



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

---

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

ADQUISICIÓN DE HABILIDADES SOCIALES POR MEDIO DE  
TERAPIA ASISTIDA POR ANIMALES

T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:  
SOFÍA ALEJANDRA ESTEPA MARTÍNEZ

DIRECTORA DE LA TESINA:  
LIC. NOEMÍ BARRAGÁN TORRES



Ciudad Universitaria, D.F.

Noviembre, 2012.



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## ÍNDICE

<b>RESUMEN</b>	<b>1</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>3</b>
<b>CAPÍTULO 1. DESARROLLO SOCIAL Y DE LA PERSONALIDAD</b>	
1.1 Fundamentos teóricos del desarrollo social	6
1.2 Teoría del aprendizaje sociocognitivo de Bandura	13
1.3 Proceso de socialización: Familia, Escuela y Grupo de Pares	17
<b>CAPÍTULO 2. HABILIDADES SOCIALES</b>	
2.1 Definición, Adquisición y Desarrollo de Habilidades Sociales	24
2.2 Habilidades sociales en la infancia	33
2.3 Entrenamiento en Habilidades Sociales	37
<b>CAPÍTULO 3. TERAPIA ASISTIDA POR ANIMALES</b>	
3.1 Relación humano-animal	48
3.2 Antecedentes de la Terapia Asistida por Animales	55
3.3 Beneficios psicosociales de la relación Humano-Animal	62
3.4 Efecto de las mascotas en los niños	68
<b>PROPUESTA</b>	<b>76</b>
<b>ALCANCES Y LIMITACIONES</b>	<b>104</b>
<b>REFERENCIAS</b>	<b>107</b>

## RESUMEN

El presente trabajo plantea como propuesta un manual dirigido a padres de familia de niños en edad escolar, para la adquisición de habilidades sociales por medio de la terapia asistida por animales; con el objetivo de brindar a los padres las herramientas necesarias para desarrollar en sus hijos las habilidades sociales de acuerdo a sus necesidades, apoyándose en sus mascotas.

Este trabajo, analiza los fundamentos teóricos del desarrollo social, las habilidades sociales durante la infancia, la relación humano-animal y como los animales de compañía pueden favorecer el desarrollo psicosocial en los niños.

Basado en la teoría del aprendizaje sociocognitivo de Bandura, integra el entrenamiento en habilidades sociales y la terapia asistida por animales para crear un programa de intervención y favorecer el desarrollo social durante la edad escolar.

Aun cuando el campo de investigación sobre la relación humano-animal es limitado, la evidencia de los beneficios que brindan los animales de compañía es contundente y en este caso, el empleo de animales como apoyo para el desarrollo social, además de ser una herramienta eficaz, brinda a los profesionales de la salud una propuesta innovadora y atractiva para la población.

Conceptos clave: Habilidades sociales, interacción humano-animal, terapia asistida por animales

## ABSTRACT

This paper raises a proposal of a manual for parents of school-age children, to acquire social skills through animal-assisted therapy, in order to give parents the tools they need to develop in their children social skills according to their needs, leaning on their pets.

This paper analyzes the theoretical foundations of social development, social skills during childhood, the human-animal relationship and how companion animals can promote psychosocial development in children.

Based on social-cognitive learning theory of Bandura, integrates social skills training and animal-assisted therapy to create an intervention program and promote social development at school age.

Even when the field of research on human-animal relationship is limited, the evidence of the benefits offered by pets is strong and in this case, the use of animals as support for social development, besides being an effective tool, provides healthcare professionals an innovative and attractive proposal to people

Key words: social skills, human-animal interaction, animal-assisted therapy

## INTRODUCCIÓN

Desde el momento de su nacimiento, el ser humano se comunica e interactúa con el mundo social que lo rodea y es durante la niñez que adquiere las habilidades sociales necesarias para desarrollarse satisfactoriamente en diferentes ámbitos durante la vida adulta.

La importancia de que los niños adquieran y desarrollen habilidades sociales radica en que gracias a estas lograrán ser autónomos, independientes y alcanzar éxito en sus vidas y así enfrentar satisfactoriamente los retos que se les presenten.

Así mismo, su adaptación emocional a largo plazo, desarrollo académico, y su capacidad de integración en la sociedad, son estimulados por constantes oportunidades para fortalecer la competencia y habilidades sociales durante la infancia.

Actualmente, el ritmo de vida, las nuevas tecnologías y el cambio en la estructura familiar han dado como resultado una falta de estimulación social, lo cual tiene repercusiones negativas tanto a corto como largo plazo.

La incompetencia social se manifiesta a través de rechazo, aislamiento y malas o escasas interacciones sociales, que repercuten en el rendimiento escolar, desarrollo psicológico, conducta, etc. y a la larga pueden ser factores determinantes de padecimientos patológicos en la edad adulta.

Existen tratamientos como el entrenamiento en habilidades sociales para adquirir, desarrollar y fortalecer las habilidades de interacción social; sin embargo son pocos los trabajos que se han realizado con niños; además, en una sociedad cada vez más demandante y expuesta a nuevas tecnologías y múltiples estímulos, es necesario tener nuevas propuestas que aparte de ser efectivas sean atractivas y accesibles.

La terapia asistida por animales, brinda la oportunidad de tener una alternativa novedosa para apoyar el tratamiento de problemas, físicos, psicológicos, sociales, etc.

Las interacciones entre humanos y animales, son muy complejas hoy en día; comprenden elementos económicos, legales, sociales, médicos, psicológicos, etc. y los beneficios que representan para nuestra sociedad son invaluable.

Aunque para algunos es escasa, existe evidencia de que la interacción con animales domésticos ayuda a tener una mejor autoestima, sentido de la identidad, responsabilidad, disminución del estrés, mayores y mejores interacciones sociales; en otras palabras mejoran la calidad de vida (Gunter, 2002).

El presente trabajo combina el entrenamiento en habilidades sociales y la terapia asistida por animales para brindar una alternativa innovadora en la adquisición y desarrollo de las habilidades sociales durante la edad escolar.

El primer capítulo habla sobre el desarrollo social y de la personalidad del niño; se presentan los enfoques y teorías más destacados, de las cuales se analiza con mayor profundidad la teoría del aprendizaje sociocognitivo de Bandura, en la cual esta basada la propuesta final y se abordan los principales agentes socializadores (familia, escuela y grupo de pares) haciendo un mayor hincapié en la influencia que tiene la familia.

El segundo capítulo esta dedicado a una revisión teórica sobre las habilidades sociales en la infancia, desde su definición, adquisición y desarrollo hasta la manera de fomentarlas, en este caso explicando el entrenamiento en habilidades sociales basado en el abordaje conductual y la teoría del aprendizaje de Bandura.

En el tercer capítulo se analiza la relación humano-animal así como los beneficios que los animales domésticos proporcionan, haciendo un mayor énfasis en el área psicosocial. Se expone la terapia asistida por animales y finalmente el efecto que tienen las mascotas en los niños.

Basado en la teoría se ofrece como propuesta un manual dirigido a los padres para la adquisición de habilidades sociales por medio de la terapia asistida por animales durante la edad escolar; en el cual se expone la importancia de fomentar las habilidades sociales, los beneficios de los animales domésticos y las actividades adecuadas que se pueden realizar con las mascotas para favorecer el desarrollo social;

por último, se enlista una serie de sugerencias para la convivencia sana en familia y con las mascotas.

Finalmente se presentan los alcances y limitaciones de la propuesta así como las recomendaciones para futuros trabajos sobre el tema.

## CAPÍTULO UNO

### DESARROLLO SOCIAL Y DE LA PERSONALIDAD

#### 1.1 Fundamentos Teóricos

La socialización es el proceso por medio del cual los niños adquieren habilidades, creencias, conductas y valores considerados significativos y apropiados por los miembros responsables y productivos de una sociedad (Papalia, 2010)

El Desarrollo Social y de la personalidad es el resultado de una interacción larga y profunda entre influencias sociales, culturales y biológicas que hacen a los humanos semejantes en ciertos aspectos y muy diferentes entre sí en otros (Shaffer, 2003).

Existen diversas teorías del desarrollo (psicoanalítica, cognitiva, conductual, etc.) con las cuales podemos aproximarnos a las primeras ideas que han tenido influencia sobre el desarrollo social y de la personalidad; una teoría es un conjunto de conceptos y proposiciones que describen y explican las observaciones que alguien ha hecho.

Toda teoría es considerada una herramienta fundamental para el conocimiento y el desarrollo de nuevas investigaciones e inclusive forma parte de la identidad de cada profesional; nos permite evaluar los diferentes puntos de vista que existen sobre un tema y elegir el que más se adecue a nuestros intereses. En este capítulo se abordan tres diferentes enfoques, el psicoanalítico, del desarrollo cognitivo y el conductista o del aprendizaje social.

##### ➤ Enfoque psicoanalítico

Este enfoque representa a los seres humanos regidos por sus instintos, que además de ser innatos maduran gradualmente a lo largo de la infancia, jugando un papel importante a la hora de determinar quienes somos y lo que llegaremos a ser; dentro de

este enfoque destacan dos teorías, la psicosexual de Freud y la teoría del desarrollo psicosocial de Erickson.

### Teoría psicosexual de Freud

Sigmund Freud, médico vienés, revolucionó las opiniones sobre la naturaleza humana al proponer que el ser humano es dirigido por motivos y conflictos de los cuales es en gran parte inconsciente, que se guía por instintos poderosos que deben ser satisfechos y que la personalidad se forma de experiencias tempranas; Freud (1940, en Shaffer 2003) consideraba a los niños como criaturas egoístas dirigidas por dos tipos de instintos, “Eros” o el instinto de la vida que promovía la supervivencia y “Tanatos” el instinto de la muerte que se manifestaba en conductas dañinas.

Freud pensaba que el instinto más importante era el sexo y que conforme iba madurando se centraba en una parte distinta del cuerpo, cambiando constantemente llevando con cada cambio a una nueva etapa de desarrollo. La teoría psicosexual de Freud especifica que existen cinco etapas psicosexuales; oral, anal, fálica, latencia y genital (Papalia, 2010).

Estas etapas están integradas por tres componentes de la personalidad que se van desarrollando gradualmente; el “ello”, componente innato dirigido por los instintos, el “yo”, componente racional y consciente cuya función es encontrar medios realistas para satisfacer sus instintos, y el “super yo”, que consiste en las normas morales internalizadas en la persona (Shaffer, 2003).

A pesar de que pocos estudiosos del desarrollo son defensores de la teoría freudiana hoy en día, tiene aportaciones importantes como el concepto de motivación inconsciente y la importancia de la experiencia temprana en el desarrollo posterior.

### Teoría del desarrollo psicosocial de Erickson

Erick Erickson alumno de Freud, compartía algunas de las ideas de Freud, sin embargo discernía en dos puntos importantes; en primer lugar, considera a los niños como

exploradores activos, curiosos que intentan adaptarse a su entorno y que a partir de entonces y durante cada etapa de su vida tienen que hacer frente a realidades sociales, para adaptarse con éxito y mostrar un patrón normal de desarrollo. La segunda diferencia importante entre Erickson y Freud es que el primero hace menos hincapié en los impulsos sexuales y mucho más en las influencias culturales (Saffer, 2003)

Erickson creía también que los seres humanos se enfrentan a ocho grandes crisis o conflictos durante su vida; confianza frente a desconfianza, autonomía frente a vergüenza y duda, iniciativa frente a culpa, diligencia frente a inferioridad, identidad frente a confusión de papeles, intimidad frente a aislamiento, generatividad o estancamiento e integridad del yo frente a desesperanza (Erikson, 1993). Cada uno de estos conflictos emerge en un momento específico de la vida, determinado por la maduración biológica y las demandas sociales a las que se está expuesto en ese momento; todos los conflictos deben ser resueltos con éxito para preparar a los individuos a recibir y resolver satisfactoriamente la siguiente crisis de vida.

La teoría de Erickson puede ser criticada por ser imprecisa sobre las causas del desarrollo, sin embargo para muchos es más fácil aceptar un análisis basado en nuestra naturaleza racional y adaptativa; además esta teoría también subraya muchos de los conflictos sociales y dilemas personales que las personas pueden recordar, experimentar, anticipar y observar de los demás.

#### ➤ Enfoque del desarrollo cognitivo de Piaget

La teoría del desarrollo intelectual de Jean Piaget tiene muchas implicaciones importantes en el desarrollo de la personalidad y social. De acuerdo a Piaget (1984), la actividad intelectual es una función vital básica que ayuda a los niños a adaptarse a su ambiente; describe a los niños como exploradores activos e inventivos que están

constantemente construyendo esquemas para representar lo que saben y modificando estructuras cognitivas por medio de los procesos de organización y adaptación.

Piaget creía que el desarrollo intelectual se lleva a cabo a través de una secuencia de cuatro estadios: sensoriomotor, preoperacional, operaciones concretas y operaciones formales (Piaget, 1984). Estos estadios forman lo que Piaget llamó una secuencia de desarrollo invariante, es decir, todos los niños progresan a través de los estadios exactamente en el orden mencionado; no es posible saltarse ni omitir estadios porque cada estadio sucesivo se construye sobre el anterior y representa una manera más compleja de pensar.

A pesar de las limitaciones que Piaget pudiera tener en su teoría, ha contribuido de manera importante a la comprensión del desarrollo cognitivo, ha sido aplicada en el campo de la educación, ha ayudado a crear el campo de la cognición social y ha proporcionado ideas importantes acerca de muchos otros aspectos del desarrollo social.

#### ➤ Enfoque conductista

El conductismo sostiene que las teorías y conclusiones sobre el desarrollo humano deberían estar basadas en observaciones controladas de conductas manifiestas y todo fenómeno observable y propone que todo ser humano independientemente de sus orígenes o ascendencia es capaz de aprender cualquier conducta a la que sea entrenado. Los principales teóricos de esta corriente son Watson y Skinner.

#### Teoría conductista de Watson

Watson (1913, en Shaffer 2003) veía al desarrollo como un proceso de cambio conductual que está modelado por el ambiente único de cada persona; veía al bebé como una *tabula rasa* en la que se escribía con la experiencia y consideraba que las asociaciones bien aprendidas entre estímulos externos y respuestas observables, llamados hábitos, son la base del desarrollo humano

Como teórico del aprendizaje social, Watson creía que el ambiente de crianza y el trato que dan a los niños sus padres y otras personas importantes en su vida, determinaba el tipo de persona que llegarían a ser.

### Teoría del aprendizaje operante de Skinner

Después de Watson otro teórico que contribuyó a que el enfoque conductista avanzara fue Skinner, proponía que tanto los animales como los humanos repetirán conductas que llevan a resultados favorables y suprimirán las que produzcan resultados desfavorables, basándose en reforzadores y castigos; un reforzador es cualquier consecuencia de un acto que incrementa la probabilidad que ese acto se repita y un castigo es una consecuencia negativa a un acto que suprime la probabilidad de que se repita (Papalia, 2010).

Como Watson, Skinner creía que los hábitos que cada individuo desarrolla, resultan de la propia experiencia única de aprendizaje operante, lo que él definía como: *“una forma de aprender en la cual actos voluntarios y operantes llegan a ser más o menos probables, dependiendo de las consecuencias que tengan”* (citado en Shaffer, 2003 p48).

Por lo tanto, la teoría del aprendizaje operante de Skinner sostiene que la dirección en la cual nos desarrollamos depende de manera crucial de estímulos externos (refuerzos y castigos), más que de fuerzas internas, tales como instintos, impulsos o maduración biológica.

### Teoría del aprendizaje sociocognitivo de Bandura

Bandura consideraba a los niños como procesadores de información activos que desarrollan rápidamente muchos nuevos hábitos por medio de un aprendizaje observacional.

En esta teoría, el aprendizaje social es importante en el proceso de socialización pues durante este proceso los niños aprenden a través de la observación de sus modelos y son estos comportamientos los que los formarán dentro de la sociedad (Papalia 2010).

Bandura rechaza el determinismo ambiental de Watson y propone en cambio que los niños contribuyen a crear los entornos que influyen en su desarrollo; a lo que denominó determinismo recíproco (Shaffer 2003).

La importancia de la socialización para el desarrollo en cualquier momento de la vida es indiscutible y se considera como parte de la adaptación biológica, siendo los individuos más hábiles y eficaces en la interacción social los que tienen mayor probabilidad de sobrevivencia.

Por otro lado, la imposibilidad para establecer relaciones exitosas durante la niñez ha sido un problema subvaluado que ha recibido escasa atención y mucho menos cuenta con programas para atenderlo como parte de la enseñanza preescolar y elemental; pasando en la mayoría de los casos inadvertido en el contexto familiar.

De un estudio realizado en varias escuelas públicas de la Ciudad de México (Hernández, Sosa & González, 1996 en Hernández, 1999), se estimó que aproximadamente 30% de los niños presentaban problemas en la interacción con sus compañeros.

Hernández (1999), divide los problemas de interacción social en los niños, en dos tipos:

- El niño rechazado

El rechazo de los compañeros está asociado con impulsividad, dando como resultado que el niño al no modular su comportamiento de acuerdo a las demandas de su ambiente social, esté más propenso al rechazo.

Estudios realizados por Spivack & Shure (1974, en Hernández, 1999) han llevado a la conclusión de que el niño rechazado no posee las habilidades para detectar la

interacción social, evaluar la situación, aquilatar las opciones de respuesta, tomar una decisión y finalmente responder en consecuencia.

- El niño aislado

Muestra timidez extrema y tiende a inhibirse en situaciones sociales, es ansioso y tiene un gran temor a las situaciones sociales; sin embargo muestra un comportamiento social aparentemente normal en contextos con los que está familiarizado. Autores como Pilkonis (1977) han atribuido el problema a la carencia de habilidades sociales.

Existen muchas otras consecuencias de un mal desarrollo social como la agresión, bajo rendimiento escolar o laboral, desintegración familiar, desarrollo de trastornos psicológicos, etc.

Los seres humanos, son por naturaleza criaturas sociales, los cuales se relacionan con otros de su misma especie. Con forme el individuo va creciendo, va adquiriendo conductas y conceptos que lo preparan para la vida en grupo, y de esta forma poder incluirse sin problema alguno en la sociedad; por lo que este proceso de socialización es de vital importancia para lograr un desarrollo integral satisfactorio.

## 1.2 Teoría del aprendizaje sociocognitivo de Bandura

Bandura (1977) está de acuerdo con Skinner en que el condicionamiento operante es un tipo de aprendizaje importante, en especial para animales; sin embargo hace énfasis en que los seres humanos son seres cognitivos y que a diferencia de los animales, tienden a pensar sobre las relaciones entre su comportamiento y las consecuencias del mismo y a menudo les influye más lo que creen que pasará que los acontecimientos que de hecho viven.

La principal aportación de Bandura y en la que hace más hincapié es subrayar el aprendizaje observacional como un proceso central de desarrollo, el cuál se refiere al aprendizaje que resulta de observar el comportamiento de otras personas a las que se les denomina modelos.

El aprendizaje observacional requiere del funcionamiento de procesos cognitivos; primero se debe prestar atención al comportamiento del modelo, asimilar activamente o codificar lo que se está observando y finalmente almacenar esta información en la memoria si se quiere imitar más tarde lo que se ha observado. Un punto importante de este tipo de aprendizaje es que los niños no tienen que ser reforzados (Bandura, 1974).

De acuerdo con Bandura (1977) esta forma activa y cognitiva de aprender permite a niños pequeños adquirir rápida y literalmente miles de nuevas respuestas en variados escenarios en que sus “modelos” simplemente están persiguiendo sus propios intereses sin intentar enseñarles nada. Por otra parte, muchas de las conductas a las que los niños están expuestos, son acciones que los modelos manifiestan pero que no les gustaría fomentar por lo que Bandura explica que los niños están constantemente aprendiendo respuestas tanto deseables como indeseables tan sólo por tener abiertos ojos y oídos.

