



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**“FORTALECIMIENTO DE
HABILIDADES SOCIALES PARA
DISMINUIR EL NIVEL DE AGRESIVIDAD
EN NIÑAS Y PREADOLESCENTES
INSTITUCIONALIZADAS”**

TESIS

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

PRESENTA:

CARLA SAMANTHA CÁRCAMO MORALES

DIRECTORA: MTRA. PATRICIA BERMÚDEZ LOZANO

REVISOR: LIC. MIGUEL ÁNGEL LUNA IZQUIERDO



Ciudad Universitaria, CD. MX., 2017



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



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.

INDICE

RESUMEN	1
INTRODUCCIÓN	2
CAPÍTULO 1. LAS HABILIDADES SOCIALES PARA POTENCIALIZAR LA CONVIVENCIA POSITIVA	6
1.1 Definición de las habilidades sociales y sus componentes	6
1.2 Las habilidades sociales y el desarrollo de la convivencia positiva	10
1.3 Dificultades en el desarrollo de las habilidades sociales	13
1.4 Programas para el desarrollo de habilidades sociales	16
CAPÍTULO 2. AGRESIVIDAD	26
2.1 Conceptualización y características de la agresividad desde un enfoque cognitivo-conductual	26
2.2 Tipos de agresividad	31
2.3 Investigaciones sobre agresividad	33
CAPÍTULO 3. MÉTODO	37
Planteamiento del problema	37
Pregunta de investigación	38
Objetivos	38
Variables	38
Tipo de estudio	39
Participantes	40
Escenario	40
Instrumentos	41
Procedimiento	42

CAPÍTULO 4. RESULTADOS	44
CAPÍTULO 5. CONCLUSIONES	54
REFERENCIAS	60
ANEXOS	66

RESUMEN

El mundo actual exige estar constantemente en comunicación y relacionados con las demás personas. El interés de esta investigación es la interacción que se establece en esa comunicación ya sea positiva o negativa, la cual se verá modificada de acuerdo a las habilidades que posee cada persona. Las habilidades propias de una buena comunicación son una serie de comportamientos básicos e indispensables que nos permiten a los seres humanos actuar e insertarnos en el espacio social en el que nos desarrollamos. Es por ello que el propósito de la investigación es fortalecer las habilidades sociales de un grupo de preadolescentes en situación de riesgo, con la finalidad de propiciar una convivencia. Se implementó en un taller bajo una perspectiva cognitivo conductual y, específicamente, basado en el aprendizaje social, en el que participaron doce preadolescentes, con una media de edad de 11 años. Se abordaron temáticas como autoestima, comunicación, asertividad, toma de decisiones, solución de conflictos y agresividad. Se empleó un diseño cuasiexperimental de tipo comparativo de un solo grupo con una medida antes y después de la intervención, utilizando como instrumentos de evaluación una lista de chequeo de habilidades sociales y una escala de agresividad. Los resultados indicaron en general un cambio positivo en el fortalecimiento de las habilidades sociales de las participantes, así como una disminución de la agresividad que se manifestaba en diferentes formas, concluyendo que es necesario trabajar un lapso de tiempo mayor sobre las habilidades sociales para la solución de problemas y toma de decisiones.

Palabras clave: Habilidades sociales, agresividad, convivencia.

INTRODUCCIÓN

En los últimos años se ha observado un incremento de la agresividad, la violencia física, abuso sexual y homicidios de menores de 14 años. México ocupa el primer lugar, entre los 33 países que pertenecen a la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE); por las cifras proporcionadas en el 2015 por esta Organización, se estima que el maltrato infantil se incrementa en un 50% en el lapso de un año.

Según el censo realizado en el año 2010 en México, residen en el país 39.2 millones de niños de 0 a 14 años. Se afirma que el 10% son menores víctimas de maltrato y que cerca de 4 millones de niños se encuentran en situación de alta vulnerabilidad y riesgo. El Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) del Distrito Federal, informa que se recibieron un promedio de cuatro casos de maltrato infantil por día entre 2000 y 2002. En casi la mitad de los casos (47%) la responsable fue la madre, en el 29% fue el padre, lo que significa que la familia que debería ser el lugar mejor equipado para proteger a los niños y niñas se puede convertir en una zona de riesgo para ellos.

Mientras que la Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar (RELAF) reportó en el 2011 que en México existían 29 mil 310 niños que se encontraban en instituciones o albergues, en contraste con lo informado en el 2013 por el DIF sobre que había 25 mil 700 niños y adolescentes en 922 albergues, 805 en albergues privados y 117 en albergues públicos registrados, a los cuales, sólo en el último año, se destinaron 39 millones 912 mil 500 pesos. Afirmando que por lo menos 25 mil niños vulnerables en el país son atendidos en albergues públicos y privados, por no tener mejores condiciones en el seno familiar.

Los albergues e instituciones de asistencia privada (I.A.P.), son entidades particulares con personalidad jurídica y patrimonio propio, con fines de utilidad pública y no lucrativos, se rigen por un conjunto de acciones realizadas por particulares tendientes a modificar y mejorar las circunstancias de carácter social que impiden al individuo su desarrollo integral, así como la protección física, mental y social de las personas. Se han encontrado casos de niños y adolescentes que viven en instituciones de resguardo presentan altos índices de agresividad, y tienen como prioridad lograr su disminución a través de diversas acciones cuyo objetivo es fortalecer sus habilidades sociales para lograr una mejora en su desarrollo integral como personas.

Cuando se cuenta con habilidades sociales los seres humanos se sienten a gusto consigo mismos, tienen una mejor autoestima, reflexionan y actúan de manera razonada frente a los problemas, y por el contrario, cuando hay un déficit en las habilidades sociales se presentan conductas de escape o evitación, como por ejemplo el aislamiento, la timidez, la agresividad, la rigidez o pasividad, la depresión, la incompetencia, entre otras, quebrantado sus propios derechos y manifestando dificultades para relacionarse con los demás.

En México no están disponibles los reportes de programas dirigidos a desarrollar habilidades sociales en niños que viven en condiciones de institucionalización. Sin embargo, las pocas investigaciones realizadas que han considerado dicha situación y que se han estructurado bajo el enfoque cognitivo conductual y la teoría del aprendizaje social, han demostrado su efectividad, facilitando la adquisición, generalización y mantenimiento de las conductas positivas a través de habilidades sociales disminuyendo las conductas problema (González, Ampudia y Guevara, 2012).

Las habilidades sociales se van adquiriendo y desarrollando a lo largo de nuestra vida mediante el aprendizaje social, puesto que éste permite la adquisición

de conocimiento por observación, mejorando la convivencia positiva con las personas y el entorno que nos rodea. Tener un buen repertorio de habilidades sociales permite la adaptación de los seres humanos con el entorno en el que se desarrollan, así como ayuda a generar vínculos satisfactorios.

Algunos autores (Vallés y Vallés, 1996), mencionan que las habilidades sociales son los principales componentes de la inteligencia emocional que permiten dirigir el comportamiento, rechazar peticiones poco razonables, defenderse de las críticas injustas de los demás mediante el diálogo, aceptar las críticas justas de manera adecuada, escuchar activamente, valorar opiniones, predecir reacciones, observar su lenguaje, valorar las cosas positivas que hacemos, ser capaz de divertirse, tener confianza en sí mismo, mostrar dinamismo y actividad, comprender los sentimientos de los demás y conversar.

La estructura de la presente investigación sobre el fortalecimiento de habilidades sociales para disminuir el nivel de agresividad en niñas y preadolescentes institucionalizadas se desglosa en cuatro capítulos que abordan el tema de las habilidades sociales y la agresividad en los adolescentes.

En el capítulo 1 se enuncian las diversas definiciones de habilidades sociales, los componentes que se encuentran relacionados, su relación con la convivencia, así como la agresividad y la descripción de programas para el desarrollo de estas habilidades.

En el capítulo 2 se aborda la conceptualización de la agresividad desde la perspectiva cognitivo-conductual y las características de quienes son considerados como agresores.

En el capítulo 3 se presenta el método mediante el cual se realizó la presente investigación, así como el procedimiento de la misma.

En el capítulo 4 se exponen los efectos del desarrollo de algunas habilidades sociales sobre el nivel de agresividad de un grupo de niñas y preadolescentes mediante un análisis comparativo/ cuantitativo.

Y, en el capítulo 5, se presenta una discusión sobre los resultados, contrastándolos con evidencias de investigaciones previas, puntualizando algunas conclusiones, limitantes y sugerencias para trabajos posteriores relacionados con el tema.

CAPÍTULO 1

HABILIDADES SOCIALES PARA POTENCIAR LA CONVIVENCIA POSITIVA

Todas las personas poseemos habilidades (habla, contacto social, planear, empatía) necesarias para relacionarnos con otras personas de manera satisfactoria; la calidad de estas relaciones se verá determinada en gran medida por nuestras habilidades sociales (Rojas, 2008) que pueden irse modificando con el paso del tiempo. Sin embargo, existe un incremento de la agresividad a nivel social, familiar y escolar que impacta en la convivencia de manera negativa, perjudicando las relaciones interpersonales de los seres humanos.

1.1 Definición de las habilidades sociales y sus componentes

Todas las personas desarrollamos distintas habilidades que nos permiten interactuar con otros seres humanos. Esas habilidades engloban tres componentes: el afectivo, el cognitivo y el conductual, con los que se logra dirigir el comportamiento, rechazar peticiones, defender y aceptar las críticas de manera adecuada, escuchar, valorar opiniones, predecir reacciones, valorar las cosas positivas, divertirse, tener confianza en uno mismo, mostrar dinamismo, comprender los sentimientos de los demás y conversar (Vallés y Vallés, 1996).

Existen diversas definiciones de habilidades sociales que comparten ciertas características, por ejemplo, la influencia de la cultura, el enfocarse a mejorar el comportamiento y manera de expresar, la resolución de problemas, perfeccionar y mantener relaciones sociales, potencializar la autoestima, disminuir la violencia y fortalecer las cualidades personales, por mencionar algunas.

A continuación, se presentan algunas definiciones desde la perspectiva cognitivo conductual.

Las habilidades sociales son la capacidad de ejecutar aquellas conductas aprendidas que cubren las necesidades de comunicación interpersonal y/o responden a las exigencias y demandas de las situaciones sociales de forma efectiva, tales como mantener o mejorar la relación con otra persona, mantener la autoestima y disminuir el estrés asociado a situaciones interpersonales conflictivas (León y Medina, 1998).

También refieren la capacidad para relacionarse con los demás de manera eficaz, para interactuar y relacionarse con los pares, así como con los adultos de forma efectiva y satisfactoria (Monjas, 2000) resultando reforzante para aquellos con quienes interactúan, al permitirles entablar relaciones con facilidad, conversar con otros, transmitir y recabar información sin tropiezos, dejando una agradable sensación a su interlocutor (Kelly, 2000).

Luca, Rodríguez y Sureda (2001), definen las habilidades sociales como los comportamientos o pensamientos que son instrumentales para resolver conflictos, situaciones o tareas sociales, los cuales son aprendidos y adquiridos.

Otra definición fue propuesta por Bisquerra, Agulló, Fililla y Soldevila (2005), quienes las identifican como la capacidad para establecer relaciones sociales satisfactorias, reconociendo las emociones de los demás, ayudar a otras personas a sentirse bien, desarrollar empatía, ser asertivo y solucionar conflictos.

Caballo (2009), por su parte, especifica que las habilidades sociales son un conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas mismas conductas en los demás, resolviendo problemas inmediatos y minimizando futuros problemas.

La perspectiva cognitivo conductual se interesa por el cómo aprenden las personas y considera que cada uno nace con una herencia y temperamento determinado, mismos que permean la interacción con su entorno. Tanto Caballo (2009) como Vallés y Vallés (1996), concuerdan en que las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos del ser humano para expresar sus necesidades, actitudes y deseos mediante el componente afectivo, cognitivo y conductual, para mejorar la interacción consigo mismo y con los demás, reduciendo problemas inmediatos o futuros.

Se ha considerado que en el componente cognitivo intervienen aspectos psicológicos (Vallés y Vallés, 1996); Peñafiel y Serrano, 2010), relacionados con el pensar (identificar necesidades, gustos, autorregulación, identificación de estados de ánimos de uno mismo y los demás); que el componente emocional es el implicado en la expresión y manifestación de diversas emociones (ira, enfado, alegría, tristeza, asco, vergüenza, etc.); y que el componente conductual se relaciona con el actuar (conductas verbales, alternativas de agresión, provocaciones, conductas no verbales, posturas, tono de voz). De manera indirecta son los reguladores para una convivencia positiva con el entorno.

Por su parte Goldstein (1991), propone una clasificación de las habilidades sociales que van aumentando progresivamente y las integra en seis grandes bloques:

- Habilidades sociales básicas. Se relacionan con la interacción inicial con otras personas, la forma de establecer y mantener una relación con los demás, por ejemplo, escuchar, comenzar y mantener una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse y hacer un cumplido.
- Habilidades sociales avanzadas. Hacen referencia a la identificación de las finezas de la interacción, como pedir ayuda, participar, dar y seguir instrucciones, disculparse, o convencer a otras personas.

- Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos. Se relacionan con el manejo de emociones, es decir, para reconocer los primeros signos físicos de sus reacciones emocionales a fin de aprender a controlarse a sí mismos y empezar a conocer cómo cambia su cuerpo para así responder, calmándose a sí mismos. Por ejemplo, conocer y expresar sentimientos, comprender los sentimientos de otros, enfrentarse al enfado de otro, expresar afecto, resolver el miedo o auto-recompensarse.
- Habilidades alternativas a la agresión. Facilitan el desarrollo y fomento de las relaciones interpersonales positivas, con una actitud de respeto y tolerancia hacia otras personas, aceptando las diferencias entre unos y otros, aportando cosas propias y valorando las aportaciones de los demás, por ejemplo, pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, utilizar el autocontrol, responder a las bromas y evitar los problemas con los demás.
- Habilidades para hacer frente al estrés. Permiten tener iniciativa para relacionarse con los demás, seguir pláticas, encontrar a alguien e invitarlo a unirse a la actividad, así como unirse a otras actividades de manera espontánea, como formular y responder una queja, deportividad después del juego, enfrentar la vergüenza, enfrentarse a ser dejado de lado, defender a un amigo, responder a la persuasión y al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a una acusación, prepararse para una conversación difícil y enfrentarse con la presión del grupo.
- Habilidades sociales para la planeación. Implican el proceso de establecer metas y elegir medios para alcanzar dichas metas, se sigue una lógica, donde se toman en cuenta las prioridades de forma que se pueda determinar hacer algo, determinar qué causó un problema, fijar un objetivo, determinar las propias habilidades, reunir información, ordenar problemas por importancia, tomar una decisión, concentrarse en una tarea.

En la presente investigación se utilizó la clasificación e instrumento propuesto por Goldstein para medir con qué frecuencia se manifestaban las habilidades sociales por bloque o relacionadas principalmente con cuatro aspectos: autoconcepto, comunicación, toma de decisiones, y asertividad.

1.2 Las habilidades sociales y el desarrollo de la convivencia positiva

Para lograr una convivencia positiva es necesario emplear las habilidades sociales en situaciones de conflicto para lograr la disminución y prevención de patrones de agresividad. El saber convivir es probablemente el aprendizaje más importante del desarrollo personal (Torroella, 2002).

Cuando escuchamos la palabra convivencia solemos asociarla con situaciones que requieran alguna interacción (positiva o negativa), ya sea de dos personas o de grupo, y este pensamiento no es erróneo, pero para profundizar en ello a continuación se mencionan algunas definiciones de la misma.

Convivencia, significa abrir al otro un espacio de existencia junto con nosotros. Otra forma de entender el significado del concepto se resume en la frase “convivir es vivir con”; ya que todos tenemos la necesidad de agruparnos, de estar con, de estar en relación con; el hombre comienza a ser persona cuando es capaz de relacionarse con los otros. En todo grupo humano existe la necesidad de convivir o mejor de aprender a convivir; la sociabilidad es una forma básica de la naturaleza humana que nos ayuda a conseguirlo (Montes, 2000).

La convivencia se da en diversos lugares, en el hogar, en la calle, en la escuela, o en el trabajo. Arias (2013) menciona que un ambiente favorable para la comunicación, con altos niveles de respeto, es esencial para el desarrollo académico, emocional y la conquista de competencias sociales. Y es el hogar el primer lugar en el que se inicia dicha comunicación y se establecen las primeras relaciones sociales.

Además del contexto familiar, otro de los contextos más enriquecedores para poder aprender, modificar y reafirmar las habilidades previamente aprendidas es la escuela, en donde las personas tienen la posibilidad de interactuar ya sea con sus pares o con las demás personas, permitiendo crear lazos como la amistad o simplemente compañerismo; en la escuela se generan o se disuelven algunas de las relaciones personales pues se ven involucradas las diversas culturas, creencias, valores y los diferentes niveles de habilidades sociales que cada persona posee. Asimismo, se refuerzan los valores y se fortalece la autoestima.

La convivencia escolar es un proceso de relaciones dinámicas de comprensión, cooperación y valoración de los diferentes contextos en las que se integran y expresan las influencias educativas, así como la solución de conflictos generados por los desafíos de la convivencia (García, Pérez y Hernández, 2013).

