

UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

SEDE QUITO

CARRERA:

PSICOLOGÍA

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

PSICÓLOGO.

TEMA:

**INTERVENCIÓN EN HABILIDADES SOCIALES CON TÉCNICAS COGNITIVO-
CONDUCTUALES PARA MITIGAR LA SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA EN
ADOLESCENTES EN CONDICIÓN DE ABANDONO TEMPRANO
PERTENECIENTES AL PROGRAMA ACCIÓN GUAMBRAS, (CENTRO DE
REFERENCIA MI PATIO) EN EL PERIODO COMPRENDIDO ENTRE ABRIL 2021-
JULIO 2021.**

AUTORES:

CARLOS ANDRÉS OSCULLO GUALLASAMIN

KAROLINA ELIZABETH YELA YELA

TUTOR: MARIO ARTURO MÁRQUEZ TAPIA

Quito, enero del 2022

Cesión de derechos de autor

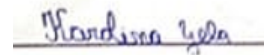
Nosotros, CARLOS ÁNDRES OSCULLO GUAYASAMÍN, con documento de identificación N° 1723038145 y KAROLINA YELA, con documento de identificación N° 1724924756 manifestamos nuestra voluntad y cedemos a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que somos autores del trabajo de titulación intitulado: “INTERVENCIÓN EN HABILIDADES SOCIALES CON TÉCNICAS COGNITIVO-CONDUCTUALES PARA MITIGAR LA SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA EN ADOLESCENTES EN CONDICIÓN DE ABANDONO TEMPRANO PERTENECIENTES AL PROGRAMA ACCIÓN GUAMBRAS, (CENTRO DE REFERENCIA MI PATIO) EN EL PERIODO COMPRENDIDO ENTRE ABRIL 2021- JULIO 2021”. mismo que ha sido desarrollado para optar por el título de: psicólogas 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 nuestra condición de autores nos reservamos los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia, suscribimos este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.



Carlos Andrés Oscullo Guayasamín

1723038145



Karolina Elizabeth Yela Yela

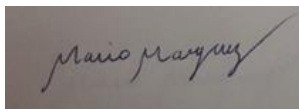
1723038145

Quito, enero del 2022

Declaratoria de coautoría del docente tutor

Yo declaro que bajo mi dirección y asesoría fue desarrollado el Trabajo de Titulación “INTERVENCIÓN EN HABILIDADES SOCIALES CON TÉCNICAS COGNITIVO-CONDUCTUALES PARA MITIGAR LA SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA EN ADOLESCENTES EN CONDICIÓN DE ABANDONO TEMPRANO PERTENECIENTES AL PROGRAMA ACCIÓN GUAMBRAS, (CENTRO DE REFERENCIA MI PATIO) EN EL PERIODO COMPRENDIDO ENTRE ABRIL 2021- JULIO 2021”, realizado por CARLOS ÁNDRES OSCULLO GUAYASAMÍN y KAROLINA ELIZABETH YELA YELA, obteniendo un producto que cumple con todos los requisitos estipulados por la Universidad Politécnica Salesiana, para ser considerados como trabajo final de titulación.

Quito, enero del 2022



Mario Márquez T.

170821930-6

Docente Tutor

Carta de autorización

Quito, 31 de marzo del 2021

PADRE NAÚN TAPIA, SDB,

Director De La Fundación Proyecto Salesiano Zona Norte

Presente.-

De mis consideraciones:

Nosotros, CARLOS ANDRÉS OSCULLO GUALLASAMIN con CI 1723038145 Y KAROLINA ELIZABETH YELA YELA con CI 1724924756, estudiante de la Carrea de Psicología de la Universidad Politécnica Salesiana, solicitamos a usted la autorización del desarrollo, uso y publicación del proyecto de intervención cuyo tema es:

Intervención en habilidades sociales con técnicas cognitivo conductuales para mitigar la sintomatología depresiva en adolescentes en condición de abandono temprano pertenecientes al Programa Acción Guambras, (centro de referencia MI Patio) en el periodo comprendido entre abril 2020- julio 2021

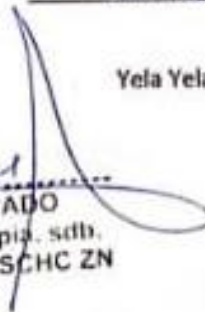
Atentamente,



Oscullo Guallasamin Carlos Andrés



Yela Yela Karolina Elizabeth



APROBADO
P. Naun Tapia, sdb.
Director FPSCHC ZN

Declaratoria

Dentro de este recorrido de mi vida aprendí que hay personas en las cuales vale la pena confiar, amar. Encontré que poseer varias destrezas y habilidades pueden ser muy útiles en mi desempeño individual pero que siempre podré obtener algo mejor con la compañía de la persona adecuada.

Andrés

Este trabajo está dedicado a todo el público en general, particularmente a mis amigos con quienes tuve el privilegio de compartir varias experiencias.

Además, quiero extender de manera especial esta dedicatoria a mi familia, mi padre, mi mamá y mi hermano, ya que fueron ellos quienes después de todos los momentos vividos, siempre me alentaron a seguir adelante y cumplir una de varias metas en mi vida.

Karolina

Agradecimientos

Sí muero aquí será porque no estuve destinado a llegar más lejos. Es así como este trabajo es también el resultado del reconocimiento y apoyo de las personas que nos estiman, motivo que nos genera fuerza para continuar en este proceso de crecimiento como persona y como profesional.

Gracias a mi madre por su apoyo incondicional en mi proceso de formación, porque de ella aprendí el valor del trabajo duro y de la perseverancia en los momentos difíciles de mi vida.

Un agradecimiento especial de ambos autores al Dr. Mario Márquez por sus enseñanzas y experiencia impartida en el transcurso de nuestro periodo universitario.

Andrés

Agradezco el esfuerzo realizado por mis padres y por cada una de las personas que influyeron en este proceso de aprendizaje, que hoy me deja la satisfacción de tener una de mis metas cumplidas.

Karolina

Índice de contenido

Resumen.....	11
Abstract	1
Introducción	1
Primera parte.	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.....	12
7. Organización y procesamiento de la información.....	13
8. Análisis de la información.....	28
Segunda parte	30
1. Justificación.....	30
2. Caracterización de los beneficiarios.....	32
3. Interpretación	33
4. Principales logros del aprendizaje.....	63
Conclusiones	66
Recomendaciones.....	69
Lista de referencias	70

Índice de tablas

Tabla 1	13
Tabla 2	14
Tabla 3	18
Tabla 4	20
Tabla 5	23
Tabla 6	25
Tabla 7	26
Tabla 8	27
Tabla 9	32
Tabla 10.	40
Tabla 11.	41
Tabla 12	43
Tabla 13	46
Tabla 14	47
Tabla 15	48
Tabla 16	49

Índice de ilustraciones

Ilustración 1.	34
Ilustración 2.	34
Ilustración 3.	35
Ilustración 4.	36
Ilustración 5.	37
Ilustración 6.	39
Ilustración 7.	45

Índice de anexos

Anexo 1	72
Anexo 2	73
Anexo 3	76
Anexo 4	77
Anexo 5	80
Anexo 6	81
Anexo 7	82
Anexo 8	83
Anexo 9	84
Anexo 10	85
Anexo 11	86
Anexo 12	87
Anexo 13	88

Resumen

El presente trabajo propone la importancia del uso de técnicas cognitivo-conductuales enfocadas en mejorar habilidades sociales y disminuir sintomatología depresiva en una población adolescente en condición de abandono. Las tendencias agresivas de los adolescentes del Centro de Referencia Mi Patio afectan el rendimiento y comportamiento escolar y social según la revisión de fichas socioeconómicas pertenecientes a la institución y la aplicación de la encuesta sociodemográfica, por lo tanto, se pretende demostrar la eficacia del programa de entrenamiento a través del enfoque cognitivo conductual basado en la técnica de modelado de Bandura y el aprendizaje estructurado de habilidades sociales de Goldstein para superar cuadros de agresividad verbal, física y problemas de comunicación entre pares. El eje de sistematización del proyecto constó de 16 sesiones grupales, con encuentros de una hora aproximadamente por semana, y tomando en cuenta las siguientes fases: evaluación, intervención y cierre. Para tal proyecto, se seleccionó a 12 adolescentes, donde se emplearon test psicométricos que determinaron las variables a intervenir (depresión y habilidades sociales), como son: Escala de Depresión de Beck (BDI II) (Beck, 1961) y la Escala de habilidades sociales (Goldstein y otros, 1978). Se logró una reducción en los síntomas manifestados y cambios de conducta en los adolescentes, aumentando así su bienestar psicológico que fue comprobado a través de los resultados de un análisis estadístico pre vs post intervención.

Palabras Clave: Entrenamiento, habilidades sociales, intervención, sintomatología depresiva, técnicas cognitivo-conductuales.

Abstract

This paper proposes the importance of the use of cognitive-behavioral techniques focused on improving social skills and reducing depressive symptoms in an abandonment condition adolescent's population. The aggressive tendencies of the adolescents from Centro de referencia Mi Patio and social performance and behavior according to the results of the sociodemographic survey applied, therefore, it is intended to demonstrate the effectiveness of the training program to overcome verbal and physical aggressiveness and communication problems among peers. Based on the cognitive-behavioral approach of Bandura's modeling technique and Goldstein's structured learning of social skills. The systematization axis of the project consisted of 16 group sessions, with meetings of approximately one hour per week, and taking into account the following phases: evaluation, intervention and closing, intervention and closure. For this project, 12 adolescents were selected, where psychometric tests were used to determine the variables to be intervened (depression and social skills), such as: Beck Depression Scale (BDI II) (Beck, 1961) and the Social Skills Scale (A. Goldstein & col. 1978). A reduction in the manifested symptoms and behavioral changes in the adolescents was achieved, thus increasing their psychological well-being, which was verified through the results of a pre vs. post intervention statistical analysis.

Key words: Depressive symptomatology, intervention, social skills, training, cognitive-behavioral techniques.

Introducción

El presente proyecto de intervención se divide en dos partes: El primero consiste en conocer la realidad sociocultural de los beneficiarios del programa de entrenamiento, institución que brinda ayuda social a menores de escasos recursos y en situación de calle que presentan conductas agresivas, depresivas, pérdida de interés, bajo control de impulsos y dificultades de interacción entre pares según información brindada por parte del establecimiento.

Los objetivos del proyecto fueron evaluar y determinar el nivel de sintomatología depresiva a través del inventario de Beck, por lo cual se planeó intervenir a este problema mediante un plan de intervención guiado por técnicas cognitivo-conductuales.

La segunda parte se fundamenta por los aportes de Arnold Goldstein, el cual habla de la importancia de poseer conductas socialmente habilidosas, de manera que un adolescente que disponga de conductas apropiadas supone un aparente aporte esencial para el desarrollo de su aprendizaje y a la prevención de conductas antisociales. En cuanto a las habilidades sociales a entrenar se han tomado a partir de la puntuación más bajas obtenidas tras la aplicación del cuestionario de habilidades sociales.

Donde la experiencia alcanzada por los autores del proyecto de intervención para disminuir sintomatología depresiva en adolescentes al parecer fue enseñar a usar y mejorar destrezas en interacciones interpersonales, las cuales presentaron algunos beneficios interpretados de manera cuantitativa y cualitativa a partir de la información recolectada.

Primera parte.

1. Datos informativos del proyecto

1.1 Nombre del proyecto:

Intervención en prácticas sociales hábiles con método cognitivo-conductuales para mitigar la sintomatología depresiva en adolescentes en condición de abandono temprano pertenecientes al programa de acción social (CRMP) en el periodo comprendido entre abril 2021- julio 2021.

1.2 Nombre de la institución:

Centro Referencial (MP), del sistema salesiano Ecuador (PSE).

1.3 Tema que aborda la experiencia.

Afianzar conductas socialmente habilidosas para mitigar sintomatología depresiva en adolescentes en condición de abandono temprano, para un mejor manejo de sus emociones y conductas utilizando alternativas aprendidas durante los talleres.

1.4 Localización

(CRMP), del sistema salesiano Ecuador (PSE), se encuentra en la parroquia de Chillogallo, de la administración zonal Quitumbe, del distrito metropolitano de Quito (DMQ) del Ecuador.

2. Objetivo de la sistematización

Los objetivos de la sistematización son:

- 2.1. Generar mayor conocimiento a través de la experiencia obtenida tras la ejecución del programa de entrenamiento en habilidades sociales para mitigar sintomatología depresiva.
- 2.2. Conocer cualidades, características y limitaciones del uso dado a las estrategias cognitivas conductuales utilizadas para afrontar las distintas situaciones.
- 2.3. Lograr influir de manera positiva en las políticas institucionales, demostrando la necesidad e importancia de mantener un departamento de psicología permanente en las instalaciones del centro de referencia “mi patio”.
- 2.4. Evaluar la experiencia del proceso de formación de los facilitadores y su incidencia en los participantes del proyecto, tanto a nivel individual como grupal.

3. Eje de la sistematización

Se tomará como eje de sistematización el marco conceptual de referencia y el análisis y organización de las actividades realizadas por los autores del programa de entrenamiento en habilidades sociales para mitigar sintomatología depresiva, durante las sesiones grupales trabajadas con los adolescentes favorecidos (6 hombres y 6 mujeres entre 13 a 17 años).

Integran en este eje como conceptos claves los de: adolescencia, habilidades sociales, aprendizaje vicario, técnicas y tratamiento cognitivo conductual, manifestaciones depresivas y experiencia de abandono en infantes.

El aprendizaje vicario está basado en una situación social en la que al menos participan una persona como observadora y un modelo; o, el modelo, que realiza una conducta determinada y el sujeto que realiza la observación de dicha conducta; esta observación determina el aprendizaje, a diferencia del aprendizaje por condicionamiento skinneriano, en el aprendizaje social el que aprende no recibe refuerzo directo, sino que éste recae en todo caso en el modelo; aquí el que aprende lo hace por imitación de conducta a quién recibe el refuerzo. (Bandura, 1969, pág. 5)

Los niños en situación de abandono viven un vacío de vínculos relacionales, simbólicos-culturales, que los hace permanecer con formas primarias de lo humano, repitiendo actos cargados de violencia y sufrimiento o, formas estereotipadas y vacías de sentido que muestran la impotencia de su ser. Se evidencia en estos niños una carencia profunda en el reconocimiento de sí como sujetos de valor que se deben a sí mismos, un lugar digno en las relaciones. Igualmente, se les reconoce en su dificultad para establecer vínculos basados en valores éticos propios, que se anuden a los valores sociales y culturales. (Villalobos, 2006, pág. 16)

4. Objeto de la sistematización

La experiencia de la implementación y ejecución de 15 sesiones grupales realizadas dos veces por semana en las instalaciones de la institución mencionada, en el periodo abril 2021- julio 2021, para el entrenamiento en habilidades sociales para mitigar sintomatología depresiva con técnicas cognitivo-conductuales en adolescentes en condición de abandono del centro de referencia “mi patio”.

5. Metodología de la sistematización

En la sistematización de la experiencia se utilizarán en el presente trabajo las siguientes herramientas:

5.1. Encuesta sociodemográfica.

En el proceso de sistematización y organización del material la encuesta fue concebida desde su inicio como una idea la cual guio el proyecto. Los datos para el proyecto de intervención se obtuvieron mediante la revisión de fichas socioeconómicas pertenecientes a la institución y la

aplicación de una encuesta sociodemográfica diseñada ad hoc. Y para conocer aspectos relacionados a su dinámica familiar. Se decidió la aplicación preliminar de una encuesta piloto a 3 adolescentes que forman parte del proyecto salesiano, pero no del grupo diana de intervención y posteriormente se realizó el debriefing de la encuesta.

Así, se aplicó una encuesta estructurada de 15 preguntas cerradas, con el objetivo de caracterizar el grupo de investigación y que proporcionen información de la situación actual de los participantes. Las temáticas abordadas en la encuesta fueron: sexo, edad, escolaridad, convivencia con los padres, dinámica familiar y ámbito laboral. También se pudo establecer los criterios para la selección de la muestra. Posteriormente, se aplicó la encuesta a un total de 20 participantes, aleatoriamente, lo que permitió seleccionar a 12 sujetos que cumplían con los parámetros establecidos para el proyecto de intervención.

Esta encuesta nos sirve para la sistematización porque contiene fechas, así nos permite tomar datos para la línea de tiempo y además porque proporciona detalles que sirven para comparar elementos de la experiencia que tienen tensiones productivas (es decir elementos de la experiencia que tengan la característica que se quiere estudiar manifestadamente como extremos: uno de los elementos la posee en un grado alto y el otro elemento la posee en un grado bajo o nulo; de la comparación de ambos elementos de la experiencia pueden surgir comprensiones productivas o valiosas sobre la cuestión) Anexo 2.

