

Universidad de Lima

Facultad de Psicología

Carrera de Psicología



# **PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN NIÑOS ENTRE 6 Y 7 AÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA**

Trabajo de suficiencia profesional para optar el título profesional de Licenciado en Psicología

**Código 20111412**

**Coli María Fernanda**

Lima – Perú

Febrero de 2019



**PROGRAMA DE HABILIDADES  
SOCIOEMOCIONALES EN NIÑOS ENTRE 6 Y 7  
AÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA**

# TABLA DE CONTENIDO

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>1</b>
<b>CAPÍTULO I: DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA</b> .....	<b>2</b>
1.1 Análisis del problema en la institución educativa .....	4
<b>CAPÍTULO II: PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b> ...	<b>5</b>
2.1 Descripción y contenido del programa de habilidades sociales.....	5
2.1.1 Bloques de contenido .....	6
2.2 Objetivos del programa .....	8
2.3 Metodología .....	8
2.4 Técnicas de evaluación.....	9
2.5 Técnicas de intervención .....	10
2.6 Sesiones .....	11
<b>CAPÍTULO III: RESULTADOS DEL PROGRAMA</b> .....	<b>12</b>
<b>Conclusiones</b> .....	<b>14</b>
<b>Recomendaciones</b> .....	<b>15</b>
<b>Referencias</b> .....	<b>16</b>
<b>Apéndices</b> .....	<b>19</b>

## ÍNDICE DE APÉNDICES

Apéndice 1: Esquema de observación de conducta grupal.....	20
Apéndice 2: Esquema de observación por sesión.....	21
Apéndice 3: Cuadro resumen de objetivos, observaciones y comentarios de facilitadora y profesora.....	22
Apéndice 4: Sesiones detalladas.....	23

# INTRODUCCIÓN

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) han identificado un grupo de habilidades llamadas «habilidades para la vida», y estas son: a) las habilidades sociales e interpersonales, que incluye la comunicación, las habilidades de rechazo, agresividad y empatía; b) las habilidades cognitivas, esto es la toma de decisiones, el pensamiento crítico y la auto evaluación; y c) las habilidades para manejar emociones, como el manejo del estrés y un aumento interno de un centro de control (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2001).

Está documentado que un inadecuado desarrollo de las habilidades sociales asertivas en niños y niñas favorece la aparición de comportamientos disfuncionales en el ámbito familiar y escolar (Lacunza y Contini de Gonzáles, 2011; Lozano, Cerezo y Castillo, 2017), así como también en los adolescentes (Domínguez-Vergara y Ybañez-Carranza, 2016). Por tal motivo, hay una gran responsabilidad familiar, educativa y social en instaurar políticas que favorezcan el desarrollo de habilidades sociales.

Se encuentra necesario, desde una perspectiva promocional y preventiva, contar con propuestas técnicas de fácil aplicación y que hayan tenido éxito anteriormente en nuestro contexto (Ministerio de Salud [MINSA], 2005). Por tal motivo, la implementación de un programa que desarrolle las habilidades socioemocionales estimulará una buena salud mental, contribuirá a una convivencia escolar positiva y a un ámbito familiar favorable.

El objetivo de este programa es desarrollar habilidades socioemocionales en una determinada institución educativa, cuya población está compuesta por niños y niñas con necesidades educativas especiales y diversos diagnósticos. Dicho programa se desarrolla con el fin de reforzar los aprendizajes socialmente adaptativos y llevarlos a una inclusión social.

# **CAPÍTULO I: DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA**

Desde un ámbito social, se calcula que el mundo aproximadamente el 20% de los niños y adolescentes tienen trastornos o problemas mentales, cerca de la mitad se manifiestan antes de los 14 años e incrementa en las regiones del mundo con menores recursos económicos, en donde se ha estimado que la mayoría de esos solo cuenta con un psiquiatra infantil para un rango de un millón a cuatro millones de personas (OMS, 2014).

Así también, a nivel internacional los trastornos neuropsiquiátricos representan un 13% del total de los trastornos, y que del presupuesto total asignado para la salud, solo el 2% aproximadamente es lo que destinan los países para la salud mental (OMS, 2004). De acuerdo a notas periodísticas, en el Perú lo que se destina a la salud mental es el 0,05% del presupuesto nacional de salud (Arce, 2017; «Piden declarar en emergencia», 2018). Estos datos responden a un factor político que también aborda el trabajo. Si se invierte adecuadamente en salud mental disminuirían los gastos en recuperación, ya que la prevención es menos costosa, evidenciando el factor económico del problema descrito.

Desde el ámbito de la salud, se brinda mayor foco de atención a la patología, y no en la prevención y promoción de actividades o programas que desarrollen buenas prácticas de salud mental. En el contexto local se ha evidenciado que los problemas de salud mental en los niños(as) y adolescentes son 1) comunes y perjudican su rendimiento escolar y sus relaciones sociales; 2) estos problemas tienden a persistir a lo largo del tiempo, 3) la mayoría no reciben tratamiento adecuado, 4) los trastornos no tratados favorecen la ocurrencia de eventos graves en la vida adulta, como problemas de salud mental, criminalidad, abuso de alcohol y drogas, desempleo prolongado y dificultades en la educación de los hijos (Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado [INSM], 2007).

Desde un ámbito educativo es muy importante que la escuela y la familia presten atención a los signos que puedan indicar la presencia de algún trastorno mental, sobre todo en los niños y adolescentes, ya que con un tratamiento oportuno, se pueden solucionar («Salud mental: una tarea», 2016). Muchas instituciones educativas no cuentan con un departamento psicológico que ayude a la convivencia dentro del ámbito escolar, desarrollando programas que generen buenas prácticas de salud mental, como las habilidades sociales que funcionan como un factor protector al brindar seguridad, buen nivel de autoestima, asertividad y ajuste social o adaptación (Díaz-Sibaja, Trujillo y Peris-Mencheta, 2007; Goyoaga, 2017; Lacunza y Contini de González, 2011; Puerta, 2013). Estas medidas de prevención ponen de relieve el aspecto tecnológico del planteamiento, pues desde las teorías, se desarrollan e implementan herramientas que modifiquen aspectos en el día a día para un desarrollo y convivencia saludable, lo que a su vez añade un valor ecológico al trabajo de intervención.