García, García y Cubo (2009), describen la convivencia escolar como aquellas relaciones socio verbales que los integrantes del contexto educativo (autoridades, directivos, profesores, compañeros, cualquier persona que labore en el plantel) tienen entre sí, y que inciden significativamente en el desarrollo ético, social, emocional y cognitivo del alumnado.

En la interacción académica o social es necesaria la participación del docente o tutor, para dirigir y consolidar el trabajo de formación integral de los niños y adolescentes sobre la base de una convivencia sana y armónica, debido a que la enseñanza de habilidades para la vida, requiere copiar los procesos naturales por los cuales los niños y adolescentes aprenden conductas, es decir, que mediante el aprendizaje social podemos obtener un mejor comportamiento (Mangrulkar, Whitman y Posner, 2001).

Es en el contexto educativo donde se crean parte de los amigos, lo cual implica un logro social y un indicador de la existencia de habilidades sociales,

además, de buena adaptación social. Rangel (2009) y Moreno (2011), indican que conformar amistades es una fuente de seguridad emocional, enseña las actitudes y conductas socializadas con otros, tener en cuenta los sentimientos ajenos, escuchar a los demás y a tolerar sus puntos de vista (el grupo de amigos establece pautas de conducta, códigos sobre cómo vestir, hablar o establecer las relaciones con los demás).

Para promover el desarrollo de habilidades sociales que generen una convivencia positiva y pacífica, se han desarrollado varias iniciativas. En el año 2001, la UNICEF creó México un proyecto dirigido a combatir la violencia en las escuelas, desde preescolar hasta secundaria, incluida la educación para adultos denominado “Contra la violencia, Eduquemos para la Paz: por mí, por ti y por todo el mundo”. Se conformó de talleres para docentes y personal administrativo de las escuelas a todos los niveles, con la finalidad de promover la prevención y resolución no violenta de conflictos. En el año 2005 participaban en este proyecto más de 1,400 escuelas del Distrito Federal, con la participación de alumnos, familias y el personal escolar en general. Asimismo, la UNICEF apoyó la publicación de la carpeta didáctica “Contra la violencia. Eduquemos para la paz” con actividades y dinámicas para la resolución pacífica de conflictos.

Es importante el desarrollo de estas iniciativas para brindar apoyo, tanto a profesores como a padres de familia, para el beneficio de los niños. Dolto (2004), menciona que es en la niñez cuando los seres humanos se apropian de los conocimientos a los que se encuentran expuestos; por ello la importancia de fomentar las habilidades sociales a temprana edad facilitando su adquisición y aplicación para la vida cotidiana, estas habilidades se perfeccionan con el paso del tiempo, sin embargo, cualquier edad es ideal para fortalecer estas conductas o los comportamientos sociales.

Rodríguez (2006) se suma al mencionar algunas de las pautas a seguir para fomentar la convivencia positiva y así eliminar alguna de las problemáticas actuales dentro del entorno escolar:

- Recoger acuerdos normativos y guiar coherentemente las prácticas sociales con la instrumentación de reglamentos claros y precisos.
- Establecer los procedimientos de actuación, quiénes intervienen y no tanto que solución precisa se dará a cada uno.
- Contar con el apoyo y el refuerzo de las autoridades respecto a la implicación y compromiso de la comunidad educativa.
- Contar con el apoyo y el refuerzo de las autoridades y compromiso de la familia.
- Regular a partir de la práctica comprometida y del trabajo cotidiano de las autoridades y los pares, una convivencia positiva.

1.3 Dificultades en el desarrollo de las habilidades sociales

Las disfunciones sociales se traducen en conflictos en la convivencia, la agresividad, la fragilidad de las familias, conductas de riesgo en la juventud y déficit en las habilidades sociales (Marina y Bernau, 2007). Estas situaciones son generadoras de ansiedad, retraimiento, distanciamiento social, enojo excesivo, teniendo como consecuencia la conducta violenta, problemas familiares y sufrimiento emocional (Turner y Beidel, 2005).

Se ha encontrado (Arias, 2013) que los problemas de conducta a una edad temprana, tienden a mantenerse en el tiempo y se hallan asociados con el factor familiar, por ejemplo, las conductas parentales inadecuadas, el maltrato de padres a hijos, la relación entre los miembros y la solvencia económica, que perjudicarán la posterior convivencia con sus pares.

Zabala (2001) concluye que la convivencia escolar negativa es generada por varias causas y no solamente por el factor familiar (falta de compromiso). Las otras causas pueden ser de índole social (debido a mayor permisividad), educativo (permanencia en los estudios), y hasta personales (acercarse a las personas e indagar cómo nos ven, cómo nos perciben y considerar hasta qué punto son útiles las normas de convivencia).

Muchas veces no podremos saber la causa que origina una convivencia negativa, pero si podremos observar una serie de comportamientos inadecuados. Rodríguez (2008), señala que los niños o adolescentes con déficit de habilidades sociales no se acercan a otros de forma positiva, tienen problemas de relación con el profesorado, padres y/o tutores u otros adultos, no expresan sus deseos y preferencias de forma clara, no saben hacer valer sus derechos, son fácilmente intimidados por otras personas violentas o agresivas, expresan sus frustraciones discutiendo o agrediendo a otros, se muestran excesivamente tímidos o inhibidos, no participan en los juegos, les es difícil integrarse a los grupos, tienen dificultades para tomar o respetar turnos, no muestran interés por otros, ni intercambian información apropiadamente, no saben negociar, tratan de llamar la atención de forma poco apropiada, usualmente son abandonados, rechazados o ignorados.

Las personas que son rechazadas o ignoradas por sus compañeros pueden ser privados de un número importante de experiencias que inciden en algunos aspectos del desarrollo como inadecuado asertividad, bajo rendimiento académico o déficit en la comunicación (Bernal, 1990). Por otro lado, se genera un déficit motivacional por lo que se le dificulta iniciar nuevas conductas, así como un déficit cognitivo presentando una renuencia a realizar nuevos aprendizajes o a aceptar nuevas experiencias.

Los jóvenes que carecen de habilidades sociales corren el riesgo de no gustar a sus compañeros, de resultar aversivos, ser agresivos, rechazados y aislados, imposibilitando la convivencia escolar adecuada y el crecimiento

personal. Cuando no se establece una amistad positiva, no se actúa de manera congruente, se desvaloriza a las personas, dan todo sin recibir nada a cambio, se vuelven dependientes del otro, se olvidan de sus necesidades y de sí mismos. A esto, Torroella (2002), agrega la falta de aceptación de uno mismo, la aceptación de sus iguales, la deficiente o falta de orientación vocacional, el pobre establecimiento de relaciones adecuadas con la familia (aceptación de la misma hacia él y él hacia la familia), falta de claridad en el establecimiento de metas de acuerdo con sus posibilidades, afrontamiento adecuado ante los fracasos (búsqueda de información, de apoyo social, alternativas de solución) y asumir mayor responsabilidad social e individual conforme van creciendo. Todo esto actúa como inhibidores de un sano desarrollo de las habilidades sociales.

Por lo que, cuando no se cuenta con habilidades sociales se experimentan emociones negativas, como frustración, enojo o rechazo. La persona cree que los demás no la valoran ni la atienden, cuando en muchas ocasiones en realidad es la propia persona la que se cierra, pues los sentimientos de ansiedad, timidez o tristeza son los que obstaculizan el acercarse a los demás.

Por otro lado, Calvo (2003, citado en Rodríguez 2006), habla de problemas generados por un déficit de habilidades sociales relacionado con la educación:

- Rechazo hacia el aprendizaje.
- Trato inadecuado. Desinterés por las formas de relación social que se consideran aceptables.
- Comportamientos disruptivos que distorsionan o interrumpen el proceso de enseñanza y aprendizaje en el aula.
- Conductas agresivas. Causar daño a otra persona, generando placer en el agresor.

Esto nos muestra un panorama poco favorecedor en el ámbito escolar y social cuando no se resuelve oportunamente porque los problemas se van incrementando. La escuela tiene que enfrentar una gran cantidad de dificultades

con sus estudiantes, se observan problemas de deserción escolar, baja autoestima por las críticas sociales, falta de claridad en objetivos y metas, problemas de identidad (en el reconocimiento dentro de la propia familia, así como en su sexualidad), familias desintegradas regidas por patrones de violencia, en las que esto ha sido el modelo de adquisición de convivencia a temprana edad, y, muchas otras más. Estas situaciones por lo general tienden a detonar en el ámbito educativo, repercutiendo en calificaciones por los estilos de afrontamiento que escasamente asumen los estudiantes. Esto refleja la necesidad que tiene la escuela de asumir el compromiso de llevar a la práctica distintas acciones para favorecer el desarrollo de habilidades sociales y la sana convivencia entre toda su comunidad.

1.4 Programas para el desarrollo de habilidades sociales

Se han llevado a cabo diversas investigaciones en el mundo, provenientes principalmente de Latinoamérica, que se relacionan con el fortalecimiento y enseñanza de las habilidades sociales, las cuales se han abordado aplicando distintos métodos.

Se describen algunos de los programas cuyo objetivo fue el fortalecimiento de las habilidades sociales con un enfoque cognitivo conductual, bajo el cual se considera que el comportamiento se aprende de distintas maneras mediante la experiencia, observación de los demás, lenguaje verbal y no verbal, con el objetivo de cambiar comportamientos problemáticos adaptando los comportamientos de la persona de manera eficaz con su entorno.

González (2013) aplicó un programa para fortalecer las habilidades sociales y midió el efecto en la autoestima, ansiedad y depresión de 26 menores en situación de riesgo con edad de 8 a 12 años. Sus resultados mostraron la efectividad del programa disminuyendo patrones de agresividad, esto es, un

comportamiento problemático, al mejorar la autoestima, disminuir la ansiedad y depresión que presentaban, así como la adquisición de habilidades para la solución de problemas.

En su investigación, González, Ampudia y Guevara (2012) también se enfocaron en el comportamiento agresivo. Realizaron un entrenamiento para la solución de problemas y reestructuración cognitiva con 36 niños en situación de riesgo con edades de 8 a 12 años. Durante tres meses llevaron a cabo un entrenamiento utilizando técnicas de instrucciones verbales, modelamiento, juego de roles y reforzamiento. Los resultados obtenidos mostraron la disminución de patrones agresivos, mejora en sus habilidades para la solución de problemas y expresión de sentimientos. Concluyeron que se logró una reestructuración cognitiva.

A diferencia de los investigadores anteriores, Arreguín (2010) trabajó con niños más pequeños (4 a 11 años de edad), pero que también presentaban un comportamiento problemático de agresividad. Abordó la importancia de las habilidades sociales en el periodo de la infancia y tuvo como objetivo insertar el juego como una actividad lúdica para el desarrollo de las habilidades sociales, consiguiendo resultados favorecedores que mostraron la disminución de la agresividad, el desarrollo de una sana convivencia y el fortalecimiento de las habilidades sociales. El seguimiento se llevó a cabo durante 6 meses y éstas se mantuvieron.

Una investigación realizada con adolescentes fue la de Rangel (2009), quien consideró como variables la agresividad y habilidades sociales. Participaron 16 alumnos de 12 a 16 años que no respetaban reglas, peleaban, no entraban a clases, arrojaban objetos, insultaban a sus pares y a la autoridad. Por medio de un taller de 5 sesiones de 45 minutos cada una, logró un cambio favorable, es decir, los adolescentes aprendieron a afrontar y pensar en las consecuencias de sus actos mediante estrategias de modelamiento y resolución de problemas.

Con un grupo similar, Moreno (2011) realizó un taller de 9 sesiones de dos horas cada una llevada a cabo una vez por semana, con 11 alumnos de 14 a 18 años. Sus resultados fueron satisfactorios después de la aplicación del taller, pues los alumnos manifestaron conductas positivas como pedir ayuda, manejo de estrés, manejo de emociones, reestructuración de sus emociones, lo cual favoreció la convivencia escolar impactando en su autoestima, toma de decisiones y solución de problemas.

También se ha realizado trabajo con jóvenes. Peres (2008), reforzó elementos expresivos, receptivos y de interacción, en adolescentes institucionalizados con edades de 17 a 19 años. Logró un incremento en las habilidades sociales y en las estrategias de afrontamiento con un programa de 13 sesiones (90 minutos semanalmente en cada sesión).

Las técnicas que se emplean en los talleres y programas, han sido investigadas por Gutiérrez (2015), quien realizó un análisis diagnóstico del trabajo realizado en siete Institutos de Granada para explicar porque hay una falta de inteligencia emocional en los adolescentes. Estos provienen de familias desestructuradas o con carencias, con baja autoestima, baja tolerancia a la frustración, falta de habilidades sociales y dificultades para relacionarse. En las investigaciones consultadas se utilizaron técnicas de instrucción, modelado, representación conductual y reforzamiento, concluyendo que para la enseñanza de emociones se debe poner en práctica mediante el entrenamiento de las habilidades sociales; explicando que, aunque se repliquen las investigaciones se deben adaptar las actividades a las posibles diferencias y características de la población.

Preocupados por el futuro de los adolescentes de 10 a 19 años, Mangrulkar, Whitman y Posner (2001), desarrollaron un programa que, mediante destrezas, les permitiera a los adolescentes adquirir las aptitudes necesarias para su desarrollo humano y resolver de manera afectiva los problemas de la vida

cotidiana, destacando que en diversas investigaciones en las que se basaron, mostraron que uno de los efectos de emplear programas similares es el retraso del consumo de drogas, prevenir conductas sexuales de alto riesgo, control de ira, mejora en el desempeño académico y un ajuste social positivo, lo que sin duda estaría ayudando a disminuir la probabilidad de tener jóvenes agresivos o antisociales.

Es necesario contar con instrumentos que permitan indagar la probabilidad de que los adolescentes presenten comportamientos problemáticos en un futuro. En este sentido, Peres (2008) ha utilizado escalas de habilidades sociales y la escala de afrontamiento para adolescentes para realizar evaluaciones. Goldstein (1991) diseñó un instrumento que permitió identificar el nivel de las habilidades sociales, con el objetivo de promover cinco de ellas (autoestima, comunicación, asertividad, toma de decisiones y solución de problemas).

Se debe resaltar que, en las investigaciones anteriormente citadas, así como las realizadas por Monjas (2000), Gutiérrez (2015), Villatoro y Gaytán (2008), Cattán (2005), Luca, Rodríguez y Sureda (2001), Kelly (2000), Bernal (1990) y Goldstein (1989), recomiendan el uso de estrategias de intervención o componentes del aprendizaje como modelamiento, representación de papeles, retroalimentación y resolución de problemas basados en la teoría del aprendizaje social.

Tomar como base la teoría del aprendizaje social, implica copiar los procesos naturales por los que los niños aprenden conductas para lograr el auto control, la reducción de estrés, el control de sí mismos, la toma de decisiones que puedan apoyar a las conductas positivas externas.

Por otro lado, Rodríguez (2008) menciona otras estrategias para la adquisición de habilidades sociales:

- Experiencia directa. Las conductas interpersonales están en función de las consecuencias (reforzantes o aversivas) aplicadas por el entorno después de cada comportamiento social.
- Observación. El niño aprende conductas de relación como resultado de la exposición ante modelos significativos (hermanos, primos, vecinos, amigos, padres, cuidadores, etc.).
- Verbal o instruccional. El sujeto aprende a través de lo que se le dice, referente al lenguaje hablado por medio de preguntas, instrucciones, invitaciones, explicaciones o sugerencias verbales. Es una forma no directa de aprendizaje.
- Reforzamiento interpersonal. Consiste en la información por medio de la cual la persona con la que se interactúa, nos comunica su reacción conductual. Por ejemplo, si un niño está pegando a otro y alguna autoridad manifiesta enojo, el niño dejara de hacer esto. De manera que puede entenderse como un reforzamiento social.

Los resultados de las investigaciones, están basados en análisis comparativos (género, situaciones en riesgo, edad, pre y post test para medir un cambio en las conductas sociales de la muestra) que permitieron evidenciar la efectividad de los programas y talleres para poder desarrollar habilidades sociales, incluyendo la disminución de patrones agresivos de comportamiento. Otro punto de convergencia fue la reestructuración cognitiva que modifica la conducta, llevando a la solución de problemas, estableciendo conductas socialmente aceptables, en donde los participantes lograron cambios después de las intervenciones, por ejemplo: el contacto social, la expresión de emociones adecuadamente, la modificación de los pensamientos negativos y conductas derivadas del mismo.

Este tipo de investigaciones destacan, que la ayuda entre iguales favorece el fortalecimiento de las habilidades sociales, constatando que la solución de problemas y la reestructuración cognoscitiva requieren tiempo de práctica

cotidiana para que se desarrollen adecuadamente, es necesario supervisar y continuar trabajando en ello para poner en práctica lo aprendido en los talleres y la vida diaria.

Las habilidades sociales nos permiten establecer relaciones sociales sanas, por lo que es importante conocer las ventajas que obtenemos al potenciarlas. González (2013), señala que el desarrollo de habilidades sociales cumple un importante papel para lograr un desarrollo social adecuado.

