

JÓVENES CON SENTIDO
ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES SOCIALES EN JÓVENES ENTRE 13
Y 19 AÑOS

Lizeth Viviana Villa Pinzón, Lina Natalia Villarraga Prieto¹

Gloria del Pilar Cardona Gómez²

UNIVERSIDAD DE LA SABANA, CHIA - CUNDINAMARCA

Resumen

Las habilidades sociales desde tiempo atrás han sido estudiadas por diferentes autores y sin lugar a duda son conductas que se manifiestan continuamente y afectan nuestras vidas, ya que a diario interactuamos con diferentes personas. El proyecto Jóvenes con sentido, enfocado en el entrenamiento de habilidades sociales en jóvenes, es el resultado del trabajo realizado desde el programa de pasantía social de la Facultad de Psicología de la Universidad de la Sabana, el cual se realizó durante el segundo periodo del 2006 y el primer periodo del 2007 en la Institución Educativa Departamental Carrasquilla (Tenjo) con los estudiantes de los grados octavo (8°) a once (11°). El proyecto jóvenes con sentido buscaba fortalecer mecanismos de socialización y entrenamiento en habilidades sociales como estrategia de prevención de conductas negativas entre ellas las problemáticas con conductas delictivas, éste proyecto se apoyó de la estrategia Escuela Saludable, lo cual permitió generar mejores relaciones entre la comunidad estudiantil, los maestros y la familia. Después de un diagnóstico de necesidades realizado a la comunidad educativa, el cual se realizó a través de las diferentes entrevistas en las cuales tanto maestros como estudiantes libremente referían comentarios en relación con las posibles y mayores necesidades percibidas por ellos, se identificaron problemáticas de comportamiento social como agresividad, inadecuado manejo del vocabulario, razón por la cual se decidió realizar actividades lúdicas enfocadas a las habilidades sociales, especialmente en lo referente a su autoestima y seguridad, ya que ésta les ayuda al manejo con los demás, lo cual permitió un entrenamiento y fortalecimiento de sus habilidades sociales logrando así mejorar la forma de reacción ante las situaciones, la forma de comunicación y resolución de conflictos de una forma asertiva.

Palabras claves: Escuela Saludable, intervención psicológica-social, entrenamiento, habilidades sociales, asertiva.

¹ Estudiantes pregrado

² Asesor pasantía social

**YOUNG PEOPLE WITH SENSE
TRAINING IN SOCIAL ABILITIES IN YOUNG PEOPLE BETWEEN 13 AND 19
YEARS**

Lizeth Viviana Villa Pinzón, Lina Natalia Villarraga Prieto³
Gloria del Pilar Cardona Gómez⁴
LA SABANA UNIVERSITY, CHIA - CUNDINAMARCA

Abstract

The social abilities from time back have been studied by different authors and without place to doubt they are conducts that are pronounced continuously and affected our lives, since to newspaper we interacted with different people. The project Young with sense, focused in the training of social abilities in young people, is the result of the work made from the social program of internship of the Faculty of Psychology of the University of the Savannah, which was made during the second period of the 2006 and first period of the 2007 in the Educative Institution Departmental Carrasquilla (Tenjo) with the students of the degrees eighth (8^o) to eleven (11^o). The project young with sense looked for to fortify mechanisms of socialization and training in social abilities like strategy of prevention of negative conducts among them the problematic ones with criminal conducts, this one project leaned of the strategy Healthful School, which allowed to generate better relations between the student community, the teachers and the family. After a diagnosis of necessities made the educative community, which was made through the different interviews in which as much masterful as students freely they referred commentaries in relation to the possible and greater necessities perceived by them, they were identified problematic of social behavior like aggressiveness, inadequate handling of the vocabulary, reason for which it was decided to make focused playful activities to the social abilities, specially with respect to its self-esteem and security, since this one them aid to the handling with the others, which allowed to a training and fortification of its social abilities thus managing to improve the reaction form before the situations, the form of communication and resolution of conflicts of an assertive form.

Key words: Healthful school, psychological-social, social intervention, training, abilities, assertive.

³ Student predegree

⁴ Internship social adviser

Jóvenes con Sentido
Entrenamiento en Habilidades
Sociales en Jóvenes entre 13 y 19
años

La Escuela Saludable es la herramienta integradora de las políticas actuales sobre promoción de la salud en el ámbito escolar, con el fin de coordinar y ejecutar políticas públicas de salud, educación, bienestar y ambientales, entre otras. De ésta forma, se convoca a todos los sectores y a la sociedad civil al desarrollo humano y social de la comunidad educativa, buscando complementar y potencializar las responsabilidades de los diferentes actores de la sociedad civil, comprometidos en los ámbitos municipal, distrital, departamental y nacional (Boletín N° 5. Red Colombiana de Escuelas Saludables por la Paz.).

