



UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

SEDE GUAYAQUIL

CARRERA DE PSICOLOGÍA

**PSICOEDUCACIÓN EN HABILIDADES SOCIALES DEFICIENTES EN
ADOLESCENTES DE OCTAVO DE BÁSICA DE UNA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA PARTICULAR**

Trabajo de titulación previo a la obtención del

Título de **Licenciada en Psicología**

AUTORA:

NAYDELI ANAIS ANZULES HOLGUIN

TUTORA:

PSIC. CL. BAJAÑA MURILLO VERÓNICA GABRIELA, MSC

Guayaquil-Ecuador 2025

II. Certificado de responsabilidad y autoría del trabajo de titulación

CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, **Naydeli Anais Anzules Holguin** con documento de identificación N° **2450269663** manifiesto que;

Soy la autora y responsable del siguiente trabajo; y, autorizo a que sin fines de lucro la Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir, reproducir o publicar de manera total o parcial el presente trabajo de titulación.

Guayaquil, 15 de agosto del año 2025

Atentamente,



Naydeli Anais Anzules

Holguin

2450269663

III. Certificado de cesión de derechos de autor del trabajo de titulación a la

Universidad Politécnica Salesiana

CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

Yo, **Naydeli Anais Anzules Holguin** con documento de identificación N° **2450269663**, expreso mi voluntad y por medio del presente documento cedo a la **Universidad Politécnica Salesiana** la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autora de la **Sistematización de experiencias prácticas de investigación y/o intervención: "Psicoeducación en habilidades sociales deficientes en adolescentes de octavo de básica de una institución educativa particular"**, el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: **Licenciada en Psicología**, en la **Universidad Politécnica Salesiana**, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribo este documento en el momento que hago la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Guayaquil, 15 de agosto del año 2025

Atentamente,



Naydeli Anais Anzules

Holguin

2450269663


IV. Certificado de Dirección del Trabajo de Titulación.

CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, **Bajaña Murillo Verónica Gabriela** con documento de identificación N° **0920000056** docente de la **Universidad Politécnica Salesiana**, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: **PSICOEDUCACIÓN EN HABILIDADES SOCIALES DEFICIENTES EN ADOLESCENTES DE OCTAVO DE BÁSICA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR**, realizado por **Naydeli Anais Anzules Holguin**, con documento de identificación N° **2450269663**, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción **Sistematización de experiencias prácticas de investigación y/o intervención** que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Guayaquil, 15 de agosto del año 2025

Atentamente,



**Psic. Cl. Verónica Gabriela Bajaña
Murillo, Mgtr.
0920000056**

IV. Dedicatoria

El presente trabajo se lo dedico a mi madre, Mirella Holguín, por su apoyo incondicional a lo largo de la carrera universitaria. Para mi representa una mujer luchadora, perseverante y optimista que se esfuerza cada día para su familia, ofreciéndonos oportunidades que en su tiempo no recibió. Gracias por ser mi mejor amiga incondicional y recordarme que un título universitario debe ser un equilibrio entre conocimiento y valores, debido a que es fundamental para un buen desarrollo personal y profesional.

Al resto de personas que forman parte de mi familia como mis hermanos, quienes estuvieron presente en mi proceso universitario, este logro es para ustedes por su ayuda incondicional, palabras de ánimo constante y depositar su confianza debido a que en ocasiones suelo dudar de mis capacidades. Espero también ser una fuente de inspiración para ustedes.

V. Agradecimientos

Agradezco a Dios por permitir que esto sea posible otorgándome sabiduría y perseverancia para terminar esta etapa que fue fundamental en mi vida, el apoyo esencial de mi madre para sustentar los gastos económicos de mi carrera y estar presente en todos mis logros.

A mis profesores, por su infinita paciencia y aprendizaje compartido durante la carrera universitaria, también a mi tutora de tesis por su guía, dedicación y paciencia que fueron aportes valiosos en el área académica que enriquecieron este trabajo.

VI. Resumen

La presente sistematización de experiencia se realizó con el fin de describir las habilidades sociales deficientes en los adolescentes dentro del entorno educativo. Se consideró que el déficit de habilidades sociales influye negativamente en su capacidad para relacionarse, generando dinámicas grupales poco saludables, percepción de rechazo, bajo rendimiento académico y escaso interés por aprender. El ser humano, por ser sociable, al no sentirse integrado tiende a reprimir emociones y evitar situaciones o lugares donde se sienta excluido. Para medir el alcance del problema, se analizaron variables relacionadas con las posibles causas de las habilidades sociales deficientes, sus consecuencias y estrategias integrativas desde el enfoque cognitivo-conductual. Se aplicó una metodología cualitativa, descriptiva y narrativa. Los instrumentos utilizados fueron la revisión documental y el análisis de materiales producidos, los cuales permitieron recoger información relevante en cada fase del proyecto, como durante las charlas y talleres. Se evidenció un cambio parcial en los adolescentes tras la aplicación de las estrategias, lo que demuestra que el método no resultó igualmente efectivo para todos los participantes. Sin embargo, la psicoeducación fue un recurso necesario para generar conciencia sobre las habilidades sociales y promover relaciones sanas dentro del contexto educativo.

Palabras clave: Habilidades sociales deficientes, adolescentes, estrategias.

VII. Abstract

This systematization of experience was carried out to describe the deficient social skills of adolescents within the educational environment. It was considered that the lack of social skills negatively influences their ability to relate to others, leading to unhealthy group dynamics, perceived rejection, low academic performance, and a lack of interest in learning. As human beings are inherently social, not feeling integrated can lead them to repress emotions and avoid situations or places where they feel excluded. To assess the scope of the issue, variables related to the possible causes of deficient social skills in adolescents were analyzed, along with their consequences and integrative strategies from a cognitive-behavioral approach. A qualitative, descriptive, and narrative methodology was applied. The instruments used included documentary review and analysis of materials produced, which helped collect relevant information at each stage of the project, such as during talks and workshops. A partial change was observed in the adolescents following the strategies applied, showing that the method was not equally effective for all participants. However, psychoeducation proved to be a necessary tool for generating awareness about social skills and promoting healthy relationships within the educational context.

Keywords: Deficient social skills, adolescents, strategies.

VIII. Índice

II. Certificado de responsabilidad y autoría del trabajo de titulación	I
III. Certificado de cesión de derechos de autor del trabajo de titulación a la	II
Universidad Politécnica Salesiana.....	II
IV. Certificado de Dirección del Trabajo de Titulación.	III
IV. Dedicatoria	IV
V. Agradecimientos	V
VI. Resumen	VI
VII. Abstract	VII
Primera Parte.....	1
VIII. Datos informativos del proyecto	1
IX. Objetivos:	2
X. Eje de la intervención.	3
XII. Metodología.....	21
XIII. Preguntas clave.....	22
XIV. Organización y procedimiento de la información.....	23
XV. Análisis de la información.....	24
Segunda parte	26
Justificación.....	26
XVI. Caracterización de los beneficiarios	27
XVII. Interpretación.	28

XVIII. Principales logros del aprendizaje	30
XIX. Conclusiones.	31
Referencias Bibliográfica	34
Anexos	38

Primera Parte

VIII. Datos informativos del proyecto

A) Nombre del proyecto.

Psicoeducación en habilidades sociales deficientes en adolescentes de octavo de básica de una institución educativa particular.

B) Nombre de la institución.

El proyecto expuesto se llevó a cabo en una institución educativa particular en la ciudad de Guayaquil.

C) Tema que aborda la experiencia

La presente sistematización de experiencias se desarrolló en el área de psicología educativa y busca comprender el impacto de una intervención psicoeducativa orientada al fortalecimiento de habilidades sociales en un grupo de adolescentes de octavo año de una institución educativa particular. La experiencia se llevó a cabo entre el 8 de noviembre de 2024 y el 6 de febrero de 2025, a partir de la identificación de deficiencias en habilidades sociales clave, como la comunicación asertiva, el manejo de emociones, la resolución de conflictos y el trabajo en equipo, observadas en los estudiantes durante las interacciones escolares cotidianas. Estas dificultades se asociaban a un ambiente grupal tenso y un bajo rendimiento académico. A través de talleres participativos, el uso de materiales audiovisuales y dinámicas grupales, se buscó promover el bienestar emocional y el desarrollo integral de los participantes. Esta experiencia fue considerada significativa para sistematizarla, ya que permitió no solo intervenir en una problemática crítica, sino también generar aprendizajes valiosos sobre las estrategias psicoeducativas empleadas y su impacto en la convivencia escolar.

B) Localización:

La institución educativa privada en la que se aplicó la intervención, está ubicada en el sur de Guayaquil, zona urbana de alta frecuencia por su población. Se encuentra situada en la Av. El Oro y la Av. Quito en la ciudad de Guayaquil, Ecuador; como se muestra en la Figura 1.



Figura 1: Localización de la Unidad Educativa Sagrados Corazones de Guayaquil

Fuente: Google Maps (2024)

IX. Objetivos:

Objetivo General:

Comprender y analizar críticamente la experiencia desarrollada mediante talleres psicoeducativos dirigidos a adolescentes de octavo grado, con el fin de identificar las estrategias implementadas, los aprendizajes y dificultades surgidos durante el proceso, y evaluar su impacto en el desarrollo de habilidades sociales, generando así recomendaciones para futuras intervenciones educativas similares.

Objetivos Específicos:

- Analizar las intervenciones realizadas durante los talleres psicoeducativos, identificando y valorando aquellas que favorecieron el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes con dificultades en dicha área.
- Analizar los aprendizajes generados y las dificultades persistentes durante la implementación de los talleres, en relación con el fortalecimiento de las habilidades sociales en los adolescentes participantes.
- Evaluar el impacto de los talleres psicoeducativos en el desarrollo de habilidades sociales en los adolescentes, a partir del análisis de resultados y observaciones, con el fin de generar recomendaciones orientadas a futuras intervenciones educativas.

X. Eje de la intervención.

La presente sistematización se centra en la aplicación y observación de la psicoeducación en habilidades sociales deficiente en adolescentes las cuales fueron: la comunicación asertiva, manejo de emociones, resolución de conflictos y trabajo en equipo. Con la psicoeducación se puede trabajar con estrategias para ayudar las habilidades sociales deficientes, las cuales son: talleres psicoeducativos, dinámicas grupales, debates y materiales audiovisuales. Primero se dará un concepto general sobre las variables. Después se enfocará en las variables específicas que fueron trabajadas en la presente sistematización de experiencia.

Psicoeducación

Organización mundial de la salud (2003) utiliza la psicoeducación, en todas sus intervenciones como estrategias fundamentales, para la atención de la salud mental, por

lo cual la OMS abordar los trastornos mentales, esquizofrenia entre otros. Debido a que permite que los pacientes puedan observar cambios significativos en el proceso de mejorar el tratamiento por medio de la psicoeducación.

Organización Panamericana de la Salud (2023) utilizo la estrategia de psicoeducación para la salud mental por lo cual detalla información precisa donde evidencia los trastornos mentales, familias o comunidad y poder intervenir en el contexto emocional donde también se promueve el autocuidado, fortalece relaciones interpersonales e individuales. Al integrar psicoeducación se promueve inclusividad enfocada en la persona como un componente primordial de los derechos.