Cuando se cuenta con dichas habilidades se es capaz de pedir ayuda cuando se necesita, compartir emociones, expresar deseos, ser perseverante en las metas, defender opiniones, controlar impulsos, se facilita la toma de decisiones y se tiene un autoconcepto positivo (Acero, Moreno, Moreno y Sánchez, 2002). Además, las personas que cuentan con habilidades sociales, tienen estabilidad emocional y poseen una mayor autoestima, así como también más capacidad de autocontrol en situaciones adversas, ya que tienen la capacidad de planificar la acción, actuar de forma eficaz y aprender de las situaciones aun cuando suponen un fracaso (Bermúdez, Teva y Sánchez, 2003).

Las relaciones positivas con los pares están asociadas con el incremento en la autoestima, toma de decisiones, capacidad para solucionar problemas, así como en la reducción de ansiedad, depresión, soledad y conductas agresivas; por lo que la aceptación social es un fuerte indicador relacionado con el ajuste psicológico a largo plazo, es decir, que se ve un incremento en las oportunidades de aprender competencias útiles para la vida futura de los individuos (González, 2013).

El contar con estas ventajas tiene muchos beneficios a nivel personal y social, debido a que brindan las herramientas necesarias para solucionar los problemas de manera más asertiva sin lastimar a los que nos rodean, así como adquirir las herramientas para crecer como personas permitiendo ser más

empáticos, tener motivaciones, hacer frente a los conflictos por más difíciles que parezcan, pero sin duda alguna, uno de los cambios más importantes que genera el hacer uso de las habilidades sociales es la disminución de la agresividad, así como ser asertivos (saber decir “no”), tomar decisiones, resolver conflictos, fomentando bases sólidas para el desarrollo de la autoestima.

Villarreal, Sánchez, Veiga y Moral (2011), mencionan que en el caso de los niños, niñas y adolescentes que se encuentran institucionalizados generalmente presentan un déficit en las habilidades sociales, generando baja autoestima, baja tolerancia a la frustración, falta de motivación, rebeldía, así como sentimientos de incomprensión, incertidumbre frente a su futuro al no saber quién los va a apoyar, proteger o acompañar.

De la amplia gama de habilidades sociales, se eligieron cinco para la presente investigación: autoconcepto, autoestima, comunicación, asertividad y toma de decisiones por ser habilidades que en todo momento se nos demandan. A continuación, se describe cada una de ellas.

Autoconcepto:

Es descrito por López y Pichardo (2003) como un conjunto organizado de actitudes o percepciones que una persona tiene hacia sí misma, englobando tres elementos fundamentales: la identidad del sujeto o su autoimagen (representación mental de sí mismo), la autoestima (valor que el individuo atribuye a su manera de percibirse) y el componente comportamental (cómo influye su percepción, conductas y decisiones). Las personas que tienen un autoconcepto favorable se sienten más seguras de sí mismas, defienden su punto de vista, son más intuitivas, se comunican de manera efectiva y son seguras en su toma de decisiones.

Es decir, es el concepto que se forma de uno mismo, y al percibirse de una manera positiva o negativamente se proyecta al contexto en el que vive la persona, si se ve negativamente el contexto lo más probable es se obtengan conductas de huida y falta de participación en él, reaccionando hacia los demás de la misma forma, reforzando una imagen negativa de uno mismo y hacia los demás de los propios comportamientos agresivos.

En ocasiones se describe al autoconcepto como un sinónimo de autoestima, sin embargo, se debe diferenciar. La autoestima trata de describir ¿Cómo me valoro? Y, por otro lado, el autoconcepto explica ¿Cómo soy?.

Autoestima:

Es una actitud positiva de uno mismo en el pensar, sentir y actuar de forma sana, con la capacidad de autocontrol que da seguridad, iniciativa, optimismo, asertividad y capacidad de relacionarse socialmente (Roca, 2007).

Por otro lado, es la autoestima es definida por Monjas (1997), como la evaluación que hace el individuo de sí mismo y que tiende a mantenerse; expresa una actitud de aprobación o de rechazo y hasta qué punto el sujeto se considera capaz, significativo, exitoso y valioso.

Las personas con alta autoestima están motivadas, son independientes, seguras de sí, confían en sus propias ideas, afrontan los desafíos, tienen decisión, son positivos, se enorgullecen de lo que hacen, se adaptan con facilidad al cambio, regulan sus emociones, son flexibles, tolerantes a la frustración y perseverantes. Estas características que poseen fortalecen su liderazgo (Papalia, 2009).

Comunicación:

Es un fenómeno de carácter social que tiene la finalidad de transmitir o intercambiar información. Según Peñafiel y Serrano (2010), comunicar significa poner en común algo con alguien e implica compartir, es un intercambio de ideas, sentimientos y experiencias que han ido modelando las actitudes, conocimientos y conductas ante la vida.

Por medio de la comunicación oral o escrita, podemos compartir y transmitir interacciones con los demás, establecer los principios de la convivencia, identificarnos con los iguales, pertenecer a un grupo, aprender, jugar, ser asertivos, etc.

Asertividad:

Consiste en ser capaces de exponer el propio punto de vista, emociones u opiniones sin tener una actitud defensiva. Es explicar cómo se ven las cosas, como es la situación en lugar de decir qué deberían hacer o no hacer los demás. Es un instrumento para la consecución de un fin y sirve para quedar satisfecho con uno mismo.

Su estructura es exponer la acción o el hecho (hacer una descripción objetiva), una respuesta (yo siento), fundamentación (porqué) y resultados (y lo que yo quisiera o necesitaría es que).

Toma de decisiones:

Es decidir tomar una o más alternativas a corto o largo plazo para resolver un conflicto, después de tomar la decisión dicho conflicto se verá atenuado. Existen tres elementos que pueden dificultar la toma de una decisión: el riesgo, la renuncia y la responsabilidad; por lo que se sugieren seis pasos para tomar dichas

decisiones: 1) Definir la situación; 2) Analizar las alternativas de solución; 3) Evaluar alternativas; 4) Seleccionar las alternativas; 5) Asumir riesgos; y, 6) Planificar (Grados, 2006).

Todas estas habilidades sociales son ejes conductuales que facilitan la convivencia sana y la resolución de problemas, la adaptación de la persona en diferentes contextos (escolar, familiar y social), y el uso de conductas no agresivas.

En resumen, las habilidades sociales son los comportamientos que permiten la interacción positiva con nuestro entorno, éstas tienen la influencia de los componentes cognitivo, emocional y conductual, siendo las responsables de generar una convivencia sana que fortalece el desarrollo integral de la persona, mejorando su creencia en sí mismo (autoestima), utilizando de manera adecuada su comportamiento verbal y conductual para exponer sus decisiones tomando una postura firme sin lastimar a los demás, teniendo claro sus objetivos así como tomando las mejores decisiones para la solución de problemas adversos, la manera más favorable de adquirirlas es con el aprendizaje social, logrando con ello eliminar conductas agresivas en donde haya un liderazgo negativo, baja autoestima, falta de determinación, problemas para la toma de decisiones, así como problemas verbales, por mencionar algunos.

CAPÍTULO 2

AGRESIVIDAD

En el capítulo anterior se identificó que una expresión generada por el déficit de las habilidades sociales es la agresividad. Los problemas familiares, la irresponsabilidad en la educación, así como la desprotección son algunos factores que propician la pérdida de valores, baja autoestima, sentimientos de soledad y desconfianza teniendo como resultado un comportamiento agresivo (Sandoval, 2001). En los últimos años en México se ha encontrado un incremento relacionado con la violencia y agresividad en diferentes contextos (el familiar, social y el escolar). El INEGI en el año 2010 informó que residen en la ciudad de México 39.2 millones de niños de 0 a 14 años, de los cuales el 10% son menores víctimas de maltrato y cerca de 4 millones de niños se encuentran en situación de alta vulnerabilidad y riesgo. Esta situación es alarmante porque es el ambiente familiar el primer lugar donde los niños aprenden a relacionarse y a desarrollar sus habilidades sociales.

2.1 Conceptualización y características de la agresividad desde un enfoque cognitivo-conductual.

Existen diversas perspectivas desde las que se puede afrontar la agresividad, Chapi (2012), las describe de la siguiente manera:

- *Teoría psicoanalítica del doble instinto*, concibe al hombre con una cantidad de energía dirigida a la destructividad, la cual debe expresarse en otra forma, si está se obstruye su manifestación se destruye el propio individuo.
- *Teoría Etología*, propone que la agresión animal es un instinto primario, independiente de todo estímulo externo cuyo fin es la conservación de la especie. Se basa en tres principios la selección del ente más fuerte,

agresión intraespecífica donde se le da un lugar para subsistir al otro y mantener un orden jerárquico.

- *Teoría neurobiológica*, considera que la agresión se encuentra dentro del mismo individuo y que la respuesta agresiva se centran en el sistema nervioso autónomo, hipotalámico y límbico los cuales están involucrados en las respuestas adaptativas como hambre, sed, miedo, motivación reproductiva y agresión.

- *Teoría de la frustración*, explica que la frustración es una interferencia en el proceso del comportamiento que genera un aumento en el instinto del organismo a actuar agresivamente.

- *Teoría del aprendizaje social*, enfatiza el papel del medio externo social en la adquisición de conductas agresivas, desde esta postura se entiende que las personas son susceptibles de aprender conductas y que las respuestas son determinadas por factores que tienden a reforzarlas. Su aprendizaje se basa en la observación de otros, es decir por influencias familiares, subculturales, simbólicas.

- *Teoría cognitivo conductual*, concibe que la persona reacciona a algún estímulo previo (positivo o negativo), si se reprime aumenta la reacción al otro.

Para la presente investigación se retomó la perspectiva cognitivo conductual porque es la que permite modificar la conducta mediante estímulos (positivos o negativos) que cambian la forma de percepción y de actuar ante una situación logrando controlar la conducta del propio individuo, así como se basó en la teoría social del aprendizaje que propone que a través del modelamiento de factores externos en el medio que se desarrolla un cambio en su conducta.

A continuación, se presentarán algunas definiciones de la agresividad retomadas de investigaciones bajo este enfoque.

Lorenz (1973), identificó la agresividad como un instinto, que en condiciones naturales sirve para la conservación de la vida y de la especie expresándose espontáneamente como una reacción ante estímulos externos.

En este mismo sentido, Esperón y Mardomingo (2010), identificaron a la agresividad como una conducta punitiva o destructiva hacia seres vivos u objetos inanimados que, en circunstancias especiales, puede ser adaptada y justificada (por ejemplo, en defensa propia), y, aunque no todos los actos agresivos son iguales, una característica importante es la intención del causante.

Otra definición propuesta por Mori (2012), describe que la agresividad es la conducta de infringir daño, o una fuente para afrontar situaciones problemáticas básicas que deben ser atendidas de manera inmediata.

Por otro lado, Gutiérrez (2015), menciona que es una forma de conducta no asertiva que consiste en no respetar los derechos, sentimientos e intereses de los demás y, en su forma más extrema incluye conductas como ofenderlos, provocarlos o atracarlos.

Puede entenderse la agresividad como la tendencia o disposición que puede concretarse en actos no específicos que surgen como forma de resistencia o ataque ante situaciones difíciles o problemáticas del entorno, como lo plantean García y Ramos (1998).

Goldstein (1991), afirma que la agresividad es un acontecimiento diático entre el agresor y el agredido, donde pueden invertirse los roles y agravarse la situación. La evaluación de la conducta agresiva también debe tener en cuenta las características familiares y los patrones de interacción generados por el desarrollo de las habilidades sociales para identificar el origen de la agresividad.

Es en las interacciones con los demás, donde se aprecian las influencias de unos a otros. La socialización es el medio mediante el cual las personas aprendemos normas, valores y las conductas que son de utilidad para el desarrollo social en donde el grupo construye sus criterios de inclusión y exclusión. Sin embargo, cuando hay mucha diversidad entre los miembros de un grupo, falta de comunicación, generando la aparición de conflictos interpersonales, haciendo probable la formación de subgrupos que comparten características comunes, los cuales se aíslan y presentan un sentimiento de falta de pertenencia con el grupo provocando reacciones de agresividad y hostilidad (Gutiérrez, 2015).

Se ha investigado que en los subgrupos se adoptan roles de liderazgo positivo o negativo (Expósito et. al., 2014; cit. en Gutiérrez, 2015), con el cual se arrastra a otros compañeros a compartir las ideas del líder. En el liderazgo de tipo negativo se ocasionan problemas con el resto de los compañeros generando actitudes agresivas; esto crea un ambiente negativo en el grupo, que aparece con cierta frecuencia empeorando el clima y así, el grupo queda fragmentado. Lo que explicaría el malestar establecido en las relaciones interpersonales en las que se producen conflictos que son abordados en formas inhibidas o agresivas.

El liderazgo negativo puede ser aprendido y reproducido posteriormente en otros grupos. García (2010) indica que las conductas agresivas suelen aparecer en niños de familias marginales o muy inestables; destacando que es frecuente que éstos a su vez, hayan sido víctimas de malos tratos o de abusos sexuales en alguna etapa de su vida.

Por otro lado, Díaz (2005) comenta que los agresores suelen estar insertos en alguna situación social negativa, que le genera impulsividad, escasas habilidades sociales, baja tolerancia a la frustración, dificultad de autocrítica, problemas para cumplir normas, relaciones negativas con los adultos o bajo rendimiento académico. Así mismo, muestran menor disponibilidad de estrategias no violentas para la resolución de conflictos, justificando la violencia y la

intolerancia en distintos tipos de relaciones, incluidas las relaciones entre iguales. Al no tener un patrón que les brinde las herramientas (habilidades sociales) para una interacción positiva es común que el patrón que se reproduzca no sea el favorable para fortalecer la convivencia positiva consigo mismos y con los demás.

En particular, los niños que presentan problemas de conducta o agresividad, se muestran enojados o corajudos y tienden a ser aislados, miedosos, con elevada ansiedad, muestran baja empatía, desinterés por los demás, tienen pobre autoestima e inhibición en su comportamiento, lo que interfiere en sus relaciones interpersonales (Ampudia, Santaella y Eguía, 2008). Con relación a lo anterior, se puede decir que cuando la convivencia es negativa, con frecuencia genera agresividad como un mecanismo de defensa ante la sociedad.

Se plantea que cuando un niño o adolescente se siente amenazado, puede contraatacar con agresiones (verbales o físicas), distorsionar la información para que se adapte a su conveniencia o evitar lo que no quiere oír. Otro ejemplo de conductas desfavorables en personas agresivas es que se observan muy activos, ruidosos, mandones, con poca tolerancia, se enfadan rápido, muestran una conducta exigente, fastidian, lloran o incluso llaman la atención (Train, 2004).

Por otra parte, Axline (2002), y Agurrín (2010), consideran que cada niño y/o adolescente es regulador de sus experiencias y que está en sus manos hacer lo que sea necesario para lograr una aceptación y permiso para él mismo, siendo el único que obtendrá o podrá generar las habilidades necesarias para liberarse de aquel impulso que, en un instante, lo orilló a presentar conductas agresivas (es decir fortalecer sus habilidades sociales).

En la mayoría de los casos, cuando no hay un tutor o una figura ejemplo que muestre, modele o refuerce las conductas de interacción, se dificulta la adquisición y el fortalecimiento de las habilidades sociales. Es importante

mencionar que vivir en un ambiente poco favorable y carente de un sano desarrollo social propicia la conducta negativa que será el único medio de interacción y solución de problemas para la persona. Así pues, Caballero (2001) considera que la agresividad se puede reducir mediante la educación de hábitos relacionados con la comunicación y la convivencia, debido a que los seres humanos somos sociales por nacimiento, que, en un momento determinado, buscamos la relación social e integración a un grupo, logrando así, un aprendizaje de convivencia y desarrollo para enriquecer las posibilidades de interacción.

2.2 Tipos de agresividad

La agresividad puede manifestarse en cada uno de los diferentes niveles que integran a un individuo: físico, emocional, cognitivo y social. Por lo que se distinguen diversos tipos de agresividad (García y Ramos, 1998; Chaux, 2003):

- Física: busca hacer daño físico a la persona.
- Verbal: se quiere herir a través de las palabras.
- No verbal: se expresa con gesticulaciones, mirada.
- Reactiva: como respuesta ante una ofensa real o percibida (hay dificultad para regular emociones propias).
- Instrumental: también conocida como agresión proactiva, en la cual no está precedida de ninguna ofensa (hay falta de empatía y compasión, así como una falta de sentimiento de culpa por haberle hecho daño a otros).

Es conveniente subrayar que el tipo de agresividad que se emplea es consecuencia de la conducta a realizar, así como la finalidad con la que será ejecutada. Para la comprensión de la manifestación física de la agresividad, Geen (1990, citado por Muñoz, 2000) propuso cuatro variables:

- Internas: Son aquellas que se predisponen a agredir a las personas (temperamento, fisiología, expectativas socioculturales, personalidad y observación de estímulos violentos).
- Situacionales: Generan condiciones estresantes frente a las cuales, la agresión es una reacción (incumplimiento de reglas, frustración, conflicto familiar, tensiones ambientales y el dolor).
- Intencionales: Se refieren a la interpretación y evaluación de las variables situacionales. Solo se produce agresión si califican dicha condición como maliciosa o intencional, porque sólo bajo estas circunstancias se produce estrés, ira o activación.
- Alternativas: Generan respuestas alternativas. Es posible evitar que la conducta agresiva aparezca si surgen mejores soluciones alternativas para los problemas planteados.

