

# DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES EN LA ESCUELA:

experiencia de una  
estrategia de prevención<sup>1</sup>

Ma. de Lourdes Gutiérrez López   
Jorge Ameth Villatoro Velázquez

## Resumen

Investigaciones han mostrado que si los niños y niñas reciben intervenciones preventivas desde edades tempranas, dirigidas a favorecer el desarrollo de hábitos de vida saludables y desarrollo de habilidades adecuadas, se evita involucrarse en conductas riesgosas como el consumo de drogas. El presente artículo pretende mostrar los resultados de la evaluación del *Programa de prevención en salud mental y adicciones “Dejando Huellitas en tu Vida”* con niños y niñas de 2° a 5° grado de primaria, enfocado al desarrollo de habilidades sociales.


En cuanto a las habilidades sociales aprendidas, se encontró que después de la intervención del Programa de prevención, los niños y niñas habían desarrollado una mejor asertividad en sus relaciones, había aumentado su autoestima, sus conductas positivas, tenían mejor manejo de emociones, mayor tolerancia a la frustración y menos discriminación hacia los otros.

## Antecedentes

Diversas investigaciones han mostrado que si los niños y niñas reciben intervenciones preventivas desde edades tempranas, dirigidas a favorecer el desarrollo de hábitos de vida saludables y desarrollo de habilidades adecuadas, se evita involucrarse en conductas riesgosas como el consumo de drogas (Sáenz, 2001). Por lo cual, es importante que la prevención del consumo de sustancias, y en aspectos de

---

 Licenciada en psicología por el *Centro Cultural Universitario Justo Sierra*, ha tenido formación psicoanalítica y de terapia familiar sistémica a nivel maestría. Ha participado como coordinadora de diversas encuestas para estudiantes y hogares en el *Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz* (INPRFM). Cuenta con diversas publicaciones; actualmente es coordinadora del *proyecto de prevención en niños de primaria “Dejando Huellitas en tu Vida”* dentro la *Unidad de Encuestas y Análisis de Datos* del INPRFM. Contacto: [wodahs@imp.edu.mx](mailto:wodahs@imp.edu.mx).

 Licenciado en psicología por la *Universidad Nacional Autónoma de México*. Catedrático, Asesor e Investigador. Cuenta con más de 130 artículos publicados en revistas nacionales e internacionales. Actualmente trabaja sobre el diagnóstico y la prevención del consumo de drogas en niños y adolescentes dentro la *Unidad de Encuestas y Análisis de Datos* del INPRFM, responsable de los estudios en comunidad escolar en alcohol, tabaco y otras drogas. Contacto: [ameth@imp.edu.mx](mailto:ameth@imp.edu.mx).

<sup>1</sup> Colaboraron en la elaboración del presente artículo: la Lic. Lianed Gaytán López; la Lic. Amalia Isabel Sandoval García y el Lic. Ricardo Gaytán Flores.

salud mental en general, se inicie durante la infancia, antes de que se establezcan sus creencias y expectativas acerca del consumo de drogas, ya que cuando los individuos no están preparados para el intercambio social, se pueden generar emociones negativas y confusas, que interfieren con su bienestar (López, 2008).

Por lo demás, una conducta socialmente competente durante la infancia puede constituir un punto importante para el desarrollo y preparación del repertorio interpersonal posterior de un individuo (Michelson, Sugai, Wood & Kazdin, 1987). Así, los programas de entrenamiento en habilidades sociales han demostrado ser efectivos en la prevención del consumo de drogas como el alcohol, tabaco y marihuana (Palinkas *et. al.*, 1996). Por lo tanto, es necesario ofrecer alternativas de prevención en la familia y en el ámbito escolar (Tello, 2005).

Específicamente, la escuela es un lugar idóneo para la promoción de la salud, en el que los niños y niñas pueden desarrollar aptitudes interpersonales para una mejor adaptación social, una buena autoestima, mayor asertividad, apego escolar y oportuno control de estrés (ONUDD, 2006 en Prieto, 2009).

Las habilidades sociales en los niños y niñas no sólo son importantes para relacionarse con sus compañeros, sino que les permite asimilar los papeles y las normas sociales. Según Caballo (1986), las habilidades sociales permiten aumentar la autoestima, la integración del niño o niña en el grupo, expresar sentimientos, actitudes, deseos, opiniones y derechos de un modo adecuado, respetando esas conductas en los demás, resolviendo problemas de forma inmediata lo que reduce la probabilidad de que aparezcan futuros problemas, todas ellas son conductas socialmente habilidosas.

