

**ESTRATEGIAS PSICOSOCIALES DE EMPODERAMIENTO PARA FORTALECER  
LAS HABILIDADES SOCIALES EN JÓVENES DE GRADO NOVENO DE LA  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN CARLOS DEL MUNICIPIO DEL CONTADERO –  
NARIÑO**

**PRESENTADO POR:**

**AURA LORENA HORMAZA MOLINA.**

**YENNY DEL ROSARIO TERAN ENRÍQUEZ.**

**ASESORA**

**LIDA CONSUELO ARANZAZU CAICEDO**

**UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA - UNAD  
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES, ARTES Y HUMANIDADES  
PROGRAMA DE PSICOLOGIA  
PROYECTO SOCIAL APLICADO  
GUALMATÁN, JULIO DE 2019**

## TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCION .....	5
CAPITULO I .....	7
1.1. RESUMEN .....	7
Abstrac.....	8
1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	9
1.2.1. Problematicación.....	9
1.2.2. Formulaci3n del problema.....	10
1.2.3. Sistematizaci3n del problema .....	10
1.3. JUSTIFICACI3N.....	11
1.4. OBJETIVOS .....	13
1.4.1. <i>Objetivo general</i> .....	13
1.4.2. <i>Objetivos espec3ficos</i> .....	13
CAPITULO II.....	14
2. MARCO CONCEPTUAL Y TE3RICO .....	14
2.1. Antecedentes hist3ricos.....	14
2.2. Fundamentaci3n psicol3gica .....	17
2.2.1. <i>Niveles de an3lisis de las habilidades sociales</i> .....	17
2.3. Defini3n de habilidades sociales.....	18
2.4. Importancia de las habilidades sociales .....	20
2.5 Caracter3sticas generales de las habilidades sociales.....	22
2.6. Entrenamiento de habilidades sociales.....	23
2.7. Elementos de las habilidades sociales.....	26
2.7.1. <i>Elementos paralingüísticos</i> .....	27
2.7.2. <i>Elementos no verbales</i> .....	28

2.7.3. <i>Elementos verbales</i> .....	29
2.8. Habilidades Sociales como juego .....	30
2.9. Inteligencia emocional .....	30
2.9.1. <i>Componentes de la inteligencia emocional</i> .....	32
2.10. Estrategias de intervención psicosocial.....	33
2.11. Empoderamiento .....	38
2.12. Empoderamiento juvenil .....	39
2.13. Estrategias de empoderamiento juvenil.....	40
2.14. El empoderamiento a nivel individual .....	41
2.15. Participación social .....	42
CAPITULO III.....	43
3. METODOLOGÍA .....	43
3.1. Enfoque psicológico.....	43
3.1.1. <i>Modalidad</i> .....	43
3.2. Enfoque metodológico .....	44
3.3. Diseño .....	44
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos: .....	45
3.5. Población y Muestra.....	46
3.6. Plan de trabajo .....	47
3.7. Consideraciones Éticas.....	48
CAPITULO IV.....	49
4. RESULTADOS.....	49
4.1. Análisis De Resultados .....	49
4.1.1. <i>Unidad de análisis</i> .....	49
4.2. Categoría de análisis .....	51

4.3. Resultados de la entrevista .....	53
4.4. Matriz De Resultados .....	53
4.5. Resultados de los grupos de Discusión .....	57
4.6. Resultados generales .....	58
4.7. Impacto del Proyecto .....	60
5. CONCLUSIONES .....	62
6. RECOMENDACIONES .....	63
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	64

## INTRODUCCIÓN

El presente proyecto aplicado tiene como finalidad implementar estrategias de intervención psicosocial que permitan fortalecer las habilidades sociales en los jóvenes del grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero-Nariño y de esta manera ellos puedan tomar sus propias decisiones al momento de vincularse a los diferentes ámbitos de participación y estén en la capacidad de generar espacios abiertos, sujetos a mutuo debate crítico, respetuoso y no excluyente, a tener empatía y a organizarse para poder participar.

Es importante resaltar que este proyecto aplicado contribuirá a lograr un empoderamiento activo en los diferentes mecanismos de participación de la juventud para beneficio individual y como proyección a una sociedad más equitativa e influyente donde todos puedan aportar sus diferentes puntos de vista en pro de conseguir beneficios colectivos y sean los jóvenes verdaderos actores estratégicos del desarrollo y sean los facilitadores de un cambio positivo para nuestras comunidades.

Ha sido evidente que aunque los jóvenes del grado noveno, tengan pocas relaciones sociales, estas no son lo suficientemente adecuadas para establecer vínculos sociales positivos, lo que ha desencadenado cierto tipo de dificultades en cuanto a la aceptación de los otros, y en cuanto a los diferentes comportamientos que de alguna manera generan afecciones en el ámbito escolar, en su desempeño escolar y en su vivencia como parte de una familia y una sociedad.

Por otra parte la institución educativa san Carlos del municipio del contadero-Nariño al no tener el apoyo de un psicoorientador escolar hace que se sucite más dificultades en las actividades cotidianas, es por esto que esta institución, refiere la necesidad de acompañamiento individual y colectivo a los jóvenes, lo que además entrara a ser parte de un proyecto de política

pública como fortalecimiento a las mesas de participación de la juventud de la administración municipal dirigido específicamente por comisaria de familia.

Es por ello que se pretende que los jóvenes del grado noveno mediante el fortalecimiento de las habilidades sociales se vinculen activamente en los diferentes procesos de participación dejando entrever una mezcla de destrezas de expresión y de conocimiento; en este sentido se propone aplicar estrategias psicosociales para determinar la influencia de los diferentes factores que afectan las habilidades sociales. Y para esto se desarrollara diferentes actividades como encuentros psicopedagógicos, lúdicas mediante el juego, grupos de discusión, entre otros.

Para adelantar este proyecto aplicado en primera instancia se tendrá en cuenta la técnica de observación participante la cual será la clave para iniciar con el respectivo diagnóstico, de igual forma se empleara el paradigma cualitativo, el método etnográfico, así como también se utilizara las técnicas basadas en el análisis del lenguaje, como grupos de discusión, la historia de vida, las técnicas de creatividad social y la entrevista semi-estructurada para recolectar información y poder determinar en que medida este proyecto contribuyo a mejorar las habilidades sociales en los jóvenes del grado noveno de la institución educativa san Carlos.

Finalmente este proyecto aplicado concluye un abordaje en primera instancia de carácter reflexivo del quehacer teórico y práctico en un entorno de reflexión frente a la importancia de las habilidades sociales.

Este trabajo se dividirá en 4 capítulos; el primero será la parte introductoria de el proyecto donde se explicara el problema, las razones, justificación y objetivos de este proyecto; en el segundo capítulo se tendrá en cuenta el marco conceptual y teórico; el tercer capítulo contiene la metodología para llevar a cabo el proyecto y por último el cuarto capítulo se conforma del análisis y resultados obtenidos mediante este estudio.

## **CAPITULO I**

### **1.1. RESUMEN**

Las habilidades sociales deben ser un proceso de mejora continua y de constante adaptación a los cambios en el desarrollo del individuo y una herramienta fundamental en el proceso educativo. El proyecto aplicado tiene como finalidad implementar estrategias de intervención psicosocial de empoderamiento que permitan fortalecer las habilidades sociales en los jóvenes del grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero-Nariño y de esta manera ellos puedan tomar sus propias decisiones al momento de vincularse a los diferentes ámbitos de participación y estén en la capacidad de generar espacios abiertos, sujetos a mutuo debate crítico, respetuoso y no excluyente, a tener empatía y a organizarse para poder participar.

Cabe resaltar que el proyecto aplicado contribuirá a lograr un empoderamiento activo en los diferentes mecanismos de participación de la juventud para beneficio individual y como proyección a una sociedad más equitativa e influyente donde todos puedan aportar sus diferentes puntos de vista en pro de conseguir beneficios colectivos y sean los jóvenes verdaderos actores estratégicos del desarrollo y sean los facilitadores de un cambio positivo para nuestras comunidades.

Es por ello que se pretende que los jóvenes del grado noveno mediante el fortalecimiento de las habilidades sociales se vinculen activamente en los diferentes procesos de participación dejando entrever una mezcla de destrezas de expresión y de conocimiento; en este sentido se propone aplicar estrategias psicosociales para determinar la influencia de los diferentes factores que afectan las habilidades sociales. Y para esto se desarrollara diferentes actividades como encuentros psicopedagógicos, lúdicas mediante el juego, grupos de discusión, entre otros.

Palabras claves: Estrategias, habilidades sociales, proyecto de vida, inteligencia emocional, empoderamiento

### **Abstrac**

Social skills must be a process of continuous improvement and constant adaptation to changes in the development of the individual and a fundamental tool in the educational process. The purpose of the applied project is to implement strategies for psychosocial empowerment intervention that strengthen the social skills of young people in the ninth grade of the San Carlos educational institution in the municipality of Contadero-Nariño and in this way they can make their own decisions at the time of be linked to the different areas of participation and be able to generate open spaces, subject to mutual critical debate, respectful and non-exclusive, to have empathy and organize to participate.

It should be noted that the applied project will contribute to achieving active empowerment in the different mechanisms of youth participation for individual benefit and as a projection to a more equitable and influential society where everyone can contribute their different points of view in order to achieve collective benefits and Be the young true strategic development actors and be the facilitators of positive change for our communities.

That is why it is intended that young people of the ninth grade through the strengthening of social skills are actively linked to the different processes of participation, suggesting a mixture of skills of expression and knowledge; In this sense, it is proposed to apply psychosocial strategies to determine the influence of the different factors that affect social skills. And for this, different activities will be developed such as psycho-pedagogical, playful encounters through play, discussion groups, among others.

Keywords: Strategies, social skills, life project, emotional intelligence, empowerment

## **1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### ***1.2.1. Problematización***

La idea de problematización surge en que ha sido evidente que aunque los jóvenes del grado noveno tengan pocas relaciones sociales, estas no son lo suficientemente adecuadas para establecer vínculos sociales positivos, lo que ha desencadenado cierto tipo de dificultades en cuanto a la aceptación de los otros, y en cuanto a los diferentes comportamientos que de alguna manera generan afecciones en el ámbito escolar, en su desempeño escolar y en su vivencia como parte de una familia y una sociedad. Por lo que se hace necesario implementar estrategias de empoderamiento encaminadas a fortalecer las habilidades sociales que les permita tener un comportamiento adecuado y adquieran experiencias positivas, de tal manera que se pueda evitar que los etiqueten como problemáticos al no poder entablar diálogos correctos, por tener deficientes procesos de sociabilización, y posibles problemas de conductas.

La carencia de habilidades sociales que presentan los jóvenes del grado noveno también se debe a varios factores como: conductas sociales inadecuadas, pocas relaciones sociales e incluso la calidad del uso del tiempo, entre otras posibles causas; por dedicarlo al internet; muchos jóvenes pretenden ser mejores mientras más relaciones interpersonales tienen como “amigos virtuales” sin tener en cuenta que la falta de interacción social impide tener un contacto directo con las personas. De igual manera al observar la forma de interactuar de los estudiantes al momento de encontrarse en grupo de discusión o en competencia es complicado porque para algunos es más fácil la participación, mientras que para otros estudiantes es un suplicio ejecutar

tareas en grupos o en actividades relacionadas con la sociabilización; por tal motivo fortalecer las habilidades sociales permitirá a los jóvenes del grado noveno adquirir las capacidades necesarias para que puedan desenvolverse en cualquier contexto en el que se encuentren, expresando sus opiniones, defendiendo sus puntos de vista y tomando sus propias decisiones.

Por otra parte la institución educativa san Carlos del municipio del contadero-Nariño al no tener el apoyo de un psicoorientador escolar hace que se sucite más dificultades en las actividades cotidianas, es por esto que esta institución, refiere la necesidad de acompañamiento individual y colectivo a los jóvenes, lo que además entrara a ser parte de un proyecto de política pública como fortalecimiento a las mesas de participación de la juventud de la administración municipal dirigido específicamente por comisaria de familia.

### ***1.2.2. Formulación del problema***

¿Cómo podemos apoyar a los jóvenes del grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero desde la intervención psicosocial para la construcción de habilidades sociales?

¿Qué estrategias pueden contribuir al empoderamiento de los jóvenes de grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero?

¿Cómo podemos apoyar a más jóvenes que estén interesados en canalizar su activismo social a través de construcción de proyecto de vida enfocado en participación?

### ***1.2.3. Sistematización del problema***

¿Cómo inciden las habilidades sociales en el empoderamiento juvenil?

¿Cuáles son las áreas facilitadoras e inhibidoras de las habilidades sociales en los estudiantes del grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero?

¿Cuáles son los espacios de interacción para el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes del grado noveno con bajas habilidades Sociales en la institución educativa san Carlos del municipio del contadero?

¿Cuáles son las habilidades sociales desarrolladas por los estudiantes del grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero?