Estas variables permiten constatar las características en común que tienen la agresión y las habilidades sociales, es decir, en ambas están implicados los componentes Cognitivo, Afectivo/Evaluativo y Conductual, los cuales interactúan entre sí y dan como resultado, distintas formas de conducta, que dependiendo de la situación se consideran como actos violentos o sociales. En contraste, se sabe que una diferencia considerable entre la agresividad y las habilidades sociales, es que la agresividad no mejora la convivencia.

Para que no exista agresividad de ningún tipo, se deben identificar y actuar según las necesidades de los niños y adolescentes, como por ejemplo, mostrarles una imagen clara del mundo, enseñarles que deben tener un objetivo en la vida, así como también hacerlos sentir que son parte de algo, lograr una estimulación correcta, un arraigo y un amor familiar o amistoso, incluso de pareja, para que en

dado caso que no se cubran estas necesidades, la agresividad no se torne excesiva o inadecuada (Train, 2004).

2.3 Investigaciones sobre Agresividad

Diversas investigaciones (Arreguin, 2010; Arias, 2013; Caballero, 2001; Calvo, 2003; Chaux, 2003; González, Ampudia y Guevara, 2012; Gutiérrez, Villatoro y Gaytán, 2008; Mangrulkar, Whitman, Posner, 2001; Monjas, 2000; Moreno, 2011; Muñoz, 2000; Peres, 2008; Rangel, 2009) abordan el tema de la agresividad y coinciden en identificarla como una acción diática, describiéndola como una conducta generadora de daño, la cual puede ser una respuesta adaptativa frente al medio en que se encuentra inmersa la persona, mostrando así un déficit en las habilidades sociales, en la asertividad y en la capacidad de afrontar los problemas.

Algunos elementos a resaltar de las investigaciones son el uso de evaluaciones antes y después de la intervención, el empleo de estrategias como la imitación y modelamiento, así como el hecho de plantearse la necesidad de promover ambientes armónicos, utilizar las habilidades sociales como estrategia para contrarrestar la agresividad, el empleo de un taller para modelar, ejercitar y modificar las conductas agresivas y fomentar la enseñanza de patrones para una convivencia sana.

A continuación, se describen las investigaciones en las que se fundamentó el presente estudio y que establecen a las habilidades sociales como una solución para disminuir o eliminar la agresividad en niñas y preadolescentes, destacando los beneficios de utilizar técnicas como el modelado, reforzamiento, juego de roles, trabajo colaborativo o entre pares, solución de problemas, autoestima con los cuales se tuvieron resultados favorables.

En su propuesta, Muñoz (2000) realizó una intervención para conocer los mediadores cognitivos como el razonamiento moral, autoestima, solución de problemas para modular sentimientos, pensamientos y reacciones que subyacen a la conducta agresiva en adolescentes de 11 a 18 años de edad, como resultado contribuyó al diseño de procedimientos de intervención como entrenamiento en habilidades sociales, entrenamiento en solución de problemas, competencias socioemocional, desarrollo cognitivo y social, intervención mediada por pares, entrenamiento en grupo, autoinstrucciones que ayudan a prevenir la agresividad en adolescentes.

Caballero (2001), tuvo como objetivo dar a conocer normas de comportamiento por ejemplo la formación de valores y hábitos en niños de 3 a 5 años para que interioricen y tengan una convivencia armónica con los demás, transformado sus modales obteniendo un compromiso social adecuado, como resultado se identificó que las conductas agresivas se aprenden por imitación, modelamiento y frustración por lo que se debe de trabajar la inteligencia emocional para que logren desarrollar su capacidad para relacionarse.

Por otra parte, Calvo (2003), planteaba identificar distintas conductas que alteraban la convivencia y en las que intervenían los alumnos, es por ello que se propusieron actividades que fortalecieran las habilidades sociales, para disminuir las conductas agresivas, priorizando sus necesidades, mejorando su autoconcepto, propiciando una buena integración al grupo y aprendiendo a autocontrolarse, mediante la participación de los integrantes para la elaboración de normas de convivencia claras, simples y formuladas positivamente, como estrategia se utilizó la tutoría, grupos de liderazgo, modelado, reforzamiento.

Así pues, Chaux (2003), realizó una investigación descriptiva con el objetivo de conocer el ciclo de la agresividad, destacando que la misma comienza en el contexto familiar (maltrato infantil, abandono y permisividad exagerada), escolar (pobre manejo emocional, rabia) y comunitario (control de ambiente mediante

leyes) en el cual crecen los niños y niñas. Concluyendo que es necesario promover ambientes donde se desarrolle la empatía y el cuidado de los demás mediante trabajo colaborativo, pertenencia de grupo y programas que permitan aprender a identificar y manejar las emociones es decir fortalecer las habilidades interpersonales de los niños y niñas.

Rangel (2009), en su investigación analizó la influencia de las habilidades sociales en la reducción de conductas agresivas como por ejemplo rechazo de peticiones, expresar su opinión y afrontar críticas, por lo que diseñó y aplicó un taller de habilidades sociales para eliminar conductas agresivas, teniendo 16 participantes niños y niñas de secundaria con edades de 12 a 16 años los cuales cumplían con las siguientes características: no respetan reglas, pelean, no entran a clases, arrojan objetos, no realizan trabajos e insultan a profesores y compañeros. El taller se condujo con estrategias como ensayo conductual, juego de rol, reforzamiento, modelado, retroalimentación, relajación, solución de problemas e instrucciones. Para su análisis se utilizó un pre test y un post test de dos cuestionarios para medir el nivel de agresividad y las habilidades sociales, la duración del taller fue de 5 sesiones de 45 minutos y los resultados obtenidos arrojaron que las habilidades sociales influyeron en la reducción de conductas agresivas de los adolescentes (aprendieron a rechazar peticiones expresar opiniones personales, afrontar la crítica y responsabilizarse ante sus actos).

En lo que respecta a Arreguín (2010), en su trabajo propone a la terapia de juego como una alternativa centrada en el niño o niña para favorecer las habilidades en las relaciones interpersonales para que no presenten conductas agresivas. Proponiendo que si se aplica el juego en niños de 4 a 12 años se logra un óptimo desarrollo y expresión emocional dándoles una oportunidad de que se conozcan así mismos para saber ante qué experiencias reaccionan agresivos, permitiéndole al niño o la niña de forma autentica optimizar su desarrollo de manera positiva, ya que permite al niño que exteriorice sus sentimientos negativos

solamente cuando él esté preparado, permite que se conozca a sí mismo y a su entorno, fortalece el autoconcepto.

Por otro lado, Arias (2013), en su artículo menciona el papel de la familia en la agresividad de los adolescentes. Son los problemas familiares tales como marginalidad, abandono, desintegración familiar, así como las adicciones, los que dificultan la adquisición de una identidad, la conducta agresiva termina consolidándose a los 8 años, para contrarrestar esta problemática se propuso el contacto con amigos o pasar tiempo con ellos, especialmente el fortalecimiento de la comunicación con los padres ayudará a que los adolescentes comuniquen sus ideas, sentimientos y preocupaciones, sugiriendo que es importante dotar a los padres de estos patrones conductuales para que se adquieran a temprana edad.

En definitiva, es importante mencionar que las investigaciones citadas en el capítulo 1 (González, Ampudia y Guevara, 2012; Moreno, 2011; Arreguín, 2010; Rangel, 2009; Gutiérrez, Villatoro y Gaytán, 2008; Peres, 2008; Mangrulkar, Whitman, Posner, 2001; Monjas, 2000) incluyen el tema de la agresividad y coinciden en que la es una conducta punitiva o destructiva hacia los seres vivos u objetos inanimados, que, de la misma forma que las habilidades sociales tienen la influencia de componentes cognitivo, emocional y conductual, existen diversos tipos de agresividad y dependerá de su finalidad la que será ejecutada. La manera más favorable para combatirla es fortaleciendo las habilidades sociales y modificando los patrones de conducta mediante estrategias como el modelamiento, imitación, retroalimentación, así como el juego de roles, logrando mejorar el asertividad, comunicación y la solución de problemas de manera pasiva.

CAPÍTULO 3

MÉTODO

Planteamiento del problema

Los niños y adolescentes que se encuentran institucionalizados por alguna situación de riesgo social pueden presentar alteraciones emocionales ante situaciones estresantes y en muchas ocasiones se manifiestan en conductas agresivas y de rechazo hacia las demás personas (Peres, 2008), o bien, en dificultades de adaptación, que muestran en problemas para establecer relaciones interpersonales sanas (González, Ampudia y Guevara, 2012).

Esta problemática se identificó al realizar la observación directa no participante en un grupo de niñas y preadolescentes de una Institución de Asistencia Privada. La convivencia negativa que existía era generadora de conductas agresivas, por ejemplo, problemas de comportamiento agresivo verbal y físico (otras conductas que se observaron fueron apatía, liderazgo negativo y poca tolerancia hacia los demás) dando como resultado baja autoestima, poca tolerancia, sentimientos de frustración, mala comunicación, problemas de asertividad, inadecuada toma de decisiones y dificultad para resolver problemas de manera pacífica.

La institución buscaba una estrategia para resolver los conflictos sociales entre las adolescentes, por lo que se estableció un taller a fin de resolver esta problemática. Se propuso orientar a las preadolescentes a través de su participación en un taller, con el propósito de fortalecer sus habilidades sociales, favorecer su adaptación socioemocional y promover una mejor convivencia en relación con su entorno, para disminuir o eliminar conductas agresivas en las niñas y las preadolescentes.

Pregunta de investigación

¿La participación de un grupo de preadolescentes institucionalizadas en un taller que promueve el fortalecimiento de habilidades sociales, disminuye el nivel de agresividad con sus pares?

Objetivos

Objetivo General:

Disminuir la frecuencia de conductas agresivas de un grupo de preadolescentes con su participación en un Taller para el desarrollo de habilidades sociales.

Objetivos específicos:

- Identificar las habilidades sociales que predominan en las preadolescentes, antes y después de la participación en el Taller.
- Identificar el nivel de agresividad (verbal o físico) que presentan las participantes antes y después del Taller.
- Identificar la mejora en las habilidades sociales de las participantes.

Variables

Variable independiente

Habilidades sociales

Definición conceptual: Conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal para expresar sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás; con lo que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación y minimiza la probabilidad de futuros problemas (Caballo, 2009).

Definición operacional: Puntaje igual o mayor a 50 puntos obtenidos en la *Lista de chequeo y evaluación de habilidades sociales*, que indicará el nivel en el que se le ubica de acuerdo a sus habilidades sociales (se toma de Goldstein et. Al, 1980).

Variable dependiente

Agresividad

Definición conceptual: Conducta punitiva o destructiva hacia objetos animados e inanimados, con la intención inmediata de causar daño (Anderson y Bushman, 2002; Esperón y Mardomingo, 2010). En circunstancias especiales esta puede ser adaptada y justificada por ejemplo en defensa propia: no todos los actos agresivos son iguales, una característica importante es la intención del causante (Esperón y Mardomingo, 2010).

Definición operacional: Puntaje mayor o igual a 40 puntos obtenidos en el *Cuestionario de agresividad*, lo cual indica que tiene un alto nivel de agresión (se toma de Rangel, 2009).

Tipo de estudio

Se realizó un estudio cuasiexperimental de tipo comparativo antes-después (pre-evaluación / post-evaluación) de un sólo grupo, quedando representado de la siguiente forma:

O – X₁ - O

Se empleó este tipo de diseño porque se basa en la medición y comparación de la variable respuesta antes y después de la exposición a la

intervención. Los diseños antes-después con un sólo grupo permiten al investigador manipular la exposición y comparar a cada persona consigo misma como su propio control (Sampieri, 2014).

Participantes

La muestra fue no probabilística, debido a que se trabajó con un grupo intacto o previamente conformado, integrado por 10 preadolescentes de sexo femenino con un rango de edad de 10 a 13 años y una media de 11 años.

Las participantes se encontraban institucionalizadas por estar en situación de riesgo social, como abandono, condiciones familiares adversas propicias para la violación o contaminación con individuos por adicciones, violencia familiar física y psicológica.

En el momento de realizar el estudio estaban cursando sexto grado de primaria o segundo de secundaria.

Escenario

El lugar en el que se llevó a cabo la investigación fue una Institución de Asistencia Privada (I.A.P), que se encuentra ubicada en la Ciudad de México; cuya *misión* es proporcionar albergue, educación y salud a niñas y preadolescentes en condiciones de desventaja social, con el fin de contribuir a su desarrollo humano y mejorar su calidad de vida. Tiene como *visión* que las niñas y preadolescentes se identifiquen como seres humanos dotados de inteligencia y voluntad, capaces de desarrollar todo su potencial como personas y reconocerse a sí mismas como seres capaces de cambiar su historia de vida en cuanto a que son seres libres, inacabados y perfectibles.

El taller se llevó a cabo principalmente en el salón donde realizaban sus tareas y actividades recreativas; en esta área había seis mesas hexagonales, 12 sillas donde trabajaban las niñas y preadolescentes, un escritorio, una silla para la Guía (persona que las apoya en las actividades a realizar en el grupo) y un pizarrón. En la pared se encontraba pegado un cartel con los valores que trabajaban cada mes junto con las reglas dentro del salón y también contaban con diversos juegos de mesa en un mueble ubicado al lado de la puerta.

Otro de los lugares en donde se llevaron a cabo algunas actividades fue en el patio de la Institución, en el que se ubican juegos inflables de plástico en una esquina y un pequeño escenario en la parte posterior.

Instrumentos

- ***Lista de chequeo para evaluación de habilidades sociales de Goldstein*** (véase Anexo 1). Lista con medición tipo Likert con cinco opciones de respuesta, compuesto por 50 reactivos, que explora los seis grupos de habilidades sociales, por otro lado, mide la asertividad, autoestima, comunicación y toma de decisiones que las adolescentes poseen (elaborado por Goldstein et al, 1980 y adaptado y validado por González, 2002).
- ***Escala de agresividad*** (véase Anexo 2). Escala con medición tipo Likert con cuatro opciones de respuesta, compuesta por 25 ítems, la cual explora dos áreas: 1) Agresión verbal, que consta de 15 reactivos relacionados con conductas como insultar, chantajear, burlarse, discutir, mentir y amenazar. 2) Agresión física, con 10 reactivos sobre conductas tales como pelear, empujar, pintar paredes o mobiliario, arrojar objetos o quitarlos de la propiedad de los demás y robar (Rangel, 2009).

Procedimiento

Para conocer las diversas problemáticas que enfrentaba la población de los preadolescentes internadas en la Institución, se estableció comunicación con las autoridades de la I.A.P., quienes manifestaron que uno de los problemas cotidianos era la convivencia en sentido negativo que existía entre las chicas del lugar. Por lo que se propuso un taller para fortalecer las habilidades sociales y disminuir las conductas agresivas, abordando las temáticas de autoestima, comunicación verbal y no verbal, asertividad, toma de decisiones, solución de problemas, agresividad, empleando el uso de estrategias como el modelamiento, retroalimentación, juego de roles, diseño de material y dibujo.

Para ello se desarrolló un estudio en tres fases:

Fase 1. Pre-evaluación. Se realizó observación no participante directa dentro del grupo de preadolescentes, y posteriormente se aplicó el cuestionario para evaluar el nivel de habilidades sociales y agresividad que se presentaba entre pares antes de la intervención (Taller).

Fase 2. Intervención. Se empleó como estrategia un Taller para fortalecer las habilidades sociales de las participantes durante un periodo breve de siete sesiones, una por semana, con una duración aproximada de 60 minutos cada una; su aplicación se llevó a cabo de septiembre a octubre de 2013, a solicitud de las autoridades de la Institución.

Antes de iniciar el taller se les explicó a las participantes en qué consistiría, los temas que se abordarían, algunas actividades a realizar, así como fechas programadas. En la primera sesión se dieron las algunas indicaciones generales (como guardar los objetos que tenían en su lugar de trabajo y que no fueran a emplear en las actividades del Taller) y reglas para la convivencia y funcionamiento óptimo.

Fase 3. Post-evaluación. De la misma forma que se evaluó a las chicas antes de iniciar el Taller, se evaluó el nivel de habilidades sociales y de agresividad después de la intervención, empleando los mismos instrumentos que se aplicaron al inicio; asimismo, se evaluó su participación en el Taller.

La institución buscó una estrategia para resolver los conflictos sociales por lo que se estableció que el Taller sería de tipo obligatorio, expositivo e interactivo. Los temas que se abordaron a partir de diversas actividades fueron: asertividad, autoconcepto, comunicación y toma de decisiones. Se emplearon distintas estrategias, como el modelamiento, retroalimentación, juego de roles, diseño de material, dibujo, por mencionar algunas.