La teoría de Bandura del aprendizaje observacional supone que un observador construye representaciones simbólicas de la conducta de un modelo y luego utiliza estos mediadores para reproducir lo ya visto; las representaciones simbólicas son

imágenes y etiquetas verbales que los observadores generan para retener los aspectos importantes de la conducta de un modelo.

Bandura (1969 en Kelly, 2000), denominó a este aprendizaje observacional “modelado” y describió algunos factores que lo facilitan:

- Edad del modelo- se tiende a imitar la conducta de un modelo de edad similar o ligeramente superior.
- Sexo del modelo- con modelos del mismo sexo que el observador, la influencia es mayor que con los del sexo opuesto.
- Amabilidad del modelo- los modelos que se manifiestan cálidos y afectuosos influyen más que los de apariencia fría y distante.
- Similitud percibida con el observador- si un observador percibe o se le informa que entre el modelo y él hay cierto parecido, tendremos un grado de aprendizaje imitativo superior a que si se percibe que el modelo es diferente.
- Consecuencias observadas de la conducta social del modelo- cuando el observador ve que el resultado de la conducta social del modelo es positivo, se incrementa la probabilidad de que llegue a imitar su conducta.
- La historia de aprendizaje particular del observador respecto de situaciones parecidas a las que observa en el modelo- si el observador tiene una historia personal de recompensas por conductas similares a las que ahora emite el modelo, es más probable que exhiba la conducta social moldeada que si hubiese sido castigado por tales conductas.

### Imitación y Aprendizaje Observacional

Desde el nacimiento los bebés son capaces de imitar algunas respuestas motoras e incluso expresiones faciales de felicidad y tristeza, sin embargo esta capacidad

temprana de imitación va desapareciendo y finalmente es el resultado de reflejos involuntarios (Abravanel y Sigafoos, 1984 en Shaffer 2003). La imitación voluntaria de respuestas aparece primero y se va afianzando entre los 8 y 12 meses de edad. (Piaget 1984).

En un principio el modelo tiene que estar presente y seguir ejecutando la respuesta para que el niño pueda imitar, pero a la edad de 9 meses algunos niños pueden imitar algunas conductas sencillas hasta 24 horas después de haberlas visto por primera vez (Meltzoff, 1988 en Shaffer 2003); a esto se le conoce como “imitación diferida”, capacidad de reproducir conductas de un modelo en algún momento en el futuro, y se desarrolla completamente durante el segundo año de vida.

La imitación diferida, representa un hito importante de desarrollo, que indica que los niños ya son capaces de crear representaciones simbólicas y recuperar después esta información de la memoria para reproducir conductas pasadas (Bandura 1974).

Así que entre los dos y tres años, el aprendizaje observacional se convierte en un medio importante para la adquisición de competencias personales y sociales básicas y el logro de una comprensión más amplia de las reglas y regulaciones que se deben seguir.

A partir de esta edad y a lo largo de su desarrollo los niños utilizarán este medio de aprendizaje para incluirse positivamente en la sociedad, sin embargo, los niños prescolares, pueden aprender menos de los modelos sociales porque, a diferencia de los niños mayores, no producen espontáneamente los mediadores verbales que les ayudarían a retener lo que han observado.

### El aprendizaje social como determinismo recíproco

Las primeras teorías del aprendizaje se apegaban mucho a la doctrina del determinismo ambiental de Watson, en la que los niños pequeños y sin experiencia eran considerados como receptores pasivos de la influencia ambiental. Bandura (1977)

rechaza esta idea y propone el determinismo recíproco para describir su idea de que el desarrollo humano refleja una interacción de la persona, la conducta de la persona y el entorno.

Bandura considera a los niños y adolescentes como pensadores activos que contribuyen en muchos aspectos a su propio desarrollo, teniendo con frecuencia la libertad de elegir los modelos a los que van a atender. Así mismo propone que la persona, la conducta y los entornos son bidireccionales, de modo que los niños podrían influir en sus entornos en virtud de su propia conducta.

A pesar de sus ventajas, muchos consideran el enfoque del aprendizaje social como una versión simplificada del desarrollo social y de la personalidad; sin embargo la teoría de Bandura logra explicar de manera simple y clara el proceso de socialización y reúne los puntos clave para la adquisición de habilidades sociales y la elaboración de programas para fomentarlas.

### 1.3 Proceso de socialización: Familia, Escuela y Grupo de pares)

La Socialización es útil a la sociedad en tres modos. Primero, es una manera de regulación de la conducta de los niños y controla sus impulsos indeseables o antisociales. Segundo, la socialización promueve el desarrollo personal del individuo; a medida que los niños interactúan con otros miembros de la sociedad, se van pareciendo a ellos, adquieren los conocimientos, habilidades, motivos y aspiraciones que les deberían permitir adaptarse a su entorno y funcionar de un modo eficaz en su comunidad. Finalmente, la socialización perpetúa el orden social: los niños socializados de manera apropiada se convierten en adultos competentes, adaptativos y prosociales que a su vez enseñarán lo que han aprendido (Shaffer 2003).

Desde los primeros meses, el desarrollo de la personalidad está entrelazado con las relaciones sociales; las primeras interacciones se dan entre el bebé y su cuidador, siendo la sonrisa la primer forma anticipatoria de relación; el despertar social continua con la risa y balbuceos, luego vienen los juegos sociales, la expresión de emociones cada vez más complejas y el lenguaje (verbal y no verbal). Así, conforme el niño va creciendo, aprende a interactuar con las personas que lo rodean (Delval, 1998 en Vargas, 2008).

De acuerdo a Hurlock (1976), para que un niño aprenda a vivir socialmente requiere de cuatro factores: oportunidades de aprender a hacerlo, motivación, que el método usado sea adecuado para conseguir satisfacción del contacto social y el tipo de contactos sociales a los que sea expuesto.

Dentro del proceso de socialización del niño existen también agentes de socialización responsables de la transmisión de valores y modelos de comportamiento para favorecer el cumplimiento de los objetivos de la socialización, estos factores corresponden al medio en el que se desenvuelve el niño; familia, escuela, amigos o grupo de pares.

## ➤ La familia

La familia es útil a la sociedad en muchas maneras. Produce y consume bienes y servicios desempeñando una función económica, tradicionalmente ha servido como un escape para los impulsos sexuales y como medio para renovar la población y proporciona apoyo social y emocional que ayuda a sus miembros a hacer frente a las crisis. Pero quizá las funciones de la familia que tienen un mayor reconocimiento son el cuidado y la educación que los padres y otros miembros proporcionan a sus niños y jóvenes (Shaffer, 2003).

En un principio los teóricos del desarrollo se centraron en estudiar la socialización desde la relación madre-hijo, bajo el supuesto de que son las madres los agentes modeladores de la conducta y el carácter de los niños, hoy en día existen enfoques como el de sistemas de Bronfenbrenne, que reconoce que los padres influyen en los hijos pero también los hijos influyen en la conducta y prácticas de crianza parentales, dando como resultado un sistema social complejo (Papalia, 2010)

El sistema social familiar es entonces una red de relaciones y alianzas recíprocas que están en constante desarrollo y resultan muy afectadas por las influencias de la comunidad y la cultura.

Para Besky (1981 en Shaffer 2003), decir que la familia es un sistema social, significa que es una estructura holística constituida por partes interrelacionadas, cada una de las cuales afecta y se ve afectada por cada una de las otras partes y a su vez cada una contribuye al funcionamiento del todo. El hecho de considerar la familia como un sistema implica entre otras cosas que las interacciones entre cualquiera de sus miembros están probablemente influyendo en las actitudes y comportamientos de un tercer miembro de la misma, este fenómeno se puede apreciar más al ver reflejada la relación entre los padres en la relación madre-hijo o padre-hijo y viceversa.

Si bien la familia es un sistema social complejo, también puede considerarse como un sistema dinámico (Klein y White, 1996 en Andrade, 2009), en ella tienen lugar cambios evolutivos y las relaciones entre sus miembros se van a ir modificando de acuerdo al

desarrollo de cada uno de ellos; así mismo esta supeditada al constante cambio de un contexto social más amplio en el que está inserta.

De acuerdo a lo anterior, resulta evidente decir que la socialización en el interior de la familia está mejor descrita como un cruce corrido de muchas y variadas vías de influencia.

Desde el nacimiento los padres afectan el desarrollo social de sus hijos, siendo una de las dimensiones que más influyen la sensibilidad parental. Para Erikson (1993) es durante el segundo año de vida el periodo en el que la socialización empieza en serio, pues es el momento en el que padre y madre gobiernan la creciente autonomía del niño con la esperanza de inculcarle un sentido de propiedad social y de autocontrol y enseñarles como deben comportarse en una variedad de situaciones.

Si bien los padres son los principales agentes que influyen en el desarrollo social de los niños, es necesario considerar al resto de los miembros de la familia, principalmente a los hermanos.

Aunque la rivalidad entre hermanos es habitual, estos desempeñan un papel muy positivo en la vida de todo niño, se suele considerar que los hermanos son compañeros íntimos con cuyo apoyo siempre se puede contar; los hermanos mayores, con frecuencia, hacen de cuidadores, objetos de seguridad, modelos y profesores de los pequeños y ellos mismos pueden beneficiarse de la enseñanza y orientación que proporcionan (Shaffer, 2003).

Las relaciones entre hermanos son un laboratorio para la solución de conflictos, las influencias son mutuas y directas a partir de sus interacciones e indirectas a través del impacto sobre la relación del otro con los padres (Papalia, 2010).

Para poder entender cómo se lleva a cabo esta socialización, es necesario considerar el ambiente familiar (modo de vida, economía familiar, trabajo de los padres y situación emocional en la que se encuentran), estructura (si es familia adoptiva, tradicional, de un solo padre, extendida, reconformada, etc), y sin duda el factor más importante, el estilo parental que se maneja (Papalia, 2010).

El estilo parental es una dimensión molar que actúa como variable contextual para moderar la relación entre prácticas parentales y resultados específicos del desarrollo (Steinberg, 1993, en Andrade 2009) y se representan por medio de un conjunto de prácticas que son transmitidas hacia el hijo y causan un clima emocional.

Baumrind (1971, en Andrade, 2009) hace una propuesta de los estilos parentales a través de una investigación en la que observó y entrevistó a padres e hijos para determinar los procesos de socialización que ocurren en la familia; reconociendo dos dimensiones del comportamiento de los padres que permiten caracterizar su influencia en la formación de los hijos: la aceptación y el control parental; la combinación de estas dimensiones da como resultado tres estilos parentales:

Autoritario- patrón restrictivo en el que los adultos imponen muchas reglas a sus hijos, esperan una obediencia estricta y se apoyan en la fuerza en vez de en la razón para obtener la conformidad de sus hijos.

Autoritativo- es flexible y democrático, en el los padres son cariñosos, tolerantes y ofrecen orientación y control a sus hijos al mismo tiempo que les permiten opinar a la hora de decir la mejor manera de enfrentar sus retos y obligaciones.

Permisivo- en este estilo los padres son tolerantes, plantean pocas exigencias a sus hijos y rara vez tratan de controlar su conducta.

Al relacionar estos tres estilos con el desarrollo social de los niños en edad escolar que se hallaban expuestos a ellos Baumrind (1971 en Andrade, 2009) encontró que los hijos de padres autoritativos se desarrollaban muy bien, eran alegres, socialmente responsables, independientes, orientados hacia el logro y con el tiempo un mejor desarrollo de habilidades sociales, lo que no ocurría con los hijos de padres autoritarios o permisivos, los primeros tendían a ser irritables, desorientados y eran poco amistosos, y los segundos carecían de autocontrol, tendían a ser mandones, egocéntricos mostraban poca independencia.

Existen varias razones para explicar la eficacia del estilo parental autoritativo, en primer lugar los padres son cariñosos tolerantes y transmiten un sentimiento de preocupación

afectuosa que motiva a los hijos a seguir las directrices que se les marca, en segundo lugar, el padre autoritativo ejerce el control de forma racional, explicando con detalle su punto de vista y tomando en cuenta el del hijo, provocando así la conformidad comprometida en vez de la queja o el desafío y por último, este tipo de padres tiene cuidado de ajustar sus exigencias a la capacidad del hijo para regular su conducta, es decir, establecen normas que los niños pueden cumplir de modo realista y permiten cierto grado de libertad o autonomía a la hora de decir la manera de cumplirlas (Shaffer 2003).

La familia es por tanto el agente primario de socialización, el contexto en el que los niños comienzan a adquirir las creencias, actitudes, valores y conductas que la sociedad considera adecuadas.

#### ➤ Escuela

De todas las instituciones formales que los niños se van encontrando a lo largo de sus vidas fuera de casa, pocas tienen tantas oportunidades de influir en su desarrollo como las escuelas a las que asisten.

Si bien la escuela es el lugar donde los niños adquieren el conocimiento básico y las competencias académicas, (lectura, escritura, aritmética, etc.) también exponen a los niños a un “currículum informal” que les enseña como encajar dentro de su cultura, fomentando así su desarrollo social.

Dentro de la escuela un factor importante en el desarrollo de los niños es el profesor, pues puede influir en su progreso de muchas maneras: creando expectativas, fomentando el trabajo en equipo y la competitividad y con las reacciones que pueda tener ante conductas apropiadas o inapropiadas así como con el estilo de enseñanza que maneje.

Las escuelas influyen en muchos aspectos del desarrollo; el plan escolar está diseñado para impartir conocimiento y la escolarización promueve el desarrollo cognitivo y metacognitivo por medio de la enseñanza de normas y estrategias para resolver problemas que pueden ser aplicados a diferentes áreas; así mismo persiguen que los

niños aprendan habilidades sociales valoradas culturalmente que puedan ayudarlos a que lleguen a ser buenos ciudadanos.

➤ Grupo de pares o iguales

A partir de los tres años los niños comienzan a hacer amigos, y es a través de estas interacciones que van aprendiendo a llevarse bien con los demás, conocen modelos de conducta, aprenden a resolver problemas en las relaciones así como las normas de los roles y valores morales (Papalia, 2010).

Es durante la niñez media cuando las relaciones entre compañeros cobran más importancia y ejercen mayor influencia en el desarrollo social y de la personalidad, en esta etapa los amigos o compañeros de juego asumen el papel de socializadores y comienzan un periodo signado por la iniciativa personal en el cual se logran cristalizar metas e intereses (Hoffman, 1995, en Vargas, 2008)

Los estudiosos del desarrollo consideran a los “iguales” como *“iguales sociales’ o individuos que al menos de momento, están operando en niveles similares de complejidad conductual”* (Lewis y Rosenblum, 1975, citado en Shaffer, 2003 p465); de acuerdo a esta definición se consideran como “iguales” a los niños cuando puedan ajustar su conducta para adaptarse a las capacidades del otro a la hora de perseguir intereses u objetivos comunes.

Un grupo de pares se crea de manera natural y está formado por “iguales”, niños similares en edad, sexo y posición socioeconómica, que viven cerca o van juntos a la escuela y que tienen objetivos o intereses en común; esta interacción ayuda a los niños a desarrollar habilidades sociales, les permite probar y adoptar valores independientes a los de los padres, les da un sentido de pertenencia y estimula el desarrollo del autoconcepto (Papalia, 2010).

Shaffer (2003) señala que de acuerdo a estudios como los de Harlow en 1965 y 1978, la interacción entre iguales puede ser una forma especial de conducta social que promueve el desarrollo de pautas adaptativas de conducta social, como desarrollar

rutinas de relación competentes, y manifestar pautas normales de conducta social y sexual.

A medida que los niños comienzan a alejarse de la influencia de los padres, el grupo de pares abre nuevas perspectivas y los libera para hacer juicios independientes, permitiéndoles poner a prueba los valores que previamente habían aceptado, ayuda a los niños a aprender como desenvolverse en la sociedad, a ajustar sus necesidades y deseos a los de los otros y a reconocer cuándo ceder y cuándo mantenerse firme.

Los iguales parecen ser agentes importantes de socialización, y la tarea de convertirse en apropiadamente sociable con lo iguales o dentro de un grupo de pares es una carga evolutiva importante.

En resumen, los principales agentes socializadores para los niños son la familia, la escuela y su grupo de pares, los cuáles se relacionan entre sí para brindar un amplio repertorio de conductas y habilidades en el proceso de socialización del niño.

## CAPÍTULO DOS

### HABILIDADES SOCIALES

#### 2.1 Definición, Adquisición y Desarrollo de Habilidades Sociales

El campo de las habilidades sociales (HHSS), conoció su época de mayor difusión a mediados de los años setenta y hasta hoy en día sigue siendo un área de continua investigación y aplicación.

Los orígenes del movimiento de las HHSS se atribuyen a Salter, uno de los llamados padres de la terapia de conducta, quien habla de seis técnicas para aumentar la expresividad de los individuos. Éstas son: la expresión verbal y facial de las emociones, el empleo deliberado de la primera persona al hablar, el estar de acuerdo cuando se reciben cumplidos o alabanzas, el expresar desacuerdo y la improvisación y actuación espontáneas (Caballo, 1991).

Posteriormente, Wolpe (1958 en Caballo, 1991), utilizó por primera vez el término de “conducta asertiva”, que luego llegaría a ser sinónimo de habilidad social. Este autor señalaba que el término asertivo se refería no sólo a la conducta más o menos agresiva, sino también a la expresión externa de sentimientos de amistad, cariño, y otros distintos de los de ansiedad.

Otro trabajo importante en el campo de las HHSS es el de Zigler y Philips (1960, 1961 en Caballo, 1991), quienes trabajaron con el concepto de “competencia social”. Sus estudios demostraron que mientras más elevada es la competencia social previa de los pacientes que son internados, menor es la duración de su estancia en él y más baja su tasa de recaída.

El término de competencia social, se refiere a un juicio evaluativo general referente a la calidad o adecuación del comportamiento social de un individuo en un contexto

determinado por un agente social de su entorno que está en posición para hacer un juicio informal. Implica juicios de valor y estos son distintos de unos contextos culturales a otros ya que cada contexto tiene unas normas y valores (McFall, 1982 en Monjas, 1997).

La competencia social es por tanto, el impacto de los comportamientos específicos, habilidades sociales, sobre los agentes sociales del entorno.

Como ocurre con todos aquellos conceptos que están formulados de manera amplia, el de habilidad social (HS) ha generado diversas definiciones en un intento por delimitarlo; a pesar de esto, todas concuerdan con cierta unidad conceptual.

Algunas definiciones de habilidad social o conducta socialmente habilidosa son:

- Libet y Lewinsohn (1973 en Gil, 1998), *“la capacidad compleja de emitir conductas que son reforzadas positiva o negativamente, y de no emitir conductas que son castigadas o extinguidas por los demás”* (p. 14).
- MacDonald, (1978 en Gil, 1998) *“la expresión manifiesta de las preferencias, por medio de palabras o acciones, de una manera tal que haga que los otros las tomen en cuenta”* (p. 14)
- Furnham (1992 en Gil, 1998), explica que el término de HS se refiere a las capacidades o aptitudes empleadas por un individuo cuando interactúa con otras personas en un nivel interpersonal.
- Caballo (1993) propone la siguiente definición:

La conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas (p. 6).

- Kelly (2000), define las HHSS como aquellas conductas aprendidas que ponen en juego las personas en situaciones interpersonales para obtener o mantener reforzamientos del ambiente; pueden considerarse como vías o rutas hacia los objetivos de un individuo.

Aunque no existe una definición generalmente aceptada, hay un acuerdo general sobre lo que conlleva el concepto de HS; el modelo conductual enfatiza que la capacidad de respuesta tiene que adquirirse y que consiste en un conjunto identificable de capacidades específicas. Una adecuada conceptualización de la conducta socialmente habilidosa implica la especificación de tres componentes de la HS, una dimensión conceptual (tipo de habilidad), una dimensión personal (las variables cognitivas) y una dimensión situacional (el contexto ambiental) (Caballo, 1991).