### **1.3. JUSTIFICACIÓN**

Para adelantar el presente proyecto aplicado se tomo como referente el plan municipal de desarrollo del municipio del contadero vigencia 2016-2019, el cual exige la vinculación de la comisaria de familia, que es la encargada de efectuar un plan de acción encaminado a la prevención, capacitación y vinculación de los jóvenes a las mesas de participación juvenil mediante estrategias, herramientas y apoyo psicológico a quien lo requiera, y se hace necesario vincular por primera vez a los jóvenes del grado noveno de la Institución educativa san Carlos debido a que es notorio la poca participación de la juventud en las políticas públicas municipales y esto se ha visto reflejado en el poco interés de involucrarse en los grupos de intervención psicosocial y por la necesidad de apoyo y orientación a estudiantes entre las edades de 14 a 15 años respectivamente.

Y es de suma importancia resaltar que por primera vez se pretende trabajar con jóvenes del grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero en esta importante estrategia de participación y es a partir de estas iniciativas que se requiere brindar

posibilidades de integración para todos por igual, ya que ahí se visualiza la inclusión, permitiendo que los jóvenes obtengan las herramientas adecuadas para entablar interacciones directas con los demás compañeros en las etapas adecuadas de su desarrollo.

El presente proyecto aplicado tiene como finalidad fortalecer las habilidades sociales a través de la implementación de estrategias psicosociales para que los jóvenes del grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero logren el empoderamiento juvenil, lo que les permitirá mejorar su capacidad de escucha, de participación social, de cooperación, de implicación responsable, directa, activa y efectiva, que repercuta en el intercambio de conocimientos y destrezas y así puedan ser entes activos de participación para la sociedad.

Es importante resaltar algunos aportes de la teoría del desarrollo psicosocial de Erickson (1979) donde afirma que una habilidad adquirida en el transcurso de la preparación escolar de los estudiantes es la que permite expresarse a nivel social, y es un gran avance a nivel “normal” y al no obtener una buena adquisición de esas habilidades se requiere del fortalecimiento de esas herramientas.

Los estudiantes de la institución educativa san Carlos son el factor clave para la realización de este proyecto, y es justamente la edad relacionada entre los 14 a 15 años, caracterizada por ser el paso de la niñez a la adolescencia, en la cual surgen varios cambios tanto en niveles físicos, como emocionales que a su vez influyen en el proceso de interacción.

Por este motivo se hace necesario fortalecer las habilidades sociales que los estudiantes poseen para que puedan manifestar sus simpatías y satisfacer sus necesidades; ya que cada estudiante es un mundo diferente y probablemente no todos se encuentran en las mismas condiciones y pueden sobresalir de la misma forma.

Es de gran importancia llevar a cabo este proyecto aplicado porque aporta la información necesaria para que los grupos en los cuales los jóvenes participen y se involucren obtengan herramientas para defenderse y proyectarse con responsabilidad y de manera correcta hacia los compañeros, familiares y demás personas que lo rodean, ya que es fundamental entablar buenas relaciones positivas con quienes se convive; mostrarles que existen limitantes que al no ser corregidas lo más pronto posible perjudican la calidad de profesionalismo que cada individuo requiere para sobresalir y ser tomado en cuenta, es decir, seguir las normas establecidas, manteniendo un buen rendimiento académico permite ir fortaleciendo las habilidades sociales; es entonces cuando hablamos de una relación paralela donde se trabajara de manera recíproca para obtener resultados en beneficio común.

## **1.4. OBJETIVOS**

### ***1.4.1. Objetivo general***

Implementar estrategias de intervención psicosocial las cuales permitan determinar el desarrollo de las habilidades sociales para lograr el empoderamiento en jóvenes de grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero-Nariño.

### ***1.4.2. Objetivos específicos***

Determinar la incidencia de las habilidades sociales en la participación y el empoderamiento juvenil en jóvenes de grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero

Identificar los diferentes espacios de interacción para el desarrollo de las Habilidades Sociales en los estudiantes de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero.

Determinar las habilidades Sociales desarrolladas por los estudiantes del grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero.

Promover procesos de participación, cooperación, expresión dentro de la dinámica de la intervención psicosocial en los estudiantes del grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero.

Favorecer la transmisión de ideas, pensamientos y sentimientos, al igual que la comunicación verbal y no verbal, tanto a nivel de relaciones personales, como de relaciones grupales en los estudiantes del grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero.

## **CAPITULO II**

### **2. MARCO CONCEPTUAL Y TEÓRICO**

#### **2.1. Antecedentes históricos**

Al hacer una revisión de las investigaciones que se han desarrollado a través de la historia en el mismo campo de interés de este proyecto aplicado se han encontrado varios trabajos entre los que se destacan estudios en la identificación, desarrollo y fortalecimiento de las habilidades sociales, su medición y la aplicación de estrategias para mejorarla.

*Estudios internacionales*

Se puede citar el trabajo realizado por Morales, M.; Benítez, M. y Agustín, D. (2013). Habilidades para la vida (cognitivas y sociales) en adolescentes de una zona rural. En el que se pretendía fortalecer habilidades cognitivas como autoeficacia y afrontamiento, y habilidades sociales en adolescentes de secundaria de una zona rural, a través de la implementación de dos programas de intervención psicoeducativa. Se basa en una metodología cuantitativa, con diseño pre-experimental de alcance descriptivo-correlacional, en el que participaron 96 adolescentes. Los resultados destacan una mejora en habilidades sociales; además de encontrar asociación entre habilidades sociales avanzadas y autoeficacia, así como en afrontamiento activo con las habilidades sociales; no se observaron cambios en autoeficacia ni afrontamiento.

Dentro de esta misma investigación cabe destacar que las habilidades sociales hacen referencia a la capacidad de la persona de ejecutar una conducta de intercambio con resultados favorables; dentro de estas están la comunicación, empatía, asertividad, control de la ira, entre otras (Mangrulkar et al., 2001; Uribe, Escalante, Arévalo, Cortez y Velásquez, 2005). El reforzar estas capacidades favorece en el adolescente, el establecimiento y mantenimiento de relaciones interpersonales sanas y positivas. Con lo anterior, se deja ver que las habilidades sociales como empatía, asertividad, prosocialidad, y las cognitivas como la autoeficacia y el afrontamiento, son variables asociadas al desarrollo del adolescente. Dependiendo de cómo el joven emplee dichas habilidades, será la forma en que se lleve a cabo tal proceso de transformación y viceversa.

#### *A nivel Nacional*

Se destaca la tesis psicológica realizada por Pedraza, L; Socarrás, X; Fragozo, A; y Vergara, M. (2014). Caracterización de las habilidades sociales en estudiante de psicología cuyo objetivo era identificar las habilidades sociales en los estudiantes de psicología de una

Universidad Pública de Santa Marta, Magdalena, el cual determinará si los estudiantes poseen o no adecuadas HS, lo que permitirá implementar programas encaminados al desarrollo de las mismas.

Para el presente estudio se registró una edad entre los 16 y 30 años, con media de 21 de los cuales el 67,3% pertenecen al sexo femenino y el 34,4% al masculino.

Para la recolección de información se utilizó un cuestionario llamado “Cuestionario de Habilidades Sociales HH.SS” el cual se divide en 6 grupos dentro de los cuales se encuentran: primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés, habilidades de planificación.

Dentro de esta misma investigación se destaca el aporte de (Caballo, 1993a; Guaygua & Roth, 2008). En su Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. En la que se resalta que en la sociedad actual, las habilidades sociales, se definen por la forma como el individuo maneja su entorno social, académico y profesional; estas habilidades son indispensables a la hora de desplegar estrategias compensatorias frente a las demandas del medio; es frecuente que se hable de las dimensiones en relación a la habilidad, a la persona y a la situación, dando lugar a los componentes conductual, cognitivo y situacional constitutivos de las habilidades sociales.

#### *A nivel local*

Se puede destacar la investigación realizada por Betancourth, S., Zambrano, C., Ceballos, A., Benavides, V. y Villota, N. (2017). Habilidades sociales relacionadas con el proceso de comunicación en una muestra de adolescentes. En el que se pretendía medir el nivel de habilidades sociales relacionadas con el proceso de comunicación en estudiantes de

secundaria, para lo cual se utilizó una escala que evaluó este constructo, encontrando que los estudiantes de grado décimos de una institución educativa pública de San Juan de Pasto presentan, en su mayoría, niveles altos y medios de habilidades sociales (210-257), y solamente un porcentaje mínimo presenta niveles bajos (149-154). Lo anterior indica que los adolescentes son capaces de establecer relaciones interpersonales e interacciones placenteras basadas en la comunicación.

En este sentido, se reconoce que, en la adolescencia, el papel de las habilidades sociales es fundamental para intervenir en las actitudes, valores, creencias, capacidades cognitivas y estilos de interacción, como entablar adecuadas relaciones con pares, conformar una pareja y participar en diversos grupos sociales o académicos y buscar solución a los problemas. Además, las habilidades sociales influyen en la percepción que el adolescente tiene de sí mismo, de los otros y de la sociedad, y le permiten responder de modo positivo a situaciones de estrés. (Contini, Coronel, Levin y Hormigo, 2010; Betina y Contini de González, 2011; Lacunza y Contini, 2011).

## **2.2. Fundamentación psicológica**

### ***2.2.1. Niveles de análisis de las habilidades sociales***

El enfoque de las HHSS utiliza distintos niveles de análisis. (Gil y otros, 1992; citado por Torres, 2014) Destacan los siguientes aspectos:

En primer lugar, el nivel molecular, que toma como punto de referencia componentes conductuales específicos y observables de las HHSS (por ejemplo, número de cambios de postura, de movimientos de piernas, de palabras dichas), preocupándose por su medición

objetiva. En este nivel, los elementos de las HHSS suelen ser medidos como variables continuas o como categorías discretas de conducta.

En segundo lugar, el nivel molar, que considera a dos o más componentes de las HHSS y a sus interacciones a la hora de determinar la capacidad de actuar con efectividad en una clase de situaciones, como por ejemplo en las entrevistas laborales o en la defensa de nuestros derechos. En este caso, las evaluaciones de las HHSS suelen ser generales y subjetivas, empleándose típicamente escalas sobre el impacto del comportamiento del sujeto en los demás.

En tercer y último lugar está el nivel intermedio, que se centra en la interacción de los juicios globales y de las medidas moleculares, es decir, en la relevancia social de ciertas respuestas o patrones de conducta y en la especificidad metodológica de su evaluación. Este enfoque encuentra su justificación en las críticas vertidas sobre los anteriores.

### **2.3. Definición de habilidades sociales**

Las habilidades sociales son importantes en el desarrollo de los individuos y una herramienta fundamental en el proceso educativo, es por eso que a continuación partiremos de varias definiciones para comprender de la mejor manera la temática a desarrollarse dentro de este proyecto social aplicado

Diferentes autores han definido las habilidades sociales como:

“Son conductas que se manifiestan en situaciones interpersonales; estas conductas son aprendidas y, por tanto, pueden ser enseñadas. Estas conductas se orientan a la obtención de distintos tipos de reforzamiento, tanto del ambiente (consecución de objetivos materiales o reforzos sociales) como auto reforzos” (Gil, 1993; citado por Pérez, 2009).

“Las habilidades sociales son un conjunto de hábitos (a nivel de conductas, pero también de pensamientos y emociones), que nos permiten mejorar nuestras relaciones interpersonales, sentirnos bien, obtener lo que queremos, y conseguir que los demás no nos impidan lograr nuestros objetivos. También podemos definir las como la capacidad de relacionarnos con los demás en forma tal que consigamos un máximo de beneficios y un mínimo de consecuencias negativas; tanto a corto como a largo plazo. Nuestro concepto de habilidades sociales incluye temas afines como la asertividad, la autoestima y la inteligencia emocional. También destaca la importancia de los factores cognitivos (creencias, valores, formas de percibir y evaluar la realidad) y su importante influencia en la comunicación y las relaciones interpersonales” (Elia Roca, 2005).

“Son capacidades o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea. Se refieren a estrategias seleccionadas por la persona y los niveles de habilidad demostrados a este respecto en respuesta a las demandas situacionales de las tareas encontradas en las actividades diarias” (Pérez, 2009).

“La falta o escaso desarrollo de habilidades sociales, puede ser algo doloroso para las personas. Los seres humanos vivimos en sociedad, es parte de nuestra naturaleza, es por ello que la comprensión de las relaciones y de las demás personas es algo imprescindible para una vida emocionalmente sana. Y esto tiene repercusión en los demás ámbitos de la vida, escolar, laboral, sentimental, personal, etc.” (Caballo, 2007)

Como podemos observar, son numerosas las definiciones de habilidades sociales y cada autor habla de ellas de una forma diferente. Sin embargo, hay tres elementos clave presentes en la mayoría de definiciones, estos son: conductas de los individuos, que se dan en un contexto interpersonal y en respuesta a una situación determinada.