Finalmente, se considera que el trabajo promueve y visibiliza la importancia de incrementar intervenciones de prevención en la salud mental lo que permite una posible reestructuración de aspectos políticos y legales que demanden a las instituciones correspondientes una mayor atención y responsabilidad sobre el problema descrito.

La Institución Educativa en la cual se realizó el programa tiene una población de niños y niñas con Trastornos del espectro autista, asperger, de lenguaje, retardo mental y dificultades emocionales. Por consiguiente un programa en habilidades socioemocionales fue pertinente para reforzar el área social. El colegio es una institución educativa que atiende con un enfoque inclusivo a niños de primaria. El colegio cuenta con un departamento académico y un departamento psicológico. Ambos departamentos se encargan de los programas de intervención académicos y psicológicos, armar los salones de acuerdo a edades, necesidad educativa especial y condición psicológica de cada alumno.



## **1.1 Análisis del problema en la institución educativa**

El grupo está conformado por 10 estudiantes entre 6 y 7 años de edad. Durante los meses de marzo y parte de abril se llevaron a cabo observaciones globales en el ámbito natural en diferentes circunstancias, identificándose dos grupos: 1) dificultades en el lenguaje, atención –concentración, aprendizaje, control de impulsos y en el aspecto socioemocional. 2) Dificultades en la comunicación, pobre contacto con el medio que deriva en muchas ocasiones en comportamientos descontextualizados, reiterativos e impertinentes. Esto presenta dificultades para:

- Cumplir normas sociales básicas
- Sostener durante el periodo diario de clase, el cumplimiento de reglas que favorezcan el aprendizaje tales como permanecer sentado mientras ejecuta la tarea, respetar turnos, capacidad de espera, entre otros.
- Regular su reacción emocional ante situaciones que lo frustren recurriendo en ocasiones a mostrarse muy demandantes con presencia de agresividad verbal, llantos, gritos u otro para demostrar su displacer (desregulación emocional intermitente).
- Baja empatía hacia sus pares lo que los lleva a asumir conductas invasivas y/o impertinentes.

Dado el análisis situacional se plantea un programa grupal de catorce sesiones, el cual se desarrollará a detalle más adelante.

## **CAPÍTULO II: PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES**

A continuación se describirá a detalle el programa de habilidades socioemocionales.

### **2.1 Descripción y contenido del Programa de Habilidades Socioemocionales**

El modelo que utilizaremos para el programa de Habilidades Socioemocionales está basado principalmente en la Teoría del Aprendizaje Social (Bandura, 1990) en el que la persona forma sus cogniciones o representaciones de la conducta a partir de experiencias que guíen su comportamiento. Complementamos esta teoría con la descripción de los componentes del Aprendizaje Estructurado (Reigeluth, 2000). Este modelo de entrenamiento es adecuado porque en sus diferentes fases o componentes se ponen en funcionamiento los principales mecanismos a partir de los cuales el alumno aprende su comportamiento social.

Por *experiencia directa* (en función de las consecuencias reforzantes o aversivas aplicadas por el entorno después de cada comportamiento social), por *observación* (se aprenden conductas de relación como resultado de la exposición ante modelos significativos), por *instrucción verbal* (a través del lenguaje hablado, por preguntas, instrucciones, sugerencias, iniciaciones o explicaciones) y por *feedback interpersonal* (explicitación por parte de los observadores de cómo ha sido el comportamiento y posterior corrección del mismo a partir de la información obtenida).

Se iniciará con las habilidades que son puestas en práctica de forma frecuente, comenzando por aquellas que pueden acogerse a estructuras espacio-temporal estable y se utilizan de forma reiterada. Del mismo modo, se iniciará con aquellas cuyo desarrollo conlleve un refuerzo natural inmediato de la autoestima y/o de la

propia acción. También se tomará en cuenta las facilidades de seguimiento de los aprendizajes, ya que conviene adquirir desde el principio el hábito de valorar los diferentes componentes incluidos en cada habilidad. Este esquema, parte del desarrollo de sesiones específicas de entrenamiento con las que se inician o mejoran determinadas habilidades y continúa con la aplicación de estrategias dirigidas a lograr el mayor grado posible de generalización de las habilidades trabajadas.

Durante el entrenamiento específico se aplicarán un conjunto de técnicas enfocadas a adquirir aquellas conductas socialmente efectivas que el niño no tiene en su repertorio y, también, a modificar las conductas de relación interpersonal que posee pero que son inadecuadas.

### **2.1.1 Bloques de contenido**

#### a) Habilidades de interacción social

##### **Presentación, cortesía y agrado**

1. Emitir saludos y despedidas adecuadas a cada contexto.
2. Utilizar fórmulas básicas de cortesía.
3. Emitir y recibir halagos con naturalidad.
4. Interesarse por situaciones personales de amigos, familiares, etc...

##### **Peticiones**

5. Hacer peticiones o solicitar ayuda a otras personas y hacer favores o prestar ayuda.
6. Dar y recibir instrucciones.
7. Rechazar peticiones no razonables o inadecuadas.
8. Expresar deseos, sentimientos e intenciones.
9. Pedir a otras personas que cambien su conducta en situaciones concretas.
10. Pedir permiso y/o excusarse en situaciones que lo requieran.

11. Proponer y aceptar la participación en juegos.
12. Hacer proposiciones a otras personas para el tiempo libre.

### **Conversación**

13. Mostrar escucha activa expresando comprensión o incomprensión.
14. Mantener la postura y distancia adecuadas al hablar con otras personas.
15. Tener en cuenta al interlocutor durante una conversación.
16. Relatar vivencias o sensaciones personales.
17. Preguntar y responder a preguntas.
18. Unirse, iniciar, mantener y finalizar conversaciones.
19. Tomar y ceder la palabra correctamente.
20. Utilizar diferentes entonaciones con el fin de aumentar la expresividad.
21. Acompañar la expresión verbal de mensajes gestuales ajustados.