Resulta de vital importancia fortalecer entornos y ambientes educativos saludables, que contribuyan al desarrollo de niños, niñas, jóvenes, maestros, madres y padres de familia íntegros, llegando así a ser personas capaces de analizar, decidir e investigar dentro de los principios de

respeto a los derechos humanos y a los valores para vivir con conciencia y compromiso social.

De acuerdo con esto, el propósito es entrar en la dinámica que exigen los cambios del tercer milenio mediante una gestión coordinada por los diferentes sectores sociales, de manera que se aumente el impacto y se consolide la participación de la comunidad educativa y ciudadana en torno a un objetivo común, contribuir al desarrollo humano de los sectores colombianos y por tanto al desarrollo del país. Se espera que éste texto sea enriquecido con diferentes experiencias y conocimientos, en pro de una mayor y mejor calidad de vida de nuestra población colombiana.

La Unidad Básica Rural Carrasquilla se encuentra localizada en el municipio de Tenjo Cundinamarca, el cuál fue fundado por el oidor Diego Gómez de Mena en abril de 1603 y fue erigida en parroquia en 1761. Tenjo en lengua Muisca quiere decir “En el Boquerón”. Al occidente de casco urbano se encuentra el cerro El Común de los Indígenas, que formó parte del resguardo de indios, integrado por unas 100 familias. En 1963 el INCORA otorgó unos 200 títulos de propiedad a moradores del antiguo resguardo, con lo cual se protocolizó la

destrucción del sistema imperante en cuanto a la explotación y tenencia de la tierra. De este resguardo hicieron parte las veredas de Chincé, Chatasugá y Churruguaco. Con base en su diligencia de vista el 13 de diciembre de 1957 fueron fijados sus atributos así: Por demora cada indio pagaría dos y medio mantas de algodón o cinco de lana y dos gallinas, el cacique dos omnes de oro de 113 quilates y le harán su cercado y bohío, y cada 40 indios útiles le trabajarán una labranza de maíz de una fanegada de sembradura, y a cada capitán de su parcialidad otra. El 7 de mayo del mismo año 1603, los encomenderos Juan de Vera, Cristóbal Gómez de Silva, Juan de Orjuela y Juan de Artieda contrataron la construcción de la iglesia en el pueblo de Tenjo. Por ordenanza N° 63 de 1961 se creó la Inspección Departamental de Policía de la Punta, en la vereda del mismo nombre y se facultó al gobierno para fijar sus límites. De 1930 a 1932 se construyó la Casa Municipal, edificio de estilo francés de comienzos de siglo, similar al de Zipaquirá. La iglesia de los doctrineros llamada Santiago Apóstol consagrada por éste santo, quedó como capilla, hoy convertida en Museo Cardenalicio por Ley N° 34 de septiembre 29 de 1962 en memoria del cardenal Cristiano Luque.

Tenjo se encuentra ubicado al noreste de Bogotá a 57 Km pasando por Chía, Cajicá y Tabio, puede llegarse también por la autopista Medellín a 21 Km de la capital, vía Siberia – Tenjo. Con una población de veinte mil (20.000) habitantes y una superficie de 108 Km² de los cuales 106 se hallan en piso térmico frío y los 2 restantes corresponden al páramo. Dentro de su decisión administrativa cuenta con un casco urbano, una inspección de Policía en la vereda de la Punta y el sector rural conformado por 15 veredas.

El nombre del establecimiento, “Institución Departamental Carrasquilla” se debe a que así se llamaba la vereda en donde estaba ubicado. En su inicio una docente era la titular de todos los grados, dado el poco número de niños que habitaban en la vereda.

Hacia el año 1980 fue necesario el nombramiento de nuevos docentes debido a que año tras año llegaban nuevas familias, y así separaron los cursos desde el año 1998.

En el año 1999 se vio la necesidad de ayudar a las familias de la vereda, cuyos hijos que habían terminado estudios de Básica Primaria no tenían recursos para continuarlos, ya que la única alternativa era trasladarse a la cabecera municipal, al Colegio Departamental Enrique Santos

Montejo, lo cual implicaba gastos extras como transporte y demás. Debido a la preocupación tanto de padres como de maestros frente a la situación de los menores que terminaban 5º grado, decidieron atender la propuesta del Secretario de Educación del municipio para que se iniciara la unidad básica, para lo cual fue incorporado el Proyecto Educativo Institucional (PEI) e iniciaron en 1999 la Unidad Básica con el grado 6º. En ese año se contó con toda la colaboración de la administración municipal, incluyendo dentro del Plan de Desarrollo Municipal el programa “Educación para la Convivencia”, la creación de la Unidad Básica en la vereda Carrasquilla. De ésta forma cada año se fue incorporando un curso de modo que en el año 2006 se gradúa la primera promoción de estudiantes de 11º. Además de esto, durante el periodo dirigido por la Señora Gilma Stella Cediel se fundó el salón comunal Luis Enrique Orozco y 2 aulas mixtas.

