



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA
INDOAMÉRICA**

DIRECCIÓN DE POSGRADO

**MAESTRÍA EN EDUCACIÓN MENCIÓN INNOVACIÓN Y
LIDERAZGO EDUCATIVO**

TEMA:

**PROGRAMA INTEGRAL PARA EL DESARROLLO DE LAS
HABILIDADES PARA LA VIDA EN NIÑOS DE BÁSICA MEDIA QUE
ASISTEN AL CENTRO DE APOYO PSICOPEDAGÓGICO AQUA.**

Trabajo de investigación previo a la obtención del título de Magister en
Educación. Mención Innovación y Liderazgo Educativo.

Autor (a)

Garcés Bonilla Diana Carolina

Tutor (a)

Dra. Noemí Suarez Monzón PhD.

AMBATO-ECUADOR

2019

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN
ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TÍTULACIÓN**

Yo, Diana Carolina Garcés Bonilla, declaro ser autor del Trabajo de Investigación con el nombre “Programa integral para el desarrollo de las habilidades para la vida en niños de básica media que asisten al Centro de apoyo psicopedagógico AQUA” como requisito para optar al grado de Magister en Educación, mención Innovación y Liderazgo Educativo y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Ambato, a los.... días del mes de.....de 2019, firmo conforme:

Autor: Diana Carolina Garcés Bonilla

Firma:

Número de Cédula: 1803745148

Dirección: Tungurahua, Ambato, Huachi Chico, La Alborada

Correo Electrónico: dianyta_68@hotmail.com

Teléfono: 0984728582

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “Programa integral para el desarrollo de las habilidades para la vida en niños de básica media que asisten al centro de apoyo psicopedagógico AQUA”, presentado por Diana Carolina Garcés Bonilla, para optar por el Título Magister en Educación, mención Innovación y Liderazgo Educativo.

CERTIFICO

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.

Ambato, Febrero del 2019

.....

PhD. Noemí Suarez Monzón.

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Magister en Educación, mención Innovación y Liderazgo Educativo, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor.

Ambato, Febrero, 2019

.....
Diana Carolina Garcés Bonilla

1803745148

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación, ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: “PROGRAMA INTEGRAL PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES PARA LA VIDA EN NIÑOS DE BÁSICA MEDIA QUE ASISTEN AL CENTRO DE APOYO PSICOPEDAGÓGICO AQUA”, previo a la obtención del Título de Magister en Educación, mención Innovación y Liderazgo Educativo , reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.

Ambato, Febrero del 2019

.....
Dra. Nelly Cobo Castro Mg.

PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

.....
Psi. Edu. Paulina Ruíz López Mg.

EXAMINADORA

DEDICATORIA

Sin dudar ni un segundo, dedico este laborioso trabajo a Dios, quien me ha otorgado las fuerzas en instantes en los que creí desanimarme, pero recurriendo a Él, pude recuperar el amor por lograr mi meta.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por darme todos los recursos para llevar a cabo mi maestría, a mi esposo e hijo quienes han motivado con amor y comprensión la realización de este trabajo, a mis padres que son incondicionales en mi vida, a mi hermano y sobrina pues me inspiran a ser mejor persona, finalmente a mi tía que me consiente con muchos detalles en el día a día.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

APROBACIÓN DEL TUTOR.....	iii
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD.....	iv
APROBACIÓN TRIBUNAL.....	v
DEDICATORIA	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	viii
ÍNDICE DE CUADROS.....	x
RESUMEN EJECUTIVO	xi
ABSTRACT.....	xii
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I.....	10
MARCO TEÓRICO.....	10
Investigaciones en el desarrollo de las habilidades para la vida	10
El aprendizaje en las habilidades sociales:.....	14
Fundamentos teóricos que sustentan las habilidades para la vida.....	18
Modelos y teorías que sustentan a las habilidades para la vida o conocidas también como habilidades sociales	19
Modelo Conductual:.....	19
Teoría de aprendizaje social.....	20
Modelo de Habilidades Cognitivas de Solución de Problemas Interpersonales	22
Origen de las Habilidades para la Vida.....	24
Conceptualización de las Habilidades para la Vida	25
Otras formas de designar y definir a las habilidades para la vida: habilidades sociales, conducta prosocial.....	27
Las Habilidades para la vida según la clasificación de OMS	33
Programa de desarrollo integral	37
Definición.....	37
Estrategias que son parte de un programa.....	37
CAPÍTULO II	40
DISEÑO METODOLÓGICO	40
Paradigma, modalidad y tipo de investigación	40

Etapa de elaboración del programa:	42
En esta fase la investigación es propositiva	42
Procedimiento para la búsqueda y procesamiento de los datos del diagnóstico del problema.....	42
Operacionalización de variables	43
Resultados del diagnóstico de la situación actual de las habilidades para la vida .	52
CAPÍTULO III.....	70
PROPUESTA.....	70
TÍTULO DE LA PROPUESTA:.....	70
Definición y justificación.....	70
Objetivos	71
Elementos que conforman la propuesta:	72
Evaluación del programa en la práctica	130
Resultados de la valoración por especialistas	133
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	135
BIBLIOGRAFÍA.....	137
ANEXOS.....	143

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1 Variable Dependiente: Habilidades para la vida	44
Cuadro N° 2 Variable independiente: Programa Integral	49
Cuadro N° 3 Entrevista a padres de los niños de tareas dirigidas de AQUA	54
Cuadro N° 4 En relación al autoconocimiento	56
Cuadro N° 5 En relación a la comunicación asertiva	57
Cuadro N° 6 En relación a la toma de decisiones.....	58
Cuadro N° 7 En relación al pensamiento creativo	59
Cuadro N° 8 En relación al manejo de emociones y sentimientos	60
Cuadro N° 9 En relación a la empatía	61
Cuadro N° 10 En relación a las relaciones interpersonales	62
Cuadro N° 11 En relación a la solución de problemas y conflictos.	63
Cuadro N° 12 En relación al pensamiento crítico.....	64
Cuadro N° 13 En relación al manejo de tensiones y estrés	65

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
DIRECCIÓN DE POSGRADO
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN MENCIÓN INNOVACIÓN Y
LIDERAZGO EDUCATIVO**

**TEMA: PROGRAMA INTEGRAL PARA EL DESARROLLO DE LAS
HABILIDADES PARA LA VIDA EN NIÑOS DE BÁSICA MEDIA QUE
ASISTEN AL CENTRO DE APOYO PSICOPEDAGÓGICO AQUA**

AUTOR: Diana Carolina Garcés Bonilla

TUTOR: Noemí Suárez Monzón PhD

Resumen Ejecutivo

La investigación tiene la intención de validar por especialistas un programa integral que permita a la población infantil de 9 a 11 años desarrollar Habilidades para la Vida que les faculte pensar, sentirse y actuar mejor en el entorno, esta propuesta surge ante la necesidad de contribuir con la salud mental de la escolaridad, tomando en cuenta que en el diagnóstico realizado a los niños que asisten al servicio de tareas dirigidas del Centro AQUA se detectaron pocas habilidades socioemocionales. Para esto se utilizó una metodología de tipo cualitativa, en la cual se incluyeron la revisión de las políticas educativas así como de investigaciones aplicadas en otros contextos acerca del tema escogido. El estudio diagnóstico se lo hizo con instrumentos como la ficha de observación que contenía indicadores específicos para valorar con qué frecuencia aparecían las Habilidades para la Vida en cada niño, el registro anecdótico y la entrevista a los padres, lo cual facilitó la recolección de información. La revisión de la literatura sobre el tema desarrollado, las sugerencias dadas por los padres, y la experiencia de la autora permitieron crear un programa integral dinámico, que despliegue en los participantes destrezas necesarias que resulten factores protectores de su salud mental. En cuanto a las principales conclusiones, se identifican; la factibilidad de la propuesta respaldada por los criterios de especialistas y la necesidad de llevarlo a la práctica ante las carencias que se encuentran sobre todo tomando en cuenta que el desarrollo integral de los niños, es la base para que vivan felices y equipados cognitivamente, emocional y socialmente en un entorno en el que gran parte del tiempo se presentan crisis que deben superarse exitosamente.

Palabras claves: desarrollo, Habilidades para la Vida, programa integral.

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
DIRECCIÓN DE POSGRADO
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN MENCIÓN INNOVACIÓN Y
LIDERAZGO EDUCATIVO**

**THEME: INTEGRAL PROGRAM FOR THE DEVELOPMENT OF LIFE
SKILLS IN BASIC EDUCATION CHILDREN WHO ATTEND AT AQUA
PSYCHOPEDAGOGICAL SUPPORT CENTER**

AUTHOR: Diana Carolina Garcés Bonilla

TUTOR: Noemí Suárez Monzón PhD

ABSTRACT

This research intends to conduct a validation by specialists of an integral program that allows the children population between the ages of nine to eleven years old to develop Life Skills to empower them to think, feel and behave better in their surroundings. This proposal was developed due to the need to support to the mental health of schooling by taking into account that the results from diagnostic evaluations of children attending the directed activities program at AQUA Center, which identified just a few socio-emotional skills. In this regard, a qualitative method was used which included the review of education policies as well as of research studies applied in other similar contexts to the topic. The diagnostic study was conducted using instruments such as an observation form containing specific indicators to evaluate the frequency of Life Skills shown in each child, an anecdotal record, and the parents' interview. All of these instruments opened up the data collection. The literature review, the suggestions given by parents, and the author's expertise helped in the creation of a dynamic integral program this endows participants with the necessary skills that build protective factors for their mental health. The main conclusions establish proposal's feasibility which is supported by the experts' views and the need to put this into practice due to the existing deficits. Also considering that the integral development of children is essential for them to live happily and cognitively, emotionally and socially prepared in an environment in which a great deal of time there are crises that should be overcome successfully.

Keywords: Development, integral program, life skills

INTRODUCCIÓN

El presente proyecto se encuentra enfocado en la línea de innovación y sub línea de aprendizaje puesto que pretende diseñar un programa integral para desarrollar en niños de básica media que asisten al Centro psicopedagógico AQUA las Habilidades para la Vida. Estas engloban las esferas cognitiva, emocional y social, por lo que aportan de manera integral herramientas útiles que favorecen el crecimiento personal y el buen enfrentamiento a las distintas circunstancias de vida.

Aspectos tales como la violencia, el maltrato, el racismo, el odio, la delincuencia acompañados con poca o ninguna habilidad para resolver problemas, son conflictos que se dan en la sociedad y se los detecta en los reportes que los medios de comunicación dan alrededor del mundo. Esto ha dado paso a investigaciones que buscan aportar con soluciones a las problemáticas existentes.

La Organización mundial de la Salud lanzó su Iniciativa Internacional hace dos décadas proponiendo incluir la enseñanza de 10 Habilidades para la Vida (HpV) en la educación. Autoconocimiento, empatía, comunicación asertiva, relaciones interpersonales, toma de decisiones, manejo de problemas y conflictos, pensamiento creativo, pensamiento crítico, manejo de emociones y sentimientos, manejo de tensión y estrés OMS 1993 (citado en Martínez, 2014) lo cual tuvo como consecuencia varios estudios al respecto, en distintas regiones del mundo.

De acuerdo con Mantilla, Oviedo, Hernandez y Hakspiel (2015) estas habilidades son recursos útiles porque ayudan a que las personas tengan buenas relaciones tanto con los demás como consigo mismo, lo cual permite que se alcancen mayores índices de bienestar. Los autores indican además que una vez que se desarrollan pasan a ser factores que protegen la mente de las personas ante problemas o dificultades que se desencadenan en la vida, ya que permiten un enfrentamiento positivo a las adversidades, evitando afectaciones graves en la salud mental.

Uno de los Organismos que se ha interesado en la temática de las HpV o también difundida en otras regiones como habilidades socio-emocionales es la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) que al realizar una investigación analítica encontró que identifican prometedores caminos de acceso al desarrollo social y emocional efectivo. Dichos caminos incluyen, el fortalecimiento de las relaciones entre los educadores y los niños, entendiéndose que los educadores no sólo son los maestros, sino también los padres quienes son los encargados de guiar diariamente y además extender el aprendizaje impartido en las instituciones (UNESCO, 2016).

Parafraseando la cita anterior se resaltaría que el desarrollo emocional y social depende de varios factores importantes, uno de ellos es el establecimiento de relaciones sanas con el entorno, para lo cual se necesita equipamiento interno, herramientas que faciliten el contacto positivo con los demás, y esas destrezas son las HpV.

Por la importancia de la temática la misma ha sido objeto de estudio a nivel mundial gracias al aporte emitido por la OMS dos décadas atrás, tras analizar los beneficios que acarrea el ocuparse en el particular y hacer algo por contribuir al mismo, es así que en una reunión ministerial de la OCDE sobre Habilidades para el progreso social celebrada en San Pablo, Brasil, el 23 y 24 de marzo de 2014 se trató el tema y se preguntó a varios políticos que se encontraban en el lugar, ¿cuáles serían las habilidades que impulsen el bienestar y el progreso social?.

Esta interrogante hizo que los participantes se dieran cuenta de la necesidad que deben cubrir, lo cual se logrará apoyando a que los niños sean estimulados de forma integral, dotándolos de una serie equilibrada de habilidades cognitivas, sociales y emocionales que les permitan enfrentar los desafíos de una época moderna que los bombardea constantemente de información OCDE (citado en UNESCO, 2016).

Y precisamente lo expuesto en el párrafo anterior lleva a pensar cómo es que se podría lograr el desarrollo de “un niño completo” sin tener que fragmentarlo o verlo como un ente que únicamente absorbe conocimiento para producir, comercializar y lograr poder, olvidando lo valioso del verdadero crecimiento integral. La respuesta podría venir de buscar apoyo en el sistema educativo analizando qué es lo que verdaderamente persigue éste.

Hay autores que hablan de que la educación en el continente americano “vive una emergencia educativa dado que la ciencia y la técnica han sido expuestas exclusivamente al servicio de los mercados, con los únicos criterios de eficacia, rentabilidad y lo funcional” CELAM 2007 (Citado en Sepúlveda y otros, 2013, p. 310). Esto invita a pensar sobre una educación que está preocupada mayormente por formar individuos que busquen crecimiento económico y desde este punto ayuden al progreso de su país y el mundo, olvidando lo socioemocional.

Visto así, se puede concluir que se está fragmentando al sujeto al concebirlo únicamente como un instrumento para lograr prosperidad financiera, científica, laboral; pero no se está ayudando a que posea riqueza emocional y social y es aquí donde es preciso trabajar. Ocuparse por favorecer el despliegue de los factores protectores internos desde temprana edad, ayudaría a contribuir a que la población maneje recursos internos que faciliten la sana convivencia en la sociedad donde se desarrollan. Estos recursos se promueven, instruyen, enseñan y modelan.

Actualmente en el Ecuador la educación es un tema de considerable interés, el país desde el año 2008 ha dado grandes cambios en este aspecto. La preparación académica de sus beneficiarios es considerada como uno de los elementos más importantes para el desarrollo de la nación, así lo confirma su actual Constitución en el Art. 27 donde se habla sobre la educación y que la misma se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico. Esto quiere decir su progreso total, entendemos que tanto su desarrollo físico, psicológico, emocional, social, moral y ético son importantes.

El artículo 66 establece el derecho a una vida digna, y la calidad de vida se enmarca en el Plan Nacional de Desarrollo, Toda una vida (2017). Esto ampara la preocupación por desplegar las HPV en las personas y particularmente en niños, tomando en cuenta que prepararlos desde edades tempranas podría resultar sustancial para alcanzar esa existencia digna y plena, la misma que involucra bienestar integral.

La política 1.4 por la que se trabaja para cumplir con el objetivo 1 sobre garantizar una vida digna con iguales oportunidades para todas las personas del plan Nacional de Desarrollo, Toda una vida, garantiza el desarrollo infantil integral a través de estimular las capacidades de los niños y niñas, considerando los contextos territoriales, la interculturalidad, el género y las discapacidades.

El objetivo 1 del mencionado Plan, ampara el propósito de la presente investigación, puesto que este, demanda la garantía de salud de manera inclusiva e intercultural, poniendo énfasis en algunos aspectos entre los que está la salud mental. Es por ello que las HpV necesitan ser formadas en el hogar y consolidadas en los espacios educativos, para que puedan ser factores protectores de la psique. Las barreras o las grandes cruzadas muchas veces no están afuera sino en el interior del sujeto, con una vida psíquica pobre y desértica, sin habilidades o recursos para superar esas brechas.

La Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI) establece, en el artículo 6, literal h) del Capítulo II, como una de las obligaciones del Estado “Erradicar todas las formas de violencia en el sistema educativo y velar por la integridad física, psicológica y sexual de los integrantes de las instituciones educativas, con particular énfasis en las y los estudiantes” (LOEI, 2012). Según la intencionalidad del artículo se diría que al ser una de las obligaciones del gobierno acabar con todo tipo de violencia en las instituciones educativas y velar por los estudiantes cuidando su integridad, se necesita la erradicación de este tipo de situaciones. Sin embargo, se entiende que prepararlos para combatir sabiamente dichas circunstancias se requiere de un entrenamiento en HpV.

Asimismo, en el artículo 2, literal t) refiere la promoción de una “Cultura de paz y solución de conflictos. El ejercicio del derecho a la educación debe orientarse a construir una sociedad justa, una cultura de paz y no violencia, para la prevención, tratamiento y resolución pacífica de conflictos, en todos los espacios de la vida personal, escolar, familiar y social” (LOEI, 2012). En este se exige que los contenidos educativos centren su acción en las personas y sus derechos, en esos contenidos se articulan las habilidades para la vida, que ayudan a formar una mente hábil y solucionadora de conflictos a través de la paz, respeto, dignidad y justicia que son los valores que promueve el Estado.

En conformidad con todas las políticas nacionales antes expuestas, la Autoridad Educativa Nacional decide fortalecer el desarrollo integral de los estudiantes al reformar la carga horaria de los mismos con una nueva asignatura llamada Desarrollo Humano Integral, que busca educar cinco de las diez habilidades: empatía, autoconocimiento, manejo de emociones, resolución de conflictos y toma de decisiones, dando cumplimiento al Acuerdo Ministerial No. MINEDUC-2018-00089-A (Ministerio de Educación, 2018)

Pasando al tema de los estudios encontrados a nivel internacional se encuentra una investigación realizada por la OCDE (citada en Unesco, 2016) indica que:

Los niños y los adolescentes necesitan habilidades cognitivas sociales y emocionales en dosis equilibradas para poder tener éxito en la vida moderna. Se ha demostrado que las habilidades cognitivas, incluyendo las medidas a través de pruebas de aptitud y calificaciones académicas, influyen en la posibilidad del éxito educativo y laboral de las personas. También predicen resultados más amplios como la salud percibida y la participación social y política, así como la confianza. A su vez, las habilidades sociales y emocionales, como la perseverancia, la sociabilidad y la autoestima, han demostrado tener influencia sobre numerosas mediciones de logros sociales, incluyendo una mejor salud, un mejor bienestar subjetivo y menores posibilidades de tener problemas de conducta. (p.5)

Es decir que si aumentan los deciles de habilidades cognitivas, sociales y emocionales mejoraría el desempeño de las personas, puesto que contribuiría con la formación integral y le brindaría mejores oportunidades de vida, incluso se habla de menores probabilidades de caer en comportamientos disruptivos cuando hay equilibrio en cada área.

Sepúlveda (2013) afirma que “juega un papel importante la educación centrada en el desarrollo humano, para la consolidación del proyecto social que los países necesitan. La educación no puede centrarse únicamente en la instrucción en un campo de conocimiento o en una ciencia” (p.310). Este estudioso haciendo referencia a su país dice que es primordial repensar la formación humana de los colombianos, la cual debe ser entendida como un proceso sistemático que involucra no sólo al sistema educativo, sino a los demás entes sociales como la familia, la religión, entre otros.

El investigador para dar solidez a su criterio cita el informe Delors de 1996 para referirse a los cuatro pilares de la educación a lo largo de la vida del ser humano: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos, y aprender a ser. Indica además que los sistemas educativos formales de su país y de muchas partes del mundo dan preferencia a la cantidad de conocimientos, en detrimento de la formación integral de la persona, por lo que insiste en ver a la educación como un todo integrador, es decir no perdiendo de vista a las esferas emocionales y sociales.

Lo investigado permite comprender que la idea de educar en el desarrollo de las habilidades para la vida se convierte en una necesidad que se debe satisfacer, pues haría muy bien a la población beneficiada.

En estudios regionales se encontró que Chile es otro de los países que se interesó en el tema de las HpV por lo que se ocupó en realizar intervenciones que promuevan salud mental en los estudiantes, considerando la relación que existe entre educación y equilibrio mental.

Desde el año 1998, en Chile se ejecuta el Programa Habilidades para la Vida, implementado en instituciones municipales y particulares. Es un programa nacional que cuenta con el apoyo del gobierno, por lo que se lo considera como la respuesta pública y estructurada de promoción y prevención en salud mental (Leiva, et al., 2015).

Las referencias a nivel local sobre el objeto de estudio, indican estudios de grado de la carrera de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato, los cuales han desarrollado sus proyectos de investigación con temas sobre habilidades sociales e inteligencia emocional. (Repositorio Digital Universidad Técnica de Ambato, 2014).

Específicamente Jerez (2017) en un estudio local efectuado en una institución educativa de la ciudad de Ambato, determinó que pese a que las habilidades socioafectivas contribuyen en el comportamiento adaptativo de los estudiantes, las mismas no son estimuladas en el ambiente escolar, dando lugar a agresiones verbales entre ellos, escasa comunicación entre estudiantes y docentes, pobre comunicación asertiva, falta de compañerismo.

Recomiendan a los educadores trabajar en que los chicos desarrollen: autocontrol, empatía, autoconocimiento, comunicación asertiva, para mejorar la convivencia escolar armónica.

Las investigaciones demuestran el interés por el tema, pues hay un amplio material de estudio, procedente de varias regiones del mundo indicando el interés por el asunto dada su contribución al desarrollo personal. La mayor parte de las aportaciones provenía de Chile y Colombia en artículos indexados que enfatizan en la definición de salud mental dada por la OMS y a partir de esta las HPV y las ventajas de desarrollarlas en los niños desde edades tempranas ya que influían en su buen desempeño escolar.

Comprendiendo la importancia del tema es que se direccionó la investigación en HpV en los niños que asisten al servicio de tareas dirigidas que oferta el Centro de apoyo psicológico y psicopedagógico AQUA en el Cantón Ambato. La observación sistemática a los niños de sus conductas habituales han mostrado en un 70% dificultad para resolver conflictos, tendencia a centrarse en los problemas, e ignorar soluciones, escasas habilidades para establecer relaciones interpersonales positivas, facilidad para ofuscarse ante una aparente amenaza del entorno, bajo dominio de sus emociones así como dificultad para comunicarse de forma asertiva.

Planteamiento del problema

¿Cómo contribuir a desarrollar las HpV en el Centro de apoyo Psicológico y Psicopedagógico AQUA?

Objeto: Las HpV

Campo: Programa integral con estrategias y actividades para el desarrollo de las HpV

Objetivos

Objetivo General:

Valorar por especialistas el programa integral que contribuye a desarrollar las Habilidades para la Vida, en niños de básica media que asisten al Centro de apoyo psicológico y psicopedagógico AQUA.

Objetivo Específico:

Fundamentar teóricamente las habilidades para la vida así como el programa integral que contiene las estrategias y actividades que se proponen para desarrollarlas.

Definir el nivel de habilidades para la vida que poseen los niños que asisten al Centro psicológico y psicopedagógico AQUA.

Proponer un programa integral que contribuya desarrollar las Habilidades para la Vida en los niños que asisten al Centro psicológico y psicopedagógico AQUA.

Evaluar por especialistas el programa integral que busca desplegar en los niños las HpV.

Idea a defender

Las Habilidades para la Vida se desarrollan con un programa integral que incluye aspectos cognitivos, emocionales y sociales en los niños del Centro AQUA.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

Investigaciones en el desarrollo de las habilidades para la vida

En este estudio se han tenido en cuenta las diferentes contribuciones de investigadores en los contextos internacionales, regionales y nacionales. Una de las indagaciones que tiene un aporte significativo es el de Aulas felices, el mismo es un programa español que busca ser un aporte a la comunidad educativa al dar herramientas que impulsen el crecimiento personal de niños, niñas, jóvenes y adultos. Sus autores Arguís, Bolsas, Hernández y Salvador (2012) quienes se basaron en los aportes de la psicología positiva para documentar el libro en el que se hallan variadas actividades que pueden ser aplicadas para lograr lo propuesto.

El programa centró sus aplicaciones en las fortalezas personales y la atención plena, “ofrece unas 300 actividades, sugerencias metodológicas y propuestas generales de actuación. Está dirigido al alumnado de 3 a 18 años” (Bisquera y Hernández, 2017, p.60). Toma en cuenta las evidencias científicas que posee el estudio de las fortalezas personales que sale de los aportes de la psicología positiva la cual expone que para alcanzar una vida tranquila conviene desarrollar rasgos, virtudes, recursos que favorezcan a las emociones positivas para que en consecuencia existan niveles óptimos de salud mental, emocional y social, es decir un bienestar integral.

El tema de las fortalezas surge desde 1999 y cobra mayor impulso gracias a los aportes de Peterson y Seligman que inspiraron a un grupo de investigadores para

que se propusieran crear un inventario de las mismas después de realizar una laboriosa investigación acerca de recursos positivos universales que sean aceptados por los sujetos independientemente de sus creencias y prácticas sociales y culturales. Para poder establecer estos recursos los estudiosos analizaron las tradiciones de las religiones más conocidas en el mundo, así se nombran al confucianismo y taoísmo, relacionadas con la China, por el sur de Asia escogieron al budismo e hinduismo, y en Grecia a las costumbres judías-cristianas e islámicas Peterson y Park (como se citó en Arguís, Bolsas, Hernández y Salvador, 2012).

Después de aquella extensa investigación concluyeron que a pesar de las variadas formas de ver y concebir la vida de las distintas culturas analizadas hay recursos generales en el mundo que permiten un diario vivir feliz, a los cuales denominaron virtudes. Las mismas son: sabiduría y conocimiento, coraje, humanidad, justicia, moderación, trascendencia. Peterson y Park (citados en Arguís et al., 2012). De estas virtudes se desglosaron 24 fortalezas personales con el fin de hacerlas ejecutables en programas que las impulsen.

Vale la pena resaltar el valor de esta investigación, puesto que permite al lector comprender que, alrededor de mundo las personas que luchan por vivir mejor, poseen equipamiento interno, esto significa que tienen prácticas que alimentan su psique, lo que les faculta mejores estilos de vida. Este tipo de estudios se convierten en antecedentes que impulsen principalmente a quienes están al frente de instituciones educativas y centros de apoyo psicológico a promover aquellas fortalezas desde edades tempranas, en las que hay menor rigidez mental, mayor humildad y apertura al conocimiento.

Es así como se determinan las 24 fortalezas, que al igual que las Habilidades para la Vida propuestas por la clasificación de la OMS 1993 (como se citó en Martínez, 2014) buscan mejora en los sujetos que logran adquirirlas, inclusive algunas llevan el mismo nombre, como se constatará al describirlas a continuación.