Siguiendo esta idea, Jiscly Hernández Arteaga (2021) la psicoeducación es importante integrarla en la salud mental debido a que es un proceso terapéutico y educativo por el cual, tiene como objetivo de incorporar información de herramientas a las personas o comunidades, no solo enfatizan en los trastornos mentales también incorpora el bienestar psicológico. El propósito de la psicoeducación es fortalecer el empoderamiento de los individuos para una mejor salud mental y un ambiente más saludable para el desarrollo de sus emociones para que sea aplicada en su vida cotidiana.

María Dolores Lemus Benítez (2018) Incluyo la psicoeducación en Ecuador por medio de su proyecto para poder ayudar en un buen desarrollo social y cognitivo de los niños. La intervención tuvo resultados impactantes en el área educativa ya que impartió conocimientos por charlas y participación, pero también trabajo con los profesores para un buen desarrollo en las herramientas pedagógicas para mejorar el ambiente emocional y resolución de conflictos, la psicoeducación se centro en las necesidades y opiniones de cada individuo para poder tener la importancia psicosocial e impulsar ambientes saludables.

La importancia de integrar la psicoeducación en cualquier área de la salud, es para que los individuos puedan entender los problemas de su entorno e identificando las causas, consecuencias de trastornos, síntomas y también se enfoca en la parte emocional de los individuos ofreciendo red de apoyo para que se reduzca el miedo y la confusión por lo cual la psicoeducación aborda muchos ámbitos que permite una mejor gestión a largo plazo. El individuo por medio de esta intervención cambia su rol en uno activo y sea protagonista de su proceso.

Ítems generales de los procesos psicoeducativo:

- Establecer vínculo para obtener información del grupo o paciente.
- Ofrece conocimientos científicos sobre los temas a exponer dependiendo del contexto.
- Se identifican pensamientos distorsionados y se fomenta una comprensión verídica.

Además, la psicoeducación se define como una disciplina que se basa en los conocimientos desarrollados a partir de proporcionar reflexión en los individuos en dificultades con habilidades sociales deficientes. En los términos de psicoeducación y psicoeducativa, son técnicas que se pueden ser de ayuda en los contextos escolares y educativos para desarrollar educación en los individuos, lo cual conlleva una interacción desde un enfoque informativo para poner en prácticas y cumplir con el objetivo para mejorar las deficiencias presentadas con los adolescentes.

Existen diversos componentes claves, respecto a la psicoeducación, pero al enfocarnos en la psicoeducación como un método educativo orientado a estimular recursos psicológicos, en individuos que presenten deficiencias en las habilidades

sociales, se trabaja desde el conocimiento de las necesidades. Actualmente es una herramienta para implementar comportamientos saludables.

Mamani (2020) hace referencia a que la psicoeducación persiste dos modelos con propósitos determinados, las cuales son (informativa y conductual). Su particularidad esta en que una resalta como distribución de información sobre la problemática y tiene un impacto limitado. A diferencia, del segundo que da prioridad al cambio conductual, por lo cual pretende cambiar conductas como la adaptación, a través de modificaciones consecuentes de los hábitos de vida, en el dominio cognitivo y en el control desencadenante.

La psicoeducación se desarrolla en maneras individuales, familiar y grupal. En los últimos años el trabajo grupal ha confirmado que el aprendizaje es más comprensible debido a que influye la interacción grupal proporcionado que le individuo, obtenga mejores espacios de aprendizaje. Esta estrategia se desarrolla mediante el intercambio de vivencias, emociones y pensamientos de forma colaborativa para generalizar el problema, por lo tanto, la psicoeducación desde esta perspectiva es posible una oportunidad para estimular el desarrollo cognitivo, emocional y social de los adolescentes.

Gruezo (2017) describe las características de la psicoeducación que permiten identificar los alcances y aportes en términos de esta investigación:

1. La psicoeducación es una herramienta para identificar y abordar de manera favorable las deficiencias.
2. Implementa metodología interactiva que estimula la participación de componentes cognitivos, psicomotores y emocionales.
3. La persona se vincula con las demandas que tiene.

4. Pretende fomentar un entorno seguro que incentiva la independencia, el diálogo, respeto y responsabilidad.

La conceptualización de la psicoeducación debe definirse como un proceso que necesita organización, para un mejor desenvolvimiento y proyección al futuro, incentivar la autoconciencia y promover la autoeducación, debido a que facilita la integración estructural de los métodos que se van utilizar para lograr el objetivo propuesto mediante la educación puesto que se relacionan con la autotransformación y organización de las actividades por parte de los individuos y con el conocimiento del psicoeducador para poder imponer responsabilidad y autonomía, son fundamentales para el desarrollo del ser humano en situaciones más difíciles.

Un factor importante es asegurar el impacto de las acciones e identificar las deficiencias que tengan los individuos, debido al tema que se desarrollará para que le contenido y los métodos que se implementen deban ser de acuerdo con la edad de la persona que se va trabajar y con el grado de madurez obtenido, esto nos ayudará en enfocarnos en las necesidades desde el punto específico de vivencias del grupo. Al instante se promueve la problemática para que sea enfrentada, se logre aceptar la situación, para que adapten una postura crítica al problema para un nuevo comienzo en la vida del individuo.

Las estrategias de la psicoeducación son adaptables y competentes debido a que es objetiva para la persona que la aplique y poder optar que herramientas, dependiendo si son adecuadas a la situación ya que en el ámbito emocional es primordial, el individuo puede difundir información y experiencia con el objetivo de generar mejor entendimiento, estimular destrezas y habilidades, esenciales o desarrolladas, reduce la posibilidad de que el problema a trabajar reaparezca. Al centrarse en las conductas como la escucha, reconocer las deficiencias por medio de las

actividades, al intervenir con acompañamiento se puede motivar a las emociones y un buen bienestar emocional.

Habilidades sociales

De acuerdo con Santos y Lorenzo (1999) citado por (Ortego, 2019) las habilidades sociales son un marco de competencia que facilitan a los individuos relacionarse de forma eficiente en diferentes entornos y están presentes desde el nacimiento del individuo debido a que son conductas aprendidas y aceptadas (pág. 3), de acuerdo a lo mencionado las habilidades sociales son conductas que adquiere el ser humano en los primeros años de vida, conforme va transcurriendo el tiempo se desarrollan hasta obtener un aprendizaje significativo en la adultez. Estas conductas contribuyen para comunicarnos de forma afectiva con el ambiente.

Según la Unicef (2025) los adolescentes están en un constante cambio y también los padres presencia la evolución de tecnologías y diversos factores que influyen, lo cual esto está transformando la sociedad e incidiendo en los adolescentes para que se adapten a estos cambios. Esto está afectando las habilidades sociales tanto en América Latina y el Caribe, el impacto de la pandemia, hecho que se trabajó en un enfoque donde se fortalecieran por medio de:

- Fortalecer los sistemas educativos especialmente en zonas afectadas donde se trabajó con programas que fomentaban la comunicación asertiva.
- Incorporar a los docentes en capacitaciones donde se fomenten las habilidades sociales en el aula.
- Implementar la educación socioemocional en el aula.

De acuerdo con Unicef (2025) al implementar todas estas intervenciones ya mencionadas, en el ámbito educativo para fortalecer la integración en los adolescentes y proporcionar un ambiente más sociable para incluir conductas afectivas, para promover en el individuo un buen desarrollo a lo largo de su vida e intervenir en las deficiencias que dejó la pandemia.

León Rubio, Medina Anzano (2011) se refieren a las habilidades sociales como destrezas para ejecutar las conductas que son adquiridas por medio del aprendizaje y eficazmente, abordar los desafíos que se manifiesta mediante diversas situaciones sociales. Para obtener cuatro ejes centrales sobre las habilidades sociales tales como: carácter obtenido, conducta interpersonal, dependencia contextual y dependencia del otro usuario. Las conductas son indispensables en la comunicación, esto ocasiona un vínculo eficaz con el entorno. Las habilidades sociales se adquieren mediante la infancia por lo cual cumple una función clave.

Las habilidades sociales no solo se enfocan en las conductas, debido a que se debe pasar por un método de aprendizaje, el sujeto también se esfuerza para integrarse en el entorno. Al señalar que contempla tres componentes distintos: descripción objetiva, considera las situaciones del entorno social en las que conlleva requerir las habilidades sociales y conducta dirigida a la estimulación reforzada del entorno social.

Caballo (2007) contribuye con la siguiente definición de conductas que promueve a individuos en el desarrollo eficiente en el ámbito individual o relacionadas con la dinámica interpersonal. En función de esto, se produce la expresión de sus perspectivas opiniones, deseos, actitudes y sentimientos, lo cual esto influye en la identificación de soluciones de problemas actuales y en el futuro.

Modelos explicativos

Modelo de habilidades sociales según los autores Arnold P. Goldstein, Robert P. Sprafkin, N. Jane Gershaw, Paul Klein (1989) . La clasificación de tipos de habilidades sociales ofrece una descripción funcional de la conducta de diferentes habilidades sociales:

- a) Habilidades sociales básicas, estas analizan una variedad de conductas que incluyen en la presentación con las demás personas, mantener y escuchar diálogos. Al incorporar estas habilidades sociales se va efectuando la integración con los miembros del entorno familiar y social.
- b) Habilidades sociales avanzadas se enfocan en deducir las conductas de los demás individuos, al intervenir con nuestras opiniones sobre alguna idea, disculparse, pedir ayuda. En el cual se analiza la participación en diferente contexto analizando las habilidades básicas y avanzadas en cómo se complementan.
- c) Habilidades relacionadas con sentimiento, están enfocadas en las conductas para la resolución de miedos y habilidades de automotivación para exteriorizar afectos, afrontar enojos de otro individuo. La aplicación de estas conductas permite el control de situaciones conflictivas que pueden surgir.

En el Ecuador las habilidades sociales son integradas en diferentes ámbitos, en el cual en el contexto escolar es fundamental según lo expuesto por Andrango Tashiguano, Ávila Camargo (2023) la importancia de las habilidades sociales en una institución, ofrece y mejorar la convivencia, trabajo en equipo, fortalecer ambiente educativo saludable. Por lo cual son importante en los individuos dentro de su cotidianidad para construir el bienestar emocional a largo plazo.

Sin embargo, al no estimular las habilidades sociales puede ocasionar falta de capacidad para relacionarse, actitudes poco saludables en la dinámica grupal del estudiante e incluso puede percibir el rechazo, bajo rendimiento académico y poco interés en aprender debido a que el ser humano por ende es sociable y al no sentirse encajado busca reprimir, evitar situaciones y lugares que lo hagan sentirse excluido.

Los valores son importantes dentro de una institución por el cual Andrango Tashiguano, Ávila Camargo (2023) que al integrar las habilidades sociales primero se enfocó en fomentar el respeto, la unión en equipo y observar diversas situaciones en el cual se deben intervenir para la ejecución de un buen desarrollo de las habilidades sociales.