CAPÍTULO 4

RESULTADOS

Se llevó a cabo un análisis cuantitativo de tipo comparativo, sobre las habilidades sociales y conductas agresivas que presentaron las participantes con sus pares antes, durante y después de la intervención. Los datos obtenidos se presentan en términos de frecuencia.

Antes de implementar el taller se realizó la observación no participante durante un día en diferentes salones, se ingresó al salón de realización de tareas, es importante mencionar que los participantes no tenían información acerca del trabajo que se iba a realizar,, la Guía (quien es la persona encargada del cuidado y apoyo en tarea de las niñas y adolescentes en la institución) observo que las alumnas cambiaban su actitud y se distraían, solicitándoles actuarán de manera normal y que no interactuarán con la observadora, lo cual permitió que se habituaran a la presencia de la evaluadora, identificando conductas negativas como agresiones verbales hacia los trabajos y habilidades de aprendizaje de las compañeras, no compartían sus cosas, sustraían objetos ajenos , se observaba liderazgo negativo y en algunas alumnas no existía interacción ni con la guía ni entre compañeras (introvertidas). La presencia de estas conductas ocasionaba algunas dificultades en la realización de actividades, por lo que requería el apoyo y la aprobación de la Guía para la ejecución de las mismas, así también, se mostraron dificultades para comprender y seguir instrucciones, por ejemplo: se pedía que la Guía leyera más de una ocasión las indicaciones, sugerían apoyo en la realización de sumas y no seguían las instrucciones del libro.

Al inicio del taller, las preadolescentes mostraron rechazo hacia el mismo mencionando que era pérdida de tiempo, hacían gesticulaciones de desagrado y en algunos casos estas conductas negativas eran dirigidas hacia sus compañeras; al mencionarles que se realizarían algunos trabajos de escritorio se mostró ante ello un total desagrado. Cuando se les entregó el cuestionario de habilidades

sociales (LCEHS) se les explico que el objetivo era identificar en qué se les podría apoyar, se mostraron falta de disposición expresando verbalmente frases como: “está muy largo”, “mejor te dictamos”, “tengo flojera”, “ya me dio sueño”, “no me gusta escribir”, “ya estamos cansadas”, “ya escribí en la mañana mi tarea”, etc.

Otras conductas observadas antes y durante el taller fueron que no prestaban atención, querían tener el control de las actividades, dirigir al grupo y, eran agresivas; por ejemplo: cuando hablaban sus compañeras les faltaban al respeto verbalmente y se enojaban cuando se les solicitaba seguir una indicación.

Sin embargo, estas conductas se fueron modificando conforme iban realizando las diferentes actividades de las sesiones, de manera que se percibió un cambio actitudinal positivo en el comportamiento de las niñas y preadolescentes. En algún momento mencionaron que les gustaría salir del salón e ir al patio, por lo que se decidió que después de cumplir con el trabajo de la sesión y de su buena disposición se realizaría alguna actividad al aire libre (en el patio), esta estrategia motivó y favoreció su participación en las diversas actividades percibiéndose una mejor actitud, es decir, la conducta negativa inicial se vio modificada, por ejemplo, comenzaron a saludar a la facilitadora de manera afectuosa (con un abrazo o un beso), apoyaban a las compañeras que tenían alguna dificultad al realizar sus actividades (tareas académicas e institucionales), participaban de manera verbal expresando sus puntos de vista, mostraron entusiasmo y cuando necesitaban apoyo lo solicitaban de manera respetuosa.

Por otro lado, al analizar los resultados en la pre-evaluación se encontró que antes de participar en el taller las preadolescentes tenían una frecuencia promedio en las cuatro habilidades sociales evaluadas (auto concepto, asertividad, comunicación y toma de decisiones colectiva); después de su participación en el taller se vio reflejado el fortalecimiento de las habilidades sociales (véase Tabla 1), de no tener una óptima comunicación, ni una buena toma de decisiones, la mayoría de las niñas lograron tener un mejor nivel.

Tabla 1.

Comparación de frecuencias de las habilidades sociales de las participantes antes-después del Taller.

HABILIDADES SOCIALES	PRE-EVALUACIÓN			POST-EVALUACIÓN			Puntuación
	Alto	Medio o Promedio	Bajo	Alto	Medio o Promedio	Bajo	
	<i>F</i>	<i>F</i>	<i>f</i>	<i>F</i>	<i>f</i>	<i>f</i>	
Asertividad	1	6	3	4	4	2	P. Max 60
Comunicación	0	7	3	1	7	2	P. Max 45
Autoconcepto	1	6	3	4	4	2	P. Max 60
Toma de decisiones	0	7	3	2	5	3	P. Max 85

Nota. Entre más alta es la puntuación = 250, mayor es la atribución

En la tabla anterior Se puede observar con mayor claridad que el nivel alto de habilidades sociales se obtuvo con actividades como el juego de roles, modelamiento, trabajos en binas, disco rayado y test, los cuales requerían de su propia retroalimentación, así como la de sus compañeras para evaluar su desempeño, reconociendo sus habilidades y sus áreas de oportunidad.

Por otro lado, se vio una mejoría en la interacción con sus compañeras consiguiendo que entre las preadolescentes se dieran apoyo para solucionar problemas, tenían más cuidado al realizar algún comentario para no lastimar de manera intencional, reflexionaban su comportamiento antes de realizarlo, procuraban modificar las actitudes que consideraban inadecuadas.

A continuación, se presentan los resultados de las cuatro habilidades sociales que se evaluaron de manera individual.

En lo que se refiere a la asertividad (véase Figura 1), la mayoría de las participantes se ubicaban en promedio antes del Taller, por ejemplo en la mayoría de las ocasiones trataban de no dañar a sus compañeras al resolver los problemas pero les ganaba en coraje y lastimaban a sus compañeras

verbalmente; por otro lado reaccionaban aceleradas sin estar conformes con las reglas de la institución, no pensaban las consecuencias de sus actos y actuaban, después de su participación en el Taller se incrementó en un 30% la frecuencia alta, esto quiere decir, que mejoraron su capacidad para ubicarse entre dos conductas opuestas (pasividad y agresividad) al responder ante una situación o conducta que les molesta, procuraban analizar las posibles consecuencias de sus actos para tomar sus decisiones, no se debe pasar por alto que para poder llevar acabo la asertividad en su totalidad es indispensable la escucha, poder mantener una conversación, los intereses, ser agradecido, la inquietud por conocer, los gustos, solicitar ayuda, integrarse, la claridad y seguir instrucciones siendo las bases que les permiten conocer su entorno y poder actuar de acuerdo a sus valores, creencias sin lastimar o perjudicar a quien los rodea. De Goldstein se retomó de la pregunta 1 a la 12 para evaluar la asertividad.

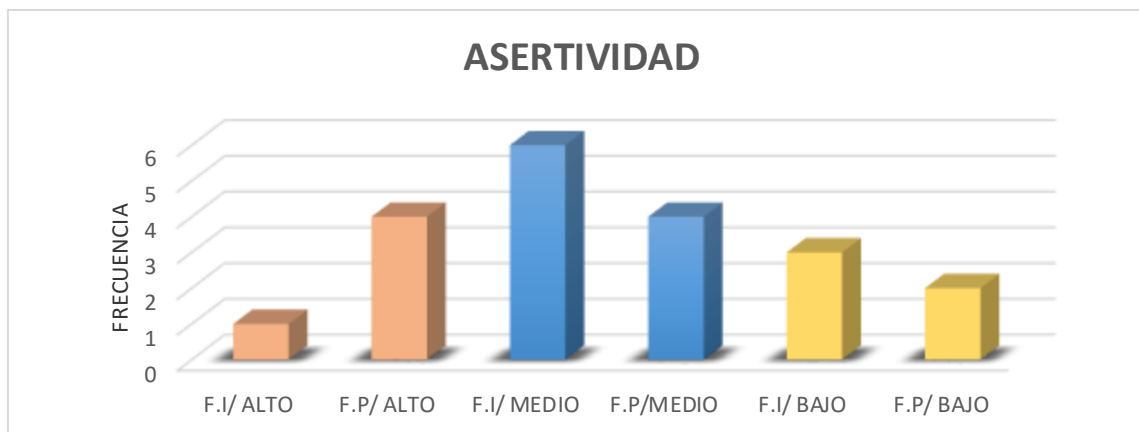


Figura 1. Comparación frecuencia de conductas asertivas que presentaron las participantes antes y después de su participación en el Taller.

La forma de comunicar sus opiniones a las demás compañeras con quienes conviven diariamente era negativa por ejemplo procuraban hacerle saber a sus autoridades los errores de las demás, decían las cosas de manera agresiva y tajante, en ocasiones insultaban a sus compañeras, hacían saber quién era la líder, no dejaban que todas las compañeras se expresaran; para medir esta habilidad social se retomó de la pregunta 13 a la 21, encontrando que posterior al

taller se modificó solamente un 10% (véase Figura 2), logrando una manera más apropiada de decir las cosas, no se hacía énfasis en los errores de sus compañeras, se brindaba apoyo especialmente por parte de la líder, comenzaron a explicar su punto de vista, a interactuar con algunas compañeras con las que no habían dialogado. Sin embargo, aún es necesario fortalecer que las preadolescentes logren disculpar, persuadir, ser empáticas, expresar sus sentimientos, comprender sus intereses, y las recompensas, pedir permiso, solicitar las cosas, dirigirse con las personas adecuadas y el compartir para que no muestren una postura a la defensiva. Es importante mencionar que una de las participantes, incrementó su nivel bajo de comunicación hasta el nivel alto.



Figura 2. Comparación frecuencia de comunicación de las participantes antes y después de su participación en el Taller.

El 30% de las preadolescentes mejoró su autoestima (véase Figura 3), los reactivos que se retomaron de Goldstein fueron de la pregunta 22 a 33, donde se encontró que posterior al taller se logró tener confianza en ellas, reconocían la mayoría de sus cualidades personales, identificaban para que eran hábiles, sus gustos, aceptaban sus limitaciones, empezaron a aceptar algunas de las actitudes que consideraban defectos de sí mismas y de sus pares generando aceptación, volvían fortalezas aquellas habilidades que antes no reconocían de sí mismas por ejemplo: su manera de expresar los que a las demás les gustaba, así como se valoraban más a ellas y sus compañeras.

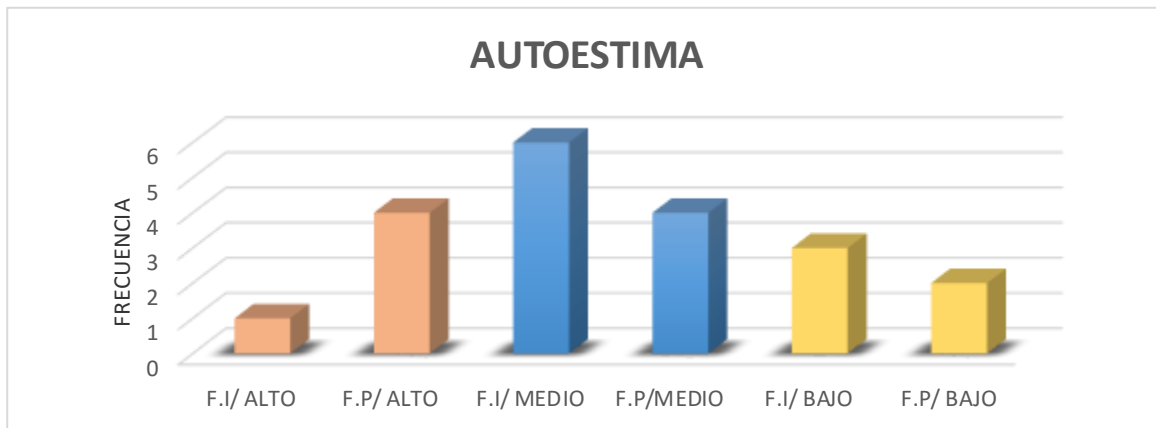


Figura 3. Comparación frecuencia de autoestima de las participantes después de su participación en el Taller.

Respecto a la toma de decisiones (véase Figura 4) se modificaron algunas actitudes, por ejemplo: comenzaron a hacer lo que sentían que era lo correcto de manera individual sin que se dejaran llevar por la líder o el grupo, cuando tenían que realizar alguna acción procuraba no involucrar o perjudicar a sus compañeras, la líder comenzaba a involucrar a todas las compañeras para que no estuvieran separadas del grupo, intentaban decir las cosas en el momento correcto dependiendo de la situación. Sin embargo, esto se modificó solamente el 10% necesitando reforzar más en las preadolescentes la planeación, la búsqueda de causas: que sepan cómo conseguir la información, analicen, evalúen posibilidades, ignoren las distracciones.

Por otro lado, se destaca quien presentó antes de participar en el Taller un nivel promedio que mejoró a un nivel alto, retomando los reactivos del 34 al 50 de Goldstein.

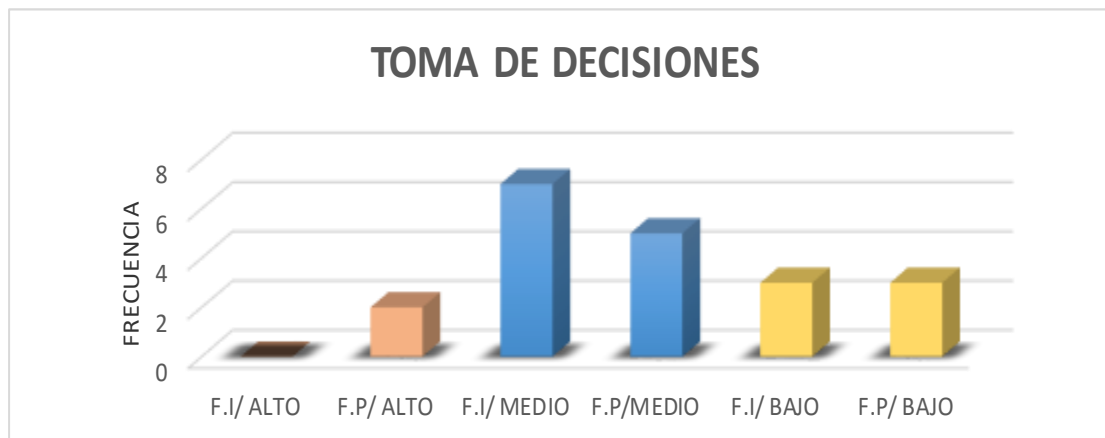


Figura 4. Comparación frecuencia de la toma de decisiones de las participantes después de su participación en el Taller.

En efecto se logró un cambio positivo en las habilidades sociales de las preadolescentes mejorando la convivencia, y percibiendo a cada habilidad como parte de un conjunto de comportamientos sociales aceptados, por otro lado esto se puede constatar al analizar los resultados obtenidos con la *escala para medir agresividad* (Rangel, 2009), observando una baja en las conductas agresivas (véase Tabla 2), lo cual significa que se fortaleció la capacidad para reaccionar y hablar con sus semejantes en situaciones cotidianas.

Tabla 1.

Comparación de frecuencias de las habilidades sociales de las participantes antes-después del Taller.

HABILIDADES SOCIALES	PRE-EVALUACIÓN			POST-EVALUACIÓN			Puntuación
	Alto	Medio o Promedio	Bajo	Alto	Medio o Promedio	Bajo	
	<i>F</i>	<i>F</i>	<i>f</i>	<i>F</i>	<i>f</i>	<i>f</i>	
Asertividad	1	6	3	4	4	2	P. Max 60
Comunicación	0	7	3	1	7	2	P. Max 45
Autoconcepto	1	6	3	4	4	2	P. Max 60
Toma de decisiones	0	7	3	2	5	3	P. Max 85

Nota. Entre más alta es la puntuación = 250, mayor es la atribución

Posterior a la participación en el Taller, referente a la agresión física se vio disminuida (véase Figura 6), dos de las participantes que mostraron esta conducta pasaron a una frecuencia baja y cuatro siguieron en la frecuencia promedio. Es decir, cuando se sentían enojadas o muy estresadas procuraban no pegarles a sus compañeras, en ocasiones se aislaban o en el peor de los escenarios sustituyeron las conductas agresivas de tipo física por agresividad de tipo verbal; en la Figura 7, se puede constatar lo antes mencionado.

A continuación, se muestran las gráficas comparativas de frecuencia de la agresividad antes y después del taller.

