UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA
SEDE QUITO

CARRERA:
PSICOLOGÍA

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de: PSICÓLOGA

TEMA:
PROGRAMA PARA EL MEJORAMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIALES EN EL MANEJO DE EMOCIONES CON LOS ESTUDIANTES DE QUINTO DE BÁSICA DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA RUPERTO ALARCÓN FALCONÍ DE LA PARROQUIA DE COTOGCHOA, DURANTE EL PERIODO OCTUBRE-ABRIL DEL 2016-2017

AUTORA:
DIANA CAROLINA CÁCERES MALDONADO

TUTOR:
MARIO ARTURO MÁRQUEZ TAPIA

Quito, julio de 2017

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Diana Carolina Cáceres Maldonado, con documento de identificación N° 172372414-0, manifiesto mi voluntad y cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autora del trabajo de titulación intitulado "PROGRAMA PARA EL MEJORAMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIALES EN EL MANEJO DE EMOCIONES CON LOS ESTUDIANTES DE QUINTO DE BÁSICA DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA RUPERTO ALARCÓN FALCONÍ DE LA PARROQUIA DE COTOGCHOA, DURANTE EL PERIODO OCTUBRE-ABRIL DEL 2016-2017", mismo que ha sido desarrollado para optar por el título de: Psicóloga, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En aplicación a lo determinado en la Ley de Propiedad Intelectual, en mi condición de autora, me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia, suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Diana Carolina Cáceres Maldonado
172372414-0
Quito, julio de 2017

DECLARATORIA DE COAUTORÍA DEL DOCENTE TUTOR

Yo declaro que bajo mi dirección y asesoría fue desarrollado el Trabajo de Titulación "PROGRAMA PARA EL MEJORAMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIALES EN EL MANEJO DE EMOCIONES CON LOS ESTUDIANTES DE QUINTO DE BÁSICA DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA RUPERTO ALARCÓN FALCONÍ DE LA PARROQUIA DE COTOGCHOA, DURANTE EL PERIODO OCTUBRE-ABRIL DEL 2016-2017", realizado por Diana Carolina Cáceres Maldonado, obteniendo un producto que cumple con todos los requisitos estipulados por la Universidad Politécnica Salesiana, para ser considerados como trabajo final de titulación.

Quito julio de 2017

.....

Mario Arturo Márquez Tapia
170821930-6

ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA
"RUPERTO ALARCÓN FALCONÍ"

PROVINCIA: PICHINCHA **CANTÓN:** RUMIÑAHUI **PARROQUIA:** COTOGCHOA
ZONAL: 2 **DISTRITO:** 17D11 **CIRCUITO:** 13 **AMIE:** 17H2481
CORREO ELECTRÓNICO: escuelaruminahui@hotmail.com **TELÉFONO:** 2085125

Quito, 08 de mayo del 2017

Sra. Dra.
María de la Paz Guarderas
Directora de la Carrera de Psicología
Universidad Politécnica Salesiana

Presente.-

De mi consideración:

Por medio de la presente me permito certificar en honor a la verdad, que la señorita Diana Carolina Cáceres Maldonado, portadora de la cédula de ciudadanía número 1723724140, ha desarrollado su trabajo de intervención denominado "Programa para el mejoramiento de las habilidades sociales" en el manejo de emociones con los estudiantes de quinto de básica de la Escuela Fiscal "Ruperto Alarcón Falconí" de la Parroquia de Cotogchoa, durante el periodo octubre-abril del 2016-2017".

Por lo anteriormente expuesto, tiene la autorización para el uso de nuestra información y publicación total o parcial.

Sin otro particular me suscribo.

Atentamente,

ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA "RUPERTO ALARCÓN FALCONÍ" COTOGCHOA CREADA EN 2016

Dr. Francisco Toapanta
Director

Dedicatoria

A mi madre, por su amor incondicional, esfuerzo y optimismo, por siempre motivarme para alcanzar cada objetivo propuesto, siendo partícipe de cada logro. Por ser una gran mujer y guía, a ella este reconocimiento.

A mi hermana, por su apoyo absoluto y su gran ingenio, demostrándome con acciones y palabras que puedo contar con ella en todo momento.

A mi abuelo, mi tío Alex, mis tías Marina y Elvira, de quienes recibí cariño, sabios consejos y apoyo en cada decisión.

Agradecimiento

A la Universidad Politécnica Salesiana, por formarme profesionalmente y disponer de docentes que, con sus conocimientos y experiencia, me trasmitieron grandes aprendizajes.

Un agradecimiento especial a mi tutor, Dr. Mario Márquez, por su guía y acompañamiento durante todo este proceso; su conocimiento y consejos fueron de gran ayuda para concluir la presente sistematización, además de ser un aporte para mi formación profesional.

Índice

Introducción 1

Primera parte 2

1. Datos informativos del proyecto 2
2. Objetivo de la sistematización 3
3. Eje de la sistematización 3
4. Objeto de la sistematización 4
5. Metodología de la sistematización 4
6. Preguntas clave 10
7. Organización y procesamiento de la información 11
8. Análisis de la información 17

Segunda parte 20

1. Justificación 20
2. Caracterización de los beneficiarios 24
3. Interpretación 26
4. Principales logros del aprendizaje 58

Conclusiones 61

Recomendaciones 64

Lista de Referencias 65

Índice de Tablas

Tabla 1. Matriz de sistematización de la experiencia 12

Tabla 2. Matriz de factores percibidos por la autora que contribuyen a la adherencia y resultados alcanzados con los participantes del programa de entrenamiento en habilidades sociales. 49

Tabla 3. Puntajes directos transformados en porcentajes sobre el máximo posible de cada escala durante la etapa de Pre-intervención con el Cuestionario Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters (MESSY, Matson) 51

Tabla 4. Puntajes directos transformados en porcentajes sobre el máximo posible de cada escala durante la etapa de Post-intervención con el Cuestionario Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters (MESSY, Matson) 52

Tabla 5. Puntajes directos transformados en porcentajes sobre el máximo posible de cada escala durante la etapa de Pre-intervención con el Cuestionario de Habilidades de Interacción Social (CHIS) 54

Tabla 6. Puntajes directos transformados en porcentajes sobre el máximo posible de cada escala durante la etapa de Post-intervención con el Cuestionario de Habilidades de Interacción Social (CHIS) 56

Índice de figuras

Figura 1. Relación de las variables del MESSY en los tiempos Pre y Post-tratamiento 52

Figura 2. Relación de las variables del MESSY en los tiempos Pre y Post-tratamiento 57

Índice de Anexos

Anexo 1. Consentimiento Informado 67

Anexo 2. Registro de Sesión de Tutorías 68

Anexo 3. Lista de Asistencia de los Participantes 68

Anexo 4. Registro de Economía de Fichas 69

Anexo 5. Auto-registro de Relajación 69

Anexo 6. Material fotográfico de los productos manuales 70

Anexo 7. Registro de Tareas Conductuales 71

Anexo 8. Reactivos aplicados 72

Resumen

El presente informe de sistematización describe la experiencia del proyecto *Programa para el mejoramiento de las habilidades sociales en el manejo de emociones con los estudiantes de quinto de básica de la Escuela de Educación Básica Ruperto Alarcón Falconí de la parroquia de Cotogchoa, durante el periodo octubre-abril del 2016-2017*, para conocer el aprendizaje que dejó la realización del mismo, con el objetivo de desarrollar y fortalecer las habilidades sociales del grupo intervenido.

El eje de la sistematización estuvo conformado por las acciones realizadas por la autora durante el programa de entrenamiento, el cual constó de 10 sesiones grupales en que se empleó técnicas cognitivo-conductuales como: Economía de fichas, Control de la activación (Relajación y respiración), Imaginación creativa, Control del diálogo interno y Autoinstrucciones.

Para la selección del grupo y evaluación post-intervención, se emplearon test psicométricos que determinaron las variables a intervenir (habilidades sociales), como son: Cuestionario de Habilidades de Interacción Social (Monjas, 1994) y Escala Matson para la Evaluación de Habilidades Sociales con Jóvenes (Matson, 1994).

La experiencia del programa de entrenamiento en habilidades sociales fue recolectada por diversas fuentes y procesada con el fin de comparar las habilidades sociales del grupo antes y después de la intervención, establecer el impacto de la intervención sobre los participantes y responder a las preguntas claves planteadas a lo largo del proyecto.

Palabras clave: Habilidades sociales, manejo de emociones, niños escolares, programa de entrenamiento.

Abstract

The present systematization report describes the experience of the *Programa para el mejoramiento de las habilidades sociales en el manejo de emociones con los estudiantes de quinto de básica de la Escuela de Educación Básica Ruperto Alarcón Falconí de la parroquia de Cotogchoa, durante el periodo octubre-abril del 2016-2017*, in order to know the learning that left the realization of the same, with the objective of developing and strengthening the social skills of the intervened group.

The axis of the systematization was conformed by the actions carried out by the author during the training program, which consisted of 10 group sessions in which cognitive-behavioral techniques were used as: Chip economy, Activation control (Relaxation and respiration), Creative Imagination, Internal Dialogue Control and Self-instructions.

For the group selection and postintervention evaluation, psychometric tests were used to determine the variables to be intervened (social skills), such as: Social Interaction Skills Questionnaire (Monjas, 1994) and Matson Scale for the Evaluation of Social Skills with Young people (Matson, 1994).

The experience of the social skills training program was collected by various sources and processed in order to compare the social skills of the group before and after the intervention, to establish the impact of the intervention on the participants and to answer the key questions raised to throughout the project.

Key words: Social skills, emotion management, school children, training program.

Introducción

La Escuela “Ruperto Alarcón Falconí”, es una institución de educación básica ubicada en la parroquia de Cotogchoa, en la cual se detectaron niños con un deficiente desarrollo de habilidades sociales, principalmente presentaban dificultades para relacionarse, resolver problemas interpersonales y para controlar impulsos y emociones, por lo que se plantea intervenir en este problemática a través de la creación de un programa de entrenamiento basado en estrategias cognitivo-conductuales para fortalecer y desarrollar habilidades sociales. Los objetivos del proyecto fueron el diseño del programa de entrenamiento, para lo cual se debía seleccionar al grupo diana, evaluarlo y ejecutar el proyecto.

La experiencia alcanzada por la autora tras la realización del proyecto de intervención fue sistematizada en el presente informe, el cual está divido en dos partes:

En la primera parte del documento se exponen los datos informativos del proyecto, el objetivo, eje, objeto y metodología de la sistematización, las preguntas claves formuladas por la autora durante el proyecto, la forma en que se organizará y procesará la información, finalizando con el análisis de la información.

En la segunda parte se desarrolla la sistematización de la experiencia, en la cual se describe la justificación y la caracterización de los beneficiarios, además de que se lleva a cabo la interpretación cualitativa y cuantitativa de la información recolectada, se exponen los logros del aprendizaje, las conclusiones a las que llego la autora, las recomendaciones para intervenciones similares, finalizando con las referencias bibliográficas y los anexos.

Primera parte

1. Datos informativos del proyecto

1.1. Nombre del proyecto

Programa para el mejoramiento de las habilidades sociales en el manejo de emociones con los estudiantes de quinto de básica de la Escuela de Educación Básica Ruperto Alarcón Falconí de la parroquia de Cotogchoa, durante el periodo octubre-abril del 2016-2017.

1.2. Nombre de la institución

Escuela de Educación Básica "Ruperto Alarcón Falconí"

1.3. Tema que aborda la experiencia (categoría psicosocial)

Fortalecimiento de las habilidades y capacidades individuales de los niños y niñas de la institución para el manejo de emociones, las cuales contribuyan a su desarrollo individual y en sus relaciones interpersonales.

1.4. Localización

El proyecto se llevó a cabo en la Escuela de Educación Básica "Ruperto Alarcón Falconí", ubicada en el barrio Central de la parroquia de Cotogchoa, Cantón Rumiñahui. El área donde se ejecutó el proyecto fue un salón de clases de la institución, destinado para el desarrollo del mismo.

2. Objetivo de la sistematización

El objetivo de la sistematización es aprender de la experiencia alcanzada tras la realización del programa de habilidades sociales para el manejo de emociones, por lo que dentro de este aprendizaje se procurará reconocer tanto los aciertos como los obstáculos y errores que se pudieron presentar en las distintas etapas de la experiencia sistematizada, además de conocer más a fondo las particularidades, bondades y posibles limitaciones de las estrategias que ayudaron a afrontar tales situaciones y permitirán a la autora del proyecto mejorar en futuras prácticas.

Por otro lado, la sistematización también permitirá conocer la incidencia de las acciones de la autora del proyecto en los estudiantes del quinto de básica, tanto a nivel individual como grupal, en los siguientes aspectos: habilidades sociales apropiadas, habilidades conversacionales, gestión emocional y solución de problemas interpersonales.

3. Eje de la sistematización

El eje de la sistematización mediante el cual se analizará y organizará la experiencia es el conjunto de acciones realizadas por la autora del proyecto, durante las sesiones grupales desarrolladas con los estudiantes beneficiarios (11 niños y niñas de 9, 10 años de edad y 1 estudiante de 15 años de edad) a quienes se les entrenó en habilidades sociales mediante técnicas cognitivo-conductuales.

Por otra parte, la experiencia también se encuentra enmarcada por el tipo de intervención propuesto en el proyecto, es decir el Entrenamiento en Habilidades Sociales, siendo este un marco general que cuenta con una amplia literatura debido a los estudios realizados sobre la misma y que contribuirán al desarrollo práctico del

proyecto, debido a que permite trabajar sobre las habilidades más deficitarias de los beneficiarios y las respectivas técnicas a ejecutarse para el fortalecimiento de las mismas. Por lo tanto, el eje de la intervención fue de tipo cognitivo conductual, basado en la teoría del aprendizaje social, misma de la que se desprende el entrenamiento en habilidades sociales como una técnica, además la intervención se complementó con otras técnicas cognitivo-conductuales como: economía de fichas, relajación muscular y autógena, imaginación creativa y autoinstrucciones.

4. Objeto de la sistematización

La experiencia del entrenamiento en habilidades sociales para el manejo de emociones mediante técnicas cognitivo-conductuales con los estudiantes del quinto año de educación básica de la Escuela "Ruperto Alarcón Falconí". Se sistematizarán las acciones de las 10 sesiones grupales realizadas una vez por semana en las fechas del 21 de febrero a 02 de mayo del 2017, las sesiones se realizaron en las instalaciones de la institución, en el horario de 11:00 hasta las 12:30, los días martes.

5. Metodología de la sistematización

Las herramientas que serán utilizadas en la sistematización de esta experiencia son:

a) Apuntes manuscritos de las sesiones de tutoría
b) Registro de fuentes bibliográficas
c) Tests psicométricos aplicados
d) Tablas de resultados estadísticos de los test psicométricos
e) Portafolio de registro de Planificaciones de las sesiones
f) Registro de la técnica economía de fichas
g) Auto registros de relajación

h) Productos manuales

i) Registros de tareas conductuales

a) Apuntes manuscritos de las sesiones de tutoría

Son documentos realizados durante de las sesiones de tutorías con el Dr. Mario Márquez, quien guio el desarrollo y ejecución del proyecto, en estas notas se recopilan las explicaciones teóricas del tutor sobre los temas a trabajar en el proyecto, las técnicas cognitivo-conductuales que resultan eficaces en el trabajo con niños en edad escolar, explicaciones y ejemplos prácticos sobre como ejecutar determinada técnica, aportes e ideas para las sesiones, observaciones y recomendaciones sobre las acciones emprendidas por la autora en las sesiones con los participantes para que sean consideradas en próximas sesiones o futuros trabajos.