No obstante, no todas las personas desarrollan las habilidades sociales por lo cual persiste deficiencia de habilidades sociales para poder comunicarse en entornos sociales, debido a que pueden presenciar dificultades para mantener el contacto visual, interpretar señales no verbales y no ajustarse a las normas sociales, por lo cual esto limita generar relaciones significativas.

Arenas (2005) define que las habilidades sociales deficientes pueden ser por diversas causas en los adolescentes como evitar relacionarse, problemas de resolución de conflictos, dificultad para una mejor empatía, todos estos factores pueden ocasionar bajo rendimiento en el área educativa e incluso pueden llegar a trastornos del desarrollo y aislamiento considerando que las personas que presencian es problemas llegan a tener ansiedad, baja autoestima y pensar que las habilidades sociales no sirven, esto puede derivarse a pensamientos erróneos por experiencias pasadas.

Es importante indicar que en la presente sistematización de experiencia se observó en los adolescentes, las habilidades sociales deficientes las cuales fueron:

Comunicación asertiva: Al integrar una buena comunicación asertiva en nuestros pensamientos nos ayuda respetando los derechos de las demás personas, debido a que la comunicación se centra en integrar equilibrio para la pasividad e impulsividad, esto contribuye que la persona defienda sus argumentos sin menospreciar a las demás personas. Al no fomentar la buena comunicación puede ocasionar malentendidos, conflictos y relaciones intensas y puede afectar la autoestima del adolescente y sus compañeros.

Manejo de emociones: Las personas están expuestas a estímulos que provocan una emoción, esto ocasiona una reacción, varían dependiendo de cada persona y pueden ser más sensibles o irritables que otras, cuando las emociones predominan y no tenemos manejo podemos reaccionar de forma impulsiva sin medir las consecuencias de nuestro acto. Para poder manejar nuestras emociones imprescindibles primero la persona debe conocer sus propios sentimientos y emociones. De igual manera debe comprender los sentimientos y emociones ajenos.

Resolución de conflictos: La resolución de conflicto es cuando dos o más partes buscan solucionar un problema. Pueden producirse conflictos entre amistades, familia o trabajo, los conflictos son innatos en las relaciones personales del individuo, por lo cual se debe trabajar en las habilidades de resolución de conflictos para poder fomentar habilidades de resolución para poder intervenir de manera positiva a un problema o disputa.

Trabajo en equipo: El trabajo en equipo es donde los individuos ponen en práctica diversas habilidades para alcanzar objetivos para generar oportunidades por medio de la cooperación, el trabajo en equipo, busca mejorar rendimientos, lealtad del grupo a trabajar y se genera cuando los individuos utilizan también sus habilidades

individuales para una retroalimentación significativa, al no fomentar el trabajo en equipo no se colabora de manera eficaz, se pierde tiempo y se genera conflictos.

Adolescentes

UNICEF (2020) menciona que la adolescencia es una etapa en cual está en constantes cambios que modifica de forma significativa la psique humana, debido al cambio social y físico que atraviesa el adolescente por lo que altera emocionalmente en la plenitud del proceso hormonal, este cambio abrupto en el que el adolescente deja la etapa de la niñez. el significado del término “adolescente” se origina de latín adolescens y consecuentemente del verbo adolescere debido a que hace referencia al inicio de la etapa del desarrollo. En cambio, adolescere lo cual proviene del castellano, se emplea como indicación frente a un sufrimiento.

Razón por el cual es circunstancial y universal pero obstantemente, nunca el mismo debido a que empieza la pubertad donde se presentan cambios físicos, rasgos sexuales y cambios hormonales, científicamente se considera que la adolescencia termina a los 18 o 19 años por el cual se estima que el individuo comience aceptar sus roles y su madurez física y emocional para encargarse de sus actos y responsabilidades por ende debe lograr fortalecer su identidad propia.

El proceso de la etapa en la adolescencia actualmente pasa por diversas discusiones tanto social y legal dentro del cual ha sido afectado por cambios significativos a través del tiempo debido a que se analiza realmente cuando empieza la pubertad o finaliza, no todas las personas se desarrollan al mismo ritmo y condiciones. Al adolescente se los distingue como intrépidos por lo que en este ciclo de la vida es mayor la probabilidad a exponerse al riesgo. Pasar por situaciones de ansiedad, baja sensibilidad de estímulos positivos, entre otros.

Estos factores influyen en las conductas de riesgos de los adolescentes por lo que están en el busque de estimulación y nuevas experiencias, por lo tanto, es importante que las conductas individuales que atraviesan los adolescentes, en las cuales predomina consumo de alcohol, conductas sexuales y de esta manera por diversas situaciones los adolescentes son vulnerables que los adultos por las sustancias y bebidas alcohólicas en consecuencia afecta el área cerebral haciendo que tengan conductas ansiosas de consumo.

Los adolescentes son etiquetados como individuos que enfrentan emociones intensas al creer tener la verdad absoluta. Se define como sustancias cerebrales con la intervención directa por la serotonina y factores psicosociales que se presentan en esta etapa, a pesar de ser vulnerables el adolescente está en la capacidad de desarrollar habilidades de superación personal que se integren en él y en las exigencias del entorno, aunque demuestren complicaciones dependiendo de la interacción de los distintos grupos en el que se rodee el individuo.

Palacios (2019) La adolescencia no es problemática, pero si intervienen varios factores de las etapas del ciclo vital, por lo cual la fase es sensible de cambios y maduración, lo que implica transformaciones cognitivas, emocionales y sociales debido que afectan el desarrollo de su identidad, percepción del entorno y toma de decisiones, diversos factores que predominan en esta etapa ocasionan que el adolescente sea vulnerable ante cualquier experiencia vivida e incluso utilice mecanismo de defensa.

En Ecuador la adolescencia se comprende como la etapa que inicia la pubertad y termina a los 18. Se reconoce como la fase del desarrollo interpretada entre los 12 y 17 años. (Código de la Niñez y la Adolescencia, art. 2) no obstante, los cambios presentados y el progreso social han demostrado que los límites de la adolescencia en definiciones legales, se defina en los 10 años y también hasta los 21 años, como en los

reglamentos de los Estados Unidos, dependiendo de las leyes de los estados se encuentran sujetas a cambiar.

Desde la perspectiva de Jensen Arnett (2008) mencionó el concepto de la adultez emergente haciendo referencia para quienes estén entre 18 a los 25 años, esta población se enfoca por el anhelo de encargarse a la responsabilidad y su modelo de vida que implica ser adulto, la necesidad de formar una relación y la introspección de inestabilidad, del mismo modo conlleva pensamientos de no asumir el rol de ser adulto debido a su juventud.

También se evidencia que la adolescencia y la adultez emergente son construcciones culturales debido a que ninguna persona que forma parte de un nivel socioeconómico, género, país y religión diferente, podrán coincidir con aspectos que transitan durante esta etapa por causa de cultura occidental y la no occidental, ejercen un impacto distinto de cómo los adolescentes están determinados por su transición a la adultez, junto a las normas sociales que impone la sociedad.

De igual manera, García (2010) describe que el enfoque biológico la pubertad se manifiesta como el inicio de la adolescencia debido a que se presencia los órganos sexuales masculinas y femeninas por lo cual generan el desarrollo en la etapa de madurez sexual y aspectos físicos de ambos sexos, debido a un sistema hormonal complejo en el cual se presencia la hormona liberadora de gonadotrofina, liberada por el hipotálamo, favorece a la función de la hipófisis para generar hormonas gonadotrofinas. Y actúan de forma directa sobre las gónadas, en el cual se estimula la producción de estrógenos, progesterona y testosterona, de esta manera, se evidencia transformaciones significativas en los cambios físicos, una de las principales conocidas como “estirón” y se manifiestan de manera rápida, pero de manera distinta, las mujeres desarrollan su altura antes de que termine el proceso sexual y su menstruación. En cambio, el

desarrollo de los varones comienza desde el aumento de estatura al final del mencionado periodo; aumento de testicular; vello facial y púbico, en el caso de las mujeres es en el busto como aumento de acumulación de grasa corporal específicamente en las caderas. (pp. 330-331)

Los cambios físicos y biológicos conllevan preocupantes consecuencias de la psique del adolescente, del cual el cerebro no solo es abrumado por el desarrollo hormonal descrito, además con la exigencia, acuerdos diferenciados del ambiente y normas impuestas de belleza. El componente común que tienen las variables es, de modo que, el desarrollo del autoconcepto y la visión del yo, que son capaces de verse infringidos por falta de autoestima, por los comentarios imponente de la belleza que marca la sociedad por medio de redes sociales, se presencian directrices verbales que son emitidas por generación.

Según lo expuesto por Pérez (2002), Erick Erickson caracterizó que este periodo de transición es visualiza como "moratoria", es un espacio temporal destacado y necesario del adolescente donde se manifiestan diversos roles y alternativas de establecer compromisos. Cuando se afronta esta etapa de manera exitosa, se releja en el encuentro con el individuo y su propia identidad en el ámbito: personal, ideológica y labora, esto revela el logro y compromiso en el cual se considera identidad madura y estable.

Modelo Cognitivo-Conductual

Aaron Beck es catalogado como el padre de la terapia cognitivo conductual en cual ejecuto una terapia transformadora en la universidad de Pensilvania en el año 1960, esta terapia evidenció, ser idóneo para intervenir en diversos trastornos psiquiátricos e implicación médica con problemas psicológicos.

La base fundamental del modelo cognitivo conductual, se centra que el problema no solo se encuentra en lo que ocurre en el entorno es dependiendo de lo que interpretamos, lo cual puede referirse como interpretaciones sesgadas, denominadas como el origen del sufrimiento. Al implementar esto desde la perspectiva Beck, J. (2000) citado por (Korman, 2013) menciona que las conductas y emociones que vivencia un individuo se ven determinadas en proporción significativa, por la forma que la persona percibe su propia estructura del mundo.

Beck, A (1976) " describe que la reestructuración cognitiva son procesos mentales que influyen en la mente y resultan deficientes para reducir la ansiedad." (pág. 3). Esto nos indica que al observar situaciones amenazantes o donde nos sentimos expuestos por la vulnerabilidad, se presenta un proceso de replanteamiento en el cual se centra en intentar manejar pensamientos de manera agobiante, en lugar de forma paulatina donde el adolescente aprenda a ver situaciones de una manera equilibrada, es importante señalar que este ajuste nos ayuda a comprender el mundo con realidades más precisas y no por distorsiones que se desarrollan por las vivencias personales.

Al implementar este enfoque podemos dirigirnos desde la teoría en el cual, la mente se estructura y se organiza por esquemas, que se originan desde la creencia social a partir de los primeros años de vida del individuo, la presencia de las creencias nucleares están establecidas por lo cognitivo y hace presencia del yo (sí mismo), esto se manifiesta en la perspectiva que tiene el individuo acerca del mundo y su futuro, pero de manera negativa, las creencias intermedias tienen una relación con la creencias centrales y pensamientos automáticos, debido a que es la forma de actuar y las reglas que impone el ser humano, finalmente, los resultados de las acciones y emociones están conformados por los pensamientos automáticos.

