

## **HABILIDADES SOCIALES EN EDUCACIÓN**

### **Introducción**

El ser humano se va construyendo a través del contacto y la confrontación con otras personas. Ello conlleva dos implicaciones: por una parte, que las personas deben poseer unas habilidades sociales adecuadas que les permitan interactuar positiva y eficazmente con los demás y, por otra la necesidad de que el ámbito escolar enseñe a los niños y niñas tales habilidades.

Las habilidades sociales deben ser, esenciales en el ámbito escolar; debido a que los centros escolares están adquiriendo, paulatinamente, una mayor responsabilidad a la hora de ayudar a su alumnado a enfrentarse a todo un conjunto de problemas sociales y personales.

La competencia social y las habilidades de interacción social en infancia y adolescencia, no se trabaja ni se enseñan de forma activa, deliberada y sistemática dentro del contexto escolar. La escuela como transmisora de los valores dominantes de la sociedad, todavía sigue centrando su atención en los aspectos intelectuales más relacionados con el éxito académico, olvidando o relegando la enseñanza sistemática de comportamientos de bienestar interpersonal.

La conducta o, más concretamente, determinadas conductas de relación interpersonal han sido descuidadas e ignoradas y no se enseñan directamente en la escuela o se dejan a merced del criterio de cada profesor o profesora, formando parte del *vitae oculto*. Todo ello nos lleva a afirmar que las habilidades de interacción social son un aspecto olvidado y una asignatura pendiente en la respuesta psicoeducativa al alumnado.

Es interesante destacar que, desde hace años, múltiples investigaciones han aportado datos concluyentes acerca de la relación existente entre el rechazo por parte de los compañeros en la primera infancia y variables como el fracaso y el absentismo. Por el contrario, una adecuada competencia social en la edad escolar ha sido relacionada con un buen rendimiento académico así como con una buena adaptación social.

Es importante que el profesional de la educación conozca y sepa utilizar estas habilidades sociales. Ello tendrá como consecuencia un beneficio por triplicado:

- El profesorado será capaz de aportar al alumnado las habilidades necesarias para comportarse de manera socialmente habilidosa.

- La puesta en práctica de habilidades sociales propiciará que el profesorado tenga la posibilidad de mantener una actitud comunicativa permitiéndole afrontar de manera eficaz los conflictos que puedan surgir en el aula en relación con sus alumnos/as o en el resto de profesores/as.
- Todo lo anterior propicia una mejora del clima social del centro y reduce la probabilidad de aparición de conflictos entre los diferentes grupos.

## **Definición de habilidades sociales**

Las habilidades sociales son, un conjunto de competencias conductuales que posibilitan al niño mantener relaciones sociales positivas con los otros y afrontar, de modo afectivo y adaptativo, las demandas de su entorno social, aspectos estos que contribuyen significativamente, por una parte, a la aceptación por los compañeros y, por otra, al adecuado ajuste y adaptación social.

## **Estilos de conductas**

Dentro de las habilidades sociales podemos distinguir los siguientes tipos de conductas:

- **Estilo de conducta pasiva.-** Implica la dejación de los propios derechos, permitiendo a los demás violar los propios sentimientos, normalmente, a través de disculpas y con falta de autoconfianza. La persona que muestra una conducta pasiva, se encuentra frustrada, infeliz y ansiosa ya que permite a los otros elegir por ella. Ésta no puede ser la forma habitual de comportamiento, ya que, el niño que muestra un estilo de relación pasivo o inhibido, resultará avasallado y amenazado por los demás y los otros se aprovecharán de él, sufriendo consecuencias muy negativas: se encontrará descontento y se valorará poco y los otros se aprovecharán de él tratándolo injustamente.
- **Estilo de conducta agresiva.-** Implica la defensa de los derechos personales y la expresión de los pensamientos, sentimientos y opiniones, habitualmente, de manera deshonesto e inapropiada,. La persona que mantiene una conducta agresiva viola los derechos de los otros, humilla y desprecia a los otros, es hostil y autoritaria. El niño que defiende sus derechos y opiniones de forma agresiva, autoritaria, imponiéndose sobre los demás, haciendo que el otro se sienta mal, se hace desagradable a los demás y será rechazado por ellos.
- **Estilo de conducta asertiva.-** Implica la expresión directa de los propios sentimientos, necesidades, derechos legítimos y opiniones sin amenazar o castigar a los demás y sin violar los derechos de esas personas. Las personas asertivas eligen por ellas mismas, protege sus propios derechos y respeta los otros, es expresiva social. El niño que defiende y hace valer sus derechos asertivamente, se valora a sí mismo y hace que los demás le valoren, le tengan en cuenta y le respeten sus deseos, gustos y opiniones.