5.2 Portafolio de test psicométricos administrados.

Este apartado comprende los test aplicados pre-intervención y post-intervención, los cuales fueron elegidos por la principal problemática que presentaban los participantes. El primer test

aplicado fue el inventario de depresión de Beck (BDI), que consta de 21 ítems y subdivisiones referentes a las esferas emocionales y manifestaciones depresivas.

El rango de las puntuaciones va desde 0 a 63 puntos directos.

(No se incluye en el anexo para respetar posibles derechos del autor).

Otro test aplicado es el cuestionario de conductas habilidosas de Goldstein, la cual mide las habilidades sociales básicas, habilidades sociales avanzadas, habilidades sociales relacionadas con el manejo de sentimientos y habilidades sociales alternativas a la agresión. Su calificación consiste en la sumatoria de las puntuaciones directas obtenidas por el sujeto a cada ítem, de cada grupo de habilidad. La categoría de la escala es del 1 al 5, donde uno equivale a insuficiente, dos es bajo, tres es medio, cuatro es alto y cinco es muy elevado.

(No se incluye en el anexo para respetar posibles derechos del autor).

Los test psicométricos aplicados son importantes para la sistematización porque ayudan a la reconstrucción de la línea del tiempo y porque aportan características para la comparación de elementos de la experiencia que se escojan para contestar a las preguntas de investigación mediante la evidenciación de tensiones productivas.

5.3 Portafolio de autorregistros de los ejercicios de relajación de Jacobson y Schultz.

Los autorregistros constan de cuatro columnas las cuales se colocan en orden de izquierda a derecha, se coloca el día y la hora, estrés antes del ejercicio en una escala de 0 a 100, donde 0 es nada de estrés y 100 es mucho estrés. A continuación, estrés después del ejercicio y las observaciones que tuvieron durante la sesión (Anexo 3).

La utilidad clínica de estos autorregistros fue la de conseguir que la persona aprenda a identificar las señales fisiológicas provenientes de sus músculos cuando están en tensión y, posteriormente, cuando las identifique ponga en marcha las habilidades aprendidas para reducirlas (se relaje). De esta forma pudo modificar bien la tensión general de su organismo (todo de él), o bien de una parte específica (por ejemplo, la frente, o el cuello, etc.). (Labrador, Cruzado, & Muñoz, 2011, pág. 372)

La información recabada demuestra los cambios en el estado de tensión física o emocional de los participantes antes y después de los ejercicios.

Estos autorregistros son de gran utilidad para la sistematización porque permiten ordenar cronológicamente la experiencia mediante la evidenciación de las diferentes actividades.

5.4 Portafolio de seguimiento de la aplicación de la técnica de economía de fichas.

Es un conjunto de documentos relacionados con herramientas para provisionar refuerzo positivo y costo de respuesta.

“Introduciendo un nuevo estímulo reforzador, necesariamente un reforzador generalizado, más potente y completamente controlable, es la alternativa para reorganizar las contingencias ambientales de forma adecuada” (Labrador, Cruzado, & Muñoz, 2011, pág. 533).

La matriz de la técnica economía de fichas diseñada ad hoc en la intervención clínica constó de 3 columnas, la primera es donde se registran los nombres de los participantes, la segunda los puntajes que se obtuvieron en las anteriores sesiones, los puntos que se ganan en la nueva sesión y finalmente el total de puntos.

La intervención clínica se usó para evaluar el análisis del interés” que presentaron los participantes hacia los talleres y su adherencia a la misma, al igual que la evaluación del fortalecimiento de las conductas propositivas (Anexo 4).

Y la utilidad para la sistematización es que contiene fechas, lo cual nos permite reconstruir la línea de tiempo (orden cronológico de realización de las actividades), lo que nos permite

comparar los opuestos que tengan tensiones productivas para responder las preguntas de investigación.

5.5 Plan de intervención terapéutica.

Documento en donde se identificó, se diseñó y se seleccionó las técnicas de intervención acorde a las necesidades de los participantes bajo la supervisión del tutor. Ubicando de forma coherente las diferentes técnicas terapéuticas extraídas del enfoque cognitivo conductual.

Es importante para la sistematización porque ayuda a la reconstrucción de la línea del tiempo y porque permite llevar a cabo una buena ejecución del programa de entrenamiento.

5.5.1 Libro de habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia de Goldstein

Sirvió como una guía para la planificación de los talleres ya que tiene como objetivos: Facilitar a los participantes en el programa de entrenamiento elementos que faciliten su relación con los entornos más inmediatos, tanto con grupos de adultos como con grupos de iguales. La mejora personal y social de los adolescentes que participan en los programas de competencia social, mejora que se refleja en la disminución gradual de posibles conductas de rechazo que puedan aparecer. (Goldstein, Sprafkin, Gershaw, & Klein, 1989, pág. 236)

Es de utilidad para la sistematización porque contiene la planificación para cada sesión previa y la correcta ejecución del trabajo de capacitación e interacciones interpersonales (Anexo 5).

5.6 Portafolio de fichas de recuperación de aprendizaje.

Las fichas de recuperación de aprendizaje constan de dos columnas en donde se detallan los datos personales de los participantes seguido por cuatro filas en donde se describe el contexto de la situación, descripción de la sesión, aprendizajes y recomendaciones.

Este documento sirvió para recuperar lecciones de aprendizaje de los diferentes momentos significativos que transcurrieron en las sesiones planificadas.

De esta forma posibilitó tomar datos para la línea de tiempo y que esta información pueda ser compartida con diferentes personas interesadas en replicar este programa, ya que proporciona detalles que sirven para comparar elementos de la experiencia (Anexo 6).

5.7 Registro de las sesiones de tutoría.

Este apartado se refiere a los apuntes de cada sesión facilitando los procesos de aprendizaje como complementos para las actividades previstas en los talleres y al registro de los días y hora de cada tutoría. Su utilidad educativa fue la de ser el registro escrito para un espacio de análisis y reflexión, permitiendo el conocimiento de diferentes técnicas cognitivo-conductuales y su correcta aplicación en los talleres.

La importancia de este documento en la sistematización es la de ser fuente de información la cual se utilizará para contrastar lo sucedido y planificado en los talleres y las sesiones de tutoría (Anexo 7).

5.8 Álbum fotográfico de productos manuales.

Secuencia de imágenes de los trabajos elaborados por los participantes, en la sesión 7, cuando la temática fue entrenamiento en autoinstrucciones en donde se enseñó al adolescente autogestionar sus conductas de forma positiva. El resultado de esta sesión fue el desarrollo de una técnica en hacer figuras de papel, la cual constaba de 8 pasos para su realización, siguiendo con el objetivo de las autoinstrucciones se dividió en 3 fases, (voz alta, voz baja y encubiertas). En la penúltima sesión se realizó una lista de estrategias de afrontamiento, las cuales tienen la intención de buscar alternativas cuando las situaciones se complican.

En la sistematización servirán para el análisis posterior de esta parte del proyecto (Anexo 8).

5.9 Registro álbum informatizado fotográfico

Secuencia de imágenes de cada taller que se realizaron con los beneficiarios.

Estos documentos servirán para la secuencia de las actividades ordenadas cronológicamente dentro de la matriz de sistematización (Anexo 9).

5.10 Portafolio de registros diarios.

Es un formato en donde se registró las actividades que se realizaron durante la sesión en el taller de forma individual y dos veces por semana, siguiendo un orden cronológico.

La función principal del registro de diario fue de llevar un control de todas las actividades que se realizaron en el plan de entrenamiento en destrezas interpersonales para mitigar sintomatología depresiva, ordenándolas de manera cronológica, dando cuenta de una síntesis visual del trabajo, para la sistematización de la experiencia (Anexo 10).

5.11 Matriz de ordenamiento y reconstrucción de las actividades realizadas en sesión.

Es una matriz en donde se describe sintéticamente los aspectos más relevantes de las actividades. Permitiendo ver las continuidades y discontinuidades para un análisis de los aspectos por separado (Anexo 11). Identificando etapas de las actividades y los posibles cambios conductuales que presenten los participantes como, por ejemplo:

Continuidades: Los adolescentes adquirieron a medida que transcurren las sesiones mayores habilidades sociales no solo en el programa de entrenamiento sino en su estadía en el centro de referencia y en su vida cotidiana según reporte verbal de docentes.

Discontinuidades: En el programa de entrenamiento aparecieron discontinuidades cuando se compararon los resultados pre-intervención vs post-intervención. Presentándose cambios a

conductas propositivas en los participantes, disminución de sintomatología depresiva y mejoramiento de habilidades sociales.

5.12 Registro de consultas bibliográficas.

Es un epítome de diversos contenidos de artículos donde se detalla la planificación de cada taller. Al igual que una guía para analizar los documentos y determinar su validez y confiabilidad.

Esta herramienta permitió organizar las diferentes citas bibliográficas y dar soporte al trabajo de capacitación en destrezas sociales.

Este documento servirá para reconstruir la línea de tiempo, contrastará el aprendizaje teórico con lo práctico en la aplicación de las técnicas y contiene algunos datos que permiten contestar las preguntas de investigación (Anexo 12).

5.13 Portafolio de registro de tareas en sesión

Documento de las tareas realizadas por los participantes dentro de las sesiones, consta de tres columnas: nombre de los participantes, cumplimiento de las tareas y observaciones. Este portafolio tiene como ventajas la de llevar un control de los nuevos aprendizajes, corregir y practicar los ejercicios aprendidos en sesión.

Al igual que valorar el grado de implicación y compromiso que tienen los participantes con el trabajo de capacitación en destrezas sociales.

Este documento servirá para reconstruir la línea de tiempo y para el análisis de los aspectos encontrados por separado (Anexo 13).

6. Preguntas clave

1. Inicio

1.1. ¿Cómo aumentar la motivación en los adolescentes para asistir a las sesiones grupales de entrenamiento en habilidades sociales?

2. Medio

2.1. ¿Cómo mejorar la adherencia de los participantes mediante las técnicas impartidas en el entrenamiento de habilidades sociales?

3. Cierre

3.1. ¿Cómo conseguir aún mejores resultados en las puntuaciones obtenidas en el test de Goldstein?

7. Organización y procesamiento de la información

En cuanto a este apartado se expone la organización, así como el procesamiento desde la información recopilada en la ejecución del proyecto en función al eje de sistematización.

Esta información será expuesta a través de una matriz de análisis, con los siguientes encabezados: número de sesión, fecha y hora, número de actividades, nombre y descripción de actividades y la fuente de donde se obtuvo la información.

Tabla 1

Matriz de actividades de presentación y aplicación del programa de "Entrenamiento en habilidades sociales para mitigar sintomatología depresiva".

Fecha y hora	Nº	Nombre y descripción de actividades	Fuente
1 03/05/2021 De 09 am a 13 pm	1	Reunión con las autoridades del centro MP, a fin de presentar el programa de entrenamiento de habilidades sociales para mitigar sintomatología depresiva y coordinar los días y horas de ejecución.	-Plan de intervención terapéutica. -Registro de las sesiones de tutoría.
2 05/05/2021 y 06/05/2021 De 11 a 13 pm	3	Se procedió a la aplicación grupal de la encuesta sociodemográfica a 20 participantes escogidos aleatoriamente. Y posteriormente se realizó la selección de 12 participantes que formarían parte del programa de entrenamiento.	-Encuesta sociodemográfica.
	4	Aplicación grupal del instrumento que usamos para evaluar sintomatología depresiva de los participantes que formarían parte del programa de entrenamiento. Esta aplicación se tomó en forma individual y las reglas generales fueron aclaradas por los facilitadores.	-Inventario de depresión de Beck.

(Continuación tabla 1)

	5	Se procedió con la aplicación de la escala de habilidades sociales de Goldstein a los adolescentes que formarían parte del programa de entrenamiento. Esta aplicación se tomó en forma individual y las reglas generales fueron aclaradas por los facilitadores.	-Escala de habilidades sociales de Goldstein.
3 07/05/2021 De 11 a 13 pm	7	Se procedió con la socialización del plan de capacitación de destrezas sociales mediante diapositivas con los educadores del centro, representantes y adolescentes que formarían parte del proyecto.	-Plan de intervención terapéutica. -Registro de las sesiones de tutoría.

Elaborado por Oscullo, A y Yela, K (2022)

Tabla 2

Matriz de actividades para el entrenamiento en habilidades sociales para mitigar sintomatología depresiva.

Fecha y hora	Nº	Nombre y descripción de actividades	Fuente
4 11/05/2021 De 11 a 13 pm	9	Se procede a dar la bienvenida a los participantes al programa de entrenamiento y posteriormente se realiza una pequeña introducción de los temas y actividades que se van a tratar. Los beneficiarios proceden a decir sus datos personales: edad, de que parte del Ecuador son y su comida favorita. Después se menciona que deben recordar lo que mencionaron sus compañeros anteriormente porque en el transcurso de la sesión se les hará preguntas.	-Portafolio de autorregistros del ejercicio de relajación de Jacobson y Schultz. -Portafolio de seguimiento de la aplicación de la herramienta de provisión de refuerzo positivo y de costo de respuesta.
	10	Dinámica de cohesión grupal -Se realizan dos subgrupos con los participantes, se explican las reglas y se procede a jugar avanzadas la cual consiste en lanzar la pelota y tratar que el otro equipo no la atrape.	-Plan intervención terapéutica. -Registro de las sesiones de tutoría. -Álbum informatizado fotográfico.

(Continuación tabla 2)

Fecha y hora	N°	Nombre y descripción de actividades	Fuente
	11	<p>Entrenamiento en la habilidad en escuchar.</p> <p>-En este ejercicio los participantes realizaron un círculo y uno de los facilitadores pasó al frente y empezó a hablar, los demás miraron y pensaron en lo que se estaba hablando. Posteriormente los participantes alzaron la mano para que llegue su turno de hablar y expresar si estaban de acuerdo con lo que había dicho el facilitador.</p> <p>Con este ejercicio los participantes expresaron sus ideas y opiniones de forma respetuosa y ordenada; escuchando a los demás.</p>	<p>-Portafolio de registros diarios.</p> <p>-Matriz de ordenamiento y reconstrucción de las actividades realizadas en sesión.</p> <p>-Registro de consultas bibliográficas.</p>
	12	<p>Dinámica de cierre:</p> <p>Se procedió con la dinámica de cierre “mirada retrospectiva”, que consistía en realizar diferentes preguntas acerca de cómo se sintieron y si les había gustado la sesión. Posteriormente se realizó el debriefing de los aspectos más relevantes en sesión.</p>	
5 13/05/2021 De 11 a 13 Pm	13	<p>Se procede a dar la bienvenida a los participantes al programa de entrenamiento y posteriormente se realiza una pequeña introducción de las actividades que se van a tratar.</p>	<p>-Portafolio de autorregistros del ejercicio de relajación de Jacobson y Schultz.</p>
	14	<p>Dinámica de cohesión grupal:</p> <p>-Se realizan dos subgrupos con los participantes, se explican las reglas y se procede a jugar quemadas. En donde los facilitadores son las personas que van a quemar con la pelota y los participantes tienen que evitar ser quemados y no salirse del espacio predeterminado anteriormente.</p>	<p>-Portafolio de seguimiento de la aplicación de la técnica de economía de fichas.</p> <p>-Plan de intervención terapéutica.</p> <p>-Registro de las sesiones de tutoría.</p>

(Continuación tabla 2)

Fecha y hora	N°	Nombre y descripción de actividades	Fuente
	15	<p>Entrenamiento en la habilidad en dar las gracias.</p> <p>-Los facilitadores mediante una exposición y con ejemplos presentan la técnica de encontrar y persuadir distorsiones cognitivas presentes en pensamientos automáticos. A continuación, presentan los beneficios de la técnica y como podrían emplearla con la habilidad de dar las gracias. Finalmente se da a conocer técnicas para que lo lleven a cabo.</p>	<p>-Álbum informatizado fotográfico.</p> <p>-Portafolio de registros diarios.</p> <p>-Matriz de ordenamiento y reconstrucción de las actividades realizadas en sesión.</p> <p>-Registro de consultas bibliográficas.</p>
	16	<p>Dinámica de cierre:</p> <p>Se procedió con la dinámica de cierre “abrazo grupal”, que consistía en lograr hacer un abrazo entre todos los integrantes del programa de entrenamiento y durar abrazados un minuto y medio. Posteriormente se realizó el debriefing de los aspectos más relevantes en sesión.</p>	
6 18/05/2021 De 11 a 13 pm	17	<p>Se procede a dar la bienvenida a los participantes al programa de entrenamiento y posteriormente se realiza una pequeña introducción de las actividades que se van a tratar.</p>	<p>-Portafolio de autorregistros del ejercicio de relajación de Jacobson y Schultz.</p> <p>-Portafolio de seguimiento de la aplicación de la técnica mencionada anteriormente.</p> <p>-Plan de intervención terapéutica.</p> <p>-Registro de las sesiones de tutoría.</p>
	18	<p>Dinámica de cohesión grupal:</p> <p>-Se realizan dos subgrupos con los participantes, se explican las reglas y se procede a jugar postas. En donde los participantes tienen que lograr llegar a la bandera pasando por 5 diferentes obstáculos, en cada obstáculo se encontrará con un compañero y le tendrá que dar el revelo para continuar con el siguiente obstáculo.</p>	

(Continuación tabla 2)

Fecha y hora	N°	Nombre y descripción de actividades	Fuente
	19	<p>Entrenamiento en la habilidad en hacer un cumplido.</p> <p>-En esta sesión se incluyó a los nuevos pasantes de psicología al taller y se realizaron subgrupos con los participantes, después de un tiempo se realizó una presentación con los pasos para realizar un cumplido y al finalizar se dramatizo algunas situaciones de su cotidianidad en donde se podía utilizar esta habilidad aprendida mediante la técnica de modelado.</p>	<p>-Álbum informatizado fotográfico.</p> <p>-Portafolio de registros diarios.</p> <p>-Matriz de ordenamiento y reconstrucción de las actividades realizadas en sesión.</p> <p>-Registro de consultas bibliográficas.</p>
	20	<p>Dinámica de cierre:</p> <p>Se procedió con la dinámica de cierre “un monumento grupal”, que consistía en hacer un dibujo representando el momento que más le había gustado de la sesión. Posteriormente se realizó el debriefing de los aspectos más relevantes en sesión.</p>	

Elaborado por Oscullo. A y Yela. K (2022)

Tabla 3

Matriz de las actividades para el entrenamiento en habilidades sociales avanzadas y autoinstrucciones.