Alberti (1977 en Caballo, 1993) dice que la HS:

- Es una característica de la conducta, no de las personas
- Es una característica específica de la persona y la situación, no universal
- Debe complementarse con el contexto cultural del individuo, así como en términos de otras variables situacionales
- Está basada en la capacidad de un individuo de escoger libremente su acción
- Es una característica de la conducta socialmente afectiva, no dañina

Para Van Hasselt (1979 en Caballo, 1993), tres son los elementos básicos de las HS:

- Son específicas de las situaciones. El significado de una determinada conducta variará dependiendo de la situación en que tenga lugar.

- La efectividad interpersonal se juzga según las conductas verbales y no verbales mostradas por el individuo. Además, estas respuestas se aprenden.
- El papel de la otra persona es importante y la eficacia interpersonal debería suponer la capacidad de comportarse sin causar daño, verbal o físico, a los demás.

Por su parte, Caballo (1991) enlista los principales componentes de las HHSS:

❖ Componentes conductuales

No verbales – mirada, sonrisa, gestos, expresión facial, postura

Paralingüísticos – voz, volumen, timbre, tono, tiempo del habla, fluidez

Verbales – contenido general, iniciar la conversación y retroalimentación

Mixtos – afecto, momento, situación, saber escuchar, etc.

❖ Componentes cognitivos

Percepciones sobre ambientes de comunicación – tipo de ambiente, formalidad, familiaridad, restricción y distancia

Variables cognitivas del individuo – conocimiento de la conducta, costumbres y señales de respuesta, estrategias de codificación y constructos personales, expectativas, valores subjetivos de los estímulos y planes y sistemas de autorregulación.

❖ Componentes fisiológicos

Tasa cardiaca, presión arterial, flujo sanguíneo, respuestas electrodermales y respiración

Por otra parte, las clases de respuesta que se han propuesto como componentes del constructo de las HHSS han sido relativamente abundantes.

Lazarus (1973 en Caballo 1993) fue uno de los primeros en establecer, desde una posición de práctica clínica, las principales clases de respuesta o dimensiones conductuales que abarcan las HHSS.

1. La capacidad de decir no
2. La capacidad de pedir favores y hacer peticiones
3. La capacidad de expresar sentimientos positivos y negativos
4. La capacidad de iniciar, mantener y terminar conversaciones.

La importancia de las HHSS radica en el ajuste psicosocial que proporcionan al individuo, el cuál significa un prerrequisito para el ajuste psicológico (Kelly, 1987 en Gil, 1998).

No hay datos definitivos sobre cómo y cuando se aprenden las HHSS, pero la niñez es sin duda un periodo crítico. Se ha hablado de que los niños pueden nacer con un sesgo temperamental y que su manifestación conductual se relacionaría con un sesgo fisiológico heredado que podría mediar la forma de responder. De este modo, las primeras experiencias de aprendizaje podrían interaccionar con predisposiciones biológicas para determinar ciertos patrones relativamente consistentes de funcionamiento social (Caballo, 1993).

Por su parte, Buck (1991 en Caballo 1993), considera que el temperamento determina la naturaleza del ambiente socioemocional interpersonal en muchos aspectos y, así, determina también la facilidad para el aprendizaje; de esta manera, el individuo emocionalmente expresivo tiende a crear para él un ambiente social y emocionalmente más rico.

Sin embargo, aunque en algunos casos la influencia de las predisposiciones biológicas puede ser un determinante básico en la conducta, especialmente de las primeras experiencias sociales, en la mayoría de las personas, el desarrollo de las HHSS depende principalmente de la maduración y de las experiencias de aprendizaje (Argyle, 1969 en Caballo, 1993).

Para Monjas (1997), las HHSS se aprenden de la misma forma que otro tipo de conducta a través de los siguientes mecanismos:

- ✓ Aprendizaje por experiencia directa
- ✓ Aprendizaje por observación
- ✓ Aprendizaje por retroalimentación interpersonal

Bellack y Morrison (1982, en Caballo 1991), piensan que la explicación más aceptable para el temprano aprendizaje de la conducta social la ofrece la “teoría del aprendizaje social”, en dónde el factor más crítico parece ser el modelado.

Desde la teoría del aprendizaje social, las habilidades sociales se entienden como conductas aprendidas que se adquieren como consecuencia de varios mecanismos básicos de aprendizaje como (Kelly, 2000):

- Reforzamiento positivo directo de las habilidades

En la medida en que distintos tipos de situaciones sociales inducen consecuencias positivas para el niño y posteriormente el adulto, resultarán reforzadas o incluidas en el repertorio interpersonal del sujeto; sin embargo, si este reforzamiento no es consecuente y consistente, sobre todo en las primeras fases del aprendizaje, puede ser extinguida y dejar de emitirse.

➤ Experiencia de aprendizaje vicario u observacional

Se aprende a manejar situaciones interpersonales como resultado de la experiencia directa en estas situaciones y en la observación de cómo otra persona maneja la situación; es decir, las personas van adquiriendo competencias sociales no sólo por el aprendizaje personal y de su historia de reforzamiento, sino también observando la conducta de otros.

➤ Retroalimentación interpersonal

La retroalimentación o feedback en contextos sociales, es la información por medio de la cual la una persona le comunica a otra, su reacción ante su conducta; el feedback puede ser de naturaleza positiva o negativa; en el primer caso fortalecerá ciertos aspectos de conducta social y el segundo actúa debilitando aspectos particulares de la conducta. (Madsen, 1968 en Kelly, 2000)

➤ Desarrollo de expectativas cognitivas respecto a las situaciones interpersonales

Rotter (1954 en Kelly, 2000), introdujo como predictor de la conducta social, la expectativa cognitiva que el sujeto tenga de desenvolverse con éxito en una situación dada. Las expectativas cognitivas son creencias o predicciones sobre la probabilidad percibida de afrontar con éxito una determinada situación; de acuerdo con Rotter, las expectativas se desarrollan como resultado de las experiencias en esa situación o en otras similares; si la interacción es agradable o especialmente significativa para el sujeto, es probable que la repita cuando sea posible. Los individuos entrarán en situaciones que requieran habilidades sociales si la consecuencia potencial de la respuesta en práctica de estas habilidades es suficientemente reforzante y si el individuo ha desarrollado por experiencia la expectativa cognitiva de que será capaz de desempeñar las habilidades necesarias para afrontar esa situación de forma efectiva.

Todos estos principios, permiten estructurar el entrenamiento en HHSS de tal modo que se cumplan las siguientes condiciones; en primer lugar, que se sepa qué

conductas demanda determinada situación; en segundo lugar, tener la oportunidad de observarlas y ejecutarlas; la tercera condición es que se tenga referencia acerca de lo efectivo o no de la ejecución; la cuarta, que se mantengan los logros alcanzados y, por último, que las respuestas aprendidas se hagan habituales en el repertorio de conducta (Gil, 1998).

Según esta estructura de análisis, una respuesta competente es aquella sobre la que la gente está de acuerdo que es apropiada para un individuo en una situación en particular (Caballo, 1991).

Cuando las consecuencias de las conductas sociales que muestra una persona son positivas, es decir, resultan deseables, agradables y satisfactorias para esa persona, entonces se puede decir que esas conductas son adecuadas o que la respuesta fue competente. Por el contrario, cuando los comportamientos de una persona traen consigo consecuencias desagradables o poco deseables para ella o para los demás, es posible que sus conductas sociales sean inadecuadas (Gil, 1998).

El fracaso de un individuo al mostrar conductas socialmente competentes en una determinada situación puede explicarse de tres distintas maneras (Kelly, 2000):

1. Falta de adquisición o aprendizaje de la habilidad

Es posible que un determinado tipo de habilidad social, nunca se adquiriera o haya sido aprendido inadecuadamente, no apareciendo en ninguna situación.

2. Falta de utilización de la habilidad en ciertas situaciones

Una cierta habilidad está aprendida y se manifiesta en ciertas situaciones, pero no en otras

3. Las variables situacionales pueden influir en el reforzamiento

Un determinado tipo de habilidad social puede dar lugar a consecuencias distintas; si una habilidad es reforzada consistentemente en ciertas situaciones, pero en otras no, el

individuo aprenderá a identificar o discriminar aquellas en las que una determinada estrategia interpersonal sea más funcional o eficaz para producir reforzamientos.

La efectividad de una conducta está evaluada por sus consecuencias que de acuerdo a Linehan (1984, en Caballo, 1991), pueden ser tres:

1. La efectividad para alcanzar los objetivos de la respuesta.
2. La efectividad para mantener o mejorar la relación con la otra persona en la interacción.
3. La efectividad para mantener la autoestima de la persona socialmente habilidosa.

Las HHSS son comportamientos aprendidos que pueden mejorarse a través de experiencias de aprendizaje adecuadas. Estas experiencias para mejorar determinadas HHSS, que son la base de los entrenamientos en habilidades sociales, consisten fundamentalmente en observar a quienes ejecutan adecuadamente las conductas, corregirlas, ir perfeccionando las propias ejecuciones, recibir reforzamientos por las ejecuciones adecuadas y practicar lo más posible en situaciones variadas y reales. Este proceso de aprendizaje se desarrolla a veces, aunque no de forma sistemática, en la vida cotidiana, aunque habitualmente tales aprendizajes suelen ser azarosos y en muchas ocasiones, no consiguen que el individuo adquiera las habilidades necesarias para su adecuada adaptación social.

La conceptualización de HHSS así como la capacidad de ejecutar aquellas conductas aprendidas que cubren nuestras necesidades de comunicación interpersonal, y/o responden a las exigencias y demandas de las situaciones sociales de forma efectiva, se encuentran influidas por el medio y son específicas a la situación que se presente, siendo la niñez una época crítica para desarrollarlas, por lo cuál es importante trabajar para favorecer este desarrollo.

## 2.2 Habilidades sociales en la infancia

El comportamiento interpersonal de un niño, juega un papel importante en la adquisición de reforzamientos sociales, culturales y económicos. Los niños que carecen de los apropiados comportamientos sociales experimentan aislamiento social, rechazo y, en conjunto, menos felicidad. Además, las investigaciones retrospectivas han encontrado constantemente relaciones sólidas entre la competencia social en la infancia y posterior funcionamiento social, académico y psicológico (Michelson, 1987).

A pesar de que existe poco consenso sobre qué es realmente la habilidad social o la competencia social, todos los estudios de las HHSS infantiles ponen énfasis en las relaciones entre iguales como un criterio para la competencia (Gil, 1998).

En la familia comienza la socialización y el niño encuentra sus primeros y más importantes objetos de relación y apego. Durante los dos primeros años, la familia tiene una importante influencia para la conducta de relación interpersonal por varios motivos; la familia es el contexto único, o principal, donde crece el niño y controla el ambiente social en el que vive y, por tanto le proporciona las oportunidades sociales ya que actúa como filtro y como llave para otros contextos (Monjas 1997).

Son varias las conductas verbales y motoras que se han identificado como componentes necesarios para iniciar y mantener relaciones sociales cooperativas en la infancia, Kelly (2000) enumera los componentes específicos que se han relacionado con la competencia social en la infancia:

- ✓ Saludos
- ✓ Iniciaciones sociales
- ✓ Preguntar y responder
- ✓ El elogio
- ✓ La proximidad y la orientación con otros con los que podría interactuar

- ✓ La participación en una tarea o juego
- ✓ La conducta cooperativa o de compartir
- ✓ La responsividad afectiva que es el talente emocional del niño durante su interacción con otros

La aceptación social o el grado en que un niño es querido por sus iguales, es un índice del ajuste y la adaptación actual de ese sujeto, y es un buen predictor de la adaptación futura. Los niños que son ignorados por sus compañeros y sobre todo los niños que son rechazados por ellos, constituyen grupos de riesgo de distintos problemas en la infancia y adolescencia (Monjas, 1997).

Hoy en día disponemos de gran cantidad de datos que nos permiten afirmar que el repertorio de habilidades sociales, es el mayor determinante de la aceptación social en la infancia; los niños socialmente habilidosos son los más aceptados y queridos, mientras que los niños menos hábiles son meramente ignorados o activamente rechazados por sus iguales. El niño que no posee conductas interpersonales valoradas por los pares, resulta tan poco reforzante que los otros niños tratan de minimizar el contacto con él (Monjas, 1997).

La clasificación más conocida sobre los problemas de habilidad social en la infancia y adolescencia es la de los déficits y los excesos sociales.

- a) Los déficits sociales son patrones de conducta inhibida y silenciosa generalmente acompañados de patrones de evitación social. Los sujetos que generalmente exhiben déficits sociales, son niños y niñas a los que se les concede el estatus sociométrico de ignorados, esto es, reciben pocas o ninguna elección y pocos o ningún rechazo de sus compañeros.

El niño socialmente ignorado, retraído o no asertivo, es descrito como un niño aislado, tímido, pasivo y letárgico. El comportamiento pasivo quebranta los propios derechos del sujeto al fracasar en la expresión de sus propios

sentimientos, necesidades y opiniones. Las respuestas pasivas pueden evocar sentimientos de insuficiencia, depresión e incompetencia (Michelson, 1987).

- b) Los excesos sociales son patrones de conducta activa y de distribución explosiva que aparecen con mayor frecuencia, intensidad o duración que lo esperado. Los sujetos que generalmente exhiben excesos sociales son niños y niñas a los que se les concede el estatus sociométrico de rechazados, es decir son sujetos con pocas o ninguna elección y muchos rechazos por parte de sus compañeros.

Los niños con excesos sociales son típicamente agresivos, no cooperativos y manifiestan un comportamiento dirigido al exterior. Estos niños también fracasan al intentar demostrar las HS necesarias para llevar a cabo interacciones sociales efectivas y apropiadas (Michelson, 1987).

Los déficits en HS se han relacionado con una baja autoestima, con un locus de control externo y con la depresión. Si el repertorio social de un niño es reforzado pocas veces, muchos comportamientos importantes pueden resultar suprimidos o extinguidos (Michelson, 1987).

La mala adaptación infantil se ha relacionado con una variedad de futuros problemas, que incluyen la mala adaptación escolar, el abandono de la escuela, la delincuencia y problemas de salud mental en la vida adulta (Cowen, 1973; Roff, 1961; Ullman, 1957 en Michelson, 1987). Y a la inversa, la competencia social en la infancia está relacionada con unos logros escolares superiores y con una adecuada adaptación interpersonal posterior en la vida (Barclay, 1966; Brown, 1954; Guinourd, 1962 en Michelson, 1987).

Por otro lado, la aceptación de los compañeros y la popularidad parecen jugar un papel importante en la socialización infantil. Las HHSS proporcionan a los niños un medio a través del cual pueden dar y recibir recompensas sociales positivas, las cuales, a su

vez, conducen a un incremento de la implicación social, generando más interacciones positivas (Monjas, 1997).

Las HHSS juegan un papel esencial en la compleja estructura de la interacción interpersonal y puesto a que están relacionadas con muchos aspectos del funcionamiento, no es sorprendente que investigadores como Kim, Anderson y Bashaw (1968 en Michelson, 1987), hayan encontrado relaciones significativas entre competencia social, creatividad, rendimiento escolar y desarrollo cognitivo.

Finalmente podemos decir que las HHSS para los niños, no sólo son importantes por lo que se refiere a las relaciones con los compañeros o les permiten asimilar los papeles y normas sociales, sino que tienen muchas implicaciones en su desarrollo psicológico y cognitivo.

## 2.3 Entrenamiento en Habilidades Sociales

Entrenar las HHSS resulta importante ya que las conductas que manifiesta una persona en situaciones de interacción social están orientadas a conseguir determinados objetivos, es decir que en caso de ser adecuadas, le permitirán obtener las consecuencias deseadas pero, en caso de no serlo, la persona habrá de soportar tanto las consecuencias negativas de la no consecución de sus objetivos, como aquellas derivadas del malestar que suelen provocar en los demás las conductas socialmente poco hábiles (Gil, 1998). Todo esto justifica la necesidad de su entrenamiento.

El entrenamiento en habilidades sociales (EHS), se puede definir como un enfoque general de la terapia dirigido a incrementar la competencia de la actuación en situaciones críticas de la vida (Goldsmith y McFall, 1975 en Caballo, 1991), o como un intento de directo y sistemático de enseñar estrategias y habilidades interpersonales a los individuos, con la intención de mejorar su competencia interpersonal individual en clases específicas de situaciones sociales (Curran, 1985 en Caballo, 1991). El EHS normalmente se concentra en el aprendizaje de un nuevo repertorio de respuesta.

Gil (1998), define al EHS como:

Es un procedimiento de intervención que integra un conjunto de técnicas derivadas de las teorías del aprendizaje social, de la psicología social, de la terapia de conducta y de la modificación de conducta, y que se aplica para que las personas adquieran habilidades que les permitan mantener interacciones más satisfactorias en las diferentes áreas sociales de su vida (p. 70).

Los comportamientos sociales, como todos los comportamientos en general, constan de distintos componentes motores, cognitivos y psicofisiológicos y en los entrenamientos se debe trabajar todos (Gil, 1998).

El EHS se compone de una combinación de procedimientos conductuales o de cualquier procedimiento dirigido a incrementar la capacidad del individuo para implicarse en las relaciones interpersonales de una manera socialmente apropiada (Caballo, 1993).

De acuerdo con Caballo (1991), el proceso de EHS implica cuatro elementos de forma estructurada, los cuales son:

1. Entrenamiento en habilidades

Aquí se enseñan conductas específicas, se practican y se integran en el repertorio conductual del sujeto. Se emplean procedimientos tales como las instrucciones, el modelado, el ensayo de conducta, la retroalimentación y el reforzamiento.

2. Reducción de la ansiedad (en situaciones sociales problemáticas)

Normalmente esta disminución de la ansiedad se consigue de forma indirecta, es decir, llevando a cabo la nueva conducta más adaptativa que, supuestamente, es incompatible con la respuesta de ansiedad (Wolpe, 1958 en Caballo 1991). Si el nivel de ansiedad es muy elevado, se puede emplear directamente una técnica de relajación o la sensibilización sistemática.

3. Reestructuración cognitiva

En donde se intentan modificar valores, creencias, cogniciones y /o actitudes del sujeto. Generalmente tiene lugar de forma indirecta, es decir, la adquisición de nuevas conductas modifica, a largo plazo, las cogniciones del sujeto. Sin embargo, la incorporación de procedimientos cognitivos al EHS es algo habitual en la aplicación de esta técnica, especialmente aspectos de la terapia racional emotiva, autoinstrucciones, etc.

4. Entrenamiento en solución de problemas

Se enseña al sujeto a percibir correctamente los “valores”, de todos los parámetros situacionales relevantes, a procesar los “valores” de estos parámetros para generar

respuestas potenciales, seleccionar una de esas respuestas y enviarla de manera que maximice la probabilidad de alcanzar el objetivo que impulsó la comunicación interpersonal.

Gran parte de los fundamentos conceptuales del EHS los ofrece el aprendizaje social; siendo el factor más importante el modelado. Tanto las conductas verbales como la conducta no verbal pueden aprenderse de esta manera. La enseñanza directa, es decir la instrucción, es otro vehículo importante para el aprendizaje. También las respuestas sociales pueden ser reforzadas o castigadas, lo que hace que aumenten y se refinen ciertas conductas, y disminuyan o desaparezcan otras. Además, la oportunidad de practicar la conducta en una serie de situaciones y el desarrollo de capacidades cognitivas son otros de los procedimientos que parecen estar implicados en el desarrollo de HHSS (Caballo, 1991).

Las premisas que subyacen al EHS según Curran (1958 en Caballo, 1993) son:

1. Las relaciones interpersonales son importantes para el desarrollo y el funcionamiento psicológico.
2. La falta de armonía interpersonal puede contribuir o conducir a disfunciones y perturbaciones psicológicas.
3. Ciertos estilos y estrategias interpersonales son más adaptativos que otros estilos y estrategias para clases específicas de encuentros sociales.
4. Esos estilos y estrategias interpersonales pueden especificarse y enseñarse.
5. Una vez aprendidos esos estilos y estrategias mejorarán la competencia en situaciones específicas.
6. La mejora en la competencia interpersonal puede contribuir o conducir a la mejoría en el funcionamiento psicológico.