Recogiendo y aunando las diversas definiciones de los distintos autores, diremos que las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos aprendidos que se ponen de manifiesto en un contexto interpersonal, orientados hacia la consecución de un objetivo que permite obtener reforzamiento social o autorrefuerzos. Conllevan la expresión adecuada de las opiniones, intereses, derechos y sentimientos, sin negar los de los demás, de manera que la interacción sea mutuamente beneficiosa y aceptada por el contexto social en la que es emitida.

#### **2.4. Importancia de las habilidades sociales**

Ser habilidosos socialmente facilita y mejora nuestras relaciones interpersonales, evitando el aislamiento, el rechazo social y numerosos problemas de salud. Además, poseer habilidades sociales aumenta la probabilidad de conseguir aquellas cosas que queremos cuando interactuamos con los demás. Disponer de habilidades sociales aporta múltiples beneficios, en primer lugar, la libertad de decidir si las usamos o no, la seguridad a la hora de enfrentarse a situaciones sociales, conocer y defender nuestros derechos... etc. Todo esto influye de manera directa y positiva en la autoestima de la persona, haciéndola más estable emocionalmente y por ende, más feliz. Además, las HHSS parecen tener una influencia positiva en el rendimiento académico del sujeto.

Según Monjas (2002), las relaciones sociales cumplen con una serie de funciones:

- a) Conocimiento de sí mismo y de los demás.
- b) Desarrollo de determinados aspectos del conocimiento social y determinadas conductas, habilidades y estrategias:
  - Reciprocidad.
  - Empatía y habilidades de adopción de roles y perspectivas.

- Intercambio en el control de la relación.
- Colaboración y cooperación.
- Estrategias sociales de negociación y de acuerdos.

c) Autocontrol y autorregulación de la propia conducta en función del feedback que se recibe de los otros.

d) Apoyo emocional y fuente de disfrute.

e) Otros aspectos importantes en las relaciones con los iguales son el aprendizaje del rol sexual y el desarrollo moral y aprendizaje de valores.

Por su parte Gilman y Huebner (2006) y Martínez (2009), quienes afirman que el fomento de las relaciones interpersonales da lugar a una mejoría de la autoestima, obteniendo una felicidad y tranquilidad por parte del sujeto. A su vez, Pérez (2009), también confirma que cuando la interacción es grata, positiva y cálida, nos hace sentir bien, aumenta nuestro bienestar social, personal, nuestra autoestima y auto concepto, optimizando nuestra calidad de vida. Por tanto, las relaciones sociales positivas tienen una gran influencia en la autoestima y bienestar personal. Además, la competencia social tiene una importante contribución en la competencia personal, ya que el éxito personal parece estar más relacionado con las habilidades interpersonales del sujeto que con sus habilidades cognitivas e intelectuales.

Por otro lado, Pérez (2009) menciona que la competencia social tiene importancia en el desarrollo futuro de los jóvenes. De esta manera, los que muestran habilidades sociales positivas funcionan mejor en el ámbito escolar, social y emocional generando reacciones positivas en su entorno. Para Redondo (2007); Inglés et al., (2009) y Martínez (2009), existe una clara relación entre las interacciones sociales positivas y el éxito escolar. Disponer de habilidades sociales, pues, tienen una estrecha relación con el rendimiento. En esta misma línea, Martínez et al.,

(2010) sostuvieron que las personas que gozaban de unas relaciones interpersonales favorables lograban mejores notas, dando como resultado un mejor rendimiento académico. En consecuencia, vemos como las HHSS también influyen de manera directa y positiva en el rendimiento y éxito académico del sujeto. No obstante, cuando el comportamiento es incompetente socialmente trae consigo una serie de consecuencias negativas tales como: baja aceptación social o rechazo social (Rapee, Schniering y Hudson, 2009), desajustes psicológicos (Matiensen, Sanson, Stoolmiller y Karevold, 2009; Vieno, Kiesner, Pastore y Santinello, 2008), problemas emocionales y académicos (Neil y Chrisitensen, 2009) y comportamiento antisocial (Cummings, Kaminski y Merrel, 2008). Por consiguiente, su incorrecto funcionamiento social puede desencadenar en efectos perjudiciales tanto para nuestra salud como para nuestro desarrollo como personas sociales.

Trianes (2002) sostuvo que las personas que no son admitidas por parte de la sociedad tienden a presentar el riesgo de padecer tensión y fatiga. De la misma forma, este autor sostiene que gracias a las relaciones positivas entre las personas, es posible el desarrollo de los sentimientos, lo ético y los conocimientos del individuo.

## **2.5. Características generales de las habilidades sociales**

Existen una serie de características relevantes en la conceptualización de las habilidades sociales Monjas, (2002)

a) Las habilidades sociales son conductas adquiridas principalmente a través del aprendizaje. A lo largo del proceso de socialización “natural” en la familia, la escuela y la comunidad, se van aprendiendo las habilidades y conductas que permiten interactuar efectiva y satisfactoriamente con los demás.

b) Las habilidades sociales están formadas por componentes motores y manifiestos (por ejemplo, conducta verbal), emocionales y afectivos (por ejemplo, ansiedad o alegría) y cognitivos (por ejemplo percepción social, atribuciones, auto lenguaje).

c) Las habilidades sociales son respuestas específicas a situaciones específicas. La efectividad de la conducta social depende del contexto de interacción y de los parámetros de la situación específica. Por ello, es necesario adecuar la conducta a los objetivos perseguidos y a las características de la situación, alejándonos del uso de patrones de conducta repetitivos y estereotipados.

d) Las habilidades sociales se ponen en juego siempre en contextos interpersonales; son conductas que se dan siempre en relación a otra/s persona/s. La interacción social es bidireccional, interdependiente y recíproca y requiere el comportamiento interrelacionado de dos o más individuos.

## **2.6. Entrenamiento de habilidades sociales**

Dado que las habilidades sociales son comportamientos que se aprenden, existen una serie de estrategias para su aprendizaje. Estas estrategias se conocen bajo el término de “Entrenamiento en habilidades sociales” (EHS). El EHS está formado por un conjunto de técnicas procedentes de las teorías del aprendizaje social, de la psicología social, de la terapia de conducta y de la modificación de conducta, enfocadas a adquirir conductas socialmente efectivas y a modificar las inadecuadas. El EHS es un método efectivo para adquirir habilidades concretas. Esta eficacia se ha conseguido a través de una serie de elementos clave, teóricos y aplicados, sobre los que se han ido desarrollando y perfeccionando los entrenamientos.

Entrenar HHS resulta importante, ya que si las conductas que posee un sujeto no son adecuadas, no podrá obtener las consecuencias deseadas. Dentro del campo de las habilidades sociales, el EHS ha sido una de las áreas que más interés ha originado, alcanzando un destacado desarrollo en los últimos años. El entrenamiento en habilidades sociales es la técnica de elección hoy día de muchos campos, esto es porque muchos problemas se pueden definir por déficit de dicha habilidad. Éstas forman un nexo de unión entre el individuo y su ambiente. Dada su importancia para la vida diaria de las personas, resulta relevante aprender sobre el comportamiento social propio y de los demás y lo que resulta interesante, el saber que ese comportamiento se puede cambiar y conocer algunas formas de hacerlo Caballo, (2000).

Tal y como señalan Del Prette y Del Prette (2002), en el entrenamiento de las habilidades sociales es conveniente considerar algunos aspectos como son la forma de intervención, individual y grupal; la homogeneidad y heterogeneidad de los problemas; tamaño del grupo; función del coordinador, terapeuta o guía; dinámica de una sesión de entrenamiento; estructura del programa; duración del programa; lugar de aplicación. Monjas, (2002) expone una serie de características propias del EHS:

a) Se ajusta al Modelo de Competencia. Está influenciado notablemente por el Movimiento del Entrenamiento en Habilidades psicológicas (Psychological Skills Training Movement). Estos modelos: contemplan al sujeto más en términos pedagógicos y educativos que como paciente, resaltan los aspectos positivos del funcionamiento, promueven la implicación activa del sujeto en la intervención, su objetivo es la enseñanza activa y deliberada de comportamientos adaptativos y utilizan técnicas derivadas de la teoría del aprendizaje social (como el modelado o el ensayo conductual) y de la pedagogía moderna (como el aprendizaje instruccional).

b) El EHS se ajusta al enfoque cognitivo-conductual y del aprendizaje social de forma que se incluyen técnicas, se plantean objetivos de cambio y se utilizan estrategias de evaluación tanto motoras como cognitivas y afectivas.

En esta misma línea, Pérez (2009), describe las técnicas para el entrenamiento de las habilidades sociales en función del objetivo que se desea alcanzar:

**Instrucción verbal:** consiste en explicar aquellas habilidades que se pretenden enseñar a partir de su delimitación y especificación, la importancia y relevancia de la habilidad para la vida del sujeto. Esto se puede desarrollar por medio de la discusión, dialogo, debate, con el propósito de que el alumnado se implique de manera más activa.

**Modelado:** consiste en la exposición de la persona que se entrena a un modelo que realizara la conducta a entrenar de manera correcta, lo que le permitirá aprender a través de la observación

**Imitación, práctica, ensayo de conducta o representación de papeles (role Playing):** la imitación y el ensayo de la conducta permite a la persona practicar los comportamientos a aprender con la ventaja de no experimentar las consecuencias negativas que pueden conllevar el no dominar todavía la habilidad.

El objetivo principal del ensayo de conducta es aprender a modificar modos de respuesta no adaptativos y reemplazarlos por nuevas respuestas más adaptativas. Una de las formas más comunes del ensayo conductual en el entrenamiento de las habilidades sociales EHS es el role playing o “representación de papeles”, esta técnica consiste en que la persona desempeñe un “papel”, dentro de una situación simulada y creada específicamente para ensayar.

**Retroalimentación (feedback):** consiste en proporcionar a la persona información relacionada con su actuación durante el ensayo. Su finalidad es moldearla y conseguir

perfeccionar su nivel de ejecución. Es importante que la retroalimentación se proporcione inmediatamente después de la práctica conductual, para que de esta manera, conozca lo que hizo correctamente y lo que necesita mejorar.

**Reforzamiento:** el objetivo final del EHS es un incremento de las conductas socialmente adecuadas. La mejor manera de conseguir que una conducta se mantenga o se repita es que le sigan consecuencias positivas. Para ello, se le dice al alumno que su conducta ha sido correcta y se le proporciona un feedback informativo de manera verbal en el que se aclaran las conductas bien realizadas, cuando la ejecución no fue completamente correcta, se provee a la persona de una retroalimentación correctiva que informa de los aspectos que necesita mejorar y se refuerzan los componentes correctos de la conducta.

**Mantenimiento y generalización:** el objetivo de esta técnica es que los cambios que se produce se mantengan con el tiempo y lleguen a generalizarse a otras situaciones. Por ello, es importante transmitirle al sujeto la necesidad de poner en práctica sus habilidades adquiridas. Una forma de mantener esto son las tareas o deberes para la casa, ya que ayudan a practicar esas habilidades aprendidas recientemente. Además tienen la ventaja de que pueden ser supervisadas, y promueven el autocontrol y la autoevaluación. Las técnicas que existen para el entrenamiento de las habilidades sociales son diversas, sin embargo muchas de ellas coinciden a pesar de que cada autor las denomina de manera distinta. Para el desarrollo de las sesiones del proyecto aplicado, se basó en las técnicas expuestas por Pérez (2009), las cuales hemos considerado más oportunas para el entrenamiento y adquisición de las HHSS.

## **2.7. Elementos de las habilidades sociales**

A continuación se nombran algunos elementos de las habilidades sociales, planteados por Caballo (2000), a partir de la revisión realizada por el autor acerca de 90 estudios realizados sobre las Habilidades Sociales. Las herramientas necesarias para las habilidades Sociales incluidas en cada individuo como base fundamental para la integración se detallan a continuación:

### ***2.7.1. Elementos paralingüísticos.***

#### *Volumen de la voz*

Tiene como objetivo básico hacer que el mensaje llegue al receptor. Un volumen de voz adecuado, permite que se cumpla este objetivo de la manera más óptima, por el contrario, un volumen deficiente no permitirá que el mensaje llegue claramente. Las variaciones de volumen se utilizan en el proceso de interacción para dar énfasis a ciertos puntos.

#### *La entonación*

Permite comunicar emociones y sentimientos. Una misma palabra puede expresar ira, afecto, excitación, sarcasmo, entre otras variaciones. En ocasiones, las entonaciones que se le dan a las palabras son más significativas que el mensaje en sí.

#### *La fluidez*

Las variaciones constantes en el habla pueden denotar inseguridad, falta de ideas claras o desinterés. Aquí entran las comúnmente llamadas “muletillas”, utilizadas con regularidad entre palabras, mismas que interfieren y provocan percepciones de ansiedad.

#### *El tiempo de habla*

Lo ideal es el cambio recíproco de información y no el hablar demasiado o muy poco en términos de tiempo.