Las sesiones de tutorías fueron un gran aporte para el desarrollo del proyecto y se llevaban a cabo una vez por semana, con la duración de una hora. Su utilidad para la sistematización radica en que están fechadas y permiten ordenar cronológicamente las acciones emprendidas por la autora durante la experiencia a sistematizar.

b) Registro de fuentes bibliográficas

Se refiere a la lista de textos recomendados por el tutor para profundizar en los temas vistos durante las tutorías, por lo que además del aporte teórico, brindan un conocimiento y manejo de las diferentes técnicas cognitivas-conductuales. Su utilidad en el desarrollo del Programa de Entrenamiento en Habilidades Sociales se evidencia en las planificaciones de las sesiones.

c) Tests psicométricos aplicados

La selección de los participantes del proyecto de intervención se estableció mediante la aplicación de test que evalúen habilidades sociales, mientras que tras la finalización del mismo se volvieron a aplicar estos reactivos, de los cuales se extraen datos estadísticos que permiten comparar los resultados obtenidos antes y después de la intervención.

Además, la importancia de los test dentro de la sistematización reside en que los resultados iniciales permitieron definir las acciones y técnicas a trabajar con el grupo a intervenir y a su vez posibilitó establecer los dos momentos en que se aplicaron los reactivos, contribuyendo a la secuencia y organización de la información en el tiempo.

Los test fueron administrados, en dos tiempos diferentes con el mismo grupo de trabajo, de los que se obtiene resultados tanto de la fase pre-intervención como la de post-intervención, cabe mencionar que en un primer momento se evaluaron a los 33 estudiantes que cursan el quinto año de educación básica en la institución, mientras que tras la intervención se aplicaron los reactivos a los 12 participantes del programa de entrenamiento.

a. Cuestionario de Habilidades de Interacción Social [CHIS] (Inés Monjas)

El test en su versión de heteroinforme se compone de sesenta ítems donde las respuestas se establecen mediante la escala tipo Likert de cinco puntos, las opciones de respuesta son: nunca (1), muy pocas veces (2), bastantes veces (3), muchas veces (4) y siempre (5). Los ítems del cuestionario describen conductas positivas y socialmente aceptadas, las cuales se agrupan en seis subescalas: Habilidades sociales básicas, habilidades para hacer amigos, habilidades conversacionales, habilidades

relacionadas con emociones y sentimientos, habilidades de solución de problemas interpersonales y habilidades de relación con los adultos.

Para la interpretación de los resultados se considera que las puntuaciones altas indican mejores habilidades sociales, por el contrario, las puntuaciones bajas denotan habilidades sociales deficitarias.

b. Escala Matson para la Evaluación de Habilidades Sociales con Jóvenes [MESSY, Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters] (Matson, Rotatori y Helsel)

El test en su versión para el alumno consta de sesenta y dos ítems, donde se dan cinco opciones de respuesta en la escala Likert: 1) Nunca, 2) Pocas veces, 3) A veces, 4) Casi Siempre y 5) Siempre. La prueba evalúa el grado de adecuación de la conducta social, "mide habilidades y competencias apropiadas, a la vez que problemas del comportamiento social" (Trianes, y otros, 2002, p. 199). El test se compone de 62 ítems, los cuales miden 6 variables: Habilidades sociales apropiadas, asertividad inapropiado, impulsividad, sobreconfianza, celos y misceláneos.

Para la interpretación de resultados se debe tomar en cuenta que las puntuaciones bajas representan mejores habilidades sociales, mientras que puntuaciones altas implican un pobre desarrollo de habilidades sociales, por lo que, para seleccionar a los participantes, se buscó a aquellos con las puntuaciones más altas, salvo la "Variable 1" que puntúa inversamente.

d) Tablas de resultados estadísticos de los test psicométricos

Son tablas de datos estadísticos elaboradas con la finalidad de registrar los resultados obtenidos de la aplicación de los test psicométricos, tanto en la fase de pre-intervención

como en la de post-intervención. Estas tablas aportaron a la sistematización en el proceso de evaluación y análisis de resultados, ya que, a partir de los datos obtenidos, se han elaborado otros cuadros comparativos y gráficos estadísticos que permitieron comparar resultados y emitir conclusiones.

e) Portafolio de registro de Planificaciones de las sesiones

Son documentos donde se planifican las sesiones grupales, los cuales fueron elaborados por la autora del trabajo bajo la supervisión del tutor, con la finalidad de entrenar a los participantes en habilidades sociales, principalmente: en el fortalecimiento de habilidades sociales apropiadas, conversacionales y solución de problemas interpersonales. Las planificaciones constan de una estructura y orden de ejecución, que se mantienen entre cada sesión, por lo cual permiten tener un esquema de las actividades y las técnicas cognitivo-conductuales empleadas en cada sesión, por lo que su contribución a la sistematización de la experiencia es que guio a la autora en las acciones a realizarse y su ubicación en el tiempo. Se considera también por parte de la autora un instrumento importante ya que permite "resolver problemas complejos y orientar procesos de cambio, enfrentando múltiples y complejos desafíos, haciendo un amplio uso de los recursos que se le proporciona" (Álvarez García, 2004, p. 18).

f) Registro de la técnica economía de fichas

Consiste en una tabla donde se anotan los puntos que los participantes van ganando en cada sesión, la misma se compone de tres columnas: la primera columna contiene los nombres de los niños, la segunda columna registra los puntos que han ganado en sesiones anteriores y en la última columna van los puntos que ganan durante la sesión y que al finalizar se suman a la columna anterior. La importancia de esta herramienta en la sistematización es que permite ordenar la experiencia en el tiempo y a la vez para

la terapia, se constate que permitió reforzar conductas pro sociales, a la vez que busca inhibir otras conductas menos adaptativas. Además, mediante esta técnica se motivó la participación y asistencia de los niños, quienes en cada sesión trataban de ganar más puntos para poder alcanzar un premio al final del programa de entrenamiento.

g) Auto-registros de relajación

Es un documento elaborado por la autora y complementado por los niños, que se compone de cuatro columnas donde el participante va a registrar la fecha y hora de le ejecución de la técnica de relajación, seguido del valor numérico que le asigna a la tensión o ansiedad previa a la realización del ejercicio, posteriormente se anota el valor numérico que representa la tensión o ansiedad después del ejercicio de relajación (en caso de que no se reduzcan los niveles de ansiedad igual se registran los valores asignados por el participante) y en la última columna que corresponde a las observaciones se apuntó qué es lo que ocurrió o que factores impidieron la realización de la técnica de relajación. La escala con la que se valoró los niveles de tensión va de 0 a 10, donde (0) representa ninguna tensión y (10) mucha tensión. Este registro permite evidenciar el aprendizaje de la técnica y los cambios en el estado de tensión que presentan los participantes, además de que contribuye a la organización de la experiencia, en cuanto a la cronología de acciones sistematizadas.

h) Productos manuales

Se refiere a los trabajos elaborados por los participantes como resultado de las actividades que se ejecutaban, principalmente en el entrenamiento de autoinstrucciones, siendo esta una forma didáctica para presentarles el tema y una práctica previa al entrenamiento en conductas prosociales. El producto que se obtuvo fue una figura de origami elaborada por los niños, la cual constaba de 10 pasos para su

realización. Es necesario mencionar que para la realización de la figura se requirió de una sola sesión, pero como el objetivo era entrenarlos en autoinstrucciones se establecieron cuatro fases de aprendizaje, por lo que a medida que pasaban de fase, la ejecución de los participantes mejoraba, obtenían una figura mejor elaborada, mostrándose más calmados y concentrados en la realización de la misma. Estos productos son una fuente que también permite ordenar cronológicamente las acciones de la autora dentro de la experiencia y que evidencian la realización de la actividad planificada.

i) Registro de tareas conductuales

Se refiere a las tareas conductuales realizadas en las sesiones grupales e individuales, las mismas que se utilizaron como parte de las técnicas para el entrenamiento en habilidades sociales. Se elaboró un listado de acciones con la autora y los participantes del proyecto como alternativas o pasos para evitar problemas con otros compañeros o llamados de atención de los docentes por pelear, molestar, interrumpir clases, etc., estas listas surgen del entrenamiento de autoinstrucciones con conductas prosociales y fueron adaptadas a las necesidades individuales durante las sesiones de modelado, ensayo conductual y sesiones individuales. Su aporte a la sistematización reside en que evidencia la realización de las actividades planificadas y que siguen un orden cronológico dentro del desarrollo del proyecto de intervención.

6. Preguntas clave

Durante la ejecución del programa de entrenamiento en habilidades sociales, la autora se ha planteado algunas interrogantes, mismas que se pretenden responder en el presente trabajo.

a) Preguntas de inicio:

   ¿Cómo optimizar la asistencia de los participantes a las sesiones grupales?

b) Preguntas interpretativas:

   ¿Cómo potenciar la participación e interés de los niños en las actividades de las sesiones?

c) Preguntas de cierre:

   ¿Cómo generar mayor adherencia de los participantes al programa de entrenamiento en habilidades sociales?

7. Organización y procesamiento de la información

La información obtenida de la ejecución del proyecto será organizada y procesada en función del eje de sistematización, es decir que las actividades realizadas y que son fundamentales en la reconstrucción de la experiencia, por lo cual serán expuestas a través de una matriz de análisis, en la cual el orden dependerá de la fecha y hora en que fueron ejecutadas, además de que se detallará brevemente la actividad y la fuente donde se registraron los detalles de la actividad.

Tabla 1. Matriz de sistematización de la experiencia

Tabla 1.1. Matriz de las actividades de presentación y aplicación del programa "Entrenamiento en Habilidades Sociales"

Visitas a las autoridades y estudiantes de la Escuela "Ruperto Alarcón Falconí" (Presentación del Diseño del Proyecto)			
Fecha	**Hora**	**Actividades**	**Fuente**
03 y 06 de octubre del 2016	12h00 a 12h45	1. Reunión con las autoridades de la institución para solicitar la aplicación del proyecto de intervención y presentación del diseño del mismo. 2. Entrega de la Carta de Auspicio de la Institución	-Apuntes de sesiones de tutorías. -Carta de Auspicio del Proyecto
10, 17 y 24 de enero del 2017	10h30 a 11h15	3. Aplicación grupal del Cuestionario de Habilidades de Interacción Social de Inés Monjas 4. Aplicación grupal de la Escala Matson para la evaluación de Habilidades Sociales con Jóvenes (MESSY) de Matson, Rotatori y Helsel 5. Presentación de los resultados obtenidos de los test aplicados y selección de los participantes	-Apuntes de sesiones de tutorías -Test psicométricos -Tablas de resultados de los test aplicados
07 y 14 de febrero del 2017	12h00 a 13h00	6. Socialización del proyecto con las autoridades y la docente a cargo del 5to de básica. 7. Socialización de "Programa Entrenamiento en Habilidades Sociales" con los estudiantes que formaran parte del proyecto y sus representantes.	-Apuntes de sesión de tutorías -Consentimiento Informado

(Continuación Tabla 1.1)

"Programa Entrenamiento en Habilidades Sociales" **Sesión Inicial**			
Fecha	**Hora**	**Actividades**	**Fuente**
21 de febrero del 2017	11h00 a 12h30	8. Bienvenida y presentación. Dinámica de integración: "Colores" 9. Lluvia de ideas: "Expectativas, temores y compromisos con el grupo" 10. Presentación Economía de Fichas" 11. Conclusiones grupales (retro-alimentación) y Dinámica de cierre: "Yo dejo… y me llevo…"	-Planificación de la sesión -Registro de la técnica economía de fichas -Apuntes de sesión de tutorías

Elaborado por D. Cáceres (2017)

Tabla 1.2. Matriz de las actividades para el entrenamiento de técnicas de relajación

Control de la activación: Relajación y Respiración			
Fecha	**Hora**	**Actividades**	**Fuente**
02 de marzo del 2017	11h00 a 12h30	12. Bienvenida e introducción de la sesión. Dinámica: "Saludos" y "El Globo" 13. Entrenamiento en la técnica de relajación muscular progresiva de Jacobson (Método de Koeppen para niños). 14. Dinámica: "Como me siento ahora…" y Cierre de la sesión.	-Planificación de la sesión -Registro de la técnica economía de fichas -Apuntes de sesión de tutorías
07 de marzo del 2017	11h00 a 12h30	15. Bienvenida e introducción de la sesión. Dinámica: "Concurso de canciones" 16. Entrenamiento en la técnica de relajación autógena de Schultz 17. Dinámica: "Abrazo del grupo" y Cierre de la sesión.	-Planificación de la sesión y Registro de la técnica economía de fichas -Autoregistro de relajación -Apuntes de sesión de tutorías

(Continuación Tabla 1.2)

Fecha	Hora	Actividades	Fuente
14 de marzo del 2017	11h00 a 12h30	18. Refuerzo de las técnicas de relajación aprendidas	-Planificación de la sesión -Registro de la técnica economía de fichas -Autoregistro de relajación

Elaborado por D. Cáceres (2017)

Tabla 1.3. Matriz de actividades para el entrenamiento de gestión emocional

Imaginación creativa para el Control emocional			
Fecha	**Hora**	**Actividades**	**Fuente**
14 de marzo del 2017	11h00 a 12h30	19. Bienvenida e introducción de la sesión. Dinámica: "Sin quemarse los dedos" 20. Entrenamiento en la técnica "Lugar seguro" (imaginación creativa) 21. Dinámica: "Positivo, Negativo e Interesante" y Cierre de la sesión	-Planificación de la sesión -Registro de la técnica economía de fichas -Apuntes de sesión de tutorías
21 de marzo del 2017	11h00 a 12h30	22. Bienvenida e introducción de la sesión. Dinámica: "Carrera a tres piernas" 23. Entrenamiento en la técnica "Lugar seguro" (visualización e identificación de detalles) 24. "El espacio catártico" y Cierre de la sesión	-Planificación de la sesión -Registro de la técnica economía de fichas -Apuntes de sesión de tutorías

Elaborado por D. Cáceres (2017)

Tabla 1.4. Matriz de actividades para el entrenamiento en autoinstrucciones

Control del dialogo interno y autoinstrucciones			
Fecha	**Hora**	**Actividades**	**Fuente**
28 de marzo del 2017	11h00 a 12h30	25. Bienvenida e introducción de la sesión. Dinámica: "Teléfono descompuesto" 26. Entrenamiento en la técnica auto-instrucciones, fase 1 y 2 (Origami "Ranita saltarina") 27. Dinámica: "La palabra clave" y Cierre de la sesión	-Planificación de la sesión -Registro de la técnica economía de fichas -Productos manuales -Apuntes de sesión de tutorías
30 de marzo del 2017	11h00 a 12h30	28. Bienvenida e introducción de la sesión. Dinámica: "Una carta ha llegado…" 29. Entrenamiento en la técnica auto-instrucciones, fase 3 y 4 (Origami "Ranita saltarina") 30. Dinámica: "Mirada retrospectiva" y Cierre de la sesión	-Planificación de la sesión -Registro de la técnica economía de fichas -Productos manuales -Apuntes de sesión de tutorías
11 de abril del 2017	11h00 a 12h30	31. Bienvenida e introducción de la sesión. Dinámica: "Simón dice…" 32. Entrenamiento en la técnica auto-instrucciones (Conducta prosocial e Instrucciones) 33. Dinámica: "La Clínica" y Cierre de la sesión	-Planificación de la sesión -Registro de la técnica economía de fichas -Registro de tareas conductuales -Apuntes de sesión de tutorías

(Continuación Tabla 1.4)

Fecha	Hora	Actividades	Fuente
18 de abril del 2017	11h00 a 12h30	34. Bienvenida e introducción de la sesión. Dinámica: "El barco se hunde…" 35. Entrenamiento en la técnica auto-instrucciones (Modelado y Ensayo conductual) 36. Dinámica: "Resolución de problemas" y Cierre de la sesión	-Planificación de la sesión -Registro de la técnica economía de fichas -Registro de tareas conductuales -Apuntes de sesión de tutorías

Elaborado por D. Cáceres (2017)

Tabla 1.5. Matriz de actividades de refuerzo y finalización del programa "Entrenamiento en Habilidades Sociales"

Sesiones Individuales (Refuerzo de las técnicas aprendidas)			
Fecha	**Hora**	**Actividades**	**Fuente**
04 de abril del 2017	09h00 a 12h30	37. Retroalimentación y Refuerzo de las técnicas aprendidas (Relajación y Auto-instrucciones)	-Planificación de la sesión -Apuntes de sesión de tutorías
20 de abril del 2017	09h00 a 12h30	38. Retroalimentación y Refuerzo de auto-instrucciones (Modelado y Ensayo conductual)	-Planificación de la sesión -Registro de tareas conductuales -Apuntes de sesión de tutorías

(Continuación Tabla 1.5)

Finalización del programa "Entrenamiento de Habilidades Sociales" **Sesión de Cierre**			
Fecha	**Hora**	**Actividades**	**Fuente**
02 de mayo del 2017	11h00 a 12h30	39. Bienvenida e introducción de la sesión. Dinámica: "Si no hay oposición…" 40. Aplicación de Test Psicométricos: Cuestionario de Habilidades de Interacción Social y Escala Matson para la evaluación de Habilidades Sociales con Jóvenes (MESSY) 41. Entrega de Premios por puntos acumulados (Economía de Fichas) 42. Entrega de Diplomas a los participantes del Programa de entrenamiento en Habilidades Sociales 43. Agasajo de despedida y Cierre de la sesión "Brindis Simbólico" (Agradecimiento a los participantes)	-Planificación de la sesión -Test psicométricos -Registro de la técnica economía de fichas -Apuntes de sesión de tutorías

Elaborado por D. Cáceres (2017)

8. Análisis de la información

El análisis de la información se realizará desde una perspectiva mixta, lo que implica que se contará con dos momentos para la realización del mismo: uno cualitativo y otro cuantitativo, debido a que ambos enfoques aportan información relevante del proceso llevado a cabo y cuentan con sus propios instrumentos para la interpretación de la información obtenida.