### **Críticas, derechos y obligaciones**

22. Defender los propios derechos.
23. Reconocer errores y pedir disculpas.
24. Responder adecuadamente a las críticas.
25. Mostrar tolerancia hacia los demás.
26. Respetar la propia intimidad y la de los demás.
27. Mantener una conducta autocontrolada ante insultos u ofensas.
28. Afrontar y resolver conflictos.

### **Afectividad**

29. Identificar, interpretar y comunicar emociones y sentimientos.

#### b) Habilidades de control:

1. Reclamar adecuadamente ante una injusticia o equivocación.
2. Saber guardar turnos.

El programa tiene una duración de catorce sesiones (de abril a noviembre) con una frecuencia de una vez por semana una hora por sesión. El salón está conformado por 10 niños. Las personas involucradas en el programa son una facilitadora, la cual modelará cada sesión, una profesora y asistente que serán personas de apoyo y realizarán el mantenimiento de los conceptos trabajados en lo consecutivo.

## **2.2 Objetivos del programa**

Objetivo General:

Desarrollar y fomentar conductas socialmente efectivas a través de la estimulación de una mejor percepción de su entorno más inmediato así como de mecanismos de regulación emocional y autocontrol.

Objetivos específicos:

1. Desarrollar competencias de interacción social adecuadas para diferentes contextos.
2. Desarrollar habilidades de lenguaje como medio para manifestar su incomodidad o desacuerdo ante un hecho vivido.
3. Identificar emociones primarias y secundarias en sí mismo y los demás.
4. Desarrollar habilidades de autocontrol para una adecuada convivencia social.

## **2.3 Metodología**

Partiendo del análisis, las experiencias cotidianas y las ejemplificaciones, se proporciona al niño información relativa a las características de determinadas habilidades que se van a enseñar y los temas que se van a tratar. Asimismo, se les hace ver la importancia y relevancia que tiene la aplicación de las habilidades propuestas para su vida, informándoles de las actividades que se van a realizar, y

las personas y situaciones con las que se pueden encontrar. Por todo esto, se estimula el interés de los niños con los que se va a trabajar.

Se utilizará una metodología en específico para todas las sesiones, la cual tiene cuatro fases (exposiciones introductorias y motivacionales, dinámicas participativas, aplicación en paralelo de técnicas y cierre de la sesión). Sin embargo, el contenido de cada una de estas cambiará de acuerdo al objetivo de la sesión.

#### **2.4 Técnicas de evaluación**

En este programa no se recomendó utilizar técnicas cuantitativas debido a las características de la población, ya que se tuvo diferentes problemáticas tanto cognitivas como de diagnóstico. Se consideró que investigar las opiniones de los niños utilizando métodos cualitativos contribuirá al conocimiento actual porque ofrece la oportunidad de obtener información más detallada sobre las opiniones de los participantes (Zwaanswijk & Kösters, 2015).

No obstante las técnicas de evaluación utilizadas fueron de corte cualitativas. En los meses de marzo y abril se hizo la primera observación de conducta grupal (ver apéndice 1) en diferentes ámbitos (salón y recreo) de los alumnos a los cuales se les realizaría el programa. Al término de cada sesión se realizan observaciones de conducta grupal, teniendo un registro de cada sesión (ver apéndice 2). Otra técnica utilizada fueron las reuniones semanales con la profesora y asistente del aula (ver apéndice 3), las cuales comentan sobre los progresos observados o dificultades de los niños durante las clases y recreos. Dichas observaciones son consideradas para los objetivos consecutivos. La tercera técnica cualitativa, fueron los mensajes de los niños, por medio de aprendizajes implícitos, es decir, las verbalizaciones que estos dicen en relación a objetivos trabajados en su día a día, por ejemplo, «Pepito

tu sabes que debes saludar antes de entrar al salón...». Dichos mensajes eran anotados en el cuadro de observación cada sesión.

## **2.5 Técnicas de intervención**

Para el desarrollo de las sesiones se utilizará material visual como gráficos, dramatizaciones y juegos cooperativos que favorezcan los aspectos planteados a trabajar. Entre las principales técnicas de intervención que se utilizaron durante todo el programa de acuerdo al objetivo de la sesión tenemos los siguientes:

1. Instrucciones: Consisten en explicaciones claras y concisas centradas principalmente sobre las conductas objetivo, con la finalidad de evocar una respuesta específica.
2. Modelado: Consiste en la exhibición por parte de un modelo, de las conductas que son objeto de entrenamiento, en presencia de las personas que van a ser entrenadas. Puede ser presentado real (físicamente presente) o simbólico, (grabaciones, filmaciones o descripción verbal que el entrenador realiza del supuesto comportamiento del modelo).
3. Refuerzo positivo: Su objetivo es contribuir al moldeamiento y mantenimiento de las conductas. Su empleo está dirigido a proporcionar la motivación necesaria para mejorar su actuación en los diversos ensayos. El tipo más usado es el refuerzo social de tipo verbal (alabanzas, reconocimiento público, etc.).
4. Retroalimentación: Consiste en proporcionar información a la persona en relación a conductas objetivo exhibidas en el ensayo conductual previo con el fin de moldear dichas conductas y conseguir un nivel de ejecución idóneo.
5. Ensayo conductual o role- playing o juego de roles: Técnica del aprendizaje social, a través de la cual se pretende que la persona tenga la oportunidad de practicar y ensayar las conductas apropiadas.

6. Autocontrol: Entendida como la capacidad de postergar voluntariamente una gratificación inmediata con el objeto de alcanzar metas a largo plazo.
7. Autoinstrucciones: Establecer diálogos internos (comandos verbales) en el niño que le permitan regular efectivamente su conducta.
8. Relajación: Para reducir la tensión a través de la contracción y relajación progresiva de la musculatura.