Clasificación de las virtudes y fortalezas personales de Peterson y Seligman 2004 (citados en Arguís et al., 2012)

1. Sabiduría y conocimiento: son fortalezas cognitivas que promueven la interiorización y práctica de los saberes. Aquí se incluyen: creatividad, curiosidad, apertura mental, amor por el aprendizaje, perspectiva.
2. Coraje: se la vincula con fortalezas emocionales las cuales deben desarrollarse, para que a través del ejercicio de la voluntad se logren el cumplimiento de metas y propósitos personales, así como la superación de crisis vitales. Dentro de esta virtud están: valentía, perseverancia, integridad, vitalidad.
3. Humanidad: fortalezas interpersonales, estas son aquellas que permiten socializar de forma sana con los demás y ofrecer apoyo, cariño, comunicación en tono amable, acompañamiento en los problemas, de esta forma se logran relaciones estables a lo largo del tiempo. Incluyen al amor, la amabilidad y la inteligencia social.
4. Justicia: se refieren a fortalezas cívicas que ayudan a que las personas vivan respetuosamente en la comunidad a la que pertenecen. En esta virtud se citan: a ciudadanía, sentido de la justicia, liderazgo.
5. Moderación: son fortalezas que se convierten en factores protectores contra pensamientos, emociones o actos negativos, perjudiciales y nocivos, incluyen: capacidad de perdonar, modestia, prudencia, autocontrol.
6. Trascendencia: aquí se habla de las fortalezas que motivan el contacto con lo divino o sobre natural, otorgando la posibilidad de darle a la vida un significado diferente, yendo más allá del materialismo, se citan a la capacidad para apreciar la belleza y la excelencia, la gratitud, la esperanza, el sentido del humor, la espiritualidad.

El desarrollo de éstas 24 fortalezas potencia el crecimiento personal influyendo en su formación integral (cognitivo, emocional, social, espiritual) permitiendo la adquisición de estilos de vida saludables que no solo se caractericen por la

ausencia de patologías psicológicas sino que además abren puertas a una vida más feliz y por consecuencia con formas de socialización placenteras.

También la obra española desarrollada por Rosales, Caparrós, Alonso y Molina (2013) es un manual que tiene como objetivo ofrecer a sus usuarios herramientas para el entrenamiento de habilidades que facilitan el contacto social. Entre los investigadores que los autores han citado por haberlas estudiado y a partir de ello creado programas están:

Álvarez, Pillado y otros que ofertan una guía práctica para trabajar con niños de 3 a 6 años en el desarrollo de las capacidades sociales.

Vicente Caballo y su plan de evaluación en habilidades sociales.

Larry Michelson: y las habilidades sociales en la infancia. Miguel ángel Verdugo: con programas conductuales con variadas alternativas.

Inés Monjas: PEHIS (Programa de enseñanza de habilidades de interacción social)

De los autores mencionados se escogió el proyecto PEHIS de Monjas (citado en Rosales, Caparrós, Alonso y Molina, 2013) para describirlo, con la intención de documentar lo que persiguen estas intervenciones.

El programa tiene un enfoque cognitivo conductual, se ajusta a un sistema ordenado de procedimientos para estimular y lograr que los niños, niñas y adolescentes adquieran las habilidades sociales a través de personas valiosas de su entorno, quienes son sus padres, hermanos, compañeros y los profesores (Rosales et al., 2013).

La autora agrupa en seis áreas distintas:

1. Habilidades básicas de interacción social: aquí se prepara al niño para que pueda sonreír, saludar, presentarse ante las personas, hacer favores, ser cortés, afable.
2. Habilidades para hacer amigos: expresar comentarios agradables y respetuosos, lograr unirse al juego con sus pares, cooperar, compartir, disfrutar de las actividades.

3. Habilidades conversacionales: poder iniciar, mantener y cerrar diálogos.
4. Habilidades relacionadas con los sentimientos y emociones: desarrollar un dialogo interno favorecedor, no punitivo ni pesimista, lo cual tranquiliza y ayuda a la expresión de emociones y a la capacidad de recibirlas del entorno, defender los propios derechos y opiniones.
5. Habilidades para afrontar y resolver problemas interpersonales: se enseña a identificar problemas a buscar soluciones y antes de ejecutarlas analizar sus posibles consecuencias.
6. Habilidades para relacionarse con adultos: mostrar amabilidad y respeto con el adulto, saber conversar con él y conocer cómo hacerle peticiones.

El programa antes descrito en áreas, contiene el desarrollo de habilidades cognitivas, emocionales y sociales.

El aprendizaje en las habilidades sociales:

Monjas (citado en Rosales, Caparrós, Alonso y Molina, 2013) expone en su programa de enseñanza de habilidades de interacción social que las mismas se aprenden al igual que otras conductas a través de los siguientes elementos:

- **Instrucción verbal, dialogo y discusión:** aquí se busca que el niño sepa la definición o conceptualización de la habilidad que va a aprender, por supuesto debe explicarse acorde a la edad evitando ambigüedades que confundan, gracias a esto puede absorber la importancia que tiene y la razón de aplicarla tanto en su vida como con otras personas y situaciones.
- **Modelado:** esta labor está a cargo de personas hábiles socialmente, por lo que compete a maestros y a niños que presenten estas capacidades. Se trata de que determinadas personas modelen en lo posible ejemplos reales de contactos interpersonales para que quienes los observen aprendan y se motiven a reproducirlas.
- **Práctica:** después de haber aprendido el concepto y la importancia de determinada habilidad es hora de practicarla, se lo hace a través de dramatizaciones que parten de situaciones ensayadas, simuladas y de

situaciones naturales que se aprovechan oportunamente para estimular y reforzar la habilidad. Todo esto se hace en función de incorporar al repertorio conductual de cada niño.

- **Feedback y reforzamiento:** una vez que los niños hayan realizado el rol playing el educador y los pares pueden dar retroalimentación al que lo ensayó para reforzar la habilidad trabajada.
- **Tareas:** esto implica practicar las conductas que favorecen la sana socialización fuera del contexto educativo.

Programas como el citado se convierten en aspectos estratégicos para lograr el entrenamiento de las habilidades presentadas en este estudio al abordar las esferas: cognitiva, emocional y social. Se concluye que llevan el nombre de habilidad para la vida pues aluden a un término global que incluye dichas áreas y como se describe en el plan antes expuesto pretende por medio de actividades activarlas y desarrollarlas en base a la instrucción verbal, modelado, práctica, reforzamiento o retroalimentación y tareas, ésta última muy importante ya que para que cualquier intervención tenga éxito es elemental que lo aprendido a lo largo de los talleres o sesiones, se emplee en la vida cotidiana.

En cuanto a estudios regionales se encontró una intervención realizada en Chile la misma se efectuó desde un enfoque preventivo en salud mental para niños y niñas del primer ciclo de enseñanza básica, el cual estuvo a cargo de: Leiva, George, Antivilo, Squicciarini, Simonsohn, Vargas, y Guzmán (2012)

Tomaron como base el marco conceptual del programa Habilidades para la Vida, partiendo de la creencia de que en la escuela, además de los conocimientos que se imparten normalmente, deben cumplirse prácticas preventivas que detecten niños en riesgo emocional y social, para otorgarles la oportunidad de mejorar a través de programas con fines terapéuticos.

Desde el año 1998 en Chile se lleva a cabo el Programa Habilidades para la Vida, efectuado en escuelas municipales y particulares, se lo realiza en 2

modalidades: desde el nivel parvulario hasta cuarto de básica que se llama HpV I y desde quinto al octavo corresponde al HpV II. En el programa HpV I que es el desarrollado en este estudio participan niños y niñas entre 6 y 9 años, el propósito a corto plazo, es elevar el rendimiento académico, los niveles de aprendizaje, y disminuir la pérdida de año y la deserción de estudios. Mientras que a largo plazo, se busca luchar contra la tendencia a la depresión, suicidio, adicciones, conductas agresivas logrando dosis elevadas de bienestar, desarrollando competencias personales y pensamientos que otorguen esperanza de vida (Leiva et al., 2015).

El trabajo tuvo como objetivo evaluar y detectar niños en riesgo, para esto los desarrolladores utilizaron dos instrumentos: TOCA-RR administrado a los maestros de los estudiantes y el PSC que es contestado por los progenitores de los evaluados. El estudio indica que la población que requería asistir al programa fue identificada en primer año, y en el siguiente fueron invitados a participar de un taller preventivo, cumpliendo así con la meta del programa que es detectar a niños que puedan desarrollar patologías ulteriores e intervenir a tiempo.

La intervención consistió en un taller de 15 sesiones: 10 sesiones regulares de 2 horas con los niños y niñas, 3 sesiones con los padres y 2 sesiones con los profesores, tuvo una duración de aproximadamente 3 meses y fue implementado por los equipos profesionales del programa.

Gracias a la valoración se pudo determinar si presentaban una diferencia pre-post intervención en las variables: “atención concentración, logros cognitivos, aceptación de la autoridad, nivel de actividad, contacto social, madurez emocional y disfunción psicosocial; esto según intensidad de asistencia a la intervención de niños y niñas, de los padres y de los profesores” (Leiva et al., 2015, p. 31). Los resultados mostraron cambios beneficiosos en todas las variables y en aquel grupo cuyo profesor asistió al menos a una sesión del taller. Además se explica que la asistencia de los chicos influía en la asistencia de los padres y profesores.

Lo expuesto en el párrafo anterior invita a reflexionar sobre la implicación directa y colaboradora que deben tener todos los involucrados en la educación de los niños, ya que según indican los datos arrojados de este estudio el que los padres y maestros participen de actividades junto con ellos marca significativamente su mejora integral.

Los países que han logrado implementar programas que buscan bienestar mental en la población estudiantil a partir del llamado que hizo la OMS en el 1993 (como se citó en Martínez, 2014) permiten a sus estudiantes beneficiarse de una educación holística ya que además de lo académico, como exponen los ejecutores de este proyecto poner énfasis en el desarrollo de habilidades y competencias socioemocionales y de resolución de problemas, constituye otorgar factores protectores de la salud mental.

En lo concerniente a estudios nacionales se encontró una tesis de Cabrera (2012) cuyo objetivo fue determinar el nivel de desarrollo de las habilidades sociales ya que existían muchas dificultades debido a la forma de relacionarse con compañeros, profesores y familiares. La metodología que se ocupó fue mixta, ya que combinó procedimientos tanto cualitativos como cuantitativos para la obtención y análisis de información.

De acuerdo a lo leído corresponde a una investigación no experimental, ya que la desarrolladora explica que no se recurrió a la manipulación de las variables, así como tampoco al control de la muestra seleccionada. Es transversal ya que la recolección de datos se había realizado en un único momento y en base a esa información fueron hechos los resultados. La muestra fue no probabilística. Los instrumentos que se ocuparon para evaluar fueron la lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein y el Test de Asertividad de Rathus (Cabrera, 2012).

En los resultados se encuentra deficiencia en el desarrollo de habilidades sociales así como en el nivel de asertividad. Se concluyó que las habilidades en

donde se halla menor nivel de desarrollo están en el área social a la hora de interactuar con los demás, esto es para iniciar una conversación y mantenerla de forma positiva a través de palabras agradables o educadas; también en el manejo de emociones lo cual implica autocontrolarse y evitar conductas agresivas, aquí es importante la tolerancia a la frustración así como saber enfrentar el fracaso.

Además se encontró que los participantes presentan en su mayoría un nivel bajo de asertividad, que es la capacidad de expresar lo que piensan y sienten de forma calmada valorando sus derechos y el de los demás. Se señala conjuntamente que hubo quienes poseían un nivel aceptable; de manera que, en el grupo explorado no siempre manifestaban conductas desadaptativas, pues existían momentos de interrelación social en donde podían dirigir su comportamiento asertivamente, finalmente se resalta que esto depende enteramente de la motivación que sientan en sus diferentes entornos (Cabrera, 2012).

Este estudio trabajó con una población adolescente, la misma que presentó dificultades para socializar de forma habilidosa, principalmente por la falta de asertividad, producto de comportamientos impulsivos y con bajo dominio propio, si bien la adolescencia es un periodo que se caracteriza por presentar conductas impulsivas, rebeldes y desafiantes, el poseer recursos y habilidades de vida mejoraría el enfrentamiento a cada etapa de vida, obteniendo bienestar personal y también social, promover el desarrollo de habilidades sociales desde tempranas edades fomentaría una convivencia pacífica, lo cual sería una ganancia para la sociedad ecuatoriana en la que los índices de violencia son cada vez más alarmantes.

Fundamentos teóricos que sustentan las habilidades para la vida

El que la OMS 1993 (como se citó en Martínez, 2014) haya lanzado su campaña sobre las 10 habilidades para la vida con la intención de que se las implementara en la educación de niños y adolescentes, facilita relacionarla con teorías que hablen del aprendizaje, ya que para adquirir o desarrollar dichas habilidades se requiere de entrenamiento en las mismas.

La enseñanza de las habilidades sociales se fundamenta en la capacidad de aprender que tiene todo sujeto, por lo que la intervención se dirige a provocar cambios en su manera de interactuar y responder al medio externo Feuerstein, Rand y Hoffman, 1979 (citado en Lacunza, 2012).

Antes de redactar las teorías en las que se apoya el tema de esta investigación, se considera relevante con la intención de evitar cualquier confusión, enfatizar sobre las variadas formas de conocer o llamar a las Habilidades para la Vida, pues hay estudiosos como Amaral et al., (2015) que consideran que éstas y las habilidades sociales pueden utilizarse con el mismo significado, a razón de que se refieren a tipos similares de destrezas a desarrollar.

Modelos y teorías que sustentan a las habilidades para la vida o conocidas también como habilidades sociales

Modelo Conductual:

Para Rodríguez (2015) el modelo conductual es la corriente que a su criterio ha dado mayor aportación metodológica para el despliegue de las habilidades sociales. Basándose en que la conducta viene a ser una consecuencia del aprendizaje que se da en el entorno donde crece y se desenvuelve el sujeto.

Es así que “Los conductistas definen el aprendizaje como la adquisición de nuevas conductas o comportamientos. Este proceso se halla representado por un reflejo condicionado, es decir, por la relación asociada que existe entre la respuesta y un estímulo que la provoca” (Rodríguez, 2015, p. 146).

Tomando como referencia estas citas se puede decir que el entrenamiento de las habilidades sociales parte de la idea conductista de que el ambiente puede estimular el aprendizaje de estos comportamientos, y es por ello que se hace factible el propósito de instruirlos ya sea en los contextos escolares o en lugares interesados en potenciar dichas capacidades que promueven formas sanas de relacionarse con los demás, lo cual se puede lograr a través de planes de

intervención. El modelo conductual permitiría valorar los cambios positivos que se pudieran dar en la esfera social al poder observarlos, medirlos y reforzarlos.

Para el enfoque conductista es importante concentrarse en el estudio del comportamiento observable para poder controlarlo así como predecirlo. El objetivo es lograr una conducta específica. Por lo tanto si un niño está expuesto a un determinado repertorio de estímulos pro-sociales que antes no los había conocido, va a adquirirlos y al reproducirlos, demostrará que los ha aprendido.

Teoría de aprendizaje social

Teoría propuesta por Albert Bandura la misma expone que el funcionamiento psicológico se concibe a partir de la interacción entre factores personales y ambientales, esto impulsó al investigador a teorizar sobre el aprendizaje por observación al mismo que se lo define como el proceso fundamental que necesita el ser humano Myers 2006,2011 (citado en Rodríguez, 2015).

Esa así que para Bandura la imitación se da sin que intervenga algún refuerzo, los niños pueden observar determinado acto y luego reproducirlo, lo cual inclusive como explica el autor se requiere para el desarrollo humano ya que gracias a esto se van adquiriendo una serie de conductas funcionales que favorecen la sobrevivencia así como la adaptabilidad al entorno.

La imitación no necesita de estar condicionada por algún premio para ser asimilada y repetida simplemente se da como parte del repertorio de actos que el sujeto va guardando para ocuparlos cuando sea necesario. Por ejemplo un niño que observa que hay que poner seguro en la puerta de entrada de la casa para evitar que un ladrón ingrese a robar, copiará ese acto para sentirse más seguro.

Bandura distingue el aprendizaje observacional de la imitación, porque no nos limitamos a imitar la conducta ajena, a la manera de los monos, si no que por el contrario extraemos reglas generales acerca del modo de actuar sobre el ambiente y las ponemos en práctica cuando suponemos que con ellas podemos obtener

resultados deseados. Bandura tuvo muy en cuenta el papel de las expectativas de éxito o de fracaso, su teoría de la autosuficiencia o creencias de un individuo acerca de la posibilidad de actuar eficazmente para alcanzar lo que quiere. Bandura (citado en Rodríguez, 2015, p.147)

Esta cita argumenta el componente cognitivo que tiene la teoría del autor antes citado ya que las personas reproducen ciertas conductas por el agrado, satisfacción o bienestar que les generan, y a partir de esto van formándose las ideas. Las creencias que una persona tenga acerca de algo determinarán su comportamiento, a su vez los sucesos que hayan acontecido a lo largo de la vida pueden forjar a las mismas, es así que como explica Bandura (citado en Rodríguez, 2015) se extraen reglas generales acerca del modo de actuar sobre el ambiente tomando en cuenta las expectativas de éxito o de fracaso.

En resumen se diría que, la conducta tiene influencia de factores de origen externo, pero a la vez las personas pueden manejar su comportamiento cuando se proponen metas que al visualizarlas les ayudaría a prever las posibles consecuencias que se podrían dar, y esto procede de su capacidad de pensar lo cual atañe a cuestiones internas basadas en procesos psicológicos.

Con relación a lo expuesto es importante argumentar que las habilidades para la vida sugieren el desarrollo de pensamiento crítico, creativo, capaz de dar paso a soluciones ideales, inteligentes y beneficiosas para controlar emociones.

En base a la teoría del aprendizaje social se darían principios que permiten estructurar el entrenamiento en habilidades sociales.

Por lo que Rodríguez (2015) expone:

- Es importante conocer qué conductas nos demanda cada situación.
- Tener la oportunidad de observar y ejecutarlas en otras personas, sería como una forma de modelamiento.

- Recibir retroalimentación acerca de lo positivo o no de la ejecución.
- Los logros alcanzados y las respuestas aprendidas deben convertirse en un hábito, es decir formar parte del repertorio conductual de una persona, lo cual se convierte en una señal de que el aprendizaje se ha llevado con éxito, al guardarse en el equipaje interior.

Modelo de Habilidades Cognitivas de Solución de Problemas Interpersonales

A continuación se expondrá de qué se trata este modelo y el apoyo teórico que brinda a las habilidades para la vida.

Las bases fundamentales según Spivack y Shure 1970 (como se citó en Rodríguez, 2015) son:

- Entre un conflicto social y la reacción de una persona existen los mediadores cognitivos.
- Los mediadores son herramientas que deben ser identificados y valorados.
- Una vez que se los identifica hay que determinar si la persona logra o no un buen nivel al poner en práctica las herramientas, si fracasa significa que no es competente socialmente.
- Las herramientas pueden aprenderse a través de un proceso de entrenamiento.

En las habilidades para la vida se incluyen algunas de tipo cognitivo: autoconocimiento, pensamiento creativo, pensamiento crítico, capacidad para resolver problemas por lo que los programas que pretendan potenciarlas pueden tomar como base a este modelo teórico que expone la importancia de mediadores cognitivos para alcanzar un comportamiento socialmente competente.

Según los autores Spivack y Shure 1970 (como se citó en Rodríguez, 2015) existen seis mediadores cognitivos que muestran niveles de importancia de acuerdo a la edad o desarrollo evolutivo de la persona, estos son:

1. Pensamiento de solución alternativa: se refiere a la habilidad que posee un sujeto para inventar varias formas de resolver un asunto, es decir que ante una dificultad genera múltiples soluciones lo cual le ayuda a tener mayores oportunidades de éxito pues si la elegida no le funciona tiene muchas más para ponerlas en práctica, en el caso de que solo tuviera una o dos, podría traer angustia al agotársele los medios para sobrellevar la crisis, aquí se incluiría la capacidad para ser creativo puesto que se buscaría la mejor solución que resuelva el problema.
2. Pensamiento consecuente: se trata de una habilidad complementaria y posterior al pensamiento de solución alternativa ya que permite antes de ejecutar, valorar las ventajas y desventajas de cada opción que se posee para resolver o elegir algo.
3. Pensamiento causal: es la capacidad de analizar la simultaneidad, es decir que con este tipo de pensamiento se logra establecer una relación en el tiempo entre dos eventos sociales, dando lugar a la realización de un análisis de las cosas que suceden para evitar caer en interpretaciones inadecuadas de las causas que motivaron el problema desencadenado.
4. Sensibilidad interpersonal: se refiere a la percepción de la existencia de un problema, si alguien sabe captar los componentes de una dificultad interpersonal en mejores condiciones estará para resolverlo. Para llegar a este punto el sujeto previamente debió haber interiorizado que el discurso, la expresión facial, el lenguaje corporal son indicadores o reveladores de lo que ocurre en los demás.
5. Pensamiento medios-fines: dentro del campo de los problemas interpersonales es la capacidad para planificar las actuaciones requeridas para lograr una meta social. Esto significa que la persona se crea un esquema previo a la interacción con los demás, en su mente están las

posibilidades que tiene para lograr socializar de forma agradable y correcta.

6. Toma de perspectiva: tiene que ver con la capacidad para reconocer que cada persona puede ver determinado problema o situación desde enfoques diferentes. Integrar las perspectivas de los demás al concepto propio es importante pues guarda relación directa con la empatía, que permite ponerse en el lugar del otro.

Estos mediadores cognitivos, favorecen la relación social a través de cultivar formas de pensamientos: solucionadores de conflictos que buscan generar variadas alternativas ante los mismos. Consecuentes al promover la importancia de medir los resultados de los actos antes de llevarlos a cabo, causales al valorar y analizar lo que origina y lo que ocasionan ciertos eventos sociales, planificadores puesto que establecen esquemas con anticipación, de cómo resolver los asuntos paso a paso hasta cumplir con lo planteado. Perceptivos al promover un estado de alerta e identificación de problemáticas sociales para estar en ventaja para solucionarlos, flexibles pues valoran los puntos de vista de otras personas ante determinadas situaciones, para integrarlos al modelo personal y facilitar de esta manera comportamientos empáticos.

Esto indudablemente respalda la importancia de la adquisición de recursos que permitan enfrentar las problemáticas sociales desde esquemas mentales más maduros, sanos y equilibrados. Si uno lee detenidamente los dos últimos párrafos se da cuenta que los mediadores cognitivos que los autores proponen contienen implícita y explícitamente a las Habilidades para la Vida propuestas por la OMS 1993 (como se citó en Martínez 2014).

Origen de las Habilidades para la Vida.

El término habilidades para la vida (HpV) según Martínez (2014) surge antes de 1990 con los programas que la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la

Organización Panamericana de la Salud (OPS) realizaron interesados en aportar estilos de vida óptimos para sus beneficiarios los cuales tenían como finalidad evitar que las personas caigan en comportamientos peligrosos: ira desenfrenada, baja autoestima, socialización negativa, inicio temprano en uso y abuso de tabaco, alcohol y marihuana, conductas sexuales de alto riesgo entre otras.

Los Organismos Internacionales fueron dándose cuenta que las habilidades cognitivas, emocionales y sociales que se gestaban en los programas constituían el corazón del progreso humano por lo que fueron establecidas como el enfoque de Habilidades para la Vida, con lo cual se pudo promoverlas con la intención de mejorar la salud, impulsando a que se las aplique en diversas situaciones de la vida y en la generación de políticas públicas (Martínez, 2014).

Tras la determinación de las HpV como un enfoque y tomando en cuenta que dichas capacidades son elementales para el crecimiento personal, en el año de 1993 la OMS lanzó su propuesta internacional impulsando la inclusión de diez habilidades en las escuelas, las mismas que estaban orientadas a preparar a niñas, niños y adolescentes para hacer frente a los retos de un mundo competitivo y cambiante (Mantilla-Uribe et al., 2016).

Por lo expuesto en las citas anteriores se entiende que las HpV nacen producto de un afán por promover conductas positivas que prevengan patologías o conductas nocivas, con el pasar del tiempo se decide llevar esta tremenda iniciativa al sistema educativo, desde donde es más fácil educar para que la población logre vivir de forma equilibrada y con bienestar, apuntando a la prevención antes que al tratamiento de trastornos o desórdenes mentales y sociales.

Conceptualización de las Habilidades para la Vida

A continuación se expondrán algunas definiciones sobre habilidades para la vida, con la intención de comprenderlas desde la visión de algunos exponentes

logrando ampliar la información del tema con lo cual se puede tomar decisiones teóricas más adecuadas que permitan la operacionalización de la solución que se propone.

Una conceptualización dice que son: un conjunto de destrezas psicosociales que facultan a las personas para que sobrelleven con éxito las exigencias y los desafíos del diario vivir Mantilla (como se citó en López y Hernández, 2013). Este criterio ratifica la importancia de impulsar dichas competencias ya que a lo largo de la existencia es inevitable que se presenten adversidades ante las cuales poner en marcha recursos saludables se convierte en algo imprescindible para no afectar la salud en todos sus ámbitos.

Otra definición las considera como un grupo de habilidades que permiten a las personas comportarse de forma competente con los que interactúan diariamente así como en las situaciones de la vida cotidiana, para que en consecuencia se generen conductas saludables; también permiten a los individuos tomar conciencia de que pueden y deben controlar y dirigir sus vidas Choque-Larrauri y Chirinos-Cáceres 2009 (citados en Morales, Benítez y Agustín, 2013).

Si se examina los dos párrafos anteriores se puede identificar que en las definiciones que se dan, los investigadores coinciden en que la adquisición de dichas habilidades contribuye a que los sujetos respondan con éxito ante las variadas y difíciles situaciones que se pueden presentar en la vida, así mismo se resalta que al practicarlas se logra buena socialización con el entorno.

Continuando, Amaral, Pinto, Bezerra de Medeiros y Robson (2015) indican:

Consisten en el desarrollo de las habilidades psicosociales necesarias para experimentar una realidad con la calidad de vida. En general, se considera que las habilidades sociales y habilidades para la vida pueden utilizarse con el mismo significado, porque se refieren a tipos similares de destrezas a desplegar. (p.19)

Argumentando las citas expuestas se diría que las habilidades para la vida son competencias psicosociales que ayudan a resolver con ingenio las distintas

experiencias cargadas de retos y problemas que se pueden presentar a lo largo de la vida, son imprescindibles si se desea cuidar la psique y evitar crisis emocionales que con el tiempo pueden llegar a convertirse en patologías que afectan gravemente no solo al sujeto que las padece sino al entorno en el que se desenvuelve, pues como se ha reiterado a lo largo de esta investigación las personas no viven aisladas pues al ser sujetos colectivos se desenvuelven en grupos que les demandan comportamientos aptos socialmente.

Es elemental poner énfasis en que las HpV pueden ser llamadas o conocidas también como habilidades psicosociales y que el significado puede ser igual para ambos casos, en otros contextos se las conoce como conductas prosociales, esto se da por el hecho de que hay varias designaciones o formas de rotularlas y porque además buscan desplegar destrezas parecidas.

Otras formas de designar y definir a las habilidades para la vida: habilidades sociales, conducta prosocial.

Se hace necesario definir y encontrar las relaciones que aluden a terminologías como: destreza, capacidad o habilidad social y también a lo relacionado con la conducta prosocial.

El término Habilidades Sociales fue difundido en Oxford, Inglaterra, por Argyle y otros. El origen del movimiento de las habilidades sociales se atribuye a menudo a Salter 1949 (citado por Caballo, 1996) que promueve técnicas para aumentar la expresividad verbal y facial. En 1958, Wolpe utilizó por primera vez el término “conducta asertiva”, refiriéndose a la expresión de sentimientos negativos y defensa de los propios derechos. Caballo 1996 (como se citó en Amaral et al., 2015, p.18)

El término habilidades sociales ha sido un tema de interés desde la antigüedad, sin embargo su expansión según se explica tiene inicio en Europa, específicamente en Inglaterra de la mano de Argyle y otros estudiosos, pero como

movimiento surge con Salter que se propuso establecer técnicas que favorezcan la capacidad de socializar al ocuparse de aspectos relacionados con la expresión verbal y gestual.