A finales del año 2006 la sede de Carrasquilla, la cual se encontraba ubicada al frente de una arenera, se estaba viendo afectada por el riesgo latente de un derrumbe y por ésta razón tenía que ser cerrada temporalmente. EL jueves 1 de febrero del año 2007, los padres de los estudiantes del colegio Carrasquilla, en el municipio de Tenjo,

Cundinamarca, cerraron la vía principal en protesta por el cierre de la institución educativa, en la cual estudian 403 jóvenes y niños. La orden de cierre fue dada a raíz de que se estableció un alto riesgo alto de derrumbe. Por lo tanto, para el periodo del 2007, la institución fue trasladada para el Colegio Departamental Enrique Santos Montejo, ubicado en el casco urbano del Municipio. El municipio requirió contratar un servicio de transporte escolar para 403 niños y jóvenes residentes en la vereda Carrasquilla del Municipio de Tenjo, con el fin de facilitarles el acceso al colegio Enrique Santos Montejo.

La Institución Educativa Departamental Carrasquilla, se encuentra inscrita en la estrategia de Escuela Saludable, la cual tiene dentro de sus objetivos crear entornos adecuados en las instituciones escolares, es decir que los estudiantes aprendan a prever cualquier situación de riesgo con la promoción de hábitos saludables. (Gobernación de Cundinamarca 2008).

De acuerdo con lo anterior y teniendo en cuenta el diagnóstico de necesidades se decidió trabajar actividades relacionadas con las habilidades sociales como herramienta para la promoción y formación de la convivencia pacífica.

Para empezar se hará alusión a la delincuencia juvenil, para posteriormente abordar el tema de las habilidades sociales, las cuales pueden ayudar a prevenir éste tipo de conductas delictivas.

La delincuencia juvenil sin lugar a duda es uno de los problemas más difíciles en nuestra sociedad actual, el cual crece cada día más y requiere de la atención necesaria para evitar problemáticas adicionales en la juventud. La delincuencia juvenil es definida como un fenómeno de cometer actos fuera de las normas impuestas por la sociedad, es decir, la trasgresión de las normas vigentes en una sociedad determinada.(Arbulú 2006). Así mismo, diferentes autores refieren que dentro de las causas de la violencia están los factores biológicos, fisiológicos, conductuales, sociales, económicos y políticos. Sin embargo dentro de éstas causas, se destacan las conductuales, sociales y económicas, de ésta forma, factores como la inestabilidad, la desintegración familiar, los conflictos familiares, la falta de habilidades de crianza, entre otros, constituyen una parte fundamental en el desarrollo de la delincuencia. Las diversas teorías del desarrollo social refieren que el comportamiento de los jóvenes está altamente influenciado por los vínculos que desarrollan con los grupos sociales más

importantes en sus vidas tales como la familia, el colegio y el grupo de amigos y que dependiendo del tipo de vínculos creados con cada uno de estos grupos, se puede predecir un comportamiento (Vásquez, C 2003). Indiscutiblemente la familia juega un papel importante en el proceso de socialización del individuo en su etapa juvenil, influyendo significativamente en su futuro comportamiento, ya sea prosocial o de lo contrario, antisocial. Vínculos estrechos entre padres e hijos, una buena comunicación, supervisión y control disciplinado, pueden reducir el riesgo de delincuencia juvenil. Así como por el contrario, una falta de supervisión, cambios en la estructura familiar, malos tratos, disciplina fuerte, malos ejemplos conductuales, falta de comunicación o carencias afectivas, entre otros, incrementan los riesgos de comportamientos delictivos por parte de los jóvenes. (Vásquez 2003).

Así mismo, McCord (2001) (citado por Frías; López; Escobar; Díaz 2003). plantea que los padres o cuidadores influyen en la formación de criminales a través de las prácticas de crianza en tres formas, a través de la transmisión de valores por medio de sus propias acciones, así como de las acciones aprobadas por ellos, por otro lado,

por la falta de vínculos con y entre los miembros de la familia durante el proceso de desarrollo y finalmente a través de los métodos que ellos utilizan para lograr sus deseos en sus hijos, ya que los niños aprenden aquello que es valorado dentro del ambiente familiar, independientemente de que sea considerado bueno o malo para el resto de la sociedad. Sin embargo, uno de los espacios más importantes en la vida de un individuo, es el colegio, siendo considerado como el lugar en el cual éstos adquieren diferentes conocimientos, además de entrenarse para las relaciones sociales y exponerse a las diferentes normas sociales, reglas y costumbres de su comunidad.