Con respecto al enfoque cualitativo, se realizará un análisis donde se tomará en cuenta:

a) Secuenciación: donde se sitúa la experiencia en el tiempo y se establece la estructura del proyecto ejecutado, la cual es descrita mediante una matriz de actividades realizadas, en función de un orden cronológico de las acciones emprendidas por la autora durante el tiempo de duración de la experiencia que se sistematiza.

b) Comparación: permite establecer los momentos y elementos particulares obtenidos durante la experiencia de intervención, los cuales se verán confrontados para identificar tensiones productivas y su relación con las preguntas claves planteadas. Las principales comparaciones es posible que giren en torno al desempeño de los participantes dentro del grupo, técnicas cognitivo-conductuales con mayor impacto a nivel grupal e individual, aciertos y errores evidenciados en el proyecto y el cambio en el comportamiento de los niños tras la intervención. La información para llevar a cabo la comparación proviene de los documentos y registros realizados durante la ejecución del proyecto.

c) Comprensión: se enfoca en la experiencia en sí, donde se busca conocer y entender las misma, por lo cual se tomará en cuenta la forma de proceder en el proyecto, el rol de la autora en el desarrollo de las sesiones grupales, las estrategias aplicadas para superar dificultades, los resultados obtenidos, además de incluir los aspectos mencionados en el ítem anterior (comparación) procurando que todo ello contribuya en la reconstrucción de la experiencia y el aprendizaje en profundidad sobre la misma. Se trabajará con los datos e información recolectada por las distintas fuentes de documentación mencionadas en la metodología.

Mientras que, desde el enfoque cuantitativo, se realizará un análisis estadístico:

a) Descriptivo: determina las características del grupo expresadas a través de variables numéricas, las cuales se obtienen de la tabla de resultados de los test psicométricos aplicados.

Segunda parte

1. Justificación

El proyecto estuvo dirigido a trabajar con los estudiantes de la Escuela de Educación Básica "Ruperto Alarcón Falconí", específicamente con los alumnos del 5to de básica, con quienes se planteó realizar "un programa que contribuya al fortalecimiento de las habilidades sociales, principalmente se hizo énfasis en el manejo de emociones, ya que además de brindarles herramientas para su desarrollo personal, se esperó favorecer el bienestar de los niños a partir de un adecuado comportamiento social" (Cáceres, 2016).

Éste surgió como una propuesta de prevención a uno de los grupos vulnerables de la parroquia, los niños, quienes, debido a la situación de pobreza y ausencia de los padres por motivos laborales, tendían a estar expuestos a peligros potenciales en los distintos momentos de su cotidianidad, como los siguientes: exposición a drogas y delincuencia, debido a que, en la parroquia estas son las principales problemáticas a nivel poblacional (alto consumo de alcohol en adultos, presencia de jóvenes bebedores en las tardes y el aumento de grupos que realizan actos delictivos en el sector); inseguridad, debido a la ausencia de acompañamiento y, vinculado a las problemáticas expuestas anteriormente, exceso de tiempo solos y una mala distribución del tiempo libre debido a la falta de control parental; exposición a maltrato verbal y físico en los hogares, principalmente por problemas a nivel familiar o de pareja y, también, porque la ausencia de los padres suele llevarlos a encargar a sus hijos con familiares, donde también pueden ser expuestos a ambientes de violencia; dificultad para aprender y desarrollar estrategias de control emocional por falta de modelos adecuados en el medio familiar, siendo las más comunes: la dificultad para controlar impulsos, la agresividad, asertividad inapropiada y problemas para relacionarse con pares,

inseguridad, ansiedad, problemas para adaptarse al ambiente escolar, dificultad para resolver problemas y dificultad para desarrollar empatía.

Al decir del último punto, el desarrollo estrategias de control emocional, es donde se centró el presente proyecto, y se planteó trabajar con un grupo de niños que presenten dificultades en cuanto a estrategias de control emocional para, a través del programa de entrenamiento, contribuir al fortalecimiento de las habilidades y capacidades personales que permitan un mejor desarrollo de los sujetos y sus factores de protección, ya que el entrenamiento en habilidades sociales permite aprender conductas y dar respuestas asertivas, maximizar el reforzamiento social, mejorar la interacción social, contribuir a un mayor control emocional y de impulsos, debido a que se componen de conductas motoras, cognitivas y afectivo-emocionales que propenden al desarrollo personal, social y ocupacional en el grupo intervenido y que los resultados alcanzados se extiendan en el tiempo.

El objetivo general del proyecto fue el diseño del programa de intervención que ayude a los estudiantes a mejorar sus habilidades sociales para el manejo de emociones, por lo que, para el cumplimiento de este objetivo, se requería identificar a los estudiantes de grupo diana con las habilidades sociales más deficitarias.

Tras dicho reconocimiento, se trabajó en la elaboración y aplicación del programa de intervención para el manejo de emociones con los estudiantes del 5to de básica y, posteriormente, se evaluó el impacto del programa en los estudiantes intervenidos.

El programa de intervención diseñado tuvo un enfoque cognitivo-conductual, principalmente de la teoría del aprendizaje social de Albert Bandura, que toma lo social como un elemento que ayuda al desarrollo de aprendizajes a través de la observación. Dentro de este marco teórico y conceptual, se seleccionó una técnica basada en el

aprendizaje social, que es el entrenamiento en habilidades sociales, el cual brindó los lineamientos de la intervención a realizar, y que es definida como "un intento directo y sistemático de enseñar estrategias y habilidades interpersonales a los individuos, con la intención de mejorar su competencia interpersonal individual en clases específicas de situaciones sociales" (Caballo, 1998, p. 409).

La aplicación y desarrollo del programa de entrenamiento en habilidades sociales, fue complementado con otras técnicas cognitivo-conductuales: Economía de fichas, que es una técnica operante que establece un control de conductas inadecuadas en un ambiente determinado y a la vez reforzar conductas adaptativas. Técnicas de control de la activación (relajación y respiración) como la relajación muscular de Jacobson, que es un procedimiento que "intenta enseñar al sujeto a relajarse por medio de ejercicios en los que tense y relaje de forma alternativa sus distintos grupos musculares" (Labrador, Cruzado, & Muñoz, 1997, p. 372) y la relajación autógena de Schultz que "consiste en una serie de frases elaboradas con el fin de inducir en el sujeto estados de relajación a través de autosugestiones" (Caballo, 1998, p. 176), en las cuales se evoca sensaciones de calor, pesadez y se trabaja sobre la regulación cardiaca, respiratoria, de órganos abdominales y de la región cefálica.

También hay que mencionar la técnica de control emocional como la imaginación creativa donde, a través de la imaginación, se alcanzan estados de relajación en los cuales se puede tener un mayor control de los pensamientos y emociones. La Técnica de control de diálogo interno y autoistrucciones, donde se instauran "verbalizaciones internas adecuadas que permitían la realización o el afrontamiento de una determinada tarea, situación o acontecimiento" (Labrador, Cruzado, & Muñoz, 1997, p. 659).

Los resultados que se esperaba obtener eran asimilables en “el fortalecimiento de la capacidad del manejo de emociones en los niños de la escuela que van a participar en el proyecto, el desarrollo de la competencia emocional y el autoconocimiento en los estudiantes que participen en el proyecto, siendo la emotividad y afectividad factores que contribuyen a mejorar habilidades como la socialización y el establecimiento de relaciones interpersonales” (Cáceres, 2016).

El entrenamiento de habilidades sociales permitió ampliar el campo de acción de la psicología clínica, además de que se lo considera “un medio excepcional de protección y promoción de la salud ya que los comportamientos sociales positivos favorecen la adaptación, la aceptación de los otros, los refuerzos positivos y el bienestar del sujeto” (Miguel, 2014, p. 18).

Se considera que uno de los campos en lo que se puede intervenir desde la propuesta de Entrenamiento de habilidades sociales, es en el ámbito educativo, principalmente en las instituciones de instrucción primaria y secundaria, debido a que estos programas de entrenamiento pueden ser elaborados y adaptados a las necesidades de los niños y adolescentes, “lo que supone la enseñanza de las habilidades de interacción social a todos los niños en los contextos reales, en ambientes naturales y con un objetivo educativo de promoción de la competencia social y de prevención primaria de posibles problemas” (Monjas y González, 2000, p. 33).

Se consideró importante intervenir en un ambiente educativo desde la psicología clínica, ya que en las instituciones se debería promover, no solo el desarrollo académico de los estudiantes, sino también se debería considerar la esfera emocional,

> tomando en cuenta que mientras maduran los niños, se ven expuestos a muchos problemas si no logran dominar el reino emocional y tienen en

> cuenta que las deficiencias en la inteligencia emocional realzan un espectro de riesgos, desde la depresión o una vida de violencia hasta trastornos en la alimentación o abuso de drogas (Ríos, 2013, p. 10).

Por lo tanto, intervenir desde el ámbito de la psicología clínica en el fortalecimiento de habilidades individuales y de adaptación social, es una forma de prevenir futuros riesgos psicosociales en los niños y que contribuye a su desarrollo personal e integral.

2. Caracterización de los beneficiarios

El proyecto estaba dirigido a los estudiantes de 5to de básica de la Escuela "Ruperto Alarcón Falconí", quienes comprenden edades de 9 y 10 años, siendo los beneficiarios directos del proyecto los 12 estudiantes que participaron en el trabajo grupal, con quienes se realizó un programa de estrategias cognitivo-conductuales que les permitiría mejorar el manejo de emociones, el cual se llevó a cabo en 10 sesiones grupales tipo taller y que se planificaron de acuerdo a las necesidades de los participantes, con la finalidad de fortalecer habilidades sociales y capacidades de gestión de emociones.

La propuesta de intervención contó con la aceptación, tanto de los participantes como de las autoridades y docentes de la institución, siendo su contribución la asignación de un lugar de trabajo estable para los talleres, los recursos materiales de los que disponía la institución y el tiempo de trabajo con los estudiantes.

Los participantes, en su mayoría, mostraron una respuesta favorable a lo largo del programa de entrenamiento en habilidades sociales y también motivados a participar voluntariamente en las actividades que se realizaron en cada sesión, lo que favorecía el desarrollo del trabajo grupal; sin embargo, algunos participantes presentaban

dificultades para realizar las mismas ya que, en ocasiones, no querían trabajar con el grupo y por lo tanto su participación se veía afectada. Durante la ejecución del programa la asistencia de los participantes fue constante y regular, aunque se presentaron algunas excepciones.

A nivel grupal se evidenció cooperación y participación, aunque presentaron dificultad en la cohesión grupal, esto puede deberse a que era un grupo mixto, por lo tanto, se evidenció que dentro del grupo se establecieron dos subgrupos que compartían las mismas necesidades, un subgrupo requería trabajar en habilidades relacionales y gestión de emocional, mientras que el otro subgrupo requería un trabajo sobre asertividad y resolución de conflictos, es por ello que cada sesión fue desarrollada en base a las necesidades presentadas en ambos grupos.

El "Programa para el mejoramiento de las habilidades sociales en el manejo de emociones con los estudiantes del quinto de básica de la Escuela Ruperto Alarcón Falconí" tuvo como logro general el aprendizaje individual y desarrollo de habilidades sociales, lo que quiere decir que en mayor o menor medida el proyecto tuvo un impacto en cada uno de los participantes, en su mayoría se evidencia un fortalecimiento de sus propias capacidades en lo relacional, gestión emocional y asertividad, la cuales fueron evidenciadas por los compañeros y la docente a cargo, mientras en 4 participantes no se observaron grandes avances, lo que implica que requieren de más talleres similares u otro tipo de intervención.

3. Interpretación

3.1. Interpretación Cualitativa

La experiencia de la intervención fue documentada y registrada por diferentes medios, mismos que fueron explicados en la metodología, por lo que en este punto su procederá a analizar la información obtenida y finalizar con una reflexión del trabajo realizado.

Uno de los aspectos clave de la intervención es la secuenciación de actividades, la misma que además de determinar el tiempo y las acciones emprendidas con los participantes, permite extraer elementos y momentos particulares que se presentaron durante la ejecución del programa de entrenamiento en habilidades sociales, además de que de modo tentativo se tratará de responder a las preguntas clave antes planteadas.

a) Acerca de la optimización de la asistencia de los participantes a las sesiones grupales

Un componente importante en el desarrollo del Programa de entrenamiento en habilidades sociales fue la asistencia de los participantes, por lo que se indagará sobre la optimización de la asistencia de los participantes a las sesiones en base a la comparación de elementos particulares representativos (Participante con asistencia constante vs. Participante con asistencia inconstante), en los cuales se refleja la discrepancia en cuanto a la frecuencia de su asistencia.

Con relación al participante con asistencia inconstante (Estudiante 9):

Niño de 9 años de edad, alumno del 5to de básica de la institución, con un bajo rendimiento académico y con varios llamados de atención por indisciplina. Presenta discapacidad auditiva del 35%. Los resultados de los reactivos psicométricos aplicados

pre-intervención indican deficiencia en habilidades sociales apropiadas, impulsividad, sobreconfianza y habilidades conversacionales. Durante la ejecución del programa de entrenamiento registra el mayor número de faltas por asistencia entre los participantes, estando presente en 6 sesiones grupales, siendo un participante irregular del programa, motivo por el cual requirió asistir a las dos sesiones individuales de refuerzo realizadas.

En las sesiones grupales, el estudiante se caracterizó inicialmente por ser participativo en las actividades tanto individuales como grupales, fomentar el desorden entre sus compañeros (interrumpía), no tolerar errores de sus compañeros, dificultad para seguir las instrucciones de la autora para la realización de cada actividad, realizar tareas incompletas distrayéndose con facilidad, baja tolerancia a la frustración, emitir comentarios breves y no compartir sus opiniones personales.

En las sesiones en las que estuvo presente, se trabajó con distintas técnicas, por lo que se procede a analizar el desempeño del estudiante en las actividades de las que fue participe.