Es importante aclarar que pese a que las habilidades sociales, llevan este nombre, eso no las limita a una sólo esfera, en este caso a lo social, pues las mismas involucran otros componentes. Estas herramientas que favorecen las relaciones sociales incluyen también la posibilidad de desarrollar comunicación asertiva, resolución de problemas interpersonales, cooperación, expresión correcta de emociones y defensa de los propios derechos Del Prette y Del Prette 1999 (como se citó en Amaral et al., 2015). Por lo tanto de acuerdo a lo que los investigadores mencionan, las destrezas descritas contienen varias áreas o esferas como lo cognitivo y emocional que se convierten en aliados a la hora de interactuar de forma habilidosa en el entorno.

Para Pérez (2014) Las habilidades sociales son capacidades que una vez asimiladas o interiorizadas en los sujetos forman parte de su repertorio de comportamientos y hacen que las personas se desenvuelvan adecuadamente en lo social. Las cataloga como complejas ya que están compuestas o respaldadas por ideas, creencias, valores y emociones que son consecuencia tanto del aprendizaje como de la experiencia.

Se puede comprender según lo que explica la cita anterior que las habilidades sociales son aprendidas y por tanto pueden ser enseñadas y educadas en diversos contextos, tanto escolares como familiares. Se exhorta además a tomar en cuenta el desarrollo de este conjunto de capacidades puesto que se las considera esenciales para la adaptación adecuada al entorno, contribuyen a un mejor estilo de vida en sociedad.

La deficiencia en las herramientas sociales provoca sufrimiento debido a que los seres humanos están rodeados de personas al vivir en comunidad, es parte de nuestra naturaleza interactuar con otros, por ello saber hacer amigos, tratarlos

bien, cuidarlos y respetarlos favorece mantener relaciones positivas, lo mismo incluye al ámbito familiar en donde también se requieren destrezas para forjar vínculos sanos los cuales se estructuran desde tempranas edades y es algo imprescindible para una vida con ajuste emocional.

Pérez (2014) explica que estas capacidades presentan los siguientes puntos clave:

- Las personas no nacen con ellas se adquieren a través del aprendizaje.
- Son recíprocas por naturaleza.
- Incluye el lenguaje analógico y digital.
- Están influenciadas por el reforzamiento social positivo y negativo, es decir que ciertas habilidades sociales se repiten cuando quienes las operan interpretan que obtuvieron alguna gratificación del entorno o a su vez eliminan alguna conducta que no ayudó a la correcta socialización.
- Formadas por un conjunto de actitudes, ideas, opiniones, creencias, sentimientos y valores.
- Afectan el autoconcepto y autoestima, ya que las consecuencias de las relaciones sociales los aumentan o disminuyen y como un ciclo dependiendo de esto se dan las conductas positivas o negativas en el entorno en que se desenvuelven las personas.
- Necesarias para el desarrollo integral de los individuos.

Esto ratifica el interés de desarrollar estas destrezas, y más tomando en cuenta que los individuos no nacen con herramientas que los ayuden a socializar de forma correcta, educar a la población desde tempranas edades ayudaría a cultivar un pensamiento sano, con ideas progresistas y optimistas, con flexibilidad para reemplazar creencias nocivas que pueden convertirse en comportamientos innecesarios y dañinos a la hora de compartir en sociedad por creencias saludables que favorezcan un entorno de paz, pero para llegar a este punto hay que educar, educar para la vida.

Otra forma de conocer o nombrar al conjunto de habilidades de las que se ha estado hablando es conducta prosocial.

Benson, Scales, Hamilton y Sesma 2006 (citados en Auné, Blum, Abal, Lozzia, Horacio, 2014) piensan que los comportamientos prosociales vienen a ser los esfuerzos que un individuo hace por brindar apoyo físico y emocional a otra persona, considerándolos respuestas sensibles, empáticas y voluntarias que se realizan para proteger, apoyar y ayudar a otros.

A continuación se darán definiciones que de acuerdo a los autores, algunas demandan de muchos requisitos para ser calificadas como conductas prosociales, mientras que otras no exigen parámetros estrictos para que puedan considerarse como tales.

Un ejemplo es la definición de Olivar 1998 (como se citó en Auné et al., 2014) el teórico comprende a la conducta prosocial únicamente como aquel comportamiento que favorece a otra persona y aumenta la probabilidad de generar un vínculo positivo, de apoyo y solidaridad. Salvaguardando la identidad e iniciativa de los sujetos o grupos implicados. La motivación para ayudar está centrada exclusivamente en el otro.

En este sentido por un lado Olivar da a entender que la conducta prosocial es únicamente aquella que desde su intención de ejecución encierra una motivación altruista que se centra más en el otro que en el sí mismo, pues busca bienestar ajeno antes que propio, lo que da lugar a relaciones cálidas y amenas, sin embargo este punto de vista se considera difícil que pueda darse, debido a la tendencia que existe en el ser humano de actuar únicamente en función de ganancias individualistas y hasta cierto punto egoístas.

Por otro lado, hay quienes son menos exigentes a la hora de concebir a una conducta como prosocial. Es así que González Portal 2000 (como se citó en Auné et al., 2014) delimita el término de forma más global y sencilla, ya que califica a toda conducta social como positiva ya sea que esta contenga o no una motivación altruista. Para él, el término de conducta prosocial surgió, precisamente, como respuesta o solución para modificar la rigidez del concepto altruista, muy

vinculado desde su apareamiento a un criterio motivacional específico. Esta definición se preocupa más en la acción que en su motivación.

Garaigordobil y Fagoaga 2006 (citados en Vásquez, 2017) coinciden con lo expuesto por González Portal, ya que para ellos la conducta prosocial es entendida como cualquier acto positivo que tenga o no motivación altruista.

Si el altruismo busca hacer el bien sin necesidad de obtener provecho propio, la motivación no altruista, podría entenderse como el comportamiento que necesariamente desea reciprocidad ante lo que se le pueda ofrecer. Para ampliar esta reflexión se expone un estudio que profundiza sobre este punto interesante que puede darse a la hora de relacionarse con otros.

Vásquez (2017) en su indagación para descubrir las manifestaciones de las conductas prosociales de los niños para el diseño e implementación de una estrategia psicopedagógica trabajó con algunas de ellas: ayuda y cooperación y las conceptualizó; se cita lo anterior con el interés de señalar la diferencia que este autor le da a la cooperación con respecto de la capacidad de ayudar, lo cual ampliara y permitirá comprender de mejor forma lo descrito en los párrafos anteriores en relación a la conducta prosocial.

Señala que la ayuda es la ejecución de un hecho que pretende mejorar el bienestar de otra persona desinteresadamente, mientras que la cooperación es considerada una situación recíproca, en la que los objetivos de los individuos participantes se afectan a tal punto que cada uno puede alcanzar su meta únicamente cuando los otros logran alcanzar las suyas.

Estas definiciones dan paso a asumir que cada vez que se presente la ocasión de ayudar a alguien ésta se puede convertir en una oportunidad para desarrollar un comportamiento altruista, ya que en la relación de ayuda no necesariamente va a existir una ganancia personal, simplemente puede salir beneficiado el otro y no el que brinda la ayuda.

En el trabajo colaborativo siempre va a existir una ganancia propia pues se trabaja por un objetivo común. Para que un acto se considere como cooperativo “Tiene que existir una reciprocidad; si no existe esta, no se puede hablar de cooperación, se hablaría entonces de ayuda” Carreras et al., 1996 (como se citó en Vásquez, 2017, p.283).

Al desarrollar un comportamiento altruista las habilidades sociales se darían de forma natural y espontánea cumpliéndose los requisitos propios de una correcta socialización que entre muchos aspectos pretende sobre todo ser cordial, amable, favorecedora. El mundo necesita de sujetos con capacidad de ayudar, sin estrictamente pretender una ganancia secundaria, al hablar de esto surge la idea de mencionar a la benignidad, una virtud sin la cual difícilmente se llevaría a cabo el altruismo.

A lo anterior es importante añadir que establecer con claridad si un comportamiento es prosocial porque tiene o no un genuino interés altruista es un aspecto que puede ser objeto de polémica y de un exceso de subjetividad. Lo esencial sobre esto sería, recalcar lo beneficioso de tomar conciencia que accionar conductas prosociales fomenta una convivencia pacífica, el reto en todo caso estaría en todos los involucrados e interesados en la educación de seres humanos compasivos, benignos, empáticos, que actúen íntegramente al reflexionar por sí mismos, cuál es el rol que deben desenvolver, pero para llegar a este punto, se necesita un proceso en el que existan mentores que muestren conductas adecuadas que hablen por sí solas, y que además las impulsen en los diversos contextos.

Un buen inicio es ir sembrando en quienes están alrededor la idea de que más importante que los resultados obtenidos después de un acto altruista, es la motivación que precedió lo realmente elemental, pues si se lo realizó desde un interés benigno, sin egoísmo, no es relevante lo otro sino la verdadera intención con la cual se impulsó dicho comportamiento.

Después de haber analizado varias definiciones sobre la temática de esta investigación parece acertado exponer las características que delimitan este concepto, basado en la explicación que hacen Rosales, Caparrós, Alonso y Molina (2013) cuando dicen:

Las habilidades sociales son:

- a) Conductas que se interiorizan a través del aprendizaje.
- b) Tienen elementos motores que se relacionan con lo que se hace, emocionales y afectivos referidos a lo que se siente, cognitivos vinculados con lo que se piensa y comunicativos que es lo que se expresa.
- c) Ciertas circunstancias desencadenan estas respuestas sociales específicas.
- d) Se dan en los entornos en los que se socializa, es decir son conductas que siempre están en relación con otros individuos.

Las Habilidades para la vida según la clasificación de OMS

La misma OMS 1993 (como se citó en Martínez,2014) comprende que para afrontar la vida de forma eficiente, sana y equilibrada se necesitan de muchas destrezas y capacidades, sin embargo agrupa diez de ellas al entenderlas como básicas para hacer frente a los retos que pueden sobrevenirse en el mundo actual.

Estas habilidades propuestas por la OSM 1993 (como se citó en Martínez, 2014, p. 67) son:

- Autoconocimiento: como su nombre lo explica demanda conocimiento de sí mismo, en cuanto al carácter, fortalezas, oportunidades que se tengan, además de actitudes, valores, gustos y disgustos. Permite saber que hay en el mundo interno propio, lo que favorece y lo que complica un estilo de vida saludable y libre de ataduras.

- Comunicación asertiva: exponer de forma clara y en tono amable al contexto y la cultura, en cuanto a lo que se siente, piensa o necesita.

- Toma de decisiones: buscar varias opciones y elegir la mejor basándose en las necesidades, capacidades y criterios que se tiene, saber analizar las posibles consecuencias de las decisiones antes de ejecutarlas, esto en relación no sólo en lo que respecta a la vida propia sino también en la ajena.

- Pensamiento creativo: aquí se pone en juego el uso tanto del hemisferio derecho como del izquierdo, tomando en cuenta que se fomenta el uso de la razón y de la “pasión” pudiendo ser creativos en la solución de problemas, analizando las cosas desde perspectivas diferentes, además de tener el gusto por innovar, y ser originales.

- Manejo de emociones y sentimientos: aprender a controlar las emociones, reflexionando acerca de que esto permite forjar relaciones sanas tanto con el entorno como con el sí mismo.

- Empatía: entender lo que le ocurre al otro, ponerse en su lugar y de ser posible sufrir juntos.

- Relaciones interpersonales: ser capaz de entablar relaciones con otros y lograr mantenerlas a lo largo de tiempo, implica discernir entre quienes aportan a la vida de forma positiva y quienes impiden el crecimiento personal, si esto ocurre saber poner límites en este punto.

- Solución de problemas y conflictos: ver en la crisis una oportunidad de aprendizaje.

- Pensamiento crítico: aprender a cuestionarse y a cuestionar a otros de forma razonada, para lo cual se necesita investigar y así no aceptar las cosas de forma

crédula, tampoco pelear por algo sin sentido o por mero capricho o inflexibilidad. Ser capaz de llegar a conclusiones propias sobre la realidad.

- Manejo de tensiones y estrés: capacidad para identificar oportunamente las fuentes de tensión y estrés en la vida cotidiana, saber manejarlas para poder eliminarlas o neutralizarlas sabiendo cómo relajarse.

Al analizar las capacidades descritas anteriormente se halla sentido de por qué llevan el nombre de habilidades para la vida, pues ofrecen recursos y herramientas para quienes las desarrollen, prometiendo ser de gran ayuda a la hora de enfrentar crisis, problemas, dificultades o simplemente situaciones que requieren ciertas destrezas para vivir con bienestar psíquico, emocional y espiritual.

Los tipos de habilidades encajan algunas en el plano cognitivo: autoconocimiento, comunicación asertiva, toma de decisiones, pensamiento creativo; solución de problemas, pensamiento crítico; otras pueden insertarse en lo relacionado al plano emocional: dominio de sentimientos, empatía, manejo de estrés, y por último en el área social estarían las relaciones interpersonales.

El término HpV suena como abarcador, hasta cierto punto holístico una razón que respalda esta reflexión se halla en lo que expone Pérez de la barrera (2012) cuando resalta que el desarrollo de estas destrezas enseña prácticas sociales, cognitivas y emocionales. Si las personas logran adquirirlas seguramente obtendrán beneficios muy positivos en el entorno en que se desenvuelven.

La etiqueta que llevan estas habilidades induce a que la gente medite sobre lo elemental de que la vida no sólo requiere de preparación académica, sino que además es muy productivo que se imparta enseñanza que promueva desde tempranas edades formas de pensar y reaccionar maduras y equilibradas, lo cual se convierte en una labor conjunta que incluye a instituciones educativas, familias y centros de apoyo psicológico que trabajen por potenciar el bienestar de la población.

Cada habilidad es necesaria e importante y puede servir para resolver varias situaciones así como en una circunstancia necesitarse de varias de ellas.

Otra clasificación muy parecida a la expuesta por la OMS es la de Pérez (2014) quien indica que las habilidades sociales básicas son:

- Apego: a lo que define como la destreza de establecer vínculos con otros sujetos.
- Empatía: capacidad de ponerse en el lugar del otro y así entenderlo.
- Asertividad: capacidad de hacer valer los propios derechos y opiniones sin con esto afectar negativamente a los demás.
- Cooperación: habilidad de ayudar a los demás, trabajando juntos para alcanzar una meta en común.
- Comunicación: capacidad de expresar así como de escuchar las ideas y emociones de otros.
- Autocontrol: saber lo que pasa en la esfera intrapersonal y así poder interpretar las creencias y sentimientos propios y lograr controlar los impulsos.
- Comprensión de situaciones: destreza para entender lo que pasa en el entorno social y no distorsionarlo al tomarlo como algo personal o culparse de determinadas situaciones.
- Resolución de conflictos: ver en el conflicto una oportunidad de crecimiento lo cual genera buscar alternativas de solución al mismo.

Se puede identificar que tanto la clasificación de la OMS 1993 (como se citó en Martínez, 2014) sobre las HpV como la de Pérez buscan desarrollar capacidades en común: así se encuentran: la resolución de conflictos, la capacidad de comunicar, el autocontrol, la empatía, las demás aunque no coinciden con el nombre persiguen desarrollar en las personas aspectos parecidos es el caso de la cooperación que se encuentra en la clasificación del investigador Pérez la cual busca un trabajo en equipo que mejora las relaciones sociales que se habla también en las 10 HpV.

Programa de desarrollo integral

Definición

El Diccionario de la lengua española (2014) indica que un programa tiene un esquema ordenado de pasos, procedimientos u operaciones que son necesarios para poner en marcha un proyecto, tomando en cuenta esta definición es que se habla de la ejecución de un programa debidamente preparado y planificado para el desarrollo de Habilidades para la Vida el cual contenga variadas actividades y estrategias que busquen desplegarlas en los niños.

Estrategias que son parte de un programa

La estrategia es definida por Contreras (2013) quien explica que:

El concepto de estrategia ha tenido a través del tiempo muchos usos y aplicaciones diversas, desde el campo militar en el cual tuvo su origen pasando por el político, administrativo, económico, religioso, cultural y social; en cada uno de ellos se ubica como un referente por la forma en que ha sido utilizado a lo largo del tiempo. (p.153)

Se pone énfasis en manifestar que la estrategia se coloca en un aspecto muy importante en las disposiciones o medidas que deben tomar los sujetos que tienen a cargo la gestión de un programa u organización, en los que hay recursos de todo tipo que deben ser utilizados de forma correcta para cumplir con las políticas y metas trazadas (Contreras, 2013).

Lo anterior indica que la estrategia es una guía, la cual puede contener métodos y técnicas que permitan estructurar de forma clara un programa, plan o evento ya que se forma un proceso con variadas actividades debidamente planeadas antes de ser aplicadas, así se pueden aprovechar mejor los recursos existentes, logrando buenos resultados.

El diccionario de la lengua española (2014) define al término estrategia de tres maneras: como el arte de manejar operaciones militares, en un segundo concepto lo explica como la habilidad para dirigir un asunto, y en un tercer sentido lo describe como un proceso regulable, o conjunto de reglas que aseguran una decisión óptima en cada momento de un proyecto.

De acuerdo a la conceptualización expuesta en la cita anterior el término estrategia forma parte del contexto militar en el que se habla de dirigir una operación; además se lo vincula con el arte de dirigir un propósito, por lo que puede ser usado de muchas formas.

Tomando en cuenta lo descrito se concluye que las estrategias vienen a ser mecanismos que se usan para determinado fin, en lo que respecta a este estudio dichas estrategias serían programas que necesitan de intervención directa y sistemática entendiendo a la misma “como metodología que sigue un orden, una organización o clasificación de elementos” (Rosales et al., 2013, p. 35).

Una vez que se ha comprendido qué es una estrategia se mencionaría la necesidad de plantearlas en programas que busquen entrenamiento en habilidades sociales o para la vida los mismos que no resultan sin una debida planificación que involucra planteamiento de objetivos y metas claramente establecidas.

Según Dib y Sturmey (citados en Gonzáles, Ampudia y Guevara, 2012) el entrenamiento de estas habilidades parten de estudios que se han estructurados bajo el enfoque cognitivo-conductual y la teoría del aprendizaje social, demostrando ser útiles para la adquisición, generalización y mantenimiento de las conductas positivas ejercitadas, así como para la disminución de conductas nocivas o desadaptadas.

Los recursos que han permitido lograr mejores resultados en los programas de intervención estudiados son entrenamientos en competencias sociales básicas y avanzadas, los mismos que han sido apoyados con técnicas cognitivas como la enseñanza para la solución de problemas y reestructuración de ideas o

pensamientos distorsionados. Entre las técnicas que más resultados han dado se describen a las instrucciones verbales, el aprendizaje a través de un modelo que caracteriza las conductas que se desean que se adquieran, juego de roles, retroalimentación, reforzamiento y tareas que deben realizarse en otros contextos distintos a los aprendidos en los programas (González et al., 2012).

Sería pertinente que la educación regular ofrezca este tipo de programas, sin embargo muchas veces por la falta de tiempo o a su vez por el exceso de contenidos a cubrir no es posible trabajar sobre esto, pero para ello están centros externos orientados a potenciar el desarrollo integral en sus usuarios.

Sea que las actividades que buscan desarrollar habilidades sociales estén dentro o fuera de la institución educativa deben tomar en cuenta que esto involucra establecer objetivos que guíen la selección de las técnicas para la ejecución de las actividades, preparación del material que se requiere para las programaciones que se lleven a cabo y la debida evaluación para determinar si el trabajo está dando resultados.

Son muchos los programas que se pueden encontrar en la literatura que ayudan para trabajar en habilidades para la vida desde edades tempranas, la mayoría están en relación a la labor en contextos educativos es decir, en las clases, sin embargo; en este estudio se considera a la condición de integralidad como la posibilidad de que estos puedan también ser extrapolados como se mencionó anteriormente a centros que tengan la intención de favorecer el desarrollo cognitivo, psicológico y espiritual.

Se hace relevante expresar que cualquier programa que pretenda impulsar las habilidades sociales no debe olvidar que los resultados serán mejores si a lo largo del proceso se toman en cuenta los contextos familiares, escolares y de apoyo externo, lo positivo de que se lleven a cabo en centros psicológicos es que se realizan con el tiempo y la atención requerida abarcando todas las habilidades para la vida.

CAPÍTULO II

DISEÑO METODOLÓGICO

Los métodos y técnicas utilizadas en el estudio del desarrollo de las habilidades para la vida, en el Centro psicopedagógico AQUA.

Este capítulo describe el proceso seguido para realizar la investigación y explica las razones de la selección de los métodos en cada etapa de la investigación. Además, se presenta el proceso de recolección de los datos y los resultados del diagnóstico que condujeron a la pregunta de investigación.

Paradigma, modalidad y tipo de investigación

Se utilizó el método cualitativo, pues este tipo de investigación se basa principalmente en detallar “el fenómeno social que surge de rasgos determinantes, según sean observados por los elementos mismos que están dentro de la situación estudiada” (Bernal, 2010, p.60). En este caso, se observaron las habilidades para la vida de los niños en estudio para llegar a establecer conclusiones acertadas.

La investigación tiene una modalidad aplicada, debido a que se tomaron aportaciones de investigaciones que ya fueron estudiadas, analizadas, practicadas en otros contextos, para innovar, reorganizar la información encontrada, justificando teóricamente los antecedentes del tema y conformar una solución novedosa al problema, al crear un programa integral para el contexto en estudio.

La investigación se desarrolló siguiendo tres etapas que se describen a continuación. Cada una de ellas se caracteriza por un tipo de investigación predominante determinada por los métodos aplicados.

Etapas, tipos de investigación y métodos empleados

Etapas de justificación y formulación del problema: En esta la investigación es de tipo **Exploratoria-Descriptiva**. La problemática de la investigación se justificó desde el fundamento legal y los antecedentes investigativos, por lo que se empleó la revisión documental de los textos de la política educativa y los escritos científicos de artículos acreditados.

Además, se realizaron constataciones empíricas en la problemática en los niños que asisten al Centro AQUA, quienes mostraban dificultades para relacionarse pacíficamente, resolver problemas, manejar emociones, generándose crisis por no saber enfrentar cuestiones académicas o afectivas que les causaban malestar.

Dentro de los métodos empleados está la observación a los estudiantes, con la técnica del registro anecdótico, y la escala valorativa creada a partir de los conceptos de las 10 habilidades para la Vida expuestas por la Organización Mundial de la Salud 1993 (como se citó en Martínez, 2014) siendo así un instrumento confiable, la escala permitió recoger las conductas que se daban en relación a las HpV y cuantificarlas para determinar con qué frecuencia los evaluados las practicaban o no.

La entrevista que se realizó a los padres con la intención de extraer datos acerca del conocimiento que poseen sobre las capacidades que se pretenden desarrollar, sugerencias que puedan aportar así como si estarían dispuestos a enviar a sus hijos al programa.

Etapas de fundamentación teórica del objeto y el campo de la investigación:
aquí la investigación es de tipo:

Descriptiva-valorativa Se establece los antecedentes investigativos, los modelos y teorías que sustentan el tema así como la conceptualización de los aspectos fundamentales del mismo.

La revisión bibliográfica incluyó el 49% de artículos indexados, 28.5% de libros, 17% de documentos, 5.71% de tesis de grado. El 73% de las fuentes revisadas corresponde a los últimos cinco años, el 27% pertenece a fuentes mayores hasta de 6 años.

En esta fase se aplicaron métodos del nivel teórico, con métodos como análisis y síntesis, que permitieron comprender las dimensiones e indicadores de los conceptos fundamentales, así como el análisis crítico y las valoraciones. La generalización consintió llegar a conclusiones y el método histórico lógico dio paso a una construcción evolutiva del concepto habilidades para la vida.

Etapas de elaboración del programa:

En esta fase la investigación es propositiva

Con la intención de evaluar la eficacia de la estructura y los elementos que componen las actividades del programa integral, se aplicó el método validación por expertos, que incluyó dos especialistas seleccionados por su formación profesional en el área de psicología, con experiencia en niños, y en el tema de las Habilidades para la Vida.

Procedimiento para la búsqueda y procesamiento de los datos del diagnóstico del problema

En este epígrafe se describen los datos obtenidos del estudio empírico que dieron lugar a la pregunta de investigación. La población y la muestra coinciden,

en este caso son diez y se considera intencional pues son los niños que asisten al Centro de apoyo psicopedagógico AQUA.

Operacionalización de variables

La variable dependiente es Habilidades para la Vida, son diez según la clasificación y definición de la OMS 1993 (como si citó en Martínez, 2014) tomando en cuenta esto se establecieron diez dimensiones: autoconocimiento, comunicación asertiva, toma de decisiones, pensamiento creativo, manejo de emociones y sentimientos, empatía, relaciones interpersonales, solución de problemas y conflictos, pensamiento crítico, manejo de tensiones y estrés, cada una con sus indicadores específicos, lo que facilitó crear los ítems básicos de la ficha de observación.

La variable independiente: programa integral, tomando en cuenta su conceptualización se crearon las tres dimensiones con sus concernientes indicadores, que permitieron el desarrollo de los ítems básicos para la entrevista con los padres de los niños, la misma buscaba explorar el conocimiento que ellos tenían sobre las HpV, informar sobre ellas, investigar si estaban de acuerdo en que se diseñe un programa que las despliegue, si estarían dispuestos a mandar a sus niños a éste y finalmente recoger sugerencias para implementarlas en el proyecto.