Sin lugar a duda, es la escuela uno de los contextos más importantes de convivencia y una fuente de influencia para el modelamiento, de ésta forma, puede llegar a ser un ambiente propicio para el desarrollo de la delincuencia, las instituciones educativas son las encargadas del aprendizaje de aspectos positivos, pero además también se pueden desarrollar acciones antisociales y delictivas, por las diferentes interacciones sociales con las que conviven diariamente los estudiantes. Estudios científicos actuales señalan que existe una mayor confrontación entre estudiantes de instituciones en

las cuales las reglas no son claras o injustas, así mismo cuando éstas instituciones no cuentan con los recursos necesarios para una enseñanza integral. (Frías; López; Escobar; Díaz 2003). De ésta forma, de acuerdo con investigadores, el colegio ejerce un factor determinante en la correcta o incorrecta socialización de los jóvenes, actuando como inhibidor de la delincuencia, ya que al parecer, el éxito académico y buenas actitudes hacia el colegio, reducen la delincuencia. Otro de los grupos sociales más influyentes en el desarrollo psicosocial, es del grupo de amigos, puesto que le ofrecen al individuo sentido de pertenencia, soporte emocional y normas de comportamiento. (Vázquez 2003).

Tal como se refirió anteriormente, dentro de las causas más influyentes en las conductas delictivas se encuentra el aspecto económico, de ésta forma, Farnington (1992) (citado por Vázquez 2003) refiere que la delincuencia se produce mediante un proceso de interacción entre el individuo y el ambiente, concluyendo en uno de sus estudios, que los jóvenes pertenecientes a familias de clase baja tienen una mayor propensión a la delincuencia, debido a su imposibilidad de alcanzar legalmente sus metas y objetivos, así como los individuos maltratados

tendrán mayores probabilidades de delinquir, al no haber adquirido controles internos sobre comportamientos desaprobados socialmente.

Las estrategias de prevención de comportamientos antisociales en los adolescentes surgen a partir de la identificación de los factores de riesgo que influyen en esos comportamientos. Sin embargo, no todas las estrategias giran alrededor de los factores de riesgo, existen también los llamados factores de protección, los cuales impiden a los jóvenes tener comportamientos antisociales, independientemente del tener que enfrentarse a situaciones de riesgo, de ésta forma, el fortalecimiento de estos denominados factores protectores, influirá en la reducción de la delincuencia juvenil. De acuerdo con Howell (citado por Vázquez 2003), los factores protectores se dividen en tres grupos, los factores protectores individuales como el género femenino, la alta inteligencia, habilidades sociales, locus de control interno o temperamento resistente, vínculos sociales dentro de los cuales se incluye la afectividad, el apoyo emocional, las buenas relaciones familiares, y finalmente las creencias saludables y sólidos modelos de comportamiento como el aprendizaje de normas y valores sólidos,

compromiso con valores morales y sociales o buenos modelos de referencia. Si los factores de riesgo se logran disminuir y los factores protectores incrementar por una acción preventiva, las probabilidades de reducir la delincuencia y la violencia juvenil aumentan. (Vázquez 2003). Teniendo en cuenta el significado de la delincuencia juvenil, sus causas y por supuesto los factores de protección, resulta fundamental definir las habilidades sociales, como una estrategia preventiva y de acuerdo con Howell (citado por Vázquez 2003) como uno de los factores de protección para evitar conductas delictivas, Kelly (2002) las define como aquellas conductas aprendidas que ponen en juego las personas en situaciones interpersonales para obtener o mantener reforzamiento del ambiente. Así mismo, Monjas (1999) las define como conductas o destrezas sociales específicas, las cuales son necesarias para hacer una tarea interpersonal de forma competente (citado por Fundación Down 21 1999).

Finalmente, se trae a acotación a uno de los autores más destacados y con mayor número de investigaciones al respecto, Caballo (1986), quien define una conducta socialmente habilidosa como el conjunto de conductas realizadas por un

individuo en un contexto interpersonal el cual expresa sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de una forma adecuada en relación con la situación, además de resolver problemas inmediatos, reduciendo así la probabilidad de que aparezcan futuros problemas. (Citado por Fundación Down 21).

Por otro lado, llama la atención la postura de Renny Yagosesky 2008, quien habla de la asertividad como una categoría compleja que está vinculada con una alta autoestima, y que es aprendida como parte de un proceso de desarrollo emocional. Afirma que “es una forma de expresión consciente, congruente, clara, directa y equilibrada, cuya finalidad es comunicar nuestras ideas y sentimientos o defender nuestros legítimos derechos con la intención de herir, actuando desde un estado interior de autoconfianza, en lugar de la emocionalidad limitante, típica de la ansiedad, la culpa o la rabia”, (citado por Yagosesky 2008) así mismo plantea la importancia, conveniencia y necesidad de la asertividad, debido a los diferentes beneficios que ésta genera.

