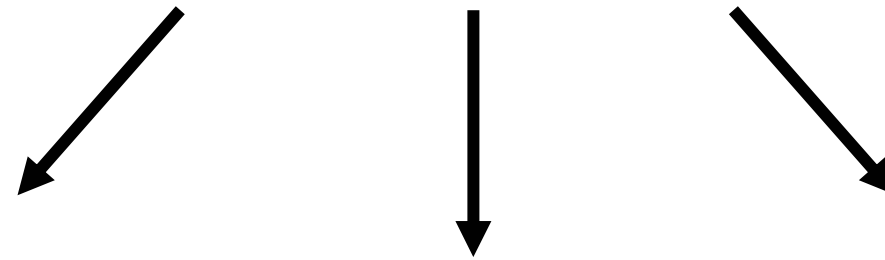
*“Un conjunto de **cogniciones**, **emociones** y **conductas** que permiten relacionarse y convivir con otras personas de forma satisfactoria y eficaz”.*

(Monjas et al., 2007, p. 39)



HABILIDADES SOCIALES

Componentes



Cognitivos

*Lo que pienso;
Lo que me digo
Lo que imagino*

Emocionales

*Lo que siento
Sensaciones
corporales*

Conductuales

*Lo que digo
Lo que hago*



Características de las HHSS

- Conductas adquiridas *principalmente* a través del aprendizaje.
- Componentes motores, emocionales y cognitivos
- Resptas específicas a situaciones específicas
- Se ponen en juego en contextos interpersonales
- Maximización del refuerzo
- Presencia de comportamientos adaptativos más que ausencia de conductas antisociales
- Dos niveles de análisis: Molar y Molecular



¿Por qué

son importantes

las HHSS?

¿Por qué son importantes?

VIDA ADULTA

- Alto porcentaje de la actividad cotidiana
- Permanecen durante TOOOODA la vida
- Autoestima y Bienestar Personal
- Competencia Personal y Profesional:
 - Sociabilidad y Habilidades Sociales
 - Habilidades intelectuales /Títulos académicos
- Competencia Social --/-- Psicopatología



¿Por qué son importantes?

INFANCIA Y ADOLESCENCIA

COMPETENCIA SOCIAL

- Ajuste Personal
- Logros Escolares
- Adaptación Social

INCOMPETENCIA SOCIAL

- (1) Problemas de aceptación social
- (2) Dificultades escolares
- (3) Problemas Personales
- (4) Desajustes Psicológicos infantiles
- (5) Inadaptación Juvenil
- (6) Problemas salud mental en adolescencia y vida adulta



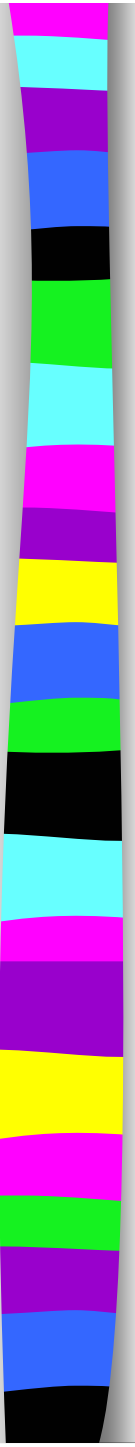
MICROSISTEMA DE *LOS IGUALES*

- ✓ Los interactores son iguales o muy parecidos en cuanto a edad, intereses, características, roles, etc., de forma que están en una posición social semejante.
- ✓ Las relaciones entre iguales se caracterizan por ser paritarias y *simétricas* y se regulan básicamente por la ley de la *reciprocidad*, entre lo que se da y lo que se recibe.



RELACIONES ENTRE IGUALES

- Conocimiento de sí mism@ y de l@s demás
- Reciprocidad
- Empatía
- Cooperación y ayuda
- Autocontrol y autorregulación
- Apoyo emocional
- Disfrute y complicidad
- Negociación y acuerdos
- Aspectos sexuales
- Desarrollo moral y valores



¿Cómo

se **APRENDE**

la conducta social?