## **Conductas socialmente habilidosas**

La conducta interpersonal consiste en un conjunto de capacidades de actuación que son aprendidas. Cualquier habilidad en cualquier situación crítica está determinada por factores ambientales, variables personales y la interacción de ambos factores

Una conducta socialmente habilidosa requiere de tres componentes de la habilidad social:

- **Componente conductual:** Engloba a aquellas habilidades que se consideran habilidades sociales. Son las siguientes:
  - . Iniciar y mantener conversaciones.
  - . Hablar en público.
  - . Expresión de amor, agrado y afecto.
  - . Defensa de los propios derechos.
  - . Pedir favores.
  - . Rechazar peticiones.
  - . Hacer cumplidos.
  - . Aceptar cumplidos.
  - . Expresión de opiniones personales.
  - . Expresión justificada de molestia, desagrado o enfado.
  - . Disculparse o admitir ignorancia.
  - . Petición de cambios en la conducta del otro.
  - . Afrontamiento de las críticas.
  
- **Componente situacional:** Las conductas ya mencionadas se llevan a cabo en un contexto ambiental determinado. Este contexto puede estar determinada por:
  - . Tipo de personas con las que mantenemos una interacción.
  - . Lugar en el que se lleva a cabo la interacción.
  - . Tipo de situación que se plantea( actividades recreativas, actividades deportivas etc.
  - . Elementos estimulantes como la luz, el color, la textura, el olor etc.
  - . Duración de la interacción.
  - . Orden de acontecimientos que preceden y siguen, o se espera que sigan, a la interacción y que se apoyan en ella.
  
- **Componente personal:** El individuo lleva a la situación de interacción sus propias actitudes, valores, creencias, expectativas, capacidades cognitivas, esquemas etc.

## **Necesidad de entrenamiento de las habilidades sociales.**

El entrenamiento de las habilidades sociales consiste principalmente en observar a quienes ejecutan correctamente las conductas, practicarlas, corregirlas, ir perfeccionando las propias ejecuciones, recibir reforzamientos por las ejecuciones adecuadas, y practicar los más posible en situaciones variadas y reales.

El entrenamiento de habilidades sociales es bastante efectivo en la enseñanza de conductas en niños niñas y adolescentes. Actualmente se dispone de bastantes técnicas, estrategias que pueden utilizarse en la enseñanza de conductas de interacción social en la infancia y adolescencia.

## **Técnicas para el entrenamiento de habilidades sociales.**

Alunas técnicas que se pueden utilizar para reforzar las habilidades sociales en la escuela pueden ser:

**Instrucciones.**-Consiste en explicaciones claras de las conductas que deben de realizarse. Estas instrucciones deben utilizarse durante todo el entrenamiento, especialmente al inicio de cada sesión y antes de cada entrenamiento.

**Modelado.**-Consiste en la exposición de un modelo que muestre correctamente la conducta, lo cual permitirá el aprendizaje de forma observada de ese modo de actuación

Suele ser representado por algún miembro del grupo y su presentación puede hacerse directamente o a través de un vídeo. Es más efectivo cuando los modelos son de edad parecida y del mismo sexo.

**Ensayo conductual.**-Tiene como objetivo modificar algunas respuestas, cambiándolas por nuevas respuestas.

En el ensayo de conductas el niño, la niña o adolescente representa cortas escenas que representan la vida real. Una vez que se comienza a representar la escena, el monitor tiene que asegurarse que el niño, la niña o adolescente representa correctamente la escena, siguiendo los pasos conductuales mientras lo representa.

**Retroalimentación y moldeado.**-Suele realizarse inmediatamente después, o incluso simultáneamente, al ensayo de conducta. La secuencia sería la siguiente:

- Comentar su actuación al finalizar el ensayo
- Visualizar la ejecución de la conducta en video.
- Los miembros del grupo comentan sobre la ejecución del niño/a o adolescente.
- Realizar los comentarios que procedan..

**Reforzamiento.**-Consiste en proporcionar refuerzos positivos al niño/a o adolescente, cuando emite la conducta adecuada. Estos refuerzos deben realizarse de forma inmediata con refuerzos positivos y eliminando los negativos.

**Tareas para casa.**-Consiste en la propia autoobservación, registrando la propia conducta mediante algún registro previamente preestablecido. Respecto al instrumento utilizado para el registro, hay que tener en cuenta las características de la conducta a observar así como la edad del alumno/a.

## **Fases del entrenamiento de las habilidades sociales.**

Las fases deben de ser flexibles y factibles de ser adaptadas a los diferentes grupos con los que trabajemos.