Fecha y hora	N°	Nombre y descripción de actividades	Fuente
7 20/05/2021 De 09 am a 13 pm	21	Se procede a dar la bienvenida a los participantes al programa de entrenamiento y posteriormente se realiza una pequeña introducción de las actividades que se van a tratar.	-Portafolio de autorregistros del ejercicio de relajación de Jacobson y Schultz.
	22	<p>Dinámica de cohesión grupal</p> <p>-Se divide al grupo en dos y después se les explica que tienen que dramatizar los personajes que se encuentran en una cajita, son 3 espacios en el primer momento se puede hablar y describir al personaje, en el segundo momento solo pueden decir una palabra que describa al personaje y en el tercer momento se lo dramatiza y no se puede hablar.</p> <p>Nota: En esta dinámica se puede ver el trabajo en grupo.</p>	<p>-Portafolio de seguimiento de la aplicación de la técnica de economía de fichas.</p> <p>-Plan de intervención terapéutica.</p> <p>-Registro de las sesiones de tutoría.</p>
Fecha y hora	N°	Nombre y descripción de actividades	Fuente
	23	<p>Técnica de doblado de figuras con papel</p> <p>- Se pidió a los beneficiarios que siguieran a los facilitadores, después se enseñó al adolescente indicaciones que fomenten conductas socialmente hábiles. Lo que condujo en esta sesión fue una efigie de papel, la cual constaba de 8 pasos para su realización, siguiendo con el objetivo de las autoinstrucciones se dividió en 3 fases (autoinstrucciones en voz alta, autoinstrucciones en voz baja y autoinstrucciones encubiertas).</p>	<p>-Álbum de productos manuales.</p> <p>-Álbum informatizado fotográfico.</p> <p>-Portafolio de registros diarios.</p> <p>-Matriz de ordenamiento y reconstrucción de las actividades realizadas en sesión.</p> <p>-Registro de consultas bibliográficas.</p>
	24	<p>Dinámica de cierre:</p> <p>Se procedió con la dinámica de cierre “la metamorfosis”, en donde se realiza subgrupos con los participantes y después se hace una lluvia de ideas con la temática de cuáles son los</p>	

(Continuación tabla 3)

		cambios que ellos han notado que se han dado en el transcurso de las sesiones. Posteriormente se realizó el debriefing de los aspectos más relevantes en sesión.	
8 25/05/2021 De 09 am a 13 pm	25	Se procede a dar la bienvenida a los participantes al programa de entrenamiento y posteriormente se realiza una pequeña introducción de las actividades que se van a tratar.	-Portafolio de autorregistros del ejercicio de relajación de Jacobson y Schultz. -Portafolio de seguimiento de la aplicación de la técnica de refuerzo positivo antes mencionada. -Plan de intervención terapéutica. -Registro de las sesiones de tutoría.
	26	Dinámica de cohesión grupal -Se realizan dos subgrupos con los participantes, se explican las reglas y se procede a jugar un zapato en venta en donde los participantes tienen que saltar en un solo pie y no bajarlo hasta que pase su color.	
	27	Entrenamiento en la habilidad en disculparse. -Los facilitadores traen a dos compañeros de los participantes para que modelen las conductas y habilidades necesarias para disculparse. Finalmente se organiza grupos de dos personas y se realiza un role playing.	-Álbum informatizado fotográfico. -Portafolio de registros diarios. -Matriz de ordenamiento y reconstrucción de las actividades realizadas en sesión.
	28	Dinámica de cierre: Respecto con la dinámica de cierre “construir una historia con dados”, en donde se hacía un círculo con los participantes y dependiendo el número que saques en el dado ibas creando una historia. Posteriormente se realizó el debriefing de los aspectos más relevantes en sesión.	-Registro de consultas bibliográficas. -Portafolio de tareas en sesión.

Elaborado por Oscullo. A y Yela. K (2022)

Tabla 4

Matriz de las actividades para el entrenamiento en habilidades relacionadas con los sentimientos.

Fecha y hora	N°	Nombre y descripción de actividades	Fuente
9 27/05/2021 De 09 am a 13 pm	29	Se procede a dar la bienvenida a los participantes al programa de entrenamiento y posteriormente se realiza una pequeña introducción de las actividades que se van a tratar.	-Portafolio de autorregistros del ejercicio de relajación de Jacobson y Schultz.
	30	Dinámica de cohesión grupal - Se realizan dos subgrupos con los participantes, se explican las reglas y se procede a jugar twister de jardín, que consistió en poner la mano o el pie dependiendo lo que salga en el tablero, la regla de oro fue la de no caerse porque perdía los puntos y le tocaba salir del juego.	-Portafolio de seguimiento de la aplicación de la técnica de economía de fichas. -Plan de intervención terapéutica.
	31	Entrenamiento en la habilidad en conocer los propios sentimientos. -En esta sesión se incluyó a los nuevos pasantes de psicología al taller y se realizaron subgrupos con los participantes, después de un tiempo se realizó una presentación con los pasos para conocer los propios sentimientos y al finalizar se dramatizo algunas situaciones de su cotidianidad en donde se podía utilizar esta habilidad aprendida.	-Registro de las sesiones de tutoría. -Álbum informatizado fotográfico. -Portafolio de registros diarios.
	32	Dinámica de cierre: Se procedió con la dinámica de cierre “galleta de la suerte”, en esta dinámica cada uno de los participantes abrió su galleta y descubrió un mensaje dentro de ella, posteriormente tenía que leerlo y comentar a todos lo que para el significaba. Posteriormente se realizó el debriefing de los aspectos más relevantes en sesión.	-Matriz de ordenamiento y reconstrucción de las actividades realizadas en sesión.
10 01/06/2021	33	Se procede a dar la bienvenida a los participantes al programa de entrenamiento y posteriormente se realiza una pequeña introducción de las actividades que se van a tratar.	-Portafolio de autorregistros del ejercicio de relajación de Jacobson y Schultz.

De 09 am a 13 pm	34	<p>Dinámica de cohesión grupal</p> <p>-Se realizan dos subgrupos con los participantes, se explican las reglas y se procede a jugar paramelamano, que consistía en lograr llenar lo más rápido posible todos los encabezados de la hoja, los cuales eran: nombre, apellido, ciudad, fruta, animal y cosa.</p>	<p>-Portafolio de seguimiento aplicación de la técnica de refuerzo positivo antes mencionada.</p> <p>-Plan intervención terapéutica.</p> <p>-Registro de las sesiones de tutoría.</p>
------------------	----	---	---

	35	<p>Entrenamiento en la habilidad expresar los sentimientos.</p> <p>-En esta sesión se incluyó a los nuevos pasantes de psicología al taller y se realizaron subgrupos con los participantes, después de un tiempo se realizó una presentación con los pasos para expresar los sentimientos y al finalizar se dramatizó algunas situaciones de su cotidianidad en donde se podía utilizar esta habilidad aprendida.</p>	<p>-Álbum informatizado fotográfico.</p> <p>-Portafolio de registros diarios.</p> <p>-Matriz de ordenamiento y reconstrucción de las actividades realizadas en sesión.</p>
	36	<p>Dinámica de cierre:</p> <p>Se procedió con la dinámica de cierre “un limón, medio limón, 3 limón”, en donde todos los integrantes se enumeraban y tenían que decir su número, medio limón y el número de su compañero, el que se equivocaba le tocaba hacer una penitencia.</p> <p>Posteriormente se realizó el debriefing de los aspectos más relevantes en sesión.</p>	<p>-Registro de consultas bibliográficas.</p> <p>-Portafolio de tareas en sesión.</p>
11 03/06/2021 De 09 am a 13 pm	37	<p>Se procede a dar la bienvenida a los participantes al programa de entrenamiento y posteriormente se realiza una pequeña introducción de las actividades que se van a tratar.</p>	<p>-Portafolio de autorregistros del ejercicio de relajación de Jacobson y Schultz.</p>
	38	<p>Dinámica de cohesión grupal</p> <p>-Se realizan dos subgrupos con los participantes, se explican las reglas y se procede a jugar tiro al plato, que consistía en lograr que la pelota entre en el plato, el equipo con más puntos era el que ganaba.</p>	<p>-Portafolio de seguimiento de la aplicación de la técnica de economía de fichas.</p>

(Continuación tabla 4)

	39	Entrenamiento en la habilidad comprender los sentimientos de los demás: -En esta sesión se incluyó a los nuevos pasantes de psicología al taller y se realizaron subgrupos con los participantes, después de un tiempo se realizó una presentación con los pasos para comprender los sentimientos de los demás y al finalizar se dramatizo algunas situaciones de su cotidianidad en donde se podía utilizar esta habilidad aprendida.	-Plan de intervención terapéutica. -Registro de las sesiones de tutoría. Álbum informatizado fotográfico.
	40	Dinámica de cierre: Se procedió con la dinámica de cierre “expresar emociones”, la cual consistió en representar las diferentes emociones. Posteriormente se realizó el debriefing de los aspectos más relevantes en sesión.	-Portafolio de registros diarios. -Matriz de ordenamiento y reconstrucción de las actividades realizadas en sesión. -Registro de consultas bibliográficas.

Elaborado por Oscullo. A y Yela. K 2022

Tabla 5

Matriz de las actividades para el entrenamiento en Habilidades alternativas a la agresión.

Fecha y hora	N°	Nombre y descripción de actividades	Fuente
<p>12 08/06/2021 De 09 am a 13 pm</p>	41	<p>Se procede a dar la bienvenida a los participantes al programa de entrenamiento y posteriormente se realiza una pequeña introducción de las actividades que se van a tratar.</p>	<p>-Portafolio de autorregistros del ejercicio de relajación de Jacobson y Schultz.</p>
	42	<p>Dinámica de cohesión grupal</p> <p>-Se realizan dos subgrupos con los participantes, se explican las reglas y se procede a jugar tira la cuerda en donde el equipo que derive al otro y tenga la cuerda era el ganador.</p>	<p>- Portafolio de seguimiento de la aplicación de la técnica de refuerzo positivo antes mencionada.</p>
	43	<p>Entrenamiento en la habilidad pedir permiso.</p> <p>-En esta habilidad se utilizó la técnica de modelado de Bandura, en donde 2 de sus compañeros dramatizaron como era la correcta forma de pedir permiso y otros la forma incorrecta.</p> <p>Después se organiza el grupo por parejas y se pide a cada una de ellas que imiten la forma correcta de la habilidad que ha observado anteriormente durante el modelo.</p>	<p>-Plan de intervención terapéutica.</p> <p>-Registro de las sesiones de tutoría.</p> <p>Álbum informatizado fotográfico.</p>
	44	<p>Dinámica de cierre:</p> <p>Se procedió con la dinámica de cierre “último mensaje”, en donde los participantes tienen que hacer una carta para su compañero con las cosas positivas que él o ella tiene.</p> <p>Posteriormente se realizó el debriefing de los aspectos más relevantes en sesión.</p>	<p>-Portafolio de registros diarios.</p> <p>-Matriz de ordenamiento y reconstrucción de las actividades realizadas en sesión.</p> <p>-Registro de consultas bibliográficas.</p>

(Continuación tabla 5)

Fecha y Hora	N°	Nombre y descripción de actividades	Fuente
<p>13 15/06/2021 De 09 am a 13 pm</p>	45	<p>Se procede a dar la bienvenida a los participantes al programa de entrenamiento y posteriormente se realiza una pequeña introducción de las actividades que se van a tratar.</p>	<p>-Portafolio de autorregistros del ejercicio de relajación de Jacobson y Schultz.</p>
	46	<p>Dinámica de cohesión grupal -Se realizan dos subgrupos con los participantes, se explican las reglas y se procede a jugar la rayuela, en donde el equipo que logre pasar por la rayuela a todos sus integrantes ganaba el juego.</p>	<p>-Portafolio de seguimiento de la aplicación de la técnica de economía de fichas.</p>
	47	<p>Entrenamiento en la habilidad de no entrar en peleas: -En esta sesión se incluyó a los nuevos pasantes de psicología al taller y se realizaron subgrupos con los participantes, después de un tiempo se realizó una presentación con los pasos para no entrar en una pelea, al finalizar se dramatizo algunas situaciones de su cotidianidad en donde se podía utilizar esta habilidad aprendida.</p>	<p>-Plan de intervención terapéutica. -Registro de las sesiones de tutoría. Álbum informatizado fotográfico. -Portafolio de registros diarios.</p>
	48	<p>Dinámica de cierre: Se procedió con la dinámica de cierre “dos verdades y una mentira”, en donde los participantes tenían que adivinar cuál de las verdades que dijeron las facilitadoras y los pasantes de psicología era mentira. Posteriormente se realizó el debriefing de los aspectos más relevantes en sesión.</p>	<p>-Matriz de ordenamiento y reconstrucción de las actividades realizadas en sesión. -Registro de consultas bibliográficas.</p>

Elaborado por Oscullo, A y Yela, K (2022)

Tabla 6

Matriz de las actividades para el entrenamiento en habilidades para hacer frente al estrés.

Fecha y hora	N°	Nombre y descripción de actividades	Fuente
<p>13 15/06/2021 De 09 am a 13 pm</p>	49	<p>Se procede a dar la bienvenida a los participantes al programa de entrenamiento y posteriormente se realiza una pequeña introducción de las actividades que se van a tratar.</p>	<p>-Portafolio de autorregistros del ejercicio de relajación de Jacobson y Schultz.</p>
	50	<p>Dinámica de cohesión grupal</p> <p>-Se realizan dos subgrupos con los participantes, se explican las reglas y se procede a jugar atrapa canicas con los pies, en donde cada grupo y con límite de tiempo, cada integrante tiene que sacar el mayor número de canicas del recipiente utilizando sus pies. Gana el equipo con más canicas.</p>	<p>-Portafolio de seguimiento de la aplicación de la técnica de economía de fichas.</p> <p>-Plan de intervención terapéutica.</p>
	51	<p>Entrenamiento en la habilidad resolver la vergüenza.</p> <p>- En esta sesión se incluyó a los nuevos pasantes de psicología al taller y se realizaron subgrupos con los participantes, después de un tiempo se realizó una presentación con los pasos para lograr resolver la vergüenza, al finalizar se dramatizo algunas situaciones de su cotidianidad en donde se podía utilizar esta habilidad aprendida.</p>	<p>-Registro de las sesiones de tutoría.</p> <p>Álbum informatizado fotográfico.</p> <p>-Portafolio de registros diarios.</p>
	52	<p>Dinámica de cierre:</p> <p>Se procedió con la dinámica de cierre “el circulo del aprendizaje”, en donde cada uno de los participantes tenía que dar cuenta de su aprendizaje con y en el grupo.</p> <p>Posteriormente se realizó el debriefing de los aspectos más relevantes en sesión.</p>	<p>-Matriz de ordenamiento y reconstrucción de las actividades realizadas en sesión.</p> <p>-Registro de consultas bibliográficas.</p>

Elaborado por Oscullo, A y Yela, K (2022)

Tabla 7

Matriz de las actividades para el entrenamiento en habilidades de planificación.