### 2.7.2. *Elementos no verbales*

Como se hablaba anteriormente en la actualidad no necesariamente se requiere que un estudiante conteste a una pregunta para mantener un dialogo, ahora pues con un gesto basta para saber si se está de acuerdo en un asunto o no En muchas ocasiones, la expresión gestual, la postura, entre otros componentes suelen indicar mucho más que las propias palabras, de ahí que dentro de las habilidades sociales de los adolescentes es preciso saber cuáles se han desarrollado y cuales deben entrenarse. Las habilidades relacionadas con la comunicación no verbal parten de:

#### *La mirada*

El contacto visual entre las personas es de suma importancia para las interacciones, es primordial poner atención a una persona observándole a los ojos. Las personas que miran a las demás son tomadas como agradables y directas, en cambio un abuso de dicha conducta genera hostilidad y dominio-sumisión.

#### *La expresión facial*

El rostro es la vía más rápida hacia la expresión emocional. Una conducta socialmente habilidosa requiere de la congruencia entre el mensaje y la expresión facial.

#### *Los gestos*

Son facilitadores y supresores de palabras y se lo requiere en el facilismo actual, pues evita dar una respuesta, un mensaje e incluso puede llegar a ser una falta de respeto. Definidos como cualquier acto observable que enfatiza el mensaje a través del estímulo visual hacia el receptor. Las manos, extremidades inferiores y el rostro permiten una infinidad de gestos, que se consideran apropiados o inapropiados, dependiendo de la cultura del sujeto.

#### *La postura*

La postura es signo de buena vitalidad, de interés propio y fomenta una buena primera impresión dentro de la comunicación y las habilidades sociales. La postura muestra diferentes actitudes.

- a) Actitudes de apertura como calidez y amistad y de rechazo como dominancia y timidez.
- b) Emociones tales como el nerviosismo o interés romántico
- c) Un acompañamiento del habla al usarse al cambiar de tema, para dar énfasis o tomar y ceder la palabra.

#### *La distancia/contacto físico*

Implica la seguridad que irradia la persona o lo contrario.

#### **2.7.3. Elementos verbales**

El habla es el componente por excelencia de la comunicación. Dentro de este apartado vamos a enumerar tres elementos de relevancia

#### *El contenido*

Siempre debería intentarse que el contenido tenga un interés relativo para nuestros interlocutores y además conocer el contenido lo mejor posible. Dentro del contenido podríamos distinguir entre el tema a comunicar y la forma en que se comunica ese tema.

#### *Preguntas*

Mediante las preguntas solicitamos información a nuestros interlocutores. Distinguimos entre dos tipos de preguntas:

*Abiertas.* Se dice de las preguntas que al formularlas, permitimos una mayor extensión de la respuesta de nuestro interlocutor, debido a que la pregunta no es concreta.

*Cerradas.* Son aquellas cuya formulación marca una posibilidad de respuesta muy limitada, pues demandan una información concreta

### *Respuestas*

Las respuestas deben ajustarse al tipo de pregunta que se formulen: respuestas abiertas a preguntas abiertas y respuestas cerradas a preguntas cerradas.

## **2.8. Habilidades Sociales como juego**

Una herramienta útil y consciente donde se puede observar las habilidades sociales, surge en el juego ya que al interactuar uno con otro se muestran una serie de habilidades que permiten que los individuos participen y se integren a nivel personal y grupal.

### *Juego Organizado*

Este tipo de juego parte de los grupos de la misma edad, donde puede predominar una afinidad y lograr mediante la participación de todos, llegar al mismo objetivo.

### *Juego Activos*

Los estudiantes ejercen una ejecución y un protagonismo físico e intelectual en el juego, ya que son juegos dinámicos que requieren el nivel de compromiso donde se desarrollan estrategias.

### *Juego Pasivos*

Al llegar a la adolescencia los estudiantes buscan ejercicios de asistencia física y dinámica mínima, algunos jóvenes lo realizan a solas, mientras sigan creciendo menos juego se realizará.

## **2.9. Inteligencia emocional**

Según (Goleman, 2005) la inteligencia emocional nos permite tomar conciencia de nuestras emociones, comprender los sentimientos de los demás, tolerar las presiones y

frustraciones que soportamos en el trabajo, acentuar nuestra capacidad de trabajar en equipo y adoptar una actitud empática y social, que nos brindara mayores posibilidades de desarrollo personal.

La Inteligencia Personal, que está compuesta a su vez por una serie de competencias que determinan el modo en que nos relacionamos con nosotros mismos. Esta inteligencia comprende tres componentes cuando se aplica en el trabajo:

- Conciencia en uno mismo: es la capacidad de reconocer y entender en uno mismo las propias fortalezas, debilidades, estados de ánimo, emociones e impulsos, así como el efecto que éstos tienen sobre los demás y sobre el trabajo. Esta competencia se manifiesta en personas con habilidades para juzgarse a sí mismas de forma realista, conscientes de sus propias limitaciones y admiten con sinceridad sus errores, sensibles al aprendizaje y poseen un alto grado de autoconfianza.

- Autorregulación o control de sí mismo: es la habilidad de controlar nuestras propias emociones e impulsos para adecuarlos a un objetivo, de responsabilizarse de los propios actos, de pensar antes de actuar y de evitar los juicios prematuros. Las personas que poseen esta competencia son sinceras e íntegras, controlan el estrés y la ansiedad ante situaciones comprometidas y son flexibles ante los cambios o las nuevas ideas.

- Auto-motivación: es la habilidad de estar en un estado de continua búsqueda y persistencia en la consecución de los objetivos, haciendo frente a los problemas y encontrando soluciones. Esta competencia se manifiesta en las personas que muestran un gran entusiasmo por su trabajo y por el logro de las metas por encima de la simple recompensa económica, con un alto grado de iniciativa y compromiso, y con gran capacidad optimista en la consecución de sus objetivos.

La Inteligencia Interpersonal, está compuesta por otras competencias que determinan el modo en que nos relacionamos con los demás:

- Empatía: es la habilidad para entender las necesidades, sentimientos y problemas de los demás, poniéndose en su lugar, y responder correctamente a sus reacciones emocionales. Las personas empáticas son aquellas capaces de escuchar a los demás y entender sus problemas y motivaciones, que normalmente tienen mucha popularidad y reconocimiento social, que se anticipan a las necesidades de los demás y que aprovechan las oportunidades que les ofrecen otras personas.

- Habilidades sociales: es el talento en el manejo de las relaciones con los demás, en saber persuadir e influenciar a los demás. Quienes poseen habilidades sociales son excelentes negociadores, tienen una gran capacidad para liderar grupos y para dirigir cambios, y son capaces de trabajar colaborando en un equipo y creando sinergias grupales (Goleman, 2002).

De igual manera Rico, (2002) afirma que la inteligencia emocional es, en pocas palabras, el uso inteligente de las emociones: de forma intencional, hacemos que nuestras emociones trabajen para nosotros, utilizándolas con el fin de que nos ayuden a guiar nuestro comportamiento y a pensar de manera que mejoren nuestros resultados. La inteligencia emocional se utiliza de forma intrapersonal (cómo desarrollarla y utilizarla en relación a uno mismo) e interpersonal (cómo ser más efectivos en nuestras relaciones con los demás).”

### *2.9.1. Componentes de la Inteligencia Emocional*

“La revista Iberoamericana de Educación en el tema “la inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela” Fernández, (2002), presenta los siguientes componentes.

- Percepción y expresión emocional: reconocer de forma consciente nuestras emociones e identificar qué sentimos y ser capaces de darle una etiqueta verbal.
- Facilitación emocional: capacidad para generar sentimientos que faciliten el pensamiento.
- Comprensión emocional: integrar lo que sentimos dentro de nuestro pensamiento y saber considerar la complejidad de los cambios emocionales.
- Regulación emocional: dirigir y manejar las emociones tanto positivas como negativas de forma eficaz.

Estas habilidades están enlazadas de forma que para una adecuada regulación emocional es necesaria una buena comprensión emocional y, a su vez, para una comprensión eficaz requerimos de una apropiada percepción emocional.

## **2.10. Estrategias de intervención psicosocial**

Nelson y Prilleltensky (2005, p. 163-164). Afirman que “ las intervenciones sociales son procesos intencionalmente diseñados [planificados metódicamente y ejecutados con precisión] para influir sobre el bienestar [en los niveles personales, relacionales y comunitarios] de la población por medio de cambios en valores, políticas, programas, distribución de recursos, diferenciales de poder y normas culturales”

Fernández del Valle, Herrero y Bravo (2000, p. 14). Afirman que “Hoy en día, el profesional de la intervención e investigación psicosocial y comunitaria sigue mostrando un profundo compromiso con los problemas de la sociedad que le ha tocado vivir. Y este compromiso no sólo se observa en la especial atención que presta a la detección de necesidades en las poblaciones objeto de estudio, sino en su denodado esfuerzo por redefinir

en términos positivos las propias experiencias de los individuos y comunidades a las que presta su ayuda y su asesoramiento”

En realidad, la intervención psicosocial se acerca de manera definitiva a una Psicología social aplicable, en los términos definidos por Mayo y La France (1980), no en vano el objetivo central de esa Psicología se centra en la mejora de la calidad de vida. El modelo de estas autoras presenta una estructura circular basada en tres elementos clave en el proceso, enlazados a su vez por distintos adaptadores que permiten el paso de un elemento a otro

1. Una Psicología social aplicable ha de relacionarse con la mejora de la calidad de vida, entendida desde un punto de vista positivo, es decir, más proactiva (preventiva) que reactiva y, en cualquier caso, como un objetivo que remite inexcusablemente a la cuestión de los valores, a lo que es socialmente deseable o indeseable.

2. La construcción del conocimiento en una Psicología social aplicable apunta hacia la predicción, se focaliza en las consecuencias y expande el rango de las variables bajo consideración. Ha de tender a ser más predictiva que explicativa, centrarse más sobre los efectos que sobre las causas, y ampliar el rango de las variables micro o psicológicas a variables macro-sociales. Para pasar de la mejora de la calidad de vida a la construcción de conocimiento psicosocial es imprescindible definir adecuadamente el problema, al tiempo que seleccionar una metodología de investigación válida para la construcción del conocimiento. Ambos pasos o adaptadores son decisivos porque, a partir de ahí, el producto final adoptará una forma u otra.

3. El tercer elemento es propiamente la intervención o aplicación del conocimiento. La utilización del conocimiento y la intervención requieren una consideración activa y una planificación deliberada. Para pasar hacia la utilización/intervención son necesarios dos adaptadores más. Por una parte, el análisis del sistema sobre el que se intervendrá, y por otra y

relacionada con la anterior, la definición del rol adoptado por el psicólogo social aplicado (mediador, activista, planificador, organizador, experto, etc.). Por su parte, el regreso hacia la calidad de vida como objetivo implica analizar e interpretar tanto los efectos producidos por la intervención (valoración) como una evaluación global de la metodología interventiva.

La intervención psico-social, cuando se transforma en estrategia de actuación, dispone de los medios necesarios para que el posicionamiento alternativo pueda desarrollarse, pueda fortalecerse y pueda manejar el proceso de cambio. Para hacerlo, diferencia las estrategias de ajuste de conocimiento del problema, por parte del profesional, de las estrategias dirigidas al desarrollo y potenciación de la posición alternativa. Estas estrategias están referidas al problema social. Así mismo está legitimada por darse dentro de una organización que dispone de esa competencia. No es el profesional el que tiene la legitimidad para actuar, es la organización. El profesional es el medio para hacerlo. Ello conlleva dos nuevas estrategias que están siempre en la intervención psico-social, la del ENCARGO y la de DEVOLUCION. Estas estrategias no nacen del problema sino de la consideración ética y moral de quien está capacitado para intervenir.

Según Rueda, J. (1992).” La intervención psico-social, desde una perspectiva operativa y descriptiva, se compone de cinco estrategias, con fines, metodologías y sistemas de valoración propios para cada una de ellas”.

Estrategia del ENCARGO. Estrategia de AJUSTAMIENTO o CONOCIMIENTO REAL DEL PROBLEMA. Estrategia del CAMBIO DE POSICION. Estrategia del CAMBIO DE SITUACION. Estrategia de la DEVOLUCION.

La estrategia del ENCARGO. El encargo es el acto por el cual una competencia que es propia de la organización, pasa a ser delegada y ejercida por el profesional. El encargo es el acto por el que

el poder político pasa a poder técnico. El encargo es el acto por el cual el poder técnico comunica al poder político si puede, si tiene capacidad para operativizar y tener éxito en lo que propone.

El encargo es una estrategia que se centra en el encuentro de dos poderes, el político (representativo del colectivo como adecuado para hacer que las competencias de la organización se realicen), y el técnico (formación adecuada y seleccionado como idóneo por un sistema de oposiciones, para traducir en términos operativos y de eficacia lo que propone el político). El encargo es, pues, una estrategia de negociación entre poderes distintos, el poder político y el poder técnico, la necesidad real de la intervención de la comunidad y el uso de la competencia que la organización dispone. El encargo no es una orden. Debe ser explicitado, analizado, medido en su oportunidad, idoneidad, realidad, etc., para después operativizarlo técnicamente.