En las distorsiones cognitivas las creencias centrales afectan el nivel emocional, debido a que puede alterar la realidad del adolescente, se manifiesta como una barrera para alcanzar su objetivo. Al momento de vivenciar errores, el proceso de información se deriva en optar por conclusiones erróneas y están compuesta por pensamiento polarizado, pensamiento catastrófico, magnificar/minimizar, filtro mental, leer la mente etc.

De acuerdo a lo mencionado, las distorsiones cognitivas están enlazadas con el sufrimiento y dificultan que el adolescente a traviesa en ejecutar una decesión en una situación de habilidades sociales, debido a que se vienen pensamientos recurrentes como “tengo miedo de comunicarme porque siento que molesto con mi presencia”, “Cuando el trabajo en equipo sale mal y todos discuten prefiero decir que yo tengo la culpa”, “No me gusta socializar, lo veo innecesario, ya que antes pase por una experiencia y no la pienso volver a repetir”.

Observamos pensamientos de culpa y vivencias anteriores, los pensamientos negativos son persistente y pueden ocasionar una baja autoestima en los adolescentes, por eso es importante trabajar dese la teoría Beck y Bandura para poder obtener información precisa y abordar las habilidades sociales deficientes del proyecto de manera adecuada.

Respecto a la teoría de Bandura (1997) fue un psicólogo estadounidense conocido por fundar el aprendizaje por observación y basarse en la explicación de los individuos que aprenden uno de otros, para evidenciar su alto conocimiento, debido a que da una evolución significativa importante en el aprendizaje inmediato. Sin complicaciones en este enfoque influye el aprendizaje y el refuerzo que se le otorga al individuo ya que cuando aprendemos estamos enlazados a determinados elementos de condicionamiento ya sea positivo o negativo por lo cual se reconoce que resulta

incomprensible nuestra conducta si no tenemos en cuenta nuestro entorno que se esta influyendo a modo de presión.

Es importante integrar este enfoque cognitivo- conductual propuesto por Bandura debido a que se enfoca en el aprendizaje por observación en el cual, se puede mejorar el área de las habilidades sociales de los adolescentes de octavo año, esto contribuye también en lo emocional y nos ayuda a poder identificar conocimientos esenciales que puedan ser imitados y optimizados en el futuro.

El autor Bandura (1997) se centra en elementos que influyen en el aprendizaje por observación:

- **Reforzamiento:** En las teorías del aprendizaje y se dio importancia en la adquisición de respuestas en estimulación positiva, donde el aprendizaje se da por medio del reforzamiento de la conducta imitativa. Al integrar el reforzamiento en la institución puede generar estímulos positivos fortaleciendo las habilidades sociales.
- **Generalización de las Conductas:** Es el proceso que permite adquirir nuevas conductas por medio de la generalización, debido a que una habilidad aprendida en un ambiente específico se transmite en diferentes situaciones. Desempeña un rol significativo, en lo que corresponde a la sistematización debido a que los adolescentes pueden estimular comportamientos sin presenciar la misma situación en las que estaban el modelo aprendido.

Bandura (1997) determina que el aprendizaje se lleva a cabo mediante implementación real de la modalidad vicaria al observar modelos. Los individuos obtienen destrezas y conductas mediante el condicionamiento operante e instrumental y

que participa la observación y la imitación e influyen factores cognitivos que facilita al individuo a la toma de decisiones si la observación se limita o no.

En el enfoque de aprendizaje por observación la atención es primordial por lo que un individuo aprende mediante la observación e integramos el comportamiento que queremos imitar debido a que se debe observar con atención para obtenerlo. Este método incide en los adolescentes debido a que imitan conductas de sus progenitores o individuos cercanos ya sean apropiados y poco pertinentes y esto lo integran en las instituciones.

Al integrar el enfoque cognitivo conductual de Bandura y Beck es efectivo para abordar las habilidades sociales deficientes de los adolescentes en la institución privada de Guayaquil, es fundamental porque nos estamos basando en cambiar comportamientos mediante la observación y enseñanza por medio de actividades y charlas, también es importante centrarnos en comprender las creencias y los pensamientos que tiene el adolescente sobre él. Por este motivo el enfoque de Beck es esencial ya que centra en modificar estos pensamientos distorsionados, debido a que esto puede ocasionar dificultades para el desarrollo personal.

XI. Objeto de la sistematización

La presente sistematización se centra en la experiencia de implementación de estrategias psicoeducativas con adolescentes de octavo de básica de una institución educativa particular, orientadas a fortalecer habilidades sociales como la comunicación asertiva, el manejo de emociones, la resolución de conflictos y el trabajo en equipo. Esta intervención se desarrolló a través de charlas psicoeducativas, dinámicas grupales, ejercicios de role playing y el uso de materiales audiovisuales. El proceso permitió identificar avances significativos en la interacción social y emocional de los

participantes, así como aprendizajes clave sobre las estrategias utilizadas y los desafíos enfrentados durante su ejecución.

XII. Metodología.

El presente trabajo se enfoca de la modalidad de sistematización de experiencias, siguiendo el enfoque crítico y dialéctico propuesto por Oscar Jara (2018). Este enfoque enfatiza la interpretación reflexiva de las vivencias a partir de su reconstrucción ordenada, la identificación de procesos y factores involucrados, así como la comprensión de las relaciones causales presentes en la experiencia analizada. Se adoptó un enfoque cualitativo, descriptivo y narrativo, que permitió comprender en profundidad la experiencia de intervención psicoeducativa destinada al fortalecimiento de habilidades sociales en adolescentes de octavo grado. Para la recopilación de información se utilizaron las siguientes técnicas:

- **Revisión documental:** Se realizó un análisis sistemático de documentos relacionados con la experiencia, tales como planificaciones de talleres, registros de actividades y material teórico de apoyo. Esto permitió fundamentar la sistematización en evidencia escrita y respaldar la interpretación con información contextualizada.
- **Análisis de materiales producidos:** Se examinaron los recursos audiovisuales y didácticos empleados durante la intervención, incluyendo diapositivas, videos y dinámicas grupales. Este análisis facilitó la identificación de patrones, logros y dificultades observadas durante el proceso.
- **Observación participante y registro de experiencias:** A través de la observación directa y registros cualitativos se recogieron datos sobre las

reacciones, aprendizajes y limitaciones manifestadas por los adolescentes en el transcurso de la intervención.

La organización y análisis de la información se realizó mediante categorización temática, identificando elementos centrales como estrategias implementadas, aprendizajes adquiridos, dificultades enfrentados y efectos observados en el desarrollo social y emocional de los participantes. Este proceso se acompañó de una reflexión crítica desde el marco teórico, con el fin de generar conclusiones y recomendaciones fundamentadas para futuras intervenciones.

XIII. Preguntas clave

Se formularon 3 preguntas:

Preguntas de inicio:

¿Cuáles son las principales deficiencias en las habilidades sociales observadas en los adolescentes de octavo año y que factores las condicionan?

¿Cómo afecta las habilidades sociales deficientes en los adolescentes en el entorno educativo?

Preguntas interpretativas:

¿Cómo se llevó a cabo la implementación de las estrategias psicoeducativas durante el proyecto y qué ajustes fueron necesarios durante su desarrollo?

¿Cómo incidieron las estrategias psicoeducativas en la mejora de las habilidades sociales deficientes de los adolescentes, y que limitaciones se identificaron en su aplicación?

Preguntas de cierre:

¿Qué impacto y desafíos se detectaron durante la intervención psicoeducativa, y como podrían considerarse en el diseño de futuras estrategias para fortalecer las habilidades sociales?

XIV. Organización y procedimiento de la información

Las habilidades sociales deficientes en los adolescentes impactan significativamente en su desarrollo emocional, social y personal, afectando su rendimiento y convivencia en el entorno educativo. Para abordar y analizar esta problemática desde la sistematización de experiencia, se diseñó un proceso riguroso de organización y procesamiento de la información que permitió reconstruir y comprender la realidad vivida durante la intervención psicoeducativa.

Inicialmente, la recolección de datos se realizó a través de técnicas cualitativas variadas: revisión documental de materiales teóricos y registros generados durante las actividades, incluyendo la observación directa, la revisión documental y el análisis de materiales producidos durante la intervención. Cada una de estas fuentes aportó diferentes perspectivas y niveles de profundidad sobre el fenómeno estudiado.

Una vez recopilada la información, se procedió a su organización sistemática mediante un proceso de clasificación y categorización. Se identificaron y definieron ejes temáticos que reflejaban las áreas de habilidades sociales deficientes más relevantes en el grupo, específicamente: comunicación asertiva, manejo de emociones, resolución de conflictos y trabajo en equipo. Este criterio temático permitió segmentar los datos para facilitar un análisis detallado y focalizado en cada aspecto.

El procesamiento de la información incluyó la codificación inicial de los datos recogidos durante la observación y la revisión documental, identificando patrones conductuales, dificultades recurrentes y respuestas positivas a las estrategias

implementadas. Posteriormente, se realizó una síntesis crítica y reflexiva, confrontando los hallazgos con el marco teórico y las experiencias vividas, lo cual contribuyó a identificar aprendizajes, limitaciones y aspectos a mejorar.

Este ordenamiento y análisis minucioso posibilitaron reconstruir la experiencia de manera estructurada y coherente, destacando no solo los resultados visibles en el fortalecimiento de habilidades sociales, sino también los procesos internos y dinámicas grupales que influyeron en dichos resultados. Además, la organización por ejes temáticos facilitó la elaboración de conclusiones significativas y fundamentadas, que sustentan las recomendaciones para futuras intervenciones en contextos similares.

En síntesis, el proceso de organización y procesamiento de la información fue fundamental para transformar los datos dispersos y heterogéneos en conocimiento sistematizado, contribuyendo a una comprensión profunda y crítica de la experiencia psicoeducativa aplicada en adolescentes con habilidades sociales deficientes.

XV. Análisis de la información.

Las deficiencias en habilidades sociales detectadas en los adolescentes resultan especialmente preocupantes por su impacto negativo en su salud mental y en su desempeño dentro del entorno educativo. Para comprender esta problemática en profundidad, se adoptó una mirada crítica e interpretativa, centrada en reconstruir las vivencias y experiencias de los adolescentes durante el proceso.

En la fase inicial, se identificaron diversas actitudes entre los participantes, desde timidez y retraimiento hasta cierta motivación para participar. Se evidenciaron comportamientos poco colaborativos y dificultades para la comunicación asertiva. A través de los talleres, se habilitaron espacios de diálogo y escucha activa, que permitieron que los adolescentes expresaran sus perspectivas y emociones. Esto facilitó

la identificación de patrones comunes, tales como aislamiento social, baja autoestima, expresiones conflictivas, y problemas de disciplina, los cuales fueron documentados y analizados cuidadosamente.