Fecha y hora	N°	Nombre y descripción de actividades	Fuente
<p>13 15/06/2021 De 09 am a 13 pm</p>	53	<p>Se procede a dar la bienvenida a los participantes al programa de entrenamiento y posteriormente se realiza una pequeña introducción de las actividades que se van a tratar.</p>	<p>-Portafolio de autorregistros del ejercicio de relajación de Jacobson y Schultz.</p>
	54	<p>Dinámica de cohesión grupal</p> <p>-Se realizan dos subgrupos con los participantes, se explican las reglas y se procede a jugar la carrera de la oruga en donde los participantes se entrelazan y tienen 3 balones. Como no pueden usar las manos tienen que tratar de llegar a la meta sin que caiga ningún balón y todos unidos.</p>	<p>-Portafolio de seguimiento de la aplicación de la técnica de economía de fichas.</p> <p>-Plan de intervención terapéutica.</p>
	55	<p>Entrenamiento en la habilidad concentrarse en una tarea.</p> <p>- En esta sesión se incluyó a los nuevos pasantes de psicología al taller y se realizaron subgrupos con los participantes, después de un tiempo se realizó una presentación con los pasos para concentrarse en una tarea, al finalizar se dramatizó algunas situaciones de su cotidianidad en donde se podía utilizar esta habilidad aprendida.</p>	<p>-Registro de las sesiones de tutoría.</p> <p>Álbum informatizado fotográfico.</p> <p>-Portafolio de registros diarios.</p>
	56	<p>Dinámica de cierre:</p> <p>Se procedió con la dinámica de cierre “intercambio de sensaciones”, en donde cada uno de los participantes tenía que dar cuenta de las sensaciones que tuvo durante el transcurso de las sesiones y principalmente en esta sesión.</p> <p>Posteriormente se realizó el debriefing de los aspectos más relevantes en sesión.</p>	<p>-Matriz de ordenamiento y reconstrucción de las actividades realizadas en sesión.</p> <p>-Registro de consultas bibliográficas.</p>

Elaborado por Oscullo, A y Yela, K (2022)

Tabla 8

Matriz de las actividades de finalización del programa de “entrenamiento en habilidades sociales para mitigar sintomatología depresiva”.

Fecha y Hora	N°	Nombre y descripción de actividades	Fuente
13 15/06/2021 De 09 am a 13 pm	57	Se procede a dar la bienvenida a los participantes al programa de entrenamiento y posteriormente se realiza una pequeña introducción de las actividades que se van a tratar.	-Portafolio de autorregistros del ejercicio de relajación de Jacobson y Schultz.
	58	Dinámica de cohesión grupal -Se realizan dos subgrupos con los participantes, se explican las reglas y se procede a jugar teléfono dañado. A la persona de inicio se le daba un mensaje y esta tenía que pasarlo por sus compañeros, la última persona mencionaba el mensaje y el que se parecía al mensaje original ganaba.	-Portafolio de seguimiento de la aplicación de la técnica de economía de fichas. -Plan de intervención terapéutica.
	59	Se procedió a realizar 4 subgrupos y se aplicó los reactivos psicométricos evaluados a los participantes.	-Registro de las sesiones de tutoría. -Álbum productos manuales
	60	Entrega de premios previamente acordados a los participantes.	-Portafolio registros diarios.
	61	Entrega de reconocimiento a los beneficiarios por ser parte del proceso.	-Matriz ordenamiento y reconstrucción de las actividades realizadas en sesión.
	63	Se realiza un compartir de bocaditos con los participantes y el cierre de la sesión.	-Registro de consultas bibliográficas. -Portafolio de test psicométricos aplicados.

Elaborado por Oscullo. A y Yela. K (2022)

8. Análisis de la información

Este apartado tendrá una perspectiva metodológica mixta, lo que conlleva un conjunto de procesos de recolección de datos cuantitativos y cualitativos.

Por un lado, en el enfoque cualitativo se realizará un análisis tomando en consideración los siguientes aspectos:

Secuenciación: Es la ordenación donde se sitúa la experiencia en el tiempo y la contextura del plan de intervención mencionado anteriormente durante el tiempo de sistematización del proyecto (Hernández, Fernández Collado, & Baptista, 2014).

Comparación: La comparación permite ordenar singularidades obtenidas en el transcurso del proyecto y sistematización, estos se cotejaron para distinguir las tensiones productivas y su relación con las preguntas clave trazadas anteriormente. El cotejo se relaciona en torno a la motivación de los adolescentes para asistir a las sesiones grupales de entrenamiento en habilidades sociales. Esta información proviene de los portafolios y registros de las sesiones ejecutadas (Hernández, Fernández Collado, & Baptista, 2014).

Compresión: Proceso interactivo de la experiencia en donde se tomará en cuenta la ejecución del proyecto, el rol de los facilitadores en las sesiones grupales, las estrategias aplicadas para la superación de inconvenientes y los resultados obtenidos. Se procederá a trabajar los resultados recabados presentados anteriormente.

Es así como, en el enfoque cualitativo, se va a tomar las preguntas de investigación para contestarlas a partir de seleccionar elementos que tengan tensiones productivas.

Por otra parte, en el enfoque cuantitativo, se efectuará un análisis estadístico:

Descriptivo: Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren (Hernández, Fernández Collado, & Baptista, 2014).

En el enfoque cuantitativo se comparará resultados pre-intervención y post-intervención del inventario de Beck y de la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein a través de variables aritméticas receptadas por los instrumentos que usamos para la evaluación.

Se usará la prueba estadística t de student para determinar en qué variables las diferencias de medias aritméticas pre vs post intervención alcanzan valores significativos con una probabilidad de error de $p < 0.05$.

Segunda parte

1. Justificación

La importancia de la sistematización en este proyecto es la de reconstruir el relato de la experiencia de manera ordenada y consistente, mediante la cual se interpreta los acontecimientos sucedidos dentro de un proyecto de intervención. Conocimiento que se obtiene a través de la práctica cotidiana en un entorno social.

Sistematizar la experiencia contribuye a la obtención de mayor conocimiento en nuestra formación profesional, producto de aspectos positivos y negativos en el transcurso del proyecto de intervención.

De acuerdo con la UNICEF más de la mitad de las niñas, niños y adolescentes de la región, son víctimas de maltrato físico, emocional, trato negligente o abuso sexual... 40 millones de menores de 15 años sufren violencia, abusos y abandono en la familia, la escuela y la comunidad. (2018, p. 15)

Según la organización internacional la violencia se da principalmente en el interior de las familias, por medio del castigo físico como forma de disciplina, el abandono, la explotación económica y el abuso sexual". Entre tanto, en la región latinoamericana "más del 50 por ciento de los adultos, mujeres y hombres, piensan que es normal el maltrato contra los menores de edad, como forma de educar o castigar. (2018, p. 16)

La Organización Mundial de la Salud entiende que el maltrato o la vejación de menores abarca todas las formas de malos tratos físicos y emocionales, abuso sexual, descuido o negligencia o explotación comercial o de otro tipo, que originen un daño real o potencial para la

salud del adolescente, su supervivencia, desarrollo o dignidad en el contexto de una relación de responsabilidad, confianza o poder. (1998, p. 13).

Al ser este un problema presente y generalizado en nuestra cotidianidad, es importante abordarlo desde distintas perspectivas, una de ellas aparentemente sería el trabajo en capacitación en destrezas sociales para mitigar sintomatología depresiva, el cual presentan algunos beneficios como: usar y tener mejores destrezas en interacción interpersonal, mitigar problemas de ansiedad social, timidez, soledad y conductas agresivas.

El proyecto de intervención tiene relevancia porque surge con la intención de incrementar conductas sociales habilidosas y disminuir sintomatología depresiva, por medio de un programa con actividades planificadas y guiadas las cuales tienen la intención de desarrollar capacidades a nivel conductual, cognitivo, afectivo y social de los adolescentes pertenecientes al proyecto salesiano, centro de referencia “mi patio” ubicado en Chillogallo; población que se encuentra en situación de riesgo respecto a su condición social y vulnerabilidad por su exposición a problemas de trabajo infantil, violencia intrafamiliar, abandono y pobreza.

Según Cacioppo (2010), el sentirse aislado puede interrumpir el sueño, aumentar la depresión, disminuir el bienestar, surgimiento de enfermedades físicas y mentales. De este modo, el interés de intervenir en esta población específica no es sólo dotar de habilidades sociales y medidas de afrontamiento dirigidas a adolescentes con la finalidad de disminuir sintomatología depresiva, sino también de generar compromiso social ante la posibilidad de una transformación positiva de estas problemáticas normalizadas que aún mantienen una herencia generacional. Lo que nos lleva a mantener una mirada holística sobre las diferentes realidades y problemáticas presentes en nuestro entorno.

2. Caracterización de los beneficiarios

Tabla 9

Matriz de Caracterización de los beneficiarios.

Participantes	Género	Edad	Tiempo de asistencia al centro	Características psicológicas individuales
1	Femenino	13	3 años	-Agresividad -Introvertido
2	Femenino	17	5 años	-Hostil -Trabajador
3	Femenino	14	3 años	-Agresividad -Motivado
4	Femenino	13	6 años	-Hostil -Introvertido -Motivado
5	Femenino	13	2 años	-Agresividad -Hostil -Trabajador
6	Femenino	15	5 años	-Agresividad -Introvertido
7	Masculino	14	4 años	-Hostil -Motivado
8	Masculino	13	2 años	-Impaciencia
9	Masculino	15	6 años	-Agresividad -Extrovertido
10	Masculino	13	1 año	-Agresividad
11	Masculino	17	7 años	-Impaciencia -Extrovertido

(Continuación tabla 9)

12	Masculino	16	4 años	-Indiferente -Rebelde
----	-----------	----	--------	--------------------------

Elaborado por Oscullo. A y Yela. K (2022).

3. Interpretación

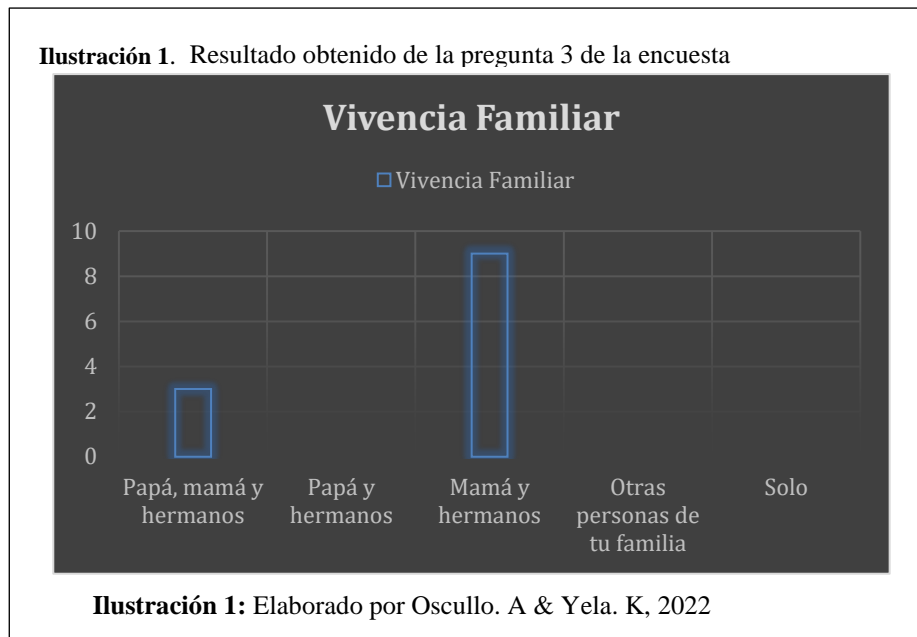
3.1. Interpretación Cuantitativa

“La interpretación cuantitativa consiste en la recolección y análisis de datos a través del reconocimiento de las variables, análisis estadístico y el procesamiento y análisis de los datos cuantitativos” (Hernández, Fernández Collado, & Baptista, 2014, pág. 356).

3.2. Análisis descriptivo de la encuesta sociodemográfica

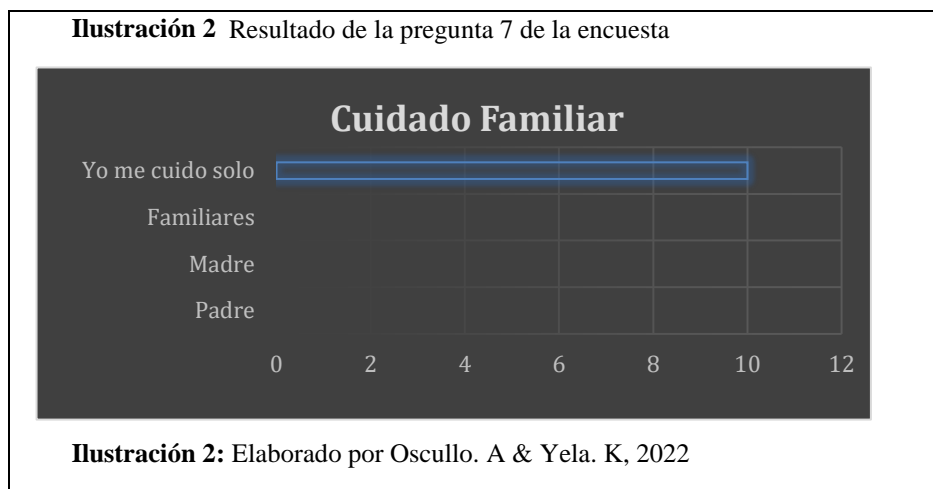
De todos los datos recabados en la encuesta, se consideró los más relevantes los que vamos a presentar a continuación, a efectos de realizar un estudio de las preguntas más relevantes de la encuesta sociodemográfica y los resultados con los porcentajes se mostrarán en una gráfica.

3. ¿Con quién de estas personas vive?



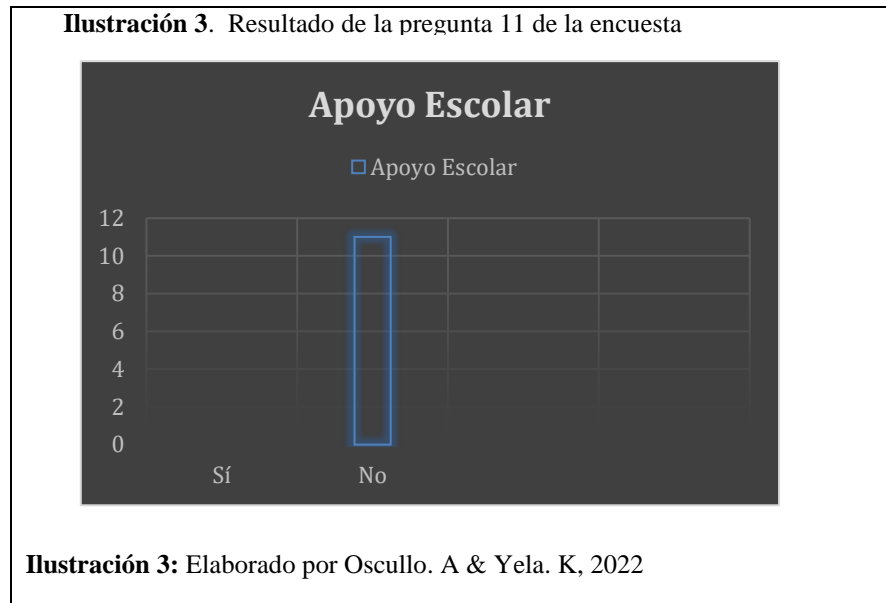
En el centro (MP), la encuesta arroja que los participantes en su mayoría tienen familias monoparentales, esto se debe a la monoparentalidad vinculada a la natalidad; frente a un bajo porcentaje de familias nucleares (ambos padres).

7. ¿Quién lo cuida la mayor parte del tiempo?



En el centro (MP), la encuesta arroja 100% en los participantes, manifestando cuidarse solos y a su vez mantener otras responsabilidades como el cuidado de sus hermanos/as menores y aportar económicamente al hogar.