Los principios básicos que componen el EHS (modelado, ensayo de conducta, reforzamiento, etc.) se ajustan relativamente bien a los factores que parecen intervenir en la adquisición natural de las HHSS. La eficacia del EHS para mejorar esas habilidades esta bien establecida, tanto sus componentes por separado, como el paquete completo (Caballo, 1991).

Antes de empezar con el entrenamiento es importante informar al paciente sobre la naturaleza del EHS, los objetivos a alcanzar en la terapia y sobre lo que se espera que haga dicho paciente. Además, también es importante fomentar la motivación del mismo hacia el entrenamiento que va a tener lugar.

Caballo (1993) describe el procedimiento básico del EHS, el cual consiste en identificar primero, con la ayuda del paciente, las áreas específicas en las que éste tiene dificultades., la naturaleza del problema y la clase de conducta problema. Una vez identificado esto, el paso siguiente consiste en analizar por qué el individuo no se comporta de forma socialmente adecuada. A veces puede ser necesario enseñar al individuo a relajarse, antes de que aborde determinadas situaciones problemáticas.

Posteriormente se sigue el esquema de Langué (1981 en Caballo, 1993):

- Primera fase: Construcción de un sistema de creencias que mantenga el respeto por los propios derechos personales y por los derechos de los demás. Un derecho humano básico, en el contexto de las HHSS, es algo que se considera que toda la gente tiene en virtud de su existencia como seres humanos.
- Segunda fase: consiste en que el paciente entienda y distinga entre respuestas asertivas, no asertivas y agresivas. Los sujetos deben tener en claro que el comportamiento asertivo es, generalmente, más adecuado y reforzante que los otros estilos de comportamiento, ya que ayuda al individuo a expresarse libremente y a conseguir, frecuentemente, los objetivos que se ha propuesto.

La asertividad es una conducta interpersonal que implica la expresión directa de los propios sentimientos y de la defensa de los propios derechos personales, sin negar los derechos de los otros (Monjas, 1997).

- Tercera fase: esta etapa aborda la reestructuración cognitiva de los modos de pensar incorrectos del sujeto socialmente inadecuado. El objetivo de las técnicas cognitivas empleadas consiste en ayudar a los pacientes a reconocer que lo que se dicen a sí mismos puede influir en sus sentimientos y en su conducta.
- Cuarta fase: esta es la etapa más importante y específica del EHS y la constituye el ensayo conductual de las respuestas socialmente adecuadas en situaciones determinadas. Los procedimientos empleados son; el ensayo de conducta, el modelado, las instrucciones, la retroalimentación o reforzamiento y las tareas para casa.

Para que el proceso de aplicación resulte eficaz es imprescindible que se aplique de manera estructurada y sistemática sin olvidar ninguno de los pasos.

El EHS incluye técnicas de diversos abordajes cognitivos, algunas de ellas son:

- Instrucciones / aleccionamiento

Son explicaciones claras y precisas que funcionan como instigadores de las conductas que deben ejecutar (Gil, 1998).

El término aleccionamiento, denominado también, a veces, retroalimentación correctiva, intenta proporcionar al sujeto información explícita sobre la naturaleza y el grado de discrepancia entre su ejecución y el criterio. También suele incluir información específica sobre lo que constituye una respuesta apropiada. El término instrucciones es más amplio, abarcando, además de todo lo anterior, información específica y general sobre el programa de EHS o aspectos de él (Caballo, 1991).

- Modelado

Persigue favorecer la emisión de las conductas adecuadas a través de la observación de modelos que las realizan y que reciben reforzamiento por ello. El sujeto puede aprender por observación a realizar tanto una conducta nueva como mejorar otra que ya existía en su repertorio (Gil, 1998).

- Ensayo de conducta

Consiste en practicar masivamente las conductas que son objeto de intervención para valorarlas y en consecuencia reforzarlas o no inmediatamente. En el ensayo conductual los participantes ponen en práctica las conductas observadas en los modelos (Gil, 1998).

Por medio de esta técnica, se representan maneras apropiadas y efectivas de afrontar las situaciones de la vida real que son problemáticas para el paciente. Los objetivos del ensayo conductual consisten en aprender a modificar modos de respuesta no adaptativos, remplazándolos por nuevas respuestas (Caballo, 1993).

- Retroalimentación y reforzamiento

Son dos elementos fundamentales del EHS y muchas veces, se funden en uno, cuando la retroalimentación que se da al paciente es reforzante para él. El reforzamiento tiene lugar a todo lo largo de las sesiones, y sirve tanto para adquirir nuevas conductas, recompensando aproximaciones sucesivas, como para aumentar determinadas conductas adaptativas. Las recompensas sociales son refuerzos efectivos para la mayoría de la gente y en EHS se hace por medio de la alabanza y el dar ánimo (Caballo, 1991).

La retroalimentación proporciona información específica al sujeto, esencial para el desarrollo y mejora de una habilidad, es parte fundamental del ensayo y suele realizarse inmediatamente después, o incluso de forma simultánea (Gil, 1998).

- Tareas para casa

Constituyen el vehículo por medio del cual las habilidades aprendidas en la sesión de entrenamiento se practican en el ambiente real, es decir se generalizan a la vida diaria del paciente. Entre las tareas que se mandan a los pacientes se encuentran el registro de su nivel de ansiedad en situaciones determinadas, el registro de situaciones en las que han actuado habilidosamente, de situaciones en las que les gustaría haber actuado así, etc (Caballo, 1993).

- Procedimientos cognitivos

Se encuentran dispersos a lo largo del EHS. Desde la integración de los derechos humanos básicos en el sistema de creencias del paciente hasta la modificación directa de cogniciones desadaptativas que inhiben o desbaratan la conducta social del mismo. El entrenamiento en solución de problemas o en percepción social son procedimientos explícitos que se utilizan a veces dentro de los programas; mientras que la reducción de las autoverbalizaciones negativas y el aumento de las positivas suelen estar incluidos en todo EHS (Caballo, 1991).

Uno de los fines del EHS es que el paciente logre la generalización, la cual se refiere a la aparición de una respuesta o habilidad recién aprendida bajo condiciones distintas a las del aprendizaje inicial (Kelly, 2000) y puede ser de tres tipos.

1. Generalización en el tiempo- mantenimiento de una habilidad en el repertorio del individuo durante un período de tiempo más allá del momento del aprendizaje original.
2. Generalización a ambientes distintos- presencia de la habilidad en contextos distintos de la situación de entrenamiento.
3. Generalización a situaciones interpersonales distintas- emplear las nuevas habilidades en situaciones diferentes de las que se presentaron durante el entrenamiento.

Aunque los procedimientos de EHS se llevaron a cabo inicialmente siguiendo un formato individual, se ha ido prestando más al formato grupal.

Es un hecho demostrado que en la mayoría de los casos, la aplicación de las técnicas utilizadas en el EHS conlleva una serie de ventajas frente a su aplicación individual (Harris, 1977; Leberman, 1989 en Gil, 1998). Una primera ventaja reside en el hecho de que son más rentables al aprovechar mejor los recursos; una segunda ventaja estriba en que, con frecuencia, son más eficaces, debido a efectos como:

- El grupo es un escenario natural donde aprender, practicar, perfeccionar y generalizar las habilidades.
- Sirve de contexto de comparación social y validación consensual.
- Proporciona un contexto de ayuda y apoyo mutuo.
- Suministra una serie de modelos.

Entrenamiento en habilidades sociales con niños:

El tratamiento de la falta de habilidades sociales en niños, es un tema que ha recibido atención hasta hace muy pocos años; una posible explicación es que los niños retraídos y con falta de habilidades pasan inadvertidos en las aulas, en los lugares de recreo y en programas de atención primaria (Michelson y Wood, 1980 en Kelly, 2000).

Desde una perspectiva clínica, el EHS está indicado en aquellos casos en que un niño carece de las habilidades necesarias para iniciar y mantener interacciones positivas con los demás; tal carencia puede manifestarse de varias formas (Kelly, 2000):

- ✓ Apartamiento de los pares, falta de aparición en las actividades de otros niños y falta de amigos
- ✓ Rechazo por parte de los demás cuando se intenta establecer contactos sociales

- ✓ Estilo de integración agresivo y beligerante, siempre que éste se deba a una inadecuación del repertorio de habilidades prosociales del niño.

Los principios del entrenamiento de las habilidades sociales con niños son prácticamente idénticos a los que se utilizan con adultos. Es conveniente aplicar a lo largo de las sesiones varios de los procedimientos derivados de la teoría del aprendizaje social, llevar a cabo múltiples sesiones de tratamiento y centrarse en los componentes deficientes de forma secuencial y acumulativa en el transcurso de la intervención (Kelly, 2000).

En concreto, el modelado, el adiestramiento / instrucciones, la práctica conductual y la retroalimentación más el reforzamiento después de la práctica son elementos que forman parte del tratamiento dirigido a mejorar las habilidades sociales de los niños (Monjas, 1997).

Al igual que con los adultos, el tratamiento inicia con una evaluación. De acuerdo con Kelly (2000) existen tres métodos para observar directamente las habilidades sociales de un niño:

1. Role-playing

Se analizan datos recogidos en las entrevistas con los padres, maestros u otros y a partir de ello se construyen aproximaciones a las situaciones problemáticas para que puedan representarse en el ámbito clínico.

2. Interacciones artificiales con otros niños

Se diseñan tareas que den al niño la oportunidad de interactuar con los pares durante el juego cooperativo; la tarea debe ser similar a una interacción en la que el niño manifieste una carencia de habilidades sociales apropiadas y además debe constituir una ocasión para que aparezcan todos los componentes conductuales previamente identificados.

### 3. Observaciones de evaluación en el ambiente natural

Cuando se lleva a cabo una observación en vivo, puede observarse al niño mientras interactúa con los demás durante sus actividades normales en su ambiente natural, por lo que el niño actúa más libremente.

Las sesiones de tratamiento pueden comenzar dedicando un breve período a informar y discutir sobre los componentes conductuales que van a recibir atención durante esa sesión. El objetivo es presentar el propósito de la sesión y enfocar la atención del niño hacia un determinado aspecto de la competencia social (Michelson, 1987). La exposición a un modelo que manifieste la conducta competente es un segundo aspecto importante de la sesión de entrenamiento; es la exposición puede ser en vivo o filmada en vídeo.

Cuando se trabaja con niños, a veces suele ser más fácil llevar a cabo el EHS en pequeños grupos que individualmente. Una de las ventajas principales es que los niños pueden practicar las interacciones unos con otros durante las sesiones, lo cual elimina la necesidad de que un adulto interprete de un niño o de buscar niños que actúen como interlocutores. En términos generales, el formato de las sesiones de grupo es muy parecido al del tratamiento individual, en el sentido de que también se incorporan reforzamientos para enseñar los componentes de la habilidad (Kelly, 2000).

En el EHS con adultos, los procedimientos para promover la generalización de las nuevas habilidades conductuales al ambiente natural son la modificación cognitiva, el autorregistro de situaciones concretas en las que podrían utilizarse las nuevas competencias, etc. Algunas de estas técnicas son también adecuadas para niños, sin embargo, es importante disponer contingencias positivas más específicas y directas para la conducta socialmente competente en el caso de los niños (Kelly, 2000).

Algunas vías para promover la generalización son:

- ✓ Establecimiento de situaciones en vivo que permitan utilizar las habilidades

- ✓ Reforzamiento programado de la conducta competente del niño en el ambiente natural
- ✓ Tareas para casa

El EHS se encuentra entre las técnicas más potentes y más frecuentemente utilizadas para el tratamiento de los problemas psicológicos para la mejora de la efectividad interpersonal y para la mejora general de la calidad de vida y es efectivo para todo tipo de poblaciones. A pesar de esto es importante aplicarlo durante la infancia, si es necesario, pues es un periodo en el que la eficacia del tratamiento es claramente acumulativa, al igual que las dificultades derivadas de la posesión de unas HS inadecuadas.

## CAPÍTULO TRES

### TERAPIA ASISTIDA POR ANIMALES

#### 3.1 Relación humano-animal

El ser humano ha disfrutado de la compañía de los animales desde tiempos prehistóricos. A lo largo de muchos siglos, poetas, escritores y novelistas han escrito sobre las relaciones entre las personas y sus amigos animales.

Las relaciones entre hombres y animales han sido variadas y crecientes. A lo largo de la historia los animales han sido utilizados como medio de trabajo, fuente de alimento, entretenimiento, protección para el hogar o territorio, símbolo o instrumento sagrado, objeto de culto, modelo de investigación biomédica y conductual, guía para personas discapacitadas, terapeutas y como fuente de afecto para sus dueños (Serpell, 2000 en Granados, Gutiérrez & Piar, 2007)

Gunter (2002), explica que:

Nuestra manera de vernos a nosotros mismos y el lugar que creemos ocupar en el universo reflejan la forma en la que tratamos a nuestros animales, y la conducta que tenemos hacia ellos corresponde con la forma de comportarnos unos con otros. En este contexto, la importancia que hoy adquieren podría estar relacionada con el hecho de que nos recuerdan a nuestros propios orígenes animales, volviéndonos a poner en contacto con la naturaleza en unas sociedades modernas industrializadas en las que tan a menudo olvidamos nuestras raíces biológicas (p. 9).

No todas las interacciones humano-animal pueden ser tomadas como si existiera un vínculo, algunas de ellas son puramente utilitarias; sin embargo, hay un número creciente de personas que tiene animales en su casa, lo cual implica una alta inversión

de recursos, atención y tiempo. El hecho de que el ser humano establezca un vínculo con los animales, sugiere que tiene beneficios y sirve a importantes necesidades humanas (Granados, 2007).

Un vínculo se caracteriza por una interacción afectiva especial y duradera con un individuo único, no intercambiable con otro (Ainsworth, 1991 en Granados, 2007). De acuerdo a Bowlby (1969, en Granados, 2007), esta interacción muestra dos características: en primer lugar, mantener la proximidad con otro animal y restaurarla cuando ha sido interrumpida y en segundo, la especificidad del otro individuo, que supone su reconocimiento.

Aunque la mayor parte de los vínculos afectivos se desarrollan entre miembros de la misma especie, es posible el desarrollo de vínculos entre especies (Granados, 2007).

Para Katcher (1993 en Granados, 2007), son cuatro los principios básicos de la interacción hombre-animal que permiten el establecimiento de un vínculo:

### 1. Seguridad

La seguridad se refiere a la salvaguarda y protección de los humanos mediante acciones de los humanos. A parte de ofrecer seguridad, la presencia de la mascota tranquiliza a su dueño y mejora la percepción de las relaciones sociales.

### 2. Intimidad

El efecto de intimidad entre dueño y mascota ocurre de manera espontánea y se ve fuertemente soportado en la capacidad de comunicación entre humanos y animales.

### 3. Afinidad

Los dueños establecen fácilmente una relación de parentesco con sus mascotas; las consideran parte de su familia y frecuentemente ocupan un lugar muy importante en la vida y actividades de sus dueños.

#### 4. Constancia

Los animales tienden a mostrar comportamientos poco variables, cuando se les compara con el comportamiento de los humanos; aunque existen diferencias particulares, una nueva mascota puede cumplir con el papel que desempeñaba la anterior. Adicionalmente, los beneficios que proveen las mascotas son perdurables en el tiempo.

Por otra parte, según Granados (2007), el significado de una mascota para su dueño, se ve influenciado por aspectos como la edad y sexo del dueño, su historia de interacción con otros animales y sus expectativas.

El tener un animal doméstico proporciona algo más que simple placer porque satisface algunas de las necesidades psicológicas básicas del dueño. Para muchos, vivir con una mascota tiene un valor terapéutico y puede incluso contribuir a que nos entendamos mejor a nosotros mismos (Levinson, 1972 en Gunter, 2002).

A través del tiempo, desde los egipcios, griegos y romanos y en la era cristiana, ha habido muchos casos de curaciones inducidas por animales, algunas atribuidas a dioses con figura de algún animal y otras por el simple hecho de la interacción con ellos (Schoen, 1996 en López, 2009).

En la historia de los orígenes y tratamiento de las enfermedades, los animales no humanos juegan una gran variedad de importantes papeles, los cuáles dependen en gran medida de los sistemas de creencias particulares sobrenaturales o “científicas” en los que están encajadas (Serpell, 2000 en Fine, 2003).

Según Schoen (2002, en López, 2009), durante el siglo XIX el aumento en la popularidad de los animales domésticos fue el motivo para que comenzaran a realizarse estudios científicos sobre el vínculo humano-animal; sin embargo es hasta los años sesenta del siglo XX, cuando los psicólogos observaron cambios en el comportamiento debido a compañeros animales.

Posteriormente, se han venido realizando estudios en los que se han explorado los efectos de la interacción con animales en la salud de los humanos; se han descrito múltiples condiciones médicas en las que se ha observado que la compañía de una mascota favorece a los procesos de recuperación de la salud física (Friedman, 1980 en Granados et al., 2007). También se ha estudiado la influencia de las mascotas en la calidad de vida de personas saludables y en personas con enfermedades agudas y crónicas.

Según Cooper (1994, en Martínez, 2008), muchos niños que se encuentran bajo los efectos de la hospitalización, a través del cuidado y protección de un animal de compañía se les ofrece la oportunidad de tener un interés ocupacional y un pasatiempo, de tener un objeto de amor, un protector que ofrece cierta seguridad o un confidente al cual el niño le cuenta sus preocupaciones, su estado de salud o de ánimo; la posesión (aunque sea temporal) de un animal de compañía puede ayudar a desarrollar características de la personalidad, como el sentimiento maternal y el compañerismo, que realizan la capacidad de ser amado y de dar amor.

De acuerdo a Fundación Purina (1997, en Granados et al., 2007), un creciente cuerpo de literatura muestra que la calidad de vida de múltiples poblaciones puede verse afectada positivamente por la interacción con diversos tipos de animales.

Hasta el momento los estudios que demuestran como las mascotas influyen de manera positiva en la salud y el bienestar humano han clasificado estos efectos en cuatro áreas específicas: terapéuticos, fisiológicos, psicológicos y psicosociales. (Atehortua, Gómez & Orozco, 2007).

#### ➤ Efectos terapéuticos

Los animales como recurso terapéutico pueden ser incluidos en los tratamientos como terapia asistida motivacional o como terapia física; a éste uso de los animales con fines terapéuticos se le conoce como Terapia Facilitada por Animales (TFA) (Fine, 2003).

La TFA con fines motivacionales tiene como objetivo establecer una unión afectiva por medio de la introducción de un animal de forma permanente o con una regularidad específica en el entorno de una persona (Wood, 2005 en Atehortua et al., 2007).

La terapia física es otra forma de obtener efectos terapéuticos a través de los animales, siendo las más comunes la equinoterapia, perroterapia y la delfinoterapia. Esta terapia se ha convertido en una herramienta para incrementar las habilidades físicas basándose en el movimiento multidimensional y contacto sensorial con los animales. Permite mejorar la función motora, el tono muscular, la postura, el equilibrio, la coordinación y la ubicación sensomotora (Milhouse, 2004 en Atehortua et al., 2007).

➤ Efectos fisiológicos

Tener mascotas es un factor protector para las enfermedades cardiovasculares, pueden modificar varios factores de riesgo: se disminuye la presión arterial, se reduce la frecuencia cardíaca, la ansiedad y el estrés por soledad y se liberan endorfinas al acariciar a las mascotas (Gunter, 2002).

Una de las explicaciones a estos beneficios es que los dueños de perros tienen una mayor actividad física en comparación con aquellos que no los poseen, y como consecuencia los primeros tienen en general una mejor salud, reflejándose en un menor número de consultas médicas (Lynch, 2006 en Atehortua et al., 2007).