En la sesión de inicio, el estudiante se mostró interesado en ser parte del grupo de entrenamiento, por lo que durante los primeros momentos de la sesión se mantuvo en silencio, realizando adecuadamente la primera mitad de la dinámica, pero en la segunda mitad de la misma empezó a molestar a sus compañeros fomentando así la indisciplina en otros miembros del grupo, lo que obstaculizó la continuidad de la actividad. Este comportamiento se mantuvo a lo largo de la sesión siendo un elemento distractor tanto para la autora como para los demás participantes. La autora decidió convertirlo en su ayudante por el tiempo que restaba de la sesión, lo cual ayudó a continuar con la sesión programada, pero durante la presentación de la técnica de "Economía de Fichas" volvió a interrumpir la sesión, siendo el primer participante en

perder un punto. Durante el cierre de la sesión, no participó en la retroalimentación ni en la dinámica final, por lo que no se pudo conocer su opinión al respecto de la sesión, sin embargo, siguió en su función de ayudante, anotando los comentarios finales de sus compañeros.

En la sesión de entrenamiento en relajación muscular de Jacobson, el desempeño durante las dinámicas de inicio fue bueno, aunque en ocasiones molestaba a sus compañeros no interrumpió la actividad, ya que con un llamado de atención retomaba su posición. Durante la ejecución de la técnica, el participante siguió las instrucciones, pero se reía constantemente o se burlaba de alguno de sus compañeros, por lo que tras tres llamados de atención perdió otro punto en la economía de fichas, tras esta pérdida el niño empezó a discutir con la autora y salió molesto de la clase, empujando las sillas y azotando la puerta. Tras 10 min de su salida, retorno al aula y se sentó cruzado de brazos, pero no siguió las instrucciones. Al finalizar la sesión dijo: “Me siento triste porque solo a mí me bajó puntos (dirigiéndose a la autora)”, ante esta situación la autora le recordó que los puntos son recuperables con buenas conductas ante lo que respondió: “Ya me voy a portar bien”.

En la sesión de entrenamiento en relajación autógena de Schultz, se inició la sesión y presentación de la dinámica, formando dos grupos por afinidad, donde ninguno quiso incluir al participante por que afirman “Molesta mucho”, ante esta situación se decidió que también sea el juez, siendo quien guie la actividad junto con la autora. Durante la ejecución de la actividad siguió correctamente cada instrucción, pero solía abrir sus ojos ocasionalmente para ver que hacían los demás, una vez que confirmaba que todos estaban con sus ojos cerrados y siguiendo las indicaciones de la autora retomaba el

ejercicio, su comentario sobre la actividad fue: “Es aburrido, ¿la próxima podemos hacer otra cosa?”. En esa sesión recuperó los dos puntos y gano 2 puntos extra.

En la segunda sesión de entrenamiento de control emocional mediante la técnica del “Lugar seguro”, durante la dinámica de inicio, se formaron parejas que debían atar la pierna derecha de uno con la pierna izquierda del otro compañero para hacer carreras a tres piernas, donde el desempeño del participante fue malo, porque no logro ponerse de acuerdo sobre una estrategia con su pareja, por lo que su falla como grupo causo que el estudiante se enoje con su compañero, culpándolo, reclamándole por perder e incluso empujándolo, por lo que se le llamo la atención varias veces, restándole un punto por su indisciplina. Para bajar las tensiones se le invito a repasar la técnica de respiración (Dinámica del globo) y se procedió a realizar la actividad del lugar seguro, donde él tuvo que igualarse, ya que falto la sesión anterior y recupero un punto. Durante el cierre de la sesión, no participo en la retroalimentación.

En la segunda sesión de entrenamiento en autoinstrucciones con Origami, al iniciar la sesión, tuvo una participación buena durante la dinámica mientras era dirigida por la autora, pero cuando la dirigió uno de sus compañeros realizaba las indicaciones con lentitud, a continuación, pidió ser el siguiente guía, pero aún no era su turno, por lo que su rendimiento bajo hasta que le llegó el turno de guiar la dinámica. Durante el entrenamiento con origami, tuvo que realizar la fase 1 y 2 (debido a su ausencia en la sesión anterior), donde mostro su mejoría para el seguimiento de instrucciones y capacidad de memorizar los pasos, ya que realizo las dos fases correctamente sin dificultad. Por falta de tiempo, no se pudo avanzar con la fase 3 y 4, por lo que se le selecciono para asistir a las sesiones individuales y enseñarle la técnica completa.

En la primera sesión de entrenamiento en autoinstrucciones con conductas prosociales, durante la sesión de inicio, tuvo un buen desempeño y no molestaba a sus compañeros. Durante la ejecución de la técnica, se solicitó mencionar "malas acciones o conductas", donde el participante permaneció en silencio, hasta que en determinado momento la mitad de sus compañeros empezaron a hablar a la vez y no escuchaban a los llamados de atención de la autora, el estudiante 9 opto por empezar a bajar puntos a sus compañeros, lo cual causó molestia en los implicados y uno de ellos opto por golpearlo, ante esta situación, el participante salió de la clase y empezó a llorar, posteriormente se intervino en el conflicto y recibió una disculpa por parte de su compañero. Su ausencia en la sesión posterior, lo hizo seleccionado para la sesión individual, para reforzar modelado y ensayo conductual.

El participante no estuvo presente en la realización de las Actividades No. 7, 8, 10 y 13, debido a que no asistió a clases o porque estaba castigado en la oficina de Dirección.

Al finalizar el programa de entrenamiento se evidenciaron los siguientes cambios: mejor seguimiento de instrucciones, completa las tareas (aunque aún se distrae con facilidad) y mayor tolerancia a la frustración.

Con referencia al participante con asistencia constante (Estudiante 5):

Niño de 9 años de edad, alumno del 5to de básica de la institución, con buen rendimiento académico y sin problemas de disciplina. No presenta problemas auditivos. Los resultados de los reactivos psicométricos aplicados pre-intervención indican deficiencia en habilidades sociales apropiadas, celos, habilidades sociales para hacer amigos y habilidades conversacionales. Durante la ejecución del programa de entrenamiento no registra faltas por asistencia, por lo que estuvo presente en las 10

sesiones grupales, siendo un participante regular del programa, motivo por el cual no requirió asistir a las sesiones individuales de refuerzo.

En las sesiones grupales, el estudiante se caracterizó inicialmente por ser participativo en las actividades individuales y menos en las grupales, fomentar el orden entre sus compañeros (no interrumpía), no tolerar errores de sus compañeros, seguir las instrucciones de la autora para la realización de cada actividad, realizar las tareas sin distracciones, baja tolerancia a la frustración, emitir comentarios muy breves y no compartir sus opiniones personales.

El participante estuvo presente en todas las sesiones, donde se trabajó con distintas técnicas, por lo que se procede a analizar el desempeño del estudiante en las mismas actividades de las que fue participe el Estudiante 9 (asistencia inconstante).

En la sesión de inicio, el estudiante no se mostró interesado en ser parte del grupo de entrenamiento, más bien lucia preocupado, por lo que durante los primero momentos de la sesión se mantuvo en silencio, realizando adecuadamente la primera y segunda mitad de la dinámica, no fomentaba la indisciplina por lo que apoyaba a la continuidad de la actividad. Este comportamiento se mantuvo a lo largo de la sesión siendo un elemento de orden tanto para la autora como para los demás participantes. La autora decidió dejarlo como un miembro del grupo para ver su desempeño a nivel grupal, durante toda la sesión y en la presentación de la técnica de “Economía de Fichas” no interrumpió a la autora, ya que para hablar pedía la palabra, siendo uno de los primeros participantes en ganar un punto por cortesía. Durante el cierre de la sesión, no participo en la retroalimentación ni en la dinámica final, por lo que no se pudo conocer su opinión al respecto de la sesión, sin embargo, se mantenía atento y escuchando los comentarios finales de sus compañeros.

En la sesión de entrenamiento en relajación muscular de Jacobson, el desempeño durante las dinámicas de inicio fue bueno, no molestaba a sus compañeros ni interrumpía la actividad. Durante la ejecución de la técnica, el participante siguió las instrucciones seriamente y parecía estar concentrado en seguir al pie de la letra las indicaciones, al final de la actividad recibió un punto extra por no desconcentrase y otro más por su buen comportamiento durante toda la sesión. Al finalizar la sesión no participo en la retroalimentación y salió en cuanto se les autorizo irse.

En la sesión de entrenamiento en relajación autógena de Schultz, se inició la sesión y presentación de la dinámica, formando dos grupos por afinidad, donde el escogió a los miembros de su grupo y fue quien lidero al mismo, siendo este el grupo ganador al concluir la actividad, ya que seguían las indicaciones tanto de la autora como de su ayudante. Durante la ejecución de la actividad siguió correctamente cada instrucción, aparentemente no se desconcentro en ningún momento, ya que permaneció con los ojos cerrados hasta que se les solicito abrir los ojos, su comentario sobre la actividad fue: “Me dio sueño, pero me siento bien”. En esa sesión obtuvo 5 puntos extra.

En la segunda sesión de entrenamiento de control emocional mediante la técnica del “Lugar seguro”, durante la dinámica de inicio, se formaron parejas que debían atar la pierna derecha de uno con la pierna izquierda del otro compañero para hacer carreras a tres piernas, donde el desempeño del participante fue normal, tuvo dificultades para ponerse de acuerdo sobre una estrategia con su pareja, pero lograron mantenerse en la competencia logrando un tercer lugar, lo cual lo incomodó y empezó a justificarse tanto con la autora como con su compañero. Para bajar las tensiones se invitó a repasar la técnica de respiración (Dinámica del globo) y se procedió a realizar la actividad del lugar seguro, donde tuvo un buen desempeño, ya que tenía la base de la anterior sesión

y eso le facilito la ejecución en esta ocasión. Durante el cierre de la sesión, participo en la retroalimentación, afirmando: “Me gusto hacer esto, porque siento tranquilo”.

En la segunda sesión de entrenamiento en autoinstrucciones con Origami, al iniciar la sesión, tuvo una participación buena durante la dinámica tanto cuanto fue dirigida por la autora, como cuando la dirigió uno de sus compañeros, ya que realizaba las indicaciones y se divertía, hasta que le llegó el turno de guiar la dinámica, donde se evidencio que dudaba de sus indicaciones y las cambiaba por otras. Durante el entrenamiento con origami, realizo la fase 3 y 4 (debido a que las primeras fases las realizo en la sesión anterior), donde mostro su mejoría para la autoguía y capacidad de memorizar los pasos, ya que realizo las dos fases correctamente sin dificultad. Debido a que completo todas las fases del entrenamiento durante las sesiones grupales no se le selecciono para asistir a las sesiones individuales.

En la primera sesión de entrenamiento en autoinstrucciones con conductas prosociales, durante la sesión de inicio, tuvo un buen desempeño y no molestaba a sus compañeros. Durante la ejecución de la técnica, se solicitó mencionar “malas acciones o conductas”, donde el participante aporto con algunas ideas, hasta que en un momento la mitad de sus compañeros empezaron a hablar a la vez y no escuchaban a los llamados de atención de la autora, el estudiante permaneció en su lugar sin intervenir en la situación, mencionando que lo que había pasado en la sesión estaba mal. Su presencia en la sesión posterior, hizo que pudiera practicar instrucciones, modelado y ensayo conductual de una situación que se le dificulte enfrentar, sin embargo, se puso incomodo en el ensayo frente a sus compañeros, por lo que fue seleccionado para reforzar el ensayo conductual en la sesión individual.

Al finalizar el programa de entrenamiento se evidenciaron los siguientes cambios: mejor participación a nivel grupal, mayor tolerancia a la frustración, compartir su opinión y su sentir sobre las actividades.

Interpretación:

Tras la comparación punto a punto de dos estudiantes del programa de entrenamiento en base a la constancia de la asistencia, se procederá a establecer como la comprensión de esta información puede contribuir en la optimización de la asistencia de participantes en proyectos similares.

En los participantes antes descritos, el interés expresado por pertenecer al grupo de intervención, no se equipará con su asistencia, ya que se demostró una asistencia más constante del participante que menos interesado se expresó al inicio de la intervención. Otro factor a analizar es la inclusión de los participantes al grupo de trabajo, ya que el estudiante 5 si recibió la aceptación de sus compañeros en las actividades tanto grupales como individuales, mientras que el estudiante 9 solía ser excluido de los grupos y tenía que hacer las actividades solo o formando equipo con la autora, esto puede deberse a que los participantes del grupo lo consideraban un elemento distractor (molestaba, interrumpía y reía durante las actividades) y preferían mantenerse alejados del estudiante. Es posible que los participantes que no reciben la aprobación del grupo tiendan a presentar mejores resultados en intervenciones individuales, lo cual, si se evidencio con el estudiante 9, ya que mostraba un mejor desempeño en las sesiones de refuerzo, que en las sesiones de entrenamiento de las diferentes técnicas.

Por último, es importante considerar que la asistencia del estudiante 9 se veía condicionada por sus padres o las autoridades institucionales, ya que en ocasiones no asistía a clases y por ende no participaba en el taller, mientras que en otras ocasiones

era castigado por indisciplina o por no presentar las tareas, por lo que no podía asistir al grupo, en cambio el participante 5 no presentaba estas dificultades, ya que sus padres lo llevaban a clases regularmente y no recibía castigos por los cuales su asistencia no se veía interrumpida.

b) Acerca de la potenciación de la participación e interés de los niños en las actividades de las sesiones

Con respecto a la potenciación del componente de la participación e interés de los estudiantes en las actividades, se realizará un análisis basado en la comparación de los elementos: Actividad con mayor participación vs. Actividad con menor participación, en las cuales se refleja la discrepancia o tensión productiva en cuanto al nivel de colaboración de los participantes con las actividades realizadas.

En relación a la actividad con mayor participación:

Los participantes mostraron mayor afinidad por las dinámicas de inicio y cierre a modo de juego o actividades de creación o tareas manuales, siendo la actividad "Autoinstrucciones con Origami", donde se evidenció un mayor nivel de participación y concentración en la actividad. El trabajo principal era el entrenamiento en la técnica de autoinstrucciones con origami, en la cual los participantes debían permanecer en sus lugares y estar muy atentos a las instrucciones. La finalidad de la actividad era el control del dialogo interno a nivel individual y el aprendizaje de autoinstrucciones a nivel grupal, además de que también serviría de preámbulo para la adquisición de conductas pro sociales a través de la misma técnica. El desarrollo de la actividad implicaba que la autora del proyecto debía ejemplificar (modelo cognitivo) como realizar el doblado del papel hasta obtener la figura deseada, posteriormente los participantes debían cumplir con las siguientes fases:

1) Verbalización de instrucciones en voz alta por parte de la autora (guía externa explicita) – La autora debe explicar verbalmente los pasos para formar la figura, pero observando que la acción no suceda a la palabra, por lo que invitara que los pacientes primero escuchen y luego realicen el doblado de la hoja.

2) Secuencia de pasos verbalizada en voz alta por los participantes (autoguía explicita) – Los participantes deben decir los pasos en voz alta antes de proceder a doblar el papel.

3) Secuencia de pasos verbalizada en voz baja (autoguía explicita desvanecida) – Los participantes deben decir los pasos a realizar en susurros y luego realizar la acción.

4) Secuencia de pasos sin verbalizar (autoguía encubierta) – Los participantes deben decir mentalmente los pasos para realizar la figura y luego de terminar la instrucción pueden doblar el papel.

La respuesta de los participantes fue muy buena, debido a que desde que inicio el taller estaban muy participativos y su motivación por la actividad a realizar se mantuvo a largo de las dos sesiones, el interés de los niños por aprender cómo hacer la figura de origami posibilito que se concentraran en la secuencia de pasos, los cuales demandaban las siguientes acciones en los participantes: observar, atender, escuchar, memorizar y aplicar.