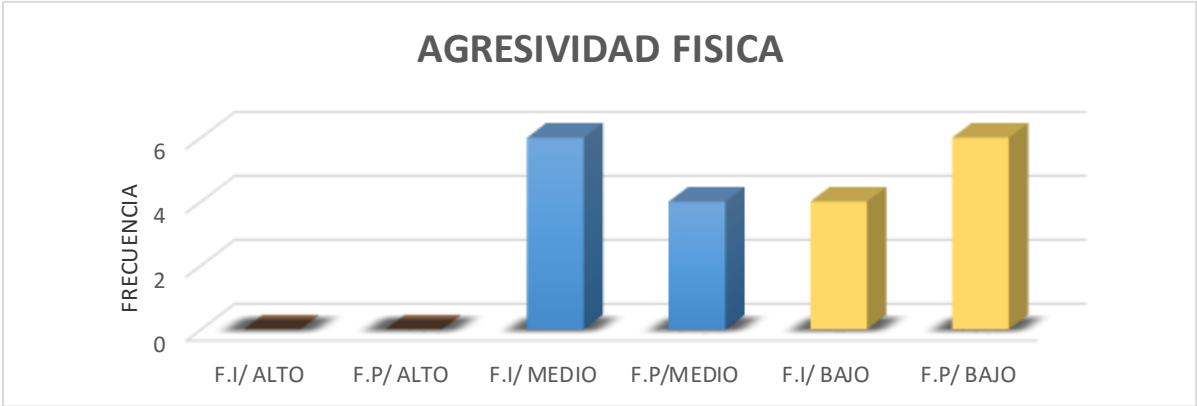


Figura 6. *Modificación de la frecuencia de agresividad física detectado en las participantes antes y después de su participación en el Taller.*

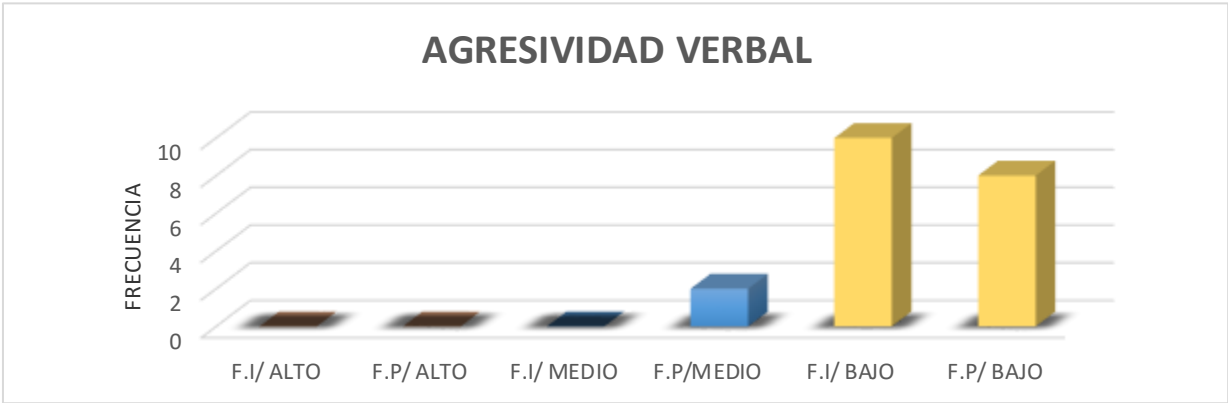


Figura 7. *Modificación de la frecuencia de agresividad verbal detectado en las participantes antes y después de su participación en el Taller.*

Con base en lo anterior se puede decir que es necesario seguir fortaleciendo habilidades sociales para que les permitan comunicar aceptar y negociar (asertividad, toma de decisiones, solución de problemas), para que las participantes aprendan a transformar un sentimiento negativo (p. ej., enojo) a uno positivo (p.ej., demostración de afecto).

Expresando cómo se sienten y logrando reflexionar acerca de qué modificarían y por qué lo harían.

Se afirma que existió un cambio en las preadolescentes, en relación a su nivel de habilidades sociales y modificación de respuestas, así como existió un cambio en la actitud agresiva. Es importante mencionar que las participantes pueden mejorar aún más su conducta, dado que, si esto se logró en un número reducido de sesiones, con más oportunidades de ejercitar sus habilidades sociales, analizar y resolver distintas situaciones que ellas viven de manera cotidiana se podrán obtener mejores resultados.

Aunado a la post evaluación las preadolescentes lograron observar cambios conductuales positivos, siendo expuestas al realizar la retroalimentación final del taller, coincidiendo entre las 10 participantes (véase Tabla 3) que su participación les dejó un aprendizaje para mejorar algunas actitudes o conductas que manifestaban a las demás de manera involuntaria. Se logró su autorreflexión, así como respuestas proactivas sobre qué y cómo modificarían para tener una mejor convivencia entre ellas y sentirse mejor entre sí.

Tabla 3.

Frecuencia de las Intenciones conductuales (expresiones) de las participantes al final del Taller (Postevaluación).

Intenciones conductuales	<i>f</i>
“Pensar antes de actuar”	4
“Compartir”	5
“Ser pacientes”	3
“Tratar de resolver los problemas”	6

Como se mencionó al inicio de este capítulo, las participantes manifestaron disgusto por tener que asistir al Taller impuesto por la institución, al final, algunas participantes mencionaron que les agrado el Taller, porque realizaron diversas actividades y en ocasiones jugaban. Por otro lado, otras participantes comentaron que no les agrado porque las sesiones eran muy espaciadas, lo cual en estricto sentido no sería negativo, porque esto indicó que les gustaba asistir y participar; sin embargo, también se mencionó que, en ocasiones, había mucho ruido en el salón y que eso les generaba estrés. Este factor no se pudo controlar debido a que el ruido provenía del salón contiguo en donde se realizaba la clase de baile de otro de los grupos de la fundación, sin embargo, dentro del salón se procuraba mantener silencio.

Por cuestiones de tiempo la institución no realizó un reporte, ni notificó si existió un cambio conductual en las preadolescentes que participaron en el taller; así como tampoco solicitaron los resultados. Es importante mencionar que la nueva administración de la I.A.P. no tuvo contacto ni mostro interés para la investigación realizada, por lo que en algunas ocasiones no respetaban los tiempos establecidos para las actividades.

CAPÍTULO 5

CONCLUSIONES

El fortalecimiento de las habilidades sociales ha marcado un parteaguas en las relaciones sociales, sirviendo como una herramienta de orientación y retroalimentación que se les puede brindar a las personas, logrando una convivencia positiva y un ambiente de armonía. En la realización de la presente investigación las preadolescentes que participaron en el taller mostraron una mejoría en su conducta y en la actitud para resolver los problemas.

Se puede afirmar que existió un cambio positivo, en relación a su nivel de habilidades sociales, así como una disminución en las conductas agresivas de tipo físico que presentaban, concordando con algunas investigaciones que obtuvieron resultados similares (González, 2013; González, Ampudia y Guevara, 2012; Moreno, 2011; Peres, 2010; Rangel, 2009; Arreguín, 2008; Gutiérrez, Villatoro, Gaytán, 2008; Luca, Rodríguez y Sureda, 2001; Monjas, 2000), con base en esto se puede corroborar que se obtuvo mejoría en el contacto social, expresión de emociones, modificación de pensamientos negativos y conductas derivadas del mismo, destacando así, que la ayuda entre iguales favorece el fortalecimiento de las habilidades sociales e incrementa la convivencia sana; se destaca que la cooperación del líder es un factor que facilita la adquisición y aceptación en el grupo a trabajar, logrando que un líder que era calificado negativo se convirtiera en líder positivo, aumentara la empatía dentro de su contexto y fortaleciendo el compañerismo generando con esto un sentido de pertenencia con el grupo y con la institución.

Si bien, es cierto que existe relación entre las habilidades sociales y el nivel de agresividad, pues se observó que al modificar las conductas las preadolescentes mejoraban sus relaciones sociales. Sin embargo durante la investigación; por los cambios que se estaban presentando dentro de la institución (movimiento de personal, cumplimiento de los requisitos para seguir siendo parte

de la I.A.P., es decir el nivel socioeconómico, situación familiar de riesgo, cumplir con el reglamento interno, asistencia a la institución, trabajo en conjunto del tutor con la institución, por mencionar algunos) al salir dos compañeras pertenecientes al grupo de preadolescentes a evaluar, se ocasionó desconcierto y generando un ambiente de inestabilidad, desconfianza e incertidumbre respecto a su situación en la institución lo cual ocasiono un estado de ansiedad que incrementaba su agresividad de tipo verbal, siendo un factor que permeaba los logros obtenidos en algunas sesiones, este cambio actitudinal fue reportado por la guía y era notorio en la conducta de las preadolescentes quienes se mostraron apáticas ante el taller y en las actividades enunciaban que se encontraban preocupadas por saber que podrían ser expulsadas de la I.A.P. y por sus padres en el momento que ellos lo desearan.

Dentro del grupo de preadolescentes existían tres subgrupos bien establecidos, los cuales no se comunicaban entre sí únicamente lo hacían con su grupo perteneciente. Esto impedía que las preadolescentes conocieran los puntos de vista (que en la mayoría de los casos eran similares) de sus compañeras, durante la implementación del taller en las primeras dos sesiones no existía un cambio en la comunicación, fue hasta la tercera sesión al realizar una reflexión y al escuchar las diferentes opiniones de las compañeras respecto a su sentir de no sentirse reconocidas o escuchadas los subgrupos comenzaron a hacerse menos visibles.

Por otro lado se pudo observar que las preadolescentes conocían el significado de la autoestima, comunicación y asertividad, sin embargo no se observaba la aplicación en su día a día ya que se sentían abrumadas con las normas que debían de seguir en la I.A.P. así como las establecidas en sus casas a pesar de que en algunas ocasiones se contradijeran entre las mismas, algunas hacían mención que no se sentían escuchadas y aunque quisieran tomar algunas decisiones o actuar de forma diferente preferían únicamente acatar las órdenes para no tener consecuencias negativas.

Posterior al taller las preadolescentes realizaban propuestas en conjunto con la guía para resolver algunas situaciones sin omitir su reglamento interno, en el caso de la familia no se logró un cambio debido a la poca participación de los padres y/o familia (únicamente ven a sus hijas sábado y domingo) quienes mostraban una falta de interés y falta de comunicación con sus hijas.

Es indispensable recalcar que si bien cada una de las habilidades sociales se puede medir por separado todas influyen e interactúan entre sí (veasé Figura 7), es decir no se pueden ver por separado, ya que como se menciona en las definiciones, son un conjunto de conductas socialmente aceptadas que se fortalecen con el simple hecho de relacionarse en el medio, estas habilidades sociales hacen valer, aplicar y fortalecer los valores, sentimientos e intereses que cada ser humano ha validado para sí mismos sin olvidar que tratan de ser parte de la sociedad sin perder su individualidad.

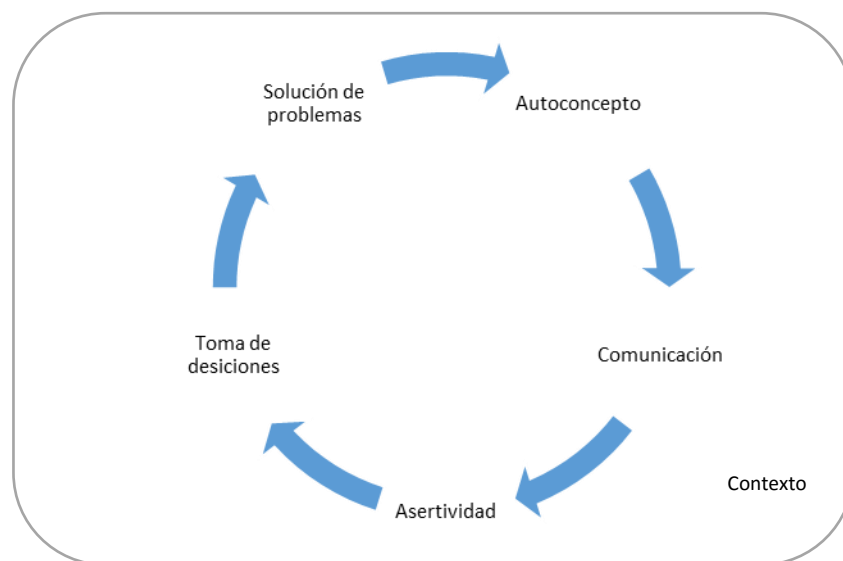


Figura 7. Esquema de habilidades sociales.

Como lo determina la teoría del aprendizaje social el medio externo es un factor que permea las conductas de la persona, debido al contexto de las preadolescentes (situaciones familiares en riesgo y en su mayoría de un núcleo agresivo), son más vulnerables para reaccionar de una manera satisfactoria. Zafra (2010), menciona que a partir del nacimiento se intensifica el aprendizaje social y

la familia modela para sus miembros la forma de comportarse con los demás, por lo que un factor clave que se debe retomar para futuras investigaciones con poblaciones que se encuentren en alguna I.A.P., sería involucrar en todo el proceso (antes, durante y después de la investigación) a las figuras de autoridad que laboran en la I.A.P. pues son los principales modeladores de conductas favorables, considerando especialmente a la guía que es la encargada de resolver las problemáticas en el salón, y a pesar de que en ocasiones estaba en el aula sin interactuar las preadolescentes buscan su constante aprobación, hasta que algunas compañeras tomaban el liderazgo y trataban de resolver los problemas por si solas tomando en cuenta opiniones y aportando posibles soluciones para la situación que se presentaba.

Refiriéndonos a la postura de la teoría cognitivo conductual cuando las preadolescentes no informaban su sentir, reprimían sus emociones o se dejaban llevar por alguna situación, todas esas situaciones se acumulaban y aumentaban, teniendo resultado que las preadolescentes se frustraran rápido, obteniendo que se dirigieran de manera agresiva con las demás sin importar que fuera un detalle sin importancia, no reflexionaban de manera asertiva y en cadena se obtenía una comunicación negativa, dificultades en la solución de problemas que posteriormente se expresaba en una baja autoestima que afectaba a su vez al contexto. Observando con esto que al modificar la manera en la que percibían los estímulos se modifica de manera indirecta su respuesta.

Con base en todo lo anterior se concluye que, es en la pubertad cuando se comienza a fortalecer el autocontrol, se define la personalidad mediante la estrategia de ensayo y error, se observó que en la mayoría de las situaciones no reflexionan sobre las problemáticas, se frustran rápidamente y no buscan otras opciones. Mientras que es en la adolescencia donde se comienzan a experimentar necesidades que antes no se tenían, las necesidades sociales son muy intensas y se requiere de alguien con quien acompañarse en sus necesidades internas por ejemplo, se presenta la necesidad de espacio, independencia, confianza en sus

ideas, convivencia, adaptación, reconocimiento, regulación de emociones, flexibilidad, liderazgo (Papalia 2009), por lo que es indispensable el reconocimiento y ver los resultados de su esfuerzo depositado en las actividades que realizaron.

En el campo de las habilidades sociales aún queda mucho que vislumbrar, y esto únicamente puede hacerse tomando en cuenta factores externos que han incidido en las diversas investigaciones, por ejemplo, estilos parentales, las normas en la institución, el contexto escolar, con la finalidad de enriquecer los trabajos y ampliar el conocimiento del tema. Con esta investigación se puntualiza que, es necesario realizar observación no participante más de una vez con el grupo que se va a trabajar, ya que con esto se puede profundizar en aquellas habilidades que requieren de mayor practica por ejemplo de las cuatro habilidades sociales, la toma de decisiones, y la comunicación requieren de mayor práctica, porque se les dificulta salir de la rutina, así como expresarse y decir lo que sienten debido a que están inmersas en ambientes (I.A.P, familia, escuela) con normas diferentes y las cuales deben cumplir y respetar; actuando sin convencimiento.

Considerando con esto que es indispensable realizar a la par con un trabajo entre padres con la I.A.P., con la finalidad de tener normas o un esquema lo más parecido posible, para que las preadolescentes traten de unificar sus comportamientos y expresen su sentir por ejemplo deben buscar la manera de fomentar los valores, establecer el mismo patrón de sanciones, reconocer logros, reforzamiento para que se perciba un ambiente en el cual las preadolescentes se sientan escuchadas y valoradas, así como reconozcan que cada acción conlleva una reacción positiva o negativa. Por otro lado, se sugiere para tener cambios notorios seria indispensable que se le diera continuidad al taller dentro de sus actividades cotidianas dentro de la I.A.P., para lograr una continuidad y complementar las temáticas que presentaron mayor dificultad como toma de decisiones, solución de problemas.

Sería beneficioso realizar cada año una evaluación para ver los avances, las limitaciones que aun presenta la población que participó, en especial para observar cómo se modifica el grupo con los cambios que se presenten dentro de la institución (ingresos, egresos, cambio de autoridades, reglas, responsabilidades) y fortalecer las habilidades sociales de las preadolescentes que ingresan y de las ya forman parte de la institución de asistencia privada.

Para lograr mejores resultados es importante garantizar la continuidad de las sesiones y considerar un mayor número de sesiones para la ejercitación continua de las habilidades sociales que requieren de una práctica constante, así como el respeto a los tiempos establecidos para darle el respeto al trabajo multidisciplinar que se realiza en la I.A.P., otro factor positivo sería conducir el taller en todos los grupos para que todas las niñas y preadolescentes fortalezcan sus habilidades y las apliquen en los diferentes contextos en que se desenvuelven.

Para finalizar no se puede olvidar que el Ser Humano se encuentra en constante aprendizaje, teniendo como estrategias facilitadoras la observación, la retroalimentación, empatía, etc: siendo la edad un factor que no lo delimita, ya que al igual que las habilidades sociales se van fortaleciendo a través del tiempo. Abordar estas temáticas bajo el enfoque cognitivo conductual basado en el aprendizaje social facilita el fortalecimiento de las habilidades sociales, ya que de manera indirecta mediante el desarrollo de cada uno se va adquiriendo o dando un valor a las respuestas que se realizan, este taller y bajo estas perspectivas puede ser aplicable a cualquier población, sin importar el contexto social en que se encuentre, por otro lado, se destaca que la agresividad es una variable que se encuentra en las diversas esferas sociales, políticas o económicas. Es por ello que se necesitan realizar campañas, talleres o actividades vivenciales para crear conciencia y eliminar los altos índices de agresión.