MECANISMOS APRENDIZAJE DE LA CONDUCTA SOCIAL

- a) Consecuencias directas de la conducta
- b) Instrucción verbal
- c) Observación
- d) Feedback o retroalimentación



ENSEÑANZA

DE LAS

HABILIDADES

SOCIALES



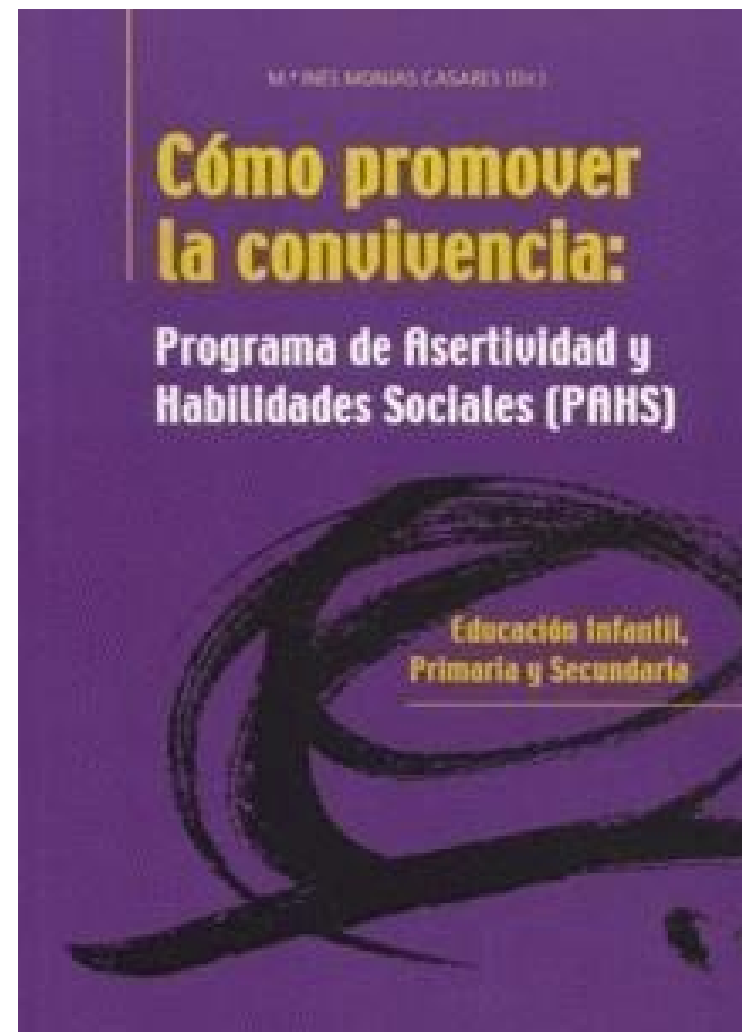
PROGRAMAS DE EHS

Conjunto organizado de objetivos,
contenidos, metodología,
actividades y materiales

fundamentados teóricamente y

contrastados empíricamente

*Programa de
Enseñanza de
Habilidades de
Interacción Social
(PEHIS)*



*Programa de
Asertividad y
Habilidades Sociales
(PAHS)*

Lista de habilidades del PAHS

MÓDULOS	HABILIDADES
1. Comunicación interpersonal	1: Comunicación verbal y no verbal 2: Expresar y escuchar activamente
2. Asertividad	3: Relación asertiva 4: Deberes y derechos asertivos
3. Emociones	5: Emociones positivas 6: Emociones negativas
4. Interacciones sociales positivas	7: Pensar y decir lo positivo 8: Ayuda, apoyo y cooperación
5. Interacciones sociales difíciles	9: Críticas, quejas y reclamaciones 10: Burlas, agresiones e intimidaciones



PEHIS

AREAS	HABILIDADES
Área 1. Habilidades básicas de interacción social	1.1. Sonreír y reír 1.2. Saludar 1.3. Presentaciones 1.4. Favores 1.5. Cortesía y amabilidad
Área 2. Habilidades para hacer amigos/as	2.1. Alabar y reforzar a las y los otros 2.2. Iniciaciones sociales 2.3. Unirse al juego con otros/as 2.4. Ayuda 2.5. Cooperar y compartir
Área 3. Habilidades conversacionales	3.1. Iniciar conversaciones 3.2. Mantener conversaciones 3.3. Terminar conversaciones 3.4. Unirse a la conversación de otros/as 3.5. Conversaciones de grupo
Área 4. Habilidades relacionadas con los sentimientos y emociones	4.1. Expresar autoafirmaciones positivas 4.2. Expresar emociones 4.3. Recibir emociones 4.4. Defender los propios derechos 4.5. Defender las opiniones
Área 5. Habilidades para afrontar y resolver problemas interpersonales	5.1. Identificar problemas interpersonales 5.2. Buscar soluciones 5.3. Anticipar consecuencias 5.4. Elegir una solución 5.5. Probar la solución
Área 6. Habilidades para relacionarse con los adultos	6.1. Cortesía con el adulto 6.2. Refuerzo al adulto 6.3. Conversar con el adulto 6.4. Solucionar problemas con adultos 6.5. Peticiones del adulto