Teniendo clara la definición de las habilidades sociales, resulta relevante mencionar los modelos que explican el déficit en éstas, el primero es el modelo centrado en el sujeto, el cual sugiere como

posibles causas el no aprendizaje de las habilidades y la interferencia a nivel perceptivo – cognitivo, emocional, motivacional y de estilos de pensamiento, en la práctica de éstas, por otro lado, el modelo centrado en el ambiente, considera de especial importancia abordar los diferentes contextos de interacción del individuo como lo son la familia, el colegio, sus pares (Citado por Fundación Down 21).

En la literatura sobre habilidades sociales en ocasiones no hacen distinción entre éstas y la asertividad, considerándolas equivalentes, sin embargo, con el tiempo, ésta última se ha convertido en un tipo específico de competencia interpersonal a la cual haremos alusión en los siguientes párrafos y que es entendida como la capacidad de un individuo para transmitir a otras personas, sus posturas, opiniones, creencias o sentimientos de manera eficaz y sin sentirse incómodo (Kelly 2002). Para hacer más entendible la definición se hizo a través de una gráfica de un triángulo en el cual la asertividad es el tercer vértice de éste y los otros dos son la pasividad y la agresividad, de forma que una persona que está en el vértice de la pasividad evita decir, pedir, reclamar lo que quiere, le gusta, o en lo que no está de acuerdo, en el otro vértice, está

la agresividad, en la cual los sentimientos, opiniones, creencias, entre otros, se expresan de manera violenta.

Estrechamente relacionado con lo anterior, están los conflictos descritos por Lázarus (1983), quien afirma que todas las personas tenemos tres maneras de responder a los conflictos interpersonales que se nos presentan diariamente, la lucha representada por la agresión física o verbal, la huida por la evitación o actitud pasiva y la capacidad verbal para resolver problemas, llegando así a demostrar que la mejor manera de resolverlos es conversando, es decir a través de la asertividad. (Ruiz e Imbernon 1996)

Existen dos tipos de respuesta asertiva, oposición y aceptación, en la primera, el individuo se opone como su nombre lo indica o rechaza la conducta o comentario que considera inaceptable del otro, tratando así de conseguir una conducta aceptable futura, se aplica a situaciones que requieren manejar conductas poco razonables de los demás. La segunda, es decir la aceptación, se refiere a la habilidad de un individuo para transmitir calidez y expresar cumplidos u opiniones a los demás cuando así lo considera. (Kelly 2002).

Siguiendo con la línea de la asertividad y de acuerdo con algunos autores, existen ciertos principios que la rigen, como lo son la autoestima, la persistencia, la aceptación de elogios y críticas razonables y finalmente la proposición de alternativas. De la primera se ha hablado en diferentes ocasiones, ya que la asertividad implica siempre defender los derechos propios sin agresividad y considerándolos tan importantes como los de los demás. La segunda se refiere a la insistencia en cuanto a lo que se piensa o desea, independientemente de lo que los demás piensen sin que esto genere conductas de enojo o pena, la tercera señala la importancia de escuchar el punto de vista de los demás con una actitud serena, la cual se puede aprovechar en beneficio propio, finalmente y de acuerdo con los puntos anteriores, cuando no hay un acuerdo inicial es necesario buscar de forma creativa una posibilidad adecuada con el fin de conciliar. (Muruelo, M.).

De ésta forma, podemos ver que las habilidades sociales permiten entre otras cosas un pleno desarrollo social, el cual permite relaciones interpersonales satisfactorias y efectivas que requieren habilidades cognitivas y destrezas conductuales organizadas y dirigidas a metas interpersonales y culturalmente aceptadas.

(Hidalgo y Abarca 1999). Así mismo, tal como se vio anteriormente, resultan ser habilidades básicas en nuestra vida diaria, y como seres humanos dotados de una subjetividad latente que nos lleva a visiones de la vida, intereses y gustos diferentes, llegamos a conflictos interpersonales, de ésta forma, cuando las habilidades no han sido desarrolladas adecuadamente o se emplean de forma equivocada, surge la frustración y la insatisfacción, posibles factores que entre otras cosas facilitan la baja autoestima y problemas de comportamiento negativo como la delincuencia juvenil, de ahí la importancia de hacer un buen entrenamiento en éstas.

Objetivo general

Fortalecer mecanismos de socialización y entrenamiento en habilidades sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Departamental Carrasquilla del municipio de Tenjo, a través del proyecto Jóvenes con Sentido, como estrategia de prevención de conductas negativas entre ellas las problemáticas en relación con conductas delictivas.

Objetivos específicos

Aprender a reconocer y afrontar situaciones de conflicto, reflexionando sobre sus causas y

tomando decisiones coherentes con la convivencia pacífica para solucionarlas de una forma asertiva.