➤ Efectos psicológicos

Numerosos estudios de la Fundación Purina (1992, en Gunter, 2002), han demostrado que los dueños consideran a sus mascotas como un miembro más de su familia, *“...hablaban con ellos de forma regular, les trataban como si fueran personas y pensaban que percibían sus estados de ánimo...”* (p. 140). Gracias a la compañía de los animales los humanos tienen el consuelo de una relación necesaria de cercanía con alguien, desarrollan un respeto hacia sí mismos, un sentido de independencia y responsabilidad, se mantienen en contacto con la realidad y disfrutan de una mayor autoestima.

Las mascotas ayudan a disminuir las alteraciones psicológicas, reducen la sensación de soledad e incrementan el sentimiento de intimidad, conduciendo a la búsqueda de la conservación de la vida en personas enfermas; también debido al fuerte apego que se tiene con ellas, se crean lazos emocionales que en sí mismos pueden ser una fuente de consuelo emocional, ayudando a disminuir el estrés y la angustia (Gunter, 2002).

➤ Efectos psicosociales

Las teorías sobre la influencia socializadora de la compañía animal comenzaron con la idea de fomentar las relaciones por medio de los animales, Myers (1998, en Fine, 2003), explica que esta idea se debía a que se creía que los niños podían aprender a reflexionar y a controlar sus propias características primitivas innatas cuidando y controlando animales reales.

En la actualidad es tanta la influencia que tienen las mascotas en la vida comunitaria, que autores como Wood (2005, en Atehortua et al., 2007), la han descrito como antídoto para el anonimato humano en los sitios públicos de la actual sociedad, promoviendo así la interacción entre personas desconocidas; “El sentido de la reciprocidad es uno de los pilares fundamentales de una comunidad y las mascotas son un catalizador que encaminan a los propietarios y demás integrantes hacia este” (p. 381).

Para que las personas que son propietarias de animales o que están sometidas a alguna terapia con animales puedan verse beneficiadas, es necesario evaluar el nivel de apego que tienen entre ellos.

El apego se refiere al grado de relación, enlace, inclinación, unión, etc. entre dos individuos, en este caso humano-animal, en el que ambas partes obtienen satisfactores específicos (Fox, 1981 en López, 2009).

Gunter explica el apego humano-animal como un determinado estado emocional o sentimiento con comportamientos específicos que los individuos realizan para suplir sus necesidades básicas.

Estudios realizados por Smith (1983, en López, 2009), reflejan que entre mayor sea el contacto y la interacción dueño-mascota, mayor será el apego entre ambos y que la conducta del animal es un factor determinante de este vínculo.

Está demostrado que el grado de apego o vínculo que las personas sienten por sus animales está inversamente relacionado con la sensación de depresión, visitas al doctor y hospitalizaciones (Soto, 1995 en López, 2009).

Las mascotas y otros animales, tanto domesticados como salvajes, pueden beneficiar física y psicológicamente a las personas que se encuentran cerca de ellos. Estos efectos secundarios en la salud pueden ocurrir en los dueños debido a que comparten su vida con animales de compañía. Así mismo pueden conseguirse beneficios terapéuticos a través de tratamientos asistidos por animales en los que no existe ningún vínculo anterior entre el paciente y los animales.

Como resultado de una literatura creciente que muestra relaciones de diverso tipo entre la interacción de los humanos con los animales y su bienestar físico, psicológico y social, se han empezado a conceptualizar los mecanismos mediante los cuales dicha interacción produce los efectos mencionados. Así mismo, se han empezado a desarrollar, terapias alternativas que aunque no en todos los casos tienen un sustento científico, han empezado a ser aceptadas socialmente como eficaces y valiosas en el abordaje de problemas de diverso orden.

### 3.2 Antecedentes de la Terapia Asistida por Animales

Desde sus inicios, la terapia asistida por animales (TAA) ha sido un paralelo del uso de animales como compañía, y muchos de los usos terapéuticos son extensiones de los beneficios para la salud ahora reconocidos por quienes tienen relación con animales de compañía.

La presencia de animales en ámbitos terapéuticos se remonta a siglos atrás, aunque en las primeras décadas del siglo XX, con el advenimiento de la medicina científica, se eliminaron los animales de los entornos hospitalarios, por lo que la participación activa y consideración del animal en los procesos terapéuticos es realmente novedosa (Serpell, 2003 en Ochoa, 2007).

La TAA implica que la persona que recibe las atenciones del animal padece problemas médicos, físicos o psicológicos y se puede beneficiar de la compañía de un animal.

Históricamente los primeros intentos de TAA se realizaron con adultos en entornos hospitalarios, mientras que ahora son más comunes los dedicados a gente joven ya sea en el hospital o entornos educativos (Beck, 1985 en Fine, 2003).

El primer uso de animales con fines terapéuticos del que se tiene noticia es el de William Tuke en 1792, quien usaba animales de granja en un asilo; Tuke observó que los pacientes podían aprender autocontrol si había criaturas más débiles que dependían de ellos y que al ser los animales amistosos con los pacientes, despertaba en ellos sentimientos sociales y benévolos (Fine, 2003).

En 1867 en Alemania se utilizaron animales como parte del tratamiento para epilépticos en Bethel, una institución de Biefeld; y es hasta 1944 y 1945 que la Cruz Roja Americana patrocina un programa para rehabilitación de aviadores, el cual usaba perros, caballos y animales de granja para distraer a los pacientes de los intensos tratamientos a que estaban sometidos; este es el primer uso bien documentado de animales en EE.UU. (Beck, 1996 en Fine, 2003).

Otro trabajo publicado en el *Mental Hygiene* en 1944 por Bossard, trató el valor terapéutico de tener un perro y describió el papel tan importante que los animales de compañía representaban en la vida familiar y en la salud mental de sus miembros, haciendo hincapié en los niños, pues les permitían aprender hábitos de higiene, educación sexual, responsabilidad y servían como lubricante social (Rowan, 2000 en López, 2009).

Sin embargo, es hasta 1953 cuando “Jingles” el perro del psiquiatra infantil Boris M. Levinson, le sugiere su poder como coterapeuta y es cuando surge realmente la denominada Terapia Asistida por Animales (Mena, 2003 en López, 2009).

Por casualidad “Jingles” se encontraba en la consulta con Levinson cuando apareció con antelación una madre con su hijo; Levinson se dio cuenta que el niño, anteriormente retraído e incommunicativo, interaccionó positivamente con el perro. Este importante descubrimiento permitió a Levinson tratar al joven y ayudarlo en su recuperación “Jingles” por su parte actuaba como intermediario entre terapeuta y cliente permitiendo a éste desarrollar confianza en el entorno terapéutico (Martínez, 2008).

Levinson (1969, en Martínez, 2008), fue el primero en detallar los beneficios terapéuticos que el contacto con animales de compañía producía en niños y adultos.

En 1977 en Washington se crea la Delta Society, una organización internacional sin fines de lucro cuya finalidad es la de financiar y fomentar el estudio del vínculo hombre-animal, así mismo promueve la ayuda de los animales para mejorar la salud de las personas, su independencia y su calidad de vida (Hines, 1993 en López, 2009).

El término Terapia Asistida por Animales (TAA) ha sido utilizado libremente para describir una interacción terapéutica que implica la presencia de un animal, incluye cualquier cosa, desde la utilización de visitas de animales a residencias de ancianos, en dónde no hay una interacción estructurada entre el humano y el animal, a los intentos de disminuir la presión sanguínea gracias a la contemplación de peces nadando en un acuario. El término también se ha utilizado para describir situaciones en

las que el contacto con un animal es un componente recomendado en la psicoterapia (Gunter, 2002).

De acuerdo con Delta Society (1992 en Martínez, 2008) se pueden diferenciar las siguientes definiciones:

- Terapia Asistida por animales (TAA): intervenciones en las que un animal es incorporado como parte integral del proceso de tratamiento, con el objetivo directo de promover la mejoría en las funciones físicas, psicosociales y/o cognitivas de las personas tratadas.
- Actividades Asistidas por Animales (AAA): intervenciones con animales sobre la motivación, actividades culturales y recreativas, en las que se obtienen beneficios para incrementar la calidad de vida de las personas.
- Terapia Facilitada por Animales (TFA): uso terapéutico de los vínculos entre el hombre y los animales para mejorar la salud física y emocional del paciente.

Los términos TAA y AAA son los más comúnmente utilizados, ya que sugieren que es el animal la motivación que fuerza al tratamiento, pero que ha de ser aplicado por una persona preparada para ello, la cual plantea los objetivos y va a guiar las actividades, es decir, el animal se convierte en un instrumento terapéutico, cofacilitador o coterapeuta (Fine, 2000 en López, 2009).

La TAA se sustenta en el vínculo “animal-persona” desarrollado a lo largo del proceso evolutivo del ser humano y de los animales domésticos.

Mallon (2003 en Ochoa, 2007) describe unos principios para la aplicación de la TAA y que pueden ser transferibles a cualquier población.

1. La base de los programas de TAA han de estar protocolarizados, diseñados según las características individuales de cada paciente y adjuntos al tratamiento normal de estos.

2. El objetivo terapéutico debe dirigirse a mejorar las habilidades físicas y/o sociales de los sujetos, su autonomía y sus respuestas emocionales.
3. La participación de los pacientes en el programa ha de ser libre y consentida.
4. Se debe vigilar la seguridad del paciente y de todos los vinculados en la aplicación de la terapia.

Otro aspecto importante dentro de los programas de TAA, es el de valorar y determinar sus resultados y efectos tras una observación e investigación apropiada (positivos, negativos o estáticos) y lograr identificar el papel que está desempeñando el animal (Martínez, 2008).

Serpell (1981, en Martínez 2008) indica tres caminos para que el animal pueda convertirse en un factor causante del inicio del cambio terapéutico:

#### 1. Instrumental

Esta categoría incluye la utilización de animales como el caballo, el perro y el delfín, como apoyo a personas con discapacidades físicas, sensoriales y/o intelectuales, a quienes les falta autoestima y confianza en sí mismos debido a estos impedimentos.

El contacto físico de un animal sin estas incapacidades y su interacción con la extensión de uno mismo incrementa la coordinación, la movilidad y la habilidad y de esta manera se incrementa la confianza y la autoestima.

#### 2. Pasivo

Implica la observación de los animales, tales como peces y pájaros; esta contemplación de las actividades animales inducen a un estado de relajación, meditación o de ensueño.

Los beneficios son a corto plazo y persisten mientras se observa al animal y su efectividad radica en que las actividades animales son impredecibles, aleatorias y variadas, lo cual hace que el paciente mantenga el interés.

### 3. Antropomórfico

Esta tercera categoría incluye a los animales de compañía los cuales tienen la capacidad de formar un vínculo afectivo con el dueño.

El resultado terapéutico depende si la persona percibe al animal como otra persona, una vez que esto ocurre los signos del comportamiento transmitidos por el animal se perciben como una expresión de afecto, devoción y amor; beneficiando a personas que se sienten rechazadas, solas o que tienen problemas de socialización.

Para que el animal pueda cumplir su función, la experiencia resulte eficaz y sus resultados sean óptimos, es importante evaluar más de cerca la situación para la que se requiere, las implicaciones que tiene el contacto con animales (económicas, afectivas, de salud, etc.), preferencia por algunas especies y analizar el caso en particular (Gunter, 2002).

Hart (1996 en Fine, 2003) habla de los principales animales que se utilizan para la TAA de la siguiente manera:

- Perros – constituyen la gran mayoría de los animales empleados para la TAA, son los únicos animales de compañía a tiempo completo de los que disponemos, combinan esta compañía con la capacidad de ayudar en ciertas tareas, son interactivos, obedientes, aprenden rápido y se convierten en amigos solícitos a los que les gusta estar con sus dueños constantemente. Existen diferencias entre las distintas razas de perros en lo concerniente a su tamaño y disposición genética a tener un carácter afectuoso, agresivo o juguetón afectando así las actividades que pueden realizar.

- Gatos – requieren menos esfuerzo y cuidados, son independientes, divertidos y ofrecen compañía e interacciones tranquilas; implican menos esfuerzo físico y su carácter los hace flexibles socialmente.
- Caballos – son utilizados para equinoterapia o hipoterapia para las que se precisan animales muy entrenados, un entorno profesional y la supervisión de un equipo de expertos. Los caballos seleccionados deben ser de la máxima confianza por lo que trabajar con ellos implica de mucho entrenamiento y supervisión, sin embargo, para el paciente constituye una experiencia física incomparable, en un entorno social optimista.
- Pájaros, pequeños mamíferos y peces – los animales más pequeños ofrecen la ventaja de ser más fáciles de alojar, algunas especies establecen un estrecho vínculo con un cuidador determinado y responden a las atenciones y a las palabras de los humanos de manera gratificante.

Durante todo el siglo XX y a pesar de la evidencia hasta entonces, se presentaron limitaciones para la implementación de la TAA, justificándolo en la falta de trabajos de investigación por parte de profesionales de la medicina y la salud pública, que las muestras en las que se apoyaban los estudios previos eran pequeñas y la dificultad para atribuir los resultados a la terapia eliminando otras variables.

Hoy en día son más numerosos y serios los trabajos dedicados al examen de los beneficios para la salud del hombre a través de la interacción con animales, y poco a poco la TAA se ha ido abriendo camino, sobre todo en países como Estados Unidos y España, en donde se han implementado programas de salud que incluyen animales.

En México el panorama de la TAA podría parecer algo desalentador pues son pocos los grupos de profesionales que han incluido a los animales en la intervención psicoterapéutica, rehabilitación física o como terapia de apoyo (Mena, 2003 en López, 2009), esto debido al desconocimiento de los beneficios que tiene y prejuicios que se le tienen a los animales dentro de la sociedad.

Sin embargo existen programas y fundaciones que poco a poco están logrando cambiar esta realidad (Estrada, 2005 en López, 2009):

- 1992, con apoyo de Fundación Purina se inició en la Clínica Mexicana de Autismo un programa de equinoterapia
- 1993 se formó el Consejo Mexicano para Programas Humano-Animal (COMEPHA), en 1999 la Federación Canófila Mexicana entregó los primeros títulos de perros de terapia
- 1996 Fundación Purina aparece en el Diario Oficial de la Federación autorizada para recibir donativos, siendo una organización no lucrativa y cuyo principal objetivo es el de difundir y promover el rol social que deben desempeñar los animales de compañía en México.
- 2001 la Fundación Piensa Como Perro A.C., comenzó a trabajar con perros de asistencia social teniendo como objetivo formar unidades canófilas de terapia así como con otros animales para trabajar con niños con problemas de lenguaje, psicomotores, enfermedades terminales, personas con capacidades especiales y adultos de la tercera edad.
- 2002 se forma Conexión Animal de Servicio Institucional siendo su objetivo principal el de proporcionar ayuda adecuada a través de la TAA a niños, adultos y ancianos que padezcan alguna discapacidad.

Es difícil evitar la conclusión de que desde sus inicios la TAA ha tenido que enfrentarse a la incapacidad u oposición de algunos profesionistas de la salud a considerar este tema con seriedad, impidiendo así el avance en el estudio y la implementación de esta terapia, sin embargo, en los últimos años, la modernización del pensamiento y la integración de los animales en la sociedad ha permitido que poco a poco se vaya formando una visión completa y abierta de la contribución potencial de los animales al bienestar humano.

### 3.3 Beneficios psicosociales de la relación humano-animal

Los animales domésticos no sólo resultan beneficiosos para nuestra salud física, sino que también pueden suponer enormes beneficios para nuestro bienestar psicológico.

Las mascotas, pueden prestar consuelo emocional y ayuda para aliviar el estrés y la angustia lo que las hace ideales para ser utilizadas como tratamiento ante determinados problemas psicológicos y comportamentales (Gunter, 2002).

Existen evidencias bibliográficas en donde se reconoce que los animales de compañía proporcionan una fuente accesible de apoyo cálido y las relaciones positivas que se generan con ellos propician la calidad de vida de las personas en muchas situaciones; siendo los individuos psicológicamente vulnerables, los más beneficiados en el ámbito psicosocial (Hart, 2000 en López, 2009).

Se ha descubierto que los dueños de mascotas que se han comparado con un grupo control, disfrutaban más de la vida, estaban más satisfechos en general con sus vidas y se sentían más felices (Bossard, 1953 en Gunter, 2002).

Además de las ganancias emocionales y físicas, tener una mascota cumple una función social; un aspecto central de un desarrollo humano normal y sano es preocuparse por los demás y querer empezar relaciones a través de las cuales podemos conocer a otras; es decir, la socialización. Para algunas personas los animales domésticos tienen un cierto estatus social que se contagia a sus dueños y por medio del cual pueden establecer una red social de relaciones (Gunter, 2002).

Algunos de los beneficios sociales más importantes de la interacción humano-animal son el efecto catalizador “lubricante social”, cohesión social, juego cooperativo, mayor cooperación con otras personas y entre los miembros de la familia (Beck, 1997 en Granados, 2007).

El efecto de lubricante social se observa cuando una mascota facilita al dueño el acercamiento a otra persona y mejora la relación con éste aunque posteriormente ya no esté presente la mascota (Ruckert, 1994 en Granados, 2007).

Investigadores como Hart (2000 en López, 2009) y Fine (2003), clasifican en cuatro áreas los beneficios sociales que proporcionan los animales de compañía:

1. Efectos en la soledad y en la depresión

Es un hecho que, para las personas que se sienten solas o aisladas, que tienen poco contacto con otros o con amigos debido al lugar en el que viven, o porque no tienen confianza en sí mismos ni habilidades sociales, los animales domésticos constituyen no sólo una compañía valiosa, sino también sustitutos de relaciones humanas. Por otra parte los individuos que sí tienen un círculo social de amigos y familiares disfrutan regularmente de la compañía humana pueden establecer estrechos vínculos con animales a los que ven más leales que los humanos y más capaces de ofrecer su afecto (Gunter, 2002).

La ausencia de una red de apoyo de compañía social, es una de las principales causas que conducen a la depresión, el estrés, la supresión del sistema inmune y varias enfermedades (Serpell, 1996 en Fine, 2003). La compañía social amortigua y reduce el impacto de este tipo de estrés y ansiedad. Visto en este contexto la compañía animal ofrece una alternativa compensatoria accesible.

Un animal doméstico puede disminuir la sensación de soledad y los efectos patológicos de la falta de apoyo familiar y de los amigos, además de jugar un papel de compañero para su dueño (Gunter, 2002).

Gracias a la compañía de los animales, los humanos tienen el consuelo de una relación necesaria de cercanía con alguien, desarrollan un respeto hacia sí mismos, un sentido de independencia y responsabilidad, se mantienen en contacto con la realidad y disfrutan de una mayor autoestima (Macdonald, 1981 en Gunter, 2002).

Para la gente mayor, los animales pueden jugar un papel fundamental en cuanto a sus interacciones sociales; pueden servir para amortiguar y normalizar la sensación de aislamiento, los ayudan a deprimirse menos cuando experimentan una pérdida, los estimula para cuidarse más y mejorar la imagen de sí mismos y constituyen una fuente de compañía invaluable.

Una encuesta australiana (Salmon, 1992 en Gunter, 2002) mostró que los individuos que carecen de una red familiar normal, sentían que sus perros satisfacían sus necesidades sociales, mientras que los que no tenían mascotas mostraron un deterioro de su salud.

## 2. Efectos socializadores de los animales

Los animales domésticos se han utilizado como coterapeutas en programas con niños gravemente retraídos para integrarlos a la sociedad; algunos observadores han resaltado lo que ellos llaman el efecto de “lubricante social” que tienen los animales, ya que favorecen el aumento o desarrollo de la interacción social (Corson, 1956 en Gunter, 2002).

Para hacer amigos y ser sociable es necesario dar conversación y las mascotas pueden ser un posible tema de interés común sobre el que hablar. Al principio puede servir para romper el hielo y superar esos momentos de incertidumbre que tienen lugar cuando se conoce a un extraño o no se sabe que decir.

Un cuestionario realizado por jóvenes universitarios en Estados Unidos (Hyde, 1983 en Gunter, 2002), reveló que aquellos que vivían con animales, tenían más conciencia social y confiaban más en los demás que aquellos que no tenían mascotas.