### **A nivel cognitivo**

1. Organización del pensamiento: entrenar al niño en organizarse. La organización del aula, materiales, el hecho que se cumplan pasos previos antes de iniciar una tarea.
2. Anticipar la consecuencia de sus actos: propiciar lecturas, trabajo de secuencias, cuentos, etc. de contenido social donde se presente un hecho con su consecuencia.

### **A nivel afectivo**

1. Labilidad emocional: brindar espacios para desahogar sus emociones, si es posible solo, luego de esto se dará un tiempo una reflexión sobre lo sucedido; asimismo, reforzar sus momentos de estabilidad para no caer en el error de reforzar su labilidad.
2. Capacidad de espera: en lo cotidiano hay que enseñarles a esperar, si se les ve demasiado inquietos, hay que enseñarles a “pensar en otra cosa” para que se distraiga mientras espera.
3. Garantizar la motivación del alumno: enseñarle estrategias de resolución de problemas y entrenamiento en autoinstrucciones.

## **2.6 Sesiones**

El detalle de las 14 sesiones que se desarrollaron durante el Programa de Habilidades Socioemocionales (ver apéndice 4).



### **CAPÍTULO III: RESULTADOS DEL PROGRAMA**

En relación a la planificación y supervisión, se realizaba con una semana de anticipación con el fin de identificar si las actividades, el material, el lenguaje y consignas eran las adecuadas. Hubo muy buena disposición por parte de la supervisora con las propuestas planteadas para cada sesión referente a las actividades.

Para dar inicio al programa, la profesora anticipó en reiteradas ocasiones la nueva actividad que se realizaría, debido a que en ciertos casos el cambio de rutina genera cierta confusión e inestabilidad. Al empezar la sesión, tuvieron mucha apertura a la escucha y a realizar las actividades propuestas. Se les motivó constantemente para generar participación activa, la cual se veía reflejada en su intervención en cada sesión. En el transcurso del programa, mostraron entusiasmo por iniciar la sesión. Se adaptaron todas las actividades y materiales requeridos para cada sesión, utilizando un lenguaje claro, con vocabulario sencillo y trabajos de corta duración por las dificultades atencionales que presentan los alumnos. A partir de la tercera sesión se observaron mejoras sustanciales en relación a la convivencia escolar, los niños recordaban constantemente los términos trabajados en clase y los ejecutaban en su accionar. Al finalizar el taller, se observaron varias mejoras: prestaban mayor atención a las clases, entendieron que sus actos tienen consecuencias tanto agradables como desagradables, fueron capaces de reconocer cuando se sentían inquietos y utilizar la herramienta («la botella de la calma») que se preparó con ellos para contrarrestar su malestar. Es importante el refuerzo constante de lo aprendido durante esas sesiones por las mismas características de los niños. Los resultados fueron evaluados en cada sesión con la observación de la facilitadora y con el registro de comentarios de la profesora y asistente, los cuales evaluaban el progreso de cada sesión («bueno», «en progreso» o «deficiente»).

El trabajo presenta la oportunidad de responder ante necesidades específicas en el plano personal y social, específicamente desde una intervención psicoeducativa. El desarrollo de las habilidades sociales cuenta con fundamento teórico que permitió el desarrollo de una metodología en el presente trabajo y en consecuencia, ejecutar una serie de pasos para llevar la teoría a la práctica.

El aporte psicológico del programa favorece al conjunto de habilidades socioemocionales en una población con características variadas y diferentes. El propósito del programa, con los alumnos, es que el desarrollo de dichas habilidades se pueda generalizar a los diferentes contextos en los cuales se desenvuelven y posteriormente les permita una mejor inclusión social. Les favorece para poder formar parte en un programa de inclusión académica en un colegio regular y para su desenvolvimiento social con diferentes grupos de personas ajenos a ellos.

Los resultados descritos permiten comprender los factores involucrados en el problema identificado y haciendo uso de la teoría, se propone un programa de intervención paso a paso que contribuye con el desarrollo personal, social e incremento del bienestar de los participantes, permitiéndoles contar con herramientas específicas para la autorregulación emocional y la presencia de mayores conductas adaptativas, de modo que favorezca el futuro desempeño en la vida de cada participante.

## CONCLUSIONES

A partir de las actividades realizadas por medio del Programa de Habilidades Socioemocionales, podemos llegar a las siguientes conclusiones:

- Con el paso de las sesiones los niños por modelamiento y refuerzo positivo van adoptando las conductas pro social y emocional que tenemos como objetivo.
- El arte, juego y videos ayudan mucho a la interiorización del aprendizaje.
- El desarrollo de las habilidades socioemocionales ayuda a una mejor convivencia entre compañeros y relación profesor-alumno.
- La práctica de dichas habilidades debe ser reforzado constantemente con el fin de generalizar el aprendizaje a los diferentes contextos en el que se desenvuelve el niño.
- Debe haber un trabajo en conjunto entre el docente, asistente y facilitador del taller para el refuerzo de los conceptos trabajados durante las sesiones.
- Debido a las características de la población muchas de las actividades tuvieron que adaptarse en contenido y lenguaje utilizado, con la finalidad de un mejor entendimiento.

## RECOMENDACIONES

A continuación se detallan las recomendaciones en relación al Programa de Habilidades Socioemocionales:

- Conocer la población con la cual se trabajará, sabiendo el lenguaje que utilizan y el nivel cognitivo. Ello podrá ayudar a implementar las actividades pertinentes y útiles para los niños.
- Realizar una observación previa, grupal o individual, sobre las habilidades carentes y habilidades pro sociales con el fin trabajar a profundidad las primeras y reforzar positivamente las segundas.
- Tener un máximo de 10 a 11 niños, con el apoyo de una persona adicional. Ello ayudará que todos los niños sean atendidos y supervisados.
- Reconocer los niños «guía» o «encargados», los cuales pueden acompañarte como soporte en el proceso con sus demás compañeros.
- Realizar una estructura clara y fija, con el fin que los niños sepan el orden de cada sesión. Ello no significa que las actividades sean las mismas solo la estructura. Por ejemplo, los niños llegan y pueden sacar un juego, al sonar el silbato saben que la actividad terminó y deben sentarse en círculo, etc.
- Centrar cada sesión en un objetivo determinado y tratar de realizar de 2 a 3 actividades que refuercen dicho objetivo. Es importante que las maestras estén al tanto de ello para luego poder ser las modeladoras y continuar reforzando el trabajo.