La estrategia del AJUSTE o de CONOCIMIENTO. No hay procesos-problemas sociales tipos. No los hay que se comporten igual. La estrategia de AJUSTE es la estrategia que establece el profesional para conocer, tanto la situación o cultura de lo social, como las posiciones existentes, conectando con las personas y los colectivos que sostienen las diversas posiciones. La estrategia de AJUSTE pretende conocer y conectar. Ajustarse quiere decir adaptación del profesional al problema para que, desde el problema se generen las respuestas. Así mismo es una estrategia de investigación dirigida hacia lo real, hacia lo concreto, hacia la acción posterior de ahí, que siendo un conocimiento objetivo, no pretende ser científico, ni generizable, ni prueba de hipótesis teóricas. De la estrategia de AJUSTE nacen los objetivos a conseguir, mediante las estrategias de posicionamiento y de situación.

La estrategia de cambio de POSICIONAMIENTO. Esta estrategia tiene como objetivo genérico, desplazar el posicionamiento dominante que regula el mantenimiento del problema, por un posicionamiento alternativo que regula el cambio. Parte de los datos que le han

proporcionado la estrategia de AJUSTE y se dispone a trabajar con la población conectada que encarnaría la nueva posición alternativa. Igualmente es de información, de educación, de resocialización. Va destinada a la conciencia colectiva, a los sistemas explicativos necesarios que puedan variar las costumbres, lo cotidiano, lo normal, etc.

La estrategia de CAMBIO DE SITUACION. El objetivo es cambiar lo cotidiano, modificar las costumbres, variar lo habitual. Esto sólo es posible, si previamente se ha conseguido desarrollar un sistema de regulación alternativo de la vida colectiva que vuelva inoperante, ineficaz, inadecuado al que existía, es por eso que esta estrategia viene después del cambio de posición. Dado que la situación es una producción colectiva que se ha establecido al adoptar una posición dominante, la situación alternativa sólo puede ser una producción colectiva que adopta una nueva posición, lo contrario, es tecnocracia. También es una estrategia de organización, de construcción de nuevos contextos, de experiencias de manejo, de nuevas formas colectivas de operar con los contextos. Es una estrategia dirigida a los modos colectivos de comportarse.

La estrategia de la DEVOLUCION. Esta es la otra estrategia que nace de la organización y no del problema- Es la inversa de la estrategia del Encargo, y las razones de mantenerla serían las mismas que allí hemos dicho. Hemos de señalar algunas razones más. La estrategia de DEVOLUCION es la estrategia de la prueba de la valía profesional, es la estrategia que muestra y demuestra lo acertado de haber encargado a un determinado equipo de profesionales, una determinada acción. Es la estrategia que vincula mediante la transparencia de lo realizado, el uso de los medios que dispone la organización (presupuestos, infraestructura, profesionales). Es la estrategia que vincula la acción práctica con el conocimiento científico, etc. Pero todo ello es una

estrategia de elaboración. Elaboración de la memoria administrativa, de los documentos técnico-científicos, de los documentos, etc.

### **2.11. Empoderamiento**

Alsop, Bertelsen y Holland (2006), definen el empoderamiento como "el proceso de mejora de la capacidad de un individuo, o grupos de individuos, de tomar decisiones deliberadas y transformar esas opciones en acciones y resultados deseados".

Así mismo, Alsop et al., (2006, p. 1). En esta visión los individuos o grupos, para resultar empoderados dependen de una acumulación de activos (assets), que pueden ser de diferente tipo, tanto materiales (bienes) como humanos (mayor desarrollo psicológico, adquisición de conocimientos y capacidades, mayor capacidad organizativa, entre otras), y en base a estos desarrollar mejores habilidades para negociar con las estructuras reconocidas como instituciones, que son las que llevan "las reglas del juego", para mejorarlas a su favor, (p.1).

El empoderamiento implica un tipo de intervención comunitaria y de cambio social que se basa en las fortalezas, competencias y sistemas de apoyo social que promueven el cambio en las comunidades. Parte de su atractivo como concepto nace de su énfasis en los aspectos positivos del comportamiento humano, como son la identificación y fomento de las capacidades y la promoción del bienestar más que la curación de problemas o la identificación de factores de riesgo. Es un enfoque que analiza las influencias del contexto en vez de culpabilizar a las víctimas Zimmerman, (2000).

Larrea (2008). Plantea que el poder verdadero se ejerce cuando somos capaces de intervenir y transformar la realidad. Es el tipo de empoderamiento donde se involucran todos los aspectos de la vida del ser humano, que resulta del saber, de un saber que se reflexiona y se transforma, se apropia, se completa y luego se supra para seguir creando un nuevo saber (p.103).

## 2.12. Empoderamiento juvenil

Se explica el concepto de empoderamiento como “el proceso que incrementa las posibilidades de que una persona pueda decidir y actuar de forma consecuente sobre todo aquello que afecta a su propia vida, participar en la toma de decisiones e intervenir de forma responsable en lo que afecta a la colectividad de la forma que parte”. Por añadidura, Soler Masó et al. Constatan que sin educación no puede haber empoderamiento. El medio, el contexto social y político, su estructura y servicios, son también potentes agentes educativos.

Soler et al. (2017) expone el *dónde*, el *cuándo* y el *cómo* del empoderamiento juvenil.

El “dónde” corresponde a los espacios. Se habla de contextos, ámbitos, entornos e instituciones. Dicen los investigadores, que pueden valorarse desde dos perspectivas complementarias que dejan ver la capacidad de transferencia del empoderamiento: el empoderamiento que genera en los sujetos dentro del propio espacio, y por cómo el empoderamiento puede transferirse, relacionarse con otros espacios. Y clasifican tres tipos de espacios juveniles. Por una parte, los espacios específicamente juveniles (formales o institucionales, y los informales); por otra parte, los espacios intergeneracionales (familia, ámbito laboral, instituciones y equipamientos culturales).

El “cuándo” se refiere a los momentos, a las etapas del ciclo vital, y a los momentos de la vida cotidiana. Afirma el artículo, que los más propicios para empoderarse son los acontecimientos críticos, que siendo positivos o negativos hacen ser consciente de los límites; y determinados periodos sociales y colectivos que se enmarcan en una situación en la que se hace más habitual empoderarse, como pueden ser los contextos de crisis o necesidad.

El “cómo” forma parte de los procesos del empoderamiento juvenil. Aquí, Soler et al. hacen una aproximación de aquellos que facilitan el empoderamiento de la juventud en tres niveles: a nivel macro, a través de políticas públicas y de juventud que tiene la perspectiva educadora como elemento central; nivel micro, las actitudes, aptitudes y formas de actuar que facilitan el empoderamiento en las relaciones personales; y a nivel meso, o intermedio, a través de grupos e instituciones que se encargan de traducir las líneas políticas en programas y proyectos que estimulan la creatividad, libertad y toma de conciencia. El justo equilibrio, destacan, es la guía y la libertad de acción adulta.

### **2.13. Estrategias de empoderamiento juvenil**

Las estrategias de empoderamiento juvenil se realizarán a partir de tres grandes ejes o ámbitos de análisis que estructuran nuestra investigación:

- a) Los espacios en los que se considera que el empoderamiento es significativo o relevante en la trayectoria juvenil. Conocer en qué espacios se da (públicos y privados; formales, no formales e informales; educativos y de ocio; físicos y virtuales, etc.), Por qué son importantes y qué valor tienen en la trayectoria biográfica de los jóvenes puede ser de utilidad.
- b) Los momentos en los que se tiene conciencia de haber vivido un crecimiento personal significativo a lo largo de la juventud. ¿Cuándo se identifican estos momentos? ¿Qué los hace relevantes? ¿Cómo son recordados?
- c) Los procesos que facilitan, favorecen o son reconocidos como buenas prácticas que contribuyen a empoderar a los jóvenes. ¿Cuáles son estas prácticas? ¿Qué hay en común en ellas? ¿Se pueden hacer recomendaciones en este sentido?

## 2.14. El empoderamiento a nivel individual

De la descripción de Zimmerman (2000) se deduce que, en el nivel individual la unidad de análisis son los individuos, solos o en grupos. Este nivel incluye creencias acerca de la propia competencia, esfuerzos para ejercer control y una comprensión del ambiente sociopolítico:

"Procesos de empoderamiento a nivel individual pueden ser logrados a través de la participación en organizaciones o actividades comunitarias, participando en equipos de gestión laboral, o aprendiendo nuevas destrezas, Procesos tales como trabajar con otros en función de una meta común, pueden todos tener potencial empoderador" (p. 47).

Zimmerman, postula que estas personas experimentan procesos de aprendizaje en la toma de decisiones y en el manejo de recursos. Señala que el proceso tiene un componente *intrapersonal* (percepción del locus de control, de autoeficacia, motivación de control en el ámbito personal, interpersonal y sociopolítico), un aspecto *cognitivo* que apunta a cómo las personas usan sus destrezas analíticas para influir en su medioambiente y un componente de *comportamiento* que implica realizar acciones para ejercer control, participando en organizaciones y actividades de la comunidad (Zimmerman, 2000).

Zimmerman (1995, 2000) alude al contexto al mencionar la importancia de las organizaciones comunitarias o estructuras mediadoras (como iglesias, grupos de vecinos, organizaciones de servicios), las cuales ofrecen oportunidades para adquirir nuevas herramientas, desarrollar un sentido de comunidad, construir un sentido de control y confianza y mejorar la vida comunitaria. Sin embargo, no distingue el contexto como un componente o *pieza* en su modelo teórico, que comprende los componentes de proceso, resultado y nivel. Para él, las oportunidades forman parte del proceso empoderador.

## 2.15. Participación social

Cuando se habla de participación social nos referimos a las relaciones entre diferentes personas, grupos, asociaciones que toman parte en una actividad o concurso persiguiendo unos objetivos comunes. Se puede distinguir diferentes grados de participación social, desde la participación más activa la cual implica una cuantiosa dedicación en esfuerzo y tiempo, pasando a un grado de participación totalmente pasiva.

Tres son las bases para que un proceso participativo pueda ponerse en marcha: “poder “contar con una estructura y los mecanismos suficientes, “Saber “estar dotados de las habilidades y técnicas necesarias y por ultimo “Querer “motivar a las personas para que se unan y demostrarles que el trabajo es eficaz, porque cuando la ciudadanía se dé cuenta de que estas acciones conjuntas han logrado alcanzar los objetivos propuestos y que sus opiniones han sido tenidas en cuenta tomaran conciencia para el desarrollo de acciones futuras.

La Participación social se define como un proceso de interacción social, donde los individuos se involucran a partir del reconocimiento de las necesidades de cambio, prevaleciendo el ejercicio de libertad individual, grupal y comunitaria, sobre las normas socioculturales. Los grupos sociales, las comunidades, e incluso los individuos, muestran una relativa independencia y autonomía frente a las normas sociales y culturales institucionalizadas, lo cual les permite, no solo decidir libremente su conducta frente a un conflicto o situación de cambio, sino también influir en la transformación de las normas institucionalizadas que definen las condiciones de marginación o participación social, en su propio contexto y en otros.

La participación social es co-extensiva al hecho social: toda persona, lo quiera o no, interactúa con otros y concurre, aunque sea con su pasividad y su sumisión, a un cierto modo de

ser social. Sin embargo, con el concepto "participación", en cuanto fenómeno analizado por la Sociología y por otras Ciencias Sociales, se intenta evidenciar la implicación de la persona o del grupo en la vida social en formas y modalidades diversas. Se considera a la persona en su condición de sujeto de la vida social, de su organización y de su proyecto. Así mismo (Dávalos, 1997) expresa que “la participación es un proceso que está vinculado a las necesidades y motivaciones de los distintos grupos y sectores, así como la dinámica de las relaciones establecidas entre ellos en distintos momentos, condiciones y espacios, lo que va conformando todo un conjunto de redes que estimulan u obstaculizan procesos participativos”...

## CAPÍTULO III

### 3. METODOLOGÍA

#### 3.1. Enfoque psicológico

Es significativo el emplear un *Enfoque Cognitivo-Conductual*, y así lograr entender cómo se piensa de sí mismo, que es la parte cognitiva; el cómo actúa que es lo conductual y cómo estos cambios le pueden ayudar a sentirse mejor; centrándose en problemas de un momento actual.

##### 3.1.1. Modalidad

Este proyecto aplicado se inscribe en la *Modalidad de Diagnóstico*, al ser este un proceso que proporciona una guía o camino con relación al procedimiento o al enfoque de intervención que sea más adecuado. Las técnicas más implicadas en estos procesos son: las instrucciones (informar sobre las conductas adecuadas), el modelado (hacer demostraciones de las conductas adecuadas), el ensayo conductual (práctica de esas conductas), la retroalimentación y el refuerzo (moldeamiento y mantenimiento de las conductas exhibidas por el sujeto) y las estrategias (tareas o actividades concretas, similares a las entrenadas, para que el sujeto las lleve a cabo en

situaciones reales) que faciliten la generalización de las conductas aprendidas (García Saiz & Gil, 1995), a las que se suman las técnicas vivenciales cuando los entrenamientos son grupales.