El hecho de estar con un animal doméstico puede influir en nuestros contactos sociales con otras personas en distintas formas.

En primer lugar, los animales llaman la atención. El hecho de tener una mascota nos hace más visibles socialmente, sobre todo a ojos de otros dueños (Gunter, 2002):

Cualquiera que haya sacado alguna vez a pasear a un perro en un parque o en el campo habrá tenido la experiencia de encontrarse a alguien que hacía lo mismo y habrá entablado una conversación con esta persona sobre los respectivos perros. Las mascotas grandes llaman la atención debido a su tamaño, pero incluso los animales que son pequeños o atípicos pueden convertirse en el centro de interés (p. 17).

Además, el tener mascotas proporciona algunos efectos secundarios, como que la gente que vive con un animal suele ser vista por otros como más “amable” que la media y que el amor por los animales está muy bien considerado en nuestra sociedad, por este motivo, es comprensible que las personas poseedoras de algún animal se consideren como más accesibles y sociables (Lockwood, 1985 en López 2009).

### 3. Fuente de motivación

Los animales también tienen la capacidad de inspirar y motivar a las personas para emprender actividades constructivas que no habrían realizado de otra manera. Este efecto fue demostrado en un estudio de personas antes y después de adoptar un perro; una vez que las personas adoptaban al animal; aumentaron notablemente su actividad física (Serpell, 2000 en López, 2009).

### 4. Foco de interés y fuente de tranquilidad

Cuando una persona se ve expuesta ante una situación que, normalmente, le provoca ataques de ansiedad, la gravedad de los ataques puede reducirse o ponerse bajo control, si al mismo tiempo, se le distrae con la presencia de un animal, pues ésta puede ayudarle a relajarse (Brickel, 1982 en Gunter, 2002).

Por otra parte para los niños tener mascotas es muy significativo pues puede convertir al dueño en el centro de atención de su grupo de amigos y existe una fuerte correlación entre tener un animal doméstico durante la infancia y tener habilidades sociales de adulto, y sobre todo la capacidad de sentir empatía con otros (Gunter, 2002)

El impacto positivo que tiene la tenencia de mascotas en el nivel de sociabilidad de las personas puede ocurrir en dos niveles (Lockwood, 1983 en Gunter, 2002): el real y el percibido; ambos igualmente importantes.

Messent (1984 en Gunter, 2002) ha propuesto siete razones sobre la forma en la que las mascotas influyen en las interacciones sociales:

1. Como una manera de afirmarse socialmente
2. Como fuente de envidia o autoestima
3. Una novedad
4. Un mecanismo de desencadenamiento innato
5. Una fuente de interés común
6. Un facilitador social
7. Un "rompedor de hielos"

Todas menos las primeras dos podrían tener un papel importante en la conversación.

Gunter (2002), por su parte explica como consiguen los animales aumentar nuestro nivel de sociabilidad:

Además de la compañía directa de la que disfrutan los que tienen un animal, los animales domésticos pueden originar un aumento de amistades al facilitar las interacciones con otras personas, también se convierten en nexos importantes con amigos y familiares de fuera para los pacientes hospitalizados, pues su deseo de saber de sus mascotas durante su ausencia, los obliga a comunicarse con las personas que los cuidan, funcionan como terapia ocupacional para la gente mayor y llegan a ser sustitutos de hijos, padres, esposos y/o amigos (p.257).

Aunque normalmente los animales desempeñan la función de facilitar las relaciones sociales, en determinadas circunstancias también pueden inhibirlas; algunas veces se

utiliza a las mascotas como excusa para evitar tener que enfrentarse a otros problemas o como barreras sociales; sin embargo los beneficios que proporcionan son invaluable y bajo las instrucciones adecuadas son una herramienta funcional en la adquisición de habilidades sociales.

### 3.4 Efectos de las mascotas en los niños

Los animales domésticos pueden jugar un importante papel en el desarrollo humano; la existencia de un vínculo saludable niño-animal puede tener importantes consecuencias para el desarrollo social y emocional del niño.

Granados (2007), explica que los efectos de la interacción con animales en el desarrollo de los niños han sido evaluados por diversos autores: Poresky en 1996, ha demostrado que dichos efectos parecen limitados a la conducta social, pero otros autores como Levinson en 1978, argumentan que pueden extenderse al desarrollo cognitivo y la autoestima y a una mejor expresión de emociones tanto en forma verbal como no verbal.

De acuerdo a Gunter (2002), un animal doméstico puede desempeñar diferentes funciones y cumplir papeles diversos dentro del contexto familiar. Puede actuar por ejemplo, como una especie de jefe con el que el niño practica distintas formas de interacción, que más adelante serán incorporadas a otras relaciones sociales.

El hecho de cuidar a una mascota puede fomentar un sentido de la responsabilidad y proveer al niño de ejemplos espontáneos sobre cómo ir al baño o sobre la sexualidad. Los animales domésticos de gran tamaño dan a los niños un sentimiento de poder a través de su identificación con ellos y pueden ser una fuente de continuidad ya que constituyen un compañero permanente (Bossard, 1953 en Gunter, 2002).

Resultados de algunos estudios (Covert, 1990; Levinson, 1978; Poresky y Hendrix, 1988 en Gunter, 2002), sugieren que convivir con animales domésticos durante la infancia puede tener importantes consecuencias en la autoestima, habilidades sociales, empatía, autocontrol y autonomía de los niños.

Una mascota es un ser que acepta al niño incondicionalmente, no tiene ningún ego al que tenga que enfrentarse el niño, sino que le ofrece afecto y aceptación sin escatimar esfuerzos (Gunter, 2002).

Tener animales domésticos cuando se es niño y a lo largo de la adolescencia puede jugar un papel importante en el establecimiento de una identidad propia; en otras palabras, vivir con una mascota ayuda a ver con más claridad el tipo de persona que se es y puede ayudar a sentirse mejor con uno mismo. El niño se da cuenta que no sólo puede dar cariño a los animales, sino que también es capaz de disponer del afecto incondicional de su mascota (Davis, 1987 en Gunter, 2002).

Al igual que con los objetos de transición, la mayor parte de las conductas compartidas entre animales y niños son más táctiles que verbales; de este modo, las mascotas pueden satisfacer las necesidades táctiles y de contacto físico en el niño, sin miedo a comprometerse como pasa en las relaciones humanas (Levinson, 1969 en Gunter, 2002).

Fine (2003), clasifica las funciones y beneficios de los animales de compañía en el transcurso de las diferentes etapas del desarrollo de los niños:

- Primera infancia

El afecto y contacto físico entre los niños y los animales de compañía pueden resultar beneficiosos para ambas partes; esto en parte debido a que la mayoría de los animales de compañía son seres sociales parecidos a nosotros y existe una necesidad de tipo biológico y físico de contacto y afecto. Sin embargo, debido a que es una experiencia nueva para los niños pequeños y no tienen suficiente control sobre sus emociones y actos, incluso los animales más tranquilos pueden asustarse o resultar dañados.

Durante esta fase del desarrollo, los niños deben aprender las interacciones físicas adecuadas, no sólo con las personas, si no también con los animales; los adultos deben proteger las necesidades y los intereses tanto de los niños como de los animales.

Los animales también proporcionan muchas oportunidades para el aprendizaje práctico y los niños pequeños aprenden mejor a partir de un proceso de aprendizaje activo.

En términos de desarrollo social, los animales de compañía pueden servir como compañeros de juegos y como compañeros sociales.

- Infancia media

Los niños de esta edad a menudo se consideran más maduros y responsables para asumir responsabilidades en el cuidado de los animales que los niños en edad preescolar. Cuando los niños se involucran en actividades como: alimentar, cuidar, bañar y limpiar al animal, se espera que aprendan estrategias importantes y desarrollen actitudes positivas relacionadas con el hecho de cuidar a otros seres vivos. Es importante destacar que deben estar supervisados y que la responsabilidad final la debe tener el adulto de la familia.

La infancia media también es una época en la que los niños están más involucrados en las actividades del hogar y del vecindario y se encuentran en una fase social, cognitiva y emocional más avanzada, por lo que los animales pueden convertirse en compañeros de juego y fuentes de interacción social.

Se puede obtener una gran satisfacción y sentir orgullo al enseñar al perro de la familia una nueva actividad o al completar una sesión de educación del animal. La supervisión de los adultos y el diseño de interacciones persona-animal adecuadas constituye una valiosa experiencia didáctica para todos los implicados.

- Adolescencia

En el transcurso de este periodo del desarrollo, los adolescentes frecuentemente están muy atareados con las actividades escolares y extraescolares por lo que las interacciones entre el adolescente y el animal pueden ser mínimas y esporádicas.

Sin embargo, en muchos casos, los adolescentes y los animales han crecido juntos y les une un intenso vínculo; esto aunado al amor incondicional de los animales de compañía y el hecho de que nunca llevan la contraría, convierte a las mascotas en candidatos perfectos para darle el visto bueno a los nuevos vestidos, peinados, amigos, novios, conversaciones, etc.

Por otro lado, Melson, (en Fine 2003) propone un análisis de las contribuciones de los animales de compañía desde la hipótesis de la biofilia, la cual sugiere que: *“la presencia de animales en posición de descanso o en un estado exento de agitación es un indicio de bienestar y seguridad para los humanos”* (p. 429). Este análisis explica tres cuestiones importantes relativas al desarrollo infantil:

### 1. Seguridad percibida

De acuerdo con la hipótesis de la biofilia, la presencia tranquila y amistosa de los animales se asocia con seguridad y con un sentimiento inducido de relajación en los humanos, por lo que la interacción con animales de compañía debería inducir efectos relajantes en los niños.

Diversos estudios (Covert, 1985; Melson, 1998; Rost & Hartman, 1994 en Fine, 2003), demuestran que muchos niños que tienen animales de compañía acuden a ellos cuando sienten emociones negativas como tristeza, enfado o miedo.

Melson (en Fine, 2003), dice: *“Si asumimos que de acuerdo a Bowlby, la intensificación de emociones negativas, como el enfado o el miedo, activa la necesidad del niño de ser tranquilizado, algunos niños reciben de sus animales de compañía la seguridad que necesitan”* (p.431).

### 2. Desarrollo temprano de la percepción, la cognición y el lenguaje

La hipótesis de la biofilia sugiere que los animales están entre los primeros conceptos que adquieren los niños. En primer lugar, porque los niños, de forma parecida a los adultos, tienen la predisposición a estar en armonía con el mundo natural y con los animales que viven en él, entonces, la atención del niño se dirigirá a los muchos ejemplos de seres vivos en su entorno y empezará a abstraer rasgos comunes de estos ejemplos. En segundo lugar, los animales encarnan las características de percepción claves: movimiento, vitalidad y contraste, las cuales atraen y mantienen la atención del niño; además estas características están firmemente establecidas en el cerebro humano, lo que conduce a que reciban una atención diferenciada en los primeros meses de vida. Finalmente la biofilia sugiere la existencia de un atractivo

emocional respecto a los animales y su entorno natural; dicha energía emocional debería motivar el interés del niño por extraer significados del mundo que le rodea.

Existen 3 líneas de investigación que apoyan esta tesis; la primera procede de estudios sobre la percepción en niños; los psicólogos cognitivos explican que antes de terminar el primer año de edad los niños diferencian el movimiento de seres vivos del movimiento de objetos inanimados. La segunda línea explica que los niños se sienten más atraídos hacia animales vivos que un animal de juguete o inclusive que una persona desconocida. Por último una tercera línea de investigación procede del estudio el desarrollo semántico temprano y llegó a la conclusión de que las palabras para denominar animales diferentes, están entre las primeras 50 palabras que pueden pronunciar la mayoría de los bebés de los E:U.U. a partir de 1 año; y que inclusive los niños que aprenden otras lenguas, incluido el lenguaje de los signos, así como los niños que no tienen animales, muestran la misma aparición precoz de palabras animales.

### 3. Desarrollo de la inteligencia emocional

Goleman (1995 en Fine, 2003), describe la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades sociales y de autoconcepto que incluyen el reconocimiento y el manejo de los sentimientos y estados mentales propios y ajenos, y atribuye su desarrollo exclusivamente a experiencias con otros humanos; Sin embargo, la hipótesis de la biofilia sugiere comportamientos en que la observación y la interacción con animales y otros seres vivos no humanos pueden tener impacto en la inteligencia emocional.

Comparados con las conductas humanas, las conductas animales ofrecen datos auténticos y puros acerca de los estados mentales, desprovistos de todo tipo de apariencia, metáfora, engaño o ironía. A este respecto, “leer” los pensamientos y los sentimientos de los animales puede ser más sencillo para los niños que leer los de otros humanos.

El desarrollo de habilidades no verbales es un componente central en la inteligencia emocional. Una implicación para el desarrollo es que las interacciones con animales

como las mascotas puede agudizar la habilidad del niño para descifrar señales verbales y no verbales.

Existe evidencia (Bailey, 1987; Bryant, 1987; Melson, 1992 en Fine 2003), de que los niños que poseen mascotas, o que se sienten más unidos a ellas, muestran mayor comprensión emocional que los niños sin mascotas o poco implicados con ellas. Por ejemplo, los niños de 5 años y más unidos a sus mascotas expresaron mayor empatía hacia otras personas y animales que los niños menos unidos a sus mascotas; los prescolares tenían más facilidad para interpretar los sentimientos de otras personas en situaciones hipotéticas que los niños de la misma edad procedentes de hogares sin animales.

Es importante valorar especialmente el papel que los animales domésticos tienen en la vida familiar debido a que, cuando los niños expresan en un momento de su vida el deseo de tener un animal, es la familia completa la que se involucra en el cuidado de éste y la dinámica familiar se ve influenciada.

El papel que tenga la mascota en una determinada vivienda va a depender de la estructura de la familia, de la robustez y debilidad de cada miembro, y del clima social que haya en ella (Levinson, 1964 en Gunter, 2002).

Dentro del contexto familiar una mascota puede desempeñar diversas funciones (Gunter, 2002), como:

- Un medio por el cual la familia amplíe su red social, puesto que las mascotas pueden ser una fuente de interés más allá de la propia familia y pueden poner en contacto a sus miembros con otras personas que también tengan actitudes positivas hacia los animales.
- Puede crear un clima propicio dentro de la familia en el que se vean representados diferentes sentimientos y rivalidades de sus miembros, que utilizan a la mascota como un blanco o catalizador par poner a prueba

diferentes papeles y relaciones entre ellos. Esta función en particular puede ser especialmente importante para los niños, para los cuales el animal llega a convertirse en una especie de “amigo” más importante que otros familiares.

- Significa una oportunidad para que los padres trabajen con los niños sobre sentimientos.
- Involucra a la familia en una empresa cooperativa destinada al bien del animal, que al mismo tiempo promueve el acercamiento de sus miembros.
- Enseñan a los niños a desarrollar una visión más realista de sus propios padres y de las funciones parentales, no sólo en cuanto a la crianza sino también a su naturaleza disciplinaria.

Levinson (1972 en Gunter, 2002), sugirió que la responsabilidad de cuidar a un animal debería ser gradualmente introducida en la vida del niño. El hecho de que los cuidados de un animal al que se valora tengan éxito, dará al niño una sensación de importancia y de ser necesitado. Si además, el niño es capaz de adiestrar a su mascota para que se comporte adecuadamente e incluso realice algunos trucos, sentirá que tiene un nivel de competencia que estimulará su autoestima; sobre todo si los padres aprecian los logros del niño con el animal.

Las relaciones con compañeros de su edad también pueden beneficiarse del hecho de tener y cuidar una mascota; tener un animal que muestra abiertamente su lealtad y afecto y que puede aprender trucos, puede aumentar el prestigio del niño a los ojos de sus amigos, así como también puede ayudar a un niño tímido a romper el hielo.

Otro beneficio que se puede obtener de los animales domésticos es su uso terapéutico; los animales pueden satisfacer las necesidades mentales de los niños de diferentes formas, ayudar en la adquisición y desarrollo de diversas habilidades y también ser útiles cuando se está tratando a niños en situaciones terapéuticas más específicas.

Se ha descubierto que los perros pueden proporcionar beneficios concretos en casos de bienestar infantil. Los niños que son habitualmente rechazados o que pasan toda su

juventud bajo custodia tienden a adoptar una postura retraída, deprimida y/o desconfiada hacia las relaciones con otras personas. Esto hace que al final no respondan ante ningún tratamiento convencional, por lo que los perros pueden convertirse en valiosos colaboradores (Gunter, 2002).

Muchos animales pueden convertirse en mascotas excelentes para niños discapacitados y proporcionarles beneficios sociales, emocionales y recreativos.

El potencial de las mascotas en la terapia con niños mental o emocionalmente discapacitados consiste en que la responsabilidad de cuidar a un animal les hace aumentar su autoestima y conseguir un reconocimiento por parte de otros. Les da a los niños un sentimiento de valía personal y añade un sentido en sus vidas, mejorando sus perspectivas (Ross, 1983 en Gunter, 2002).

Vivir con animales domésticos a edades tempranas tiende a estar estrechamente ligado a tenerlos en otras etapas de la vida. Las experiencias tempranas que se tengan con los animales, siembran actitudes positivas hacia los animales que persisten toda la vida así como las relaciones positivas con animales de compañía durante la infancia son recordadas de por vida (Bowd, 1982 en Gunter, 2002).

La elección de la mascota debe ser cuidadosamente estudiada para que encaje con las habilidades y necesidades del niño, su grado de madurez y sus intereses concretos. También debe tomarse en cuenta la opinión de los padres, el lugar de residencia y el grado en que el animal sea susceptible de entrenamiento.

Los animales pueden jugar un papel importante en el desarrollo del niño y tienen diversos beneficios físicos, psicológicos y terapéuticos; sin embargo, estos beneficios que conlleva tener mascotas para el niño no provienen únicamente de los animales en sí, sino que dependen en gran medida de la toma de conciencia de los padres sobre la relación humano-animal. No resultaría beneficioso si los padres obligan al niño a asumir toda la responsabilidad por encima de sus posibilidades, ridiculicen la relación del niño con la mascota o ignoren sus preocupaciones cuando el animal está enfermo o se muere.

## PROPUESTA

### Justificación

Actualmente vivimos en una sociedad que exige a los niños que sean competentes en varios aspectos de su vida, sin embargo tanto en las escuelas como en casa las herramientas que se les proporcionan son escasas y esto se ve reflejado cuando se desarrollan en un contexto familiar, social, personal, etc.

La importancia de ser socialmente hábiles tiene fuertes implicaciones en diversas áreas como la adaptación social, rendimiento académico, y bienestar psicológico así como en el desarrollo integral tanto en la infancia como en la vida adulta.

La carencia de habilidades sociales durante la niñez tiene repercusiones en el individuo tanto a corto como a largo plazo, algunos de estos problemas pueden ser: aislamiento social, rechazo, problemas emocionales, agresividad, bajo rendimiento escolar, desajustes psicológicos y diversos problemas de salud mental durante la vida adulta.

La familia es uno de los agentes más importantes para el aprendizaje de habilidades sociales, es responsable de la transmisión de valores y comportamientos adecuados, dirigidos a cumplir los objetivos de la socialización.

Dentro de la familia el individuo desarrolla habilidades que le permitirán adaptarse a las nuevas situaciones que se les van presentando estas habilidades están principalmente encaminadas a la autonomía y a la interacción satisfactoria con los demás.

La instrucción y la enseñanza intencional de las habilidades de interacción social se ha debilitado tanto en la familia como en la escuela. La familia debido a distintas razones, ha disminuido sensiblemente la enseñanza de conductas interpersonales a sus miembros y delega esta responsabilidad en otras instituciones principalmente las

escolares. Sin embargo, los aspectos interpersonales no se enseñan sistemáticamente en la escuela.

El surgimiento de tratamientos y terapias alternativas, como la terapia asistida por animales, son un apoyo en la adquisición de habilidades sociales y han demostrado brindar beneficios contundentes, siendo de gran ayuda para la psicología.