## REFERENCIAS

- Arce, A. (8 de abril de 2017). Día mundial de la salud ¿Cuánto se invierte en salud mental? *El Comercio*. Recuperado de: <https://elcomercio.pe/economia/dia-mundial-salud-invierte-salud-mental-1-422622>
- Bandura, A. (1990). *Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad*. Madrid: Alianza.
- Díaz-Sibaja, M., y Peris-Mencheta, L. (2007). Hospital de día infanto-juvenil: programas de tratamiento. *Revista de Psiquiatría y Psicología del Niño y del Adolescente*, 7(1), 80-99. Recuperado de <http://psiquiatriainfantil.org/numero8/art6.pdf>
- Domínguez-Vergara, J., y Ybañez-Carranza, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Propósitos y Representaciones*, 4(2), 181 - 230. Doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2016.v4n2.122>
- Goyoaga, E. (2017). *Propuesta de intervención para la adquisición de habilidades de la vida diaria y habilidades sociales en un niño con TEA* (tesis de maestría). Universidad Internacional de la Rioja. Recuperado de <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/5880/GOYOAGA%20ZABALB EITIA%2C%20EUNATE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado (2007). Anales de salud mental. Estudio epidemiológico de salud mental de niños y adolescentes en Lima Metropolitana y Callao 2007. Recuperado de <http://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/2007-ASM-EESM-NYA.pdf>
- Lancuza, A., y Contini de González, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos.

*Fundamentos en Humanidades*, 23(1), 159-182. Recuperado de <https://www.redalyc.org/html/184/18424417009/>

Lozano, J., Cerezo, M., y Castillo, I. (2017). Materiales didácticos para la enseñanza de habilidades emocionales y sociales en alumnado con TEA: una investigación colaborativa en educación primaria y secundaria. *Educatio Siglo XXI*, 35(3), 39-64. doi: <http://dx.doi.org/10.6018/j/308891>

Ministerio de Salud [MINSA] (2005). Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares. Recuperado de [http://bvs.minsa.gob.pe/local/PROMOCION/170\\_adolesc.pdf](http://bvs.minsa.gob.pe/local/PROMOCION/170_adolesc.pdf)

Organización Panamericana de la Salud (2001). *Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes*. Recuperado de <http://www1.paho.org/hq/dmdocuments/2009/Habilidades.pdf>

Organización Mundial de la Salud (2013). *Salud mental: un estado de bienestar*. Recuperado de [https://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/es/](https://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/)

Organización Mundial de la Salud (2004). *Invertir en salud mental*. Recuperado de [https://www.who.int/mental\\_health/advocacy/en/spanish\\_final.pdf](https://www.who.int/mental_health/advocacy/en/spanish_final.pdf)

Piden declarar en emergencia la salud mental en el Perú. (19 de abril del 2018). *Publimetro*. Recuperado de <https://publimetro.pe/actualidad/noticia-piden-declarar-emergencia-salud-mental-peru-73143>

Puerta, I. (2013). *Programa de habilidades sociales para niños con trastorno generalizado del desarrollo* (Tesis de maestría). Universidad de Almería. Recuperado de <http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/2241/Trabajo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Reigeluth, C. (2000). *Diseño de la instrucción: teorías y modelos. Un nuevo paradigma de la instrucción*. Madrid: Santillana

Salud mental: una tarea para el individuo, la familia y la sociedad (19 de noviembre del 2016).

*Gobierno del Perú.* Recuperado de

<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/14524-salud-mental-una-tarea-para-el-individuo-la-familia-y-la-sociedad>

Un 20% de la población del país requiere atención en salud mental (20 de febrero del 2017).

*Gobierno del Perú.* Recuperado de

<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/14252-un-20-de-la-poblacion-del-pais-requiere-atencion-en-salud-mental>

Zwaanswijk, M., & Kösters, M. (2015). Children's and parents' evaluations of 'FRIENDS for Life' an indicated school-based prevention program for children with symptoms of anxiety and depression. *Behaviour Change*, 32(4), 243-254. doi: 10.1017/bec.2015.13

# APÉNDICES



## APÉNDICE 1: ESQUEMA DE OBSERVACIÓN DE CONDUCTA GRUPAL INICIAL

<b>Campo</b>	<b>Conducta</b>	<b>Observación</b>
<b>Comunicación</b>	Comunicación asertiva	
	Comunicación no verbal	
	Comunicación fluida	
	Dialoga para resolver	
<b>Atención</b>	Sigue la secuencia de una tarea	
	Sigue la secuencia de un juego	
	Sigue indicaciones	
	Mantiene contacto visual	
<b>Relaciones Interpersonales</b>	Contacto con el resto	
	Iniciativa para relacionarse con el otro	
	Comparte	
<b>Manejo emocional</b>	Manejo de la frustración	
	Reconocimiento de sus emociones	
	Resuelve problemas	
<b>Conducta</b>	Consecuencias sobre sus actos	
	Obedece a la profesora	