ASPECTOS GENERALES (PAHS)

- ✓ Programa estructurado de enseñanza: conjunto de objetivos, contenidos, metodología, actividades, materiales
- ✓ Enseñanza intencional, directa y sistemática
- ✓ Probada su eficacia de forma empírica
- ✓ Programa flexible; se ha de contextualizar
- ✓ Programa cognitivo-conductual: conjunto de técnicas agrupadas en un procedimiento de enseñanza
- ✓ Estrategias didácticas
- ✓ Recursos:
 - ✓ Fichas para el profesorado
 - ✓ Fichas de lápiz y papel



EFICACIA DEL PAHS

- ✓ 1.477 alumnos de Edón. Infantil (23,8%), Primaria (39%) y Secundaria (37,2%)
- ✓ 9 centros, 70 aulas, 81 profesores
- ✓ Diseño cuasi-experimental de grupo de control no equivalente pretest-postest (Campbell y Stanley, 1978) con 2 grupos:
 - ✓ Experimental /de Tratamiento: 1.043
 - ✓ Control o de Comparación: 434

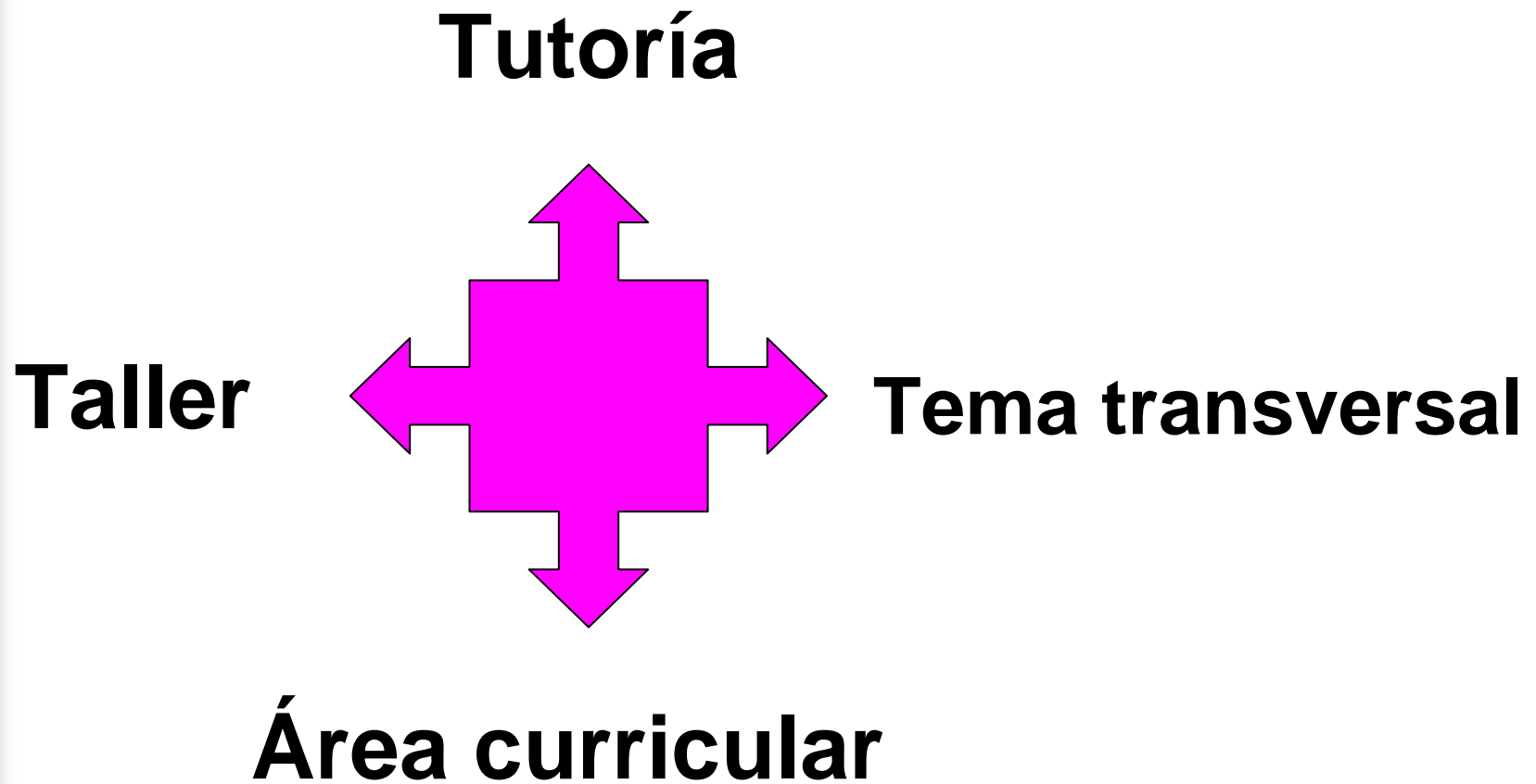


OBJETIVOS ESPECÍFICOS (PAHS)

Que las y los alumnos

- 1) Desarrollen habilidades de comunicación interpersonal