Operacionalización de variables

Cuadro N° 1 Variable Dependiente: Habilidades para la vida

CONCEPTUALIZACION	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS BÁSICOS	TECNICAS E INSTRUMENTOS
La OMS comprende que para afrontar la vida de forma eficiente, sana y equilibrada se necesitan muchas destrezas y capacidades, sin embargo agrupa diez de ellas al entenderlas como básicas para hacer frente a los retos que pueden sobrevenirse en el mundo actual.	Autoconocimiento	-Verbalizar	Verbaliza sus gustos o intereses.	Ficha de observación
		-Reconocer	Reconoce sus fortalezas y debilidades.	Ficha de observación
		-Demostrar	El niño se muestra accesible (conversa y expone sus ideas, sentimientos lo que le desagrada o molesta) para saber que hay en su mundo interno.	Ficha de observación
	Comunicación Asertiva	-Pensar	Expone de forma clara y en tono amable lo que piensa.	Ficha de observación
		-Sentir	Expone de forma clara y en tono amable lo que siente.	Ficha de observación
		-Actuar	Expone de forma clara y en tono amable lo que necesita.	Ficha de observación

	Toma de decisiones	-Buscar	Busca algunas alternativas posibles antes de tomar decisiones.	Ficha de observación
		-Analizar	Analiza las posibles consecuencias de las decisiones antes de ejecutarlas.	Ficha de observación
		-Escuchar	Escucha atentamente diferentes opiniones que le ayudan a tomar decisiones.	Ficha de observación
	Pensamiento creativo	- Recoger puntos de vista diferentes	Busca analizar las cosas desde puntos de vista diferentes.	Ficha de observación
		- Originalidad	Le agrada ser original y hacer cosas novedosas y con detalles en trabajos, dibujos, actividades, manualidades.	Ficha de observación
		- Ingenio	Muestra ingenio para resolver problemas.	Ficha de observación
	Manejo de emociones y sentimientos	-Reconocer y verbalizar	Reconoce y verbaliza sus emociones	Ficha de observación
		-Controlar	Controla sus emociones	Ficha de observación
		-Identificar las	Se da cuenta que sus	Ficha de

		consecuencias de sus actos.	manifestaciones orales o conductuales influyen en su relación con los demás y que el manejo de emociones permite forjar relaciones sanas tanto con el entorno como con el sí mismo.	observación
Empatía	- Reconocer las emociones de otros	Reconoce las emociones de familiares y amigos, entendiendo lo que les ocurre y trata de acercarse para ayudarlos.	Ficha de observación	
	-Reconocer lenguaje corporal de otros	Verbaliza que alguien está enojado por el lenguaje corporal que observa.	Ficha de observación	
	- Demostrar compasión	Verbaliza o muestra su tristeza cuando algún familiar o amigo sufre.	Ficha de observación	
Relaciones interpersonales	- Amigable	Socializa con facilidad	Ficha de observación	
	- Tener amistades duraderas	Hace amigos y logra mantener las relaciones a lo largo del tiempo.	Ficha de observación	
	- Identificar relaciones nocivas	Se da cuenta de quien le impide el crecimiento personal, y busca ayuda	Ficha de observación	

			para poner límites en este punto.	
Solución de problemas y conflictos.	- Soluciones		Busca solución a los problemas	Ficha de observación
	-Mostrar desesperación		Cuando tiene un problema se angustia o llora y se desespera.	Ficha de observación
	-Pedir ayuda oportunamente		Pide ayuda para resolver algo que no puede o no sabe cómo hacerlo.	Ficha de observación
pensamiento crítico	- Verbalizar		Cuando no está de acuerdo con alguien, se lo hace saber.	Ficha de observación
	- Defender sus argumentos		Defiende sus ideas con lógica y sin pelear. Y si algo no le convence investiga, o busca opiniones de adultos sobre determinado tema que esté en desacuerdo.	Ficha de observación
	-Interpretar la realidad		Es capaz de sacar sus propias conclusiones de la realidad.	Ficha de observación
Manejo de tensiones y estrés	-Reconoce las fuentes de estrés		Reconoce y verbaliza lo que le genera incomodidad o	Ficha de observación

			estrés. (Pueden ser personas y/o situaciones)	
		-Buscar apoyo	Pide ayuda para tranquilizarse.	Ficha de observación
		-Relajarse	Sabe cómo relajarse y lo aplica	Ficha de observación

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: HpV según la OMS

Cuadro N° 2 Variable independiente: Programa Integral

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS BASICOS	TECNICAS E INSTRUMENTOS
<p>El programa es expresión estratégica de acciones en el ámbito de las habilidades para la vida, ofrece distintas actividades en la solución de los problemas identificados en los niños y niñas, debe ser organizado de forma flexible y escalonada de acuerdo con la evaluación periódica entre la familia y la administración del Centro AQUA (Suárez, 2010)</p>	<p>Etapa de diseño de las acciones estratégicas</p>	<p>Contenido de las acciones de sensibilización a padres</p>	<p>¿Sabía usted que según la OMS las HpV son diez destrezas psicosociales (autoconocimiento, comunicación asertiva, pensamiento crítico, solución de problemas, toma de decisiones, pensamiento creativo, empatía, autocontrol, capacidad para relajarse, relaciones interpersonales) que les facilitan a las personas enfrentarse con éxito a las exigencias y desafíos de la vida diaria?</p>	<p>Entrevista a los padres</p>

			¿Considera usted que se debería crear un programa debidamente estructurado y planificado para desarrollar las HpV?	
			¿Estaría dispuesto a enviar a su niño a un programa integral para desarrollar habilidades para la vida?	
	Organización de las actividades del programa	Orden jerárquico de las habilidades	¿Exponga el orden en el que cree usted que deben ser desarrolladas las HpV?	Entrevista a los padres
		Naturaleza de las actividades	¿Qué tipo de actividades cree usted que debería incluirse en el programa?	

	Evaluación periódica	Relación padres y administración del Centro para la retroalimentación de las actividades	¿Considera usted que el programa debe crear espacios de dialogo con los padres a lo largo de la ejecución del programa integral, lo cual permita valorar si existen cambios en el comportamiento de los participantes?	Entrevista a los padres
--	-------------------------	---	--	----------------------------

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: Entrevista a padres (anexo 3)

Resultados del diagnóstico de la situación actual de las habilidades para la vida

Diagnóstico del problema de investigación formulado (Análisis e interpretación de los resultados).

Después de detectar dificultades en el manejo de emociones, relaciones sociales, y resolución de problemas en los niños de tareas dirigidas del Centro AQUA, con la finalidad de estructurar correctamente el tema, se investigó al respecto, para dar un nombre al problema encontrado.

Habilidades para la vida, era un tema que abarcaba las diez destrezas, que se necesitaban desarrollar en la población mencionada, debido a que integraba habilidades cognitivas, emocionales y sociales.

Era importante mencionar lo expuesto en los párrafos anteriores ya que para poder realizar el diagnóstico, se necesitaba tener los conceptos de las diez destrezas específicas, de los cuales salían los indicadores que permitirían identificar las conductas relacionadas con las HpV a través del registro anecdótico y una ficha de observación.

Con los resultados se podían determinar con qué frecuencia aparece cada habilidad en los niños, pudiendo justificar la creación de un programa integral que las despliegue y potencie el crecimiento holístico en los participantes.

Con el propósito de tener buenos resultados, se aplicaron métodos del nivel empírico con sus respectivos instrumentos, a continuación se los detalla:

- **Registro anecdótico**

Es un instrumento no estructurado que según Peñaloza y Osorio (2005) en una publicación de Becerra (2012) permite extraer aspectos importantes para la

investigación, en este caso con esta herramienta se logró recopilar hechos y situaciones relevantes, sobre los comportamientos de los niños en relación a las habilidades para la vida.

- **Ficha de observación**

Tomando en cuenta que la ciencia será lograda mediante la observación como técnica directa, ya que proporciona los datos cuando se ponen en contacto personalmente con el hecho o fenómeno a investigar (Rekalde, et, al ,2014). La ficha, es el principal instrumento que contenía los indicadores que permitían obtener información en relación con la frecuencia con la que aparecían conductas relacionadas con las HpV. Pudiendo así detectar en qué porcentaje las mismas estaban presentes en cada niño.

- **Entrevista a padres**

Este instrumento que permite obtener datos de personas para valorar sus opiniones (Martínez, 2013). Sirvió para establecer si los padres sabían sobre las HpV, informar acerca de ellas, investigar si estaban de acuerdo en que se diseñe un programa que las despliegue, si estarían dispuestos a mandar a sus niños a éste y finalmente recoger sugerencias para implementarlas en el proyecto.

Cuadro N° 3 Entrevista a padres de los niños de tareas dirigidas de AQUA

ITEM	¿Sabía usted que según la OMS las HpV son diez destrezas psicosociales que les facilitan a las personas enfrentarse con éxito a las exigencias y desafíos de la vida diaria?	¿Considera usted que se debería crear un programa debidamente estructurado y planificado para desarrollar las HpV?	¿Estaría dispuesto a enviar a su niño a un programa integral para desarrollar habilidades para la vida?	¿Qué tipo de actividades cree usted que debería incluirse en el programa?	¿Considera usted que el programa debe crear espacios de dialogo con los padres a lo largo de la ejecución del programa integral, lo cual permita valorar si existen cambios en el comportamiento de los participantes?
	Respuestas	Respuestas	Respuestas	Respuestas	Respuestas

Padres de familia	si	no	si	no	si	no	Prácticas Vivencial	Sin tecnología	No aburridas	si	no
Niño 1		x	x		x		x			x	
Niño 2		x	x			x	x			x	
Niño 3		x	x		x		x			x	
Niño 4		x	x		x		x			x	
Niño 5		x	x			x	x			x	
Niño 6		x	x		x			x		x	
Niño 7		x	x		x			x		x	
Niño 8		x	x		x				x	x	
Niño 9		x	x		x				x	x	
Niño 10		x	x		x				x	x	
Frecuencia	0	10	10	0	8	2	5	2	3	10	0
Porcentaje	0%	100%	100%	0%	80%	20%	50%	20%	30%	100%	0%
Total	100%		100%		100%		100%			100%	

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: Entrevista a Padres (anexo 3)

FICHAS DE OBSERVACIÓN A LOS NIÑOS DE TAREAS DIRIGIDAS DE AQUA CENTRO PSICOLÓGICO

Cuadro N° 4 En relación al autoconocimiento

Frecuencia:	5 Siempre	4 Frecuentemente	3 De vez en cuando	2 Pocas Veces	1 Nunca
-------------	-----------	------------------	--------------------	---------------	---------

ITEM	Verbaliza sus gustos o intereses.					Reconoce sus fortalezas y debilidades.					El niño se muestra accesible (conversa y expone sus ideas, sentimientos lo que le desagrada o molesta) para saber que hay en su mundo interno.				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
NIÑOS															
Niño 1 I.F			X						X				X		
Niño 2 D.J			X						X					X	
Niño 3 P.O				X				X					X		
Niño 4 A.B					X				X					X	
Niño 5 J.M				X					X				X		
Niño 6 B.H		X					X					X			
Niño 7 J.N			X					X					X		
Niño 8 M.M			X				X					X			
Niño 9 A.					X				X					X	
Niño 10 C.P			X					X				X			
Frecuencia		1	5	2	2		2	3	5			3	4	3	
Porcentaje	0%	10%	50%	20%	20%	0%	20%	30%	50%	0%	0%	30%	40%	30%	0%
Total			100%					100%					100%		

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: Ficha de observación 1

Cuadro N° 5 En relación a la comunicación asertiva

Frecuencia:	5 Siempre	4 Frecuentemente	3 De vez en cuando	2 Pocas Veces	1 Nunca
-------------	-----------	------------------	--------------------	---------------	---------

ITEM	Expone de forma clara y en tono amable lo que piensa.					Expone de forma clara y en tono amable lo que siente.					Expone de forma clara y en tono amable lo que necesita.				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
NIÑOS															
Niño 1 I.F			X					X					X		
Niño 2 D.J				X					X					X	
Niño 3 P.O			X					X					X		
Niño 4 A.B			X					X					X		
Niño 5 J.M			X					X					X		
Niño 6 B.H				X					X					X	
Niño 7 J.N			X						X				X		
Niño 8 M.M			X					X					X		
Niño 9 A.				X					X					X	
Niño 10 C.P		X					X					X			
Frecuencia		1	6	3			1	5	4			1	6	3	
Porcentaje	0%	10%	60%	30%	0%	0%	10%	50%	40%	0%	0%	10%	60%	30%	0%
Total	100%					100%					100%				

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: Ficha de observación 2

Cuadro N° 6 En relación a la toma de decisiones

Frecuencia:	5 Siempre	4 Frecuentemente	3 De vez en cuando	2 Pocas Veces	1 Nunca
-------------	-----------	------------------	--------------------	---------------	---------

ITEM	Busca algunas alternativas posibles antes de tomar decisiones.					Analiza las posibles consecuencias de las decisiones antes de ejecutarlas.					Escucha atentamente diferentes opiniones que le ayudan a tomar decisiones.				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
NIÑOS															
Niño 1 I.F				X					X					X	
Niño 2 D.J				X					X					X	
Niño 3 P.O			X					X					X		
Niño 4 A.B				X					X					X	
Niño 5 J.M				X					X					X	
Niño 6 B.H			X					X					X		
Niño 7 J.N		X					X					X			
Niño 8 M.M		X					X					X			
Niño 9 A.				X					X				X		
Niño 10 C.P			X					X					X		
Frecuencia		2	3	5			2	3	5			2	4	4	
Porcentaje	0%	20%	30%	50%	0%	0%	20%	30%	50%	0%	0%	20%	40%	40%	0%
Total	100%					100%					100%				

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: Ficha de observación 3

Cuadro N° 7 En relación al pensamiento creativo

Frecuencia:	5 Siempre	4 Frecuentemente	3 De vez en cuando	2 Pocas Veces	1 Nunca
-------------	-----------	------------------	--------------------	---------------	---------

ITEM	Busca analizar las cosas desde puntos de vista diferentes.					Le agrada ser original y hacer cosas novedosas y con detalles en trabajos, dibujos, actividades, manualidades.					Muestra ingenio para resolver problemas.				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
NIÑOS															
Niño 1 I.F			X						X					X	
Niño 2 D.J				X				X						X	
Niño 3 P.O			X					X					X		
Niño 4 A.B				X						X				X	
Niño 5 J.M				X						X				X	
Niño 6 B.H			X					X					X		
Niño 7 J.N			X					X					X		
Niño 8 M.M		X						X					X		
Niño 9 A.				X				X						X	
Niño 10 C.P			X					X						X	
Frecuencia		1	5	4				7	1	2			4	6	
Porcentaje	0%	10%	50%	40%	0%	0%	0%	70%	10%	20%	0%	0%	40%	60%	0%
Total	100%					100%					100%				

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: Ficha de observación 4

Cuadro N° 8 En relación al manejo de emociones y sentimientos

Frecuencia:	5 Siempre	4 Frecuentemente	3 De vez en cuando	2 Pocas Veces	1 Nunca										
ITEM	Reconoce y verbaliza sus emociones					Controla sus emociones					Se da cuenta que sus manifestaciones orales o conductuales influyen en su relación con los demás y que el manejo de emociones permite forjar relaciones sanas tanto con el entorno como con el sí mismo.				
NIÑOS	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Niño 1 I.F					X				X					X	
Niño 2 D.J					X				X					X	
Niño 3 P.O				X				X					X		
Niño 4 A.B					X				X					X	
Niño 5 J.M					X				X					X	
Niño 6 B.H					X				X				X		
Niño 7 J.N					X				X				X		
Niño 8 M.M					X			X					X		
Niño 9 A.					X				X				X		
Niño 10 C.P				X				X					X		
Frecuencia				2	8			3	7			0%	6	4	
Porcentaje	0%	0%	0%	20%	80%	0%	0%	30%	70%	0%	0%	0%	60%	40%	0%
Total	100%					100%					100%				

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: Ficha de observación 5

Cuadro N° 9 En relación a la empatía

Frecuencia:	5 Siempre	4 Frecuentemente	3 De vez en cuando	2 Pocas Veces	1 Nunca
-------------	-----------	------------------	--------------------	---------------	---------

ITEM	Reconoce las emociones de los amigos, entendiendo lo que les ocurre y trata de acercarse para ayudarlos.					Expone que alguien está enojado por el lenguaje corporal que observa.					Verbaliza o muestra su tristeza cuando algún familiar o amigo sufre.				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
NIÑOS															
Niño 1 I.F				X						X				X	
Niño 2 D.J			X						X					X	
Niño 3 P.O			X							X			X		
Niño 4 A.B			X					X					X		
Niño 5 J.M				X					X						X
Niño 6 B.H			X					X					X		
Niño 7 J.N			X					X					X		
Niño 8 M.M		X					X					X			
Niño 9 A.				X					X					X	
Niño 10 C.P			X					X					X		
Frecuencia		1	6	3			1	4	3	2		1	5	3	1
Porcentaje	0%	10%	60%	30%	0%	0%	10%	40%	30%	20%	0%	10%	50%	30%	10%
Total	100%					100%					100%				

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: Ficha de observación 6

Cuadro N° 10 En relación a las relaciones interpersonales

Frecuencia:	5 Siempre	4 Frecuentemente	3 De vez en cuando	2 Pocas Veces	1 Nunca
-------------	-----------	------------------	--------------------	---------------	---------

ITEM	Socializa con facilidad					Hace amigos y logra mantener las relaciones a lo largo del tiempo.					Se da cuenta de quien le impide el crecimiento personal, y busca ayuda para poner límites en este punto.				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
NIÑOS															
Niño 1 I.F		X						X						X	
Niño 2 D.J			X						X					X	
Niño 3 P.O		X					X						X		
Niño 4 A.B			X					X					X		
Niño 5 J.M		X						X						X	
Niño 6 B.H		X					X						X		
Niño 7 J.N			X					X					X		
Niño 8 M.M	X							X					X		
Niño 9 A.		X						X					X		
Niño 10 C.P	X						X						X		
Frecuencia	2	5	3	0	0		3	6	1				7	3	
Porcentaje	20%	50%	30%	0%	0%	0%	30%	60%	10%	0%	0%	0%	70%	30%	0%
Total	100%					100%					100%				

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: Ficha de observación 7

Cuadro N° 11 En relación a la solución de problemas y conflictos.

Frecuencia:		5 Siempre	4 Frecuentemente	3 De vez en cuando	2 Pocas Veces	1 Nunca
-------------	--	--------------	---------------------	-----------------------	------------------	---------

ITEM	Busca solución a los problemas.					Cuando tiene un problema se angustia o llora y se desespera.					Pide ayuda para resolver algo que no puede o no sabe cómo hacerlo.				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Niño 1 I.F				X			X						X		
Niño 2 D.J				X				X						X	
Niño 3 P.O				X				X					X		
Niño 4 A.B				X					X				X		
Niño 5 J.M				X					X					X	
Niño 6 B.H			X					X					X		
Niño 7 J.N			X					X					X		
Niño 8 M.M			X					X				X			
Niño 9 A.				X				X					X		
Niño 10 C.P			X					X					X		
Frecuencia			4	6			1	7	2			1	7	2	
Porcentaje	0%	0%	40%	60%	0%	0%	10%	70%	20%	0%	0%	10%	70%	20%	0%
Total	100%					100%					100%				

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: Ficha de observación 8

Cuadro N° 12 En relación al pensamiento crítico

Frecuencia:	5 Siempre	4 Frecuentemente	3 De vez en cuando	2 Pocas Veces	1 Nunca										
ITEM	Cuando no está de acuerdo con alguien, se lo hace saber.					Defiende sus ideas con lógica y sin pelear. Y si algo no le convence investiga o busca opiniones de adultos sobre determinado tema que esté en desacuerdo.					Es capaz de sacar sus propias conclusiones de la realidad.				
NIÑOS	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Niño 1 I.F		X					X					X			
Niño 2 D.J		X							X					X	
Niño 3 P.O		X							X				X		
Niño 4 A.B			X						X				X		
Niño 5 J.M			X						X				X		
Niño 6 B.H		X							X				X		
Niño 7 J.N			X						X				X		
Niño 8 M.M		X					X					X			
Niño 9 A.			X						X				X		
Niño 10 C.P			X					X					X		
Frecuencia		5	5				2	1	7			2	7	1	
Porcentaje	0%	50%	50%	0%	0%	0%	20%	10%	70%	0%	0%	20%	70%	10%	0%
Total	100%					100%					100%				

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: Ficha de observación 9

Cuadro N° 13 En relación al manejo de tensiones y estrés

Frecuencia:	5 Siempre	4 Frecuentemente	3 De vez en cuando	2 Pocas Veces	1 Nunca
-------------	-----------	------------------	--------------------	---------------	---------

ITEM	Reconoce y verbaliza lo que le genera incomodidad o estrés. (Pueden ser personas y/o situaciones)					Pide ayuda para tranquilizarse.					Sabe cómo relajarse y lo aplica.				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
NIÑOS															
Niño 1 I.F				X						X				X	
Niño 2 D.J			X							X				X	
Niño 3 P.O			X						X					X	
Niño 4 A.B			X							X				X	
Niño 5 J.M				X					X					X	
Niño 6 B.H		X								X			X		
Niño 7 J.N			X						X					X	
Niño 8 M.M		X								X			X		
Niño 9 A.									X					X	
Niño 10 C.P			X						X				X		
Frecuencia		2	5	2					5	5			3	7	
Porcentaje	0%	20%	50%	20%	0%	0%	0%	0%	50%	50%	0%	0%	30%	70%	0%
Total		100%					100%					100%			

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: Ficha de observación 10

Análisis cualitativo

En relación a la entrevista a los padres, (cuadro 3) los 10 con los que se dialogó desconocían el término de habilidades para la vida, pero al explicarles que eran diez destrezas psicosociales que facilitaban a las personas enfrentarse con éxito a las exigencias y desafíos de la vida diaria, les pareció importante que se creen programas para desplegarlas, lo cual se considera un aspecto positivo ya que hay interés por apoyar el desarrollo socioemocional de sus hijos.

De los 10 padres entrevistados, 8 estarían dispuestos a enviar a sus niños al programa que promovería AQUA, los otros 2 dudaron por cuestiones de tiempo y dinero.

Cuando se indagó qué tipo de actividades se deberían incluir en el programa, la mitad sugirió que deberían ser prácticas, divertidas, dos personas expusieron que no debería tener tanta tecnología, para que los niños descansen del mundo virtual y vivan más relaciones sociales, estas sugerencias son fundamentales tomarlas en cuenta ya que los criterios que los padres aportan permiten crear actividades que cubran necesidades familiares. Finalmente a la mayoría le pareció elemental que el programa incluya el trabajo con padres, pues si no se forma una red de apoyo, es difícil lograr cambios.

En cuanto a las fichas de observación:

De acuerdo con los resultados que indica el cuadro número 4, se concluye que la mayoría de los niños, se encuentran entre las frecuencias; de vez en cuando, pocas veces y nunca en relación a mostrar los componentes del autoconocimiento. Entre el 10% y el 30% de la población observada, están quienes exhiben frecuentemente verbalización de gustos e intereses, fortalezas y debilidades, y apertura al dialogo, esto confirma que un alto porcentaje de los evaluados desconoce lo que ocurre en su mundo interno, lo cual les genera dificultades para

poder determinar sus características cognitivas, emocionales y sociales tornándolos más propensos a caer en crisis que afectan su salud mental.

En relación a la comunicación asertiva (cuadro número 5) el 90% de los niños muestran esta habilidad entre las frecuencias, de vez en cuando y pocas veces. Apenas el 10% exponen frecuentemente de forma clara y en tono amable lo que piensan, sienten o necesitan. No poder apalabrar sus ideas, sentimientos o propósitos de manera respetuosa pone en riesgo sus relaciones con los demás principalmente con sus pares, pues se pierde la posibilidad de enriquecer los vínculos afectivos al no saber expresar sus necesidades, ideas y sentimientos afectando la comunicación con otros y colocándolos en un estado de vulnerabilidad emocional.

Los resultados del cuadro número 6 indican que el 80% de los niños están en las frecuencias de vez en cuando y pocas veces en relación con exhibir las características que componen la capacidad de tomar buenas decisiones, lo que significa que actúan de forma precipitada, poco planificada pudiendo ser impulsivos en la mayoría de sus comportamientos. Tan solo el 20% de ellos analiza constantemente las posibles consecuencias de sus acciones antes de ejecutarlas, buscando varias alternativas posibles y escuchando atentamente los criterios de otros.

El cuadro número 7 revela que la mayor parte de la población observada presenta dificultades en relación al pensamiento creativo, el cual se pone en juego a la hora de resolver problemas de forma ingeniosa o ser originales haciendo cosas, esto puede causar que las personas padezcan apatía o abulia ante proyectos, actividades o retos que se les presente y que impliquen activar al hemisferio derecho.

El cuadro número 8 respecto con el manejo de emociones muestra que entre el 90% y el 100% de los niños están en las frecuencias pocas veces o de vez en cuando, en cuanto a reconocer y verbalizar sus emociones, controlarlas y

comprender que sus manifestaciones orales o conductuales influyen en las relaciones con los demás. El descontrol causa malestar en el sí mismo y en la colectividad pudiendo afectar gravemente el desarrollo sano de su personalidad.

El cuadro número 9 que muestra los resultados de la habilidad empatía indica que el 90% de los observados están en las frecuencias nunca, pocas veces y de vez en cuando con respecto a exhibir esta destreza, lo que significa que hay problemas para reconocer las emociones de amigos y familiares, por lo que verbalizar su tristeza cuando alguien sufre puede resultar difícil.

El cuadro 10 de las relaciones interpersonales indica que el 70% de los niños no tiene problemas para socializar fácilmente, sólo el 30% hace amigos con mayor dificultad. En el ítem que valora si se logra mantener las relaciones a lo largo del tiempo, se evidencia que el 60% lo hace de vez en cuando, el 10% pocas veces, tan solo el 30 % frecuentemente, siendo importante aclarar que la frecuencia siempre tiene 0%; es decir que el problema no radica en hacer amistades sino en conservarlas, lo cual implica tener habilidades sociales. En el último ítem que busca valorar si los niños identifican relaciones nocivas se encuentra que el 70% logra este aspecto de vez en cuando y un 30% pocas veces. Con estos resultados se corrobora la necesidad de trabajar en la inteligencia social encaminada no sólo al hecho de lograr amigos sino saber tratarlos con cariño y respeto para conservarlos a pesar del tiempo.

En la habilidad de resolver conflictos (cuadro 11) se detecta que el 80% de los niños se encuentran en las frecuencias de vez en cuando y pocas veces en la búsqueda de solución a los problemas, y pese a que no se angustian o desesperan, tampoco exhiben ingenio para resolver lo que les ocurre. A penas el 10% pide ayuda para remediar algo que no pueden o no saben cómo hacerlo. Esto puede ocasionar una tendencia a quedarse en el problema y forjar actitud catastrófica en lugar de centrar su energía en la solución que otorga esperanza.

Analizando el pensamiento crítico (cuadro 12) se concluye que el 50% de los observados cuando no está de acuerdo con alguien, se lo hace saber, mientras que el otro 50% decide callarlo. En el ítem que valora si defiende sus ideas con lógica y sin pelear, y si algo no le convence investiga o busca opiniones de adultos sobre determinado tema que esté en desacuerdo el 70% lo hace pocas veces, el 10% de vez en cuando, y tan solo el 20% frecuentemente. En el ítem que investiga la capacidad de sacar propias conclusiones de la realidad el 70% lo hace de vez en cuando, el 10% pocas veces y la minoría con el 20% puede frecuentemente hacerlo. Esta información indica que es importante desplegar esta destreza puesto que a los niños hay que apoyarlos para que logren tener sus propios criterios, respetando sus opiniones pero también permitiéndoles que defiendan con valentía sus ideales y propósitos.

Manejo de tensiones y estrés (cuadro 13) es una habilidad que muestra un alto porcentaje de no practicarla es así que el 80% de vez en cuando y pocas veces reconocen y verbalizan lo que les genera tensión. Tan solo el 20% de los niños frecuentemente identifican fuentes de estrés, como es obvio al ignorar lo que produce malestar es imposible pedir ayuda para sobrellevar las dificultades, es por ello el 30% de vez en cuando aplica técnicas para relajarse, mientras que el 70% pocas veces lo hace. Los niños que no saben tranquilizarse y viven tensionados pueden desarrollar trastornos ansiosos.

Los resultados ratifican la urgencia de crear un programa integral, que ayude a que los niños desarrollen habilidades que les otorgue la posibilidad de lograr factores protectores internos que les ayude a tener un mejor estilo de vida.

CAPÍTULO III

PROPUESTA

TÍTULO DE LA PROPUESTA:

Programa integral para el desarrollo de las habilidades para la vida en niños de básica media que asisten al Centro de apoyo psicopedagógico AQUA.

Definición y justificación

El programa tiene un enfoque integral si se toma en cuenta que las Habilidades para la Vida son destrezas que enseñan adecuadas prácticas sociales, cognitivas y emocionales (Pérez de la barrera, 2012).

En el Centro de apoyo Psicológico AQUA “frescura a tu mente” se brinda varios servicios: terapias individuales, grupales, charlas, talleres, refuerzo psicopedagógico y tareas dirigidas, a ésta última asisten niños de entre 9 a 11 años, en quienes se ha observado: problemas en las relaciones sociales, pobre manejo de emociones, falta de comunicación asertiva, deficiencia en la capacidad para resolver problemas, pensamiento inflexible, entre otras cuestiones que afectan negativamente en su aprendizaje, sobre todo por los bajones anímicos o por las conductas disruptivas que presentan según se ha observado y se ha corroborado en los reportes que han dado los padres.