## APÉNDICE 2: ESQUEMA DE OBSERVACIÓN POR SESIÓN DE FACILITADORA

<b>Sesión</b>	<b>Actividad</b>	<b>Materiales</b>	<b>Observación de facilitadora</b>
<b>1</b> (fecha)	Aprendiendo sobre consecuencias agradables y desagradables a través de un role playing e historias cortas.	Fichas con dibujos para la historia.	<p>La dinámica se realizó con éxito, la mayoría de los alumnos participaron de manera activa. Sin embargo, es importante continuar trabajando en la espera de turnos, escucha activa y permanencia en el sitio. Por otro lado, “X” se mantuvo al margen de la actividad, tapándose los oídos, cerrando los ojos y sin contestar las preguntas.</p> <p>Fueron capaces de reconocer las consecuencias agradables y desagradables a través de las historias presentadas.</p>
<b>2</b> (fecha)	Aprendiendo consecuencias agradables y desagradables a través de historia de dos personajes (Coco y Pepe) y Buenos modales (consecuencias agradables) por medio de un libro de colorear.	Fichas de dibujo con personajes (Coco y Pepe) y libro para colorear de buenos modales.	<p>La dinámica se realizó con éxito y en el tiempo propuesto. Los alumnos pudieron reconocer si se trataba de una consecuencia agradable o desagradable, algunos eran capaces de la explicación a su respuesta. La participación fue activa y con atención constante. Posterior a la historia y ronda de preguntas, se les presentó el libro de las consecuencias agradables, respondieron con mayor fluidez y entendimiento ante las preguntas.</p>
<b>3</b> (fecha)	Aprendemos a prestar atención, escuchar y mantener contacto visual a través de un role playing e historias.	Fichas de dibujos con personajes (Mamá y Coco) y lentes de cartulina para colorear y armar.	<p>Mantuvieron una actitud positiva frente a este, sin embargo, comparado con otras sesiones no fueron muy participativos. La atención fue constante, llegando a concluir con la actividad planteada de la sesión. Resulta importante mejorar los lapsos atencionales en los alumnos e incentivar la participación de manera directa.</p>

### APÉNDICE 3: CUADRO RESUMEN DE OBJETIVOS, OBSERVACIONES Y COMENTARIOS DE FACILITADORA Y PROFESORA

<b>ACTIVIDAD1: INTRODUCCIÓN DEL CONCEPTO “CONSECUENCIAS”</b>				
<b>Objetivo sesión</b>	<b>Observación grupal por sesión (facilitadora)</b>	<b>Comentario grupal de profesora por sesión</b>		
		<b>Bueno</b>	<b>En proceso</b>	<b>Deficiente</b>
Introducir el concepto “consecuencias” en relación a nuestros actos.	<p>La dinámica se realizó con éxito, la mayoría de los alumnos participaron de manera activa. Sin embargo, es importante continuar trabajando en la espera de turnos, escucha activa y permanencia en el sitio. Por otro lado, “X” se mantuvo al margen de la actividad, tapándose las orejas, cerrando los ojos y sin contestar las preguntas.</p> <p>Fueron capaces de reconocer las consecuencias agradables y desagradables a través de las historias presentadas.</p>		<p>Todos mantuvieron una buena disposición al trabajo. Durante los días posteriores a la sesión, algunos recordaban el concepto de consecuencias, el cual fue reforzado por nosotras. Sin embargo, se debe continuar trabajando y las consecuencias desagradables de sus propios actos.</p>	

## APÉNDICE 4: SESIONES DETALLADAS

### Actividad 1: INTRODUCCION DEL CONCEPTO “CONSECUENCIAS”

Vamos a descubrir las consecuencias

#### Objetivo:

1. Introducir el concepto “consecuencias” en relación a nuestros actos.

#### Método:

1. Se introduce la sesión con una dramatización (Mafe dramatizando una niña, ingresa al aula pasando delante del grupo, mirando a los lados y se tropieza con Brenda, la mira, no dice nada y sigue caminando hacia atrás de ellos. Brenda comenta, que mal educada esta niña, no pidió disculpas).
2. Se analiza con el grupo lo sucedido y se vincula lo que hizo “Mafe” con las consecuencias. Se le pregunta a Brenda qué piensa de esa niña (ella debe resaltar sobre su mala conducta, poca educación, etc.)
3. Se hace ver que todas nuestras conductas tienen consecuencias y que estas pueden ser agradable o desagradables.
4. Se presentan otras historias, acompañadas con láminas, y se dialoga sobre las consecuencias. Se incide sobre lo agradables o desagradables que son.
5. Se plantea la necesidad de pensar antes de actuar para evitar consecuencias desagradables.
6. Se cierra la sesión concluyendo que todas nuestras conductas tienen consecuencias.

#### Técnica:

Ensayo Conductual  
Dramatización.

### Actividad 2: INTRODUCCION DEL CONCEPTO “CONSECUENCIAS”

Vamos a descubrir las consecuencias

#### Objetivo:

1. Introducir el concepto “consecuencias” en relación a nuestros actos (pedir permiso, dar las gracias y pedir por favor de manera espontánea).

#### Método:

1. Se introduce la sesión con una dramatización a través de dos personajes (Pedro invita a Andrés a su casa, toca el timbre. Andrés entra sin saludar a Pedro. Pedro le ofrece algo de comer, le sirve unas galletas y Andrés no agradece, le pide que le pase su vaso de agua y no pide por favor).
2. Se analiza la situación con el grupo y se mencionan las consecuencias. Se pregunta lo que piensan.

3. Se brinda un pequeño cuento para colorear, ilustrando cuatro figuras de “buenos modales”.
4. Se hace ver que todas las conductas tienen consecuencias agradables o desagradables.
5. Se cierra la sesión concluyendo que todas nuestras conductas tienen consecuencias.

Técnica:

Ensayo Conductual  
Dramatización.

### **Actividad 3: SABER ESCUCHAR**

Aprendemos a prestar atención y mantener contacto visual.