### **3.2. Enfoque metodológico**

El desarrollo del proceso de la investigación se basara en el paradigma cualitativo por la presencia de factores que influyen en el fortalecimiento de las habilidades sociales.

Se eligió el paradigma cualitativo porque este centra su atención en comprender los significados que los sujetos infieren a las acciones y conductas sociales. Dicho de otra forma, desde este paradigma se intenta comprender cómo la subjetividad de las personas (motivaciones, predisposiciones, actitudes, etc.) explica su comportamiento en la realidad. A si como también porque los estudios cualitativos permiten comprender las subjetividades de los individuos en su contexto cotidiano o laboral. En este sentido, es “la investigación que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable.” (Taylor y Bodgan, 1986:20). De esta manera, busca ser una alternativa a las explicaciones positivistas de la realidad, centrando su interés en las relaciones de los sujetos en su vida cotidiana, (Anguera, 1986; Montero, 1993).

### **3.3. Diseño**

Para continuar con el desarrollo del proyecto aplicado también nos basaremos en el diseño etnográfico ya que es un método de investigación por el que se aprende el modo de vida de una unidad social concreta; de igual forma este método permite analizar e interpretar la información encontrada en campo, tanto la información verbal como la no verbal, para

comprender lo que hacen, dicen y piensan, además de cómo interpretan su mundo y lo que en él acontece.

Por su parte, Creswell (2005) señala que los diseños etnográficos estudian categorías, temas y patrones referidos a las culturas. El investigador reflexiona sobre ¿Qué cualidades posee el grupo o comunidad que lo(a) distinguen de otros(as)?, ¿Cómo es su estructura?, ¿Qué reglas regulan su operación?, ¿Qué creencias comparten?, ¿Qué patrones de conducta muestran?, ¿Cómo ocurren las interacciones?, ¿Cuáles son sus condiciones de vida, costumbres, mitos y ritos?, ¿Qué procesos son centrales para el grupo o comunidad?, entre otros. (Citado por Hernández, Fernández & Baptista, 2006).

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

Para obtener los datos respectivos del proyecto aplicado se utilizara esencialmente técnicas basadas en el análisis del lenguaje, como grupos de discusión, la historia de vida, y las técnicas de creatividad social. Aquí lo importante no es cuantificar la realidad o distribuirla en clasificaciones, sino comprender y explicar las estructuras latentes de la sociedad, que hacen que los procesos sociales se desarrollen de una forma y no de otra. También para desarrollar este proyecto se utilizara las técnicas de observación participante la cual nos ayudara a percibir lo que sucede a nuestro alrededor utilizando nuestros sentidos de una manera sistemática, esto con el fin de obtener los datos que necesitamos para adelantar nuestra investigación. De igual manera al finalizar los talleres y encuentros con los jóvenes se utilizara como instrumento de recolección de datos la entrevista semi-estructurada para recolectar información y poder determinar en que medida esta propuesta contribuyo a mejorar las habilidades sociales en los jóvenes del grado noveno de la institución educativa san Carlos.

Las preguntas que se realizarán son abiertas; donde el informante podrá expresar sus opiniones, matizar sus respuestas, e incluso desviarse del guión inicial pensado por el investigador cuando se abren temas emergentes que es preciso explorar.

### **3.5. Población y Muestra**

- Población

La población objeto de estudio son los estudiantes del grado noveno de la institución educativa San Carlos específicamente con la jornada de la mañana. El Colegio está situado exactamente en la calle 3ª en el barrio obrero del municipio del Contadero. El grupo elegido está compuesto por 23 estudiantes que oscilan entre las edades de 14 y 15 años respectivamente, de un nivel socio económico bajo.

### 3.6. Plan de trabajo

**Tabla 1**

*Cronograma de actividades*

ACTIVIDAD	MES 1				MES 2				MES 3			
	S 1	S 2	S 3	S 4	S 1	S 2	S 3	S 4	S 1	S 2	S 3	S 4
Diagnóstico y recolección de información												
Análisis de la información suministrada por la comisaria de familia y el coordinador de la I.E. san Carlos del municipio del contadero												
Socialización de la importancia de las habilidades sociales, necesarias para el desarrollo integral de las personas.												
Implementación de estrategias psicosociales de empoderamiento, en los jóvenes del grado noveno												
Socialización de los conceptos de habilidades sociales y empoderamiento a través de recursos didácticos y desarrollo de técnicas que ayuden al fortalecimiento de la empatía, asertividad mediante planificación, control, revisión y evaluación de los mismos.												

Fuente: Elaboración propia.

### **3.7. Consideraciones Éticas**

Se tuvo en cuenta a la hora de desarrollar este proyecto las normas establecidas en el capítulo 16 del código deontológico de la psicología (Colegio colombiano de psicólogos, 2009) las cuales deben basarse en los principios éticos de respeto y dignidad, y resguardar el bienestar y los derechos de los participantes. Dentro de estos principios los responsables de la investigación deben: Ser honestos, en cuanto a la descripción de los hallazgos tal como se encontraron y la evitación del fraude. . Informar a los participantes sobre el propósito de la investigación. Se debe respetar su privacidad. Los participantes tienen derecho a ser protegidos de daño físico y psicológico y a ser tratados con respeto y dignidad. Respetar la elección que haga la persona, si desea o no participar o si desea retirarse en cualquier momento de la investigación. Guardar el anonimato del participante a la hora de presentar los resultados y a que se protejan los registros obtenidos. Utilizar el consentimiento informado el cual deben firmarlo los participantes en la investigación. Se les debe decir en que consiste la investigación, porque se les selecciono para participar en ella, cuánto tiempo y esfuerzo requerirá su participación. Se les especificara claramente que su participación es completamente voluntaria. Que pueden negarse a participar o retirarse de la investigación en cualquier momento sin recibir castigo alguno. Especificar si se va a filmar, grabar o si se les va a observar indirectamente.

## CAPITULO IV

### 4. RESULTADOS

**Tabla 2**

*Resultados o productos esperados*

<b>RESULTADO/PRODUCTO ESPERADO</b>	<b>INDICADOR</b>	<b>BENEFICIARIO</b>
Fortalecimiento de los grupos en las mesas de participación de la juventud, mediante el empoderamiento de habilidades sociales.	N° de jóvenes que participaron en las mesas de la juventud.	Estudiantes grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero.
Apoyar la psicorientación y el desarrollo de habilidades sociales, las cuales incrementan acciones y conductas favorables que permitan que los jóvenes se desenvuelvan eficazmente, en el entorno donde se encuentren.	N° de jóvenes que recibieron la psicorientación sobre el desarrollo de habilidades sociales.	Estudiantes grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero.
Lograr el empoderamiento de las habilidades sociales en los jóvenes del grado noveno, de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero.	N° de jóvenes que lograron el empoderamiento de las habilidades sociales.	Estudiantes grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero.
Lograr que las estrategias psicosociales de empoderamiento promuevan en los estudiantes del grado noveno la construcción de su proyecto de vida.	N° de jóvenes que lograron la construcción de su proyecto de vida.	Estudiantes grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero.

Fuente: Elaboración propia

#### 4.1. Análisis De Resultados

##### 4.1.1. Unidad de análisis

Estudiantes del grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero

##### *Procedimiento*

Fase I, Investigativa y Diagnostica, en esta fase se realizara la investigación respectiva dentro de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero para indagar y conocer

cuáles son las problemáticas presentadas dentro de la institución educativa para posteriormente realizar el diagnóstico respectivo. Fase II, Hallazgos; después de realizar la investigación se procederá a hacer una compilación de todos los hallazgos encontrados para posteriormente iniciar con la implementación de la propuesta de investigación. Fase III, Aplicación de la Propuesta: una vez realizada la propuesta de investigación se procederá a aplicarla a los posibles beneficiarios para posteriormente sacar los resultados y notar el cambio respectivo en cada uno de los estudiantes que fueron objeto de estudio. Fase IV, Sistematización de la Experiencia. Teniendo en cuenta lo anteriormente estipulado sobre las técnicas de recolección de datos se realizó la entrevista semi-estructurada la cual nos ayudó a determinar en qué medida esta propuesta contribuyó a mejorar las habilidades sociales en los jóvenes del grado noveno de la institución educativa San Carlos.

La entrevista estuvo estructurada con 9 ítems los cuales consistían en indagar aspectos relevantes sobre las HHSS y cómo estas contribuyeron a mejorar su calidad de vida; es así que la entrevista fue aplicada inicialmente a cinco jóvenes y algunos informantes claves, y estas personas nos ayudaron a contactar a otros; en total la entrevista se hizo a 15 estudiantes de los 23 estudiantes con los cuales se trabajó, de los cuales 8 fueron hombres y 7 fueron mujeres de edades comprendidas entre 14 y 15 años respectivamente. En este sentido la información obtenida en las entrevistas y en el trabajo de campo, es comparada con los protocolos, para saber sobre qué elementos indagamos, y qué nos quedó faltando o sobre qué sería interesante profundizar. Luego esta información es transcrita y sistematizada para con ella poder construir las diversas categorías y la construcción posterior del conocimiento.

## **4.2. Categoría de análisis**

Al realizar el análisis, se conceptualizaron y clasificaron los acontecimientos, los actos y los resultados, las categorías que emergieron junto con sus relaciones, son las bases con las que se desarrolla la teoría. En el desarrollo del análisis, son muy importantes dos operaciones básicas, el formular preguntas guías y el hacer comparaciones teóricas previas. Las preguntas son un mecanismo para iniciar la indagación y dirigir el muestro teórico, el hacer comparaciones teóricas, es una herramienta para estimular el pensamiento acerca de las propiedades y dimensiones de las categorías; se hace con el propósito de explorar el rango de las dimensiones o las condiciones diversas en las cuales varían las propiedades de conceptos (Strauss y Corbin, 2002:80). En lo que corresponde a la categorización, se comienza con una codificación abierta, en la que se identifican conceptos y se descubren en los datos sus propiedades y dimensiones, esto se hace inicialmente por una cuestión clasificatoria (Strauss y Corbin, 2002:110).

Para el desarrollo de dicho instrumento de recolección de la información se dispusieron como categorías y criterios los que se muestran en el siguiente cuadro:

**Tabla 3**  
*Categorías de Análisis*

<b>Categorías</b>	<b>Criterios</b>
1) Incidencia de las Habilidades sociales	Cambio positivo, Mejoramiento de la felicidad, la salud mental y la salud física, Relaciones sociales positivas, gran influencia en la autoestima y bienestar personal.
2) Áreas facilitadoras	Ambientes de aprendizaje donde les permite a los jóvenes interactuar y dar a conocer puntos de vista frente a una temática determinada, intercambio de información, socialización, expresión de sentimientos y emociones.
3) Espacios de interacción	Espacios específicamente juveniles (formales o institucionales, y los informales); por otra parte, los espacios intergeneracionales (familia, instituciones y equipamientos culturales). Escenarios de esparcimiento (parques y calles), de diversión (fiestas)
4) Habilidades sociales desarrolladas individualmente en el contexto educativo	Manera en que cada uno de los estudiantes manejan sus propias emociones y se relacionan socialmente con sus pares dentro del ámbito escolar, manejo de Comunicación asertiva, cooperación, empatía, resolución de conflictos, toma de decisiones.
5) Habilidades sociales desarrolladas por los estudiantes del grado noveno	Manera en que el grupo de estudiantes manejan de manera adecuada sus opiniones al momento de interactuar con los demás, manejo de Comunicación asertiva, cooperación, empatía, resolución de conflictos, ayuda mutua, trabajo en equipo, objetivos grupales.
6) Logro de objetivos propuestos	Con el desarrollo de las habilidades sociales conseguir que todo lo que se haya propuesto individual y colectivamente se pueda lograr ya sea a corto, mediano y largo plazo.
7) Impacto Causado	Manera como se contribuyo a adquirir, fortalecer y/o mejorar las habilidades sociales.
8) Participación activa dentro de cualquier contexto	A través del empoderamiento de las habilidades sociales lograr la participación activa de los jóvenes en cualquier contexto en el que se encuentren.
9) Contribución de las habilidades sociales para superar los temores	Con el desarrollo de talleres sobre habilidades sociales contribuir a adquirir o mejorar el verdadero significado que tiene el poder expresar lo que sienten frente a los demás, sin temor alguno.

Fuente: Elaboración propia

De esta manera se construyó el instrumento base que se oriento para la recolección de la información reconocida como la entrevista. Su objeto fue el conocer la opinión de los jóvenes seleccionados en relación con los principales tópicos de una investigación y desde esa perspectiva representó la información fundamental para validar los fundamentos hermenéuticos sobre los que se desarrolló la investigación.