- 2) Sean más asertivos (y menos agresivos o inhibidos)
- 3) Gestionen y expresen sus emociones y reconozcan y afronten las de los demás
- 4) Logren ser más positivos consigo mismos y con las y los demás
- 5) Aprendan a afrontar y evitar interacciones sociales difíciles

IMPLEMENTACIÓN (PAHS)





APRENDIZAJE ESTRUCTURADO

(Goldstein et al., 1989)

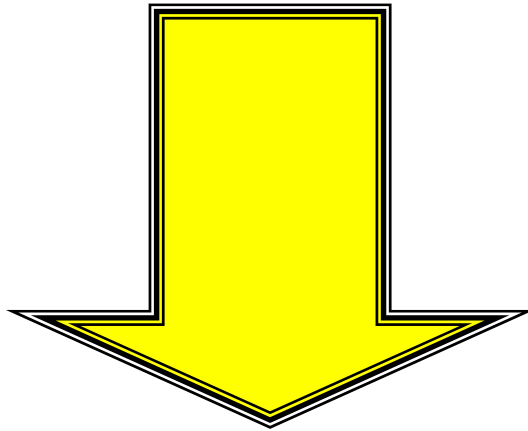
- Modelado
- *Role-Playing*
- *Feedback* y Refuerzo
- Transferencia del
entrenamiento



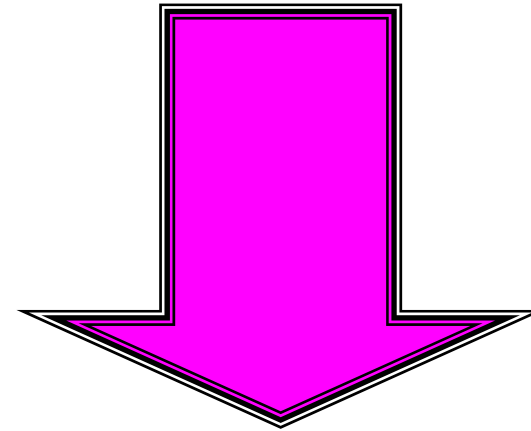
PROCEDIMIENTO

- 1) Presentación de la habilidad:
 - **Literatura infantil y juvenil**
 - Modelado en vivo /Audiovisual /Marionetas
- 2) Oportunidades para practicar la habilidad:
 - *Role-playing o Dramatización*
 - Práctica + Autoinstrucciones
 - Práctica oportuna
- 3) Feedback y Reforzamiento
- 4) Transferencia del entrenamiento:
 - Tareas para casa
 - Actividades lúdico-didácticas
 - Fichas de lápiz y papel
 - Actividades transversales en el curriculum
 - Actividades hijos-padres