Objetivo:

1. Introducir el concepto de escucha activa.

Método:

1. Se introduce la sesión con una dramatización (Brenda le habla a Mafe y ella se mantiene de espaldas a Brenda, no mantiene contacto visual, tampoco la escucha a profundidad y se dedica a hacer otra cosa, como por ejemplo jugar con sus manos).
2. Se analiza con el grupo lo sucedido y se pregunta lo que hizo con la importancia de mantener contacto visual y prestar atención cuando nos hablan. Se le pregunta a Brenda sobre lo que piensa de Mafe (ella debe resaltar sobre su mala conducta, poca educación y cómo se sintió Brenda).
3. Se presenta una pequeña historia de Coco con su mamá, el cual la interrumpía cuando ella conversaba por teléfono. En otra escena, la mamá le dice que guarde sus juguetes y él no le presta atención. A consecuencia de eso, no sabía que tenía que hacer.
4. Se analiza con el grupo lo sucedido en la historia y la importancia de prestar atención, guardar silencio y mantener contacto visual.
5. Pintan y arman unos “lentes para prestar atención y mantener el contacto visual”.
6. Se cierra la sesión concluyendo que debemos observar la situación, escuchar, mantener contacto visual y prestar atención.
- 7.

Técnica:

Ensayo Conductual  
Dramatización.

### **Actividad 4: SABER ESCUCHAR Y SUS CONSECUENCIAS**

Aprendemos a prestar atención y mantener contacto visual y ver las consecuencias de estos.

Objetivo:

1. Introducir el concepto de escucha activa.
2. Reconocer consecuencias agradables y desagradables.

Método:

1. Se introduce la sesión presentando un video sobre aprender a escuchar y seguir las reglas.

2. Se analiza con el grupo lo sucedido con el niño del video, los actos que realizó y las consecuencias que podrían tener.
3. Se cierra la sesión concluyendo con la importancia de observar la situación, escuchar, mantener contacto visual y prestar atención. Del mismo modo, reconocer las consecuencias agradables y desagradables.

Técnica:

Ensayo Conductual  
Dramatización.

### **Actividad 5: SABER ESCUCHAR Y SUS CONSECUENCIAS**

Aprendemos a prestar atención y mantener contacto visual y ver las consecuencias de estos.

Objetivo:

1. Introducir el concepto de escucha activa.
2. Reconocer consecuencias agradables y desagradables.

Método:

1. Se introduce la sesión con una historia referente a la ficha de trabajo, referente a las consecuencias de no escuchar a nuestros papás y lo que esto conlleva (consecuencia desagradable cuando desobedecemos).
2. Se analiza con el grupo lo sucedido con los niños de la historia.
3. Se les presenta una ficha de trabajo con dos secuencias de acción y sus consecuencias, así como soluciones que pueden ejecutar (ayuda a un adulto).
4. Se cierra la sesión concluyendo que debemos observar la situación, escuchar, mantener contacto visual y prestar atención. Así como reconocer las consecuencias agradables y desagradables.

Técnica:

Ensayo Conductual  
Dramatización.

### **Actividad 6: POR FAVOR Y GRACIAS**

Aprendemos a decir por favor y gracias en diferentes situaciones.

Objetivo:

1. Introducir el concepto de buenos modales.
2. Reconocer consecuencias agradables y desagradables de no tener buenos modales.

Método:

1. Se introduce la sesión con una historia referente a un niño que no dice por favor ni gracias.
2. Se analiza con el grupo lo sucedido con los niños de la historia y las consecuencias agradables y desagradables.
3. Se realiza el juego del “Mago educado”, en el cual un niño será el mago y pedirá por favor a los demás y gracias cuando lo hagan. Por ejemplo, “Por favor todos aplaudan”

cuando el grupo cumple la acción el “Mago educado” dice “gracias”. Dicha actividad también reforzará lo referente a la escucha activa, permanencia en una actividad y atención.

4. Se cierra la sesión concluyendo que debemos pedir por favor y gracias. Así como reconocer las consecuencias agradables y desagradables.

Técnica:

Ensayo Conductual  
Dramatización.

### **Actividad 7: EMOCIONES PRIMARIAS**

Aprendemos a reconocer nuestras emociones primarias.

Objetivo:

1. Introducir el concepto de felicidad, tristeza, tranquilidad y molestia.

Método:

1. Se introduce la sesión presentando imágenes en una presentación de power point de niños, niñas, adultos y ancianos con expresiones de molestia, tranquilidad, tristeza y felicidad, relatando una pequeña historia de cada uno de ellos asociada a la expresión.
2. Se analiza con el grupo las imágenes respecto a la expresión del rostro, asociado a la historia.
3. Se presenta una ficha de trabajo, en la cual deberán marcar la emoción que se indica.
4. Se cierra la sesión concluyendo que hay emociones que pueden hacernos sentir felices, tristes, tranquilos y molesto.

Técnica:

Ensayo Conductual  
Dramatización

### **Actividad 8: EMOCIONES PRIMARIAS**

Aprendemos a reconocer nuestras emociones primarias.

Objetivo:

1. Reafirmar los conceptos de felicidad, tristeza, tranquilidad y molestia.

Método:

1. Se introduce la sesión presentando imágenes de rostros de las cuatro emociones trabajadas en la sesión anterior (molestia, tranquilidad, felicidad y tristeza), se cuenta una adivinanza con el fin que el grupo asocie lo contado con la expresión presentada.
2. Se analiza con el grupo las imágenes de los rostros y la asociación de la adivinanza.

3. Se presenta un cuadernillo con rostros reales de personas (sin expresión), para cada una de estas se cuenta una historia. El grupo deberá reconocer a qué emoción se refiere y dibujarla.
4. Se cierra la sesión concluyendo que podemos sentirnos felices, tristes, tranquilos y molestos.

Técnica:

Ensayo Conductual

Dramatización

### **Actividad 9: REPASO SOBRE LO TRABAJADO**

Recordamos lo que se vino trabajando durante las sesiones anteriores.