Promover una actuación positiva con base en la diversidad social y cultural, reconociendo así la importancia del respeto y la tolerancia, sabiendo que la diversidad es un componente positivo, el cual lleva a la superación personal y social para una convivencia en armonía.

Mejorar las relaciones interpersonales de los estudiantes.

Fortalecer los mecanismos de resolución de conflicto que asumen los estudiantes ante diferentes situaciones.

MÉTODO

Participantes

En el proyecto Jóvenes con Sentido participaron 124 estudiantes de los grados octavo a once, 66 mujeres y 58 hombres, estrato 2 y 3, con edades comprendidas entre 13 y 19 años, de la Institución Educativa Departamental Carrasquilla, Los grados se escogieron intencionalmente, ya que son los cursos en los cuales se encuentran la mayoría de los adolescentes y en estos cursos los jóvenes están expuestos a situaciones que los hacen más vulnerables a enfrentarse a situaciones que generan riesgo.

Procedimiento

A partir del contacto inicial con la comunidad educativa, es decir, los maestros, directivos y por supuesto, los estudiantes, se realizó una evaluación de necesidades con el fin de indagar lo que pensaban los profesores y los alumnos de la institución acerca de las diferentes personas con quienes interactuaban a diario, tales como su familia, sus amigos, compañeros de colegio, la cual permitió identificar que los principales problemas que afectaban a la comunidad educativa estaban asociados con el trato entre compañeros, el manejo de conflictos con agresión, los problemas familiares y de rendimiento académico y algunas conductas delictivas. Teniendo en cuenta estas problemáticas se considero fundamental iniciar el trabajo de convivencia pacífica, con el fin de generar herramientas en los adolescentes que les permitiera manejar situaciones asertivamente tanto dentro como fuera del colegio. En el segundo periodo se diseñó un programa de entrenamiento en Habilidades Sociales, el cuál se basó en las habilidades descritas por Mantilla (2000), tales como comunicación efectiva, relaciones interpersonales, toma de decisiones, solución de problemas y conflictos, manejo de

sentimientos y emociones, entre otros, buscando fortalecer así las conductas positivas que pudieran tener en todos los ámbitos en los cuales estaban inmersos diariamente.

La estrategia que se utilizó para el entrenamiento, fue la participación de toda la comunidad educativa. La primera actividad que se realizó fue el desarrollo de una técnica de observación con el fin de definir el ambiente organizacional, educativo, social y cultural en el que socializan los estudiantes, como por ejemplo: mientras jugaban fútbol, estaban en sus salones de clase, en los descansos, entre otros. Esto con el fin de definir las acciones a desarrollar, ya que se encontraron entre otras cosas agresividad, inadecuada forma de expresión ante las dificultades.

Seguido de esto, se realizaron entrevistas informales a los profesores de los estudiantes, con el fin de identificar las situaciones más conflictivas y de mayor preocupación, son ellos quienes diariamente deben atender y ayudar a los estudiantes.

Finalmente se programó un cronograma de actividades lúdicas las cuales se realizaban cada ocho (8) días en horarios escolares. Dentro de las actividades realizadas estaban “Definir lo que

soy” la cual buscaba que cada estudiante lograra conocerse a sí mismo y definirse, otra de las actividades se denominaba “En las noticias hay una realidad social” en la cual el objetivo era conscientizar a los estudiantes sobre la realidad social que se vive diariamente y el rol que ejerce cada uno como agente activo de ésta, entre otras actividades también se realizó una dinámica denominada “Dejémonos guiar” la cual buscaba poder permitir a los estudiantes percibir sensaciones de confianza y desconfianza, generando así seguridad en cada uno de ellos.

En la primera etapa se tomo como base un cuestionario de habilidades sociales para indagar y predecir en los estudiantes algunos comportamientos relacionados con las habilidades, cabe mencionar que no se hizo una aplicación por estudiante sino que sirvió de guía para la formulación de las actividades programadas. Se consignó la información en las bitácoras que los estudiantes llenaban, al igual que en las hojas que entregaban después de cada actividad. Además de estas dos técnicas, se recabo información mediante entrevistas no formales con los estudiantes y profesores, que permitieron direccionar el entrenamiento en habilidades.

Se realizaban 20 talleres teórico/prácticos con de entrenamiento y fortalecimiento de las habilidades sociales de acuerdo a las edades de los estudiantes y en relación con su entorno inmediato, por cada taller o actividad realizada, se obtenía información relevante para evaluar el contenido de los temas tratados por día, dentro de los cuales se encontraban: comunicación efectiva, relaciones interpersonales, toma de decisiones, solución de problemas y conflictos, pensamiento creativo, pensamiento crítico, manejo de sentimientos y emociones y manejo de las tensiones y el estrés. (Mantilla 2000).