Cabe mencionar que, durante la ejecución de esta actividad, se presentaron algunas dificultades en los participantes, quienes tuvieron problemas para memorizar los pasos a seguir en la elaboración de la figura y por tanto también se entorpecía su paso de una fase a otra, sin embargo, esto no fue un impedimento para ellos, ya que de hecho los

motivo a seguir intentado construir la figura de origami. Cada participante recurrió a diferentes estrategias para superar las dificultades iniciales, algunos pedían ayuda a la autora, otros pedían ayuda a sus compañeros y otros anotaban los pasos. Una vez superada la primera fase, se formaron parejas para que entre ambos participantes se supervisen el uno al otro, esto ocurrió en la segunda, tercera y cuarta fase. La actividad concluyo con una última fase de prueba en la que las parejas formadas debían competir con las otras repitiendo la tercera y cuarta fase, siendo ganadores la pareja Estudiante 4 y Estudiante 5, quienes ejecutaron correctamente los pasos y obtuviera la figura mejor elaborada. Por el contrario, se detectaron a tres participantes que tuvieron dificultades en el paso de una fase a otra, por lo que con ellos se planteó sesiones individuales para reforzar esta actividad.

En relación a la actividad con menor participación:

Los participantes mostraron menor afinidad por dinámicas de retroalimentación o de cierre que se realizaban a modo de reflexiones o tareas pasivas, un claro ejemplo de ello es la actividad de “Relajación Autógena”, donde se evidenció un menor nivel de participación, pero que demandaba mayor concentración. El trabajo principal era el entrenamiento en la técnica de relajación autógena de Schultz, en la cual los participantes debían permanecer la mayor parte del tiempo quietos, con los ojos cerrados y siguiendo las indicaciones de la autora del proyecto. La finalidad de la actividad es la prevención del malestar provocado por situaciones que generen ansiedad o tensión, brindando una herramienta para afrontar con eficacia las demandas cotidianas y para controlar emociones a nivel personal (presión por las tareas, agresividad, etc.), mientras que a nivel grupal se buscaba el aprendizaje de una herramienta que puede ser de utilidad en la vida diaria y ayude a reducir niveles de

tensión o ansiedad a través del reconocimiento de las sensaciones corporales producidas durante la aplicación de las técnicas.

El desarrollo de la actividad implicaba que la autora del proyecto primero debía conseguir que los participantes estén en una posición adecuada, ojos cerrados y tranquilos, posteriormente se irá activando la relajación mediante las indicaciones de la autora, donde se trabajó secuencialmente con las sensaciones corporales de:

1) Calor – Buscar la sensación de calor en las manos y hacer que ascienda por los brazos, luego se trabaja en los pies y esta sensación cálida asciende por las piernas, finalmente esta sensación se extenderá por todo el cuerpo.

2) Peso (liviandad) – El recorrido es el mismo que en la sensación de calor, pero se cambian las indicaciones por la de liviandad.

3) Regulación cardiaca – Concentrarse en los latidos del corazón

4) Regulación respiratoria – Concentrarse en la respiración y lograr que sea más pausada y tranquila

5) Regulación cefálica – Se debe buscar la sensación de frescura en la cabeza.

La respuesta de los participantes fue regular, debido a que la mitad de los participantes realizó la técnica y siguió las instrucciones, por lo que en ellos se posibilitó la siguiente secuencia de acciones: reposar, respirar, escuchar, activar (relajación) y sentir, tras la realización de la actividad mencionaron sentirse “más tranquilos” e incluso algunos afirmaron que sentían “ganas de dormir”, aunque no estaban cansados o aburridos,

mientras que con la otra mitad del grupo se presentaron varias dificultades para seguir las instrucciones o para realizar los ejercicios, principalmente en la técnica de relajación autógena de Schultz, siendo la "vergüenza" un factor que impidió el desarrollo de la actividad, los participantes que no lograron realizar los ejercicios afirmaron que: "se sentían incomodos" y que abrían los ojos para ver si sus compañeros también hacían el ejercicio, se reían o repetían las instrucciones de la autora en voz alta, desconcentrando a los demás participantes. Al finalizar la actividad, la mayor parte de los participantes no se mostraron interesados en volver a repetir la actividad y los comentarios emitidos por el grupo fueron mixtos: "me gustó mucho", "estoy más liviano", "me siento mejor" mientras otros expresaban: "no sé porque no puedo, no puedo (mientras reían)", "me aburrió" "podemos hacer otra cosa la próxima vez" "ya no quiero hacer esto" "puedo hacer esos ejercicios si no están los demás". Los comentarios y las dificultades presentadas durante la ejecución de la actividad posibilitaron la creación de una sesión más de refuerzo, sesiones individuales y la tarea de practicar en casa, siendo estos dos buenos recursos para lograr el aprendizaje de la técnica de relajación.

Interpretación:

Tras la comparación punto a punto de dos actividades realizadas en el programa de entrenamiento donde se compara el nivel de participación e interés de los estudiantes, se procede a establecer el aporte que brinda la comprensión de esta información en la selección de la actividad y en la ejecución de la misma.

En las actividades antes descritas, se evidencia que tuvieron una mayor aceptación las actividades recreativas, juegos y manualidades, por lo que en el grupo si se promovió

el interés y participación por las mismas, en contraposición con las actividades reflexivas, dinámicas de retroalimentación y tareas pasivas.

Otro factor que puede intervenir en la participación e interés es que la actividad promueva la colaboración entre participantes, ya que en los juegos, dinámicas y manualidades los participantes se relacionaban mucho más que en las actividades de reflexión o las de retroalimentación, debido a que en sí mismas involucran un trabajo individual. También se debe tomar en cuenta que las actividades recreativas pueden ser modificadas para hacer de ellas una competencia entre participantes, mientras que las actividades reflexivas no posibilitan una competencia, ya que se enfocan en el aprendizaje personal y en el pensamiento crítico.

Un factor que también puede influir en la participación e interés por una actividad es el rol de la autora para el desarrollo de la misma, donde puede ser una guía con participación pasiva o una guía con una participación activa. Generalmente las actividades recreativas implican una demostración por parte de quien dirige, por lo que pasa a ser un elemento más del grupo, mientras que en las actividades reflexivas no es necesario ejemplificar la forma de realizar la tarea, ya que el monitor va a dar instrucciones y observar como los participantes se concentran en sí mismos, dejando de lado el grupo y enfocándose en el proceso de cada uno.

Finalmente, es importante entender que cada actividad tiene una función dentro del trabajo grupal, no es una mejor que otra, ya que cada una está destinada a trabajar en los distintos momentos de una sesión, es por ello que ambos tipos de actividades (recreativas y reflexivas) son necesarias para mantener un equilibrio dentro de la misma. Las actividades tanto recreativas como reflexivas deben verse como recursos

complementarios y no como contrarios o incompatibles, ya que suelen enriquecer más la experiencia cuando son combinadas, que cuando se aplican por separado.

c) Acerca de la generación de una mayor adherencia de los participantes al programa de entrenamiento en habilidades sociales

Un componente importante para la evaluación del impacto del proyecto en los participantes es la adherencia, por lo que se investigará la generación de una mayor adherencia en la terapia grupal tomando como base la comparación de los elementos: Sesión Inicial vs. Sesión de Cierre, en las cuales se refleja su contribución al desarrollo del programa de entrenamiento en habilidades sociales.

Respecto a la Sesión Inicial:

La primera sesión del "Programa de Entrenamiento en Habilidades Sociales" se realizó en la sala de profesores donde se observaron varios elementos distractores como: sillones, sillas giratorias, una televisión, un teléfono, una computadora y materiales didácticos. Se identificó que el espacio era agradable, amplio y permitía realizar varias actividades físicas, sin embargo, al finalizar la sesión se decidió solicitar otro espacio, ya que se presentaron varios inconvenientes dentro de ese espacio.

La sesión inicia con unas palabras de bienvenida y la respectiva presentación de la autora, además de que se les explica a los participantes que están en un programa de entrenamiento para aprender a manejar sus emociones, después de les explico las reglas del grupo y se resolvieron las dudas que les surgieron. La interrogante general era ¿Por qué a mí?

A continuación, se propone a los participantes que se presenten a través de una dinámica ("Colores"), la cual consistía en que formando un circulo cada niño sea un

color, por lo que se presentara frente a sus compañeros diciendo su nombre-color, una vez que todos se presentan inicia la dinámica, donde la autora menciona el nombre-color de un participante y este deberá levantarse e ir al centro, para llamar a otro participante por su nombre-color y quitar el asiento de su compañero, así sucesivamente hasta que todos los participantes cambien por lo menos dos veces de asiento. Esta dinámica permitió que los niños se diviertan y bajen las resistencias iniciales, muchos propusieron hacer más juegos, pero se les dijo que no era posible porque había más actividades por realizar.

Para el desarrollo de la actividad central, los participantes desde sus asientos debían responder cuáles son sus "Expectativas, Temores y Compromisos con el grupo", en esta actividad participaron muy pocos asistentes, por lo que se procedió a preguntar de uno en uno, todas las ideas fueron anotadas en el pizarrón, pero a medida que más niños participaban, también más niños molestaban y empezaron a levantarse, recibiendo un llamado de atención. Se retomó la actividad, pero el Estudiante 9 volvió a fomentar la indisciplina, cuando se levantó y prendió el televisor, lo cual provocó que varios participantes empezarán a jugar con otros elementos del salón, la autora les llamo la atención y puso como ayudante al mencionado estudiante, se prosiguió con la actividad, hasta concluirla.

Posteriormente se dio la introducción de la técnica "Economía de fichas" y se les explicó que la finalidad era mantener el orden a nivel grupal y en lo individual el refuerzo de "buenas acciones" (conductas adaptativas) o para castigar las "malas acciones" (extinción de conductas), también se explicó que esta técnica estaría presente en todas las sesiones grupales. La respuesta de los participantes a esta técnica fue buena, ya que los motivaba a seguir asistiendo, participando activamente y

practicando conductas adaptativas para seguir sumando puntos, lo cuales serían premiados al finalizar el proyecto. Tras la explicación, el Estudiante 9 volvió a interrumpir, esta vez golpeando a un compañero, por lo que se bajó el primer punto y el participante estuvo tranquilo.

Para finalizar, se solicitó a los participantes que compartieran que era lo que pensaban de lo que se había realizado y que creen que aprendieron. Se finalizó con la dinámica: "Yo dejo…y me llevo…". Donde hubo la participación de la mayoría de los participantes, mencionando que la parte que más les gusto fue la del juego inicial.

Las habilidades que requerían ser fortalecidas en el programa de entrenamiento, eran: gestión emocional, habilidades sociales apropiadas, habilidades conversacionales y solución de problemas interpersonales. En esta sesión estuvieron presentes los 12 participantes seleccionados para el programa, donde la mayoría evidencio dudas, curiosidad e interés por lo que pasaría más adelante. Tuvieron una participación normal, donde cuatro participantes fueron los que más intervinieron voluntariamente, mientras que dos participantes no lo hicieron en toda la sesión. También se identificaron a tres estudiantes que se desatacaron por sus comportamientos negativos pero que participaban activamente en la sesión y dos participantes que se caracterizaron por su buen comportamiento, pero con poca participación. Se presentaron algunas situaciones de indisciplina y desorden en el grupo por lo que se procedió a bajar puntos en la economía de fichas, pero a la vez se otorgaron puntos a los estudiantes que trabajaron adecuadamente.

Respecto a la Sesión de Cierre:

La última sesión del "Programa de Entrenamiento en Habilidades Sociales", se realizó en el salón de clases que se usó a partir de la "Segunda Sesión", la cual estaba ausente

de elementos distractores y que favorecieron el desarrollo de las sesiones planificadas. La clase solo contaba con pupitres, sillas y un pizarrón. El espacio que otorgaba era amplio y permitía el desarrollo de varias actividades.

La sesión inicia con el saludo de la autora y se les recuerda que es la última sesión a la que asisten y que se espera se culmine con éxito.

A continuación, se invita a los participantes a formar un circulo y se les enseña la canción de la dinámica "Si no hay oposición…", en la cual se van nombrando acciones que se pueden hacer con el cuerpo o el rostro, por ejemplo: "Si tú tienes muchas ganas de aplaudir (aplausos), si tú tienes muchas ganas de aplaudir (aplausos). Si tú tienes la razón y no hay oposición no te quedes con las ganas de aplaudir (aplaudir)", en esta dinámica se motivó a que todos participen diciendo acciones que todo el grupo tiene que hacer mientras se canta. Los niños se divirtieron y aunque hubo algunas acciones como "empujar", no se permitió que se usará como excusa para dañar o molestar a otros compañeros.

Para el desarrollo de la actividad central (aplicación de Reactivos Psicométricos), la autora procedió a tomar los test Cuestionario de Habilidades de Interacción Social y Escala Matson para la Evaluación de Habilidades Sociales con Jóvenes (MESSY), con la finalidad de extraer los resultados Post-intervención. Los participantes realizaron los dos test y a medida que iban terminando iban saliendo y esperaban fuera del aula.

Posteriormente se dio la revisión de los puntos alcanzados por los participantes en la técnica "Economía de Fichas" y se procedió a llamarlos uno a uno, para entregarles sus premios y el diploma de finalización del "Programa de Entrenamiento en Habilidades Sociales"

Para finalizar, se procedió a armar la mesa de despedida, donde todos los participantes aportaron bocadillos y también se realizó la dinámica “Brindis Simbólico” donde a cada participante recibió un vaso vacío, el cual sería llenado por la autora cuando tomen la palabra y dirijan palabras de agradecimiento a sus compañeros. Cuando todos tengan su vaso lleno, deberán hacer el brindis. Los participantes dieron gracias a la autora y a los compañeros, algunos también reflexionaron sobre sus acciones y se comprometieron a mejorar. El grupo se disolvió tras una ronda de abrazos.

Las habilidades que se consideran fueron reforzadas con en el programa de entrenamiento son: gestión emocional, habilidades conversacionales y solución de problemas interpersonales. En esta sesión estuvieron presentes los 12 participantes con los que se inició el programa, donde la mayoría se mostraron curiosos y escépticos sobre la finalización de programa. Tuvieron una participación activa, donde la mayor parte de los participantes intervino voluntariamente y otros lo hacían para no quedar al último. No se identificaron estudiantes que se destacaran por sus comportamientos negativos, aunque si hubo un par de llamados de atención, pero de forma general los participantes se caracterizaron por su buen comportamiento. Se presentaron pocas situaciones de indisciplina y desorden que fueron resultas inmediatamente.

Interpretación:

Tras la comparación punto a punto de dos sesiones que marcaron el inicio y final del programa de entrenamiento, se procederá a comprender cuál fue su contribución al desarrollo del programa de entrenamiento en habilidades sociales y como se posibilito la adherencia de los participantes al mismo.

El “Programa Entrenamiento en Habilidades Sociales” fue delineado en función de los resultados obtenidos del grupo (Pre-intervención), sin embargo, fue tras la “Sesión

Inicial" que se identificó la habilidad social que requerían ser trabajada a nivel grupal (manejo de emociones), siendo este un componente en el que se asemejaban los participantes, aunque a la vez se identificó la presencia de dos subgrupos de habilidades a trabajar, por lo que se trataba de un grupo con componentes mixtos, donde unos requerían trabajar habilidades relacionales y conversacionales, mientras que los otros necesitaban fortalecer habilidades sociales apropiadas y resolución de problemas.

De esta manera, la autora se replantea el orden de ejecución de las actividades a desarrollar en futuras sesiones, las cuales parten de las dificultades para el control de impulsos y emociones, motivo por el cual se presentaron primero las técnicas de relajación, luego las de gestión emocional, para finalizar con autoinstrucciones con conductas pro sociales, el nuevo orden adquirido permitió trabajar sobre las habilidades sociales más deficitarias en los participantes y alcanzar los objetivos planteados. Otro aspecto que se reconsidera tras la sesión inicial, fue el espacio físico donde ser llevarían a cabo las sesiones, el mismo que al contar con varios elementos distractores, no es visto como apropiado para el desarrollo las actividades y se busca otro espacio del que se pueda disponer en la institución, lo cual fue un acierto, ya que se pudo pedir un cambio antes de que se empezara a trabajar formalmente en el desarrollo de habilidades sociales. Por el contrario, un elemento que si se conservó desde la primera sesión hasta la última fue la estructura de la sesión la cual se compone de: apertura de la sesión, dinámica de presentación/integración, actividad central, dinámica de retroalimentación y cierre. Mientras que la técnica que estuvo presente en todas las sesiones fue la economía de fichas, constituyéndose en una herramienta fundamental para el desarrollo del proyecto. La "Sesión de cierre" aportó al proyecto

con la evaluación tanto individual, grupal como objetiva de las acciones emprendidas por la autora, por lo que permite reflexionar acerca de lo vivenciado.