Objetivo:

1. Determinar el recuerdo de los alumnos sobre los aspectos trabajados.

Método:

2. Se introduce la sesión presentando un sketch, “Mafe entra al salón sin saludar y Brenda le pregunta por qué no saluda. Luego, Mafe se coloca los “lentes de atención” mencionando que no estuvo atenta por eso no se dio cuenta”. Se analiza con el grupo la actuación e importancia de prestar atención a nuestro entorno.
3. Se presentan adivinanzas y situaciones para cada uno de las emociones en los rostros (molestia, tranquilidad, felicidad y tristeza), con el fin que adivinen y asocien a qué emoción y rostro nos referimos.
4. Se realiza el juego del “Mago educado”, en el cual un niño será el mago y pedirá por favor a los demás y gracias cuando lo hagan. En dicha situación también se trabajará escucha activa, permanencia en una actividad y atención.
5. Se cierra la sesión concluyendo que somos capaces de sentirnos felices, tristes, tranquilos y molestos. Del mismo modo, que es importante prestar atención y que existen consecuencias agradables y desagradables sobre nuestras acciones.

Técnica:

Ensayo Conductual

Dramatización

### **Actividad 10: CONTROLAR EL ENOJO**

Aprendemos a controlar el enojo.

Objetivo:

1. Brindar estrategias para aprender a controlar el enojo.

Método:

2. Se introduce la sesión recordando las emociones que se han trabajado, luego de eso se brindan los sinónimos del enojo, como molestia, ira y cólera.
3. Se presenta un video sobre las estrategias que un niño puede utilizar para tranquilizarse y dejar de estar enojado.



4. Trabajaremos una estrategia de relajación “La botella de la calma”, para realizar dicho trabajo necesitamos una botella con agua, en la cual se colocará escarcha roja dentro de esta. Se les explica que la escarcha roja simulará el enojo, cuando la agiten es igual como cuando uno está enojado y cuando dejamos la botella nuevamente sin agitarla, la escarcha se desvanecerá y eso hará referencia a la tranquilidad.
5. Se cierra la sesión concluyendo que no está mal sentirnos molestos o enojados pero debemos aprender a controlarnos con diferentes estrategias. Dichas estrategias se recopilarán con el grupo a manera de lluvia de ideas.

Técnica:

Ensayo Conductual

Dramatización

Relajación

### **Actividad 11: DORMIR EN NUESTRAS CAMAS**

Vamos a aprender a dormir solos.

Objetivo:

1. Reconocer los espacios a utilizar al momento de dormir.

Método:

1. Se introduce la sesión con una presentación de power point, en la cual existen diversas imágenes en orden cronológico sobre el dormir en nuestras habitaciones y cómo va cambiando desde que nacemos hasta el momento actual.
2. Se analiza con el grupo las imágenes y se realizan preguntas sobre el dormir solos.
3. Se hace ver que todos tenemos nuestro espacio y también debemos respetar el de nuestros papás.
4. Se muestra un video sobre el temor de un niño de dormir solo en su habitación.
5. Se discute con el grupo el video.
6. Se cierra la sesión concluyendo que todos tenemos nuestra habitación y debemos dormir en esta.

Técnica:

Ensayo Conductual

Dramatización.

### **Actividad 12: RESPETO GRUPAL**

Vamos a aprender a respetar el trabajo grupal.

Objetivo:

1. Reconocer el trabajo grupal y las reglas que se rigen en este.

Método:

1. Se divide el salón en grupos de tres, se les explica la consigna “Cada grupo tendrá un papelógrafo y cada niño un plumón. Cada uno podrá dibujar sobre el papelógrafo lo que deseen”.
2. Luego se observará lo realizado y se notará que no fue organizado, se discutirá sobre la importancia de la organización en grupo.
3. En los mismos grupos se les brindará otro papelógrafo con una imagen incompleta (la mitad de un árbol, la mitad de una casa y la mitad de una persona). Con ayuda de la profesora y asistente se ayuda a los chicos a organizarse y dividir lo que cada uno hará para completar el dibujo.
4. Se observará lo trabajado y se notará la organización que siguieron.
5. Posterior a ello, se observaran ambos papelógrafos y se podrán reconocer las diferencias de un trabajo en grupo organizado y en orden y el otro desordenado y en desorden. Se analizan las ventajas de ser organizados.

Técnica:

Instrucciones

Organización del pensamiento

### **Actividad 13: TÉCNICA DE RELAJACIÓN**

Vamos a aprender a relajarnos.

Objetivo:

1. Reconocer la técnica de relajación y lo que esta involucra.

Método:

1. Se presentan dos imágenes sobre un robot y un muñeco de trapo, se hacen preguntas sobre las diferencias en textura y consistencia.
2. Se realiza un ejercicio con cada parte del cuerpo para que la coloquen dura como un robot y luego relajen como un muñeco de trapo. Se les explica la diferencia entre estar muy rígido y relajado.
3. Se les mencionan las reglas del ejercicio antes de vendarles los ojos (no podemos hablar, mantendremos los ojos cerrados y no nos movemos). Se coloca a cada niño en la colchoneta echado y vendado.
4. Se enciende la música y se habla suavemente con el compás de la música, en estas verbalizaciones solo se les dice que se mantengan relajados como el muñeco de trapo e imaginen un lugar en dónde se encuentran.
5. Al terminar la técnica de relajación se les pregunta que imaginaron y a continuación dibujarán lo que paso por sus mentes.

Técnica:

Instrucciones

Organización del pensamiento

## **Actividad 14: OBEDIENCIA**

Vamos a aprender a obedecer.

### Objetivo:

1. Reconocer la obediencia.
2. Reconocer las consecuencias de no obedecer.

### Método:

1. Se presenta la historia de “Los pollitos”, los personajes son los 10 pollitos obedientes y el 11 el desobediente. Asimismo, la mamá gallina y al lobo.
2. Se relata la historia sobre el pollito inquieto o desobediente y los peligros que corría con el lobo. Se cuenta cómo la mamá gallina lo rescató de los peligros del lobo por no obedecer.
3. Se analiza con el grupo la historia relatada, así como los personajes y el actuar de estos.
4. Se cierra la sesión concluyendo que todos debemos obedecer a las figuras de autoridad.

### Técnica:

Ensayo Conductual  
Dramatización.