Durante la segunda fase, correspondiente al desarrollo de las actividades, se profundizó en las principales áreas problemáticas: comunicación asertiva, manejo de emociones, resolución de conflictos y trabajo en equipo. Estas deficiencias se manifestaron con repercusiones concretas en el ámbito académico, reflejándose en bajo rendimiento y tensiones interpersonales. En los espacios de reflexión, los adolescentes compartieron sentirse incómodos y desmotivados en el entorno escolar, lo que evidenció la necesidad de un acompañamiento más especializado y sostenido para generar un cambio significativo.

Este análisis permitió articular la información desde la experiencia directa de los jóvenes, incorporando tanto la observación como la interacción mediante actividades grupales y diálogos. La identificación de causas de las dificultades sociales destacó factores personales, emocionales y sociales presentes en el contexto inmediato de los participantes. Esta comprensión integral y contextualizada contribuye a orientar intervenciones más precisas y ajustadas a las necesidades reales del grupo.

El análisis realizado reafirma la importancia de comprender las habilidades sociales deficientes no solo como un problema aislado, sino como un fenómeno complejo que involucra múltiples dimensiones del desarrollo adolescente. La sistematización permitió visibilizar la experiencia vivida desde la perspectiva de los propios adolescentes, lo que es fundamental para diseñar estrategias de intervención que respondan a sus necesidades reales y particulares. Asimismo, se evidencia que la mejora de estas habilidades requiere procesos continuos y multidisciplinarios, con la participación activa de profesionales especializados que acompañen de manera

sostenida. Esta reflexión invita a repensar las futuras intervenciones para que sean integrales, contextualizadas y orientadas hacia el bienestar emocional y social del adolescente, fortaleciendo su protagonismo en el proceso de cambio.

Segunda parte

Justificación

La presente sistematización se fundamenta en la importancia de las prácticas preprofesionales laborales para demostrar el valor de la psicoeducación en el fortalecimiento de habilidades sociales deficientes en adolescentes de octavo año de una institución educativa particular. Se aplicó la teoría del aprendizaje por observación de Bandura, a través de charlas y talleres, para promover cambios en conductas, ya que los adolescentes adquieren y refuerzan nuevas habilidades mediante la observación y la práctica.

Las dificultades observadas, tales como deficiencias en la comunicación asertiva, manejo de emociones, resolución de conflictos y trabajo en equipo, se manifestaron como consecuencia de factores sociales y personales. Para abordar estos aspectos, se integró también el enfoque de Erik Erikson, que permitió trabajar sobre la construcción de la identidad del adolescente y el cambio de pensamientos distorsionados derivados de experiencias previas, favoreciendo así un acompañamiento adecuado y saludable durante el proceso.

El aporte metodológico de Oscar Jara (2018) en la sistematización de experiencia fue clave para orientar el trabajo desde la vivencia y la interpretación crítica de los adolescentes, más allá de la simple descripción observacional. Esto facilitó comprender las causas, resultados y dificultades encontradas, permitiendo identificar las

estrategias que promovieron cambios y aprendizaje, y reconocer áreas de mejora para futuras intervenciones en el ámbito educativo.

Este proceso permitió evidenciar que las habilidades sociales deficientes, a menudo asociadas con cambios y dificultades propias de la adolescencia, requieren un abordaje integral que considere tanto factores emocionales como sociales. La sistematización desde un enfoque crítico y experiencial posibilitó una comprensión profunda de estas problemáticas, con el fin de orientar acciones que contribuyan a un mejor ambiente educativo y social para los adolescentes.

XVI. Caracterización de los beneficiarios

Los beneficiarios directos de este estudio son 30 estudiantes, entre hombres y mujeres, con edades comprendidas entre 12 y 14 años, pertenecientes a una institución educativa privada de Guayaquil. Este grupo es heterogéneo en cuanto a su contexto socioeconómico, incluyendo niveles bajo, medio y alto, lo que implica diversidad en sus realidades y formas de vida. Durante el desarrollo de la intervención, se observó una diversidad en la respuesta de los adolescentes hacia las actividades psicoeducativas: aproximadamente la mitad mostró participación activa y cooperación, mientras que la otra mitad evidenció resistencia o poca disposición para involucrarse.

Esta diversidad en las actitudes permitió identificar distintas formas en las que las habilidades sociales deficientes se manifiestan y afectan a los participantes. Asimismo, mediante las dinámicas y talleres, se pudo evidenciar un avance en el fortalecimiento de dichas habilidades sociales, reflejado en la adquisición de conocimientos y herramientas prácticas para enfrentar situaciones sociales con mayor asertividad y respeto.

Esta caracterización desde la vivencia y respuesta de los adolescentes permitió adaptar las estrategias a sus necesidades reales, tal como se recomienda en la sistematización de experiencias para comprender a profundidad el contexto y las características de los beneficiarios.

XVII. Interpretación.

Durante el desarrollo de la experiencia se abordaron las habilidades sociales deficientes, evidenciándose que estas están influenciadas por factores sociales, emocionales y personales. El grupo de adolescentes, en una etapa de desarrollo propio de la adolescencia, presentó pensamientos desadaptativos que pueden afectar su salud emocional, los cuales se relacionan con los cambios físicos y sociales propios de esta etapa, influyendo en el desarrollo de dichas habilidades.

En cuanto al contexto institucional, al inicio del proyecto se encontró resistencia por parte del Departamento de Consejería Estudiantil, que limitó el uso de horas para la realización de actividades debido a dificultades en la organización del tiempo. Aun así, se contó con el apoyo parcial de algunos docentes, lo que permitió implementar talleres enfocados en comunicación asertiva, manejo de emociones, resolución de conflictos y trabajo en equipo. Se creó un espacio alternativo donde los adolescentes pudieron expresar sus opiniones y adoptar formas saludables de relacionarse.

Durante la experiencia se observaron tensiones y contradicciones entre los adolescentes: una parte mostró entusiasmo y participación activa en los talleres, expresando la necesidad de ser escuchados y valorados; mientras que otra parte presentó diversas dificultades para involucrarse. Esto evidencia la importancia de trabajar las habilidades sociales como una estrategia integral dentro del desarrollo del adolescente, con un enfoque que incluya también el entorno familiar y educativo.

Respecto al género, en la primera sesión se observó que los adolescentes varones tenían una postura más dominante, mientras que las adolescentes mujeres adoptaban una posición más pasiva. Sin embargo, a lo largo de los talleres se logró un equilibrio en la expresión de opiniones y emociones, generando un cambio positivo en la dinámica grupal.

La experiencia permitió que los adolescentes aprendieran a resolver conflictos de manera práctica, manifestando valores personales y sociales que benefician su desarrollo emocional, social y académico. La metodología participativa facilitó un ambiente de confianza para expresar inquietudes y sentirse escuchados, permitiendo trabajar los pensamientos negativos y modificar actitudes erróneas que afectaban sus habilidades sociales.

Entre los aspectos que fortalecieron la experiencia se destacan la apertura del Departamento de Consejería Estudiantil y las autoridades de la institución, quienes autorizaron el uso de espacios y recursos tecnológicos para las actividades. La aplicación de la metodología participativa permitió adaptar el contenido a las necesidades específicas del grupo, fomentando la participación activa y favoreciendo un mayor aprendizaje.

Finalmente, el enfoque general de la experiencia contribuyó, aunque de forma parcial, al desarrollo y fortalecimiento de las habilidades sociales de los adolescentes. Este proceso evidenció la importancia de integrar estas estrategias en contextos escolares para favorecer un desarrollo integral. Además, permitió a la investigadora comprender críticamente la relación entre teoría y práctica en el ámbito de la educación y la intervención psicoeducativa.

XVIII. Principales logros del aprendizaje

Durante el desarrollo de la experiencia, la psicoeducación se constituyó como una estrategia fundamental para concientizar sobre la importancia de fortalecer las habilidades sociales en adolescentes, adaptando las actividades a las particularidades emocionales, de autoestima e interacción de cada participante. Este enfoque no se limitó a transmitir conocimientos teóricos, sino que también enfatizó en la comunicación efectiva, la paciencia y el respeto como elementos clave para facilitar el aprendizaje.

Se logró adquirir un conocimiento profundo sobre la necesidad de utilizar metodologías participativas, las cuales resultaron esenciales para obtener una mayor efectividad y retención del aprendizaje en el grupo etario abordado. La preparación académica previa fue un factor que contribuyó significativamente al éxito en la aplicación de estas estrategias.

Desde la perspectiva psicosocial, se comprendió que el fenómeno de las habilidades sociales deficientes debe abordarse integrando factores personales, contextuales y relacionales, lo cual fue esencial para adaptar los talleres y charlas al contexto y necesidades reales de los adolescentes. Como resultado, se observó una respuesta favorable en los participantes, quienes manifestaron satisfacción y compromiso durante las actividades.

Sin embargo, durante el proceso se identificaron limitaciones importantes, entre las que destacan los eventos institucionales inesperados que restringieron el tiempo disponible para desarrollar contenidos, impidiendo un análisis más profundo de algunos temas clave. Asimismo, se evidenció una limitada colaboración por parte de algunos docentes, lo que dificultó la planificación y continuidad del proyecto.

El uso de materiales educativos digitales, tales como diapositivas y videos elaborados mediante la plataforma CANVA, fue un aporte significativo. Estas

herramientas facilitaron la distribución clara de conceptos relacionados con las habilidades sociales, estimularon el pensamiento crítico de los adolescentes y favorecieron la retención de la información. Además, la entrega de estos recursos al Departamento de Consejería Estudiantil permitió la continuidad y posible replicación del trabajo en futuras investigaciones o intervenciones.

A través de la metodología participativa implementada en talleres y charlas, se logró involucrar activamente a los adolescentes, lo que permitió comprender el fenómeno de las habilidades sociales deficientes desde su propia perspectiva. Este abordaje facilitó la identificación de dificultades en áreas como la comunicación asertiva, el manejo de emociones, la resolución de conflictos y el trabajo en equipo.

Finalmente, durante la experiencia se reconocieron factores de riesgo que dificultaron el cumplimiento de algunos objetivos dentro del tiempo previsto, como la falta de disposición y responsabilidad de ciertos docentes, así como la resistencia y desconfianza manifestada por algunos estudiantes frente a la problemática abordada. A pesar de estas dificultades, el trabajo contribuyó a una mayor comprensión de la importancia de las habilidades sociales en el desarrollo académico y emocional de los adolescentes, evidenciando avances positivos que pueden ser fortalecidos con intervenciones más amplias y sostenidas.

XIX. Conclusiones.

A partir del proceso de sistematización realizado, que incluyó la revisión documental, el análisis de los talleres desarrollados y la reflexión sobre la experiencia de intervención, se pueden establecer las siguientes conclusiones:

- La intervención psicoeducativa permitió observar avances en los adolescentes participantes, especialmente en la toma de conciencia respecto a la importancia

de las habilidades sociales. Aunque los cambios fueron parciales, algunos adolescentes mostraron mayor disposición para expresarse con apertura, lo que evidencia una incipiente mejora en su autoconfianza y en la interacción grupal.