Con respecto a la adherencia de los participantes al proyecto de intervención, se considera que son varios los aspectos a considerar, entre ellos se desatacaría: el encuadre y la población cautiva, estrategia con una técnica llamativa, ambiente de confianza y privacidad.

El grupo intervenido estaba conformado por 12 participantes, quienes permanecieron como elementos estables del mismo, por lo que ningún participante abandono el proyecto, de hecho, en todo el proceso se mostraron interesados, motivados y dispuestos a participar en las sesiones grupales, estas características se evidenciaron en mayor o menor medida de acuerdo al tipo de actividad que se les planteaba. También un aspecto muy recurrente en el grupo era la indisciplina y el desorden que generalmente podía llegar a surgir de un participante y podía reproducirse en los demás miembros del grupo, siendo este un aspecto que tras la intervención no se logró controlar en su totalidad, pero si parcialmente en la mayor parte de los miembros del grupo.

Se considera que el encuadre contribuye a la apropiación del espacio físico y de un horario, por lo que los martes los participantes solían estar pendientes de la llegada de la autora, ya que a las 11h00 de la mañana sabían que debían ir las sesiones grupales, por lo que en muchas ocasiones ellos se encargaban de buscar a la Sra. conserje para que les abra el salón de clases designado para los talleres. Además, al realizar un proyecto de intervención en poblaciones cautivas es posible tener un mayor control sobre sus asistencias, lo cual favorece al desarrollo del mismo.

El espacio de trabajo grupal también contribuye a la adherencia de los participantes, ya que además de las condiciones físicas debe contar con ciertas características que serán atribuidas por los miembros del grupo, siendo las más importantes la privacidad y la confianza, mismas que permiten construir un ambiente de trabajo agradable y seguro, donde los participantes se sientan motivados a seguir asistiendo y colaborando entre sí.

Otro aspecto que puede ser importante en la generación de adherencia es la estrategia que emplea el monitor para que los participantes asistan y se involucren en el proyecto, la cual se puede realizar en conjunto con una técnica que resulte llamativa e interesante para los participantes, en el programa de entrenamiento se empleó la "Economía de Fichas" como técnica pero la estrategia era acumular puntos cada sesión para que al finalizar el proceso puedan cambiar sus puntos por premios, de esta manera los participantes se involucran más en las actividades, asisten regularmente y van reforzando conductas positivas.

Tabla 2. Matriz de factores percibidos por la autora que contribuyen a la adherencia y resultados alcanzados con los participantes del programa de entrenamiento en habilidades sociales.

<table>
<tr><th colspan="3">Adherencia de los participantes al programa de entrenamiento en habilidades sociales</th></tr>
<tr><th>Factores que contribuyen a la adherencia del grupo</th><th>Fortalecimiento y desarrollo de los factores desde la Sesión inicial hasta la Sesión de cierre</th><th>Resultados</th></tr>
<tr><td rowspan="2">Población cautiva</td><td>Participantes: 12 estudiantes de 5to de básica.</td><td rowspan="3">Elementos estables del grupo a lo largo del programa de entrenamiento.</td></tr>
<tr><td>Control sobre las asistencias</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Encuadre</td><td>Apropiación del espacio físico y de un horario de trabajo</td></tr>
<tr><td>Espacio físico adecuado para el trabajo grupal y sin elementos distractores</td><td rowspan="3">Se llego a establecer un espacio de trabajo que motivo la asistencia y colaboración de los participantes entre si.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Ambiente de privacidad y confianza</td><td>Construcción de un ambiente de trabajo agradable y seguro.</td></tr>
<tr><td>Características positivas atribuidas por los participantes al espacio y tiempo en que se desarrollan las sesiones</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Estrategia y técnica que motive la asistencia</td><td>Se emplea la técnica cognitivo-conductual “Economía de Fichas”, la cual posibilita un mayor control sobre el grupo</td><td rowspan="2">Los participantes se involucraron en las actividades, asistieron regularmente y reforzaron conductas positivas</td></tr>
<tr><td>La estrategia es la acumulación de puntos, para posteriormente canjearlos por premios</td></tr>
</table>

Elaborado por D. Cáceres (2017)

3.2. Interpretación Cuantitativa

Una vez realizada la interpretación desde el enfoque cualitativo, se procederá a elaborar la interpretación cuantitativa, misma que tiene como base el análisis de datos obtenidos de la aplicación de test psicométricos, los cuales serán presentados mediante tablas de resultados y gráficos estadísticos, donde se podrá apreciar de manera objetiva las características matemáticas de los participantes con respecto a los dos momentos en que fueron evaluados (pre-intervención y post-intervención).

“El investigador busca, en primer término, describir sus datos y posteriormente efectuar análisis descriptivos para relacionar sus variables” (Hernández, Roberto,

Collado, & Lucio, 2006, p. 419). Para proceder al análisis de los datos, se considerarán dos factores: el primero, la medición de las variables, para lo cual se extraerán de las matrices de resultados los valores de las variables de los test aplicados y el segundo de interés de la autora, donde se compararán los cambios suscitados en las variables seleccionadas para conocer el impacto del proyecto a través de una evaluación post-intervención.

a) Análisis descriptivo de la Escala Matson para la Evaluación de Habilidades Sociales con Jóvenes

El análisis de este test debe entenderse bajo la premisa: "A mayor puntuación total, peor es la habilidad social general" (Matson, 1994) . Es por ello que las variables a intervenir se identificaron y trabajaron en base a las puntuaciones más altas, por tanto, los resultados de la intervención deben evidenciarse en el descenso de dichas puntuaciones.

Tabla 3. Puntajes directos transformados en porcentajes sobre el máximo posible de cada escala durante la etapa de Pre-intervención con el Cuestionario Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters (MESSY, Matson)

MESSY PRE-INTERVENCIÓN						
Participantes	**V. 1**	**V. 2**	**V. 3**	**V. 4**	**V. 5**	**V. 6**
1	87,07	42,5	48	48	45	44,44
2	51,72	23,75	40	36	25	66,67
3	58,62	25	20	52	20	55,56
4	60,34	32,5	24	52	40	57,78
5	79,31	30	28	28	45	64,44
6	45,69	62,5	48	40	40	51,11
7	85,34	66,25	40	24	30	57,78
8	51,72	20	20	36	40	73,33
9	84,48	56,25	64	64	45	53,33
10	81,03	22,5	28	28	60	60
11	46,55	25	24	36	40	55,56
12	62,07	32,5	28	40	25	64,44
Total ∑×	**66,16**	**36,56**	**34,33**	**40,33**	**37,92**	**58,70**
Media X	**5,51**	**3,05**	**2,86**	**3,36**	**3,16**	**4,89**

Elaborado por D. Cáceres (2017)

La tabla se realizó en base a los puntajes obtenidos por los participantes antes de asistir al proyecto (Pre-intervención). Los puntajes directos se convirtieron en puntajes porcentuales, para poder comparar todas las variables entre sí. Los resultados de los evaluados evidencian que las habilidades sociales en las que tienen más recursos son: Variable 2 (Asertividad inapropiada), Variable 3 (Impulsividad) y Variable 5 (Celos). Mientras que las habilidades sociales más deficitarias son: Variable 4 (Sobreconfianza) y Variable 6 (Misceláneos), por lo que la intervención se enfocó en el desarrollo de estas dos variables.

Con respecto a la Variable 1 (Habilidades sociales apropiadas), un puntaje alto evidencia un pobre desarrollo de las habilidades sociales, debido a que este es un factor que mide habilidades sociales a nivel general y en la presente tabla la variable 1 refleja la deficiencia general de habilidades sociales en los estudiantes.

Tabla 4. Puntajes directos transformados en porcentajes sobre el máximo posible de cada escala durante la etapa de Post-intervención con el Cuestionario Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters (MESSY, Matson)

MESSY POST-INTERVENCIÓN						
Participantes	**V. 1**	**V. 2**	**V. 3**	**V. 4**	**V. 5**	**V. 6**
1	70,69	18,75	28	24	20	55,56
2	49,14	22,5	20	20	20	66,67
3	48,28	21,25	20	20	20	42,22
4	40,52	25	32	48	20	57,78
5	37,07	20	20	24	25	55,56
6	50	47,5	72	60	70	62,22
7	72,41	31,25	48	60	80	51,11
8	41,38	20	20	36	40	73,33
9	65,52	41,25	20	28	30	57,78
10	68,10	21,25	28	20	30	64,44
11	44,83	21,25	20	24	30	57,78
12	46,55	28,75	20	32	40	48,89
Total ∑×	**52,87**	**26,56**	**29,00**	**33,00**	**35,42**	**57,78**
Media X	**4,41**	**2,21**	**2,42**	**2,75**	**2,95**	**4,81**

Elaborado por D. Cáceres (2017)

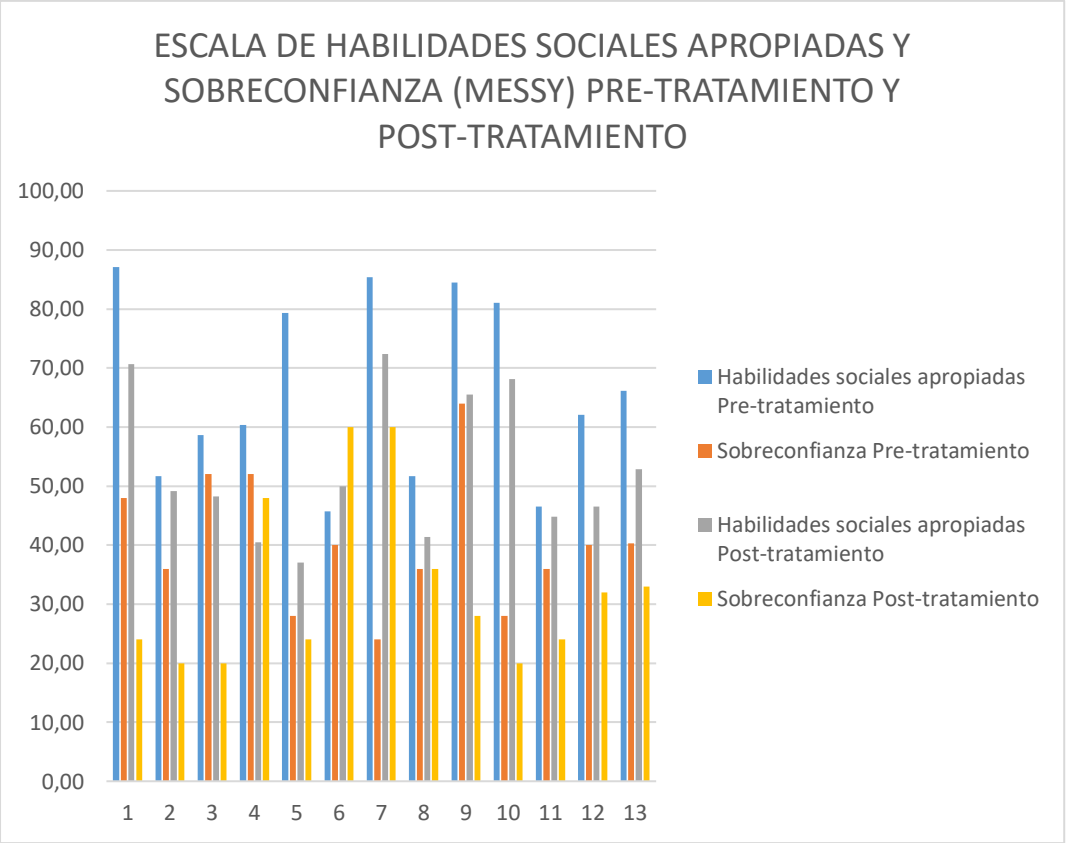
La tabla se realizó en base a los puntajes obtenidos por los participantes tras la finalización del proyecto (Post-intervención). Los puntajes directos se convirtieron en puntajes porcentuales, para poder comparar la mejoría en todas las variables. Los resultados de los evaluados evidencian que las habilidades sociales que más han mejorado son:

Con respecto a la Variable 1 (Habilidades sociales apropiadas), tras la intervención se puede apreciar una menor puntuación, lo que indica que si se fortaleció la misma, en comparación con la pre-intervención. El puntaje post-intervención muestra una reducción de 13,29 puntos.

Con respecto a las variables que se intervinieron con el proyecto, es posible afirmar que se obtuvieron mejorías en ambos, ya que en la Variable 4 se aprecia una reducción

de puntos de 7.33 y en la Variable 6 se aprecia una reducción de puntos de 0.92, las cuales se pueden atribuir al programa de entrenamiento en habilidades sociales, sin embargo parece que la intervención contribuyo más al desarrollo adecuado de habilidades de confianza que al de misceláneos, donde el trabajo realizado tuvo un impacto menor al esperado.

Figura 1. Relación de las variables del MESSY en los tiempos Pre y Post-tratamiento



Elaborado por D. Cáceres (2017)

Antes de analizar el grafico, se debe tomar en cuenta que los puntajes deben ser menores, para demostrar la mejoría en la habilidad social. En el gráfico, se evidencia una disminución de las variables tras la intervención por lo que, en comparación con los resultados obtenidos en la pre-intervención, se visualiza el fortalecimiento de las habilidades sociales apropiadas y un mejor control en la sobreconfianza.

b) Análisis descriptivo del Cuestionario de Habilidades de Interacción Social

A continuación, se presentarán las tablas de resultados tanto de la pre-intervención como la de post-intervención, donde las variables a intervenir se identificaron y trabajaron en función de las puntuaciones más bajas. Los resultados de la intervención podrán evidenciarse en el aumento de dichas las puntuaciones.

Tabla 5. Puntajes directos transformados en porcentajes sobre el máximo posible de cada escala durante la etapa de Pre-intervención con el Cuestionario de Habilidades de Interacción Social (CHIS)

CHIS PRE-INTERVENCIÓN						
Participantes	**V. 1**	**V. 2**	**V. 3**	**V. 4**	**V. 5**	**V. 6**
1	38	36	50	54	56	52
2	70	80	74	78	78	64
3	62	54	56	60	48	50
4	34	30	42	38	38	48
5	48	32	30	42	46	58
6	56	50	68	60	58	54
7	70	98	78	74	44	54
8	82	86	62	72	72	58
9	62	60	56	68	64	58
10	48	44	40	44	38	42
11	70	64	50	86	52	68
12	50	52	48	56	44	52
Total ∑×	**57,50**	**57,17**	**54,50**	**61,00**	**53,17**	**54,83**
Media X	**4,79**	**4,76**	**4,54**	**5,08**	**4,43**	**4,57**

Elaborado por D. Cáceres (2017)

La tabla se realizó en base a los puntajes obtenidos por los participantes antes de asistir al proyecto (Pre-intervención). Los puntajes directos se convirtieron en puntajes porcentuales, para poder comparar todas las variables entre sí. Los resultados de los evaluados evidencian mayor desarrollo de: Variable 1 (Habilidades sociales básicas), Variable 2 (Habilidades sociales para hacer amigos) y Variable 6 (Habilidades sociales de relación con adultos).

Mientras que se evidencia un menor desarrollo de: Variable 3 (Habilidades sociales conversacionales) y Variable 5 (Habilidades sociales de solución de problemas interpersonales), por lo que la intervención se enfocó en el desarrollo de estas dos variables.

Con respecto a la Variable 4 (Habilidades sociales relacionadas con emociones y sentimientos), es una capacidad que, si bien está desarrollada en los participantes, se considera importante que sea entrenada para que pueda ser mejor controlada, ya que esta habilidad no se presenta de forma aislada en los beneficiarios, sino que suele estar vinculada a las dificultades que se presentan en otras habilidades sociales, esta variable suele estar combinada con las variables 3 y 5.