Cabe mencionar que pese a que estos aspectos podrían ser abordados desde un espacio terapéutico, se notaron dos cuestiones:

- La realización del programa para desplegar las HpV podría funcionar como enfoque preventivo y psicoeducativo tomando en cuenta que las 10 destrezas de las que se habla actuarían como factores protectores de la autoestima, autorregulación, estados de bienestar interior, además que vendrían a constituirse como fortalezas en las personas que las adquieran y las utilicen.
- Ante ciertos trastornos conductuales o de interiorización, el aprendizaje de las HpV podría disminuir sintomatología y por lo tanto generar bienestar interno con lo cual, la educación se disfrutaría mejor.

Al tomar en cuenta la importancia de las cuestiones antes descritas, se comprendió, el por qué la OMS 1993 (como se citó en Martínez, 2014) lanzó su iniciativa internacional solicitando que se promoviera el desarrollo de competencias psicosociales en los estudiantes.

El programa realizado en AQUA podría llegar a Instituciones Educativas de la ciudad de Ambato, con la intención de aportar recursos personales tan necesarios para la época actual en la cual priman conductas agresivas, incapacidad para gestionar emociones y buscar solución a los conflictos que se presentan.

Objetivos

Objetivo General:

Diseñar un programa integral para contribuir al desarrollo de habilidades para la vida en niños de nueve a once años que asisten al Centro Psicopedagógico AQUA.

Objetivos específicos:

- Seleccionar los ejes del programa en correspondencia con las habilidades a desarrollar.
- Elegir actividades, estrategias y dinámicas para el desarrollo de habilidades para la vida.
- Escoger las formas de evaluación de los resultados del programa integral.
- Organizar las actividades, estrategias y dinámicas que conformarán el programa integral para el desarrollo de las habilidades para la vida.
- Valorar por especialistas el programa integral propuesto para desplegar las HpV en los niños.

Elementos que conforman la propuesta:

El programa pretende desarrollarse en 4 meses distribuidos de la siguiente forma:

1. Etapa introductoria, contenido de las acciones de sensibilización a niños y padres

En este punto tanto los chicos como los padres (cada uno por separado) asistirán a una charla introductoria, la cual tendrá como propósito explicar acerca del programa integral: “educa tu mente” se expondrán los objetivos que persigue el mismo así como las actividades y procesos que se efectuarán para el desarrollo de las 10 habilidades para la vida en los niños de básica media que asisten al Centro.

Esta etapa además permite monitorear la acogida que los padres muestren a lo que se propone, también informar lo que se realizará en la etapa diagnóstica, pues se expondrá que se ocupará una ficha de observación para registrar las conductas en relación a las HpV dando oportunidad a que autoricen el proceso o expongan sus criterios.

Con los niños se pretende sensibilizarlos en cuanto a la importancia del tema a través de una explicación breve de porqué es importante desarrollar recursos que permiten que la gente se sienta mejor, siempre incluyendo técnicas lúdicas considerando que el juego es el mejor lenguaje para llegar a un niño.

La duración de esta etapa será de una semana, se trabajarán dos días, uno con padres y el otro con los niños.

2. Etapa diagnóstica-evaluativa

En esta etapa a través de la observación y análisis se puede ir detectando los comportamientos de los niños que asisten a tareas dirigidas en cuanto a las 10 habilidades para la vida, es decir; a partir de sus interacciones con pares y educadores, sus actitudes y expresiones, ir determinando qué destrezas sociales presentan y cuáles no.

La información que se va obteniendo se va colocando en el registro anecdótico y en la ficha de observación, este último instrumento creado, en base a indicadores extraídos de los conceptos de las diez HpV expuestos por la OMS 1993 (como se citó en Martínez, 2014).

Con la intención de conseguir datos y establecer mejor las circunstancias, sería importante realizar entrevistas personalizadas con los papás de los niños para valorar su percepción acerca de lo expuesto en la charla introductoria con respecto a la realización del programa, el compromiso de mandar a sus hijos al mismo y las sugerencias que puedan aportar.

La información obtenida por las distintas fuentes e instrumentos se puede triangular tomando en consideración los indicadores para cada una de las habilidades. Esta fase tendrá un tiempo aproximado de cuatro semanas.

3. Fase de aplicación del programa

En esta etapa se llevará a cabo el programa estructurado a través de talleres como forma fundamental de organización, se trabajará bajo dos lineamientos en cada taller, el primero en relación a lo teórico del tema, en donde se enseñará a los niños conceptos básicos sobre las HpV y se enfatizará la importancia de desarrollar cada una de estas, con lo cual se creará un sentido al aprendizaje; y la segunda parte del taller pretende ser más práctica, pues se materializarán las actividades, estrategias y ejercicios que se efectuarán para desplegar las destrezas propuestas.

Se destinará un taller para el desarrollo de cada habilidad, el mismo tendrá tres días de duración, uno para exponer la parte teórica tanto a los estudiantes como a los padres, a estos últimos se les hará llegar al inicio de cada encuentro información sobre el concepto de la destreza a trabajar así como de las actividades, este aspecto tomando en cuenta que el aprendizaje y práctica de las HpV debe extenderse hacia la vida cotidiana. En los otros dos días se ejecutarán con los niños las tareas, dinámicas y estrategias planificadas.

Se reunirá a todos los padres después de finalizados dos talleres, el trabajo con ellos surge ante la necesidad de establecer redes de apoyo en casa para la práctica de las destrezas, además es trascendental ir conociendo los criterios que tengan sobre las actividades que se están ejecutando, lo cual se logrará a través de encuentros grupales en los que se generaran espacios de dialogo para socializar experiencias, anécdotas o sugerencias sobre el tema, esto servirá incluso como retroalimentación y evaluación de lo que se está haciendo.

A continuación se describirán la estructura de los 10 talleres:

Taller uno “Autoconocimiento”

Objetivos que persigue el taller uno:

- Que los asistentes tengan un acercamiento a su mundo interior, siendo más conscientes de sus pensamientos, emociones y conductas.
- Aprender a descubrir sus fortalezas y debilidades, lo que les gusta y lo que les desagrada, poder determinar sus características físicas, cognitivas, emocionales y sociales.

Estrategias metodológicas:

- Trabajo colaborativo
- Discusiones y plenarios
- Reflexión personal, encaminado a facilitar el dialogo interno, la exploración y descripción de sus fortalezas, gustos, intereses así como las debilidades.
- Autorretrato, busca la descripción de características físicas, cognitivas, emocionales y sociales de cada niño.

Desarrollo:

Se inicia el taller con la dinámica “busca el tesoro escondido” (15 minutos)
Se pide que los niños realicen ejercicios de respiración, para oxigenar el cerebro y centrarles en el taller. (10 minutos)

En la parte teórica se les entrega una tarjeta con el nombre de la habilidad a desarrollar: “autoconocimiento” se les pide que la lean y que levante la mano, quien pueda exponer qué sabe sobre ella o si puede definir a la misma. En lo posterior se construye un concepto tomando lo que dice la teoría así como las palabras que los chicos expusieron y lo escriben en la tarjeta dada. (15 minutos)

Una vez efectuada la parte conceptual se puede pasar a las actividades prácticas en la próxima participación.

Actividad 1“Conociéndome”

Recursos:

Humanos: facilitadora y niños

Materiales: Hojas, lápices, borradores, colores.

Inicio:

Se recuerda la definición de autoconocimiento trabajada anteriormente y se explica que las actividades que se ejecutarán, ayudarán a que cada uno pueda conocerse mejor. (5 minutos)

Proceso

En formato plenario se invita a los niños a expresar si alguien alguna vez ha tenido que hacer algo que no ha deseado hacerlo, qué emociones ha sentido y qué ha hecho cuando esto ocurre. El facilitador sintetiza los criterios y los encamina hacia la importancia de detectar las emociones, controlarlas, buscar calmarse cuando sea necesario y encontrar soluciones. (15 minutos)

Posteriormente los niños completarán las siguientes frases: (25 minutos)

Se usan los enunciados propuestos por Arab (2017)

-Siento pocas ganas de...

-Me da mucha rabia cuando...

-Generalmente me canso de...

-Estoy aburrida cuando...

Se pide a los estudiantes que se reúnan en parejas, que expongan lo que escribieron en las frases incompletas, que hablen sobre esto y que busquen opciones para las distintas situaciones completando las siguientes frases:

- Si estamos desalentados, necesitaríamos...
- Cuando estamos furiosos, nos haría bien...
- Si sentimos cansancio, sería bueno...
- Combatimos el aburrimiento cuando... (p.108).

Cierre (15 minutos)

Se pregunta a los niños: ¿Cómo se sintieron al realizar el ejercicio? ¿Fue fácil o difícil responder a las frases? ¿Sintieron confianza al expresar a su compañero lo que completaron? ¿Qué emociones se desencadenan cuando se realiza algo que no le gusta o es duro? ¿Cómo lograron encontrar alternativas para sentirse mejor?

Se enfatiza la importancia de reconocer las emociones que resultan de actos desagradables, de controlarlas, expresarlas y buscar actividades que permita a la persona sentirse mejor.

Actividad 2 “autorretrato”

Recursos:

Materiales: Hojas, lápices, borradores, colores, espejo.

Humanos: facilitadora y niños

Inicio:

Se pide a los niños realizar ejercicios de respiración, después se invita a que uno de ellos recuerde las vivencias y aprendizajes de la actividad “conociéndome”.

Proceso

El guía explica a los estudiantes que les dará una hoja en la cual encontrarán graficado un espejo en el que dibujarán y pintaran su autorretrato, antes de realizarlo se invita a que vayan al espejo real y observen minuciosamente cómo

son, qué color de ojos y cabello tienen, su estatura, contextura, entre otros rasgos físicos que les parezcan importantes. (15 minutos)

Una vez realizado el dibujo, la guía explica a los niños que deberán pensar silenciosamente en lo siguiente que hace referencia a lo físico: (10 minutos)

“¿Qué es lo que más me gusta de mí? ¿Qué me gustaría cambiar? ¿En qué se parecen mis ojos o mi cabello a otros niños o familiares? ¿En qué me veo diferente de hace un año?” (Plummer, 2014, p.41).

Lo siguiente es pensar en la forma de ser, es decir; preguntarse ¿Qué es lo que más me gusta de mi carácter? ¿Cuáles son mis fortalezas y cuáles mis debilidades? ¿Qué pensamientos tengo que me agradan? ¿Qué pensamientos me gustaría cambiar? ¿Cuáles son las emociones que más me acompañan día a día? ¿Qué hago para estar feliz y tranquilo? (10 minutos)

Una vez que se ha realizado esto a través de la reflexión personal, se pedirá que conversen en parejas acerca de sus características físicas y psicológicas explicándoles que las últimas están relacionadas con la forma de ser y actuar. El compañero además le dará tres descripciones físicas y tres descripciones de su personalidad que le agraden, se les recordará que lo harán con profundo respeto.

Cierre

Para finalizar, comentar con ellos: (20 minutos)

Cómo se sintieron al describir sus características físicas y de personalidad.

Si están de acuerdo con las descripciones que les dieron sus compañeros.

Recordar que es importante apreciar cómo somos, que cada uno puede ver a otro con distintos criterios o puntos de vista.

Hablar sobre los efectos de los pensamientos en las emociones y comportamientos, explicarles sobre creencias limitantes y poderosas.

Actividad 3 “drama, risas y acción”

Recursos:

Materiales: pelota, cartulinas de distintos colores, fomix, tijeras, escarcha, disfraces.

Humanos: facilitadora, niños

Inicio

Se da inicio a la actividad pidiendo a los niños que formen un círculo para jugar tango-tingo-tango. Aprovechando el corro se explicara brevemente lo que se va a realizar a continuación, enfatizando que se está desarrollando la habilidad de autoconocimiento. (15 minutos)

Proceso

El facilitador les dará cartulinas de distintos colores, fomix, tijeras, escarcha, disfraces, entre otros materiales para que cada niño utilizando creatividad caracterice al personaje que se le asignará para llevar a cabo una dramatización, a la que primero deberá escuchar con atención, para que así cada uno en el papel que le corresponda pueda colaborar para producirla:

Había una niña rebelde, que creció siendo muy consentida de sus papás, quienes eran unos señores japoneses que se habían radicado en el Ecuador debido a que era un país tranquilo y muy diverso, Llonohago Kso creció sin límites claros, pensando que podía hacer lo que deseaba, tenía pensamientos agresivos, las emociones que le acompañaban día a día eran el enojo, miedo, tristeza.

Su principal “arma” para resolver los problemas eran la rabia y la amenaza, disfrutaba transgrediendo normas, en su escuela incumplía tareas y no trabaja, su maestra era una persona muy paciente, amable pero firme y justa, Noé Contreras era el mejor amigo de Llonohago Kso, juntos planeaban “bromas pesadas” a sus compañeros del salón; les ponían tachuelas en los asientos, escondían sus libros, les ponían apodos; la profesora les explicaba, que lo que hacían no eran bromas

sino una falta de respeto grave a los chicos y que para la institución era bullying, aplicaban las sanciones que indicaba el código de convivencia pero nada resultaba.

Los papás de Llonohago Kso buscaron apoyo de psicólogos y guías para ayudar a su niña, y si bien esto ayudó a que ella aprenda sobre la importancia de cuidar su pensamiento y cultivar ideas pacificadoras, fue la vida misma o como dijo su maestra Dulce, fue Dios quien le enseñó que el respeto es un gran valor que te permite vivir en armonía con los demás.

Un día de clases, Llonohago se escapó sola de la escuela y como tenía un clavo en su maleta, se le ocurrió rayar un auto muy lujoso que vio parqueado, el dueño la vio y como era un señor con problemas de control de ira la subió al auto, ella gritaba y muy enojada le exigió que la deje ir, el señor la sacudió y le dijo que le iba a pagar caro lo que había hecho a su auto.

Un policía detuvo el carro del señor y salvó a la niña, el afectado exigía hacer justicia por sus propios medios, pero la autoridad le indicó que hay leyes en la constitución del país que hay que respetar, porque la misma, es garantista de derechos.

Sus papás fueron a la correccional donde la niña estaba y se comprometieron a seguir con la terapia psicológica y pagar los daños al agraviado. La vida le dio una gran lección, al descubrir en la correccional de menores que los derechos que tenía como ciudadana le salvarían del problema en el que ella se había metido.

Los personajes serán:

Don Arturo Laley (policía)

Axel (señor con problemas de control de ira)

Doña Josefina Shime Porto Bien (mamá)

Don Chente Kso (papá)

Llonohago Kso (hija)

Noé Contreras (mejor amigo de Llonohago)

Dulce Paz (maestra)

Lucas, Lucy, Auxiliadora, Caridad, José (estudiantes del salón)

Dramatización (30 minutos)

Cierre

Al finalizar la dramatización el guía conversará con los participantes: (15 minutos)

La importancia de reconocer los pensamientos y emociones que acompañan día a día a las personas y poder preguntar si lo que pasa dentro de la cabeza está ayudando o dañando a sí mismo y a otros.

Invitar a reflexionar acerca de las personas que pueden brindar ayuda cuando en la cabeza de cada uno hay muchas emociones o pensamientos negativos.

Tiempo para expresar cómo se sintieron caracterizando cada rol, qué pensamientos y emociones surgieron.

Taller dos “Empatía”

Objetivos que persigue el taller dos:

- Que los participantes conozcan cómo pueden ponerse en el lugar del otro.
- Identificar las emociones de los demás a través de analizar su lenguaje corporal, sus expresiones orales y escritas.
- Apoyar a las personas cuando lo necesiten.

Estrategias metodológicas:

- Trabajo colaborativo
- Discusiones y plenarias
- Pictogramas
- Reflexión personal
- Reflexión grupal

Desarrollo

Para dar cumplimiento con la estructura de cada taller el cual tiene una parte teórica y la otra práctica se iniciará con la definición de empatía.

Se explicará a los niños que la facilitadora escondió una tarjeta que contiene el concepto de lo que es empatía, la habilidad que se va a trabajar en el taller dos, el que la encuentre se llevará un premio, tendrán la oportunidad de buscar todos los niños, el que mejor defina la empatía antes de leer lo que significa obtendrá un premio también. (10 minutos)

Se dará paso a que los niños expongan lo que saben de empatía (10 minutos)
Posteriormente la guía motivará a que los participantes busquen la tarjeta escondida y al encontrarla se premiará y se leerá lo que dice la misma. (15 minutos)

En un pliego de papel periódico se escribirá la definición de empatía y se animará a los estudiantes a que dé ejemplos de cuándo se es empático. (20 minutos)

Una vez efectuada la parte conceptual se puede pasar a las actividades prácticas.

Actividad 1 “No soy yo, eres tú”

Recursos:

Humanos: facilitadora y niños

Inicio:

Se inicia preguntando que niño puede recordar el significado de empatía. Para comenzar con la actividad la facilitadora pide a los niños formar dos filas, de tal forma que un niño quede al frente de otro, se les invita que en parejas jueguen mesu (juego tradicional) si alguien no tiene pareja, puede trabajar con la guía.

Proceso

La orientadora explicará que se realizará un ejercicio que necesita de colaboración, aceptación y buen humor, exhortando a que se trabaje con respeto y alegría, y que es muy necesario recordar el concepto de empatía para poder hacer la actividad que se indicará.

Aprovechando las filas, la guía pide que intercambien los zapatos con el compañero del juego mesu y que por un momento caminen por el salón, la guía indicará cuándo volverán a colocarse sus propios zapatos. (20 minutos)

Cierre

Al finalizar la actividad se conversa con los niños: (20 minutos)

Cómo se sintieron al realizar el ejercicio.

Fue fácil o difícil ponerse en los zapatos del compañero.

Cuándo es bueno ponerse en el lugar del otro

Se enseñará que la empatía ayuda a que se evite hacer daño a las personas, pues permite imaginar qué pensará o sentirá el otro si se hace determinada acción.

Actividad 2 “escucho y miro”

Recursos:

Imágenes, pictogramas, cojines.

Humanos: facilitadora y niños.

Inicio

Se dará inicio enseñando respiraciones divertidas, como globo, estrella, conejo y llave de agua. A continuación se recuerda que se está trabajando la habilidad empatía y que la actividad que realizarán servirá para no olvidar la importancia de ponerla en práctica. (10 minutos)

Proceso:

La facilitadora pedirá a los niños que busquen un lugar en el salón y que se sienten en sus cojines, a continuación se entregará a cada uno fotografías de personas que se encuentran en lugares y circunstancias diversas, deberán observarlos y anotar en la hoja que se les dará, cómo creen que se sienten, para ello es importante analizar y descifrar las señales que ellos dan, por ejemplo; la mirada, la expresión del rostro, la posición del cuerpo (Bello, 2009). (15 minutos)

Culminado el punto expuesto en el anterior párrafo, se pide a los participantes que devuelvan las fotos a la guía y que se queden con la hoja en la que escribieron sus interpretaciones, seguido a esto formaran grupos de trabajo para comentar cómo lograron detectar las emociones en las personas, se pedirá además que seleccionen a un compañero del grupo para que gesticule distintas expresiones y los demás analizaran qué emoción pretendió proyectar. (20 minutos)

Cierre

A continuación comentarán con la facilitadora (15 minutos)

La educadora explicará que la mirada y las expresiones en los rostros de los demás dan mensajes y que a este lenguaje se le denomina corporal no verbal.

Se señalará además que el tono de voz puede indicar enojo, tristeza, alegría, y que este punto lo trataran en la próxima actividad.

Actividad 3 “Somos periodistas”**Inicio**

Se inicia con el ejercicio titulado siente mi mensaje, se trata de dibujarle en la espalda con el dedo un símbolo y el que recibe debe sentir que fue lo que recibió. Después se pide que participe uno de los niños para que exprese lo que más le gustó de la actividad escucho y miro. (10 minutos)

Seguido se les introducirá a la actividad somos periodistas, se les contará que el ejercicio que efectuarán les ayudará a aprender más acerca de cómo descubrir las

emociones de otros por medio de escuchar atentamente la voz y el rostro de quien le habla.

Proceso

El siguiente ejercicio es adaptado del programa aulas felices (30 minutos)
En grupo se conversa con el alumnado que se jugará a ser periodistas, se explica en qué consiste esta profesión, promoviendo la idea de importancia, respeto y valoración a todas las respuestas que la gente de. Se propone a continuación algunas preguntas y situaciones que se va a plantear a los entrevistados basado en lo que exponen Arguís, Bolsas, Hernández y Salvador (2012)

¿Cuál es tu nombre completo?

¿Qué es lo que más te gusta de la escuela?

¿Qué te gustaría ser de mayor?

¿Qué harías en estas situaciones?

Tus abuelos te visitan este fin de semana, pero te han invitado a un cumpleaños.

Mamá está atendiendo a tu hermanito pequeño y te ha pedido que estés atento por si suena el teléfono. En ese momento, llama a la puerta un amigo para ir a jugar al parque.

Estás jugando en el ordenador, tu hermano quiere jugar a una cosa y tú a otra.

Has elegido el rincón de plástica para jugar, pero tu mejor amiga no puede porque está lleno.

Has compartido tus cuentos o juguetes con tu mejor amiga y ella no te los deja a ti, pero sí los presta a otros niños de clase. (p. 210)

Una vez planteada la entrevista, cada niño selecciona a un compañero para realizar las preguntas y se enfatiza la clave de la actividad que está en observar los gestos y escuchar con atención el tono de voz que tiene el entrevistado, de esta forma se podrá conocer cómo se siente ante las interrogantes realizadas.

Cierre (20 minutos)

Se hablara con los niños acerca del lenguaje no verbal que notaron en los niños que entrevistaron.

Se preguntará si se pudo detectar el tono de voz en el que contestaba cada entrevistado.

Se recalcará la importancia de valorar los gestos y expresiones orales de familiares, amigos, maestros.

Se pide a los participantes que analicen los gestos, expresiones y tono de voz de papás, hermanos, amigos, maestros cuando se dirigen a otros, y para no olvidarlo anotar en un papel para compartir la información en el inicio de siguiente taller.

Primera reunión con padres

Como se indicó en la fase de aplicación del programa una vez efectuados dos talleres se dará lugar a la reunión con los padres para monitorear la práctica de las HpV en el contexto familiar, y así lograr la red de apoyo necesaria para que las destrezas se conviertan en verdaderas herramientas útiles.

Objetivos de la reunión:

- Valorar si los niños practican las habilidades relacionadas con el autoconocimiento y la empatía en el contexto familiar.
- Comprometer a los padres para que creen un ambiente en el que se puedan reforzar y ejercitar las destrezas aprendidas en los talleres realizados por el Centro de apoyo psicológico AQUA.

Inicio

La reunión inicia dándoles la bienvenida a los asistentes y después se da lugar a una dinámica en la que participan los padres de familia y las facilitadoras.

Se leen los objetivos que persigue la reunión con la intención de crear en los asistentes motivación y sentido al espacio de dialogo.

En lo posterior se les entrega una hoja en la que se encuentran ítems que valoran conductas en relación al autoconocimiento y empatía con lo cual se pretende monitorear si las mismas se exhiben en el entorno familiar. (Los padres deben llenarlas valorando la conducta de sus hijos)

Objetivo: Identificar conductas relacionadas con el autoconocimiento y la empatía.					
5: Siempre 4: Frecuentemente 3: De vez en cuando 2: Pocas veces 1: Nunca					
Aspectos			Opciones		
En relación al autoconocimiento					
Verbaliza sus gustos o intereses.	5	4	3	2	1
Reconoce sus fortalezas y debilidades.	5	4	3	2	1
El niño se muestra accesible (conversa y expone sus ideas, sentimientos lo que le desagrada o molesta) para saber que hay en su mundo interno.	5	4	3	2	1

En relación a la empatía					
Reconoce las emociones de familiares y amigos, entendiendo lo que les ocurre y trata de acercarse para ayudarlos.	5	4	3	2	1
Verbaliza que alguien está enojado por el lenguaje corporal que observa.	5	4	3	2	1
Verbaliza o muestra su tristeza cuando algún familiar o amigo sufre.	5	4	3	2	1

Cada padre socializa los resultados con las facilitadoras, quienes intervienen explicando las interrogantes que surjan y dando sugerencias si fuese necesario.

Las encargadas del proceso motivan a que los padres expongan criterios, sugerencias, anécdotas sobre el tema.

Cierre

Las facilitadoras resumen los principales aspectos tratados durante la reunión. Se da paso a que cada padre de familia se comprometa verbalmente a apoyar al desarrollo del autoconocimiento y la empatía en los diferentes contextos en los que se desenvuelven sus hijos, para lo cual es importante que tomen en cuenta los indicadores que se les entregó en las hojas lo cual se convierte en un material de apoyo para saber con exactitud qué es lo que deberán reforzar.

Despedida.

Taller tres “Manejo de emociones”

Objetivos que persigue el taller tres:

- Conocer qué son y cuáles son las emociones.
- Reconocimiento de las propias emociones.
- Aprender herramientas que permitan controlar las emociones que pueden generar daño a otros y al sí mismo.

Estrategias metodológicas:

- Trabajo colaborativo
- Discusiones y plenarias
- Pictogramas
- Reflexión personal
- Reflexión grupal
- Arte, pintura

Desarrollo

Antes de iniciar con el nuevo taller se pide a los niños que expongan anécdotas de lo que ocurrió en la tarea de analizar gestos y los tonos de voz de familiares, amigos, maestros del anterior taller. Se finaliza comentando con ellos la importancia de practicar lo que se aprende, en este caso, ser empáticos con las personas, mostrando interés en el otro y dándole apoyo cuando se note que está triste, molesto o necesita apoyo.

Para dar cumplimiento con la estructura de cada taller el cual tiene una primera parte teórica y otra práctica, se iniciará con la definición de emoción y cuáles son algunas de ellas.

La facilitadora investiga en los niños conocimientos previos, pregunta qué es una emoción. Entre los datos aportados por los niños y el concepto dado por la guía se construye una definición y se la escribe en un cartel, que será colgado en una parte visible del salón.

A continuación la guía pide la intervención de algún participante para que exponga las distintas emociones que ha sentido en las últimas dos horas, se promueve en el grupo respeto para escuchar, se anota las emociones expresadas y se añaden otras que el público diga.

Posteriormente se expone que la habilidad que se va a trabajar en el taller tres, será el autocontrol de emociones. (20 minutos)

Una vez efectuada la parte conceptual se puede pasar a las actividades prácticas.

Actividad 1 “Si los sentimientos fueran colores”

Recursos:

Materiales: rollos de papel higiénico, temperas, pinceles.

Humanos: niños y facilitadora

Inicio

Se inicia preguntando a los niños “si sentirse feliz fuera un color ¿cuál sería?” (Plummer, 2014, p.58).

En base a la pregunta de Plummer se crea la siguiente actividad

Proceso

Se comenta a los niños sobre la actividad que se realizará, se informará que sirve para ayudar a dar nombre a las sensaciones internas que surgen ante algo que pasa, aquellas sensaciones son las emociones que acompañan a las personas en el día a día y que se debe identificar para actuar mejor y para educarlas en el caso de ser necesario.

La facilitadora explica que se ocupará rollos de colores para exteriorizar o revelar con que emoción se identifican. El rollo negro significará tristeza, pena, derrota, el rollo rojo: simbolizará que es está a punto de estallar, que se siente enojo, molestar, ira, frustración.