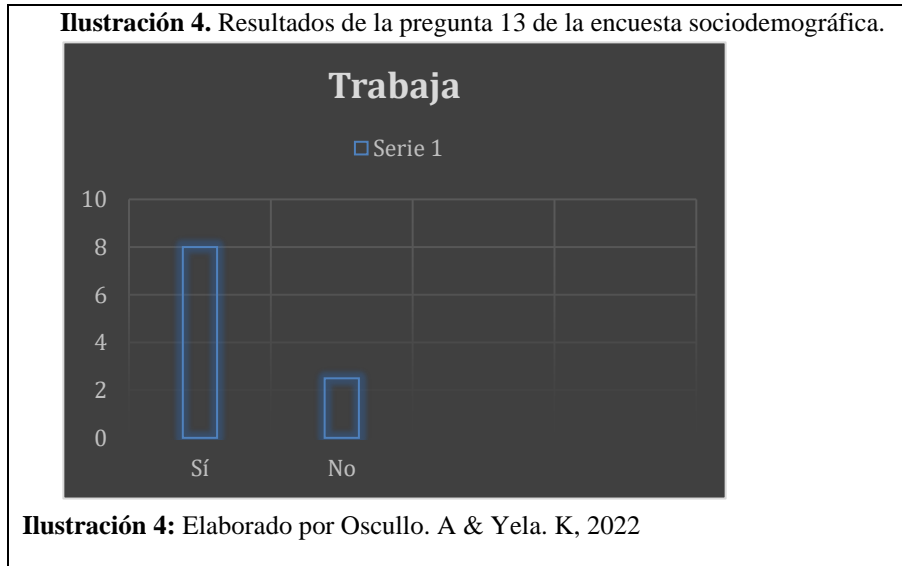
11. ¿Recibe algún tipo de ayuda escolar en casa?



En el centro (MP), la encuesta arroja 100% en los participantes donde realizan en solitario las actividades escolares o en el proyecto salesiano, debido a que se encuentran en condición de abandono ante cuidados parentales.

13. ¿Actualmente se encuentra trabajando?

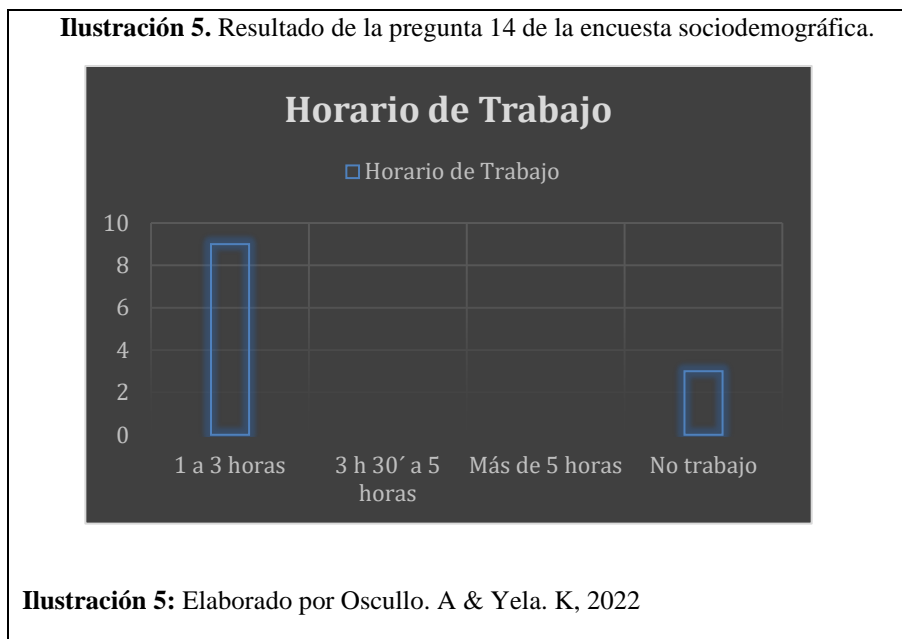
Ilustración 4



En el centro (MP), la encuesta arroja un 66,7% en los participantes, los cuales trabajan de manera informal, vendiendo caramelos, lustrando zapatos o vendiendo otros productos en los buses y semáforos. Mientras que el 33,3% de los participantes no lo hace, pero aún mantiene responsabilidades de trabajo como tareas domésticas.

14. ¿Cuántas horas al día trabaja?

Ilustración 5



En el centro (MP), la encuesta arroja un 75% en los participantes donde trabajan de 1 a 3 horas en la mañana y los fines de semana trabajan acompañando a sus padres a vender verduras o caramelos; mientras que el 25% de los participantes no trabaja.

Conclusiones

Como conclusión el análisis de la encuesta aplicada a los beneficiarios del programa de entrenamiento demostró la existencia de patrones conductuales similares entre los participantes, caracterizados por hogares monoparentales, menores autónomos, imposición de cargas familiares y trabajo infantil.

Es por esto que asistir al centro (MP) favorece estas necesidades (alimentación, educación y protección).

3.3. Análisis descriptivo del inventario de depresión de Beck.

El BDI-II es fácil de utilizar. Se puede aplicar de forma individual o colectiva, con formato de papel y lápiz o de forma oral. En general, requiere entre 5 y 10 minutos para ser completado; aunque los pacientes con depresión grave o trastornos obsesivos a menudo pueden tardar más tiempo en cumplimentarlo. Las instrucciones para el BDI-II solicitan a las personas evaluadas que elijan las afirmaciones más características que cubren el marco temporal de las últimas dos semanas, incluido el día de hoy, para ser consistente con los criterios del DSM-IV para la depresión mayor. Cada ítem se responde en una escala de 4 puntos, de 0 a 3, excepto los ítems 16 (cambios en el patrón de sueño) y 18 (cambios en el apetito) que contienen 7 categorías. Si una persona ha elegido varias categorías de respuesta en un ítem, se toma la categoría a la que corresponde la puntuación más alta. Las puntuaciones mínima y máxima en el test son 0 y 63. Se han establecido puntos de corte que permiten clasificar a los evaluados en uno de los siguientes cuatro grupos: 0-13, mínima depresión; 14-19, depresión leve; 20-28, depresión moderada; y 29-63, depresión grave. (Miembros de la federación europea de psicólogos, 2015)

El inventario de depresión de Beck se utilizó con el fin de identificar la evolución de la sintomatología depresiva de los participantes en el proyecto de intervención, y los resultados fueron los siguientes:

Ilustración 6

Ilustración 6. Puntajes obtenidos en el Inventario de Depresión de Beck pre vs post intervención

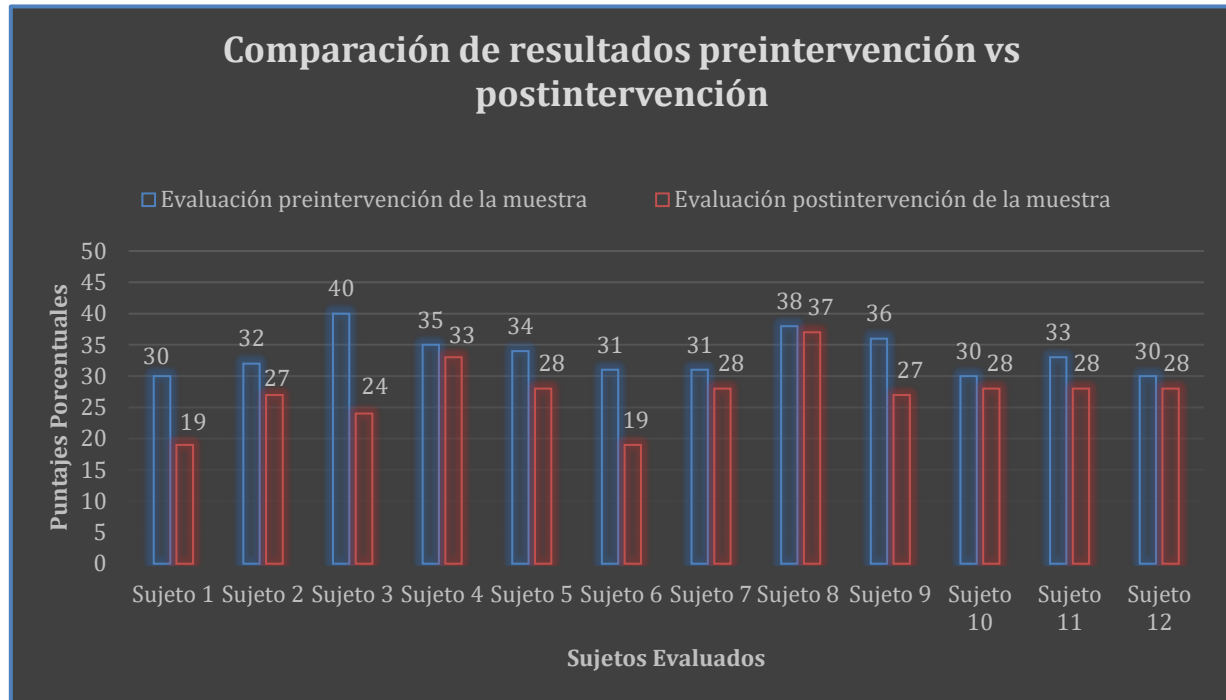


Ilustración 6: Elaborado por Oscullo. A & Yela. K, 2022

Evaluación preintervención de la muestra: Fue aplicado la primera semana de mayo a los 12 adolescentes que formaron parte del proyecto de intervención, es decir, no mantuvieron intervenciones grupales y se pudo constatar que el 100% de los participantes presentaba depresión grave, puntuándose en el rango más alto de síntomas depresivos.

Evaluación postintervención: Fue aplicado la primera semana de julio, a los mismos 12 adolescentes después de la práctica de conductas sociales habilidosas para mitigar sintomatología depresiva, denota un incremento cuantitativo en las puntuaciones obtenidas, ya que, las variables evaluadas, se aprecia una disminución de puntos en los participantes. Al parecer la intervención contribuyó a la disminución de sintomatología depresiva.

La gráfica evidencia de manera individual como disminuyeron los niveles de depresión: El 100% de los participantes presentaba estados de depresión grave y posteriormente 2 de los participantes, el sujeto 1 y 6 presento depresión leve, los demás participantes a excepción del sujeto 4 y 8 presentan depresión moderada. Cabe recalcar que tanto el sujeto 4 como el 8 disminuyeron su puntuación en la post-intervención.

Tabla 10.

Valor t de student del inventario de depresión de Beck.

Participantes	Pre-intervención	Post-intervención	d	d ²
Sujeto 1	30	19	11	121
Sujeto 2	32	27	5	25
Sujeto 3	40	27	13	169
Sujeto 4	35	33	2	4
Sujeto 5	34	28	6	36
Sujeto 6	31	19	12	144
Sujeto 7	31	28	3	9
Sujeto 8	38	37	1	1
Sujeto 9	36	27	9	81
Sujeto 10	30	28	2	4
Sujeto 11	33	28	5	25
Sujeto 12	30	28	2	4
			71	5041
Valor t student =				4.772

Elaborado por A. Oscullo y K. Yela (2022)

Nota: BDI. inventario de depresión de Beck, (**d**) diferencias, (**d²**) diferencias cuadráticas, (**Σd**) sumatoria de diferencias, (**Σd²**) sumatoria de diferencias cuadráticas.

En la tabla 10 se puede evidenciar la diferencia significativa entre medias del instrumento que usamos para evaluar estado de ánimo, en sus variantes que se encuentra en 11 grados de libertad (**g=N-1**) con una probabilidad de error del (**0.005**), por ende, el valor t a superar es de t teórica es de (**1,796**). Es así como el resultado de t empírica es (**4.772**). De este modo se puede concluir que los resultados de esta intervención son estadísticamente significativos.

3.4. Análisis descriptivo de la escala de habilidades sociales de Goldstein

La escala de habilidades sociales de Goldstein consta de 50 reactivos organizados por grupos de habilidades. Cada reactivo se responde de acuerdo con una escala del 1 al 5 “nunca utiliza bien la habilidad” (1), “casi nunca utiliza bien la habilidad” (2), “a veces utiliza bien la habilidad” (3), “casi siempre utiliza bien la habilidad” (4) y “siempre utiliza bien la habilidad” (5). (Aguirre, 2002)

Su calificación consiste en la sumatoria de las puntuaciones otorgadas por el sujeto a cada reactivo, por grupos de habilidad. La suma por grupo es catalogada en una escala del 1 al 5, donde uno equivale a muy bajo, dos abajo, tres a medio, cuatro a alto y cinco a muy alto.

Tabla 11.

Resultados de la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein pre-intervención.

Escala de habilidades sociales preintervención							
Encuestados	V1	V2	V3	V4	V5	V6	PDO
1	9	11	13	10	13	13	69
2	13	11	10	9	9	8	60
3	12	10	11	9	8	11	61
4	12	13	11	9	8	8	61
5	14	13	12	11	13	13	76
6	10	9	8	10	11	8	56
7	9	10	9	8	8	9	53
8	8	12	14	15	12	8	69
9	9	12	13	14	15	13	76
10	11	12	13	11	10	14	71

(Continuación tabla 11)

11	12	8	10	20	15	12	77
12	10	5	12	18	20	7	72
Media X	10,75	10,5	11,33	12	11,83	10,33	66,75

Nota: Abreviaturas de la Escala de Habilidades Sociales

PDO: Puntuación directa obtenida, **V1:** Primeras Habilidades Sociales, **V2:** Habilidades sociales avanzadas, **V3:** Habilidades relacionadas con los sentimientos, **V4:** Habilidades Alternativas a la Agresión, **V5:** Habilidades para Hacer Frente al Estrés y **V6:** Habilidades de planificación.

La siguiente tabla se realizó con los puntajes obtenidos de los participantes antes de asistir al taller (pre-intervención) de conductas sociales habilidosas. Donde los puntajes directos fueron convertidos a puntajes porcentuales para la comparación de variables. Los resultados obtenidos de los participantes muestran que las habilidades sociales donde presentan mayor dificultad corresponden a: V1 primeras habilidades sociales, V4 habilidades alternativas a la agresión y V5 habilidades para hacer frente al estrés. Estas variables guiaron el proceso de planificación de actividades.

La puntuación v1 (primeras habilidades sociales), responde a un puntaje bajo desenvolvimiento social y un vínculo interpersonal inadecuado. En la variable 4 (habilidades alternativas a la agresión), representaría que no poseen herramientas para una buena interacción social. En la variable 5 (habilidades para hacer frente al estrés), representaría una inadecuada forma de resolver situaciones que causen tensión o ansiedad.

Tabla 12**Resultados de la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein post-intervención.**

Escala de Habilidades Sociales Post-intervención							
Encuestados	V1	V2	V3	V4	V5	V6	PDO
1	26	20	23	23	32	28	78
2	27	22	26	26	30	26	77
3	23	19	22	22	24	22	69
4	20	20	24	23	42	28	78
5	25	20	24	28	32	24	76
6	25	22	23	29	30	27	78
7	28	20	24	24	30	24	75
8	26	23	22	30	30	32	81
9	24	20	13	14	28	29	64
10	28	22	20	26	32	28	78
11	24	21	24	32	32	28	80
12	25	20	24	27	30	25	75
Media X	25,08	20,75	22,41	26,75	31	152,08	75,75

Nota: Abreviaturas de la Escala de Habilidades Sociales

PDO: Puntuación directa obtenida, **V1:** Primeras Habilidades Sociales, **V2:** Habilidades sociales avanzadas, **V3:** Habilidades relacionadas con los sentimientos, **V4:** Habilidades Alternativas a la Agresión, **V5:** Habilidades para Hacer Frente al Estrés y **V6:** Habilidades de planificación.

La tabla se elaboró con las calificaciones de los beneficiarios posterior al “entrenamiento en habilidades sociales para mitigar sintomatología depresiva “. Los resultados están realizados mediante puntajes directos para determinar la existencia de una diferencia significativa entre los grupos. Los participantes mejoraron en la escala de habilidades sociales de un nivel inadecuado a un nivel normal (satisfactorio) y en específico 4 integrantes lograron puntuar con un buen nivel (sobresaliente).

Con respecto a la variable 1 primeras habilidades sociales corresponde a: escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse, presentar a otras personas, hacer un cumplido.

La variable 4 habilidades alternativas a la agresión corresponde a: pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, empezar el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás, no entrar en peleas.

Y la variable 5 habilidades para hacer frente al estrés: formular una queja, responder a una queja, demostrar deportividad después de un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le dejan de lado, defender a un amigo, responder a la persuasión, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a una acusación, prepararse para una conversación difícil, hacer frente a las presiones del grupo.

Ilustración 7

Ilustración 7: Puntajes directos obtenidos transformados en porcentajes sobre el máximo posible de cada escala durante la etapa Pre-intervención y Post-intervención.