### 4.3. Resultados de la entrevista

La información arrojada se construyo a partir de la muestra poblacional sobre las que se ha orientado el enfoque cualitativo de la construcción de la propuesta sobre el empoderamiento de las Habilidades sociales de acuerdo a las categorías y criterios de análisis como se presenta a continuación:

### 4.4. Matriz De Resultados

**Tabla 4**

*Presentación de resultados*

<b>Categorías</b>	<b>Criterios</b>	<b>Resultados</b>
<b>1) Incidencia de las Habilidades sociales</b>	Cambio positivo, mejoramiento de la felicidad, la salud mental y la salud física, relaciones sociales positivas, gran influencia en la autoestima y bienestar personal.	De acuerdo a las opiniones dadas por los jóvenes entrevistados se pudo determinar lo siguiente: que el empoderamiento de las HHSS ha incidido de manera favorable, lo que les ha permitido que ellos adquieran cambios positivos para su normal desarrollo y desenvolvimiento dentro de la sociedad y especialmente dentro del contexto educativo, mejorando notablemente su bienestar personal, su salud mental y física lo que les permitirá gozar de una plena felicidad y a que sean personas autónomas capaces de enfrentar los retos del día a día, logrando consigo la participación activa dentro de las políticas públicas a través de las mesas de participación juvenil.
<b>2) Áreas facilitadoras</b>	Ambientes de aprendizaje donde les permite a los jóvenes interactuar y dar a conocer sus puntos de vista frente a una	En este aspecto los jóvenes han manifestado que las áreas que les permite interactuar y dar sus puntos de vista son ciencias sociales, lenguaje y ética, siendo estas las únicas áreas facilitadoras que de alguna manera contribuyeron a desarrollar las habilidades sociales.

	temática determinada	
<b>3) Espacios de interacción</b>	Espacios específicamente Juveniles intergeneracionales y escenarios de esparcimiento	En este aspecto los entrevistados afirman que los principales espacios de interacción que les permite desarrollar las habilidades sociales son dentro de la institución educativa, dentro de reuniones de amigos, dentro de sus hogares y en sitios de sano esparcimiento como parques y canchas deportivas, lo cual es notorio resaltar que de cierta forma las habilidades sociales han contribuido a incrementar las acciones y conductas favorables y que estas a su vez les permita a los jóvenes desenvolverse eficazmente, en el entorno donde se encuentren.
<b>4) Habilidades sociales desarrolladas individualmente en el contexto educativo</b>	Cada uno de los estudiantes manejan sus propias emociones y se relacionan socialmente con sus pares dentro del ámbito escolar	En este aspecto la mayoría de los entrevistados manifestaron que las habilidades sociales desarrolladas por los estudiantes del grado noveno son facilidad al momento de resolver un conflicto, comunicación asertiva, cooperación, trabajo en equipo, ayuda mutua y objetivos grupales; en este sentido es probable resaltar que el empoderamiento de las HHSS ha permitido que los estudiantes del grado noveno manejen adecuadamente sus opiniones, defiendan sus puntos de vista y respeten la opinión de los demás.
<b>5) Habilidades sociales desarrolladas por los estudiantes del grado noveno</b>	El grupo de estudiantes manejan de manera adecuada sus opiniones	En este ámbito se logro generalizar que el grupo de estudiantes puedan manejar adecuadamente sus opiniones para de esta manera poder desempeñarse en cualquier contexto en el que se encuentren
<b>6) Logro de objetivos propuestos</b>	Conseguir que todo lo que se haya propuesto individual y colectivamente se pueda lograr	Según las opiniones dadas por los entrevistados se puede resumir que gracias al empoderamiento de las HHSS se puede conseguir muchos objetivos y todo aquello que se ha propuesto ya sea individual y colectivamente, inclusive se puede desde ya ir forjando el proyecto de vida; lo que quiere decir que gracias a la implementación de estrategias psicosociales de empoderamiento para fortalecer las habilidades sociales si contribuyo a que los estudiantes beneficiarios de esta propuesta tomen las riendas adecuadas al momento que decidan que hacer con sus vidas en cuanto terminen su etapa escolar.
<b>7) Impacto Causado</b>	Como se contribuyo a adquirir,	En cuanto a este ítem los entrevistados respondieron que con la implementación de estrategias psicosociales sobre las HHSS estas

	fortalecer y/o mejorar las HHSS	causaron un gran impacto ya que para muchos de ellos fue de suma importancia abordar esta temática ya que les permitió conocer y apropiarse de aspectos o temas que no conocían y que al finalizar los encuentros les dejó una gran enseñanza debido a que antes de conocer lo que son las HHSS ellos manifestaban no tener unas buenas relaciones interpersonales, de lo cual se derivaban bastantes problemáticas como es el Bulling, no eran capaces de resolver los conflictos por sí solos, no tomaban sus propias decisiones, se llamaban por sobre nombres, lo que quiere decir que no respetaban a sus compañeros etc., problemas que les impedía surgir en el contexto escolar y nos les permitía salir adelante.
<b>8) Participación activa dentro de cualquier contexto</b>	Lograr la participación activa de los jóvenes	Según las opiniones dadas por los entrevistados en cuanto a este ítem se puede resumir que gracias al empoderamiento de las HHSS se puede lograr la participación activa dentro de cualquier contexto ya sea familiar, social, educativo, regional, comunitario; ya que esta temática fue la base primordial para impulsar a que los jóvenes se vinculen activamente y sean ellos los líderes de sus comunidades.
<b>9) Contribución de las habilidades sociales para superar los temores</b>	Poder expresar lo que sienten frente a los demás, sin temor alguno	En este aspecto la mayoría de los jóvenes entrevistados manifestaron que al adquirir las habilidades sociales estas contribuyeron de manera significativa a superar muchas dificultades ya que para muchos era un suplicio hablar o expresarse frente a los demás por temor a represalias o a que los demás se les burlaran y que gracias a cada una de las actividades realizadas se logró que aquellos jóvenes que tenían esas dificultades superen estos aspectos negativos que les impedía salir a delante y logren consigo adquirir nuevas destrezas que les servirá para toda su vida.

Fuente: Elaboración propia

### *Lo que piensan y opinan los jóvenes*

Aun cuando no se trata de una muestra representativa en el sentido técnico de la palabra, el grupo de jóvenes que respondieron a la entrevista permitieron sacar conclusiones razonables

sobre el empoderamiento de las habilidades sociales en los jóvenes del grado noveno de la institución educativa San Carlos del municipio del Contadero-Nariño.

Por ende las Habilidades sociales en gran medida han contribuido a mejorar diferentes dificultades presentadas por los jóvenes mencionados anteriormente y que a su vez han causado un gran impacto que para muchos ha sido positivo, porque fue notorio el cambio de las conductas inapropiadas que solían presentarse y que ahora se ve reflejado en un comportamiento adecuado y donde prevalece el trabajo en equipo, la comunicación asertiva, la cooperación, la empatía a expresar y defender sus puntos de vista y a respetar las opiniones de los demás y lo más importante es que han aprendido a solucionar los conflictos con dialogo y no a golpes o insultos como solía suceder; de igual forma ellos mencionaron que las HHSS son fundamentales en el proceso educativo ya que estas permiten el desarrollo de un repertorio de acciones y conductas que hacen que los jóvenes se desenvuelvan eficazmente dentro de su contexto escolar, y en la sociedad.

De igual forma los jóvenes expresaron que ellos habían comenzado a utilizar las habilidades sociales adquiridas en el transcurso de las actividades, además de notar un mejor comportamiento, y que las áreas o materias que les permite desarrollar las habilidades sociales son en lenguaje, ciencias sociales y en ética ya que ellos manifestaban que es allí únicamente donde se les brinda los espacios para interactuar y dar a conocer sus puntos de vista, sin embargo no se lograba apreciar de manera general debido a que dichas habilidades sólo eran utilizadas en situaciones específicas (análogas a las situaciones de las actividades) en las que los jóvenes que habían realizado las actividades estaban involucrados, igualmente ellos consideraron en gran medida que esta propuesta de investigación social contribuyo a mejorar algunas falencias que se suscitaban dentro del salón de clase y lo primordial es que les ayudo a enfrentar sus miedos al

hablar en público porque tenían temor a equivocarse y que los demás se les burlaran.

#### **4.5. Resultados de los grupos de Discusión**

Dentro de los grupos de discusión han existido varios elementos que podemos resaltar como resultados presentados, uno de ellos fue lograr mediante el juego organizado de palabras la participación activa, la cooperación y el apoyo mutuo entre compañeros donde al interactuar uno con otro se mostraron una serie de habilidades que permitieron que los jóvenes participaran y se integraran a nivel personal y grupal y entre todos así lograron llegar a un mismo objetivo, de igual forma gracias a los juegos activos como el tingo tango y al descuido realizados dentro de las sesiones con los grupos de estudiantes se logró que ellos ejercieran una ejecución y un protagonismo físico e intelectual, ya que los juegos eran bastante dinámicos que requerían del nivel de compromiso y participación de todos donde se puso en juego cada una de las destrezas que ellos poseían lo cual contribuyó a determinar cuáles eran las habilidades sociales que poseían cada uno de los jóvenes al momento de integrarse con los grupos de trabajo, lo cual nos permitió implementar diferentes estrategias psicosociales en pro del bienestar emocional de todos los estudiantes del grado noveno.

También se pudo determinar la diferencia que existió entre los ensayos conductuales de la primera, segunda y tercera actividad, ya que se evidenciaron menores errores por parte de los jóvenes a la hora del manejo de elementos no verbales (tono de voz, postura, contacto visual). Lo cual estuvo relacionado con el aprendizaje basado en la experiencia previa que se realizó en la primera actividad y con la retroalimentación que los jóvenes hacían de su propia conducta y de la de sus compañeros. En este punto cabe señalar la falta de ampliación en el marco de los ensayos conductuales, ya que para asegurar la generalización, como señala Orviz y Lema (2000) se debe considerar el empleo de situaciones relevantes/múltiples, el entrenamiento con personas

múltiples y/o relevantes, el entrenamiento de personas significativas para ofrecer refuerzo, el entrenamiento en lugares múltiples y el sobre aprendizaje. Para responder a esta deficiencia se recomienda entonces ampliar el alcance de las actividades empleadas pero también se vuelve imprescindible el apoyo del docente en el aula para que se vincule como agente activo para la generalización de las herramientas proporcionadas por las actividades, es decir, que sea él quien de los reforzamientos contingentes, que sirva de modelo, que retroalimente a los jóvenes y que realice el moldeado adecuado en un ambiente natural (en el salón de clases, durante el recreo) y en situaciones reales. Esta tarea la deben cubrir las instituciones educativas, contemplando dentro de su reglamentación y en los manuales de convivencia, estrategias que los docentes deben emplear con su grupo, siendo esto el primer eje que Maldonado (2004) nos señala para la prevención de la violencia escolar.

Otro elemento a resaltar son las respuestas dadas por los jóvenes en las sesiones de debate donde se pudo evidenciar una relación explícita entre la sensación de alegría y seguridad con lo que les gustaría que les dijeran, de igual forma, se evidenció que lo que no les gustaría que les dijeran son comentarios desvalorativos sobre su actuar, sus características físicas y sus resultados. Esto permite pronosticar de manera incipiente, que a mayor empoderamiento de las HHSS mejor será la convivencia escolar y por ende mayor será la sensación de bienestar en los jóvenes.

#### **4.6. Resultados generales**

A manera generalizada se puede describir cada uno de los resultados alcanzado mediante la aplicación de este proyecto que contribuyo al cambio positivo de los jóvenes del grado noveno de la institución educativa San Carlos

- Se logró la vinculación de 15 estudiantes del grado noveno a participar de las mesas de la juventud mediante el empoderamiento de habilidades sociales.
- De igual forma se logró apoyar la psicorientación y el desarrollo de habilidades sociales, las cuales incrementaron acciones y conductas favorables que permitirán que los 23 jóvenes beneficiarios se desenvuelvan eficazmente, en el entorno donde se encuentren.
- Gracias a los encuentros realizados con los 23 jóvenes del grado noveno de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero se pudo lograr la sensibilización frente a una temática de importancia como lo fue el empoderamiento de las HHSS para la aplicación en la vida familiar, escolar y social.
- También se logró que las estrategias psicosociales promuevan en los 23 estudiantes del grado noveno la construcción de su proyecto de vida.
- Se avanzó en conocer el impacto que tiene el saber con claridad el concepto que merecen todos y cada uno de los derechos que como seres humanos tenemos y al mismo tiempo la manera cómo hacer que se respeten y no se vulneren.

De igual manera también se hizo acompañamiento a casos focalizados a estudiantes del grado noveno, para un total de población atendida de diez estudiantes, quienes tiene proceso de restablecimiento de derechos, con quienes se trabaja familia, y orientación desde la intervención clínica, de forma individual, ya que requerían orientación para superar las diferentes dificultades de conducta, angustia, depresión, falta de autoestima, problemas y conflictos con las personas que los rodean. De ahí la importancia de mencionar que el apoyo Psicológico en esta etapa es primordial, ayudando al adolescente a superar y atravesar estos conflictos, a mejorar su bienestar y crear una base sólida para su personalidad futura.