Naranja: indicará una pequeña alerta emocional. Cambios en la respiración, sensación de molestias en el estómago, sudoración en la piel, palpitaciones rápidas del corazón.

Verde: representa a la alegría, estar contento, feliz, con ánimo, con motivación, gustoso. Una vez que se explica lo anterior se pide que cada niño se identifique con un color, después que respondan, se entrega a cada uno los rollos de papel higiénico reciclados y los demás materiales para pintar de acuerdo a lo explicado. (30 minutos)

Cierre (15 minutos)

Finalizada la actividad de pintura se trabajará con ellos acerca: Reflexionar y comentar con sus compañeros, cómo se sintieron antes de la actividad artística y al finalizar la misma. Hacer énfasis sobre la importancia de concientizar durante el día las emociones que se tiene.

Como tarea, la psicóloga pedirá que los niños lleven los rollos a casa y que en una hoja pinten cada color y que al lado del mismo se ponga una rayita cada vez que detecten la emoción con la que se sienten. La próxima reunión, ellos compartirán lo sugerido para casa.

Actividad 2 “olas en el mar”

Recursos:

Materiales: mantel redondo o tela de colores.

Humanos: facilitadora y niños

Inicio

Se comienza con la dinámica adivina qué siento. Se selecciona tres niños para que gesticulen emociones y los demás adivinen qué se supone que ellos tratan de proyectar. (10 minutos)

Se les pide realizar ejercicios de respiración. Y seguido a esto se pregunta sobre la tarea que se solicitó efectuar en casa sobre la conciencia emocional, se dará oportunidad para que los niños muestren el registro que hicieron de sus emociones, se resalta el valor de detectar que sensaciones internas existen en cada uno y lograr controlarlas cuando sea necesario. (10 minutos)

Proceso

A continuación la psicóloga pide formar grupos de 3 niños, a cada equipo se le da el mantel o tela de colores. Posterior a esto se explica que deberán sostener al

mantel con las dos manos a la altura de la cadera, la guía ira poniendo dos o tres pelotas en el centro del paracaídas, se acercará a cada grupo y por turnos indicará como deben estar las olas del mar, calmadas o tormentosas, los participantes deberán mover las olas dependiendo la instrucción dada, no dejarán que se caigan las pelotas. Se termina meciendo calmadamente el paracaídas y colocándolo en el piso (Plummer, 2014, p. 60).

Después del juego, se solicita a los niños sentarse en el suelo en silencio al borde del imaginario mar, y se dialoga con ellos sobre la actividad, explicando que las olas podrían significar las emociones que a veces se siente, las cuales pueden estar muy tranquilas o a su vez demasiado movidas y provocar una tormenta que destruya lo que está a su alrededor.

Se pregunta lo siguiente:

¿Qué pasa si las emociones se descontrolan?

¿A qué personas se podría afectar si se deja que emociones como la ira, enojo, impaciencia tomen el control dejando aún lado a la calma?

¿Si ya se está descontrolado que sería bueno hacer?

Recalcar la importancia de que respirar, buscar hablar con alguien, pintar, dibujar o correr son buenas opciones para controlar emociones que provocan una tormenta. (30 minutos)

Cierre (10 minutos)

Hablar:

Sobre el reconocimiento de las emociones que se pueden dar, a veces provocadas por alguna situación, otras por algo que dijo o hizo una persona.

Comprensión de que las emociones no son malas, son parte de nuestro ser, sentir miedo o enojo no es algo malo, lo negativo está en no saber controlarlas y por ello causar daño a otros y al sí mismo.

Recalcar que hay formas de controlar las emociones que pueden provocar daño, por ejemplo, haciendo respiración profunda, pintando, dibujando, rayando, tomando agua, hablando con alguien.

Se anima a que los niños conversen con los papás para que ellos puedan ser un apoyo en el caso de necesitar ayuda para controlar las emociones como la ira o el enojo.

Actividad 3 “nuevos caminos en mi cerebro”

Recursos:

Materiales: cartulinas, colores, lápices

Humanos: facilitadora y niños

Inicio (10 minutos)

Se inicia con ejercicios de respiración profunda y luego se jugará a las velas derretidas. Se pide la colaboración de un niño para que exponga lo que más le agrado de la actividad olas en la mar, realizada la anterior clase, y se recuerda que se está trabajando la habilidad control de emociones.

Proceso (30 minutos)

Se entrega a los niños varias tarjetas en las que están escritas algunos consejos para controlar las tormentas emocionales que pueden haberse dado por la ira, venganza, frustración o miedo. Se les enseña que para actuar inteligentemente se requiere activar al lóbulo frontal (Andrés, Castañeiras, Stelzer, Juric, Introzzi, 2016) una estructura del cerebro que ayuda a comportarse positivamente, y que una forma de activarlo podría ser, poner en práctica los siguientes consejos escritos en las tarjetas:

- Respirar como un conejo
- Contar hasta 10
- Buscar hablar con los papás o una persona especial que ayude a tranquilizarse.
- Tomar agua
- Leer un cuento
- Conversar consigo mismo y darse mensajes positivos como: calma, no reacciones mal, busca tranquilizarte.

- Pensar en las consecuencias de actuar con ira.
- Realizar una oración si se cree en ella.

Se explica además que si la mayor parte del tiempo ante algo que provoca malestar se actúa de forma automática, diciendo groserías, propinando golpes, provocando peleas, se está utilizando caminos viejos del cerebro y que mientras no exista control se puede provocar grandes peleas.

Para ampliar la explicación anterior la guía pregunta a los niños si alguien ha ido alguna vez a Baños (ciudad de la provincia de Tungurahua) y si conocen varios caminos o rutas para llegar hasta allá. Después de la pregunta hecha, se explica a los participantes la siguiente analogía:

Así como puede haber varios caminos para llegar a una ciudad, y mientras más rutas se conozcan para poder ir, sería mejor, puesto que si una se cerraría por cualquier percance es posible ir por otra, así mismo en el cerebro hay caminos o rutas neuronales, es decir que para dar una respuesta ante un suceso se puede activar en el cerebro caminos diferentes.

Se recalca que si se elige ante una emoción intensa que puede provocar daños en otros y en el sí mismo, realizar respiraciones, darse mensajes de calma, pintar o patear la pelota hasta lograr tranquilidad se educa al cerebro creando nuevos caminitos que le llevarán por el sendero de la felicidad y la paz.

A continuación se indica a los niños que se les darán cartulinas de varios colores y que deberán con ellas formar varios caminos que lleven a un destino. Los destinos pueden ser: paz, amor, felicidad, alegría, se les explica que en el camino deberán colocar los recursos que necesitaron para llegar a la dirección deseada, los recursos serán los consejos escritos en las tarjetas dadas anteriormente.

Cierre (10 minutos)

Hablar acerca:

- Las actividades que se puede realizar para tranquilizarse.
- Que se aprendió sobre el lóbulo frontal.
- Cómo llegar al destino de la felicidad y la paz.
- Recordar que para controlar una emoción primero se la debe reconocer, saber que está en el interior.

Taller cuatro “Pensamiento creativo”

Objetivos que persigue el taller cuatro:

- Fomentar la creatividad
- Estimular el pensamiento creativo
- Aprender herramientas que permitan controlar las emociones que pueden generar daño a otros y al sí mismo.

Estrategias metodológicas:

- Trabajo colaborativo
- Discusiones y plenarias
- Reflexión personal
- Reflexión grupal

Desarrollo

Se da la bienvenida a los niños al nuevo taller para trabajar la creatividad, la facilitadora estimula para que los niños cuenten chistes, cachos, bromas o trabalenguas. (10 minutos)

A través de una lluvia de ideas se pregunta que conocen sobre la creatividad. Las opiniones, incluido el que da la guía, se escriben en un cartel que será colgado en una parte visible para que todos lo lean cuando necesiten. (10 minutos)

Además se pide que realicen un dibujo que simbolice para cada uno la creatividad. (10 minutos)

Actividad 1 “La forma de las nubes”

Recursos:

Materiales: espacio físico y un día que tenga nubes esponjosas de color blanco o gris, colchonetas.

Humanos: niños, facilitadora

Inicio: (10 minutos)

Se inicia el taller preguntando a los niños si alguna vez han dejado volar su imaginación y si la respuesta es sí, que se responda de qué forma.

Desarrollo (15 minutos)

La siguiente actividad se basa en el programa aulas felices, expuesto por Arguís, Bolsas, Hernández y Salvador (2012)

La guía explica que saldrán al patio con sus colchonetas para recostarse sobre ellas y observar las nubes del cielo durante un tiempo, se recalca la importancia de concentrarse en la forma que tienen, para después en voz alta expresar si se las ve parecidas a alguna figura, animal o cosa. Se varía el comentario si la figura cambia al moverse la nube, es importante que la facilitadora promueva en los participantes una actitud positiva, que los motive a dejarse llevar por la creatividad.

Cierre (10 minutos)

Se conversa con ellos:

- Utilidad de la creatividad, cuándo puede servir a las personas.
- Qué necesitaron para concentrarse y ver en las nubes formas.
- Cómo se sintieron al realizar la actividad.
- La creatividad vista como un recurso para resolver problemas.

Taller dos “Imaginar, imaginar, imaginar...”

Recursos:

Materiales: hojas, colores, lápices

Humanos: facilitadora y niños

Inicio

Se da comienzo a la nueva actividad refrescando lo trabajado en la anterior sesión para conectar las ideas. (10 minutos)

Desarrollo (30 minutos)

Se toma como referencia la actividad para desarrollar la creatividad propuesta por Plummer (2014)

Se pide a los niños cerrar los ojos y respirar tres veces para relajarse. Según se suelta el aire se va relajando una parte del cuerpo, cabeza, hombros, brazos, dedos...

A continuación se indica que cada uno deberá pedirle a su imaginación una imagen que le enseñe cómo es sentirse seguro, puede ser un objeto, un animal, una persona, cualquier cosa. Se les susurra a cada uno en lo oreja lo siguiente:

¿Puedes dibujar esa imagen en tu mente?

Ahora imagina que tú eres la imagen, entra dentro de ella

¿Puedes moverte?

Trata de sentir como si todo esto pasara de verdad

La facilitadora pide que abran los ojos y que comenten lo que han sentido, después se les dará una hoja para que dibujen lo que imaginaron.

Cierre (10 minutos)

Conversar:

-Sobre la importancia de imaginar.

-Preguntar si la imaginación puede ayudar a que las personas se relajen y busquen solución a problemas.

-Preguntar si todo lo que se imagina es positivo o si puede haber imaginación negativa y peligrosa.

-Recalcar la utilidad de la imaginación

Actividad 3 “El taller de los inventos”

Recursos:

Materiales: hojas, lápices, colores

Humanos: facilitadora y niños

Inicio (10 minutos)

Se da la bienvenida, la facilitadora comienza la jornada pidiendo a los niños que expongan la profesión que les gustaría tener al crecer así como el invento que crearían desde su rol profesional. Por ejemplo el médico pudiera crear una vacuna que ayude a vivir hasta los 100 años. Se motiva a que su imaginación vuele y que no se pongan límites.

Desarrollo: (30 minutos)

Siguiendo con la propuesta del programa aulas felices se plantea la siguiente actividad adaptada por la facilitadora del proyecto:

Se reúne a los niños en grupo y se plantea una situación problemática para la cual habría que proponer una solución en forma de invento, se motiva a que la idea sea lo más original posible.

Para favorecer a la creatividad, se pedirá a los alumnos que intenten pensar en aportaciones novedosas e incluso graciosas, por ejemplo, buscar nuevos usos o aplicaciones a objetos cotidianos: un paraguas-helicóptero que permita trasladarse de un lugar a otro, unos zapatos limpia pisos, unas gafas optimistas para usarlas cuando se está desesperanzado.

Es importante partir de una situación problemática como el hecho de que hay niños que no controlan las emociones y terminan haciéndose daño a sí mismos y a otros, por lo que crear un instrumento para ayudarlos en esta dificultad sería fenomenal. Se pide que cada uno piense en un problema y que dibuje su invento para dar solución al conflicto.

Finalizado el tiempo planificado para esto se pide a los niños formar un semicírculo para exponer sobre sus inventos, una vez que todos hayan participado, se los felicita por su creatividad.

Cierre: (15 minutos)

-Se pregunta cómo se sintieron al realizar la actividad del invento. Si piensan que podría hacerse realidad en algún momento lo que crearon.

-Se finaliza enfatizando la utilidad de la creatividad y cuan beneficiosa puede resultar si se la tiene bien presente como un apoyo para resolver problemas o crear cosas.

Segunda reunión con padres

Efectuados los talleres tres y cuatro se cumplirá con la reunión con los padres para monitorear la práctica de las HpV en el contexto familiar.

Objetivos de la reunión:

- Valorar si los niños practican las habilidades manejo de emociones y pensamiento creativo en el contexto familiar.
- Comprometer a los padres para que creen un ambiente en el que se puedan reforzar y ejercitar las destrezas aprendidas en los talleres realizados por el Centro de apoyo psicológico AQUA.

Inicio

La reunión inicia dándoles la bienvenida a los asistentes y después se da lugar a una dinámica en la que participan los padres de familia y las facilitadoras.

Se leen los objetivos que persigue la reunión con la intención de crear en los asistentes motivación y predisposición al dialogo.

En lo posterior se les entrega una hoja en la que se encuentran ítems que valoran conductas en relación al manejo de emociones y pensamiento creativo con lo cual se pretende monitorear si las mismas se exhiben en el entorno familiar. (Los padres deben llenarlas valorando la conducta de sus hijos)

Objetivo: Identificar conductas relacionadas con las habilidades: manejo de emociones y pensamiento creativo.	
5: Siempre 4: Frecuentemente 3: De vez en cuando 2: Pocas veces 1: Nunca	
Aspectos	Opciones

En relación al manejo de emociones y sentimientos					
Reconoce y verbaliza sus emociones	5	4	3	2	1
Controla sus emociones	5	4	3	2	1
Se da cuenta que sus manifestaciones orales o conductuales influyen en su relación con los demás y que el manejo de emociones permite forjar relaciones sanas tanto con el entorno como con el sí mismo.	5	4	3	2	1

En relación al pensamiento creativo					
Busca analizar las cosas desde puntos de vista diferentes.	5	4	3	2	1
Le agrada ser original y hacer cosas novedosas y con detalles en trabajos, dibujos, actividades, manualidades.	5	4	3	2	1
Muestra ingenio para resolver problemas.	5	4	3	2	1

Cada padre socializa los resultados con las facilitadoras, quienes intervienen explicando las interrogantes que surjan y dando sugerencias si fuese necesario.

Las encargadas del proceso motivan a que los padres expongan criterios, sugerencias, anécdotas sobre el tema tratado.

Cierre

Las facilitadoras resumen los principales aspectos tratados durante la reunión. Se da paso a que cada padre de familia se comprometa verbalmente a seguir apoyando al desarrollo de las habilidades trabajadas en los anteriores talleres y que añada las dos expuestas durante la reunión para que los niños las vivan en los diferentes contextos en los que se desenvuelven. Es importante que tomen en cuenta los indicadores que se les entregó en las hojas lo cual se convierte en un material de apoyo para saber con exactitud qué es lo que deberán reforzar.

Despedida.

Taller cinco “Solución de problemas y toma de decisiones”

Objetivos que persigue el taller cinco:

- Los niños aprenderán que ante un problema, hay que buscar soluciones.
- Que los niños sepan los pasos para resolver los problemas y así se facilite la toma de buenas decisiones.
- Que los niños consideren las consecuencias que pueden tener sus actos.

Estrategias metodológicas:

- Trabajo colaborativo
- Discusiones y plenarias
- Reflexión personal
- Reflexión grupal

Desarrollo (15 minutos)

Continuando con la estructura que se maneja en los talleres, se inicia indagando conocimientos previos en los niños, la facilitadora pregunta si saben por qué es importante saber resolver problemas tomando buenas decisiones. Se explica en base a la definición de la OMS que significa resolver problemas y saber tomar buenas decisiones.

A continuación se presenta a la mascota de AQUA llamada Pedrito quien en su chaqueta posee los 5 pasos para resolver problemas, el recordará qué se debe hacer para tomar decisiones inteligentes. Para crear curiosidad y motivación en los participantes aún no se exponen los 5 pasos claves y se explica que eso se hará más adelante.

Actividad 1 “Buscando soluciones Pedrito anda”

Inicio: (10 minutos)

Se da comienzo con la dinámica tingo-tingo-tango.

Desarrollo (20 minutos)

La facilitadora expone con ayuda de Pedrito (un peluche) los 5 pasos efectivos para resolver problemas.

Adaptado de la terapia en resolución de problemas con los 5 pasos de Kazdin (1995) citado en Genise (2016)

1. Definir el problema, por ejemplo Luis no sabe dividir.
2. Qué posibilidades se tiene para resolver el problema, Luis puede pedir al profesor que le enseñe, puede pedir a la mamá que le explique o a un compañero también.
3. Concentrarse bien en las posibles soluciones, repetir en la mente las posibilidades que se tiene.
4. Elección de respuesta. Pedir al profesor que le explique sólo a él.

5. Evaluación, preguntarse si eligió bien, más o menos o mal. Eligió bien puesto que el más capacitado para enseñar es el docente.

A continuación se pide que se memoricen los pasos, el primero que lo logre tendrá un premio especial.

Cierre (15 minutos)

Dialogar con ellos:

Por qué será importante buscarle soluciones a los problemas.

Qué pasaría si solo se busca una opción para resolver el problema.

Cómo se, si la decisión que se tomó fue la mejor

Recordar sobre las conexiones neuronales, cada que se encuentra algo nuevo y novedoso para solucionar un conflicto se crean nuevos caminos en el cerebro.

Actividad 2 “Tú qué harías”

Inicio (10 minutos)

Se da la bienvenida a los participantes y se pide que un niño colaborador resuma lo trabajado en la anterior actividad. Se enfatiza en los 5 pasos para resolver un problema y tomar decisiones adecuadas.

Proceso (30 minutos)

Se entrega a los niños tarjetas en las que están redactados variados problemas:

¿Qué harías si tu hermano esconde tu juguete favorito?

¿Qué haces si tu mami en la mañana te dio permiso para irte a jugar con tu vecino, al que no puedes visitar seguido pero cada que lo ves pasan muy bien, pero en la tarde te dice que es el cumpleaños de una amiga y deben ir a vela?

¿Qué harías si de la casa del señor que vive al frente de ti, sale humo?

¿Un compañero de clases pone apodosos y molesta a los niños del aula de primer año, qué harías?

Se pide que cada uno responda en una hoja qué haría ante cada situación, y se indica que si desea puede consultar con Pedrito, el peluche que posee los 5 pasos en su chaqueta.

Transcurrido el tiempo determinado para el ejercicio, la guía pedirá que todos los alumnos expongan las decisiones o respuestas que anotaron.

Cierre (10 minutos)

Se dialoga con ellos:

Sobre los beneficios de tomar decisiones acertadas, se enfatiza que las buenas decisiones traen consecuencias positivas.

Actividad 3 “Impulsividad vs reflexión”

Recursos:

Materiales: cartulinas de colores.

Humanos: facilitadora y niños

Inicio (20 minutos)

Se da la bienvenida a los niños y se inicia con el juego verbal: qué pasaría si, el cual busca crear conciencia sobre la importancia de considerar las consecuencias de las decisiones antes de ejecutarlas.

La guía pide a los niños sentarse en semicírculo para responder a la pregunta que se le haga:

¿Qué pasaría si un conductor deja la llave del carro adentro y decide romper el vidrio para sacarla?

¿Qué pasaría si a un niño le golpean en el ojo y él decide vengarse pinchándole con un lápiz en su ojo a quien le atacó?

¿Qué pasaría si los papás de un niño pelean y él decide salir corriendo a la calle por temor a que algo malo ocurra?

¿Qué pasaría si alguien decide no estudiar para el examen del día siguiente?

¿Qué pasaría si hay un temblor y alguien se tira de la ventana del susto?

¿Qué pasaría si un niño decide abrazar a su maestra?

¿Qué pasaría si un niño decide ayudar a cruzar la calle a un ancianito que tiene bastón?

Se dialoga con los niños una vez culminada la tarea qué pasaría si, enfatizando la importancia de tomar decisiones que prevean los posibles resultados antes de que se lleven a cabo.

Proceso: (20 minutos)

Se pide a los niños que formen grupos de tres, para entregarles un círculo negro hecho de cartulina, el cual será el que represente al problema, junto con otros círculos de colores que simbolizarán las posibles soluciones.

El grupo pensará en un problema y varias formas de resolverlo. Al finalizar con lo solicitado, pasará un alumno a la pizarra para pegar el problema (representado en un círculo de cartulina negra) y alrededor de él escribirá las soluciones que pensaron, y después de leerlas, tapan todas (con las cartulinas de colores) a excepción de la que escogieron como la mejor, esto previo haber analizado las consecuencias de cada probable opción.

Cierre (10 minutos)

Conversar sobre:

- Qué han aprendido en el taller 5.
- Pedir que se recuerde los 5 pasos para resolver problemas.
- Importancia de tomar decisiones adecuadas.

En esta etapa se necesitarán 10 semanas.

Taller seis “Comunicación Asertiva”

Objetivos que persigue el taller seis:

- Aprendizaje de frases que les ayude a apalabrar sus ideas y sentimientos con respeto.

- Que los niños aprendan a comunicar con prudencia y honestidad.
- Que los asistentes comprendan la importancia de expresar sus pensamientos y emociones en tono amable.

Estrategias metodológicas:

- Trabajo colaborativo
- Discusiones y plenarias
- Reflexión personal
- Reflexión grupal
- Dramatizaciones

Proceso: (20 minutos)

Se da inicio al nuevo taller pidiendo a los niños que realicen respiraciones profundas, se recuerda que se respira por la nariz, se cuenta hasta 5 y se suelta por la boca.

Se presenta a la nueva habilidad a desarrollar: comunicación asertiva, se indaga conocimientos previos por medio de una lluvia de ideas, a continuación se elabora en un cartel el concepto de la destreza que se trabajará, el cual se construirá en base a lo expuesto por los niños más la definición que propone la OMS que será explicada por la expositora.

Actividad 1 “La silueta”

Recursos:

Materiales: pliegos de papel periódico, lápices, cartulinas.

Humanos: facilitadora y los niños.

Inicio (15 minutos)

Se solicita a los alumnos ubicarse en semicírculo para escuchar lo que deberán realizar.

Se les informa que se entregará a cada uno un pliego de papel periódico en el que deberán dibujar su silueta con su nombre, los mismos serán colocados en un lugar visible del aula.

A continuación se explica la actividad tomada del programa aulas felices, consiste en determinar o establecer algunas normas que potencien la asertividad, cada vez que los niños las respeten, se les entregará un recorte de cartulina con una parte de su cuerpo para ir completando su propia silueta. La recompensa es la gratificación de ver el muñeco vestido (Arguís et al., 2012).

Proceso (20 minutos)

La guía da paso a que los niños dibujen su propia silueta, al terminar cada trabajo será colocado en un lugar del salón, seguido a esto en un cartel se realiza un cuadro en el que se detallan las frases consideradas asertivas, las mismas que al ser dichas por algún niño les dará la ganancia de una parte del cuerpo del muñeco que dibujaron. Se explica que las frases deberán decirse en el momento apropiado a lo largo del desarrollo del presente taller, se estimula a que se realice con actitud positiva.

Cierre (10 minutos)

Se repasa las frases con los niños que se piensan asertivas, y se propone añadir las que ellos consideren adecuadas.

“Lo que dijiste me pareció grosero, podrías decirlo en forma más respetuosa”

“No me gusta que...”

“Me siento mal cuando...”

“Por favor no me molestes, respétame”

“No estoy de acuerdo con lo que dices”

“Estoy enojado, prefiero alejarme un momento”

Actividad 2 “Los tres filtros”

Recursos

Humanos: facilitadora y niños.

Inicio (10 minutos)

Se da la bienvenida, se promueve la expresión oral de palabras cariñosas o amables entre los niños.

Proceso (30 minutos)

La guía pide a los asistentes formar un círculo para comenzar a explicar lo siguiente: en algunas ocasiones, hay niños que expresan afirmaciones sobre los demás que no se ajustan a la realidad, tal vez lo hacen para llamar la atención de los compañeros o para menospreciar a un niño, la facilitadora recuerda lo aprendido en el taller cinco, cuando surge un problema hay que buscar la solución, por lo que ante el conflicto que puede surgir de hablar sobre otras cosas falsas, se propone el juego de “los tres filtros” (Arguís et al., 2012).

A continuación, la guía pide a los alumnos que expongan situaciones reales en las que haya surgido un conflicto por algo que se dijo, para entre todos los asistentes analizar lo que en ellas se ha dicho y determinar si pasaban o no los filtros que a continuación se mencionan.

1. El filtro de la verdad: Se está seguro de que lo que se va a decir es absolutamente cierto, o se duda.
2. El filtro de la bondad: Lo que se va a decir es bueno para alguien, es correcto y necesario decir.
3. El filtro de la necesidad: Considerar si realmente es necesario decirlo, y si lo es, exponerlo sin miedo (Arguís et al., 2012).

Cierre (15 minutos)

Enseñarles a los niños:

-La importancia de exponer criterios o sentimientos de forma amable, para que los demás conozcan lo que ocurre y se eviten peleas futuras por no decir en el momento oportuno.

-Recordarles que si se exponen los pensamientos en tono amable, la persona que escucha lo tomará mejor que si se lo dice en forma grosera o hiriente.

Hablar con ellos

Sobre los tres filtros, qué les pareció, y si están listos para ponerlos en práctica.

Animarlos a practicar lo que aprendieron.

Actividad 3 “tono amable”

Recursos:

Materiales: facilitadora y niños

Inicio (15 minutos)

Se saluda con los niños, se pide que ellos lo hagan con los demás expresando palabras cordiales y en tono amable.

Dinámica: “te sonrío y miro que pasa en tu rostro”

Proceso (30 minutos)

Se explica a los estudiantes que para la actividad a efectuarse es necesario realizar dos grupos, pues se hará una dramatización, la historia deberá ser ideada muy creativamente por los propios niños, sólo se da una instrucción y es que el drama use tonos de voz variados, es decir; que deberán expresar palabras en tono amable, grosero, irrespetuoso, triste, feliz. Esto con la intención de apreciar lo que ocurre cuando se ocupa un tono amable, respetuoso y alegre y qué ocurre cuando se dice en forma inadecuada. Se da paso al drama.

Al concluir las dramatizaciones, se dialoga entre todos, qué sintieron al escuchar a los niños que actuaron expresando palabras en tono irrespetuoso, porqué es importante comunicar lo que se dice en todo amable, se motiva a contar anécdotas personales en las que se pudo expresar asertivamente algo que era

incómodo o molesto y era necesario decirlo para que la persona indicada entienda los sentimientos de quien habla.

Cierre (10 minutos)

Se dialoga con ellos

Lo aprendido en el taller de comunicación asertiva.

Se revisa quien pudo obtener la silueta completa gracias a comunicarse de forma asertiva.

Tercera reunión con padres

Efectuados los talleres cinco y seis se cumplirá con la reunión con los padres para monitorear la práctica de las HpV en el contexto familiar.

Objetivos de la reunión:

Valorar si los niños practican la adecuada solución de los problemas tomando buenas decisiones así como la comunicación asertiva en el contexto familiar.

Comprometer a los padres para que creen un ambiente en el que se puedan reforzar y ejercitar las destrezas aprendidas en los talleres realizados por el Centro de apoyo psicológico AQUA.