La importancia de los animales domésticos en nuestra sociedad se demuestra constantemente a través de informes que aparecen sobre ellos en prensa, películas, libros, etc. y los beneficios que éstos brindan se han ido documentando de forma científica cada vez más.

Además de los beneficios físicos, emocionales, psicológicos y terapéuticos que los animales domésticos pueden brindar, se ha visto que tienen una gran influencia en el desarrollo social, pues cumplen el papel de lubricantes sociales, logrando un mayor acercamiento entre las personas, generando confianza, una mejor apreciación de parte de los demás y una mejora en el desarrollo de habilidades sociales.

A pesar de que hoy en día este tipo de terapias alternativas está teniendo una mejor aceptación debido a su atractivo, fácil acceso, innovación y el gran resultado en la mejora de la calidad de vida de las personas, es necesario hacer nuevas propuestas que estén al alcance de la población, pues son escasos los profesionales que trabajan en esta área.

La presente propuesta es un manual para la adquisición de habilidades sociales por medio del apoyo de la terapia asistida por animales y tiene como finalidad proveer a los padres de las herramientas necesarias para desarrollar en sus hijos las habilidades sociales que necesiten y al mismo tiempo gozar de los beneficios que brindan los animales de compañía.

## Objetivo

Que los padres de familia de niños en edad escolar adquirieran las herramientas para fomentar las habilidades sociales en sus hijos, por medio de la terapia asistida por animales.

## Objetivos específicos

- Enseñar a los padres de familia las actividades para favorecer habilidades sociales no existentes en el repertorio conductual de sus hijos.
- Enseñar a los padres de familia como reforzar en los niños las conductas satisfactorias en situaciones de interacción social con las que cuenten.
- Fomentar el respeto y la comunicación asertiva en la familia.
- Enseñar a los padres y sus hijos los beneficios de trabajar con los animales domésticos.

## Población

Padres de niños en edad escolar

## Materiales

Mascota

Manual

# MANUAL PARA LA ADQUISICIÓN DE HABILIDADES SOCIALES POR MEDIO DE LA TERAPIA ASISTIDA POR ANIMALES PARA NIÑOS EN EDAD ESCOLAR

## Presentación

¿Por qué promover el desarrollo de habilidades sociales en los niños?

En todos los grupos de niños y niñas hay alguno que experimenta dificultades para relacionarse con los demás. Independientemente de la edad, sexo, contexto social, actividad o situación, hay niños que de forma esporádica y puntual o bien de forma crónica, sufren y lo pasan mal o no disfrutan cuando interactúan con otras personas.

El niño nace dentro de un contexto que es familiar, el cual a su vez forma parte de una cultura. El proceso mediante el cual la familia moldea en cada uno de sus miembros la conducta, valores, metas y motivos que la cultura a la que pertenece considera apropiados, se llama socialización.

La socialización comienza desde el establecimiento del primer vínculo que es el que se da entre la madre y su bebé; más adelante se extenderá progresivamente a otros grupos de personas significativas, incluyendo sus iguales o compañeros.

El establecimiento de vínculos con las demás personas se ha planteado como una necesidad en todo ser humano, pues éste es considerado como un ser social que tiende a formar y reunirse con grupos, y que depende física y psicológicamente de éstos durante toda su vida.

Mediante la socialización los niños adquieren hábitos, destrezas, valores y motivos para ser capaces de convertirse en miembros productivos y cumplidores de las leyes de la sociedad.

El sistema familiar ejerce durante la primera infancia un impacto predominante, que posteriormente comparte con otros sistemas: escolar, de los compañeros, etc. A pesar de estos, es la familia la que ejerce la mayor influencia siendo persistente, continua y personal, afectando directamente el comportamiento infantil.

La familia, principalmente padre y madre es el agente socializador responsable de la adquisición de conocimientos y estrategias cognoscitivas, reglas de comportamiento y motivación; de esta interacción el niño aprende estrategias para afrontar su ambiente y las vicisitudes que éste le presenta cotidianamente

La posibilidad de establecer relaciones interpersonales adecuadas con los demás esta determinada por las habilidades sociales que se poseen; es decir, el conjunto de pensamientos acciones y actividades reguladoras de las emociones que permiten lograr objetivos personales o sociales sin dejar de mantenerse en armonía con las personas con quienes se participa en intercambios sociales.

La infancia constituye un periodo crítico para el aprendizaje y las habilidades sociales no son la excepción; durante esta etapa es importante que se fomente su adquisición y desarrollo con forme a las diversas situaciones que vaya experimentando el niño, pues, las habilidades que se generen en la infancia van a repercutir en la manera de relacionarse más adelante; además de tener implicaciones en el desempeño escolar y el desarrollo afectivo.

Eliminar los problemas relativos a las habilidades sociales en la infancia es importante por varias razones. Una de las más poderosas es aumentar la felicidad, autoestima e integración en el grupo del niño como tal. Además, si un niño carece de las habilidades de juego e interacción que sus compañeros valoran, tendrá en consecuencia, menos contactos interpersonales íntimos con el paso del tiempo.

La falta de habilidades sociales en los primeros momentos, puede perpetuar las condiciones de aislamiento social, lo cual impide el aprendizaje de otras nuevas.

## La terapia asistida por animales y la socialización

La influencia positiva de las mascotas en la salud y bienestar de los seres humanos es bien reconocida y comprende los aspectos psicológico, fisiológico, terapéutico y psicosocial.

La terapia asistida por animales consiste en recibir las atenciones y beneficios de un animal como parte integral de un tratamiento para promover la mejoría física, psicosocial y/o cognitiva.

La función como facilitadores en la terapia asistida motivacional y física de numerosas enfermedades, ha permitido que los efectos benéficos de la tenencia de animales sean empleados en el ámbito terapéutico.

Adicionalmente, la compañía de mascotas se ha reconocido como un factor protector contra enfermedades cardiovasculares, reductor del estrés de sus propietarios, que sirve como soporte psicológico, reduce la sensación de soledad y permiten la interacción de sus propietarios con el medio social que los circunda.

Los animales domésticos se han utilizado en programas con niños gravemente retraídos para integrarlos a la sociedad; favoreciendo el aumento o desarrollo de la interacción social.

Para hacer amigos y ser sociable es necesario dar conversación y las mascotas pueden ser un posible tema de interés común sobre el que hablar. Al principio puede servir para romper el hielo y superar esos momentos de incertidumbre que tienen lugar cuando se conoce a un extraño o no se sabe que decir.

Para los niños, tener una mascota tiene importantes consecuencias en su desarrollo emocional y social. Un animal doméstico puede desempeñar diversos papeles y permitirles cubrir sus necesidades de atención, apoyo, afecto, etc.

Los animales domésticos se han utilizado en programas con niños retraídos para integrarlos a la sociedad; ya que favorecen el aumento o desarrollo de la interacción social. Además, el tener mascotas proporciona algunos efectos secundarios, como que la gente que vive con un animal suele ser vista por otros como más “amable” y es considerada como más accesible y sociable.

El periodo más recomendable para tener mascotas es la infancia media (edad escolar) pues los niños cuentan con las habilidades necesarias para afrontar las responsabilidades que conlleva tener una mascota y al mismo tiempo puede gozar al máximo de los beneficios que ésta le proporcione.

Este manual tiene la finalidad de brindarle, a los padres de familia, las herramientas necesarias para favorecer el desarrollo y la adquisición de habilidades sociales en sus hijos, con el apoyo de la terapia asistida por animales.

## GUÍA INICIAL

La aplicación de este manual, supone la implicación de todos los miembros de la familia y de las personas que convivan en el hogar, o que tienen relaciones significativas con el niño o niña.

Las actividades se encuentran divididas en cinco áreas:

1. Habilidades básicas de interacción social
2. Hacer amigos
3. Conversaciones
4. Sentimientos, emociones y opiniones
5. Solución de problemas

Para cada una de las áreas hay una actividad específica y una serie de rutinas que se recomienda realizar diario.

No existe un orden específico para la realización de las actividades, sin embargo se sugiere elegir solo una actividad por día como máximo e ir variándolas dependiendo del avance del niño y de los objetivos personales que se estén persiguiendo.

Después viene una serie de actividades complementarias, que fomentan el desarrollo social y una convivencia saludable con las mascotas.

Finalmente hay una lista de recomendaciones para favorecer el desarrollo óptimo de los niños y ayudar en la relación padre-hijo, así como para la buena convivencia con las mascotas.

Es importante que antes de la aplicación del programa, se tenga una conversación con el niño, y los integrantes de la familia involucrados, para acordar reglas, delimitar horarios, asignar actividades y explicar la finalidad del entrenamiento.

Otro punto a considerar es que el animal que se ocupe para el tratamiento, sea tranquilo, tenga una buena relación con el niño y sea de agrado para él, los más socorridos son perros y gatos pues su repertorio conductual es más amplio, aunque las actividades se pueden adaptar a diferentes animales domésticos.

Para enseñar a los niños las habilidades de manera efectiva, se requiere de la utilización de unas sencillas técnicas, las cuáles son aplicables a todas las actividades y pueden ser usadas de manera indiscriminada:

#### ❖ Instrucción verbal y modelado

Consiste en que el padre y/o alguna otra persona asignada, demuestre al niño como tiene que ejecutar la habilidad que tiene que aprender, a la vez que le instruye directamente y le da las instrucciones de cómo hacerlo.

El padre hace de modelo y va explicando a su hijo lo que va haciendo mientras el niño observa como se hace para después realizar la actividad.

#### ❖ Práctica

Después de que el niño ha observado cómo el padre, ha puesto en juego la conducta, practica y ensaya esa conducta hasta que la aprenda. Esta técnica puede realizarse en dos situaciones:

Artificiales- es decir en situaciones que los padres provocan y crean para que el hijo pueda ensayar las conductas. Se trata de hacer una dramatización o simulación de una situación en la que el niño tiene que poner en juego la habilidad.

Naturales- son situaciones que normalmente ocurren en la vida diaria de la familia. Se practica la habilidad aprovechando las oportunidades que aparecen de manera natural.

#### ❖ Recompensas

La estrategia fundamental de la recompensa es que el padre o la madre dicen o hacen algo agradable al niño después de que éste ha practicado y ensayado correctamente las conductas que queremos enseñarle.

Los principales tipos de recompensas son: materiales, de actividades o sociales (palabras y frases de elogio para mostrar nuestra aprobación e interés), siendo de las más efectivas estas últimas.

Para que las recompensas que utilizemos sean efectivas debemos de:

- Dar la recompensa inmediatamente después de que el niño ha ejecutado la conducta correctamente.
- Recompensar al niño siempre y cada vez que ponga en juego las conductas y la habilidad que se esté trabajando, sobre todo al principio del aprendizaje.
- Utilizar recompensas que realmente sean efectivas para el niño, algo que realmente le guste.
- Informar y describir al niño por qué se le está gratificando.

#### ❖ Dialogo y debate

Esta técnica básicamente consiste en que la familia habla y dialoga sobre la habilidad que se está trabajando. El dialogo suele girar en torno a estos puntos:

- Definición y descripción de la habilidad

- Importancia y relevancia de las habilidades para el niño señalando las ventajas que conlleva la utilización de la actividad y los inconvenientes y consecuencias de no disponer de ella.
- Aplicación de la habilidad a la vida cotidiana y actividades del niño

Por último, es aconsejable tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

- ✓ Fijar un tiempo determinado al día y/o a la semana para dedicar al programa.
- ✓ Elegir unas cuantas actividades por semana para no saturar al niño.
- ✓ Es importante ser consecuente y consistente tanto en la aplicación de las actividades como en los acuerdos que hayan tomado.
- ✓ Las actividades asignadas al niño deben ser desempeñadas únicamente por él y sin falta, aunque puede recibir ayuda si lo requiere.
- ✓ Ser flexible en la implementación de las actividades y con los resultados.
- ✓ Hay que aprovechar oportunamente los muchos y variados momentos que se producen en la vida familiar y social y en los que, de forma espontánea y natural, se han de poner en juego diversas habilidades.
- ✓ El lugar en el que se lleve a cabo el entrenamiento conviene que sea espacioso, tranquilo y sin interrupciones.
- ✓ El ambiente debe ser positivo, divertido y atrayente para el niño y los demás miembros que participen.
- ✓ Involucrar a todos los miembros de la familia
- ✓ Reforzar los avances

## HABILIDADES BÁSICAS DE INTERACCIÓN SOCIAL

Objetivo: Que el niño aprenda y desarrolle las habilidades básicas de interacción social.

Habilidades a trabajar:

- ✓ Sonreír y Reír
- ✓ Saludar
- ✓ Presentaciones
- ✓ Favores
- ✓ Cortesía y amabilidad

BUENAS  
TARDES



Rutinas diarias:

- Saludar y sonreír siempre que algún miembro de la familia llega.
- Pedir las cosas por favor, agradecer y disculparse cuando sea necesario.
- Que el niño pida las cosas que quiere o necesita antes de dárselas.
- Hacer notar la manera de saludar que tiene la mascota cada vez que alguien llega, Ejemplo – “Mira como Toby mueve la cola y ladra cuando llegamos a la casa, nos está saludando”.
- Hacer notar la manera que tiene la mascota para pedir cosas como agua, comida, juguetes, salir a pasear, etc. Ejemplo – “Cuando Nina tiene sed nos pide agua maullando junto a su trasto, hay que darle agua”.
- Salir a pasear con la mascota y saludar a los vecinos

## Actividad: Presentando a mí mascota

Simular una situación en la que el niño lleve a presentar a su mascota a alguien por ejemplo, al abuelo, hermano, algún vecino, etc.; en dónde aparte de presentarse y presentar a la mascota deberá pedir un favor y agradecerlo (Ejemplo, pedir una taza de azúcar, apoyo en alguna actividad, alguna información, etc).El primer ensayo puede realizarlo el padre para mostrarle como debe hacerle.

### Consideraciones:

Para realizar esta actividad lo primero que tiene que hacer es:

- Saludar y sonreír

Mirar a la otra persona a la cara, sonreír, decir frases y formas verbales de saludo como: hola, buenos días, buenas tardes, etc.

- Presentarse y presentar a su mascota

Mirar a la otra persona, decir su nombre y el de la mascota: Me llamo \_\_\_\_\_ y esta es mi perrita \_\_\_\_\_

- Solicitar el favor

Determinar qué favor se necesita y a qué persona se le debe pedir, luego formular la petición de manera clara y sencilla

- Agradecer - Agradecer cordialmente diciendo una frase o expresión adecuada a cada caso
- Despedirse - Mirar a la otra persona a la cara y decir alguna forma verbal como: Adiós, Hasta luego, Que tenga Buen día, etc.

El niño se puede apoyar en la mascota para que le sea más fácil romper el hielo además de tenerlo como apoyo emocional

## HACER AMIGOS

Objetivo: Que el niño pueda iniciar una interacción social o incluirse en alguna actividad y responda asertivamente, todo con la finalidad de hacer nuevos amigos.

Habilidades a trabajar:

- ✓ Reforzar a los otros
- ✓ Iniciaciones sociales
- ✓ Unirse al juego con otros
- ✓ Ayuda
- ✓ Cooperar y compartir



Rutinas diarias:

- Ayudar en las labores domésticas
- Alimentar a la mascota
- Asignar a cada uno de los miembros de la familia una actividad que deban cumplir cada día
- Elogiar a la mascota por su buen comportamiento. Ejemplo – “Bigotes es muy limpio aprendió a solo utilizar su caja de arena”
- Exponer al niño a actividades en las que tenga que solicitar su turno para participar.
- Pedirle al niño que preste algún juguete y objeto suyo.

Actividad: El juego de pelota

De preferencia en grupo, lanzarle la pelota (o su juguete de preferencia) a la mascota, pidiendo su turno cada vez que alguno de los participantes quiera hacerlo.

Cuando la mascota recupere el juguete, la persona que se lo arrojó deberá elogiarla y acariciarla.

De vez en cuando solicitarle ayuda al niño para detener a la mascota, ir por el juguete o pedirle que lo comparta.

Consideraciones:

El niño deberá ser quién solicite, explícitamente, participar en el juego y pedir su turno, siempre con amabilidad y tranquilo.

Cuando elogie a la mascota deberá acompañar la frase con gestos y expresión facial acorde a lo que esta diciendo.

En caso de que la mascota no pueda realizar esta actividad, se puede modificar por alguna que involucre turnos y a varios integrantes. Por ejemplo – Condicionar alguna actividad que realice la mascota y darle premios (dar la pata, salir de un laberinto, hacer algún sonido, etc.), o realizar la actividad únicamente entre los integrantes de la familia. Por ejemplo – Jugar a anotar canastas, tirar a una portería, etc.

Al prestar ayuda el niño debe: escuchar atentamente lo que la otra persona requiere, solicitar que le repitan el requerimiento de ser necesario y hacer lo que la otra persona necesita de manera amable, haciendo que se sienta cómoda.

Por último, es importante fomentar la cooperación en el niño solicitándole su participación en alguna actividad así como el préstamo de sus objetos.

## CONVERSACIONES

Objetivo: Que el niño logre iniciar, mantener y terminar una conversación.

Habilidades a trabajar:

- ✓ Iniciar conversaciones
- ✓ Mantener conversaciones
- ✓ Terminar conversaciones
- ✓ Unirse a la conversación de otros



Rutinas diarias:

- Hablar sobre cómo le fue en la escuela, amigos, intereses, etc.
- A la hora de la comida, desayuno o cena que cada miembro de la familia cuente algo que le haya pasado.
- Platicar con la mascota secretos o confesiones.
- Platicar sobre la mascota

Actividad: La mascota es el tema de conversación

Investigar con el niño sobre cosas relacionadas con su mascota; origen de la especie, cuidados, actividades que realizan, entrenamiento, etc.

Hacer que el niño le cuente a alguien más sobre su investigación, como es un tema que le interesa y conoce se sentirá animado a participar.

Consideraciones:

Para iniciar una conversación hay que: elegir el momento y lugar oportuno, determinar el tema, acercarse a la persona, transmitir el mensaje de manera clara y acompañado de conductas no verbales adecuadas.

Para mantener una conversación hay que: escuchar detenidamente lo que dice la otra persona, hacer preguntas pidiendo más información, responder con la opinión personal y expresando sentimientos y emociones.

Para terminar una conversación hay que: comunicar de manera educada que se tiene que terminar la conversación y si es necesario exponer las razones y despedirse.

## SENTIMIENTOS, EMOCIONES Y OPINIONES

Objetivo:

Que el niño identifique y exprese adecuadamente sentimientos, emociones y opiniones.

Habilidades a trabajar:

- ✓ Autoafirmaciones Positivas
- ✓ Expresar emociones
- ✓ Defender los propios derechos
- ✓ Defender las propias opiniones



Rutinas diarias:

- Premiar las conductas buenas
- Que cada uno de los miembros de la familia exprese sus sentimientos y emociones
- Observar como representa sus diferentes estados de ánimo la mascota y hacerlos evidentes. Ejemplo – “Bruno está asustado por los truenos, mira como tiene la cola entre las patas y se esconde”
- Elegir la ropa que se va a poner, que quiere llevar de lunch, etc.
- Resaltar los logros obtenidos

Actividad: ¿Cómo nos sentimos?

Toda la familia se sienta en círculo y cada uno de los miembros expresa que cosas los hacen sentirse felices, tristes, enojados, etc. y por qué se sienten así. Pueden decir también como los hace sentir otro de los miembros de la familia.

Luego se intercambian los papeles y cada miembro tiene que actuar como alguien más y decir como cree que se siente esa persona en diferentes situaciones.

Se puede acariciar a la mascota en esta actividad para relajarse.

Consideraciones:

Al expresar emociones lo que hay que hacer es: detectar la emoción, descubrir e identificar las causas, expresar la emoción junto con la expresión verbal y lenguaje corporal adecuados. Finalmente es importante mantener y/o intensificar la emoción si es positiva y reducirla y/o eliminarla si es negativa.