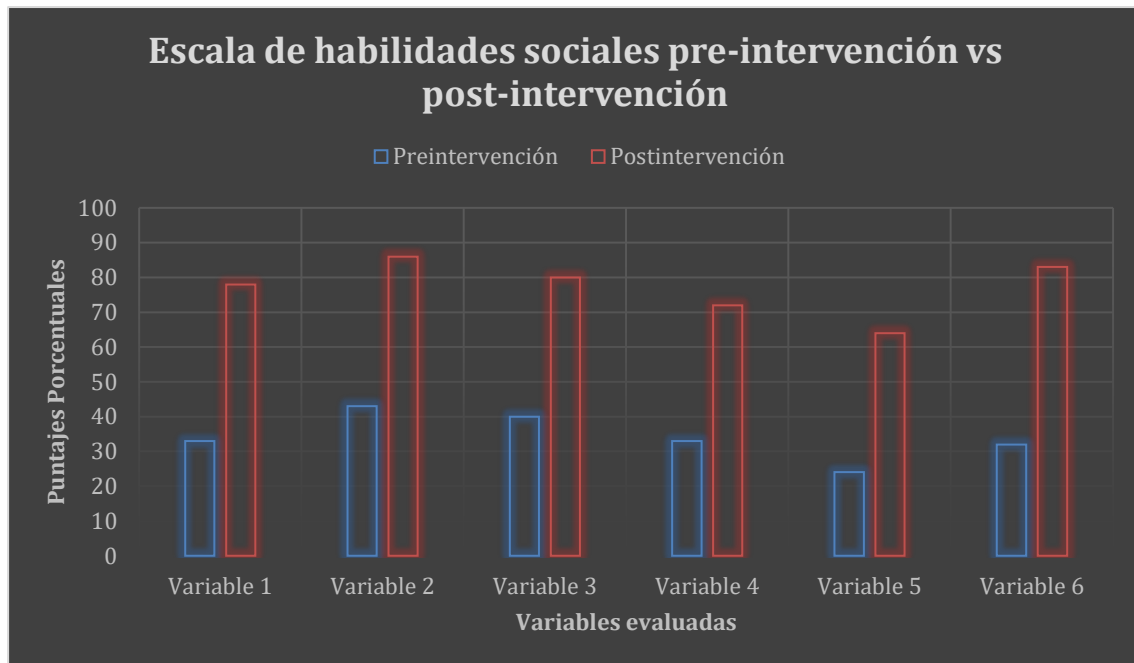


Ilustración 7: Elaborado por Oscullo, A & Yela, K, 2022

Evaluación preintervención de la muestra: La expresión de esta tabla se realizó en medias grupales para ubicar el nivel porcentual que representa cada variable, de modo que los puntajes obtenidos se encuentran bajo el 40% lo que resulta en una deficiencia general de habilidades sociales en los participantes, siendo la variable 5 habilidades para hacer frente al estrés con la menor puntuación de un 24%, seguida de las variable 4 habilidades alternativas a la agresión y variable 1 primeras habilidades sociales ambas con un 33%.

Evaluación postintervención de la muestra: En comparación con los resultados obtenidos en la aplicación del test post-intervención se encuentra un incremento significativo en el nivel de habilidades sociales que poseen los participantes: donde la variable 5 habilidades para hacer

frente al estrés puntúa un 64%, seguida de la variable 4, habilidades alternativas a la agresión con un 72% y la variable 1 primeras habilidades sociales ambas con un 78%.

3.1.2. Análisis estadístico de la t de student en la escala de habilidades sociales de Goldstein.

Tabla 13

Valor t de student de la VARIABLE 1 del test que usamos para la evaluación.

CUESTIONARIO DE (HHSS) DE ARNOLD GOLDESTEIN Variable 1				
PARTICIPANTES	PRE-INTERVENCION	POST-INTERVENCION	d	d ²
1	9	26	-17	289
2	13	27	-14	196
3	12	23	-11	121
4	12	20	-8	64
5	14	25	-11	121
6	10	25	-15	225
7	9	28	-19	361
8	8	26	-18	324
9	9	24	-15	225
10	11	28	-17	289
11	12	24	-12	144
12	10	25	-15	225
		Σ	-172	29584
		Valor t de student =	(-1)	15,117

Nota: (HHSS) Escala de habilidades sociales de Goldstein, (**d**) diferencias, (**d²**) diferencias cuadráticas, (**Σd**) sumatoria de diferencias, (**Σd²**) sumatoria de diferencias cuadráticas.

En la tabla 13 se puede evidenciar la obtención de la t de student de la variable 1 de la Escala de habilidades sociales, la cual posee 11 grados de libertad ($g=N-1$) con una probabilidad de error del (**0.005**), por ende, el valor t a superar es de t teórica es de (**1,796**). Es así como el resultado de t empírica es (**15,117**) en valor absoluto. De este modo se concluye que el cambio en esta variable es significativo correspondiente al proceso de intervención realizado.

Tabla 14

Valor t de student de la VARIABLE 4 de la escala de habilidades sociales de Goldstein.

CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES DE ARNOLD GOLDESTEN Variable 4				
PARTICIPANTES	PRE-INTERVENCION	POST-INTERVENCION	d	d²
1	10	28	-18	324
2	9	24	-15	225
3	9	28	-19	361
4	9	23	-14	196
5	11	28	-17	289
6	10	29	-19	361
7	8	24	-16	256
8	15	30	-15	225
9	14	14	0	0
10	11	26	-15	225
11	20	32	-12	144
12	18	27	-9	81
		Σ	-169	28561
		Valor t de student =	(-1)	9,235

Nota: (HHSS) Escala de habilidades sociales de Goldstein, (**d**) diferencias, (**d²**) diferencias cuadráticas, (**Σd**) sumatoria de diferencias, (**Σd²**) sumatoria de diferencias cuadráticas.

En la tabla 14 se puede evidenciar la obtención de la t de student de la variable 4 de la escala de habilidades sociales, la cual posee 11 grados de libertad (**g=N-1**) con una probabilidad de error del (**0.005**), por ende, el valor t a superar es de t teórica es de (**1,796**). Es así como el resultado de t empírica es (**9,235**) en valor absoluto. De este modo se concluye que el cambio en esta variable es significativo correspondiente al proceso de intervención realizado.

Tabla 15

Valor t de student de la VARIABLE 5 de la escala de habilidades sociales de Goldstein.

CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES DE ARNOLD GOLDESTEIN Variable 5				
PARTICIPANTES	PRE-INTERVENCION	POST-INTERVENCION	d	d²
1	10	28	-18	324
2	9	24	-15	225
3	9	28	-19	361
4	9	23	-14	196
5	11	28	-17	289
6	10	29	-19	361
7	8	24	-16	256
8	15	30	-15	225
9	14	14	0	0
10	11	26	-15	225
11	20	32	-12	144
12	18	27	-9	81
		Σ	-169	28561
		Valor t de student =	(-1)	11,331

Nota: (HHSS) Escala de habilidades sociales de Goldstein, (**d**) diferencias, (**d²**) diferencias cuadráticas, (**Σd**) sumatoria de diferencias, (**Σd²**) sumatoria de diferencias cuadráticas.

En la tabla 15 se puede evidenciar la obtención de la t de student de la variable 4 de la Escala de habilidades sociales, la cual posee 11 grados de libertad (**g=N-1**) con una probabilidad de error del (**0.005**), por ende, el valor t a superar es de t teórica es de (**1,796**). Es así como el resultado de t empírica es (**11,331**) en valor absoluto. De este modo se concluye que el cambio en esta variable es significativo correspondiente al proceso de intervención realizado.

3.5. Análisis descriptivo de la técnica economía de fichas.

Tabla 16

Tabla de cuantificación de puntuaciones de la técnica economía de fichas.

S	T.1	T.2	T.3	T.4	T.5	T.6	T.7	T.8	T.9	T.10	T. 11	T. 12	T. 13	T. 14	Total
1	+5	+3	-8	+2	+2	+2	+2	+2	+1	+2	+2	+1	+2	+1	17
2	+5	+2	+2	+2	+1	+2	+2	-5	+2	+0.5	+1	+1	+2	+2	14.5
3	+5	-5	+1	+1	+2	+1	+1	+2	+1	+2	+2	+1	+2	+1	17
4	+5	+1	+2	+2	-3	+2	+1	+2	-2	+2	+1	+1	+2	+2	20
5	+5	+2	-3	+2	+2	+2	-2	+2	+2	+2	-1	18	+2	+1	20
6	+5	+2	-1	-4	+1	+1	+1	+2	+1	+2	+2	+1	+2	+2	20
7	+5	+2	-3	-6	+1	+2	+2	+2	+2	+2	+1	+2	+2	+2	20
8	+5	+1	+2	+2	-10	+1	+3	+2	+3	+2	+3	-1	+2	+1	16
9	+5	-1	-5	+2	+1	+2	+2	+2	1	+2	+2	+1	+2	+2	20
10	+5	+2	+1	+1	+1	+2	+1	-8	+2	+2	+1	+1	+1	+2	14
11	+5	+1	+2	-8	+2	+1	+1	+2	+2	+2	+2	+2	+2	+1	17
12	+5	-4	+2	+1	+2	+2	+2	+2	+1	+1	+1	+1	+2	+1	20

Nota: Abreviaturas de la tabla 16 de técnica economía de fichas

S: Sujeto, **T1:** Taller 1, **T5:** Taller 5, **T12:** Taller 12, **T14:** Taller 14, **+**: puntajes ganados durante el taller **-**: puntajes perdidos por sesión.

En la tabla 16 se puede evidenciar la suma algebraica de la cuantificación de puntuaciones de la técnica economía de fichas de los participantes durante las 15 sesiones impartidas del programa de entrenamiento (es decir el total de puntos ganados menos el total de puntos perdidos sesión por sesión), donde la mayoría de los beneficiarios presentó en sus resultados parciales y totales un notable incremento con respecto a conductas prosociales. Para ver la lista de los reforzadores remitirse al anexo 4.

3.2. Interpretación Cualitativa

“El enfoque cualitativo consiste en “reconstruir” la realidad, tal y como la observan los actores de un sistema social previamente definido. A menudo se llama “holístico”, porque se precia de considerar el “todo”, sin reducirlo al estudio de sus partes” (Hernández, Fernández Collado, & Baptista, 2014).

Según los registros recolectados de los beneficiarios del programa de entrenamiento expresaron sentirse estresados, ansiosos, molestos y cansados antes de la realización del taller, pero en el transcurso y culminación del taller la población de estudio manifestó en su totalidad sentirse aliviados, relajados, divertidos y felices.

a) Con respecto a la motivación de los participantes para asistir a las sesiones grupales.

Uno de los elementos fundamentales para la realización del entrenamiento en habilidades sociales para mitigar sintomatología depresiva, fue motivar a los participantes en asistir y comprometerse con las actividades a realizar.

En este caso utilizaremos una comparación punto a punto de casos con mayor relevancia, (adolescente menos comprometido vs el adolescente que mostro mayor participación).

Encuestado número 7 (menos motivado y no participativo) con menor puntuación del instrumento para evaluar estado de ánimo bajo.

Adolescente varón 16 años 3 meses, 38 semanas de gestación, puntuación de 6 puntos APGAR natal, Talla 1,65 m, peso 68 kg, familia monoparental (abandono del padre), ocupación materna: vendedora ambulante (negligencia parental), primero de dos hermanos (13 años), manifiesta conductas agresivas generalizadas, en especial conflictos fraternos.

Ocupación: limpiador de zapatos

Escolaridad: secundaria (5to de bachillerato) historial de faltas e incumplimiento escolar.
Poco interés académico, aunque comenta que sus profesores lo ayudan y fomentan a cumplir su aprendizaje.

Estilo de vida: despreocupado, ausencia de plan de vida.

Comportamiento de riesgo: consumo de sustancias y actividades delictivas.

No menciona enfermedades graves.

Nivel socioeconómico: bajo-recursos básicos limitados.

Encuestado 7 es un adolescente que asiste al centro (MP), institución ubicada de Chillogallo donde los docentes de la institución manifiestan que tiene problemas para acatar indicaciones, se expresa de manera ofensiva y constantemente mantiene peleas con compañeros y su desempeño escolar es bajo. Al realizar el primer taller se mostró inquieto y determinado a distraer a sus compañeros generando distracciones como levantarse de su lugar, salir del lugar de trabajar y hacer burlas a sus compañeros. Referente al cumplimiento de la asistencia registró retrasos constantes de un lapso de 20 minutos de la hora estipulada.

El participante 7 se caracterizaba por comportamientos agresivos hacia sus compañeros, uso de lenguaje malsonante, uso de aparatos electrónicos en los talleres, uso de comentarios sarcásticos, amenazas y amedrentaciones contra sus compañeros, dificultad acatar instrucciones y en ocasiones presentarse bajo efecto de sustancias alucinógenas. En el primer taller el adolescente demostró interés en ser partícipe de la dinámica de inicio, pero generaba constantes interrupciones y fomentaba la indisciplina entre los demás participantes, acción que dificultó la realización de la actividad planificada; presentación de la técnica economía de fichas.

Este comportamiento distractor ínsito a dos integrantes más a seguir con esta conducta distractora de modo que se optó por separarlos en un subgrupo de trabajo. Lo cual facilitó la continuidad del taller con los demás participantes. Por tal razón se planificó para las futuras sesiones realizar los talleres en dos grupos (A y B) cada uno direccionado por un autor. De modo que uno de estos grupos fue destinado a trabajar con los adolescentes que generan mayores distracciones (grupo A). Al llegar al cierre de la sesión se negó a participar de la retroalimentación, pero sí generó comentarios amenazantes hacia sus compañeros por lo tanto fueron restados los puntos correspondientes. En la primera sesión de entrenamiento de las primeras habilidades sociales, el participante 7 no entraba saludando al taller y durante el transcurso de la sesión se mostraba desinteresado y vacilante, acción que dificultó la dinámica de inicio. Posteriormente se hicieron subgrupos y en uno de ellos él tendría que ser el líder que dirige al grupo para el cierre de la sesión, lo que permitió un cambio de conducta en el participante el cual fue despedirse de sus compañeros y de los facilitadores.

En las sesiones 5 y 6 se produjo un cambio de conducta al iniciar las sesiones el participante 7 entraba saludando y al finalizar las mismas hacía cumplidos a los facilitadores para que continúen con los talleres mencionando: “es una buena forma de no perder el tiempo, siento que estoy tranquilo y me gusta esta sensación”.

También se pudo determinar que estas conductas propositivas adoptadas por el participante 7 en estas primeras sesiones fueron acogidas por sus compañeros. En los talleres de autoinstrucciones acudió con retraso, pero se mostró participativo en la realización de la dinámica (origami) es decir acataba con las indicaciones impartidas pero hacía mofa de sus compañeros y mantenía risas constantes del sub grupo A, después de 3 llamados de atención este grupo perdió puntos en la economía de fichas, acción que generó un cambio de comportamiento

en el resto de participantes pero generó agresividad en el participante 7 por lo que fue necesario realizar una contención emocional, tras lo cual el participante mantuvo la calma y continuó con el resto de la actividad en silencio pero se negó a participar de la retroalimentación de esta sesión. En la sesión correspondiente al entrenamiento en habilidades sociales (habilidad para iniciar una conversación) se tomó al participante 7 como asiste para ejemplificar la actividad, donde se pudo presenciar características de liderazgo, pero estas eran interrumpidas por gritos y palabras malsonantes como medio de captar la atención del resto de participantes, lo que generó la sanción correspondiente de puntos. Tras lo cual el participante comentó “solo a mí me quitan puntos” ante este hecho se recordó la causa de este accionar y se animó a recuperar los puntos perdidos en la siguiente sesión. El participante se ausentó en las sesiones 12 y 13, mencionó encontrarse fuera de la provincia por motivos de trabajo.

Encuestado número 8 (mayor motivación y participación)

Adolescente varón 15 años 10 meses 40 semanas de gestación, puntuación de 8 puntos APGAR natal, talla 1,60 m, peso 53 kg ,familia monoparental (abandono del padre y madre), se encuentra al cuidado ocasional de su abuela materna, quien se dedica a trabajo agrícola, El participante 8 ocupa el sexto lugar de 10 hermanos, todos de género masculino y mayores de edad, comenta que no los conoce debido a que cada uno reside fuera de Quito, comenta no tener cuidados suficientes en su hogar y que él es responsable de sí mismo.

Ocupación: actividades de mecánica automotriz

Escolaridad: secundaria (4to de bachillerato) historial de faltas e incumplimiento escolar, poco interés académico, declara que no tiene los medios necesarios para asistir a sus clases y esto ha generado un desinterés.

Estilo de vida: ansioso respecto a su plan de vida, expectativas empobrecidas.

Comportamiento de riesgo: consumo de sustancias y actividad sexual.

No menciona enfermedades graves.

Nivel socioeconómico: bajo-recursos básicos limitados.