REFERENCIAS

- Acero, A., Moreno, G., Moreno, J. y Sánchez, L. (2002). *La prevención de las drogopedencias en el tiempo de ocio*. Manual de formación. Madrid, España: Asociación, deporte y vida.
- Ampudia, R., Santaella, H. y Eguía, M. (2008). *Guía clínica para la evaluación y diagnóstico del maltrato infantil*. México: Manual Moderno.
- Anderson, C.A. y Bushman, B.J. (2002). Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and prosocial behaviour: a meta-analytic review of the scientific literature. *Psychological Science*, 12, 353-359
- Arias, W. (2013). Agresión y violencia en la adolescencia: la importancia de la familia. *Unifé*. 21(1), 23-34.
- Arreguín, N. (2010). *La terapia de juego centrada en el niño como facilitadora de las habilidades sociales en niños "agresivos" entre 4 y 11 años*. (Tesina de licenciatura). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Axline, V. (2002). *Terapia de juego*. (18ª Ed.). México, D.F: Diana.
- Bermúdez, M.P., Teva, I. y Sánchez, A. (2003). Análisis de la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico. *Universitas Psychologica*, 2(1), 27-32.
- Bernal, A. (1990). Las habilidades sociales y su entrenamiento: un enfoque necesariamente psicosocial. *Psicothema*.2 (2), 93-112.
- Bisquerra, R., Soldevilla, A., Ribes, R., Fililla, G., y Aguyó, M. (2005). Una propuesta de currículum emocional en educación infantil. *Cultura y Educación*, 17(1), 5-18.
- Caballero, N. (2001). *Propuesta para disminuir los niveles de agresividad en niños entre 3 y 5 años de edad que se encuentran en casa de adopción*. (Tesis licenciatura). Universidad de la sabana.
- Caballo, V. (2009). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. (5ª ed.). Madrid: S. XXI.
- Caballo, V. (2009). *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta*. México: S. XXI.

- Calvo, J. (2003). *Problemas de convivencia en centros educativos*. Madrid: EOS.
- Cattán, A. (2005). Estudio comparativo de autoestima y habilidades sociales en pacientes adictos de una comunidad terapéutica. *Redalyc*. 5(1). 139-164.
- Chaux, E. (2003). Agresión reactiva, agresión instrumental y el ciclo de la violencia. *Revista de estudios sociales*, (4) p.p. 47-58.
- Díaz Aguado, M. (2005). La violencia entre iguales en la adolescencia y su prevención desde la escuela. *Psicothema*.17 (4), 549-558. Recuperado el 06 de octubre de 2006 de <http://www.psicothema.com>
- Dolto, F. (2004). *La causa de los adolescentes*. Argentina, 1ra Ed. Edit. Paidós.
- Esperón, C. y Mardomingo, M. (2010). *Manual de psiquiatría del niño y del Adolescente*. Buenos Aires: Madrid. Edit. Medica panamericana.
- García Hierro, García A. y Cubo, S. (2009). Convivencia escolar en secundaria: aplicación de un modelo de mejora de clima social. *REIFOP*, 12(1), 51-61.
- García, M. (2010). *El docente como mediador ante conductas violentas en niños*. Boletín electrónico de investigación de la asociación oaxaqueña de psicología A.C., 6(2). Recuperado de http://http://www.conductitlan.net/notas_boletin_investigacion/126_docente_mediador_conductas_violentas.pdf
- García, Ma.; Pérez, R. y Hernández. R. (2013). Convivencia escolar en secundaria básica. *Redalyc*, 19(3), pp. 1-11.
- García, S. y Ramos, L. (1998). *Medios de comunicación y violencia*. México. 1ra Ed. Edit. Fondo de cultura económica.
- Goldstein, A. (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*. Barcelona: Martínez Roca.
- González, C. (2013). *Efectos del programa de intervención para el entrenamiento de las habilidades sociales en niños institucionalizados*. (Tesis doctorado). Universidad Nacional Autónoma de México.

- González, C., Ampudia, A. y Guevara, Y. (2012). Programa de intervención para el desarrollo de habilidades sociales en niños institucionalizados. *Acta colombiana de psicología*, 15 (2), pp. 43-52.
- González, L. (2007). *Promoción de la competencia social a través de un curso-taller para niños de 8 a 10 años con dificultades emocionales y de conducta*. (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Grados, J. (2006). *Toma de decisiones: Dinámicas de aprendizaje, autoconocimiento y comprensión*. México: D.F. Edit. Trillas.
- Gutiérrez, M. (2015). *Inteligencia socio-emocional en la adolescencia. Diseño, implementación y evaluación de un programa formativo*. (Tesis doctorado). Universidad de Granada.
- Gutiérrez, ML., Villatoro, J., Gaytán, L. y Álamo, A. (2008). *Infancia, adicciones y salud mental. Programa de desarrollo de habilidades sociales "Dejando huellitas en tu vida"*. México 1ra Ed. Edit. Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente.
- Kelly, J. (2000). *Entrenamiento de las habilidades sociales* (6° ed.) España: Desclee de Brouer.
- León, J. y Medina, S (1998). *Aproximación conceptual a las habilidades sociales. Teoría, investigación e intervención*. Madrid: Síntesis.
- López, M. y Pichardo M. (2003), Diferencias de género en el autoconcepto de jóvenes afectados de baja visión. *Revista de educación*, 330, pp. 373-384.
- Lorenz, K. (1971). *Sobre la agresión: el pretendido del mal*. México: S.XXI.
- Luca, C., Rodríguez, R. y Sureda, I. (2001). *Programa de habilidades sociales en la enseñanza secundaria obligatoria ¿Cómo puedo favorecer las habilidades sociales de mis alumnos?* Málaga: Albije.
- Mangrulkar, L.: Whitman, C. y Posner, M. (2001). Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes. Organización panamericana de la salud. Recuperado el 10 de junio de 2014, de <http://>

http://www.buenosaires.esc.edu.ar/areas/des_social/adic/pdf/habilidades_para_la_vida.pdf.

- Marina, J. y Bernabeu, R. (2007). *Competencia social y ciudadanía*. Madrid: Alianza editorial.
- Monjas, C. I., (2000). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social para niños y niñas en edad escolar*. Madrid. CEPE
- Monjas, E. (2000). *La habilidad y competencia social*. México D.F. Edit. McGraw Hill.
- Montes, M. (2000). Viviendo la convivencia. *Redalyc*, 31(1), pp. 58-59.
- Moreno, Ma. (2011). *Desarrollo de habilidades sociales como estrategia de integración al bachillerato*. (Tesis maestría). Universidad Autónoma de Yucatán.
- Mori, J. (2012). Una revisión psicológica a las teorías de la agresividad. *Revista electrónica de psicología Iztacala*. 15(1), 80-93.
- Muñoz, F. (2000). *Adolescencia y agresividad*. (Tesis Doctoral). Universidad Complutense. Madrid.
- Papalia, D., Wendkos, S. y Duskin, R. (2009). *Desarrollo Psicológico*. Editorial Mc Graw Hill/Interamericana de México, 11ª. Ed.
- Peñafiel, E. y Serrano, C. (2010). *Habilidades sociales*. Madrid. 1ra Ed. Edit. Editex.
- Peres, Ma. (2008). *Habilidades sociales en adolescentes institucionalizadas para el afrontamiento a su entorno inmediato*. (Tesis doctoral). Universidad de Granada.
- Rangel, L. (2009). *Habilidades sociales y agresividad: un taller para la prevención de esta*. (Tesis licenciatura). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Roca, E. (2007). *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. Recuperado el 01 de noviembre de 2016, de <http://www.gitanos.org/publicaciones/guiapromocionmujeres/pdf/05.pdf>
- Rodríguez, J. (2006). Convivencia y conflicto educativo. *Redalyc*, 29(59), pp. 285-301.

- Rodríguez, L. (2008). *Importancia del entrenamiento en las habilidades de interacción social en la resolución no violenta de conflictos dirigido a niños y niñas en edad escolar*. (Tesis de licenciatura). Colegio Partenón.
- Rojas, G. (2008). *Entrenamiento de las habilidades sociales en niños*. (Tesina de licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México).
- Sandoval, J.J. (2001). Ambiente escolar, familiar y comunitario en relación con los comportamientos agresivos y prosociales en niños. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 24(1), 30-39.
- Sampieri, R. (2014). *Presentación metodología de la investigación*. Presentación electrónica. Recuperado el 15 de Marzo de 2017, de <https://es.slideshare.net/SelAbrajn/metodologia-de-la-investigacion-sampieri-6ta-edicion-66357906>
- Sotelo, Ma. (2015). *Diagnostico situación de la infancia en México maltrato infantil urgencia nacional*. Recuperado el 19 de junio de 2016, de http://www.fundacionenpantalla.org/attachments/article/6/ESTADISTICAS_Y_ANALISIS_SITUACION_INFANCIA_EN_MEXICO_2015.pdf
- Torroella, G. (2002). *Aprender a convivir*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Train, A. (2004). *Agresividad en niños y niñas: ayudas, tratamiento, apoyos en la familia y en la escuela*. Madrid: Narcea.
- Turner, S. y Beidel, D. (2005). Multicomponent behavioral treatment for chronic combat-related posttraumatic stress disorder. *Behavioral Modification*, 29(1), 39-69.
- UNICEF México (2007). *Violencia y maltrato*. Recuperado el 19 de junio de 2016, de http://www.unicef.org/mexico/spanish/proteccion_6932.htm
- Vallés, A.y Vallés, C. (1996). *Las habilidades sociales en la escuela: una propuesta curricular*. Madrid: Eos.
- Villarreal, M., Sánchez, J., Veiga, F. y Moral, G. (2011). Contextos de desarrollo, malestar psicológico, autoestima social y violencia escolar desde una perspectiva de género en adolescentes mexicanos. *PsychosocialIntervention*, 20 (2), 171-181.

- Zabala, M. (2001). *La convivencia en los centros escolares: una visión de conjunto*. XII Jornadas de Consejos Escolares de las Comunidades Autónomas del Estado. Cosello Escolar Galicia.

Anexos

ANEXO 1

*Lista de Chequeo Evaluación de Habilidades Sociales
de Goldstein et. al (1980)*

Nombre: _____ Edad: _____

INSTRUCCIONES:

A continuación, encontrarás una lista de habilidades sociales que los adolescentes como tú pueden poseer en mayor o menor grado. Deberás calificar tus habilidades marcando cada una de las habilidades que se describen a continuación, de acuerdo a los siguientes puntajes.

Marca 1 si NUNCA utilizas bien la habilidad (N).

Marca 2 si utilizas MUY POCAS VECES la habilidad (MP).

Marca 3 si utilizas ALGUNA VEZ bien la habilidad (AV).

Marca 4 si utilizas A MENUDO bien la habilidad (AM).

Marca 5 si utilizas SIEMPRE bien la habilidad (S).

	N	MP	AV	AM	S
GRUPO I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES					
1. ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que están diciendo?	1	2	3	4	5
2.- ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	1	2	3	4	5
3.- ¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	1	2	3	4	5
4.- ¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	1	2	3	4	5
5.- ¿Dices a los demás que tú esta agradecida (o) con ellos por algo que hicieron por ti?	1	2	3	4	5
6.- ¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	1	2	3	4	5
7.- ¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	1	2	3	4	5
8.- ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	1	2	3	4	5

GRUPO II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS					
9.- ¿Pides ayuda cuando la necesitas?	1	2	3	4	5
10.- ¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	1	2	3	4	5
11.- ¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	4	5
12.- ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	4	5
13.- ¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	1	2	3	4	5
14.- ¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	1	2	3	4	5
GRUPO III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS					
15.- ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	1	2	3	4	5
16.- ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	1	2	3	4	5
17.- ¿Intentas comprender lo que los demás sienten?	1	2	3	4	5
18.- ¿Intentas comprender el enfado de otras personas?	1	2	3	4	5
19.- ¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	1	2	3	4	5
20.- ¿Cuándo sientes miedo, piensas porque lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	1	2	3	4	5
21.- ¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?	1	2	3	4	5
GRUPO IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS					
22.- ¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a las personas indicadas?	1	2	3	4	5
23.- ¿Compartes tus cosas con los demás?	1	2	3	4	5
24.- ¿Ayudas a quien lo necesita?	1	2	3	4	5
25.- ¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	1	2	3	4	5
26.- ¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	1	2	3	4	5
27.- ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	1	2	3	4	5

28.- ¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	1	2	3	4	5
29.- ¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30.- ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	1	2	3	4	5
GRUPO V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS					
31.- ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	1	2	3	4	5
32.- ¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	1	2	3	4	5
33.- ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34.- ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2	3	4	5
35.- ¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36.- ¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	1	2	3	4	5
37.- ¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	1	2	3	4	5
38.- ¿Intentas comprender la razón por la cual haz fracasado en una situación en particular?	1	2	3	4	5
39.- ¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	1	2	3	4	5
40.- ¿Comprendes de qué y porqué has sido acusado(a) y luego piensas en la forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	1	2	3	4	5
41.- ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5
42.- ¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	1	2	3	4	5
GRUPO VI: HABILIDADES DE PLANIFICACION					
43.- ¿Si te sientes aburrida, intentas encontrar algo interesante que hacer?	1	2	3	4	5
44.- ¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	1	2	3	4	5

45.- ¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46.- ¿Determinas de manera realista qué también podrías realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
47.- ¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	1	2	3	4	5
48.- ¿Determinas de forma realista cual de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	1	2	3	4	5
49.- ¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	1	2	3	4	5
50.- ¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestar atención a lo que quieres hacer?	1	2	3	4	5

ANEXO 2

Escala de Agresividad (Tomado de Rangel, 2009)

Nombre: _____ Edad: _____

INSTRUCCIONES:

A continuación, encontrarás una lista de conductas, deberás calificar con qué frecuencia las realizas; lee con la mayor atención y contesta todas las preguntas.

Marca 1 - si NUNCA realizas la conducta (N)

Marca 2 - si OCASIONALMENTE realizas la conducta (O)

Marca 3 - si FRECUENTEMENTE realizas la conducta (F)

Marca 4 - si MUY FRECUENTEMENTE realizas la conducta (MF)

	N	O	F		MF
1. Con qué frecuencia pones apodos a tus compañeros o profesores.	1	2	3		4
2. Cuando me piden que haga algo discuto con la persona para no hacerlo.	1	2	3		4
3. Al pasar frente a un compañero (a), éste se me queda viendo, por lo cual yo le digo de groserías o le insulto.	1	2	3		4
4. Un compañero (a) que no te cae bien, tú hablas mal de él o ella con los demás.	1	2	3		4
5. Gritas a los demás para que hagan lo que tú deseas.	1	2	3		4
6. Tomo sin pedir el trabajo de un compañero.	1	2	3		4
7. Le pides a un amigo (a) que te pase el examen, él te dice que no, entonces tú le amenazas diciéndole que nadie del grupo de amigos le va a hablar.	1	2	3		4
8. Tomas sin pedir el trabajo de tu amigo (a) el cual accidentalmente lo maltratas o se te rompe, por lo que tú lo ocultas y no dices nada.	1	2	3		4
9. En una clase no traes material de trabajo y el profesor te pide que salgas del salón, tú te pones a discutir con el profesor.	1	2	3		4
10. Llegas tarde al salón de clases, el profesor no te deja entrar por lo que tú te burlas de él.	1	2	3		4

11. Pides un permiso al profesor y éste no te lo da, tú le dices groserías.	1	2	3		4
12. La calificación que te puso el profesor es incorrecta y no quiere cambiarla, tú discutes con él y lo amenazas.	1	2	3		4
13. Haces un chisme de un compañero (a) el cual te dijo un insulto.	1	2	3		4
14. Dentro de tu grupo de amigos (as), pides a uno de ellos que te haga un favor, él te dice que no, por lo que les dices al grupo de amigos que ya no se junten con él o ella.	1	2	3		4
15. Te burlas de tus compañeros.	1	2	3		4
16. Un compañero (a) te rompe tu libro o cuaderno, tú te desquitas de igual manera y le rompes su libro o cuaderno.	1	2	3		4
17. Un compañero (a) está diciendo chismes sobre ti, para resolverlo tú lo golpeas.	1	2	3		4
18. Un compañero (a) empieza a molestarte porque quiere que le prestes algo, que tú no quieres prestar y para que te deje de molestar tú lo empujas, le avientas el cuaderno, lápiz, goma.	1	2	3		4
19. Un compañero (a) te cae mal tú le empujas fingiendo ser un accidente.	1	2	3		4
20. Un compañero te dice una grosería sobre tu mamá tú le golpeas.	1	2	3		4
21. Das patadas, golpes en la cabeza, empujones, jalones de ropa como un juego con tu grupo de amigos.	1	2	3		4
22.- Escondes las cosas de tus compañeros como parte de un juego.	1	2	3		4
23.- Un grupo de compañeros no te dejan participar en un equipo de trabajo por lo que tú les quitas algún objeto como: lapicera, cuaderno, libro, calculadora o celular.	1	2	3		4
24.- Cuando la clase de un profesor está demasiado aburrida, te pones a rayar o pintar tu silla.	1	2	3		4
25.- Con qué frecuencia peleas con tus compañeros.	1	2	3		4

¡GRACIAS POR TU PARTICIPACIÓN!