- Los contenidos abordados en los talleres fueron comprendidos adecuadamente por los participantes. Esto se reflejó en su capacidad para identificar factores que inciden en sus propias dificultades sociales, así como en la apropiación de algunas estrategias básicas para mejorar la comunicación, el manejo emocional y la resolución de conflictos.
- No obstante, se identificaron limitaciones en cuanto a la sostenibilidad del cambio. Persisten barreras personales y sociales que dificultan la interiorización plena de las habilidades sociales, tales como la falta de información previa, creencias arraigadas y escaso acompañamiento institucional o familiar. Este hallazgo pone en evidencia que la psicoeducación sobre habilidades sociales aún no tiene un lugar consolidado en el entorno educativo ni en las dinámicas familiares de los adolescentes.
- La experiencia permitió reconocer que, sin una intervención continua y contextualizada, las deficiencias en habilidades sociales tienden a mantenerse, afectando tanto el desempeño académico como el bienestar emocional de los adolescentes.

Recomendaciones.

Desde la experiencia vivida y en coherencia con los hallazgos de esta sistematización, se proponen las siguientes recomendaciones:

- Fortalecer el rol del DECE mediante procesos de formación continua en habilidades sociales, con énfasis en comunicación asertiva, regulación

emocional, trabajo en equipo y resolución de conflictos, promoviendo así su incorporación como eje transversal en el acompañamiento a estudiantes.

- Generar espacios seguros y participativos dentro de la institución educativa, que favorezcan la expresión emocional y la construcción de vínculos saludables, en los que el adolescente se sienta escuchado y comprendido, con acompañamiento activo por parte del DECE.
- Involucrar a las familias, sensibilizándolas sobre la importancia de fomentar habilidades sociales desde el hogar, mediante estrategias accesibles que promuevan una comunicación abierta, el respeto mutuo y la empatía.
- Promover la continuidad de procesos psicoeducativos, diseñando propuestas sostenibles que incluyan metodologías dinámicas, participación activa de los adolescentes y evaluación constante, a fin de generar impactos significativos en el desarrollo integral de esta población.

Referencias Bibliográfica

Arenas, X. P. (2005). *DÉFICIT DE HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES INSTITUCIONALIZADAS EN UNA ENTIDAD PRIVADA DE LA CIUDAD DE LA PAZ. Ajayu. Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana " San Pablo", 3(1), 1-36:*

<https://www.redalyc.org/pdf/4615/461545475003.pdf>

Arnett, J. J. (2008). *Adolescencia y adultez emergente: Un enfoque cultural. (3ra ed.)*

Editorial Pearson. Adolescence terminable and interminable: When does adolescence:

https://www.researchgate.net/profile/JeffreyArnett/publication/226199315_Adolescence_Terminable_and_Interminable_When_Does

Arnold P. Goldstein, Robert P. Sprafkin, N. Jane Gershaw, Paul Klein. (1989).

Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia.

https://doi.org/https://www.academia.edu/36322793/Habilidades_sociales_y_autocontrol_en_la_adolescencia_Goldstein_Sprafkin_Gershaw_y_Klein

Arteaga, J. H. (4 de Junio de 2021). Redalyc.org:

<https://www.redalyc.org/journal/1800/180068641002/html/>

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control.* New York:Freeman.

https://doi.org/https://www.academia.edu/28274869/Albert_Bandura_Self_Efficacy_The_Exercise_of_Control_W_H_Freeman_and_Co_1997_pdf

Beck, A. (1976). *Terapia Cognitiva y los trastornos emocionales.* McGraw-Hill.

- Caballo, V. E. (2007). Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. En V. E. Caballo, *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (pág. 408). Siglo XXI Editores.
- Código de la Niñez y la Adolescencia, art. 2. (3 de Julio de 2003). *CÓDIGO DE LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA. CÓDIGO DE LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA:*
<https://www.registrocivil.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/01/este-es-06-C%C3%93DIGO-DE-LA-NI%C3%91EZ-Y-ADOLESCENCIA-Leyes-conexas.pdf>
- Delval, J. A. (2010). *Psicología del Desarrollo I*. (1ra ed.) Universidad Nacional de Educación a Distancia. Madrid.
<https://biblioteca.univalle.edu.ni/files/original/244013091c807a9618e02d27579d7fc7b04f19a4d.pdf>
- Gruezo, A. E. (22 de Diciembre de 2017). ¿Cómo y hasta qué punto la psicoeducación en docentes de la Universidad San Francisco de Quito. *USFQ influye en los procesos de inclusión educativa de sus estudiantes con discapacidad visual total? Proyecto De Investigación:*
<https://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/6954/1/135976.pdf>
- Jara, O. (2018). *La sistematización de experiencias. práctica y teoría para otros mundos posibles:*
https://www.unc.edu.ar/sites/default/files/La%20sistematizaci%C3%B3n%20de%20experiencias%20-%20Oscar%20Jara%20%28edici%C3%B3n%20colombiana%29.pdf?utm_source=
- Jose María León Rubio, Silvia Medina Anzano. (23 de Julio de 2011). *Aproximación conceptual a las habilidades sociales. Teoría investigación e intervención:*

https://www.researchgate.net/publication/257304172_Aproximacion_conceptual_a_las_habilidades_sociales

Katherine Pamela Andrango Tashiguano, Diana Yaneth Ávila Camargo. (Octubre de 2023). Desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes de sexto año de educación general básica. *Un estudio de caso:*

<http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/26355>

Korman, G. P. (2013). Archivos Brasileiros de Psicologia.

<https://www.redalyc.org/pdf/2290/229029496011.pdf>

Lemus, M. D. (14 de Mayo de 2018). Programa de psicoeducación para mejorar el desarrollo social y cognitivo en los niños. UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO: <https://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/7165/1/137269.pdf>

Mamani, O. (2020). Eficacia de un programa psicoeducativo en adolescentes con déficit de habilidades sociales de Juliaca:

https://www.researchgate.net/publication/348416258_Eficacia_de_un_programa_psicoeducativo_en_adolescentes_con_deficit_de_habilidades_sociales_de_Juliaca

Organización Mundial de la salud . (7 de Junio de 2003). Invertir en tu salud :

https://www.who.int/mental_health/advocacy/en/spanish_final.pdf

Organización Panamericana de la salud . (Julio de 4 de 2023). Organización

Panamericana de la Salud. *Informe mundial sobre la salud mental: Transformar la salud mental para todos:*

https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/57878/9789275327715_spa.pdf?sequence=5&isAllowed=y

Ortego, M. d. (2019). CIENCIAS PSICOSOCIALES :

https://ocw.unican.es/pluginfile.php/432/course/section/225/tema_08-2011.pdf

Palacios, X. (2019). Adolescencia: *¿una etapa problemática del desarrollo humano?*:

http://scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-72732019000100005

Pérez, S. n. (2002). El concepto de adolescencia. *Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud en la adolescencia*, 2(3), 15-23:

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/40976437/capitulo_i_el_concepto_de_adolescencia-libre.pdf?1452050401=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3Dcapitulo_i_el_concepto_de_adolescencia.pdf&Expires=1753056413&Signature=Y1mA99eGMsiYJDwepaoSbpA0i

S.J. Taylor y R. Bogdan. (1996). Introducción a los métodos cualitativos de

investigación: La búsqueda de significados. *En S. J. Taylor; Introducción a los métodos cualitativos de investigación: La búsqueda de significados.*

Sánchez, Y. (22 de Agosto de 2022). Terapia cognitiva de Beck. Scribd. .

https://es.scribd.com/document/593356226/Terapia-cognitiva-de-Beck?utm_source

UNICEF. (2020). *UNICEF*. https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-adolescencia?utm_source

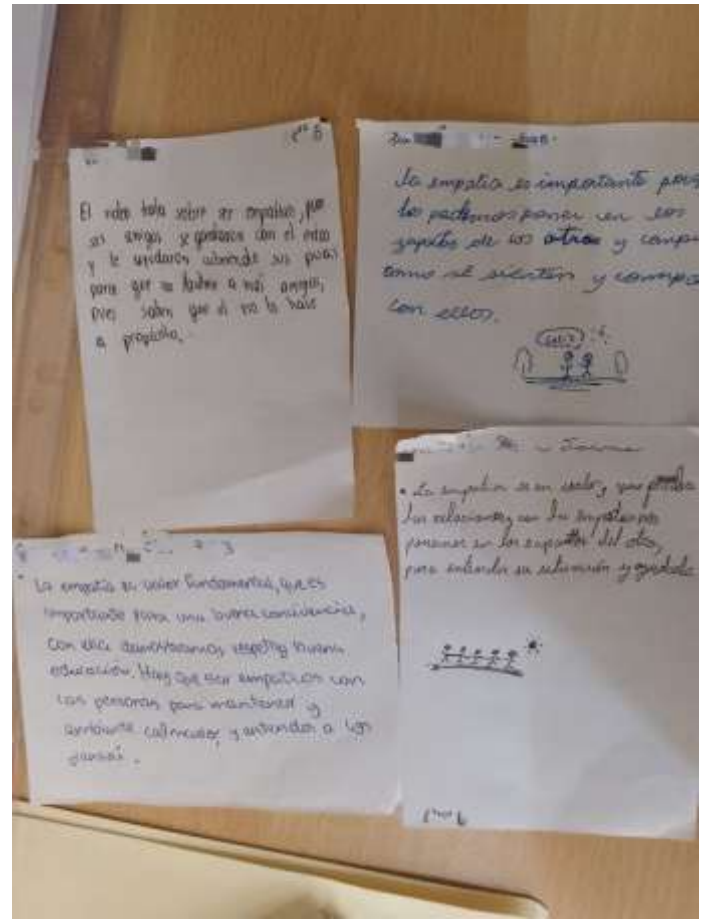
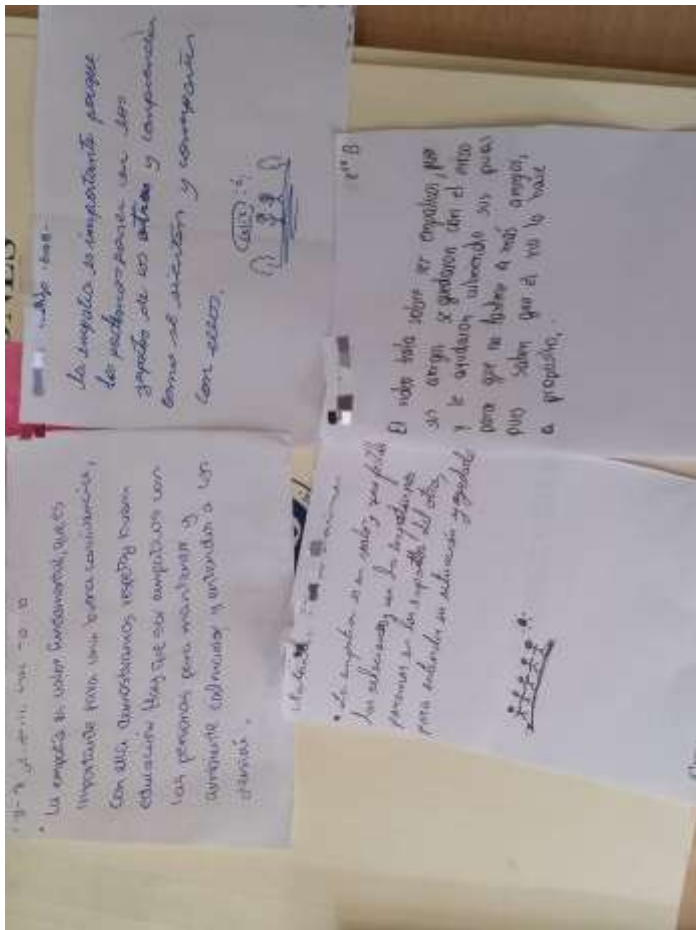
Unicef. (7 de Junio de 2025). *Unicef.org*. https://www.unicef.org/lac/desarrollo-de-habilidades-transferibles?utm_source

Anexos









Anexo: planificación e informes.