Para responder a las emociones de los demás hay que: identificar las emociones y sentimientos positivos y negativos de la otra persona, ponerse en el lugar de la otra persona para comprender sus sentimientos y responder adecuadamente con la expresión verbal y corporal.

Para defender los propios derechos es importante: conocer los propios derechos, detectar cuando no se están respetando, comunicar a la otra persona que se desea que se respeten y pedir un cambio de conducta.

Para defender las opiniones propias, es necesario: tomar la palabra, decir lo que se piensa, exponiendo puntos de vista y visión personal y defender las opiniones si son ignoradas o rechazadas.

## SOLUCIÓN DE PROBLEMAS INTERPERSONALES

Objetivo: Que el niño aprenda a identificar sus problemas y buscar soluciones.

Habilidades a trabajar:

- ✓ Identificar problemas interpersonales
- ✓ Buscar soluciones
- ✓ Anticipar consecuencias
- ✓ Elegir una solución



Rutinas diarias:

- Elegir la ropa para ponerse, vestirse y desvestirse.
- Platicar sobre eventos angustiantes o que lo molesten.
- Tiempo de juego no estructurado.
- Solicitarle actividades sencillas sin decirle el procedimiento completo.
- Hacer actividades nuevas.

Actividad: Cepillar, limpiar o bañar a la mascota

El niño debe lograr bañar al animal por sí solo. El adulto sólo informa que materiales son los que existen para la limpieza de la mascota.

El niño debe resolver la actividad a pesar de los conflictos que se puedan presentar, mientras que el adulto puede sugerir conflictos extras como: “Creo que sigue sucio ¿qué crees que debas hacer?” o “Ahora parece que tiene frio, ¿cómo resolvemos esto?”.

Así como esta actividad, se puede hacer con el cepillado o incluso la limpieza de la vivienda de la mascota.

Consideraciones:

Para buscar soluciones cuando se tiene un problema es necesario preguntarse:

- ¿Cómo se puede resolver el problema?
- ¿Qué se puede hacer para y/o decir para solucionarlo?
- ¿Qué harías para resolver el problema?
- ¿Qué otra forma puede haber de solucionar el problema?

Para anticipar consecuencias cuando se tiene un problema es necesario considerar todas las opciones de respuesta que hay para cada una de las soluciones que hemos propuesto.

Para elegir una solución es necesario tener en cuenta cada posible solución y evaluar las consecuencias en base a preguntas cómo:

- ¿Es una buena idea?
- ¿Es justa?
- ¿Cómo afecta a los demás?
- ¿Cómo me hace sentir?
- ¿Es una solución efectiva que realmente resuelve el problema?

## ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Algunas de estas actividades son realizadas principalmente con perros pues son las mascotas más comunes y más fáciles de entrenar; sin embargo se pueden adaptar a otras especies.

Las actividades de alimentación y limpieza se requieren realizar diariamente y las demás se sugiere realizarlas si no es diario, con frecuencia; para todas es importante asignar horarios y días.

### Alimentación

Esta actividad consiste en asignar un horario para dar de comer a la mascota (dependiendo de sus necesidades particulares). Se recomienda que el niño sea el encargado de llevar a cabo esta labor, pues de esta manera le enseñamos como ser responsable, a organizar sus tiempos y a colaborar con los demás.

El estar a cargo de una mascota fomenta la autoestima y la autorrealización en los niños.

### ➤ Limpieza

Este apartado incluye actividades como baño, cepillado, limpieza de su lugar o de sus implementos, etc.

Al igual que con la alimentación, es importante que se asignen fechas y horarios específicos para realizar estas actividades pues necesitamos fomentar el orden y la disciplina, así como las consecuencias tanto positivas como negativas de realizar o no las actividades.

### ➤ Caricias y juegos

Es una primera forma de tomar contacto con el animal, proporciona retroalimentación afectiva, relajación y sacia las necesidades táctiles y de contacto físico.

El niño se da cuenta que puede dar cariño a los animales y que también es capaz de disponer del afecto incondicional de su mascota, ayudándole en el establecimiento de una identidad propia.

### ➤ Paseos

El paseo es uno de los ejercicios que se recomienda realizar diariamente ya que es una actividad que relaja y tranquiliza.

Durante los paseos los dueños podrán encontrarse con gente, saludar a los perros y a sus propietarios, fomentando así la comunicación y las relaciones sociales.

### ➤ Entrenamiento

El entrenamiento es importante tanto para la mascota como para los miembros de su familia, pues permite llevar un orden en las actividades del animal, que éste aprenda las reglas y que no existan disgustos al no tener el control sobre su conducta; logrando así una convivencia armónica.

Para los niños es de gran satisfacción y orgullo enseñar a la mascota de la familia una nueva actividad o al completar una sesión de educación del animal y constituye una valiosa experiencia didáctica para todos los implicados.

➤ Saludar

Se hace un círculo con los miembros del grupo y con el animal en el centro. Una persona determinada llamará a la mascota y cuando venga, le saludará con la voz, con caricias, y palmadas.

A continuación lo hará otra persona del círculo, preferentemente una que está al lado opuesto o lejos de la persona que acaba de saludar. El animal tendrá que correr y cruzar varias veces el círculo hasta que haya saludado a todos los miembros.

Esta actividad fomenta la participación en grupo, la integración y el juego organizado.

➤ Carreras de “Ven”

Tendremos a dos usuarios colocados uno en frente de otro respectivamente pero a una cierta distancia. Cada uno tendrá premios en la mano. A la orden, el primer usuario llamará al animal con un “ven”. Tiene que utilizarse un tono de voz alegre y contenta. Cuando venga la mascota lo premiaremos con la comida y con caricias.

A continuación el segundo usuario hará lo mismo, lo llamará desde la distancia para premiarlo de la misma manera.

Con este ejercicio queremos que los niños ganen autoestima, se integren y socialicen.

## RECOMENDACIONES

### Relación padres-hijos

- Es importante definir la conducta deseable, describiéndola y mostrando aprobación y gusto cuando ocurre.
- Reconocer esfuerzos, nuevas capacidades y habilidades con aprobación y afecto.
- Responder al comportamiento con respeto, aceptación y aprobación.
- Establecer límites y reglas claras, explicándolas con claridad, así como las consecuencias de no cumplirlas.
- Promover la participación activa de los hijos en la solución de problemas.
- Mantener abierta la comunicación.
- Ser consistente y constante en la aplicación de estas recomendaciones.
- Establecer y cumplir rutinas claras respecto a horarios de alimentación, sueño, baño, juego, tareas, etc.
- Cumplir consistentemente las consecuencias al incumplimiento de reglas y límites.
- Cumplir las promesas y los acuerdos producto de negociaciones entre padres e hijos.
- Utilizar el razonamiento como herramienta de enseñanza.
- Una conducta de los padres consistente y previsible ayuda al niño a ser más seguro y a enfrentar su ambiente competentemente.

- Una relación de calidad padres-hijos requiere de demostrar afecto, una relación de apego sana y la atención de las necesidades del niño.

## Mascotas

- Al adquirir una mascota se debe considerar si se tiene el tiempo, economía, espacio, paciencia, participación de los demás miembros de la familia y ganas, pues es una responsabilidad que estamos asumiendo por mucho tiempo.
- Es importante tomar en cuenta factores como gustos, salud, tipo de lugar en donde se vive, clima, espacio, tipo de vida que se lleva, etc. para elegir la mascota que más se adecue a las necesidades de la familia.
- Para los niños un animal es una responsabilidad muy grande por lo que se recomienda acompañarlo en las actividades y asignarle poco a poco sus obligaciones con la mascota.
- Siempre supervisar la interacción del niño con la mascota, sobre todo al principio y en actividades nuevas.
- Recordar que al tener a la mascota hay que brindarle su espacio, alimentarlo, mantenerlo limpio, vacunarlo, desparasitarlo, ejercitarlo y satisfacer sus necesidades de afecto.
- Al salir a pasear hay que colocarle una correa e identificación.
- Para tener una mejor convivencia entre todos los miembros de la familia y la mascota se debe entrenar al animal de acuerdo con sus capacidades y objetivos familiares.
- Las mascotas brindan grandes beneficios y satisfacciones pero también requieren de mucho trabajo y atenciones, por lo que es importante considerarlo antes de asumir esa responsabilidad.

## BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

Battelheim, B. (1993). No hay padres perfectos. México: Grijalbo.

Faber, A. & Mazlish, E. (1995). Cómo hablar para que los niños escuchen y cómo escuchar para que los niños hablen. México: Edivisión.

Fisher, S. (2010). 100 trucos para adiestrar a un perro perfecto. España: Paidotribo.

Heath, S., Horwitz, D. & Mills, D. (Eds.). (2005). Manual de comportamiento en pequeños animales. Barcelona: J. M. Satre Vida.

Izquierdo, A. (1996). Cómo educar a los hijos: terapia de conducta. Bilbao: Mensajero.

Villahizán, J. (2006). Entender, educar y cuidar a tu perro. Madrid: LIBSA.

## Criterios de Evaluación

### Pre-Post Test

1. ¿En qué consiste la socialización?
2. ¿Por qué es importante promover el desarrollo de habilidades sociales en los niños?
3. ¿Qué es la terapia asistida por animales?
4. ¿Cómo favorecen las mascotas a la socialización?
5. Menciona algunas actividades para trabajar habilidades sociales
6. ¿Qué actividades se pueden realizar con las mascotas para fomentar las habilidades sociales en los niños?

## DISCUSIÓN, ALCANCES Y LIMITACIONES

La familia es la primera que se encarga del desarrollo social de los niños, los padres o cuidadores transmiten a sus hijos las normas sociales, valores y conductas adecuadas para la convivencia satisfactoria en la sociedad en la que viven.

Todos los miembros de la familia funcionan como modelos para los niños, aprendiendo de ellos tanto las conductas positivas como negativas; lo que para Bandura es el aprendizaje observacional el cual es un proceso central del desarrollo.

Las HHSS no son innatas, sino que se adquieren con el tiempo y experiencia y pueden mejorarse a través de experiencias de aprendizaje adecuadas, por lo que es importante fomentarlas en las etapas críticas del desarrollo como lo es la infancia.

Existen niños a los que se les dificulta socializar originando aislamiento, baja autoestima, sentimientos de inferioridad y hasta agresividad; esto a la larga afecta su desempeño escolar, desarrollo psicológico, bienestar emocional, etc.; pues las HHSS cumplen un papel fundamental en la estructura de la interacción interpersonal.

El entrenamiento en HHSS es un tratamiento muy completo para fortalecer el desarrollo social pues abarca varias áreas como son el aprendizaje de un adecuado repertorio conductual, la disminución de la ansiedad, una reestructuración cognitiva y aprendizaje para la solución de problemas, además de emplear técnicas accesibles y fáciles de llevar a cabo; sin embargo, los programas para niños son pocos y a nivel institucional casi no se manejan.

Por otra parte tanto Gunter como Fine coinciden en que los beneficios de los animales domésticos son múltiples y pueden ser aplicables en diversas poblaciones. Estos beneficios se presentan en áreas como física, psicológica, social y terapéutica y se ha demostrado que en general mejoran la calidad de vida de las personas.

En relación con el desarrollo social, las mascotas pueden ser de gran ayuda ya que son factores determinantes para combatir la soledad y la depresión, son fuente de motivación y tranquilidad, sirven como foco de interés y fomentan la interacción social.

Para los niños el tener un animal doméstico tiene diversas implicaciones positivas para su desarrollo, pues no solo fomenta el sentido de la responsabilidad, orden, disciplina y trabajo en equipo, si no que también les brinda la oportunidad de interactuar, recibir y dar afecto, desarrollar empatía y aprender habilidades sociales, elevando su autoestima y logrando así un desarrollo integral óptimo.

Contrario a lo anterior, una mascota significa una gran responsabilidad para la cual no siempre se está preparado, requiere atenciones, tiempo, afecto y poder adquisitivo, entre otras cosas; todo esto muchas veces no se considera a la hora de adquirir un animal. Así mismo para un niño puede ser contraproducente si se le obliga o se le asignan actividades más allá de sus capacidades o si las experiencias tempranas de la interacción con animales son negativas.

Otro aspecto importante que puede dificultar la terapia asistida por animales es la higiene y los problemas de salud que pueden ocasionar algunos animales; desafortunadamente existen muchos padecimientos que por falta de higiene o una interacción inadecuada se puede llegar a contraer.

A pesar de que existe una literatura creciente sobre las interacciones humano-animal, aún hay un rechazo a la aplicación de estos programas, sobre todo a nivel institucional, debido a la falta de esclarecimiento sobre opiniones científicas, resultados y abordajes de los problemas relacionados con el tema y porque la mayor parte de la investigación que existe no se considera científica.

En este sentido, Fine (2000) subrayó que los animales podían ejercer un impacto terapéutico en los niños si su utilización estaba combinada con otras estrategias y que afirmar que los cambios terapéuticos se producen solamente en el aislamiento podía ser algo engañoso. Serpell (en Fine, 2000) por su parte dice que los estudios de terapia

asistida por animales deben basarse en teorías sólidas para ser ampliamente aceptadas.

Es necesario entonces, llevar a cabo nuevas investigaciones y permitir un proceso de organización y presentación de la literatura que favorezca y plantee preguntas científicas que ayuden a fomentar este tipo de terapias.

Una de las principales limitaciones al realizar investigación sobre la TAA o las implicaciones que tienen los animales en la vida del ser humano y temas relacionados, es que la mayor parte de la literatura se ha originado en países de Europa y Norteamérica. La mayor parte de las publicaciones son en inglés, solo un pequeño grupo interdisciplinario en España ha tratado el tema y en países latinoamericanos es muy difícil acceder a esta información. Todo esto dificulta la creación e implementación de programas debido a las diferencias culturales, sociales, económicas, etc.

En respuesta a esto es necesario fomentar trabajos de investigación que permitan abundar más en lo encontrado hasta ahora y adecuar las propuestas realizadas en otros países, de acuerdo a las necesidades de la población.

En cuanto a las normas y leyes para la utilización de animales en terapia, se puede decir que no existe un código previamente establecido, por lo que es recomendable tomar como base los principios éticos de la profesión y trabajar en la creación de una guía para la aplicación de estos programas.

En México actualmente se conoce poco sobre la labor de los animales como coterapeutas y las implicaciones que tienen para la salud y bienestar de las personas, por lo que existe la necesidad de que instituciones de salud, educativas, de asistencia social, etc. fomenten el trabajo con animales y se apoyen en ellos para los tratamientos; informando así a la población y favoreciendo nuevas investigaciones.

Por último, es necesaria la educación del público en general en cuanto a la tenencia de animales de compañía, respeto, derechos y responsabilidades, así como sobre los beneficios que brindan.

## REFERENCIAS

- American Psychological-Association. (2010). Manual de estilo de publicaciones de la American Psychological Association (2ª ed. adaptada para el español por la editorial El Manual Moderno). México: El Manual Moderno.
- Andrade, P. & Morales, L. (2009). Estilos parentales y problemas en niños. Tesis de licenciatura inédita. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Atehortua, C., Gómez, G. & Orozco, S. (2007). La influencia de las mascotas en la vida humana. *Revista colombiana de ciencias pecuarias*, 20, 377-386.
- Bandura, A. (1974). *Aprendizaje social y de la personalidad*. Madrid: Alianza.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood. Cliffs: Prentice Hall.
- Battelheim, B. (1993). *No hay padres perfectos*. México: Grijalbo.
- Caballo, V. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento en las habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI.
- Caballo, V. (1991). *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta*. Madrid: Siglo XXI.
- Cervantes, D. (2010). *Habilidades sociales en menores maltratados*. Tesis de licenciatura inédita. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Erikson, E. (1993). *Childhood and society*. New York: Norton.
- Faber, A. & Mazlish, E. (1995). *Cómo hablar para que los niños escuchen y cómo escuchar para que los niños hablen*. México: Edivisión.
- Fine, A. (Ed.). (2003). *Manual de terapia asistida por animales, Fundamentos teóricos y modelos prácticos*. Barcelona: Fundación Affinity.
- Fisher, S. (2010). *100 trucos para adiestrar a un perro perfecto*. España: Paidotribo.

- García, C. & López, N. (2010). Fortalecimiento de la autoestima en niños de primaria a través de un programa de mega-habilidades para mejorar el rendimiento académico. Tesis de licenciatura inédita. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Gil, F., Jarana, L. & Leon, J. (1995). Habilidades sociales y salud. Madrid: Pirámide
- Gil, F. & Leon, J. (Eds.). (1998). Habilidades sociales: teoría, investigación e intervención. Madrid: Síntesis.
- Granados, D., Gutiérrez, G. & Piar, N. (2007). Interacciones humano-animal: características e implicaciones para el bienestar de los humanos. Revista colombiana de psicología, 16, 163-183.
- Gunter, B. (2002). Animales domésticos, psicología de sus dueños. Barcelona: Paidós.
- Harris, K. El uso de terapia asistida con mascotas para niños en situación de riesgo en México. Recuperado el 3 de junio del 2012 de <http://www.interscienceplace.org>.
- Heath, S., Horwitz, D. & Mills, D. (Eds.). (2005). Manual de comportamiento en pequeños animales. Barcelona: J. M. Satre Vida.
- Hernández, L. (1999). Hacia la salud psicológica: niños socialmente competentes. México: UNAM, Facultad de Psicología.
- Hurlock, E. (1976). Desarrollo psicológico del niño. México: Mc. Graw Hill.
- Izquierdo, A. (1996). Cómo educar a los hijos: terapia de conducta. Bilbao: Mensajero.
- Kelly, J. (2000). Entrenamiento en las habilidades sociales: guía práctica para intervenciones. Bilbao: Declée de Brower.
- López, A. (2009). Propuesta de un programa de terapia asistida por animales de compañía en la atención asistencial y terapéutica en personas con parálisis cerebral y síndrome de Down: estudio de casos. Tesis de licenciatura inédita. Universidad Nacional Autónoma de México.

- Martínez, R. (2008). La terapia asistida por animales: una nueva perspectiva y línea de investigación en la atención a la diversidad. *Boletín de estudios universitarios la Salle: España*, 9, 117-143.
- Michelson, L. (1987). *Las habilidades sociales en la infancia: evaluación y tratamiento*. Barcelona: Martínez Roca.
- Monjas, C. (1997). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar*. Madrid: Ciencias de la educación preescolar y escolar.
- Ochoa, S. & Villalta, V. (2007). La terapia asistida por animales de compañía como programa de rehabilitación adjunto para personas con diagnóstico de esquizofrenia crónica. *Revista Papeles del psicólogo: Consejo general de psicólogos de España*. 1 (28), 49-56.
- Pancelis, M., Vega, L. & Zamora, M. (2011). *Manual para promover el desarrollo de habilidades sociales en niños y niñas preescolares*. México: Puentes para crecer.
- Papalia, D. (2010). *Desarrollo humano*. México: Mc Graw Hill.
- Paramio, A. (2010). *Psicología del aprendizaje y adiestramiento del perro*. Madrid: Diaz de santos.
- Piaget, J. (1984). *Psicología del niño*. Madrid: Morata.
- Piaget, J. (1994). *El nacimiento de la inteligencia en el niño*. México: Grijalbo.
- Reymond-River, B. (1978). *El desarrollo social del niño y del adolescente*. Barcelona: Herder.
- Shaffer, D. (2003). *Desarrollo social y de la personalidad*. México: Thomson.
- Sociedad Mexicana de Psicología. (2010). *Código ético del psicólogo*. México: Trillas.

Vargas, T. (2008). Propuesta de taller de entrenamiento en habilidades sociales para niños en edad escolar. Tesis de licenciatura inédita. Universidad Americana de Acapulco.

Vela, P. (2005). La mascota como estrategia pedagógica en el aula para facilitar el desarrollo afectivo y favorecer los dispositivos básicos de aprendizaje: "atención y motivación" en niños de tres años y ocho meses. Tesis de licenciatura inédita. Universidad de la Sabana España.

Villahizán, J. (2006). Entender, educar y cuidar a tu perro. Madrid: LIBSA.