Precisamente, un equilibrio entre la cognición y las habilidades sociales, derivará en individuos competentes no solo para afrontar retos cognitivos, sino para gestionar soluciones integrales mediante la aplicación de habilidades de negociación, trabajo en equipo, asertividad y manejo de conflictos, entre otros. Por ello, las habilidades sociales adquiridas en la infancia se han considerado como un buen predictor de ajuste psicológico, social y escolar (Valles *et. al.*, 1996).

En contraste, se ha observado que una baja autoestima en los niños y niñas a menudo se encuentra relacionada con fracasos escolares, delincuencia y drogadicción, depresión, ansiedad, apatía, aislamiento y pasividad (Reasoner, 1982; Beck, 1967; Rosenberg, 1962 & Coopersmith, 1967 en Verduzco *et. al.*, 1989).

Es por ellos que los diversos estudios que muestran que la edad de inicio de consumo de drogas es cada vez menor, señalan la necesidad de instrumentar intervenciones preventivas desde edades más tempranas (Medina-Mora *et. al.*, 2003, Villatoro *et. al.*, 2003), que se dirijan a favorecer el desarrollo de hábitos de vida saludables, así como el desarrollo de habilidades adecuadas que les eviten involucrarse en conductas riesgosas como el consumo de drogas (Sáenz, 2001).

Además, investigaciones internacionales (OMS, 1997) incluyen las habilidades sociales como el núcleo de la realización de programas de prevención en salud física y mental, concluyendo que los programas de prevención para abuso de sustancias con este objetivo obtienen mejores resultados. Además, los trabajos sobre factores asociados al consumo de drogas muestran la importancia del contexto familiar, escolar y del grupo de amistades en los niños y niñas para su prevención, que se recomienda iniciar desde la infancia (Villatoro *et. al.*, 2007).

Para Monjas y González (López, 2008), las técnicas más utilizadas para modificar las habilidades sociales son las conductuales, como: modelado o imitación, juego de roles o representaciones; acompañada de técnicas cognitivas como la reestructuración cognitiva, el entrenamiento; en relajación y en resolución de problemas interpersonales. La aplicación de este tipo de programas en la etapa infantil implica un fortalecimiento de conductas para la interacción social; por lo que su integración en la primaria se convierte en una estrategia de efecto multiplicador.

Así las habilidades sociales, en el ámbito preventivo, cumplen una función relevante propiciando el desarrollo de individuos preparados para la convivencia; para participar en actividades de grupo rebasando prejuicios sociales y valorando las diferencias de los que lo rodean (López, 2008).

Por ello, lejos de implicar un debilitamiento de la enseñanza tradicional, la inclusión de las habilidades sociales en los currículos educativos es un complemento

indispensable para el desarrollo cognitivo (López, 2008), que incluso tiene alcances preventivos puesto que muchos de los problemas de aprendizaje se originan en el ámbito emocional.

Sin embargo, los intentos de desarrollar programas eficaces de tratamiento han resultado costosos y difíciles, además de obtener resultados moderados (Dusenbury & Botvin, 1992; Botvin, 1995). En México existe poca evidencia sobre modelos efectivos y costo-beneficios para programas dirigidos a la población infantil que trabajen las habilidades sociales, solución de problemas y manejo de emociones, como modelos para prevenir conductas problemáticas como el uso de drogas, conducta antisocial, un pobre rendimiento académico, entre otras.

Por lo anterior, el *Programa de prevención "Dejando Huellitas en tu vida"* propone una intervención efectiva enfocada en los niños y niñas, para el desarrollo de diversas habilidades sociales, como la asertividad, el apego a la escuela, la aceptación de los otros, la motivación al logro, el autocontrol, entre otras, con el propósito de ayudar a controlar y disminuir los índices de los problemas señalados. A continuación se presentan los resultados del Programa.

### Objetivo

Evaluar el *Programa de prevención en salud mental y adicciones "Dejando Huellitas en tu Vida"*, enfocado al desarrollo de habilidades sociales, con niños y niñas de 2° a 5° grado de primaria.