Inicio

La reunión inicia dándoles la bienvenida a los asistentes y después se da lugar a una dinámica en la que participan los padres de familia y las facilitadoras.

Se leen los objetivos que persigue la reunión con la intención de crear en los asistentes motivación y sentido al dialogo.

En lo posterior se les entrega una hoja en la que se encuentran ítems que valoran las capacidades: resolver problemas, tomar buenas decisiones y comunicarse de forma asertiva con lo cual se pretende monitorear si las mismas se exhiben en el entorno familiar. (Los padres deben llenarlas valorando la conducta de sus hijos)

Objetivo: Valorar las capacidades: resolver problemas, tomar buenas decisiones y comunicarse de forma asertiva.	
5: Siempre 4: Frecuentemente 3: De vez en cuando 2: Pocas veces 1: Nunca	
Aspectos	Opciones

En relación a la solución de problemas y conflictos.					
Busca solución a los problemas.	5	4	3	2	1
Cuando tiene un problema se angustia o llora y se desespera.	5	4	3	2	1
Pide ayuda para resolver algo que no puede o no sabe cómo hacerlo.	5	4	3	2	1

En relación a la toma de decisiones					
Busca algunas alternativas posibles antes de tomar decisiones.	5	4	3	2	1
Analiza las posibles consecuencias de las decisiones antes de ejecutarlas.	5	4	3	2	1
Escucha atentamente diferentes opiniones que le ayudan a tomar decisiones.	5	4	3	2	1

En relación a la comunicación asertiva					
Expone de forma clara y en tono amable lo que piensa.	5	4	3	2	1
Expone de forma clara y en tono amable lo que siente.	5	4	3	2	1
Expone de forma clara y en tono amable lo que necesita.	5	4	3	2	1

Cada padre socializa los resultados con las facilitadoras, quienes intervienen explicando las interrogantes que surjan y dando sugerencias si fuese necesario. Las encargadas del proceso motivan a que los padres expongan criterios, sugerencias, anécdotas sobre el tema tratado.

Cierre

Las facilitadoras resumen los principales aspectos tratados durante la reunión. Se da paso a que cada padre de familia se comprometa verbalmente a seguir apoyando al desarrollo de las habilidades trabajadas en los anteriores talleres y que añada las dos expuestas durante la reunión para que los niños las vivan en los diferentes contextos en los que se desenvuelven. Es importante que tomen en cuenta los indicadores que se les entregó en las hojas lo cual se convierte en un material de apoyo para saber con exactitud qué es lo que deberán reforzar.

Despedida.

Taller siete “Pensamiento crítico”

Objetivos que persigue el taller siete:

- Reconocimiento de pensamientos dañinos o nocivos.
- Aprender a cuestionarse ideas, creencias o actitudes que pueden estar causando daño al sí mismo, lo cual se descubre por el autoconocimiento.
- Poder cuestionar a otras personas de forma razonada, con argumentos, no por mera pelea o capricho.
- Ser capaz de llegar a conclusiones propias sobre la realidad.

Estrategias metodológicas:

- Lectura de textos
- Trabajo colaborativo
- Discusiones y plenarias
- Reflexión personal
- Reflexión grupal
-

Proceso (10 minutos)

Se da la bienvenida al nuevo taller que inicia, se expone la habilidad a trabajar, la misma que está escrita en el pizarrón: pensamiento crítico.

Antes de introducir el concepto se pide a los estudiantes exponer conocimientos previos sobre pensamiento crítico, para continuar con la estructura que se pretende seguir en cada taller. Entre todos construirán el concepto el cual estará también basado en la definición dada por la OMS.

Actividad 1 “Analizando perspectivas”**Recursos:**

Materiales: libro de texto de sexto año, que contiene el tema: la conquista española; dos versiones, la de los conquistados y la de los conquistadores. (También puede consultarse la historia en internet) Hojas, lápices.

Humanos: facilitadora y niños

Inicio (10 minutos)

Dinámica: el vigilante del museo

Proceso (30 minutos)

El siguiente ejercicio es una adaptación de una de las actividades del programa español propuesto por Arguís et al., (2012) para promover pensamiento crítico.

Se explica a los niños que se leerá sobre el tema de la llegada de los españoles al Ecuador. Se procede a dar la lectura del texto. Se leerán dos versiones, la de los conquistados y la de los conquistadores. A continuación se pedirá a los alumnos que traten de colocarse en el punto de vista de cada una de las partes que vivieron la situación histórica, y determinen, qué pudieron haber pensado los conquistados, cómo se habrán sentido, qué perdieron y que ganaron. Así mismo que analicen desde el lado de los españoles, qué sintieron ellos al llegar, qué pensaban de los

indios nativos, y si el trato que les dieron fue justo. Las ideas pueden ser escritas para luego leerse.

Una vez terminado el punto anterior la facilitadora da paso a que se expresen las ideas que surgieron a partir del ejercicio propuesto. Se pide respeto y atención a cada criterio.

En lo posterior, se busca en el internet otros relatos que expongan el mismo tema y se procede a leerlos, con la intención de poder explicar a los estudiantes que muchos investigadores pueden escribir la historia desde su punto de vista, lo cual da paso a que la guía enfatice a los alumnos, la relevancia de analizar diversas fuentes de información y así poder extraer criterios propios y defenderlos con argumentos valederos.

Cierre (10 minutos)

Preguntar a los asistentes:

Qué opinan al respecto de la existencia de distintos puntos de vista, unos piensan de una forma, otros de otra.

Por qué sería importante, analizar la historia o los sucesos que se dan en la vida, desde distintos puntos de vista.

Enseñar:

La importancia de analizar la información ya sea de los hechos históricos o de sucesos de la vida diaria para que si se encuentra cuestiones con las que no se está de acuerdo, se pueda indagar más en libros o en personas que sepan del tema, logrando comprender mejor, y adquiriendo una idea más amplia del asunto en cuestión, con explicaciones y argumentos que respaldan las creencias o interpretaciones.

Actividad 2 “Cuestiono mis pensamientos”

Recursos:

Materiales: lápices, hojas

Humanos: Facilitadora y niños

Inicio (10 minutos)

Se da inicio con la dinámica: el florón

Se saluda con los participantes y se estimula que ellos lo hagan con los demás niños.

Se pide a uno de los niños pasar a escribir en el pizarrón las palabras que recuerde de la última actividad realizada, analizando perspectivas.

Proceso (30 minutos)

La guía pide a los niños que se formen dos filas de tal forma que cada niño tenga al frente a otro, nombra a la fila uno y dos respectivamente. La primera será quien inicie preguntando lo que se expone a continuación, al terminar le tocará el turno a la otra fila.

¿Tienes un pensamiento que te preocupa?

¿Tienes recuerdos incómodos?

¿Tienes voces en tu cabeza que te dicen cosas negativas?

¿Qué haces cuando algo te preocupa?

¿Conoces la metáfora del lobo blanco y el lobo negro?

La psicóloga a cargo debe cerciorarse de que todos respondan, a continuación solicita a que los participantes pasen en parejas y expongan las respuestas que fueron dadas, se promueve un clima de silencio acompañado de respeto.

Culminado el punto anterior, se explica a los niños la metáfora del lobo blanco y el lobo negro, la cual indica que el primero es alimentado por los pensamientos positivos y el otro por los negativos, esto permite que la facilitadora enfatice en los niños la idea valiosa de que en la mente de cada uno exista algo así como una especie de amigo imaginario que proteja de los pensamientos negativos.

Se explica a los niños que el lobo blanco puede alimentarse de lecturas, historias, cuentos y sabios consejos, y que puede ser un gran amigo interior, si se le entrena para que critique al lobo negro y este no robe la paz, alegría y calma.

Cierre (10 minutos)

Se dialoga con los niños:

La importancia de cuestionarse ideas, creencias o actitudes que pueden estar causando daño al sí mismo, y lo valioso que resulta sustituir creencias limitantes por poderosas.

Actividad 3 “Pienso y luego digo”

Recursos:

Materiales: pliegos de papel periódico, marcadores.

Humanos: facilitadora y niños

Inicio (10 minutos)

Se saluda con los niños, se propone que uno de ellos realice una dinámica que le agrade.

Proceso: (30 minutos)

La guía solicita a los niños que se sienten formando un semicírculo. A continuación explica que cada uno pasará y escribirá en el cartel que estará colgado en la pared, una frase, refrán, creencia o idea con la que no está de acuerdo y que al lado argumente su razón.

Cuando todos los niños hayan escrito lo solicitado, se abre un debate para cuestionar las ideas de otros con profundo respeto y amabilidad, todo el tiempo la psicóloga está pendiente del proceso para intervenir cuando sea necesario.

Cierre (20 minutos)

Dialogar con los niños:

-Sobre las tres actividades realizadas para desarrollar pensamiento crítico, se animará a que expongan qué aprendieron, qué agradó más y qué menos.

Animarlos:

A seguir desarrollando pensamiento crítico, a través de lecturas, diálogos con personas que puedan aportar conocimiento.

A ser valientes para expresar ideas, siempre y cuando pasen los tres filtros aprendidos y existan argumentos lógicos.

Recalcar que el pensamiento crítico no busca generar pelea sin sentido que va acompañada irrespeto al interlocutor, sino exposición de criterios enriquecedores.

Taller ocho “Manejo de tensión y estrés”

Objetivos que persigue el taller seis:

- Saber por qué es importante relajarse y cuando hay que hacerlo.
- Aprender técnicas de relajación.

Estrategias metodológicas:

- Trabajo colaborativo
- Discusiones y plenarias
- Reflexión personal
- Reflexión grupal

Proceso: (20 minutos)

Se inicia invitando a los niños a saludarse entre ellos, después se propone el juego velas derretidas.

A continuación se pregunta a los estudiantes que significa para ellos relajarse.

En lo posterior se presenta a los niños la conceptualización de relajarse según la OMS 1993 (como se citó Rodríguez, 2014)

Actividad 1 “conciencia muy plena”

Recursos:

Materiales: masmelos

Humanos: Facilitadora y niños

Inicio (15 minutos)

Se inicia la actividad dándoles a los niños un masmelo. Después se pregunta si lo saborearon despacio o rápido.

Posteriormente la facilitadora explica que estar muy atento a lo que ocurre alrededor, ayuda a estar en mayor calma y a disfrutar mejor el presente (Ruiz, Rodríguez, Martínez, Núñez, 2014, p. 170). Se da ejemplos al respecto; si se está hablando con un amigo que está triste, y se le escucha con atención se puede comprender con más claridad lo que pide y cómo ayudarlo, si una persona se concentra en saborear el alimento que come puede relajarse y disfrutarlo más.

Proceso (15 minutos)

Se pide a los niños sentarse en el piso y se explica que se les dará otro masmelo, pero que ahora deberán saborearlo despacio, con calma, practicando lo que se explicó anteriormente.

A continuación se habla con ellos sobre cómo disfrutar un alimento o ir de paseo en familia, ir a la piscina, a la playa, de campo, ir a visitar a alguien con el que se pasa divertido mucho más de lo que se podría imaginar, se enfatiza que se puede lograr esto cuando se presta mucha atención a los detalles de los momentos especiales, y se vive intensamente, se ejemplifica que apreciar el paisaje, saborear la comida que se degusta, aprovechar el tiempo en familia o amigos permite sentirse mejor, por lo que se disfruta más al estar muy consciente de las cosas que ocurren.

Cierre (10 minutos)

Se pide a los niños que expongan su criterio sobre las ventajas de estar atento a lo que pasa alrededor y disfrutar el presente.

Se enseña que hay ocasiones en que las personas pueden sentirse muy tensos y preocupados, por lo que hacer alguna actividad divertida, que agrada mucho, permite sentirse más relajado, se recalca que al realizar la actividad lo más crucial es centrarse en el presente, dejando aún lado lo pasado o lo que puede pasar después.

La facilitadora pedirá a los niños que practiquen lo siguiente, sobre todo si están tensos o estresados, detenerse y apreciar muy atentamente paisajes, la puesta del sol, a la luna por las noches, observar animales o circunstancias agradables. Se indica que se comentará la próxima sesión lo solicitado.

Actividad 2 “Los trucos de la relajación”**Recursos:**

Materiales: colchonetas, velas, globos, música.

Humanos: facilitadora y niños

Inicio: (10 minutos)

Se saluda con los niños, la guía pide que formen un círculo, explica que ella dará un globo al niño que deberá contar las experiencias del ejercicio que se propuso realizarse en la clase pasada. Solo hablará el que tenga el globo.

Proceso (20 minutos)

La facilitadora explica a los niños que se jugará a imaginar que se está volando por las nubes como si se fuera un pajarito. A continuación les recuerda a los participantes la forma correcta de respirar, inhalar por la nariz, soltar por la boca.

Pediré que se recuesten encima de las colchonetas y que escuchen la música que acompañara la actividad, deberán colocar sus manos encima del vientre para que sientan como este sube y baja mientras respiran.

Se recuerda que apenas se escuche la música deberán empezar a volar como el pajarito. Se da paso al ejercicio, la guía va diciendo las siguientes frases, mientras se realiza la actividad de relajación.

-Soy un pajarito libre.

-Observo el paisaje y lo disfruto.

-Me siento feliz.

-Tengo paz

-Vuelo, vuelo, sin parar.

Antes de que los niños se levanten, la facilitadora los prepara para el aquí y ahora, diciendo: “cuando termine de contar hasta 5 ustedes abrirán sus ojos”

Cierre (10 minutos)

Se conversa con ellos:

-Opiniones sobre la actividad.

-La importancia de relajarse buscando un lugar adecuado.

-Estimular a que se practique ejercicios de respiración y de imaginación, recordando que esto ayuda a que el cerebro se oxigene y exista relajación.

Actividad 3 “Guardo en mi ser”

Recursos:

Materiales: cartulinas, globos, lápices, marcadores, colores.

Humanos: facilitadora y niños.

Inicio (15 minutos)

Se inicia la actividad saludando con los niños, después la guía pide que se realicen respiraciones profundas.

Se dialogará con los niños acerca de cómo se sienten, para que ellos expresen qué color de emoción tienen, recordando la actividad trabajada en la parte de autocontrol y gestión de emociones. Dependiendo de cómo se sientan los estudiantes, se conversará y se motivará para cubrir las necesidades existentes.

Proceso (30 minutos)

Se recuerda a los niños que para relajarse y tranquilizarse se necesita prestar atención a los pensamientos que están en la cabeza, puesto que si hay muchos negativos, estos pueden tensar el cuerpo, generar preocupación y es urgente buscar relajación.

Se indica que otra forma de relajarse es imaginar o recordar momentos especiales y alegres, por lo cual se pedirá a los niños que cierren sus ojos y traigan a la mente un recuerdo muy especial, lleno de felicidad o también se da la opción de que imaginen algo maravilloso que les agrade, que lo visualicen muy colorido.

A continuación se pide que una vez el recuerdo o creación especial este muy claro en la mente abran los ojos y los plasmen en las cartulinas que se entregará. Se promueve que el dibujo sea realizado con detalles, paciencia, amor y que sea pintado con mucha creatividad.

Posteriormente se dará a los niños globos de tamaño grande para que ellos mismos los inflen y después peguen en él sus dibujos, la facilitadora utilizará cinta roja para colocarla en el nudo y que así el niño pueda moverlo.

Se explicará a los estudiantes que todos saldrán al patio, para correr con el globo y mientras lo hacen guardar en la mente la frase: “busco o creo en mi mente recuerdos agradables, y los dejo volar en mi imaginación”

Cierre (15 minutos)

Se dialoga con ellos:

-Sobre la actividad efectuada, se pregunta, qué emociones se desencadenaron. Se explica que jugar y divertirse ayuda a sentirse mejor.

-Se refuerza la importancia de detectar pensamientos o emociones negativas para buscar formas de relajación, la cuales pueden ser: respiración, dibujar, mirar un paisaje o simplemente dejar volar recuerdos agradables en la mente, imaginar cosas buenas para el sí mismo y para los demás.

- Se finaliza la actividad con la caminata robot-muñeco de trapo. Se trata de que la persona realiza una camina tensando los músculos del cuerpo cuando escucha decir la palabra robot y los afloja cuando escuche la palabra muñeco de trapo. Se indica que otra forma de relajar el cuerpo es tensar músculos y aflojarlos.

Cuarta reunión con padres

Efectuados los talleres siete y ocho se cumplirá con la reunión con los padres para monitorear la práctica de las HpV en el contexto familiar.

Objetivos de la reunión:

Valorar si los niños practican las habilidades relacionadas con el pensamiento crítico y el manejo de tensión y estrés en el contexto familiar.

Comprometer a los padres para que creen un ambiente en el que se puedan reforzar y ejercitar las destrezas aprendidas en los talleres realizados por el Centro de apoyo psicológico AQUA.

Inicio

La reunión inicia dándoles la bienvenida a los asistentes y después se da lugar a una dinámica en la que participan los padres de familia y las facilitadoras.

Se leen los objetivos que persigue la reunión con la intención de crear en los asistentes motivación y sentido al dialogo.

En lo posterior se les entrega una hoja en la que se encuentran ítems que permiten valorar las habilidades relacionadas con el pensamiento crítico y el

manejo de tensión y estrés con lo cual se pretende monitorear si las mismas se exhiben en el entorno familiar. (Los padres deben llenarlas valorando la conducta de sus hijos)

Objetivo: Valorar las habilidades relacionadas con el pensamiento crítico y el manejo de tensión y estrés	
5: Siempre 4: Frecuentemente 3: De vez en cuando 2: Pocas veces 1: Nunca	
Aspectos	Opciones

En relación al pensamiento crítico					
Cuando no está de acuerdo con alguien, se lo hace saber.	5	4	3	2	1
Defiende sus ideas con lógica y sin pelear. Y si algo no le convence investiga o busca opiniones de adultos sobre determinado tema que esté en desacuerdo.	5	4	3	2	1
Es capaz de sacar sus propias conclusiones de la realidad.					
Manejo de tensiones y estrés					
Reconoce y verbaliza lo que le genera incomodidad o estrés. (Pueden ser personas y/o situaciones)	5	4	3	2	1
Pide ayuda para tranquilizarse.					
Sabe cómo relajarse y lo aplica.					

Cada padre socializa los resultados con las facilitadoras, quienes intervienen explicando las interrogantes que surjan y dando sugerencias si fuese necesario. Las encargadas del proceso motivan a que los padres expongan criterios, sugerencias, anécdotas sobre el tema tratado.

Cierre

Las facilitadoras resumen los principales aspectos tratados durante la reunión. Se da paso a que cada padre de familia se comprometa verbalmente a seguir apoyando al desarrollo de las habilidades trabajadas en los anteriores talleres y que añada las dos expuestas durante la reunión para que los niños las vivan en los diferentes contextos en los que se desenvuelven. Es importante que tomen en cuenta los indicadores que se les entregó en las hojas lo cual se convierte en un material de apoyo para saber con exactitud qué es lo que deberán reforzar.

Despedida.

Taller nueve “Relaciones interpersonales”

Objetivos que persigue el taller nueve:

- Que los niños adquieran recursos para sentirse cercano a otras personas.
- Aprender a valorar las relaciones con amigos, familiares, maestros.
- Cultivar la importancia de dar bienestar a los demás.

Estrategias metodológicas:

- Trabajo colaborativo
- Discusiones y plenarias
- Reflexión personal
- Reflexión grupal

Proceso (10 minutos)

Se da la bienvenida al nuevo taller que inicia, se expone la habilidad a trabajar, la misma que está escrita en el pizarrón: relaciones interpersonales.

A través de una lluvia de ideas se pide a los niños exponer lo que se conoce por relaciones interpersonales, se anota en el pizarrón. A continuación entre todos los participantes construyen el concepto de la destreza a trabajar, el cual estará basado en la definición dada por la OMS 1993 (como se citó en Martínez, 2014) la misma

será escrita en un pliego de papel periódico para que sea colgado en una parte visible del salón.

Actividad 1 “Valoro a mi gente”

Recursos:

Humanos: Facilitadora y niños

Materiales: pliego de papel periódico, esferos, hojas.

Inicio (10 minutos)

Se inicia la actividad realizando la siguiente reflexión: “Amar al prójimo como a ti mismo” (Mateo 22:39, Reina Valera 1960).

Se exhorta a los niños a que expongan las ideas que les generó la frase, se trabaja en el mensaje de amar y respetar para recibir lo mismo y buscar bienestar de vida.

Desarrollo (30 minutos)

Se pide a los niños que respondan, que personas de su alrededor muestran: apoyo, cariño, diversión, alegría para ellos. La facilitadora pedirá a los niños que cierren sus ojos e imaginen o visualicen a 3 personas importantes en sus vidas.

A continuación se pide a los niños que formen un círculo y que comenten sobre las tres personas significativas que imaginaron, la razones de porque se las considera especiales e importantes y cómo se le hace saber a ese ser humano que tiene un lugar exclusivo en el corazón de ellos, las ideas van siendo escritas en el pizarrón.

Después la guía agrupara a los niños en parejas para que se dialogue y registre en una hoja todas las personas con las cuales ellos interactúan diariamente, por ejemplo papá, mamá, hermana, hermano, primo, prima, abuela, abuelo, tío, amigo, compañera, maestra, vecina, entre otras.

Se propone a los participantes que busquen formas de expresión de cariño y consideración para ellos, se da ejemplos al respecto: se podría ayudar a la mamá a botar la basura todos los días, prestar los juguetes al hermano, compartir alimentos con el primo.

Una vez realizado el ejercicio, se pide a los participantes que expongan el trabajo del compañero con el que trabajó.

Se establece un reto, hacer dos favores a cada uno de los integrantes de la lista que se realizó y comentar acerca de las experiencias en la siguiente sesión.

Cierre (10 minutos)

Conversar con los niños sobre la importancia de establecer relaciones sanas con el entorno.

Actividad 2 “escucharte mejor”

Recursos:

Materiales:

Humanos: facilitadora y niños.

Inicio (15 minutos)

Se inicia la actividad saludando a los niños y pidiendo que se sienten formando un círculo, la facilitadora contará resumidamente la parte del cuento de caperucita, en la que la niña pregunta al lobo, porqué tiene unas orejas tan grandes, a lo que él responde para escucharte mejor. Buscará que los niños se familiaricen con la frase de escuchar pues la actividad se centrará en la importancia de este punto.

A continuación la guía pide participantes que deseen exponer en el reto propuesto en la anterior sesión. Introduce un dicho que pretende anclar a los niños, el mensaje de mantener una escucha activa; el mismo dice: para que se tiene orejas grandes, a lo que los niños responderán para escuchar mejor.

Desarrollo (30 minutos)

La siguiente actividad se realiza en base a lo propuesto por Arab (2017)

Se pide a los niños que se sienten en un círculo para reflexionar grupalmente sobre el concepto de escuchar. Se pregunta lo siguiente:

¿Qué significa escuchar?

¿Alguna vez alguien ha sentido que desea expresar algo pero no se siente escuchado?

¿Qué persona de su alrededor escucha atentamente?

Guiar el dialogo hacia la importancia de escuchar a los demás atentamente, para distinguir el tono y volumen de voz, el estado de ánimo, sus expresiones corporales. Enfatizar la idea de que se escucha respetuosamente cuando se considera importante tanto a la persona como al mensaje que se transmite.

Posteriormente se pide que formen grupos de 2 para conversar sobre la profesión que se desea tener al crecer. Se deberá poner en práctica mirar a los ojos, atender el mensaje, asentir con la cabeza, preguntar lo que no está claro, no criticar.

Cierre 10 minutos

En un plenario conversar con los estudiantes acerca:

- Fue fácil o difícil escuchar activamente.
- Cómo se sintieron mientras expresaban, escuchados o no.
- Que sintieron cuando escuchaban activamente.

Recordar que las personas que saben escuchar, disfrutan de mejores relaciones interpersonales.

Actividad 3 “mensajes positivos”

Recursos:

Materiales:

Humanos: facilitadora, niños.

Inicio (10 minutos)

Se saluda con los niños y se estimula a que se den entre ellos frases positivas.

Se juega al teléfono descompuesto, esta vez se transmite únicamente mensajes alentadores, positivos, alegres.

Desarrollo (30 minutos)

Se recuerda a los niños que se está trabajando el tema de las relaciones interpersonales, y que se está aprendiendo formas sanas de interactuar con otros.

La facilitadora pide a los participantes sentarse en círculo, ella pasará con una funda, los niños sacarán un papel con el nombre de un compañero, cada uno deberá pensar en tres cualidades positivas y las dirá cuando le toque el turno.

El niño al que se le toque la espalda es quien pasará y expondrá las tres cualidades encontradas de su compañero, observará además que expresión demuestra el niño del que su amigo está hablando, si su cara muestra alegría, timidez, enojo.

Cierre (10 minutos)

-Se dialoga con ellos sobre la experiencia de expresar mensajes positivos, qué expresión corporal demostró el compañero del que se hablaba.

-Se refuerza la idea poderosa de que si de la boca de cada uno salen palabras de edificación, se contribuye a que el corazón de la otra persona se sienta feliz.

Quinta reunión con padres

Efectuado los últimos talleres se cumplirá con la reunión con los padres para monitorear la práctica de las HpV en el contexto familiar.

Objetivos de la reunión:

Valorar si los niños practican la capacidad de relacionarse sanamente en el contexto familiar.

Comprometer a los padres para que creen un ambiente en el que se puedan reforzar y ejercitar las destrezas aprendidas en los talleres realizados por el Centro de apoyo psicológico AQUA.

Inicio

La reunión inicia dándoles la bienvenida a los asistentes y después se da lugar a una dinámica en la que participan los padres de familia y las facilitadoras. Se leen los objetivos que persigue la reunión con la intención de crear en los asistentes motivación y sentido al dialogo.

En lo posterior se les entrega una hoja en la que se encuentran ítems que permiten valorar las formas que los niños tienen de relacionarse con el entorno. (Los padres deben llenarlas valorando la conducta de sus hijos)

Objetivo: Identificar conductas con respecto a las relaciones interpersonales.	
5: Siempre 4: Frecuentemente 3: De vez en cuando 2: Pocas veces 1: Nunca	
Aspectos	Opciones

Relaciones interpersonales					
Socializa con facilidad	5	4	3	2	1
Hace amigos y logra mantener las relaciones a lo largo del tiempo.	5	4	3	2	1
Se da cuenta de quien le impide el crecimiento personal, y busca ayuda para poner límites en este punto.	5	4	3	2	1

Cada padre socializa los resultados con las facilitadoras, quienes intervienen explicando las interrogantes que surjan y dando sugerencias si fuese necesario. Las encargadas del proceso motivan a que los padres expongan criterios, sugerencias, anécdotas sobre el tema tratado.

Cierre

Las facilitadoras resumen los principales aspectos tratados durante la reunión.

-Se da paso a que cada padre de familia se comprometa verbalmente a seguir apoyando al desarrollo de las habilidades trabajadas en los anteriores talleres y que añada las dos expuestas durante la reunión para que los niños las vivan en los diferentes contextos en los que se desenvuelven. Es importante que tomen en cuenta los indicadores que se les entregó en las hojas lo cual se convierte en un material de apoyo para saber con exactitud qué es lo que deberán reforzar.

-Despedida.

Evaluación del programa en la práctica

Al finalizar los talleres se aplicarán nuevamente herramientas diagnósticas (observación clínica, cuestionario sobre las HpV, entrevistas con padres) para establecer los avances que se han logrado después de la ejecución del programa. Esta fase tendrá un tiempo aproximado de cuatro semanas.