Así mismo se puede evidenciar que los jóvenes ven las críticas como algo negativo, lo que les dificulta la convivencia entre ellos al ser el afrontamiento adecuado hacia las críticas una competencia social necesaria para la interacción con las personas Caballo e Frurtia, (2008). Por todo ello, podemos afirmar que no sólo las familias están involucradas en la formación de los jóvenes en el afrontamiento a las críticas sociales, sino que también lo están las instituciones educativas, donde la labor de los maestros resulta de gran importancia para fortalecer este aprendizaje, dado que es una competencia que está influenciada por elementos culturales.

Respecto a la implementación de las actividades y a los resultados obtenidos en general, cabe enfatizar la facilidad que los jóvenes tenían a la hora de pensar y dar sus puntos de vista o comentarios y acciones, en contraste con sus dificultades para poner en práctica los ensayos de conducta. Estas dificultades se explican con el hecho de que ponerlo en práctica requiere de más procesos cognitivos que solamente comprender la información, tal y como lo sugiere, el aprendizaje se logra cuando se lleva a cabo y se vuelve explícito gracias a que la persona se vuelve consciente de la actividad y el esfuerzo que realiza cuando está aprendiendo algo.

- También se logró la focalización de los jóvenes para la intervención clínica, los cuales fueron remitidos a comisaría de familia y se les realizó el seguimiento respectivo.
- Con la implementación de estrategias psicosociales se logró, la sensibilización frente a las dificultades, así como también a la prevención de consumo de SPA y de esta manera lograr un posible cambio para sus vidas.

#### **4.7. Impacto del Proyecto**

Se fortalecieron los grupos en las mesas de participación de la juventud, mediante el empoderamiento de habilidades sociales y de esta manera lograr un empoderamiento activo en

los diferentes mecanismos de participación de la juventud para beneficio individual y como proyección a una sociedad más equitativa e influyente donde todos se encuentren en la capacidad de aportar sus diferentes puntos de vista en pro de conseguir beneficios colectivos.

De igual forma se espera apoyar la psicorientación y el desarrollo de habilidades sociales, las cuales incrementaran acciones y conductas favorables que permitirán que los jóvenes se desenvuelvan eficazmente, en el entorno donde se encuentren.

También se espera lograr el empoderamiento de las habilidades sociales en los jóvenes del grado noveno, de la institución educativa san Carlos del municipio del contadero, para que ellos posteriormente puedan mejorar su capacidad de escucha, de participación social, de cooperación, de implicación responsable, directa, activa y efectiva, que repercuta en el intercambio de conocimientos y destrezas y así puedan ser entes activos de participación para la sociedad.

De igual manera se espera lograr que las estrategias psicosociales de empoderamiento promuevan en los estudiantes del grado noveno la construcción de su proyecto de vida, lo cual les dará las bases para que ellos estén en la capacidad de decidir que es lo que van hacer con sus vidas después de haber culminado su proceso educativo en la institución educativa san Carlos y sean ellos mismos los forjadores de su propio destino.

## 5. CONCLUSIONES

Las destrezas psicosociales permiten a las personas transformar conocimientos, actitudes y valores en habilidades, es decir, saber “qué hacer y cómo hacerlo”. Son habilidades que les facilitan comportarse en forma saludable, siempre y cuando deseen hacerlo y tengan la oportunidad para ello. Es por esto importante continuar fortaleciendo en los estudiantes las habilidades sociales con el ánimo de consolidar un mejor desarrollo y desempeño en su contexto estudiantil.

Este estudio contribuyó a lograr un empoderamiento activo en los diferentes mecanismo de participación de la juventud para beneficio individual y como proyección a una sociedad más equitativa e influyente donde todos puedan aportar sus diferentes puntos de vista en pro de conseguir beneficios colectivos y sean los jóvenes verdaderos actores estratégicos del desarrollo y sean los facilitadores de un cambio positivo para nuestras comunidades.

El empoderamiento de las Habilidades Sociales ha sido bastante beneficioso porque ha contribuido al cambio positivo de los estudiantes en cuanto a sus actitudes, aptitudes y destrezas que estaban ocultas en cada uno de ellos y que han logrado relucirlas sin temor alguno y les ha permitido ante todo expresar sus sentimientos, opiniones y a defender sus puntos de vista, mientras respetan los derechos de los demás.

Las habilidades sociales que han logrado desarrollar los jóvenes fueron comunicación asertiva, la empatía, la asertividad, escucha activa, la cooperación, el autocontrol y la resolución de conflictos; las cuales van hacer la garantía de unas relaciones e interacciones sociales sanas y satisfactorias.

## 6. RECOMENDACIONES

Incentivar en los estudiantes con desempeño grupal, interacciones entre compañeros, facilitando su espíritu de cooperación, eliminando el abuso (físico, psicológico) entre compañeros.

Detallar de manera clara y concreta las normas y reglas dentro del área de estudio, respetando ideas y pensamientos, creencias, preferencias sociales, etc. Que permitan obtener un desarrollo normal de las habilidades y destrezas sociales, sin limitaciones que lleguen a causar lo contrario.

Realizar en la institución campañas y talleres con temas de inclusión, integración, adaptación y temas referentes a la problemática actual, incluyendo como participantes a los mismos estudiantes, brindando en cada uno de ellos la responsabilidad de ser el protagonista y entender lo que se desea lograr.

Es importante en otra oportunidad trabajar con orientación a padres para que ellos como primeros formadores enfrenten el reto de intervención desde el hogar.

Se recomienda trabajar con los docentes en los procesos de intervención para tener un cambio más significativo desde la vivencia en el aula de clases, con el reconocimiento de estrategias que permitan cambio positivo o favorable con los estudiantes desde el diario vivir en la Institución Educativa, generando una intervención integral con sentido de corresponsabilidad, padres, comunidad educativa y estudiantes.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alsop, R.; Frost Bertelsen, M.; Holland, J. (2006). Empowerment in Practice. From Analysis to Implementation. Recuperado de:

[http://siteresources.worldbank.org/INTEMPowerment/Resources/Empowerment\\_in\\_Practice.pdf](http://siteresources.worldbank.org/INTEMPowerment/Resources/Empowerment_in_Practice.pdf)

Anguera, M. (1986). “La investigación cualitativa”. Revista *Educar*, 10. Disponible en: <http://www.raco.cat/index.php/Educar/article/download/42171/94904>. Recuperado el 3 de octubre de 2018.

Betancourth, S., Zambrano, C., Ceballos, A., Benavides, V. y Villota, N. (2017). Habilidades sociales relacionadas con el proceso de comunicación en una muestra de adolescentes. Revista *Psicoespacios*, , Vol. 11, N.18, pp 133-148. Depto. de Nariño-Pasto., Disponible en: <http://revistas.iue.edu.co/index.php/Psicoespacios>. Recuperado el 4 de Octubre de 2018.

Caballo, V.E. (2007). Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. Madrid: Siglo XXI. Recuperado de: CASALS, Esther y DEFIS, Otilia. Educación infantil y valores. Bilbao editorial desdee de Brouwer. 1994

Colegio colombiano de psicólogos. 2009. código deontológico de la psicología. Disponible en: [www.infopsicologica.com/documentos/2009/Deontologia\\_libro.pdf](http://www.infopsicologica.com/documentos/2009/Deontologia_libro.pdf)

Dávalos, R. (1998). “Desarrollo local y descentralización en el contexto urbano”, Facultad de Filosofía e Historia / Departamento de Sociología, Universidad de La Habana, La Habana.

Erickson, E. (1979). Citado por Casals. *Ibíd.*, 181

Fernández del Valle, J., Herrero, J., Bravo, A. (2000). (Eds.). *Intervención psicosocial y comunitaria. La promoción de la salud y la calidad de vida*. Madrid: Biblioteca Nueva

Gil, F & Torres, M. (2014). *Habilidades sociales: Teoría, investigación e intervención*. Madrid: Síntesis.

Gil, F & Pérez, A. (2009). *Habilidades sociales: Evaluación y tratamiento*. Madrid: Síntesis.

Goleman, D. (2005). *Emotional intelligence U.S.A: Bentam book*.

Hernández C, Fernández-. C. y Baptista L. (2006). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill. México. 4ª Edición. Disponible en: [https://investigar1.files.wordpress.com/2010/05/1033525612-mtis\\_sampieri\\_unidad\\_1-1.pdf](https://investigar1.files.wordpress.com/2010/05/1033525612-mtis_sampieri_unidad_1-1.pdf)

Kelly, J. A. (1990). *Entrenamiento de las habilidades sociales: Guía práctica para intervenciones* (2ª ed.). Bilbao: Desclée de Brouwer

Kelly, J., Snowden, L., y Muñoz, R. (1977). *Social and Community Interventions*. *Annual Review of Psychology*, 28, 323-361.

Larrea, M. (2008). *Pedagogía crítica para procesos de formación en ciudadanía y desarrollo local*. CLACSO, Consejo latinoamericano de ciencias sociales, Buenos aires: *Paulo Freire*

Maldonado, H. (2004). *Convivencia Escolar Ensayos y Experiencias*. Buenos Aires: Lugar Editorial

Martínez, A. E. (2009). *Autoconcepto, motivación académica y estrategias de aprendizaje en estudiantes prosociales y no prosociales de educación secundaria obligatoria*. Tesis Doctoral. Universidad Miguel Hernández. Elche. España

Mayo, C., y La France, M. (1980). Toward an Aplicable Social Psychology. En R. Kidd, y M. Saks (Eds.), *Advances in Applied Social Psychology*. Vol. 1 (pp. 81-96).

Monjas, I. (2002). Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS). Madrid: CEPE.

Morales, M., Benítez, M. y Agustín, D. (2013). Habilidades para la vida (cognitivas y sociales) en adolescentes de una zona rural. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 15(3), 98-113. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15529662007>

Nelson, G., y Prilleltensky, I. (2005). *Community Psychology: In Pursuit of Liberation and Well-Being*. N.Y.: Palgrave Macmillan

Orviz, S. y Lema, M. (2000). Generalización de los efectos del entrenamiento en los programas de habilidades sociales. *Intervención Psicosocial*, 9 (1), 117-126

Pedraza, L; Socarrás, X; Fragozo, A ; y Vergara, M. Caracterización de las habilidades sociales en estudiante de psicología de una universidad pública del Distrito de Santa Marta Tesis Psicológica, vol. 9, núm. 2, julio-diciembre, 2014, pp. 190-201 Fundación Universitaria Los Libertadores Bogotá, Colombia Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/1390/139039784013.pdf>

Pérez Arenas, M.C. (2009). Habilidades sociales en adolescentes institucionalizadas para el afrontamiento a su entorno inmediato. Tesis Doctoral. Universidad de Granada

(PDF) Investigando el empoderamiento juvenil desde y con los jóvenes. La planificación de un proceso de evaluación participativa. Available from: Recuperado de: [https://www.researchgate.net/publication/287748146\\_Investigando\\_el\\_empoderamiento\\_juvenil\\_desde\\_y\\_con\\_los\\_jovenes\\_La\\_planificacion\\_de\\_un\\_proceso\\_de\\_evaluacion\\_participativa](https://www.researchgate.net/publication/287748146_Investigando_el_empoderamiento_juvenil_desde_y_con_los_jovenes_La_planificacion_de_un_proceso_de_evaluacion_participativa) [accessed Septiembre 30 2018].

Prette, & Z.A.P. Prette (2002). Habilidades sociais: Intervenções efetivas em grupo. São Paulo: Casa do Psicólogo, 203-230

Rappaport, J. (1981). In praise of paradox: A social policy of empowerment over prevention. *American Journal of Community Psychology*, 9, 1-21.

Rico; C. (2002). La inteligencia emocional en el trabajo. De Hendrie Weisinger Revista Facultad de Ciencias Económicas: Investigación y Reflexión, vol. X, núm. 2, diciembre, 2002, pp. 101-104 Universidad Militar Nueva Granada Bogotá, Colombia

Roca, E. (2007). Cómo mejorar tus habilidades sociales. Programa de asertividad, autoestima e inteligencia emocional. Valencia: ACDE.

Rueda, J. (1992). La intervención psicosocial. Recuperado de: <http://www.copmadrid.org/webcopm/publicaciones/social/1992/vol1/arti2.htm#n6>

Soler, M. (2017). “Empoderamiento Juvenil y Pedagogía Social” [Monográfico]. Revista Interuniversitaria de Pedagogía Social, nº 30, Tercera Época. Salamanca: Sociedad Iberoamericana de Pedagogía Social (SIPS), Julio- Diciembre de 2017, 224 pp. eISSN: 1989-9742

Redondo, J. (2007). Conducta prosocial, atribuciones causales y rendimiento académico en E.S.O. Tesis Doctoral. Universidad Miguel Hernández. Elche. España.

Zimmerman, M. (2000). Empowerment theory. En J. Rappaport & E. Seidman (Eds). *Handbook of community psychology* (pp. 43-63). New York, NY: Kluwer.

Zimmerman, M. A., & Rappaport, J. (1988). Citizen participation, perceived control and psychological empowerment. *American Journal of Community Psychology*, 16, 725-750.

Weisinger. (1998). La Inteligencia Emocional en el Trabajo. Buenos Aires: Kairós.