Tabla 6. Puntajes directos transformados en porcentajes sobre el máximo posible de cada escala durante la etapa de Post-intervención con el Cuestionario de Habilidades de Interacción Social (CHIS)

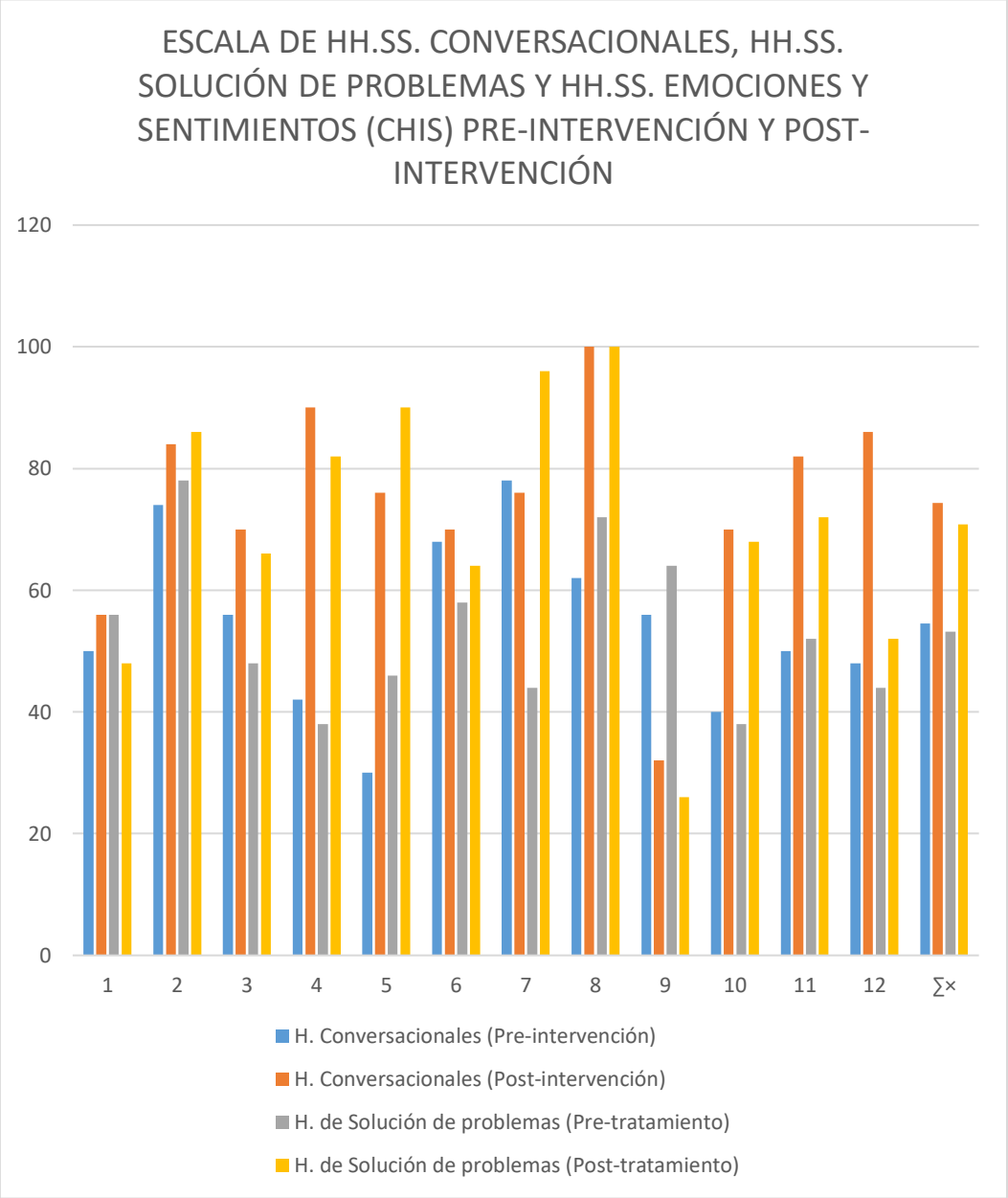
CHIS POST-INTERVENCIÓN						
Participantes	**V. 1**	**V. 2**	**V. 3**	**V. 4**	**V. 5**	**V. 6**
1	64	66	56	46	48	48
2	78	92	84	94	86	92
3	68	60	70	50	66	68
4	82	100	90	100	82	82
5	84	96	76	94	90	86
6	56	62	70	68	64	54
7	60	44	76	50	96	78
8	92	92	100	84	100	92
9	26	34	32	48	26	34
10	46	66	70	72	68	76
11	48	52	82	56	72	34
12	66	76	86	74	52	66
Total ∑×	**64,17**	**70,00**	**74,33**	**69,67**	**70,83**	**67,50**
Media X	**5,35**	**5,83**	**6,19**	**5,81**	**5,90**	**5,63**

Elaborado por D. Cáceres (2017)

La tabla se realizó en base a los puntajes obtenidos por los participantes tras la finalización del proyecto (Post-intervención). Los puntajes directos se convirtieron en puntajes porcentuales, para poder evidenciar el aumento o disminución de los mismos entre todas las variables. Los resultados finales de los evaluados evidencian que el programa de entrenamiento contribuyo al fortalecimiento y desarrollo de las siguientes variables:

Con respecto a la Variable 4 (Habilidades sociales relacionadas con emociones y sentimientos), tras la intervención se puede apreciar que esta capacidad, si se fortaleció. Esta variable presenta un aumento de 8,67 puntos tras la intervención, en comparación con la pre-intervención.

Figura 2. Relación de las variables del CHIS en los tiempos Pre y Post-tratamiento



Elaborado por D. Cáceres (2017)

Con respecto a las variables que se intervinieron con el proyecto, es posible afirmar que se obtuvieron mejorías en ambos, ya que en la Variable 3 (Habilidades sociales conversacionales) se aprecia un aumento de puntos de 19,83 y en la Variable 5 (Habilidades sociales de solución de problemas interpersonales) se aprecia un aumento

de puntos de 17.66, las cuales se pueden atribuir al programa de entrenamiento en habilidades sociales, sin embargo parece que la intervención contribuyo más al desarrollo adecuado de habilidades sociales conversacionales que al de habilidades sociales de solución de problemas interpersonales, donde el trabajo realizado tuvo un menor impacto en relación a la otra variable.

En el gráfico, a través de los resultados post-intervención, se evidencia que el grupo intervenido fortaleció las habilidades sociales conversacionales y de solución de problemas, siendo estas dos variables que requerían ser trabajadas.

Mediante los datos que se dieron a conocer, si el lector interesado desea establecer estadísticamente las diferencias significativas entre los resultados obtenidos pre-intervención y post-intervención, esta puede ser establecida a través de la prueba t de Student.

4. Principales logros del aprendizaje

El realizar un proyecto de intervención con niños y niñas no es tan sencillo como puede parecer en un primer acercamiento, ya que se requiere de un enseñanza previa en el manejo de teorías y técnicas dirigidas a trabajar con esta población en específico, además de que con los niños se debe tener paciencia hasta lograr que ellos se involucren en la actividades que se plantean dentro de una sesión, lo cual también está relacionado con el lenguaje que se debe manejar al explicar la finalidad de las mismas, por ello suele ser de gran ayuda el uso de un lenguaje sencillo y muy concreto.

Con la realización del proyecto se lograron varios aprendizajes, tales como los obtenidos en las sesiones de tutorías, donde además de reforzar conocimientos teóricos, se consiguieron grandes enseñanzas en la supervisión de la práctica, donde

las dificultades, errores y obstáculos eran analizados y se aprendía de ellos. Los aprendizajes de la ejecución del proyecto están más vinculados al rol de monitora del grupo, ya que al trabajar con niños se debe ser paciente, recursivo y estar preparado para solucionar los imprevistos de una forma adecuada, más aún si se está trabajando en habilidades sociales, debido a que el monitor pasa a ser un referente para los mismos.

A lo largo del proyecto de intervención se presentaron diversas situaciones y acontecimientos que son constituyentes de la experiencia adquirida, con respecto a las experiencias positivas en su mayoría se dieron con el grupo de trabajo, donde a lo largo de las sesiones se pudo apreciar la evolución que tuvieron los niños y aunque en algunos participantes parecía menos evidente el impacto del proyecto, se halló que agentes externos al grupo si consideraban que había cambios positivos en los mismos, un ejemplo de ello son los comentarios de los compañeros de clase y de la docente a cargo, que señalaban de que la intervención si tuvo influencia en los participantes. En cambio, la experiencia negativa está muy ligada a algunos padres de los participantes, que decidieron no involucrarse en el proceso de sus hijos, mostrando desinterés por el desarrollo de los mismos.

El proyecto de intervención generó como productos el diseño de un programa de entrenamiento en habilidades sociales para el manejo de emociones, materiales de trabajo elaborados por la autora y el presente informe de sistematización de la experiencia, el cual puede servir de referencia para proyectos de intervención similares.

El objetivo del proyecto de intervención era el diseño de un programa que ayude a los estudiantes a mejorar sus habilidades sociales para el manejo de emociones, el cual, si

se pudo realizar y aplicar a un grupo de estudiantes del quinto año de básica de la Escuela “Ruperto Alarcón Falconí”, a quienes se les entrenó durante 10 sesiones para fortalecer la capacidad de gestión emocional y brindarles herramientas para desarrollar habilidades sociales apropiadas, conversacionales y de resolución de conflictos.

Finalmente, se considera que un elemento de riesgo es la ausencia de los padres, quienes realizan largas jornadas laborales y dedican muy poco tiempo a sus hijos, esta situación se evidenció en algunos participantes del proyecto quienes suelen pasar mucho tiempo solos y pueden estar expuestos a peligros potenciales sin que sus padres se den cuenta, por lo que este es un factor que puede dificultar el mantenimiento y prolongación en el tiempo de los resultados alcanzados por el proyecto.

Conclusiones

1. La experiencia de trabajar en grupo con niños y coordinar las acciones a realizarse dentro del mismo, fue una tarea que demando responsabilidad y preparación previa tanto teórica como práctica, siendo el espacio de tutorías un recurso indispensable para un mejor comprensión y manejo del entrenamiento en habilidades sociales.

2. La experiencia de entrenar en habilidades sociales a niños escolares ha influido significativamente en la formación de la autora, debido a hubo un periodo previo de aprendizaje sobre la Terapia Cognitivo-conductual, la Teoría del Aprendizaje social de Bandura, el Entrenamiento en habilidades sociales y otras técnicas recomendadas para esta temática.

3. La experiencia de la intervención grupal permitió conocer y trabajar con distintas técnicas cognitivo-conductuales como: economía de fichas, relajación muscular y autógena, imaginación creativa y autoinstrucciones con conductas prosociales (instrucciones, modelado y ensayo conductual), estas técnicas se consideran también un aporte significativo para la formación profesional de la autora.

4. Los elementos que se consideran pueden ser útiles para otros proyectos con la misma temática o forma de intervención son: que las técnicas cognitivo-conductuales deben ser seleccionadas en función de las características de los participantes y lo que se busca lograr con la técnica, es importante que la técnica se apropiada para la edad y número de participantes, ya que esto va a favorecer la participación. También es de utilidad cuando se trabaja con niños

el empleo de la técnica “Economía de Fichas”, la cual permite tener un mayor control sobre el grupo y a la vez ayuda a reforzar determinar conductas.

5. Los factores que optimizaron la asistencia de los participantes, basado en la experiencia del programa de entrenamiento en habilidades sociales, fueron: el interés individual y la aprobación de los compañeros del grupo de trabajo, dado que un participante que no es aceptado por el grupo y no está interesado en el mismo, va a resistirse a asistir al mismo y por ende se deberán emprender otras acciones con dicho participante.

6. Los factores que intervienen en el nivel de participación e interés de los participantes, basado en la experiencia del programa de entrenamiento en habilidades sociales, fueron: el tipo de actividad, si la misma favorece la interacción entre participantes y el rol de la autora. Las actividades recreativas recibieron mayor aceptación del grupo de trabajo, lo cual puede deberse a las características de los participantes del mismo (niños de edad escolar), además de que estas actividades admitían la realización de variantes para fomentar la participación de todo el grupo. Con respecto al rol de la autora, es posible decir que aportó más al interés y participación de la actividad, cuando la misma tuvo una participación activa en el desarrollo de la misma, que cuando se limitaba a dar instrucciones.

7. Los factores que inciden en la generación de adherencia al programa de entrenamiento en habilidades sociales, basado en la experiencia de intervención fueron la construcción de un ambiente de trabajo agradable y seguro que motive a los participantes a seguir asistiendo y colaborando. También las condiciones ambientales son un factor a considerar, ya que, si el

espacio físico donde se lleva a cabo las sesiones grupales cuenta con varios elementos distractores, el desempeño de los participantes será menor, en comparación con ambientes libres de distractores.

8. Una técnica que contribuyo a la generación de adherencia al programa de entrenamiento fue la “Economía de Fichas”, ya que se combinó con la estrategia de acumulación de puntos cada sesión, los cuales al ser sumados podrán ser canjeados por premios que sean del agrado de los participantes, siendo también un factor fomenta la asistencia y la participación.

9. Tras la realización del programa de entrenamiento en habilidades sociales se concluye que la intervención si contribuyo a mejorar las habilidades sociales de los participantes, principalmente las habilidades de gestión emocional, de solución de problemas, asertividad y habilidades relacionales-conversacionales, mismas que fueron trabajadas a lo largo del programa diseñado.

Recomendaciones

1. Se recomienda que, al diseñar un programa de entrenamiento en habilidades sociales, se trabaje con dos o tres de las variables ya establecidas por los reactivos psicométricos, porque esto permite planificar el número de sesiones y seleccionar las técnicas que permitan desarrollar la habilidad deficiente.

2. Se recomienda que, el lugar donde se lleven a cabo las sesiones, principalmente con niños, este libre de agentes distractores, ya que pueden interferir en el desarrollo de las actividades y obstaculizar el proceso.

3. En el trabajo con niños y niñas se recomienda ser objetivo en las instrucciones que se emitan, empleando un lenguaje sencillo y un vocabulario que sea comprensible para la edad de desarrollo de los participantes.

4. Si se presentan dificultades en algunos participantes sobre todo en el aprendizaje de alguna técnica, se recomienda reforzar la enseñanza con la creación de una sesión extra si son varios los participantes que no pueden realizar la actividad. También es una opción la realización de sesiones individuales donde el participante aprende de forma más personalizada, cabe mencionar que estas sesiones también pueden ser de ayuda cuando un participante no tiene un buen desempeño a nivel grupal.

Lista de Referencias

Álvarez García, I. (2004). *Planificación y Desarrollo de Proyectos Sociales y Educativos.* Mexico: Limusa.

Caballo, V. (1993). *Manual de Evaluación y Entrenamiento de las Habilidades Sociales.* Madrid: Siglo XXI.

Caballo, V. (1998). *Manual de Tecnicas de Terapia y Modificación de Conducta.* Madrid: Siglo XXI.

Cáceres, D. (Octubre de 2016). Diseño de Proyecto de Intervención. *Programa para el mejoramiento de las habilidades sociales en el manejo de emociones con los estudiantes de la Escuela Fiscal Rumiñahui de la parroquia de Cotogchoa*.

Labrador, F., Cruzado, J. A., & Muñoz, M. (1997). *Manual de Técnicas de Modificación de Conducta y Terapia de Conducta.* Madrid: Piramides, S.A.

Matson, J. (1994). *Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters: Manual.* Worthington, Ohio: IDS Publishing Corporation.

Miguel, P. d. (2014). Enseñanza de habilidades sociales de interacción social en niños con riesgo de exclusión. *Revista de Psicología Clinica con Niños y Adolescentes*, 17-26.

Monjas, M. I. (2000). *Programa de Enseñanza de Habilidades de Interacción Social (PEHIS) para Niños y Niñas en Edad Escolar.* Madrid: CEPE.