RESULTADOS

Del Diagnostico Inicial que se realizó mediante la observación se pudo evidenciar la dificultad para relacionarse entre padres y estudiantes, estudiantes y profesores, y entre los mismos estudiantes, de ésta forma se empezó a identificar conductas inadecuadas verbal y no verbal, conductas agresivas y conductas de evitación a las normas o reglas establecidas por la institución.

Al hacer la encuesta a los docentes se encontró una baja motivación y frustración al no poder manejar las conductas negativas en los

estudiantes, ya que no existe en la institución un psicólogo o una persona profesional, experta en el manejo de adolescentes, la cual pueda encargarse de éste tipo de tareas. Teniendo en cuenta los resultados se pensó en poder realizar actividades dirigidas a los maestros, sin embargo, el tiempo fue corto para la realización de una intervención y lo que se llevo a cabo fue hacerlos parte del desarrollo de todo el proyecto.

Los resultados del trabajo llevado a cabo con los estudiantes de la Institución Educativa Departamental Carrasquilla durante un (1) año fueron diversos y aunque no son muy tangibles como en otros trabajos de investigación, se pudieron evidenciar a través de las diferentes conductas que ellos empezaron a adoptar a medida que se realizaban las actividades programadas, además de las referencias que ellos mismos hacían al finalizar cada sesión a través de las bitácoras y finalmente a través de un video en el cual ellos compartieron las experiencias y aprendizajes obtenidos durante el tiempo en el cual se trabajó. En relación con los comportamientos, los estudiantes empezaron a mostrar niveles más altos de asertividad, de ésta forma, eran capaces de pedir un favor, de hacer un reclamo, de hablar frente a sus compañeros y maestros, de resolver

un conflicto con alguna persona de forma pacífica, fomentando así buenos hábitos de convivencia en toda la Institución, en sus hogares y con las diferentes personas con quienes a diario interactúan. El aumento en el nivel de autoestima de muchos de los estudiantes fue uno de los mayores logros, con esto su Autoconcepto mejoró y así su seguridad, lo cual finalmente los llevó a desarrollar habilidades sociales, las cuales les permiten desenvolverse de una manera asertiva frente a las situaciones que se les presentan a diario.

DISCUSIÓN

El objetivo planteado para el desarrollo de éste entrenamiento fue fortalecer mecanismos de socialización y entrenamiento en habilidades sociales en los estudiantes de la Institución Carrasquilla, como estrategia para la prevención de conductas negativas entre ellas las con conductas delictivas.

La experiencia vivida con los estudiantes fue enriquecedora desde todos los puntos de vista, ya que ellos lograron a través de las diferentes actividades, fortalecer sus habilidades sociales, llegando así a actuar asertivamente frente a las situaciones presentadas en su diario vivir. Así

mismo, la experiencia para las psicólogas en formación fue única, cada estudiante aportó nuevos conocimientos que con seguridad fueron de gran beneficio para su formación profesional y personal.

El trabajo con los estudiantes no fue un trabajo fácil, debido a diferentes inconvenientes internos que se presentaron, el lugar en el cual estaba ubicado el colegio se encontraba en alerta roja debido a una gran montaña que amenazaba con derrumbarse, por lo cual se hizo necesario el traslado de los estudiantes a la sede de una universidad cercana, sin embargo, las condiciones en las cuales se encontraban no facilitaban el trabajo, ya que las clases se dictaban en carpas y muchas veces la distracción de lo que ocurría en otra de las carpas o la lluvia terminaban con las actividades; finalmente se trasladó a un colegio ubicado en el municipio de Tenjo en la jornada de la tarde y allí se pudieron finalizar las actividades.

Pese a esto, se logró beneficiar el aprendizaje práctico de las habilidades sociales de cada uno de los estudiantes, las cuales son evidenciadas en el trato con las personas con quienes a diario conviven, los jóvenes pudieron apreciar e identificar los diferentes elementos que de alguna u otra forma dificultaban o facilitaban el

desarrollo de sus habilidades, logrando así poder trabajar en ellas, aplicándolas a su vida. Una conducta asertiva en cualquier ámbito facilita y refleja sensaciones de felicidad, las cuales permiten desarrollar las tareas con mayor eficacia y eficiencia, llevando así a los estudiantes tal como se refirió anteriormente a entornos exitosos de la vida diaria.

Retomando a Caballo (1986) las habilidades sociales son “el conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas”, de ésta forma, los estudiantes empezaron a tener un autoestima más alta, por lo tanto una alta motivación hacia diferentes aspectos de sus vida, fomentando ambientes de convivencia pacífica, en donde se rescataban valores como el respeto y la tolerancia y en donde primaba la comunicación tanto entre ellos como con sus maestros.