Participante 8 es un adolescente que asiste al centro de referencia mi patio institución ubicada en Chillogallo donde los docentes del lugar manifiestan que su comportamiento normalmente es tranquilo y obediente, pero que sí existe momentos donde discute y pelea con sus compañeros, pero sin embargo mantiene un cumplimiento constante de sus tareas. Al realizar el primer taller participante 8 se mostró motivado en participar, incitaba a sus compañeros a mantener el silencio y atender a las indicaciones, en ocasiones daba una palmada a los compañeros cercanos para evitar que mantuvieran conversaciones externas.

Referente a su asistencia llegaba entre un lapso de 10 minutos antes de la hora estipulada. Desde el inicio se mostró empático y participativo, comportamiento que perduró durante el transcurso de todos los talleres.

En el primer taller el adolescente demostró interés en ser partícipe de la dinámica de inicio, realizando comentarios de satisfacción y agrado como fueron “que vamos a hacer, yo quiero participar, me gusta conversar “de modo que la presentación de la economía de fichas generó un interés significativo por los premios a alcanzar. Durante el cierre de esta sesión el participante nos compartió sus pensamientos antes el taller “quiero ganarme los premios, no voy a faltar, solo tengo que portarme bien”. En la primera sesión de entrenamiento de las primeras habilidades sociales, el participante 8 entraba saludando a sus compañeros y facilitadores en el taller, sin embargo, en la actividad para el cierre de la sesión se mostró indispuerto y molesto porque no

fue elegido líder en su grupo, manifestando: “que le parecía injusta la decisión de los facilitadores, que él se ha portado bien y escogen al peor”. Al finalizar la actividad se lo separó de sus compañeros y se explicó que en los talleres se busca la integración mediante actividades grupales que incentivan la colaboración, la amabilidad, el respeto, la solidaridad y el compañerismo; lo que fue tomado con una actitud positiva y posteriormente pidió disculpas al participante 7 por haberlo ofendido. En las sesiones posteriores siguió con una buena actitud y se pudo observar que mejoró la relación con el participante 7. En el plan de enseñanza en autocharla positiva se encontraba con el inicio de la sesión, preguntando “puedo ayudar en algo” esperando ser recompensado con puntos de la técnica economía de fichas. Al iniciar la dinámica (origami) indicó a sus compañeros que era necesario guardar silencio y mantuvo su atención en las indicaciones del instructor, durante todo el proceso guardó la compostura y levantaba la mano para realizar alguna pregunta, obteniendo puntos por su comportamiento favorable. Fue uno de los primeros participantes en concluir la actividad y tuvo tiempo de ayudar a sus compañeros.

Para el cierre de esta sesión realizó comentarios sobre la importancia de tener paciencia y que su agrado por esta actividad.

En la sesión correspondiente al entrenamiento en habilidades sociales (habilidad para iniciar una conversación). Se ofreció como voluntario para desarrollar esta actividad y mantuvo un comportamiento calmado y participativo durante toda la sesión, en ocasiones llamaba la atención de sus compañeros para que guarden silencio y luego se disculpaba con el instructor por regañar a sus compañeros. Al final de la sesión insito a sus compañeros en ofrecer alguna reflexión de la actividad y aplaudió después de la participación de estos.

Interpretación

Posterior a la comparación punto a punto de dos participantes significativos referentes a la motivación y participación en el programa de entrenamiento en habilidades sociales para mitigar sintomatología depresiva. Se procederá a realizar una distinción entre los aportes más relevantes en el programa. Las características de los participantes descritos muestran una relación equivalente entre la motivación en asistir a las sesiones y la hora de ingreso, de este modo se evidenció una asistencia impecable y constante del participante hacia el taller de habilidades sociales. Un factor importante para considerar es el nivel de influencia en el grupo que tienen los participantes, donde el participante 7 recibió mayor atención de sus compañeros pese a que estas acciones eran dirigidas a realizar conductas disruptivas, mientras que el participante 8 tenía menor influencia en el grupo, ya que para el grupo resultaba más atractivo generar caos e indisciplina que mantener la compostura y acatar indicaciones.

Finalmente es importante considerar la situación ambiental y social, donde el lugar en el que habitan influye en su comportamiento. Es por esta razón que encontrarse en un ambiente de riesgo obliga a crear estrategias de afrontamiento para subsistir en este sistema.

Al terminar el entrenamiento ambos participantes demostraron un mayor desempeño en comparación a su motivación inicial, lo que demuestra aparentemente que encontrarse en una situación vulnerable y un ambiente familiar conflictivo no es un limitante al momento de promover un interés participativo con el cumplimiento de las actividades del programa de entrenamiento. Siendo que el paciente que se mostró mayormente motivado se caracteriza por una constante disciplina, puntualidad, responsabilidad, respeto hacia sus compañeros y la ausencia de lengua mal sonante, características ausentes en el paciente menos motivado. En tal

sentido la presencia de estas características comportamentales parece ser necesarias para mantener motivado a un paciente en asistir a los talleres grupales.

b) Respecto a la adherencia de los participantes mediante las técnicas impartidas en el programa de entrenamiento.

Comparación entre técnicas con mayor dificultad de implantar vs técnicas con mejor aceptación.

Se realizará una distinción entre la técnica con menor participación vs técnica con mayor participación, lo que refleja a la adherencia de los participantes referente a su compromiso con el programa de entrenamiento.

Encontrar y persuadir distorsiones cognitivas presentes en pensamientos automáticos.

La primera aproximación con el grupo de adolescentes fue reconocer los pensamientos distorsionados que prevalecen en el grupo. Con la característica general de que estos pensamientos el grupo los concibe como verdades, pero tienen error, debido a la incapacidad inicial del grupo en lograr distinguir pensamiento objetivo de pensamiento subjetivo; pensamiento dicotómico se convirtió en la primera distorsión cognitiva a combatir.

En la sesión de habilidades sociales avanzadas, los participantes se mostraron desinteresados con la forma en cómo se guio esta sesión y con las actividades planificadas; al final de esta no se pudieron ver cambios. En la ficha de autorregistro y en el cierre de la sesión los participantes mencionaron: “que fue aburrido estar ahí y que no habían comprendido lo que se les explicó”. En el transcurso de las sesiones el grupo genero muy pocas suposiciones u opciones lo que imposibilitaba la creación de hipótesis e impide generar nuevas alternativas. Es por esto por lo que el entrenamiento estuvo enfocado en aprender a valorar los puntos medios y combatir el

pensamiento polarizado, este trabajo requirió un tiempo representativo de 5 sesiones para conseguir cambios representativos. A partir de la cuarta sesión se empezó a generar nuevas alternativas ante pensamientos dicotómicos. Una vez superado este pensamiento distorsionado se continuo con la siguiente distorsión cognitiva, la cual fue lectura de pensamiento representando una distorsión arraigada en esta población de adolescentes que demostraron mayor dificultad en instruirse en esta técnica. Siendo los comentarios más frecuentes: “no entiendo, no sé para qué sirve esto, estoy seguro de que los otros piensan así de mi”.

De modo que enseñar a separar hechos de suposiciones tuvo que volverse una actividad cotidiana durante la mayoría de las sesiones impartidas.

Es por estos motivos que un inicio generó una baja atención de los adolescentes a esta actividad planificada, pero con el transcurso de los talleres y el incremento de ciertas habilidades sociales la atención y entrenamiento en esta técnica fue mejorando hasta lograr un desempeño satisfactorio. Esta actividad no estuvo presente como objetivo en la planificación de los talleres del programa de entrenamiento, por lo tanto, no tuvo una evaluación previa en los beneficiarios.

Técnicas con más aceptación en el programa de entrenamiento.

Entrenamiento en autoinstrucciones de Meichenbaum- modelado de Bandura

Se realizo un entrenamiento combinado entre técnicas; la técnica de modelado de Bandura, para enseñar comportamientos prosociales, mientras se describió paso a paso a manera de auto instrucciones como realizar estas conductas. La sesión consistió en descomponer la conducta deseada en un máximo de siete pasos, repetir los pasos establecidos de manera verbal hasta saberlos de memoria y finalmente ejemplificar la conducta paso a paso donde la voz (auto instrucción hablada) no se antepone a la acción a realizar; esta acción se repite ante un público

presente. De modo que los adolescentes se ubicaban en forma circular y ordenada para atender a los ejemplos a manera de rol play en un tiempo estimado de 3 minutos libre de interrupciones, al terminar la dramatización se aplaude y felicita a los participantes por la realización de la actividad y posteriormente realizan comentarios a manera de retroalimentación, como fueron: “me gusta participar, es fácil esta actividad, es divertido verme a mí mismo actuar y también ver a los demás”.

Se logró mantener un orden duradero y respetuoso durante todo el entrenamiento de esta técnica lo que facilitó los métodos de enseñanza y favoreció la cohesión grupal, siendo los comentarios más frecuentes de los participantes eran “quiero ser el primero en hacer la actividad, es divertido ver lo que hacen los compañeros”.

Esta actividad si estuvo presente como objetivo en la planificación de los talleres del programa de entrenamiento, por lo tanto, si existió una evaluación previa en los beneficiarios.

Interpretación

A partir del análisis de las tensiones presentadas mediante una comparación punto a punto de dos técnicas empleadas en el programa de entrenamiento de habilidades sociales para mitigar sintomatología depresiva, donde se compara el nivel de dificultad que fue requerido en cada técnica para ser instaurada en los participantes. En las técnicas descritas se encontró que tuvieron mayor facilidad y participación las técnicas que representan un entrenamiento grupal. De modo que el grupo mantuvo una participación constante y logró una atención duradera ante las diferentes temáticas presentadas a diferencia de las técnicas que requieren un esfuerzo reflexivo (dinámicas pasivas-combatir pensamientos distorsionados). Debido a esto se presume que

realizar actividades grupales, mejora la adherencia de los participantes e implica un compromiso con el programa de entrenamiento.

c) ¿Cómo conseguir aún mejores resultados en las puntuaciones obtenidas en el test de Goldstein?

Un componente importante para evaluar los resultados del entrenamiento habilidades sociales son las puntuaciones del test de Goldstein. Por ello se investigará los resultados de un mejor desempeño en el entrenamiento grupal tomando como base la comparación del comportamiento de los participantes en: La sesión de inicio vs la sesión final, las cuales evidencian el desarrollo del programa de entrenamiento en habilidades sociales.

Sesión de Inicio

La realización de la primera sesión del entrenamiento en habilidades sociales para mitigar sintomatología depresiva tuvo lugar en las instalaciones de la institución tanto en áreas verdes como un salón comunitario. De modo que se destina el espacio adecuado según las actividades planificadas durante todo el entrenamiento del programa. Esta presentación generó distintos tipos de comentarios por parte de los adolescentes participantes, entre los más significativos fueron: “¿para qué es esto?, ay! que aburrido, nos gusta que hagamos algo diferente, queremos que los compañeros dejen de molestar, quienes son ustedes y no confiamos en los profesores”. Esta desconfianza evidente en los comentarios creaba un ambiente de tensión y limitaba el contacto entre adolescentes y facilitadoras. Posterior a la bienvenida se realizó una dinámica de cohesión grupal donde se dividió al grupo en dos y después se explicó que los grupos deben llegar al otro extremo del patio sin soltarse de las manos. Esta actividad permitió evaluar la capacidad del grupo para resolver un problema. Pero los comportamientos del grupo terminaron en: caos,

gritos, peleas, amenazas y empujones. Incluso algunos participantes se negaron a realizar la actividad. Para el desarrollo del cuerpo de la sesión se optó por la aplicación de una encuesta sociodemográfica y reactivos psicológicos (Inventario de depresión de Beck y Escala de habilidades sociales) a los participantes que forman parte del proyecto. Actividades que necesitaron un trabajo individual con cada participante debido a que los comportamientos agresivos entre compañeros del grupo impedían aplicar las encuestas de forma grupal. Antes de finalizar la primera sesión se realizó una dinámica de cierre llamada (dos verdades y una mentira): Esta dinámica permitió reconocer aspectos significativos del grupo y su habilidad para trabajar en equipo, la actividad consistió en que cada miembro del equipo expone sobre sí mismo 3 afirmaciones sobre cualquier tema y el grupo tiene que adivinar cuál es la mentira. En esta actividad los adolescentes priorizaron las falsas afirmaciones, es así como nuevamente se generó un conflicto entre los participantes acusando de “mentirosos” y llegando a provocar conductas agresivas entre ellos, pero se logró controlar al grupo y aproximarse a una pequeña retroalimentación de las conductas negativas y a la creación del compromiso para la asistencia y cumplimiento del reglamento estipulado para la realización del entrenamiento en habilidades sociales.

Última sesión del entrenamiento en habilidades sociales

En esta sesión se incluyó a los nuevos pasantes de psicología al taller y se realizaron subgrupos con los participantes, de modo que el grupo de adolescentes pueda realizar actividades de esparcimiento con los nuevos pasantes de psicología. Al finalizar estas actividades se formaron grupos de trabajo y se plantearon a manera de dramatización conflictos cotidianos que pudieran vivir los adolescentes con la finalidad de proponer estrategias de afrontamiento para solucionar dichos problemas planteados o a su vez expresar qué alternativas usarían para evitar

una pelea. Los resultados de esta actividad fueron satisfactorios ya que todos los participantes expresaron comentarios acertados y propusieron estrategias adecuadas para mantener conductas prosociales. Uno de los ejemplos más significativo en el grupo fue cuando los participantes realizaron un círculo tomado de las manos y de manera voluntaria dramatizaron como el actor principal pediría disculpas a su amigo por haber revelado un secreto para después solicitar a los participantes que expresen cómo sería una forma adecuada de disculparse ante otra persona y mantener la compostura ante la presencia de un conflicto agresivo. Cabe recalcar que el comportamiento de los adolescentes durante la sesión se caracterizó por ser respetuoso y calmado. Ya que manifestaron estar en un ambiente tranquilo y haber creado una relación amistosa con los facilitadores, donde los comentarios fueron: “ustedes nos caen bien, son buenas personas ya que se preocupan por nosotros y si les importamos”.

Durante el desarrollo central de esta sesión los comentarios predominantes generados por los participantes fueron: “debemos respetar cuando los demás están hablando, no es bueno reírse de los compañeros, las peleas no ayudan a nada y me gusta llevarme bien con mis compañeros”

En esta última sesión se llamó a los participantes por separado para indicarles los resultados de los reactivos aplicados pre y post-intervención y una felicitación por los logros alcanzados. Posterior a la entrega de resultados, se formó un solo grupo y se impartió una lista de estrategias de afrontamiento, las cuales tuvieron la intención de dotar de un listado de alternativas que puedan utilizar los adolescentes cuando las situaciones se complican. Y se realizó una lista con los recursos de apoyo con los que cuentan los participantes. En el cierre del programa de entrenamiento se invitó a los participantes a un compartir de bocadillos, con música y baile para celebrar la culminación satisfactoria de todas las actividades mediante la entrega de un diploma afectivo con el nombre de cada participante.

Interpretación

Esta comparación punto a punto entre la sesión inicial y la sesión final permite comprender que factores contribuyen a un mejor rendimiento de los participantes en sus habilidades sociales. Este programa estuvo delimitado por los resultados obtenidos de los reactivos psicológicos, de modo que al incrementar las habilidades sociales aparentemente mitigan sintomatología depresiva y favorecen conductas prosociales.

Las actividades estuvieron planificadas en función a los resultados obtenidos tanto en el inventario de depresión de Beck, el cual sugiere la necesidad de inmediatez de intervención y la escala de habilidades sociales de Goldstein, que permitió identificar en que habilidades en específico trabajar.

El alcance que tiene poseer varias habilidades que favorezcan la integración y participación prosocial dentro de un grupo de trabajo repercute directamente en la obtención de mejores puntuaciones en la evaluación de habilidades sociales de Arnold Goldstein.

4. Principales logros del aprendizaje

El desarrollo del proyecto de entrenamiento en habilidades sociales para mitigar sintomatología depresiva, se abarcó una serie de aspectos a considerar, desde la situación socioeconómica y cultural de la población atendida hasta los mecanismos de afrontamiento que utilizan los adolescentes para su desempeño diario en su ambiente social. De manera que generar una planificación de actividades adecuadas para esta población representa un pilar fundamental para un correcto desempeño de las sesiones, es por esto por lo que fue necesario realizar una enseñanza previa en el manejo teórico para la ejecución de varias técnicas y estrategias de intervención en la práctica. El plan de enseñanza y mejora en destrezas en interacción

interpersonal tuvo un enfoque cognitivo conductual principalmente desde la teoría de Arnold Goldstein enfocado en programas correctivos que aumenten el potencial del adolescente. Y así intensificar las capacidades de los jóvenes para manejar los conflictos interpersonales. Como fue implementar estrategias enfocadas en motivar el aprendizaje a través de un programa de reforzamiento, el cual generó interés, compromiso y normas para un correcto desempeño. Debido a que tanto en el ambiente familiar como institucional no contemplaban la importancia que tiene realizar un apropiado proceso terapéutico. Es por este motivo que la primera aproximación terapéutica fue realizar un proceso de psicoeducación a ciertos docentes del centro (MP) para posteriormente continuar con el programa de entrenamiento con el grupo de adolescentes seleccionado.