Planificación de Talleres de Psicoeducación

Realizado Por: Naydeli Anzules Holguin

Taller de Psicoeducación N°1: Conceptos de habilidades sociales.

Convocatoria:

Fecha: 8/11/2024

Hora: 11:30

Lugar: Institución educativa.

Tema: fortalecer las habilidades sociales para un mejor ambiente escolar y poder incorporar relaciones saludables, para evitar conflictos en el aula.

Subtemas: características, importancia para manejar diferentes entornos.

Objetivo: lograr que los adolescentes obtengan conocimiento de las habilidades sociales y su importancia.

Contenido:

1. Bienvenida e introducción (10 minutos):

- Presentación inicial
- Impartir conocimientos interactivos
- Charlas

2. **Dinámica inicial (5 minutos):**

Los adolescentes deben escribir en una hoja o cuaderno lo que pienses que es un ambiente saludable.

3. **Presentación teórica (10 minutos):**

Antes de comenzar se dará conocer conceptos con ejemplos para un buen entendimiento del tema y se explicará las habilidades sociales:

a) Habilidades sociales básicas: se explicará que las habilidades sociales son cuando se implementan en una conversación utilizando la escucha activa, formular preguntas respetuosas y dar gracias ante cualquier cumplido.

b) Habilidades sociales complejas: estas habilidades se dan cuando estas en una situación y debes resolver un conflicto de manera respetuosa, defender derechos personales y manejar críticas.

4. **Cierre y reflexión (15 minutos):**

Se realizo una breve retroalimentación de las habilidades sociales con conceptos básicos entendibles para que los adolescentes puedan identificar sus habilidades sociales y trabajar en ellas.

Destinatarios:

Duración: 1 hora y 30 minutos.

Materiales: diapositivas, hoja y bolígrafo.

Planificación de Talleres de Psicoeducación

Realizado Por: Naydeli Anzules Holguin

Taller de Psicoeducación N°2: Habilidades sociales para fomentar el liderazgo y trabajo en equipo donde resuelvan situaciones en unión.

Convocatoria:

Fecha: 5/12/2024

Hora: 11:30

Lugar: Institución educativa.

Tema:

Liderazgo y trabajo en equipo.

Objetivo:

Reforzar las habilidades sociales especialmente en el liderazgo, trabajo en equipo mediante cartas donde deben resolver y reflexionar de manera adecuada y respetuosa el líder debe observar que todos participen.

Contenido: Desarrollo paso a paso de la actividad

- Bienvenida (10 minutos)
- Dar a conocer el tema y el taller.
- Explicación con ejemplos sobre el liderazgo

Ejercicio práctico (10 minutos):

Actividad: "el líder "

Se forman grupos de 4-5 personas, en donde deben construir un papel con las herramientas utilizadas en 10 minutos, el líder de observar que todo este organizado y que participen todos.

Taller grupal (30 minutos):

Preguntas para reflexión en grupo:

¿Te gusto ser líder?

¿observaste que todos te escucharan?

¿Todos trabajaron con empatía y respeto?

Los grupos deben mostrar su cartel y mencionar porque eligieron esa frase.

Cierre y reflexión (15 minutos):

Dinámica de cierre: Cada participante debe mencionar su experiencia en los grupos y que logros obtuvieron.

Destinatarios:

Adolescentes de 12 años

Duración:

30 minutos.

Materiales:

- Cartulinas
- Marcadores
- Cinta adhesiva.
- Frases motivacionales

- Cronómetro

Planificación de Talleres de Psicoeducación

Realizado Por: Naydeli Anzules Holguin

Taller de Psicoeducación N°3: Reforzar la confianza en equipo por medio de las actividades.

Convocatoria:

Fecha: 30/01/2025

Hora: 11:30

Lugar: Institución educativa.

Tema: trabajo en equipo.

Subtemas:

- Reconocimiento mutuo.
- Escucha activa.
- Confianza grupal.

Objetivo:

Demostrar la importancia de la cooperación en las relaciones donde todos los integrantes observen la unión es parte esencial del entorno educativo.

Contenido:

Bienvenida e introducción (10 minutos):

- Bienvenida y presentación del taller.
- Preguntas antes de iniciar: “¿Es importante la cooperación?”.

- Explicación de la cooperación.

Dinámica inicial (15 minutos): Charlas sobre la cooperación y ejemplos expuestos por los adolescentes donde se formarán en pareja para exponer el ejemplo y después los demás estudiantes dar una retroalimentación de los ejemplos

Ejercicio práctico (20 minutos):

Actividad central: "La telaraña de la cooperación"

Colocar a los integrantes en un círculo y darles una cuerda que es conformada por un ovillo de lana donde deben permanecer sujetos sin soltarse o tendrá penitencia, cada adolescente debe compartir su experiencia en clases con sus compañeros y al instante les otorgo una situación donde deben reflexionar.

¿Qué te hace pensar esta red?

¿Cómo se sintieron a expresar sus experiencias?

Cierre y reflexión (15 minutos):

Cada persona debe definir su experiencia mediante una frase que lo represente y después proceden a exponer que les pareció la dinámica.

Destinatarios:

Adolescentes

Duración:

1 hora y 30 minutos.

Materiales:

- Ovillo de lana.
- Reloj o cronómetro.

Planificación de Talleres de Psicoeducación

Realizado Por: Naydeli Anzules Holguin

Taller de Psicoeducación N°4: Conocer los significados de las habilidades sociales y fomentar la cooperación.

Convocatoria:

Fecha: 11/02/2025

Hora: 11:30

Lugar: Institución educativa.

Tema: Trabajo en equipo y valores grupales.

Subtemas:

- Comunicación.
- Cooperación.
- Empatía.
- Responsabilidad.
- Respeto.

Objetivo:

Dar conceptos sobre los valores en los adolescentes para que los puedan identificar e incorporar en su vida diaria por medio de actividades.

Contenido:

Bienvenida e introducción (10 minutos):

- Saludo inicial.

- Presentación del tema: los valores son fundamentales en cualquier contexto.
- Retroalimentación y preguntas las cuales fueron “¿Es importante los valores en la vida del ser humano?”.

Ejercicio práctico (20 minutos):

Actividad central: "Sopa de letras del trabajo en equipo"

Se les dará una hoja en el cual contiene una sopa de letra y deben encontrar las palabras expuestas durante las charlas (como cooperación, escucha, confianza, empatía, apoyo, etc.). al finalizar deben mencionar que parte se les complico más y mencionar que valor utilizan más en su vida.

Taller grupal (30 minutos):

En grupos pequeños, discutir:

¿Qué valores utilizo en mi vida?

¿Es importante que las personas incorporen estos valores?

Cierre y reflexión (15 minutos):

Cada adolescente elije un valor de la sopa de letra y nos da un ejemplo de cómo integrarlo en la vida y hacer una pequeña reflexión desde su punto de vista durante la actividad.

Destinatarios:

Adolescentes.

Duración:

1 hora y 30 minutos.

Materiales:

- Hojas con la sopa de letras impresa.
- Lápices o bolígrafos.

Planificación de Talleres de Psicoeducación

Realizado Por: Naydeli Anzules Holguin

Taller de Psicoeducación N°5: Impartir conocimiento de la comunicación asertiva, trabajo en equipo y resolución de conflictos.

Convocatoria:

Fecha: 12/02/2025

Hora: 11:30

Lugar: Institución educativa.

Tema:

Resolución de conflictos y toma de decisiones en grupo.

Subtemas:

- Pensamiento crítico.
- Trabajo en equipo.
- Creatividad.

Objetivo:

Desarrollar habilidades de resolución rápida de conflictos mediante la colaboración grupal, promoviendo el pensamiento creativo, la toma de decisiones compartidas y la escucha activa.

Contenido:

Bienvenida e introducción (10 minutos):

- Bienvenida y presentación del taller.
- Retroalimentación de la importancia para aprender a resolver conflictos.
- Pregunta “¿Resuelves un problema de manera respetuosa?”.
- Presentación de la actividad “Círculo de soluciones rápidas”.

Dinámica inicial (15 minutos):

Actividad: Se procederá con charlas sobre el trabajo en equipo y se realizará pequeñas estrategias donde los adolescentes busquen palabras claves de lo expuesto y hagan situaciones donde las incluirían.

Ejercicio práctico (20 minutos):**Actividad central:** “Círculo de soluciones rápidas”

Se procederá que todos los estudiantes estén en un círculo, después se le otorgara una caja con situaciones donde deberán resolverlas en grupos, cada grupo tendrá que exponerlo y el grupo contrario deberá resolverlo desde su punto de vista.

Cierre y reflexión (15 minutos):

Todos los participantes deben interactuar de como impacto estas respuestas en su vida y que recomendaciones serian para una mejora, por último, terminar con una reflexión donde deben responder que tanto les favoreció la actividad

Destinatarios:

Adolescentes.

Duración:

1 hora y 30 minutos.

Materiales:

- Tarjetas con situaciones-problema.
- Cronómetro o reloj.
- Cartulinas y marcadores.

Planificación de Talleres de Psicoeducación

Realizado Por: Naydeli Anzules Holguin

Taller de Psicoeducación N°6: Fomentar y reforzar la confianza de los adolescentes en el entorno educativo.

Convocatoria:

Fecha: 14/02/2025

Hora: 11:30

Lugar: Institución educativa.

Tema: Comunicación y manejo de la información.

Subtemas:

- Comunicación verbal y no verbal.
- Importancia de transmitir información clara.
- Trabajo en equipo.

Objetivo:

Sensibilizar a los participantes sobre la importancia de una comunicación clara, precisa y empática dentro de los grupos, mediante una dinámica lúdica que demuestra cómo los mensajes pueden transformarse cuando no se comunican adecuadamente.

Contenido:

Bienvenida e introducción (10 minutos):

- Bienvenida y presentación del tema con los talleres.
- Pregunta para observar diversas opiniones “¿Sientes que en algunas ocasiones tu mensaje es interpretado de otra manera?”
- Conceptos claves de la comunicación, relación afectiva

Ejercicio práctico (20 minutos):

Actividad central: “El teléfono social”

Los adolescentes deben formar una fila y después se procederá en darles pequeñas frases donde el que tendrá el mensaje original es el que este en la parte inicial de la final la frase será: “Me siento bien cuando las personas me escuchan”). Este mensaje deberá llegar hasta el final de la fila.