Es importante que los maestros de las diferentes instituciones, especialmente las oficiales y de bajos recursos logren dominar el

tema de la violencia y delincuencia juvenil, de tal forma que sepan y puedan actuar, estableciendo planes de contingencia, luego de haber valorado la situación y teniendo en cuenta los recursos con los que cuentan, así mismo, continuar con el entrenamiento en habilidades sociales, las cuales actúan como factores de protección, tal como lo refiere Howell (1997) (citado por Vásquez, C. 2003), logrando así disminuir la delincuencia juvenil.

Con éste trabajo de entrenamiento y fortalecimiento de habilidades sociales en jóvenes, queda latente el tema, y la posibilidad de continuar con el desarrollo de actividades de éste tipo, dirigidas a las poblaciones de mayor vulnerabilidad.

REFERENCIAS

Boletín de la Red Colombiana de Escuelas Saludables por la Paz. N° 5 (2007). *Escuela saludable: una herramienta para la paz*. Recuperado el 24 de marzo de 2007 de <http://www.col.ops-oms.org/juventudes/ESCUELASALUDABLE/07presentacion.html#introduccion>

Burcet, J.; Forn, P. y Cols. (2005). Estrategias de intervención en medio abierto. *Revista de Educación Social*, 4. Recuperado el 27 de Noviembre de 2006, de <http://www.eduso.net/res/?b=7&c=55&n=155>

Caballo, V. (1989). *Teoría, Evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Valencia: Promolibro.

Centro Psicológico Adan. (s.f.). Cuestionario de Habilidades Sociales. Recuperado el 25 de noviembre de 2006 de http://www.psicoadan.com/test_hhss.htm.

Fundación Down 21. Relaciones Interpersonales. Recuperado el 24 de marzo de 2007 de http://www.down21.org/act_social/relaciones/1_h_sociales/como_evaluamos.htm

Frías, M, López, A. y Díaz, S. (2003). Predictores de la conducta antisocial juvenil: Un modelo ecológico. *Estudios psicológicos* Vol.8 No.1. Universidad de Sonora, México. Recuperado el 24 de octubre de 2008 de <http://www.scielo.br/pdf/epsic/v8n1/17231.pdf>

Gobernación de Cundinamarca (2008). *Escuela Saludable para garantizar el éxito*. Recuperado el 31 de mayo de 2008 de <http://www.cundinamarca.gov.co/cundinamarca/PlantillaStandar.asp?>

- Seccion2=SECBOLNOTI&Seccion=SECAM
PLBOLE&Condicion=bole_numero=3486.
- Hidalgo, C. y Abarca N. (1999). Comunicación Interpersonal. Programa de entrenamiento en habilidades sociales. 3ª Ed. Santiago de Chile: Ediciones Universidad Católica de Chile. Chile.
- Kelly, J. (2002). Entrenamiento de las habilidades sociales. 7ª Ed. Zaragoza: Desclée de Brouwer.
- La excelencia. Recuperado el 24 de mayo de 2008 de <http://www.laexcelencia.com/htm/articulos/comunicacionyrelaciones/comunicertiva.htm>
- Mantilla, L (2000). *Habilidades para vivir*. Una propuesta educativa para la promoción del desarrollo humano y la prevención de problemas psicosociales. Bogotá: Fundación Fe y Alegría.
- Muruelo, M. (s.f.). Asertividad libre y segura. Asociación mexicana de alternativas en Psicología. Recuperado el 25 de marzo de 2007 de http://www.amapsi.org/portal/index.php?option=com_content&task=view&id=64&Itemid=80.
- Rice, P. (2000). *Adolescencia. Desarrollo, relaciones y cultura*. Madrid: Ed. Prentice Hall.
- Rodríguez, A. (2007). *Asertividad: el arte de decir "no" y algo más*. Recuperado el 24 de marzo de 2007 de <http://www.arearh.com/psicologia/asertividad.htm>
- Ruiz, J. y Imbernon, J. (1996). Cómo afrontar los problemas emocionales con terapia cognitiva. Recuperado el 25 de marzo de 2007 de http://www.psicologia-online.com/ESMUbada/Libros/Sentirse_Mejor/sentirse5d.htm.
- Sánchez, C. (s.f.). Test para detectar la falta de asertividad. Recuperado el 25 de marzo de 2007 de http://www.csalto.net/ansiedad_social/asertividad.htm#concepto
- Tasayco, A. (2008). La delincuencia Juvenil. Recuperado el 24 de octubre de 2008 de <http://www.monografias.com/trabajos61/delincuencia-juvenil/delincuencia-juvenil.shtml>
- Vásquez, C. (2003). *Predicción y prevención de la delincuencia juvenil según las teorías del desarrollo social*. Recuperado el 24 de octubre de 2008 de

[http://mingaonline.uach.cl/scielo.php?
script=sci_arttext&pid=S0718-
09502003000100008&lng=es&nrm=iso](http://mingaonline.uach.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-09502003000100008&lng=es&nrm=iso)