4. Premisas para su implementación (condiciones que se necesita para implementar la propuesta)

Para que esta propuesta se lleve a cabo en el Centro Psicopedagógico AQUA es importante realizar entrevistas con los padres de los niños para informarles acerca del programa, cuáles son los objetivos, las actividades y los resultados que se esperan del mismo, con lo cual se obtendría tanto la motivación como la aprobación (firmada) para poder efectuarlo sin dificultades y con el debido apoyo, tomando en cuenta sobre todo que las HpV se aprenderán en el Centro, sin embargo; deberán ser motivadas para practicarse en el día a día, y para ello la red de soporte en casa es fundamental.

Motivar a los niños al programa, crearles la necesidad de acudir a éste, manifestándoles que aprenderán jugando y divirtiéndose herramientas que les ayudará a cuidar sus pensamientos, emociones y conductas para tener una vida más feliz.

El espacio físico tendrá que ser cómodo, con un ambiente motivador, lo cual se convierte en una premisa importante a tomarse en cuenta.

Materiales adecuados (cuentos, historias, hojas, lápices, colores, pintura, entre otros)

5. Valoración teórica del programa por el método de especialistas

Con la finalidad de que el programa integral que se plantea tenga mayor solidez de aplicabilidad, se procedió a realizar la valoración teórica por el método de especialistas, para lo cual se diseñó un cuadro de validación que propone considerar puntos relevantes acerca de la estructura de la propuesta.

Después se seleccionó a los profesionales idóneos, tomando en cuenta su formación profesional, la experiencia en el trabajo e interacción con la población a la que está orientado el programa, y principalmente que conozcan sobre las Habilidades para la Vida que es el objeto de estudio de esta investigación.

El cuadro de valoración consta del siguiente esquema: (revisar anexo 5)

Datos del profesional, grado académico, experiencia en el área

Autovaloración del especialista

Puntos a tomar en cuenta en lo referido al tema, objetivos y actividades del programa integral.

Se buscó algunos expertos en el ámbito señalado, sin embargo; como las habilidades para la vida en el país recién están dándose a conocer bajo este nombre, los profesionales que dominan el tema, se consideran fundamentalmente del área de psicología y pedagogía. Se consiguió dos que tienen experiencia con niños y con programas diseñados para ellos en cuanto a su desarrollo integral.

Una de las expertas es doctora en psicología infantil y psicorehabilitación, docente universitaria en la PUCESA, magíster en educación y cuenta con más de

20 años de experiencia en el área terapéutica así como en la docencia, conoce sobre las necesidades cognitivas, emocionales y sociales de los niños, entre sus artículos publicados, tiene uno que detalla la creación de un cuestionario de habilidades de adaptación conductual.

La otra profesional es psicóloga clínica, estudia neuropsicología y educación, cuenta con más de 10 años de experiencia en el área infantil, trabaja en la institución educativa Unikids de la ciudad de Ambato, en la cual pusieron en marcha un programa que estuvo a su cargo, para fomentar inteligencia emocional y social en los estudiantes, lo hicieron a través de una materia llamada “habil mind” en la cual entre varias actividades que se llevaron a cabo, ayudaron a que los niños desarrollen recursos emocionales y sociales que les favoreció en su diario vivir.

Los especialistas han proporcionado sus criterios de acuerdo a la siguiente escala de valoración: 3 = Muy de acuerdo, 2 = De acuerdo y 1 = En desacuerdo. Además podían escribir sus sugerencias si es que las tenían. Las mismas que se redactaron en los resultados de la validación.

Puntos a tomar en cuenta	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Observaciones/Sugerencias
Claridad en la redacción del texto				
La propuesta plantea un tema útil para trabajar en				

los niños				
Los objetivos de la propuesta son adecuados				
Las estrategias, actividades y tareas están acorde al desarrollo evolutivo de los chicos				

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: Manuel de estilo 2.0

Resultados de la valoración por especialistas

Especialista 1: La propuesta plantea el desarrollo de habilidades útiles para manejarse adecuadamente en los diferentes grupos sociales en los que convive un niño y que así esté listo para enfrentar en el futuro diferentes problemas y situaciones a los que están expuestos como el consumo de sustancias psicoactivas, sexualidad irresponsable, violencia, apatía por el valor de la familia, consumismo, irrespeto.

En este sentido, la autora debe considerar que si bien el desarrollo de las habilidades es individual esta se logran en colectivos, pues tienen un carácter eminentemente social. Razón por la cual se recomienda que se evalúe la posibilidad de desarrollar un proyecto que acoja otros espacios donde interacciona

el niño, de manera que transversalice la influencia formativa, como por ejemplo en este caso la escuela, aspecto que se cree maximiza el éxito del programa.

Los objetivos planteados son correctos en relación a lo que se pretende desarrollar y la mayoría de las actividades del programa están acorde a la edad de los estudiantes, podría incluirse más juegos, tomando en cuenta que esto permite que los participantes disfruten a través de la diversión.

Especialista 2: Expone que la propuesta es pertinente ya que encierra actividades innovadoras, que buscan sobre todo que los niños logren un desarrollo integral saliendo de lo rutinario específicamente hablando en relación al tema de la tecnología, que en la actualidad invade los hogares.

Se recomienda especificar detalladamente a los padres de los participantes los procedimientos de aplicación, desarrollo del programa, las actividades que pretenden realizarse, así como las condiciones de su implementación, y hacerlos firmar su autorización para asistir al mismo en el caso de estar de acuerdo, con lo cual se busca protección ante posibles inconvenientes que pueden darse, como ya se ha visto en la práctica, debido a creencias, desacuerdos o cualquier cuestión que pueda surgir.

Finalmente se resalta la importancia de crear conciencia en los padres acerca de que ellos son pieza clave para que las habilidades para la vida se conviertan en un estilo de vida y no un simple aprendizaje que se olvida con el tiempo, por ello una vez que el programa se ejecute debe lograrse un comprometimiento por parte de ellos tomando en cuenta que son agentes de cambio.

Se sugiere además que se incluyan actividades con los padres en espacios de recreación, promoviendo un vínculo fuerte entre cuidadores y niños. Por ejemplo para el cierre de la intervención podrían planificar un paseo familiar en el cual se anclen recuerdos que motiven a la práctica de las HpV.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones:

La sistematización de la teoría relacionada con las Habilidades para la Vida permitió comprender las dimensiones del concepto, su evolución histórica desde las definiciones de varios autores en el campo internacional y regional, pero sobre todo asumir una idea con posibilidades de aplicación en el contexto en el que se desarrolla la investigación. Las diversas maneras de concebirlas dejan espacio también a conocerlas como habilidades socioemocionales, o herramientas útiles que favorecen el bienestar de los sujetos. Las investigaciones realizadas en varios países de Latinoamérica como Chile y Colombia promueven su desarrollo a través de programas o intervenciones preventivas y también terapéuticas, lo que da luz para recontextualizar y reconfigurar intervenciones en el Ecuador, donde es un tema reciente demandado desde las políticas y la investigación empírica.

El diagnóstico realizado en la población de estudio realizado a través de observaciones reveló que, la mayoría de niños exhiben descontrol de emociones, poca creatividad y flexibilidad para resolver conflictos, dificultades para establecer relaciones positivas con sus pares, necesidad urgente de que se les enseñe a comunicarse asertivamente para que así puedan demostrar empatía y amabilidad en su trato con los demás, y finalmente formas de relajación para manejar el malestar que puede desencadenarse ante el surgimiento de conflictos.

Con la intención de dar respuesta a los problemas encontrados en los niños que asisten al centro psicológico AQUA se diseñó un programa integral para desarrollar las diez Habilidades para la Vida, caracterizado por actividades que impulsan las áreas cognitivas, emocionales y sociales acorde con la edad de los participantes.

En la construcción del programa se requirió las valoraciones de especialistas lo cual permitió mejoras en el producto, el cual fue considerado como necesario

ejecutarlo ya que posee actividades estructuradas acorde a la edad de los niños y además incluye la participación de los padres.

Recomendaciones:

Tomando en cuenta que existe la necesidad de aplicar el programa integral en la población de estudio, sería pertinente que los niños asistan a los talleres que se planificaron para desplegar cada habilidad. Además durante su aplicación se requeriría determinar con mayor exactitud si existen cambios significativos en las conductas de los participantes, por lo que el diseño experimental tomaría estos datos para la comparación una vez concluido el estudio.

Se recomienda que los padres y los profesores conozcan de manera concisa el tema de las Habilidades para la Vida, y que posean salud mental para promocionarlas, pues más que una mera clase impartida se las debe hacer parte de un estilo de vida, ya que como explica la teoría se las interioriza en gran parte a través del aprendizaje por observación. Razón que justifica una nueva línea de investigación al entorno familiar.

BIBLIOGRAFÍA

- Andrés, M., & Castañeiras, C., & Stelzer, F., & Canet Juric, L., & Introzzi, I. (2016). Funciones Ejecutivas y Regulación de la Emoción: evidencia de su relación en niños. *Psicología desde el Caribe*, 33 (2), 169-189. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21351764005>

- Arab, M. (2017). Orientar para crecer: programa de orientación de prekínder a cuarto medio. Retrieved from <https://ebookcentral.proquest.com>

- Auné, S; Blum, D., Abal Facundo, J P; Lozzia, G S., Horacio, F A., (2014). La conducta prosocial: Estado actual de la investigación. *Perspectivas en Psicología: Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 11(2), 21-33. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=483547666003>

- Becerra, O. (Mayo 2012). Elaboración de Instrumentos de Investigación. En Peñaloza y Osorio (Presidencia), *Curso para la Elaboración de Instrumentos de investigación*. Llevado a cabo en Venezuela.

- Bernal, A. (2010) *Metodología de la investigación administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Colombia: Editorial Pearson Educación

- Bisquerra Alzina, R., Hernández Paniello, S., (2017). Psicología positiva, educación emocional y el programa aulas felices. *Papeles del Psicólogo*, 38(1) 58-65. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77849972006>

- Bello, D. (2009). Alternativa psicopedagógica para la educación de la inteligencia emocional en niños con dificultades en el aprendizaje. Retrieved from <https://ebookcentral.proquest.com>

-Cabrera, V. (2012). Desarrollo de Habilidades Sociales en adolescentes varones de 15 a 18 años del Centro Municipal de Formación Artesanal Huancalvilca de la ciudad de Guayaquil (tesis de grado) Universidad de Guayaquil, Ecuador.

-Contreras, E. (2013). El concepto de estrategia como fundamento de la planeación estratégica. *Pensamiento & Gestión*, (35), 152-181. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64629832007>

-Constitución de la República del Ecuador. (2008). Publicada en Registro Oficial 449 del 20 de octubre de 2008. Ecuador.

- Genise, G. (2016). Terapia de resolución de problemas en un paciente con Trastorno Negativista Desafiante. *Psiencia. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 8 (1), 1-10. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=333145838003>

-González fragoso, C., Ampudia Rueda, A., Guevara Benítez, y., (2012). Programa de intervención para el desarrollo de habilidades sociales en niños institucionalizados. *Acta Colombiana de Psicología*, 15(2), 43-52. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79825836008>

-Instituto de la Estadística de la UNESCO. (2016). Habilidades para el progreso social: El poder de las habilidades sociales y emocionales. Recuperado de: <http://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/123456789/4848/Habilidades%20para%20el%20progreso%20social%20el%20poder%20de%20las%20habilidades%20sociales%20y%20emocionales.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

-Jerez, D. (2017). Las habilidades sociales y el rendimiento académico de los estudiantes del noveno año de Educación Básica de la Unidad Educativa Tomás Sevilla, de la parroquia Unamuncho, del cantón Ambato, provincia de Tungurahua (tesis de pregrado). Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.

-Lacunza, A. (2012). Las intervenciones en habilidades sociales: revisión y análisis desde una mirada salugénica. *Psicodebate*, 12 (), 63-84. Doi: 10.18682/pd.v12i0.367

-Leiva, L., George, M., Antivilo, A., Squicciarini, A M., Simonsohn, A., Vargas, B., Guzmán, J. (2015). Salud mental escolar: Logros de una intervención preventiva en salud mental en niños y niñas del primer ciclo de enseñanza básica. *Psicoperspectivas*, 14(1) 31-41. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=171033736004>

-Ley Orgánica de Educación Intercultural. Publicado en el Suplemento del Registro Oficial No. 754 de 26 de julio de 2012. Ecuador.

- López-Sánchez, I., Hernández-Fernández, E., (2013). El diálogo “Habilidades para la Vida-Resiliencia”, una ojeada desde el acontecer docente educativo. *EduSol*, 13(42), 1-12. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=475748681001>

-Mantilla-Uribe, B., & Oviedo-Cáceres, M., & Hernandez-Quirama, A., & Hakspiel-Plata, M. (2015). Intervención educativa con docentes: fortalecimiento de habilidades psicosociales para la vida y hábitos saludables con escolares en Bogotá. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 33 (3), 407-413. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=12041781010>

- Mantilla-Uribe, B. (2016). Efectividad del proceso de formación de escolares de 32 colegios públicos en habilidades psicosociales y hábitos saludables en Engativá-Bogotá D.C. *Aquichan*, 16(4), 462-472.

Retrieved from <https://search.proquest.com/docview/1870625984?accountid=38658>

-Martínez, V. (2013). Métodos, técnicas e instrumentos de investigación. Recuperado de

http://www.academia.edu/6251321/M%C3%A9todos_t%C3%A9cnicas_e_instrumentos_de_investigaci%C3%B3n

-Martínez, V. (2014). Habilidades para la Vida: una propuesta de formación humana. Itinerario Educativo, xxviii (63), 61-89. Recuperado de <http://www.revistas.usb.edu.co/index.php/Itinerario/article/download/1488/1257>

-Ministerio de Educación. (2018). No. MINEDUC-2018-00089-A 2018. Acuerdo Ministerial para reformar la carga horaria de los estudiantes con una nueva asignatura. Publicada el 27 de septiembre de 2018. Ecuador.

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

- Patrício do Amaral, M., Maia Pinto, F J., Bezerra de Medeiros, C R; (2015). Las habilidades sociales y el comportamiento infractor en la adolescencia. Subjetividad y Procesos Cognitivos, 19(2), 17-38. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=339643529001>

- Pérez De La Barrera, C. (2012). Habilidades para la vida y consumo de drogas en adolescentes escolarizados mexicanos. Adicciones, 24(2), 153-160. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122912008>

-Pérez, U. (2014). Desarrollo de habilidades personales y sociales de las personas con discapacidad: UF0799. Madrid, ES: Editorial Tutor Formación. Retrieved from <http://www.ebrary.com>

- Pinto, Z., Sepúlveda L., (2013). La escuela de hoy: una mirada desde el enfoque de habilidades para la vida. En Aracely Burgos Ayala, Vega Torres Daniel Roberto y Moreno García José Edidson. (Ed.), Instituciones Educativas

Vivas (pp.309-322). Tunja, Colombia: Fundación Universitaria Juan de Castellanos.

-Plummer, D. (2014). Cómo ayudar a los niños a superar el estrés y la ansiedad. Retrieved from <http://www.ebrary.com>

- Real Academia Española. (2014) Diccionario de la lengua española [versión electrónica]. Madrid: Espasa: IBM, <http://www.rae.es/diccionario-de-la-lengua-espanola/la-23a-edicion-2014>

- Reina Valera 1960

-Rekalde, Itziar., Vizcarra, Maria Teresa., Macazaga, Ana María. (2014). La Observación Como Estrategia De Investigación Para Construir Contextos De Aprendizaje Y Fomentar Procesos Participativos Educación XX1, vol. 17, núm. 1, Universidad Nacional de Educación a Distancia Madrid, España. <http://www.redalyc.org/pdf/706/70629509009.pdf>

-Ruiz, L., Rodríguez, T., Martínez, A., Núñez, E. (2014). Creciendo con atención y consciencia plena. Mindfulness. Rev Pediatr Aten Primaria, (16), 169-79. Recuperado de http://archivos.pap.es/FrontOffice/PAP/front/Articulos/Articulo/IXus51_LjPrybeRSKzGDELgjLuSoZWKI

- Rodríguez, R. (2015). Análisis de la percepción sobre el manejo de las habilidades sociales en familias puertorriqueñas con niños superdotados. Madrid, ESPAÑA: Universidad Complutense de Madrid. Retrieved from <http://www.ebrary.com>

- Rosales, J., Alonso, S., Caparrós, M., & Molina, I. (2013). Habilidades sociales. Madrid, ES: McGraw-Hill España. Retrieved from <http://www.ebrary.com>

-Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo. (2017). Resolución No. CNP-003-2017. Plan Nacional de Desarrollo 2017-2021. Toda una Vida. Publicada el 22 de septiembre de 2017. Ecuador.

-Vásquez, É. (2017). Estudio de las conductas prosociales en niños de San Juan de Pasto. *Psicogente*, 20 (38), 282-295. doi: [10.17081/psico.20.38.2549](https://doi.org/10.17081/psico.20.38.2549)

ANEXOS

Anexo1

Registro anecdótico

Nombre: Diana Garcés

Fuente: Primaria

Técnica: Observación

Tipo: Participante

Instrumento: Registro anecdótico

Sujetos a quienes está dirigido: Estudiantes del Centro Psicológico AQUA

Objetivo: Recopilar hechos o situaciones de significación que permitan analizar, qué habilidades para la vida presenta un sujeto.

Sujeto	Fecha	N°	Rasgos, anécdotas, hechos, situaciones

Anexo 2

Ficha de observación

Fuente: Primaria

Técnica: Observación

Tipo: No Participante

Instrumento: Ficha de observación

Sujetos a quienes está dirigido: Estudiantes del Centro Psicológico AQUA

Objetivo: Identificar rasgos o conductas relacionadas con las HpV					
5: Siempre 4: Frecuentemente 3: De vez en cuando 2: Pocas veces 1: Nunca					
Aspectos	Opciones				
En relación al autoconocimiento					
Verbaliza sus gustos o intereses.	5	4	3	2	1
Reconoce sus fortalezas y debilidades.	5	4	3	2	1
El niño se muestra accesible (conversa y expone sus ideas, sentimientos lo que le desagrada o molesta) para saber que hay en su mundo interno.	5	4	3	2	1
En relación a la comunicación asertiva					
Expone de forma clara y en tono amable lo que piensa.	5	4	3	2	1
Expone de forma clara y en tono amable lo que siente.	5	4	3	2	1
Expone de forma clara y en tono amable lo que necesita.	5	4	3	2	1
En relación a la toma de decisiones					
Busca algunas alternativas posibles antes de tomar decisiones.	5	4	3	2	1

Analiza las posibles consecuencias de las decisiones antes de ejecutarlas.	5	4	3	2	1
Escucha atentamente diferentes opiniones que le ayudan a tomar decisiones.	5	4	3	2	1
En relación al pensamiento creativo					
Busca analizar las cosas desde puntos de vista diferentes.	5	4	3	2	1
Le agrada ser original y hacer cosas novedosas y con detalles en trabajos, dibujos, actividades, manualidades.	5	4	3	2	1
Muestra ingenio para resolver problemas.	5	4	3	2	1
En relación al manejo de emociones y sentimientos					
Reconoce y verbaliza sus emociones	5	4	3	2	1
Controla sus emociones	5	4	3	2	1
Se da cuenta que sus manifestaciones orales o conductuales influyen en su relación con los demás y que el manejo de emociones permite forjar relaciones sanas tanto con el entorno como con el sí mismo.	5	4	3	2	1
En relación a la empatía					
Reconoce las emociones de familiares y amigos, entendiendo lo que les ocurre y trata de acercarse para ayudarlos.	5	4	3	2	1
Verbaliza que alguien está enojado por el lenguaje corporal que observa.	5	4	3	2	1
Verbaliza o muestra su tristeza cuando algún familiar o amigo sufre.	5	4	3	2	1
En relación a las relaciones interpersonales					
Socializa con facilidad	5	4	3	2	1

Hace amigos y logra mantener las relaciones a lo largo del tiempo.	5	4	3	2	1
Se da cuenta de quien le impide el crecimiento personal, y busca ayuda para poner límites en este punto.	5	4	3	2	1
En relación a la solución de problemas y conflictos.					
Busca solución a los problemas.	5	4	3	2	1
Cuando tiene un problema se angustia o llora y se desespera.	5	4	3	2	1
Pide ayuda para resolver algo que no puede o no sabe cómo hacerlo.	5	4	3	2	1
En relación al pensamiento crítico					
Cuando no está de acuerdo con alguien, se lo hace saber.	5	4	3	2	1
Defiende sus ideas con lógica y sin pelear. Y si algo no le convence investiga o busca opiniones de adultos sobre determinado tema que esté en desacuerdo.	5	4	3	2	1
Es capaz de sacar sus propias conclusiones de la realidad.					
Manejo de tensiones y estrés					
Reconoce y verbaliza lo que le genera incomodidad o estrés. (Pueden ser personas y/o situaciones)	5	4	3	2	1
Pide ayuda para tranquilizarse.					
Sabe cómo relajarse y lo aplica.					

Anexo 3

Entrevista a padres

Técnica: Entrevista

Tipo: Estructurada

Fuente: Primaria

Instrumento: Guía de entrevista

Sujetos a quienes está dirigido: Padres de los niños que asisten al Centro Psicológico AQUA

Objetivo: Valorar la percepción de los padres de familia de los niños acerca de la realización de un programa integral que permita desplegar las HPV	
Ítem	Respuesta
¿Sabía usted que según la OMS 1993 las HpV son diez destrezas psicosociales (autoconocimiento, comunicación asertiva, pensamiento crítico, solución de problemas, toma de decisiones, pensamiento creativo, empatía, autocontrol, capacidad para relajarse, relaciones interpersonales) que les facilitan a las personas enfrentarse con éxito a las exigencias y desafíos de la vida diaria?	
¿Considera usted que se debería crear un programa debidamente estructurado y planificado para desarrollar las HpV?	
¿Estaría dispuesto a enviar a su niño a un programa integral para desarrollar habilidades para la vida?	
¿Qué tipo de actividades cree usted que debería incluirse en el programa?	
¿Considera usted que el programa debe crear espacios de dialogo con los padres a lo largo de la ejecución del programa integral, lo cual permita valorar si existen cambios en el comportamiento de los participantes?	

Anexo 4

Esquema de la Ficha de valoración de los especialistas

Título de la propuesta:

Programa integral para el desarrollo de las Habilidades Para la Vida en niños de básica media que asisten al centro de apoyo psicopedagógico AQUA.

1. Información acerca del especialista

Nombres y apellidos:

Grado académico:

Experiencia en el área:

2. Autovaloración del especialista

Marcar con una X

Fuentes de argumentación de los conocimientos sobre el tema	Alto	Medio	Bajo
Conocimientos teóricos sobre la propuesta.			
Experiencias en el trabajo profesional con la población estudiada			
Referencias de propuestas similares en otros contextos			
TOTAL			
Observaciones:			

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: Manual de estilo 2.0

3. Valoración de la propuesta

Marque con una X

Puntos a tomar en cuenta	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Observaciones/Sugerencias
Claridad en la redacción del texto				
La propuesta plantea un tema útil para trabajar en los niños				
Los objetivos de la propuesta son adecuados				
Las estrategias, actividades y tareas están acorde al				

desarrollo evolutivo de los chicos				
---	--	--	--	--

.....

Firma

Anexo 5

Fichas de valoración de los especialistas

Título de la propuesta:

Programa integral para el desarrollo de las Habilidades Para la Vida en niños de básica media que asisten al centro de apoyo psicopedagógico AQUA.

1. Información acerca del especialista

Nombres y apellidos: Lucía Almeida Márquez

Grado académico:

- Magister en Ciencias de la Educación
- Doctora en Psicología Infantil y Psicorehabilitación
- Diplomado en docencia universitaria

Experiencia en el área:

- Psicóloga en la Unidad Educativa Atenas Consultorio psicológico: asesoramiento a padres, evaluación a los niños, estudios de casos con el equipo interdisciplinario, programas de inclusión educativa, talleres y charlas. 199-2001
- Psicóloga infantil en Unidad Educativa Unikids. Principal actividad desarrollada: entrevista y asesoramiento a padres, evaluación y diagnóstico a niños. 2010-2012

Participación en encuentros, jornadas, congresos y otros eventos:

- Ponencia: Diseño de un Cuestionario de Habilidades de Adaptación Conductual para Adolescentes. 2016
- Ponencia: Madurez Neuropsicológica en Niños y Niñas de 36 a 78 meses de edad. 2012

Trabajos de investigación:

- Manual de manejo de crisis evolutivas en niños de 0 a 5 años con enfoque humanista. 2011-2012
- Diseño de un cuestionario de habilidades de adaptación conductual para adolescentes. 2015-2016

2. Autovaloración del especialista

Alto: 2

Medio: 1

Bajo: 0

Marcar con una X

Fuentes de argumentación de los conocimientos sobre el tema	Alto	Medio	Bajo
Conocimientos teóricos sobre la propuesta.	X		
Experiencias en el trabajo profesional con la población estudiada	X		
Referencias de propuestas similares en otros contextos	X		
TOTAL	6		
Observaciones:			

Elaborado por: Diana Garcés

Fuente: Manual de estilo 2.0

3. Valoración de la propuesta

3: Muy de acuerdo; 2: De acuerdo; 1: En desacuerdo

Marque con una X

Puntos	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Observaciones/Sugerencias
tomar en cuenta				
Claridad en la redacción del texto				
La propuesta plantea un tema útil para trabajar en los niños	X			
Los objetivos de la propuesta son adecuados	X			
Las estrategias, actividades y tareas están acorde al desarrollo evolutivo de los chicos	X			
Total	12			


Firma

Anexo 6

Fichas de valoración de los especialistas

Título de la propuesta:

Programa integral para el desarrollo de las Habilidades Para la Vida en niños de básica media que asisten al centro de apoyo psicopedagógico AQUA.

1. Información acerca del especialista

Nombres y apellidos: Ana Mabel Granda Gómez

Grado académico:

- Psicóloga Clínica Registro: 1027-2017-1905364
- Título a obtener: Máster en Neuropsicología y Educación.
Lugar o Ciudad: Madrid-Online
Institución: Universidad Internacional de La Rioja

Experiencia en el área:

- Certificación en Trastornos de la Infancia y Adolescencia
Centro de Formación Continua Poliestudios. Universidad Tecnológica Indoamérica. 2016
- Certificación en Problemas de Aprendizaje. Centro de Formación Continua Poliestudios. Universidad Tecnológica. Indoamérica. 2016

Participación en encuentros, jornadas, congresos y otros eventos:

- Directora del proyecto "mente hábil" programa para el desarrollo de Habilidades Para la Vida en niños de 5 a 12 años de la Unidad Educativa UK School. 2016-2017
- Líder del proyecto para el desarrollo de habilidades socioemocionales en la Unidad Educativa Uk School. 2017-2018

2. Autovaloración del especialista

Alto: 2

Medio: 1

Bajo: 0

Marcar con una X

	Alto	Medio	Bajo
Fuentes de argumentación de los conocimientos sobre el tema			
Conocimientos teóricos sobre la propuesta.	X		
Experiencias en el trabajo profesional con la población estudiada	X		
Referencias de propuestas similares en otros contextos	X		
TOTAL	6		
Observaciones:			

Elaborado por: Diana Garoto
Fuente: Manual de estilo 2.0

3. Valoración de la propuesta

3: Muy de acuerdo; 2: De acuerdo; 1: En desacuerdo

Marque con una X

Puntos	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Observaciones/Sugerencias
tomar en cuenta				
Claridad en la redacción del texto	X			
La propuesta plantea un tema útil para trabajar en los niños	X			
Los objetivos de la propuesta son adecuados	X			
Las estrategias, actividades y tareas están acorde al desarrollo evolutivo de los chicos	X			
Total	12			

[Firma manuscrita]

1803487352.

Firma