Taller grupal donde deberán responder las siguiente:

- ¿Qué factores dificultan las habilidades sociales?
- ¿Crees que le mensaje llegaría si todos escucharan y respetarán el silencio?

Cierre y reflexión (15 minutos):

Que es lo que más te gusto la actividad podrías hacer una reflexión acerca de la importancia de la escucha. Al final el coordinador también da una pequeña retroalimentación.

Destinatarios:

Adolescentes

Duración:

1 hora.

Materiales:

- Lista de frases para el juego del teléfono.
- Cartulinas y marcadores.
- Hojas

INFORME FINAL TALLER N° 1 HABILIDADES SOCIALES

Título del taller: Fortalecer las habilidades sociales

Facilitador: Naydeli Anzules Holguin

Fecha, Hora y duración

Fecha: 15/02/2025

Hora: 13H30 p.m

Duración: 1 Hora 30 minutos

Lugar: Institución

Objetivo del taller:

Participantes:

Cantidad de Participantes

30 (aproximado) de la institución educativa particular. En el primer día estuvieron presentes solo 20 estudiantes, esto demostró interés en aprender las habilidades sociales en el cual estuvieron participativos.

Perfil de los participantes

Mujeres y hombres de 12 años todos estudiantes.

Detalles del taller

Temáticas Abordadas

Las habilidades sociales son un marco de competencia que facilitan a los individuos relacionarse de forma eficiente en diferentes entornos y están presentes desde el nacimiento del individuo debido a que son conductas aprendidas y aceptadas de acuerdo a lo mencionado las habilidades sociales son conductas que adquiere el ser humano en

los primeros años de vida, conforme va transcurriendo el tiempo se desarrollan hasta obtener un aprendizaje significativo en la adultez. Estas conductas contribuyen para comunicarnos de forma afectiva con el ambiente. las habilidades sociales como destrezas para ejecutar las conductas que son adquiridas por medio del aprendizaje y eficazmente, abordar los desafíos que se manifiesta mediante diversas situaciones sociales.

Las habilidades sociales no solo se enfocan en las conductas, debido a que se debe pasar por un método de aprendizaje, el sujeto también se esfuerza para integrarse en el entorno. Al señalar que contempla tres componentes distintos: descripción objetiva, considera las situaciones del entorno social en las que conlleva requerir las habilidades sociales y conducta dirigida a la estimulación reforzada del entorno social.

Metodología

El taller fue por medio de las exposiciones de las habilidades sociales, después se procedió a realizar actividades para observar si aprendieron lo expuesto, por último, se realizó una retroalimentación.

Materiales y Recursos Empleados

-Diapositiva.

-hoja y lápiz.

Desarrollo del Taller

Descripción de las actividades

A los adolescentes se les realizó preguntas acerca de las habilidades sociales, pero no sabían a profundidad sobre el tema, pero después al realizar las exposiciones y talleres, se observó que tenían deficiencia de habilidades sociales e incluso ellos mencionaron

que preferían evitar conversar con sus compañeros, por esta razón se implementó más métodos participativos para generar un cambio, los adolescentes ya se estaban adaptando a estas intervenciones e incluso mejoraron ciertas áreas de comunicación.

Logros Observados

Los adolescentes aprendieron a manejar diversas situaciones, gracias a los talleres, también comentaron que fueron útiles para su desarrollo, esto ayudó que el entorno educativo sea un ambiente seguro y de aprendizaje en equipo.

Dificultades Observadas

El cambio fue parcial debido a que una parte de los adolescentes tenían falta de desconfianza y falta de interés en trabajar durante el proceso.

Resultados y Hallazgos

El taller tuvo éxito a pesar que no fue en todos los adolescentes, los aprendizajes adquiridos acerca de las habilidades sociales demostraron en los adolescentes su importancia en el desarrollo en el cual ellos desconocían, por medio de estos talleres lograron reforzar la amistad del curso y ser más colaborativos.

Evaluación y Retroalimentación

Nivel de cumplimiento del objetivo del taller

Se logró generar un cambio en los adolescentes mediante las charlas y talleres en cual fueron esenciales debido a que se promovió concientizar la importancia de las habilidades sociales y cuáles fueron las causas y consecuencias si no se trabajaba con las herramientas adecuadas.

Satisfacción y Retroalimentación de los Participantes

Los adolescentes estuvieron felices y satisfechos de la información proporcionada e incluso siempre recalcan que los talleres fueron fundamentales para mejorar el ambiente e incluso divertidos, este proyecto tiene un impacto positivo en la institución educativa particular.

Conclusiones

El taller tuvo un abordaje excelente en la institución debido fue creativo y se logró los objetivos propuestos, los adolescentes aprendieron la importancia de las habilidades sociales como manejarlas en diferentes situaciones, también se destaca la importancia de los talleres en el entorno educativo ya que estimula la creatividad.

Recomendaciones

Se debe organizar el tiempo para realizar los talleres debido a que los adolescentes tienen clases y esto ocasiona una desorganización para poder realizar las charlas y talleres.

HABILIDADES SOCIALES PARA UNA MEJOR CONVIVENCIA

- 1. SER ASERTIVO en la familia**
Decir lo que pensamos sin herir, y escuchar sin juzgar. Esio nos ayuda a entender nos mejor, evitar peleas y mantener una buena relacion con quienes convivimos a diario.
- 3. MOSTRAR RESPETO en el espacio público**
No tirar basura, no gritar, no invadir el espacio de les demás, Respetar lo que es de todos habla bien de uno y mejora la convivencia.
- 4. PRACTICAR LA EMPATIA en las relaciones afectivas**
Antes de reaccionar, intentar entender cómo se siente la otra persona. Esto evita malentendidos y hace que los vinculos sean
- 5. SER TOLERANTE con personas diferentes**
Todos pensamos distinto, y eso no es malo. Respetar opiniones creencias o costumbres distintas a las nuestras es clave para convivir sin conflictos.
- 6. TENER CORTESIA en los espacios viales**
Respetar los semaforos, ceder el paso, no tocar la bocina por todo. Ser amable en la callo puede evitar accidentes
- 9. CUIDAR la naturaleza**
No se trata solo de reciclar, sino de ser conscientes del dano que podemoscausar. Si la cuidamos, nos cuidamos.
- 7. ACTUAR CON RESPONSABILIDAD en redes sociales**
Pensar antes de publicar, evitar insultos o compaartr cosas falsas. Lo que hacemon en internet también tiene consecuencias.
- 10. MANTENER UNA BUENA COMUNICACIÓN con los vecinos**
No malirratarios, darles alimento y afecto. Ellos tambien sienten, y dependen de nosotros.

Habilidades sociales

¿Qué son?
Conjunto de conductas que permiten expresar:

- ✓ Sentimientos.
- ✓ Deseos.
- ✓ Opiniones.
- ✓ Derechos.
- ✓ Inconformidades.

 De un modo adecuado que respete a los demás y facilite la resolución de conflictos.

Dependen de:

- ✓ La situación específica.
- ✓ El contexto.
- ✓ La cultura.



Mejoran:

- ✓ Las relaciones sociales.
- ✓ La autoestima.
- ✓ La habilidad de resolver problemas.



¿Cuáles son?
Aquellos conductas que involucran la capacidad de:

- ✓ Expresar sentimientos positivos y negativos.
- ✓ Decir "no".
- ✓ Hacer peticiones.
- ✓ Hacer y aceptar cumplidos.
- ✓ Iniciar, mantener y terminar una conversación.
- ✓ Defender los propios derechos.
- ✓ Expresar y recibir quejas.
- ✓ Manejar las críticas.
- ✓ Negociar para resolver conflictos.



HABILIDADES SOCIALES

El ser humano es un ser social por naturaleza y las habilidades sociales le van a permitir una vida social sana, rica y satisfactoria.

<p>1 COMUNICACIÓN</p> <p>La habilidad para comunicarnos de manera efectiva es una de las habilidades sociales básicas, ya que la comunicación es la base de toda interacción y relación. Se trata de expresar y entender, de eliminar barreras y de ampliar espacios y métodos de comunicación.</p>	<p>2 EMPATÍA</p> <p>La empatía es la capacidad de ponernos en el lugar del otro. Para mejorar nuestras habilidades sociales debemos entender al otro, e ir más allá de nuestros intereses y ganancias en sus logros.</p>
<p>3 ASERTIVIDAD</p> <p>La asertividad es la capacidad de defender nuestros derechos, opiniones e ideas, sin atacar a los demás desde el resentido. La asertividad, se sitúa en el punto medio entre las conductas pasivas y las agresivas y es una habilidad básica para mejorar nuestras interacciones y relaciones.</p>	<p>4 ESCUCHA ACTIVA</p> <p>La escucha activa es mucho más que la escucha. La escucha activa supone escuchar la parte emocional del mensaje y hacer saber al otro que le estamos escuchando.</p>
<p>5 APEGO</p> <p>El apego es la capacidad de establecer lazos afectivos con otras personas. Crear vínculos con los demás, querer y sentirnos queridos es una necesidad básica y se convierte en una habilidad social.</p>	<p>6 COOPERACIÓN</p> <p>Trabajar con los demás implica ser capaces de cooperar con ellos para lograr objetivos comunes. La cooperación es una de las habilidades sociales básicas.</p>
<p>7 AUTOCONTROL</p> <p>La capacidad de controlar la propia conducta en las diferentes situaciones sociales, implica la capacidad de analizar las interpretaciones e identificar las emociones propias en las situaciones sociales para controlar los resultados.</p>	<p>8 RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS</p> <p>Las relaciones sociales son una fuente de conflicto natural. La habilidad para resolver los conflictos o superar una mejora de nuestras habilidades sociales.</p>

LISTA DE ESTUDIANTES DE OCTUBRE

Fecha: 16/10/2015

Nº	Nombre del Estudiante	Fecha
1	ADRIÁN PEREZ GARCÍA	
2	BALBUENA SANCHEZ	
3	BARRAL TORAL	
4	BENITO GONZALEZ	
5	FERRAZ GARCIA	
6	GARCIA ALONSO	
7	GUERRA GARCIA	
8	HERNANDEZ GARCIA	
9	HERNANDEZ GARCIA	
10	HERNANDEZ GARCIA	
11	HERNANDEZ GARCIA	
12	HERNANDEZ GARCIA	
13	HERNANDEZ GARCIA	
14	HERNANDEZ GARCIA	
15	HERNANDEZ GARCIA	
16	HERNANDEZ GARCIA	
17	HERNANDEZ GARCIA	
18	HERNANDEZ GARCIA	
19	HERNANDEZ GARCIA	
20	HERNANDEZ GARCIA	
21	HERNANDEZ GARCIA	
22	HERNANDEZ GARCIA	
23	HERNANDEZ GARCIA	
24	HERNANDEZ GARCIA	
25	HERNANDEZ GARCIA	
26	HERNANDEZ GARCIA	
27	HERNANDEZ GARCIA	
28	HERNANDEZ GARCIA	
29	HERNANDEZ GARCIA	
30	HERNANDEZ GARCIA	