**Fase de planificación.**- En esta fase se planifica los objetivos y las condiciones más adecuadas en que el entrenamiento de habilidades sociales debe de llevarse a cabo.

Objetivo General: Adquirir conductas socialmente eficaces en situaciones de interacción social.

Objetivos específicos:

- Ser capaces de analizar las diferentes situaciones sociales.
- Adquirir y practicar los componentes de la habilidad social en orden adecuado
- Generalizar las conductas adquiridas espontáneamente en otros momentos y ambientes.

**Fase de aplicación.-** Esta fase de aplicación se divide a su vez en tres etapas.

Etapa previa de entrenamiento.- Esta etapa consiste en informar a los alumnos/as sobre los resultados de la evaluación efectuada en la planificación, así como todos los beneficios surgidos de su puesta en práctica. Cuando comiencen a sentirse motivados se les debe explicar las diferentes etapas de las que consta el entrenamiento.

#### Adquisición de habilidades.-

Es la parte más importante de cualquier intervención en habilidades sociales, ya que se ésta no se realiza de manera adecuada, el entrenamiento no se puede considerar completado. En esta parte los participantes van a aprender y perfeccionar las habilidades sociales.

Comienza con la presentación de los participantes, para romper el hielo. A continuación se realizará una relación detallada a todos los participantes en qué consiste el entrenamiento, para lo cual hay que dar instrucciones. Además, se expondrán los objetivos y actividades que van a ser desarrollados.

A partir de ahora se aplicarán las técnicas, algunas ya la hemos mencionado. Es importante que cada participante escoja una escena para prepararla con la ayuda del profesor y del resto del grupo y desarrollarla posteriormente.

Posteriormente se realizará el ensayo conductual con cada una de las escenas que se elaboren en el grupo. Aunque previamente el profesor dará las instrucciones adecuadas para su puesta en práctica detallando las características de dicha escena y las habilidades que deben desarrollarse.

A continuación, el profesor y el resto de integrantes del grupo valorarán la ejecución de este participante, informándole sobre los excesos, déficits, conductas adecuadas o inadecuadas.....También es muy importante que reciba reforzamientos por aquellas habilidades que haya ejecutado adecuadamente. Este proceso es el llamado corrección, para lo cual es necesario utilizar un modelo que muestre la misma escena, pero que lo haga de forma eficaz.

Después el modelo ensayará la escena y se aplicará de nuevo el proceso de corrección. Cuando hayan finalizado los ensayos de conducta deben darse instrucciones para la realización de tareas para casa, en las cuales deberán practicar las escenas ensayadas en la vida real, procurando ir aumentando progresivamente su dificultad.

#### Generalización del aprendizaje

Consiste, fundamentalmente, en asegurar que las habilidades sociales que se han aprendido, se apliquen con otras personas y en situaciones diferentes.

## **Conclusión**

La importancia que las habilidades sociales tienen en el ámbito escolar es, evidente, ya que, el comportamiento interpersonal de un niño o una niña juega un papel vital en la adquisición de reforzamientos sociales, culturales y económicos. El alumnado que carece de los comportamientos apropiados, experimentan aislamiento social, rechazo y, en conjunto, menor satisfacción personal. La competencia social tiene una gran importancia tanto en el funcionamiento presente como en el desarrollo futuro de el/la niño/a. Las habilidades sociales no sólo son importantes por lo que se refiere a las relaciones con los compañeros, sino que también permiten que el/la niño/a asimile los papeles y normas sociales.

## **BIBLIOGRAFÍA.**

Alsinet, C. (1997): Un programa para mejorar las habilidades sociales. Intervención Psicosocial. Vol.6, nº2: 227-236.

Gil, F. Y León, J. M. (1998): Habilidades sociales. Teoría, investigación e intervención. Madrid. Síntesis.

Goldstein, A. ; Sprafkin, R.; Gershaw, N. Y Klein, P. (1998): Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Barcelona. Martínez Roca.

Kelly, J. A. (1990): Entrenamiento de las habilidades sociales. Guía práctica para intervenciones. Bilbao. Descleé de Brouwer

Michelson, L; Sugay, D.; Wood, R.; y Kazdin, A.(19879; Las habilidades sociales en la infancia. Evaluación y tratamiento.Barcelona. Martínez Roca.

Monjas, M. I. (1999). Programa de enseñanza de habilidades de interacción social para niños y niñas en edad escolar (Pehis). Madrid. CEPE.

## Resumen

El ser humano debe poseer habilidades sociales adecuadas para comportarse en cada situación de forma correcta. La escuela es un sitio idóneo para reforzar o adquirir estas habilidades sociales adecuadas.