RECURSOS de los PROGRAMAS



**Fichas para el
Profesorado**

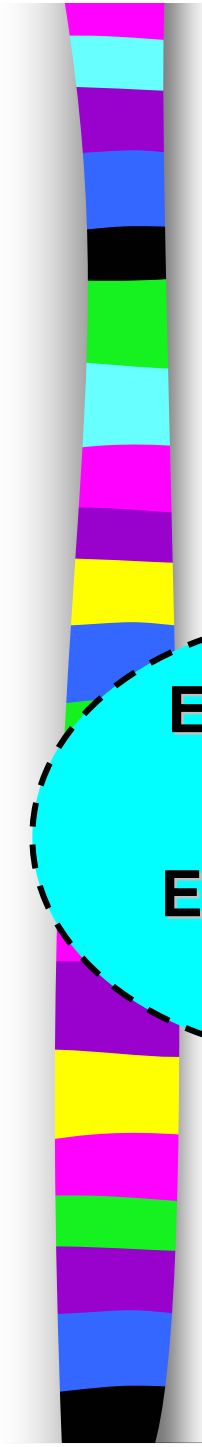


**Fichas de lápiz y
papel para el
Alumnado**



ACTIVIDADES DIDÁCTICAS (PAHS)

- 1) Actividades de lápiz y papel:
 - ✓ Fuga de vocales
 - ✓ Sopas de letras
 - ✓ Crucigramas
- 2) Literatura infantil y juvenil
- 3) Otras actividades
 - ✓ Marionetas
 - ✓ Expresión corporal, musical
 - ✓ Expre. Plástica: dibujos, cómics, pintura
 - ✓ Medios audiovisuales y TIC



**Estructura
Sesión
Enseñanza
PAHS**

Revisión Tareas

Presentación Habilidad

Instrucción Verbal: Guía

Modelado

Práctica

Feedback y Reforzamiento

Actividades Didácticas

**Lápiz y papel
LIJ
Expresivas y dinámicas**

Evaluación Productos

Recapitulación y Reflexión

Asignación Tareas



FICHAS DE ENSEÑANZA (PAHS)

- Identificación: Etapa, Módulo y Nombre de la habilidad
- Objetivos que se pretenden
- Introducción: Descripción de qué es la habilidad
- Puntos para el diálogo y la reflexión:
 - ¿Qué es la habilidad de.....?
 - ¿Para qué sirve la habilidad de.....?
 - ¿Cuándo, dónde, con quién es/no es apropiado poner en juego la habilidad de.....?
- Guía para practicar la habilidad de....
- Ejemplos sugeridos para Modelado y para la Práctica
- Otras Actividades
- Fichas de lápiz y papel
- Ejemplos sugeridos de tareas
- Ideas a recordar



CONSIDERACIONES FINALES

- 1) Es **IMPRESINDIBLE** enfatizar la relevancia de las relaciones interpersonales, el clima social....
- 2) Coordinación interprofesional: equipos que colaboran y se coordinan (tutor y especialistas)
- 3) Necesidad de formación, inicial y permanente del profesorado en aspectos socio-personales: *Desajuste entre la formación y las demandas y exigencias.*
- 4) Incentivar la innovación y potenciar las experiencias prácticas y aplicadas
- 5) Estimular la investigación y favorecer el acercamiento del mundo científico y el mundo profesional
- 6) Hay que hacer un *trabajo explícito, intencional y sistemático en competencia personal y social.*



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Monjas, M^a I. (Dir.) (2007). *Cómo promover la convivencia: Programa de Asertividad y Habilidades Sociales (PAHS)*. Madrid: CEPE.
- Monjas, M^a I. (2004). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y adolescentes*. Madrid: CEPE. (1^a ed., 7^a imp.)
- Monjas, M^a I. y González, B. (2000). *Las habilidades sociales en el currículo*. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Centro de Investigación y Documentación Educativa (CIDE).
 - <http://www.mepsyd.es/cide/espanol/publicaciones/coleccion/es/investigacion/col146/col146pc.pdf>
- Monjas, M^a I. (2004). *¿Mi hijo es tímido?* Madrid: Pirámide.
- Monjas, M^a I. (2006). *La timidez en la infancia y en la adolescencia*. Madrid: Pirámide. (1^a ed. 2^a reimp.)



¡¡ GRACIAS !!

M^a Inés Monjas Casares



imonjas@psi.uva.es