Monjas, M. I., & González, B. d. (2000). *Las habilidades sociales en el currículo.* España: Centro de Investigación y Documentación Educativa.

Ríos, G. (25 de Febrero de 2013). *Tesis sobre inteligencia emocional.* Obtenido de SlideShare: http://es.slideshare.net/gracielarios/tesis-sobre-inteligencia-emocional

Sampieri Hernández, R., Fernández-Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2006). *Metodología de la Investigación* . México: McGraw-Hill/Interamericana Editores. S.A.

Trianes, M. V., Blanca, M. J., Muñoz, A., García, B., Cardelle-Elawar, M., & Infante, L. (2002). Relaciones entre evaluadores de la competencia social en preadolescentes: Profesores, iguales y autoinformes. *Anales de Psicología*, 197-214.

ANEXOS

Anexo 1. Consentimiento Informado

Consentimiento de Participación en el "Programa para el mejoramiento de las habilidades sociales en el manejo de emociones"

Yo_____ representante de _____ estudiante de la Escuela de Educación Básica "Ruperto Alarcón Falconí", una vez informado(a) de las condiciones y beneficiarios del proyecto, aprueba la participación voluntaria de mi representado.

Firma del Representante

_____

C.I. _____

Anexo 2. Registro de Sesión de Tutorías

Tutorías – Docente Mario Márquez		
Fecha	**Tema**	**Firma**

Anexo 3. Lista de Asistencia de los Participantes

No.	Participantes	Talleres									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											

Anexo 4. Registro de Economía de Fichas

ECONOMÍA DE FICHAS		
Participante	**Puntos ganados en la Sesión**	**Total Puntos Acumulados**

Anexo 5. Auto-registro de Relajación

REGISTRO DE RELAJACIÓN **Nombre:** **Edad:**				
FECHA	**HORA**	**ANTES (0-10) Tensión o Ansiedad**	**DESPUÉS (0-10) Tensión o Ansiedad**	**OBSERVACIONES**

Anexo 6. Material fotográfico de los productos manuales

Dibujos de los participantes – Técnica “Lugar Seguro”

Origami “Ranita Saltarina” – Técnica Autoinstrucciones

Anexo 7. Registro de Tareas Conductuales

Comportamiento alternativo para evitar peleas cuando me ponen apodos.

Lista de pasos:

1. Respiro profundamente
2. Miro a la persona que me molesta y le digo: Mi nombre es_____
3. Continuo con lo que estaba haciendo
4. Me felicito a mí mismo por no pelear

Comportamiento alternativo para evitar interrumpir la clase y molestar a un compañero.

Lista de pasos:

1. Respiro profundamente y pienso en algo bonito
2. Ignoro a mis compañeros
3. Voy a quedarme en mi lugar
4. Pongo atención a las clases
5. Me felicito por no haber interrumpido la clase

Comportamiento alternativo para evitar peleas cuando me empujan o golpean.

Lista de pasos:

1. Me tranquilizo, respirando profundamente o pensando en algo bonito
2. Miro a la persona que me empuja y le digo: No me molestes, por favor (sin alzar la voz o gritar)
3. Me alejo e ignoro a la persona que me molesto
4. Continúo haciendo mis actividades
5. Me doy animo por no haber continuado una pelea

En caso de que la persona me siga molestando y ya hice los pasos por segunda vez:

6. Le aviso a un adulto
7. Me felicito por hacer lo correcto y no pelear

Anexo 8. Reactivos aplicados

Cuestionario de Habilidades de Interacción Social (CHIS) – Inés Monjas

CUESTIONARIO DE HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL
(Versión autoinforme)
(Monjas, 1994)

Nombre.....Apellidos.....
Centro..... Curso..... Fecha..... .....

NSTRUCCIONES:

Por favor, lee cuidadosamente cada enunciado y rodea con un círculo el número que mejor describa el funcionamiento interpersonal del niño, niña o adolescente, teniendo en cuenta las siguientes calificaciones:

1. Significa que el niño, niña o adolescente no hace la conducta — Nunca
2. Significa que el niño, niña o adolescente no hace la conducta — Casi nunca
3. Significa que el niño, niña o adolescente hace la conducta — Bastantes veces
4. Significa que el niño, niña o adolescente hace la conducta — Casi siempre
5. Significa que el niño, niña o adolescente hace la conducta — Siempre

1. Soluciono por mí mismo/a los conflictos que se me plantean con las personas adultas	1 2 3 4 5
2. Cuando tengo un problema con otros chicos y chicas, después de poner en práctica la solución elegida, evalúo los resultados obtenidos.	1 2 3 4 5
3. Me digo a mí mismo/a cosas positivas.	1 2 3 4 5
4. Alabo y digo cosas positivas y agradables a las personas adultas.	1 2 3 4 5
5. Defiendo y reclamo mis derechos ante las y los demás.	1 2 3 4 5
6. Saludo de modo adecuado a otras personas.	1 2 3 4 5
7. Expreso y defiendo adecuadamente mis opiniones.	1 2 3 4 5
8. Ante un problema con otros chicos y chicas, elijo una solución efectiva y justa para las personas implicadas.	1 2 3 4 5
9. Respondo correctamente a las peticiones y sugerencias de las personas adultas.	1 2 3 4 5
10. Respondo adecuadamente a las emociones y sentimientos agradables y positivos de los y las demás (felicitaciones, alegría…).	1 2 3 4 5
11. Ayudo a otros chicos y chicas en distintas ocasiones.	1 2 3 4 5
12. Cuando tengo un problema con otros chicos y chicas, me pongo en su lugar y busco soluciones.	1 2 3 4 5
13. Me río con otras personas cuando es oportuno.	1 2 3 4 5
14. Cuando tengo un problema con una persona adulta, me pongo en su lugar y trato de solucionarlo.	1 2 3 4 5
15. Pido ayuda a otras personas cuando lo necesito.	1 2 3 4 5
16. Inicio y termino conversaciones con personas adultas.	1 2 3 4 5
17. Respondo adecuadamente cuando las personas con las que estoy hablando quieren terminar la conversación.	1 2 3 4 5
18. Respondo correctamente cuando las personas adultas se dirigen a mí de modo amable y educado.	1 2 3 4 5
19. Hago alabanzas y digo cosas positivas a otros chicos y chicas.	1 2 3 4 5
20. Respondo adecuadamente a las emociones y sentimientos desagradables y negativos de los y las demás (críticas, enfado, tristeza…).	1 2 3 4 5
21. Respondo correctamente cuando otro/a chico/a me pide que juegue o realice alguna actividad con él/ella.	1 2 3 4 5
22. Respondo adecuadamente cuando otras personas me saludan.	1 2 3 4 5
23. Cuando me relaciono con las personas adultas, soy cortés y educado/a.	1 2 3 4 5
24. Pido favores a otras personas cuando necesito algo.	1 2 3 4 5
25. Coopero con otros chicos y chicas en diversas actividades y juegos (participo, doy sugerencias, animo, etc.).	1 2 3 4 5
26. Sonrío a las demás personas en las situaciones adecuadas.	1 2 3 4 5
27. Expreso adecuadamente a las demás personas mis emociones y sentimientos agradables y positivos (felicidad, placer, alegría…).	1 2 3 4 5
28. Cuando tengo un conflicto con otros chicos y chicas, preparo cómo voy a poner en práctica la solución elegida.	1 2 3 4 5
29. Hago peticiones, sugerencias y quejas a las personas adultas.	1 2 3 4 5
30. Cuando tengo un problema con otros chicos y chicas, pienso en las consecuencias de lo que puedo hacer para solucionarlo.	1 2 3 4 5
31. Respondo adecuadamente cuando otras personas me hacen alabanzas, elogios y cumplidos.	1 2 3 4 5
32. Comparto mis cosas con los otros chicos y chicas.	1 2 3 4 5
33. Tengo conversaciones con las personas adultas.	1 2 3 4 5
34. Cuando hablo con otra persona, escucho lo que me dice, respondo a lo que me pregunta y digo lo que yo pienso y siento.	1 2 3 4 5
35. Cuando charlo con otros chicos y chicas, termino la conversación de modo adecuado.	1 2 3 4 5

36. Respondo adecuadamente cuando otros chicos y chicas se dirigen a mí de modo amable y educado. 1 2 3 4 5
37. Me junto con otros chicos y chicas que están jugando o realizando una actividad. 1 2 3 4 5
38. Expreso adecuadamente a las demás personas mis emociones y sentimientos desagradables y negativos (tristeza, enfado, fracaso…). 1 2 3 4 5
39. Respondo adecuadamente cuando otros chicos y chicas quieren entrar en nuestra conversación. 1 2 3 4 5
40. Soy sincero/a cuando alabo y elogio a las personas adultas. 1 2 3 4 5
41. Respondo adecuadamente cuando otros chicos y chicas quieren iniciar una conversación conmigo. 1 2 3 4 5
42. Cuando quiero solucionar un problema que tengo con otros chicos y chicas, trato de elegir la mejor solución. 1 2 3 4 5
43. Me presento ante otras personas cuando es necesario. 1 2 3 4 5
44. Respondo de modo apropiado cuando otros chicos y chicas quieren unirse conmigo a jugar o a realizar una actividad. 1 2 3 4 5
45. Hago favores a otras personas en distintas ocasiones. 1 2 3 4 5
46. Me uno a la conversación que tienen otros chicos y chicas. 1 2 3 4 5
47. Respondo adecuadamente cuando otras personas defienden sus derechos. 1 2 3 4 5
48. Expreso desacuerdo con otras personas cuando es oportuno. 1 2 3 4 5
49. Cuando tengo un problema con otros chicos y chicas, trato de buscar las causas que lo motivaron. 1 2 3 4 5
50. Cuando tengo una conversación con otras personas, participo activamente (cambio de tema, intervengo en la conversación, etc.). 1 2 3 4 5
51. Identifico los problemas que me surgen cuando me relaciono con otros chicos y chicas. 1 2 3 4 5
52. Ante un problema con otros chicos y chicas, busco muchas soluciones. 1 2 3 4 5
53. Inicio conversaciones con otros chicos y chicas. 1 2 3 4 5
54. Cuando tengo un problema con otros chicos y chicas, pienso en las consecuencias de lo que hagan los de más para solucionarlo. 1 2 3 4 5
55. Inicio juegos y otras actividades con otros chicos y chicas. 1 2 3 4 5
56. Expreso cosas positivas de mí mismo/a ante otras personas. 1 2 3 4 5
57. Presento a otras personas que no se conocen entre sí. 1 2 3 4 5
58. Cuando hablo con un grupo de chicos y chicas, participo de acuerdo a las normas establecidas. 1 2 3 4 5
59. Cuando me relaciono con otros chicos y chicas, pido las cosas por favor, digo gracias, me disculpo, etc. 1 2 3 4 5
60. Cuando tengo una conversación en grupo, intervengo cuando es necesario y lo hago de modo correcto. 1 2 3 4 5

PUNTUACIONES	Subesc. 1	Subesc. 2	Subesc. 3	Subesc. 4	Subesc. 5	Subesc. 6	Puntuación total
Puntuación directa							
Puntuación típica							
Percentil							

Escala Matson para la evaluación de Habilidades Sociales con Jóvenes (MESSY) – Johnny Matson

ESCALA MESSY PARA EL ALUMNO

Nombre: ……Curso: ……
Centro: …… Profesor: …….

Rodea con un circulo el número que mejor represente si la frase describe tu forma de ser o comportarte generalmente. Tomando en cuenta que en la escala:
1= Nunca 2= Pocas veces 3= A veces 4= Casi siempre 5= Siempre

1. Suelo hacer reír a los demás.	1	2	3	4	5
2. Amenazo a la gente o me porto como un abusador.	1	2	3	4	5
3. Me enfado con facilidad.	1	2	3	4	5
4. Soy un mandón (le digo a la gente lo que tiene que hacer en lugar de preguntar/	1	2	3	4	5
pedir).	1	2	3	4	5
5. Critico o me quejo con frecuencia.	1	2	3	4	5
6. Interrumpo a los demás cuando están hablando.	1	2	3	4	5
7. Cojo cosas que no son mías sin permiso.	1	2	3	4	5
8. Me gusta presumir ante los demás de las cosas que tengo.	1	2	3	4	5
9. Miro a la gente cuando hablo con ella.	1	2	3	4	5
10. Tengo muchos amigos/as.	1	2	3	4	5
11. Pego cuando estoy furioso.	1	2	3	4	5
12. Ayudo a un amigo que está herido.	1	2	3	4	5
13. Doy ánimo a un amigo que está triste.	1	2	3	4	5
14. Miro con desprecio a otros niños.	1	2	3	4	5
15. Me enfado y me pongo celoso cuando a otras personas les va bien las cosas.	1	2	3	4	5
16. Me siento feliz cuando otra persona está bien.	1	2	3	4	5
17. Me gusta sacar defectos y fallos a los demás.	1	2	3	4	5
18. Siempre quiero ser el primero.	1	2	3	4	5
19. Rompo mis promesas.	1	2	3	4	5
20. Alabo a la gente que me gusta.	1	2	3	4	5
21. Miento para conseguir algo que quiero.	1	2	3	4	5
22. Molesto a la gente para enfadarla.	1	2	3	4	5
23. Me dirijo a la gente y entablo conversación.	1	2	3	4	5
24. Digo "gracias" y soy feliz cuando la gente hace algo por mí.	1	2	3	4	5
25. Me gusta estar solo.	1	2	3	4	5
26. Temo hablarle a la gente.	1	2	3	4	5
27. Guardo bien los secretos.	1	2	3	4	5
28. Sé cómo hacer amigos.	1	2	3	4	5
29. Hiero los sentimientos de los demás a conciencia.	1	2	3	4	5
30. Me burlo de los demás.	1	2	3	4	5
31. Doy la cara por mis amigos.	1	2	3	4	5
32. Miro a la gente cuando está hablando.	1	2	3	4	5
33. Creo que lo sé todo.	1	2	3	4	5
34. Comparto lo que tengo con otros.	1	2	3	4	5
35. Soy testarudo.	1	2	3	4	5

36. Actúo como si fuera mejor que los demás.	1	2	3	4	5
37. Muestro mis sentimientos.	1	2	3	4	5
38. Pienso que la gente me critica cuando en realidad no lo hace.	1	2	3	4	5
39. Hago ruidos que molestan a los otros (eructar, sonarse, ...).	1	2	3	4	5
40. Cuido las cosas de los demás como si fueran mías.	1	2	3	4	5
41. Hablo demasiado fuerte.	1	2	3	4	5
42. Llamo a la gente por sus nombres.	1	2	3	4	5
43. Pregunto si puedo ayudar.	1	2	3	4	5
44. Me siento bien si ayudo a alguien.	1	2	3	4	5
45. Intento ser mejor que los demás.	1	2	3	4	5
46. Hago preguntas cuando hablo con los demás.	1	2	3	4	5
47. Veo a menudo a mis amigos.	1	2	3	4	5
48. Juego solo.	1	2	3	4	5
49. Me siento solo.	1	2	3	4	5
50. Me pongo triste cuando ofendo a alguien.	1	2	3	4	5
51. Me gusta ser el líder.	1	2	3	4	5
52. Participo en los juegos con otros niños.	1	2	3	4	5
53. Me meto en peleas con frecuencia.	1	2	3	4	5
54. Me siento celoso de otras personas.	1	2	3	4	5
55. Hago cosas buenas por la gente que se porta bien conmigo.	1	2	3	4	5
56. Pregunto a los demás cómo están, qué hacen...	1	2	3	4	5
57. Me quedo en casa de la gente tanto tiempo, que casi me tienen que echar.	1	2	3	4	5
58.Explico las cosas más veces de las necesarias.	1	2	3	4	5
59. Me río de los chistes e historias divertidas que cuentan los demás.	1	2	3	4	5
60. Pienso que ganar es lo más importante.	1	2	3	4	5
61. Suelo molestar a mis compañeros porque les tomo el pelo.	1	2	3	4	5
62. Me vengo de quien me ofende.	1	2	3	4	5