El aprendizaje adquirido mediante las sesiones de tutorías consiguió reforzar conocimientos teóricos llevados a la práctica, que de la mano con una supervisión adecuada se logró crear planes de intervención específicos para fomentar conductas socialmente favorables. Es así como en la ejecución de las actividades disponíamos de un amplio arsenal de herramientas para enfrentar y dar soluciones eficaces a todas las adversidades presentadas. De este modo logramos aprender que es necesario poseer varias habilidades y conocimientos adecuados para efectuar un trabajo significativo en las personas. Por ejemplo, las experiencias negativas ligadas al contexto sociocultural de los participantes, los cuales están habituados a mantener conductas agresivas y desafiantes que, acompañadas con un sentimiento de abandono, resulta en un desinterés por aprender cambios comportamentales. Otra experiencia negativa fue los métodos de enseñanza de ciertos educadores pertenecientes a la institución los cuales se caracterizaban por una limitada tolerancia a la frustración y pocas estrategias de afrontamiento. Sin embargo, estos aspectos pudieron ser abordados y convertidos en experiencias positivas evidenciadas en el grupo de

trabajo y en el transcurso de cada sesión. La evolución en el desempeño de los participantes fue según lo esperado, de modo que adolescentes renuentes a la participación se convirtieron en líderes positivos en el grupo de trabajo. Como resultado los productos del proyecto de intervención generaron el diseño y ejecución de un programa de entrenamiento en habilidades sociales para mitigar sintomatología depresiva elaborado por los presentes autores a manera de informe de sistematización de la experiencia. Y es libre de ser tomado como referencia para continuar con nuevos proyectos aplicables en esta comunidad tratada y así invitar a nuevos estudiantes de psicología clínica a abordar las necesidades de estos adolescentes.

Siendo así que el objetivo del proyecto de intervención fue realizar un programa de entrenamiento que mejore y proporcione nuevas conductas socialmente habilidosas, programa que tuvo éxito en su realización en un grupo de 12 adolescentes en situación de abandono que asisten al centro (MP), los mismos que estuvieron presentes en 16 sesiones donde se abordaron técnicas enfocadas en dar alternativas a la agresión, fortalecer primeras habilidades sociales y brindar alternativas para hacer frente al estrés.

Aumentar su autoestima es una forma indirecta de contribuir en el ambiente de la clase, logrando que los adolescentes presten mayor atención a sus asignaturas que al comportamiento destructivo o los conflictos entre los alumnos.

Con los resultados esperados que fueron expuestos anteriormente, se puede concluir que un factor de riesgo presente en esta población es la ausencia de sus figuras parentales, que se encuentran en una situación vulnerable tanto en el aspecto económico como en el social. Lo que puede dificultar el mantenimiento de los resultados alcanzados en el proyecto.

Conclusiones

1. La utilización de reactivos psicométricos cuantitativos permite ejecutar una comparación del antes y después de la modificación de conducta basados en estadística, obteniendo por ejemplo promedios significativos diferentes. Es por esta razón que el cuestionario de habilidades sociales de Goldstein y la escala de depresión de Beck fueron herramientas importantes para la realización de este trabajo debido a que poseen sensibilidad (capacidad del test para reconocer y detectar casos), especificidad (capacidad para detectar no casos), validez discriminante (logra distinguir entre altos, medios y bajos) y validez ecológica (tiene utilización práctica, es útil en relación al sujeto), entre otras. Obteniendo resultados claros y específicos que direccionaron en que aspectos se debe abordar.
2. Los resultados de los reactivos psicométricos son un referente del análisis de resultados, donde la comparación de las matrices numéricas arroja los puntajes directos más representativos de las ganancias adquiridas en el programa de entrenamiento, puntajes estudiados mediante la prueba estadística t de student para medidas repetidas; la cual demuestra la efectividad del programa de entrenamiento porque los valores de (t) empírica (**4.772**) obtenidos en inventario de depresión de Beck son mayores al valor de (t) teórica o valor crítico (**1,796**). Mientras que los valores de (t) empírica (**1,796**) de la escala de habilidades sociales son mayores al valor de (t) teórica o valor crítico (**15,117**)
3. Los factores que inciden en el incremento de la motivación de los beneficiarios del programa de entrenamiento están relacionados con características individuales, reflejadas en los autorregistros de los participantes, de modo que estos cumplen la

función de termómetro de emoción enfocándose en delimitar y capturar los pensamientos distorsionados que generan malestar. Los participantes que se encuentren predispuestos a mantener conductas prosociales obtendrán mejores resultados que un participante renuente a la participación. Entrenar a capturar los pensamientos distorsionados responde a un tratamiento complejo el cual requiere tiempo y planificación mayor para los participantes, esto es un factor de interpretación del porque esta técnica funciona menos durante su actual aplicación.

4. Un factor que influye en la adherencia de los adolescentes son las técnicas grupales porque requieren cooperación entre participantes ya que una representación en rol play promueve la corporalidad y a su vez genera competitividad entre ellos; lo que contribuye a un sentido de pertenencia con un grupo establecido; a diferencia de las técnicas reflexivas que en su mayoría involucran un desempeño individual enfocadas en cambiar la forma de pensar.
5. Establecer un vínculo cercano entre facilitador y participantes contribuye a crear un ambiente de confianza y seguridad que se caracteriza por poseer normas y compromisos bien delimitados, propicia mejores puntuaciones obtenidas en la escala de habilidades sociales.
6. La técnica de economía de fichas representó un pilar fundamental para propiciar comportamientos socialmente aceptables en esta población de adolescentes durante el entrenamiento, por ser personas caracterizadas por conductas agresivas. Esta herramienta es parte de un listado básico de técnicas de modificación de conducta que responde al sistema motor, consistió en un programa combinado de reforzamiento positivo y costo de respuesta donde el paciente se compromete a cumplir un listado de

conductas deseadas obteniendo un reforzador significativo para el sujeto y en su contra cuando ejecuta conductas no deseadas dentro del programa pierde puntuaciones. Es por este motivo que los participantes del programa de entrenamiento en habilidades sociales mejoraron notoriamente su comportamiento en grupo, acciones que beneficiaron su interacción dentro y fuera de la institución educativa y favoreció el decremento de puntuaciones en la escala de depresión de Beck.

Recomendaciones

1. Se recomienda mantener un enfoque de investigación mixto para tener una mejor comprensión sobre las necesidades de los participantes con el fin de crear un programa adecuado para dar respuesta a estas necesidades.
2. Se recomienda que los nuevos pasantes de psicología que asisten al centro (MP) continúen con el programa de entrenamiento en habilidades sociales.
3. Se considera relevante continuar con propuestas novedosas en los talleres del programa de entrenamiento para una mejor adherencia de los participantes a fin de que se pueda trabajar con una muestra más amplia en futuros programas de entrenamiento.
4. Se recomienda crear un apartado específico para aplicar un inventario de ideas irracionales y así identificar y combatir pensamientos negativos presentes en los adolescentes
5. Se recomienda a los nuevos pasantes de psicología involucrarse de manera proactiva a las diferentes realidades de los jóvenes que asisten al centro (MP).
6. Por último, es recomendable continuar con el programa de entrenamiento en habilidades sociales con evaluaciones periódicas para comprobar el mantenimiento de los logros obtenidos en este programa de entrenamiento.

Lista de referencias

- Aguirre, A. (2002). Capacidad y factores asociados a la resiliencia, en adolescentes del C.E. Mariscal Andres Avelino Caceres. Capacidad y factores asociados a la resiliencia, en adolescentes del C.E. Mariscal Andres Avelino Caceres. Lima, Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.*
- Bandura. (1969). Principles of behavior modification. New York.*
- Collado, E., & Cano, A. (2014). Habilidades Sociales. España: SEAS.*
- Fullana, M., Fernández de la Cruz, L., Bulbena, A., & Toro, J. (2011). Eficacia de la terapia cognitivo-conductual para los trastornos mentales. ELSEVIER DOYMA.*
- Goldstein, A. P., Sprafkin, R. P., Gershaw, N. J., & Klein, P. (1989). Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. (Un programa de enseñanza). Martínez Roca.*
- Hernández, S., Fernández Collado, C., & Baptista, L. (2014). Metodología de la investigación. México.*
- Labrador, F. J., Cruzado, J. A., & Muñoz, M. (2011). Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta. Psicología Pirámide.*
- Miembros de la federación europea de psicólogos. (2015). Evaluación del inventario BDI-II. EFPA.*
- OMS. (1990). Las condiciones de salud de las Américas. Washington: Organización Panamericana de la Salud.*
- Today, P. (2018). What Is Depression? Psychology Today. Obtenido de Psychology Today.*

Villalobos, M. (2006). Interacciones tempranas en el desarrollo de sí. Psicología desde el Caribe.

Anexos

Consentimiento informado

Anexo 1

Carrera de Psicología

Intervención en habilidades sociales con técnicas cognitivo-conductuales para mitigar la sintomatología depresiva en adolescentes en condición de abandono temprano pertenecientes al Programa Acción Guambras, (centro de referencia Mi Patio) en el periodo comprendido entre abril 2021- julio 2021.

Investigadores tutores y/o responsables:

Dr. Mario Márquez

Andrés Oscullo y Karolina Yela

Tutor Académico

Autores del proyecto de intervención

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Sr(a) Usuario, por favor lea atentamente el siguiente documento que tiene como objetivo explicarle el uso y confidencialidad de sus datos, así como sus derechos y compromisos con respecto al proyecto de intervención en el que formaran parte sus representados. Si tiene cualquier duda consúltelas con el/la estudiante.

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Yo, _____, identificado(a) con cédula de ciudadanía número

_____ de _____, manifiesto:

- 1) Mi aceptación al proyecto de intervención ofrecido por los estudiantes de psicología de la Universidad Politécnica Salesiana y que me ha sido explicado y entendido por mí y cuyas condiciones generales me ha aclarado el/la estudiante.
- 2) Que la información que le brindo al estudiante es verdad y corresponde a mi realidad, ya que sobre dicha información se plantean las planificaciones del programa de entrenamiento de habilidades sociales para mitigar sintomatología depresiva.
- 3) Que he leído y comprendido íntegramente este documento y en consecuencia acepto su contenido y las consecuencias que de él se deriven y accedo a lo anteriormente mencionado.

Firma

Fecha

Encuesta sociodemográfica

Anexo 2

sintomatología depresiva en adolescentes en condición de abandono temprano pertenecientes al Programa Acción Guambras, (centro de referencia Mi Patio) en el periodo comprendido entre abril 2021- julio 2021.

A continuación, encontrará una serie de preguntas. Especifique su respuesta marcando con una X la respuesta que corresponde a su situación actual. Las respuestas son anónimas y serán usadas para el proyecto de intervención en el que está participando.

1. Selecciona tu sexo

- Masculino
- Femenino

2. ¿Qué edad tienes?

- 13 o menos
- 13 y un día más a 17 años
- 17 años y un día o más

3. ¿Tienes hijos?

- Sí
- No

4. ¿Con quién de estas personas convives?

- Papá, mamá y hermanos
- Papá y hermanos
- Mamá y hermanos
- Otras personas de tu familia (por ejemplo, abuelos, tíos)

5. ¿De qué material están hechas las paredes de la casa o apartamento donde vives?

- Bloque o cemento
- Madera
- Otro (por ejemplo, cartón o latas)

6. ¿Dispones de servicio de luz eléctrica en tu casa?

- Sí
- No

7. ¿Dispones de servicio de agua en tu casa?

- Sí
- No

8. ¿Quién lo cuida la mayor parte del tiempo?

- Padre
- Madre
- Familiares
- Yo me cuido solo

9. ¿En qué nivel de escolaridad se encuentra actualmente?

- Pre Básico
- Básica Elemental
- Media
- Básica Superior
- Bachillerato

10. ¿Sabe leer?

- Sí
- No

11. ¿Sabe escribir?

- Sí
- No

12. ¿Recibe algún tipo de ayuda escolar en casa?

- Sí
- No

13. ¿En qué lugar recibes clases?

- Casa
- Centro de computo
- Centro de Referencia "Mi Patio"

14. ¿Actualmente se encuentra trabajando?

- Sí
- No

15. ¿Cuántas horas al día trabaja?

- 1 a 3 horas
- 3h 30´ a 5 horas
- Más de 5 horas
- No trabajo

¡Gracias por su ayuda!

Autoregistro de los ejercicios de relajación de Jacobson y Schultz

Anexo 3

Fecha y hora	Estrés antes del ejercicio	Estrés después del ejercicio	Observaciones

Registro de seguimiento de la aplicación de la técnica de economía de fichas.

Anexo 4

Participantes	Puntajes Anteriores	Puntaje nuevo	Total
Sujeto 1			
Sujeto 2			
Sujeto 3			
Sujeto 4			
Sujeto 5			
Sujeto 6			
Sujeto 7			
Sujeto 8			
Sujeto 9			
Sujeto 10			
Sujeto 11			
Sujeto 12			

(Continuación anexo 4)

Economía de Fichas			
	Conductas deseadas	Puntaje	
		Negativo	Positivo
Normas con la Institución	Desobediencia a los educadores.	-8	+2
	Desobediencia a los miembros de la institución	-8	+2
	Desobediencia a los practicantes y voluntarios	-8	+2
	Quitarse la mascarilla	-5	+1
	Lavarse las manos al ingresar a la institución y en el momento de recibir la comida	-2	+0.5
	Botar basura en los patios	-3	+0.5
	Salirse de la formación	-3	+0.5
	Respeto a las normas de convivencia (saludo, agradecimiento)	-5	+05
	Traer el vaso y la cuchara.	-3	+1
	Normas con el ámbito académico	Cumplimiento de tareas	-8
Registrar las tareas con el educador		-5	+1
Asistencia a clases		-8	+3
Traer de los materiales académicos (libros, cuadernos, esferos, hojas para impresión, lápiz y borrador)		-6	+2
Prestar atención en clase		-8	+2
Uso debido de las redes sociales		-5	+1
Interrumpir a los compañeros mientras se encuentran en clase o realizando tareas		-5	+1
Comer dentro del aula		-3	+0.5
	Evitar pelear con sus compañeros	-10	+2

Normas con los compañeros	Evitar gritarse entre compañeros	-5	+1
	Evitar amenazas entre compañeros	-5	+1
	Respeto de las pertenencias ajenas	-5	+1
	Respeto a los compañeros	-5	+1
	Uso de Vocabulario adecuado (malas palabras, insultos)	-10	+2
Puntaje total			20

Normas de oro	Proteger el listado	-5	+2
	Asistir regularmente a la institución	-4	+2
	Recordar los puntos del día	-2	+1
	Respetar las reglas del contrato	-4	+2

Plan de Intervención.

Anexo 5

	Actividades	Tareas
OE3	A3.1	1.1.1
		1.1.2
	A3.2	1.2.1
		1.2.2
	A3.3	1.3.1
		1.3.2
	A3.4	1.4.1
		1.4.2
	A3.5	1.5.1
		1.5.2

Ficha de recuperación de aprendizaje.

Anexo 6

FICHA DE RECUPERACIÓN DEL APRENDIZAJE	
Título de la Ficha:	Institución:
Nombre:	Fecha:
Contexto de la situación:	
Descripción de la sesión:	
Aprendizajes:	
Recomendaciones:	

Registro de sesiones de tutoría.

Anexo 7

Registro Sesiones de Tutoría			
Fecha y Hora	Tema	Firma del tutor	Firma de los estudiantes

Álbum fotográfico de productos manuales.

Anexo 8



Álbum informatizado fotográfico

Anexo 9



Porfolio de registros diarios

Anexo 10

Registro Diario			
Que hice el día de hoy	Tiempo utilizado	Para que lo hice	Quienes participaron

Matriz de ordenamiento y reconstrucción.

Anexo 11

Fecha	Actividad	Participantes	Objetivo	Resultados	Observaciones

Registro de consultas bibliográficas

Anexo 12

Registro de consultas bibliográficas		
Tema	Fecha	Link

Registro de tareas en sesión

Anexo 13

Registro de tareas en sesión		
Participantes	Tareas	Observaciones
Sujeto 1		
Sujeto 2		
Sujeto 3		
Sujeto 4		
Sujeto 5		
Sujeto 6		
Sujeto 7		
Sujeto 8		
Sujeto 9		
Sujeto 10		
Sujeto 11		

Sujeto 12		