ANEXO 3

Cartas descriptivas del taller

“Fortalecimiento de habilidades sociales para disminuir el nivel de agresividad en preadolescentes institucionalizadas”

SESIÓN 1

No. De participantes: 10

Duración: 45 minutos

Establecimiento de Rapport Presentación.

Título: “Me llamo... y me gusta...”

Propósito:

- Presentación del taller.
- Establecer el rapport con las niñas mediante una dinámica de presentación.
- Conocer el nivel actual de las habilidades sociales mediante la LCEHS

Materiales: Lápiz y la escala (LCEHS)

Procedimiento:

El facilitador se presentó y mencionó cuales serían los días de las sesiones, duración, el objetivo del taller, así como algunas actividades que se realizarían en el transcurso del taller, por otro se establecieron las reglas del taller (respeto, participación, disposición).

Se le pide al grupo que forme un círculo, la primera persona se presenta diciendo: “Me llamo... y me gusta...”. Así mismo se indica una acción que les guste hacer (saltar, reír, dormir,) la cual debe estar representada mediante la mímica.

Después el compañero de la derecha, repetirá el nombre y la acción de la primera persona “ella se llama... y le gusta...”. Posteriormente se presentará del mismo modo.

Se realizará una breve reflexión donde se pregunte su opinión de la dinámica, ¿Cómo se sintieron?, ¿Qué facilito la dinámica?, ¿Se les dificulto?, con la finalidad de establecer el rapport.

Se les pedirá a las participantes que regresen a sus lugares y saquen un lápiz para responder unas preguntas.

Cierre

Para finalizar la sesión se les pedirá que contesten la lista de chequeo evaluación de habilidades sociales de Goldstein.

SESIÓN 2

No. De participantes: 10

Duración: 50 minutos

Tema: Autoestima y pre- evaluación de agresividad.

Título: “Yo soy...”

Propósito:

- Que las niñas sean capaces de ofrecer y recibir elogios.
- Que las niñas sean conscientes de que todos poseemos cualidades positivas.
- Que las niñas identifiquen las cualidades positivas que poseen ellas y sus compañeras.
- Evaluar cuál es su nivel de agresión (verbal o física) mediante el cuestionario de agresividad para adolescentes de la UNAM fes Iztacala.

Materiales: Hojas de colores Plumas

Procedimiento:

Se reparte a cada participante una hoja, en la que pondrán en la parte superior YO SOY....

El facilitador dará las siguientes instrucciones: Deben centrarse únicamente en las características positivas que poseen ustedes y sus compañeras: cualidades (simpatía, alegría, optimismo, sentido del humor, solidaridad, etc.), rasgos físicos que les agraden (cabello bonito, mirada agradable, etc.), capacidades, (para la lectura, matemáticas, etc.).

Las niñas deben colocarse en círculo, y cada una escribe su nombre después de la frase YO SOY así mismo se les pide que enumeren tres cualidades positivas que ellas tienen y sean las que más les agraden de sí.

Posteriormente se lo dan a la compañera de su derecha, la hoja va dando vuelta hasta que regrese al propietario con todos los elogios que han escrito sus compañeras, deben escribir dos cualidades que consideren positivas de sus compañeras.

Por último, la facilitadora realizará una serie de preguntas a las preadolescentes con la finalidad de conocer que características de ellas les fue más difícil identificar durante el ejercicio.

Cierre

Al finalizar la actividad deberán responder el cuestionario de agresividad, que la facilitadora les proporcionará.

SESIÓN 3**No. De participantes:** 10**Duración:** 60 minutos**Tema:** Comunicación no verbal.**Título:** “Entiende mi mensaje”**Propósito:**

- Que las niñas aprendan a dar y a recibir mensajes sin usar palabras.
- Que las niñas aprendan a recibir y dar mensajes a través de sus expresiones no verbales.

Materiales:

Varias tarjetas para cada participante, Tarjetas preparadas por el facilitador, Lápiz o bolígrafo para cada participante.

Procedimiento:

Se solicita un voluntario, le entrega una tarjeta (que tiene escrito un mensaje del facilitador) y le indica que, utilizando únicamente las expresiones de su cuerpo, trate de transmitir a los demás el mensaje de la tarjeta. Así mismo, le indica que solo tiene dos minutos para transmitir el mensaje.

El aplicador entrega varias tarjetas a cada participante y les indica que en cada una de ellas escribirán el mensaje que captaron del voluntario. El voluntario recoge las tarjetas y las lee en voz alta. Una vez que termine de leer las tarjetas les da a conocer a sus compañeros el mensaje correcto.

Se continúa con el mismo procedimiento hasta que todos los participantes transmitan un mensaje a sus compañeros.

Por último, la facilitadora preguntará a las niñas las dificultades que han tenido, así como al realizar la reflexión las participantes identificarán los factores que ayudaron a descifrar el mensaje y aquellos que dificultaron percibirlo correctamente.

Tema: Comunicación verbal.**Título:** “NO escucho”

Propósito:

- Que las niñas reflexionen sobre la actitud que tenemos cuando queremos sentirnos escuchados y no sucede.
- Que las niñas reflexionen las actitudes que se necesita para sentirse escuchadas y para escuchar.

Materiales: Ninguno

Procedimiento:

Se divide el grupo en dos subgrupos para realizar un juego de roles, a cada subgrupo se le dará una indicación diferente.

Uno de los subgrupos (emisores) deberá platicar con sus compañeras de algún tema. (Cabe mencionar que ellas no sabrán la reacción de sus compañeras).

El otro subgrupo (receptores) va a desempeñar el papel de no escuchar. Tendrán que intentar cambiar de tema, sin escuchar a su compañera (hablaran, escribirán algo en sus libretas, observaran la ventana, fingirán que se están durmiendo).

Una vez entendidas las instrucciones, se formarán parejas un integrante de cada grupo, e intentarán actuar según el rol asignado.

Cierre

Se establecerá un tiempo para reflexionar sobre los sentimientos de ambos subgrupos, así también sobre el cómo aplican la comunicación en su vida diaria, identificando los factores que impiden una buena comunicación en sus relaciones.

SESIÓN 4**No. De participantes:** 10**Duración:** 60 minutos**Tema:** Asertividad**Título:** “Lluvia de ideas”**Propósito:**

- Que las niñas identifiquen que comportamiento, analizando las ventajas y desventajas de ser una persona asertiva.

Materiales: Gis Pizarrón**Procedimiento:**

Se pedirá que mencionen su opinión acerca del significado de asertividad, una vez que todas las niñas hayan participado, se les dará una breve definición de asertividad, “es una postura equilibrada que sin agredir pone sus límites, dice al otro lo que le molesta, pero sin insultos, sin agresión, de manera clara, tranquila y serena” (Bustamante, 2006).

Así mismo se explicará que existen tres tipos de comportamientos al enfrentar diversas situaciones, por lo que se hará una analogía para abordar los comportamientos pasivo, agresivo y asertivo.

Ratón: Estilo Pasivo: No sabe defender sus derechos y decisiones, ni actuar, ni comunicarse de manera eficaz. Se acobarda, actúa según lo que los demás quieren y eso le produce malestar.

León: Estilo agresivo; No defiende sus derechos y decisiones adecuadamente, así como no respeta los de los demás. Se expresa manipulando a los demás. Reacciona con insultos o ridiculizando

Persona: Estilo asertivo; Sabe defender de forma eficaz y adecuada sus derechos y decisiones, sin agresividad ni cobardía. Actúa desde criterios personales, expresa sus pensamientos, convicciones y sentimientos, respetando los de los demás.

Tema: Asertividad

Título: “El semáforo”

Propósito:

- Que las niñas reflexionen sobre su manera de responder frente a ciertas situaciones que pudieran hacerle sentir enojo.

Materiales: copia de la hoja de actividad Colores

Procedimiento:

El facilitador repartirá una hoja (con dos ejercicios) por niña y dará las siguientes instrucciones:

Primera parte:

Se le pedirá a una participante que lea las instrucciones en voz alta, una vez que haya concluido se les pedirá que contesten las primeras tres preguntas, cuando todas las participantes terminen se les pedirá que levanten su mano de acuerdo a la puntuación obtenida (2 o 3 Sí, 1Sí, 0 Sí,) para que se les proporcione una retroalimentación.

A continuación, se menciona el significado de cada una de estas puntuaciones:

2 o 3 Sí: Casi siempre te resulta difícil decir lo que sientes o piensas; tal vez por miedo o porque crees que no te harán caso. ¡Tienes derecho a decir lo que sientes! Si alguien te molesta o se burla, recuerda que es más valiente el que dice lo que siente que el que se burla de los demás.

1Sí: Algunas veces dices lo que piensas y otras veces no. Cuando dudes en decir algo, es bueno escuchar las opiniones de los demás, pero al final, solo tú decides sobre lo que quieras hacer.

0 Sí: generalmente te sientes seguro de ti misma y no te cuesta trabajo expresar lo que sientes. Así lograrás llegar más fácil a tus metas.

Segunda parte:

Se les pedirá que contesten tres preguntas, cuando todas las participantes terminen, se les pedirá que levanten su mano de acuerdo a la puntuación obtenida (2 o 3 Sí, 1Sí, 0 Sí), para que se les proporcione una retroalimentación.

A continuación, se menciona el significado de cada una de las puntuaciones:

2 o 3 Sí: te cuesta trabajo controlar tu enojo o evitar burlarte de los demás. Solo

recuerda que cuando estés bien con la gente, te sentirás bien contigo misma y notarás que a la gente si le importa lo que tú dices. Todos al igual que tu merecen respeto.

1 Sí: generalmente estás bien con los demás, pero algunas veces te cuesta más trabajo controlar tu enojo. Cuando te pase eso, procura pensar que es lo que te está haciendo enojar y coméntalo buscando el mejor momento, cuidando no lastimar a los demás. Con gritos, burlas y ofensas nada sale bien.

0 Sí: tú eres de las que les gusta respetar a la gente y escucharla. Dices las cosas poniéndote en el lugar del otro. Lo mejor de todo, es que sabes bien que así disfrutaras más lo que haces.

Al terminar se les darán 6 imágenes 2 de ratón, 2 de león, y una de una persona y se les pedirá que en el cuadro que queda en blanco peguen el que va de acuerdo a sus resultados.

Cierre

Título: “Disco rayado” Materiales: Ninguno

Propósito:

Que las niñas reflexionen sobre su manera de responder frente a ciertas situaciones que pudieran hacerle sentir enojo.

Procedimiento:

Se divide el grupo en parejas, cada pareja deberá pasar al frente uno de los integrantes deberá convencer de algún tema (que escogerá una de las participantes) a su compañera durante 2 minutos. Después el resto del grupo deberá describir el tipo de comportamiento que tuvo la compañera que quieren convencer. Así sucesivamente hasta que todas las compañeras pasen por ambos papeles.

Al finalizar se realizará una reflexión acerca de cómo se sintieron sobre esta actividad, para que identifiquen los comportamientos de una persona cuando no es asertiva, y encuentren una manera de saber responder de manera pacífica a las diferentes opiniones.

SESIÓN 5**No. De participantes:** 10**Duración:** 60 minutos**Tema:** Toma de decisiones**Título:** “Fiesta de súper héroes”**Propósito:**

- Confrontar la negociación considerando determinados gustos, intereses.

Materiales: de papel china, papel de regalo, lentejuelas, 1 bufanda, 2 antifaces, engrapadora, diurex, hilo cáñamo de color, plumas**Procedimiento:**

Se dará la indicación que con los materiales que se colocarán en la mesa deberán realizar un disfraz, para asistir a una fiesta de súper héroes.

Se les menciona que tendrán 5 minutos que será un periodo de negociación para ponerse de acuerdo ya que solo pueden escoger un único disfraz.

A continuación, cada niña explica los motivos de su elección, intentando ser lo más explícitas posibles. A partir de ahí se les pedirá que elijan 2 personas con las que les gustaría formar un equipo de la justicia.

Al terminar se realizará una retroalimentación acerca de las posibles dificultades en las elecciones de las preadolescentes; las diferencias que encontraban al escuchar a los demás; las razones para haber tomado esa elección; el grado de auto apertura a los demás; las formas de negociación; resultados obtenidos; las conexiones entre lo ocurrido en la dinámica y la vida grupal.

Posteriormente se realizará una lluvia de ideas con la finalidad de conocer si se entendió que implica tomar decisiones.

Tema: Toma de decisiones**Título:** Lluvia de ideas**Propósito:**

- Ejercitar habilidades para la toma de decisiones en relación a los riesgos que conllevan.

Materiales: pizarrón gises

Procedimiento:

Se les preguntará a las niñas ¿para qué sirve tomar decisiones?, se retomarán sus ideas, para hacer una reflexión.

Cierre:

De forma que retomando la dinámica “Fiesta de súper héroes” ellas analicen qué tipo de consecuencias tuvieron en el momento de ponerse de acuerdo con sus compañeras, así como que tipo de comportamiento tuvieron (agresivo, pasivo, asertivo).

SESIÓN 6**No. De participantes:** 10**Duración:** 60 minutos**Tema:** Solución de conflictos**Título:** “Uniendo los puntos”.**Propósito:**

- Fomentar la creatividad en la búsqueda de solución a los conflictos.

Materiales: hoja de actividad

lápiz

Procedimiento:

Se reparte a cada participante una hoja.

El facilitador da la siguiente instrucción, deben unir los puntos que vienen en la hoja dibujando únicamente cuatro líneas rectas consecutivas sin despegar el lápiz del papel.

Se observarán los resultados y comentarán si fue fácil o difícil para las participantes. Qué pasó al principio y al final de su ejercicio, por otro lado, se preguntará ¿si cuando tenemos un conflicto con otra persona nos pasa algo parecido?; ¿Buscamos varias soluciones?; ¿Alguna vez nos ha parecido que no había solución? Posteriormente se les pedirá que en la columna de abajo del lado izquierdo escriban algún problema, dificultad o preocupación que tengan. Y en la columna del lado derecho se les pedirá que anoten una posible solución. Se les preguntarán las dificultades encontradas y que descubrieron con la actividad.

Tema: Agresividad**Título:** “Amor o Enojo”**Materiales:** Ninguno**Propósito:**

- Fomentar la disminución de la agresividad mediante una actividad creativa.

Procedimiento

Se formarán dos grupos, un grupo se llamará amor y la otra mitad enojo; se les vendarán los ojos con un pañuelo o bufanda. Deberán desplazarse por el patio y cuando se encuentren con alguien se agarrarán de la mano. Y una de las dos personas debe preguntar ¿Eres amor o enojo? Si la otra persona es enojo, tendrá que apretarle sus manos, y si es amor contestará dando un abrazo. Las personas que son abrazadas se convierten en amor, se sigue este procedimiento hasta que todas sean amor.

Cierre

Posteriormente se les preguntará ¿Qué les pareció?, ¿Cómo se sintieron?, ¿Qué sensaciones tuvieron? ¿Les molesta que aprieten sus manos jugando?, ¿Les molesta que les den un abrazo?, se realizará una reflexión tomando en cuenta sus respuestas y relacionándolas cuando hay agresividad en la solución de problemas.

SESIÓN 7**No. De participantes:** 10**Duración:** 60 minutos**Título:** “Actividad de evaluación”**Propósito:**

- Conocer el nivel actual de habilidades mediante el cuestionario de Goldstein, después de la aplicación del taller, (post test).
- Conocer el nivel actual de agresión (verbal o física) mediante el cuestionario de agresividad para adolescentes de la UNAM fes Iztacala, después de la aplicación del taller, (post test).

Materiales: Lápiz Fotocopias (LCEHS) Fotocopias (CA)**Procedimiento:** Se les pedirá que contesten la lista de chequeo evaluación de habilidades sociales de Goldstein. Posteriormente se les pedirá que contesten el cuestionario de agresividad para adolescentes de la UNAM Fes Iztacala.**Cierre****Tema:** Cierre **Título:** “Tsunami” **Materiales:** Ninguno**Propósito:**

- Realizar una dinámica de distensión para cerrar el taller.

Procedimiento: Se formarán tres equipos, el primero se llamará caballitos, el segundo estrellas y por último caracoles. El facilitador deberá quedarse en el centro y los tres grupos en algún extremo, el facilitador irá mencionando el nombre de algún grupo, el cual deberá pasar por el centro si sin ser capturado para llegar al otro extremo; una vez capturado pasaran a ser equipo del facilitador.

Si el facilitador dice tsunami los tres equipos deberán llegar al otro extremo.

Una vez finalizada esta actividad se les agradecerá su participación y se les preguntará que opinaron del taller, que les gustó, que no les gustó, y que recomendaciones o comentarios harían, con la finalidad de mejorar algunos detalles que no fueron llamativos para futuras aplicaciones.