### Método

Por el diseño del estudio, que tiene el objetivo de recabar datos para evaluar la efectividad del Programa, se requirió de dos escuelas con estructura académica similar y características socioculturales lo más parecidas posibles, una de ellas fue elegida al azar para ser *Escuela Control* y la otra se definió como *Experimental*. Por cuestiones éticas, se planteó que ambas escuelas recibirían la intervención del Programa pero en momentos distintos; la primera aplicación se realizó durante el ciclo 2008-2009 y la segunda en el ciclo 2009-2010; sin embargo, se realizaron mediciones desde el primer momento en ambas escuelas, para poder contrastar la evolución de los niños y niñas durante el tiempo que duró el estudio.

En total, se realizaron cuatro mediciones que son: al inicio, al final de la intervención en el grupo experimental y luego dos mediciones más con lapsos de seis meses aproximadamente entre ellas, en la tercera medición se inició la intervención en el grupo control. Se utilizó un diseño mixto, debido a que se tienen al menos cuatro evaluaciones entre los primeros dos grupos de la primera fase, lo cual nos ayudará a conocer si el uso de las habilidades sociales que se pretenden desarrollar, se mantienen en el tiempo cuando ya no está presente la intervención.

Es muy importante resaltar que los niños y niñas tuvieron la misma oportunidad de formar parte de todas las actividades y la única razón de que se les excluyera fue la falta de consentimiento expreso de sus padres o madres, criterio que se aplicó en todos los casos, en ambas escuelas.

### Población

Se trabajó con todos los niños y niñas de 2° a 5° grado de primaria de las dos escuelas. En la *Escuela Experimental*, la muestra total fue de 376 niños y niñas (49.5% hombres y 50.5% mujeres). En cuanto a la *Escuela Control*, el total de la muestra fue de 348 niños y niñas (49.5% hombres y 50.5% mujeres).

### Instrumentos

Para conocer la efectividad del Programa de prevención, se utilizaron varios instrumentos para los niños y niñas, pero también se evaluó la perspectiva de los padres y de los maestros y maestras. Se utilizaron tres tipos de cuestionarios para niños y niñas, el de *Habilidades Sociales*, el de *Aprendizaje* y el de *Evaluación Final*.

El *Cuestionario de Habilidades Sociales* mide las conductas de relación de los niños y niñas con su entorno. Este cuestionario se compone de diez áreas: *Apego escolar*, *Asertividad*, *Autoestima*, *Conductas positivas*, *Motivación al logro*, *Uso de la Agresión*, *Manejo de emociones*, *Identificación de emociones*, *Tolerancia a la frustración* y *Discriminación*.

Este instrumento de habilidades sociales se validó con un análisis factorial con rotación oblicua y considerando cargas factoriales de 0.40 o mayor. Se obtuvieron seis áreas de habilidades sociales, *comunicación/socialización* (6 reactivos), *autocontrol* (3 reactivos), *habilidad para planificar* (3 reactivos), *asertividad* (4 reactivos), *empatía* (5 reactivos) y *conocer y expresar los sentimientos* (5 reactivos), todos ellas con niveles de confiabilidad elevados, con *alphas de cronbach* superiores a 0.60.

El *Cuestionario de Aprendizaje* está diseñado para evaluar los posibles problemas de dislexia, digrafía y dislalia (que se pueden volver un impedimento en el aprovechamiento del niño y niña y esto repercute en otras áreas de su vida). Este cuestionario está adaptado en grado de dificultad de acuerdo a las competencias de cada año escolar. El *Cuestionario de Evaluación Final*, consiste en una serie de preguntas que recaban información acerca de la percepción de los niños y niñas hacia el Programa; se les pide que den su propuesta para mejorar.

Con los padres de familia (o familiar encargado), se utilizaron dos tipos de cuestionarios. El primero de ellos, es la *Ficha de Identificación*, donde se les pide llenen un registro para conocer el entorno donde vive el niño o niña y algunos datos sobre los integrantes de la familia que viven bajo el mismo techo. Esta *Ficha de Identificación* también es de ayuda para el seguimiento de cada caso.

Además, se les pide que contesten el *Cuestionario para Padres*, las áreas que valora éste son: *percepción de los padres sobre las habilidades sociales y conductas que poseen sus hijos o hijas*, *los estilos de crianza que llevan a cabo con sus hijos o hijas* (Alabama) y la *Escala de Maltrato* (Villatoro et al. 2006). Finalmente, a los maestros y maestras se les aplicó un cuestionario para conocer su perspectiva sobre las conductas problemáticas que observaban de manera general en el salón de clases y en la escuela.

## Procedimiento del Programa

37

Antes de comenzar la aplicación del Programa de prevención, se dio a conocer a los directivos, maestros y maestras de ambas escuelas, los contenidos y la estructura del programa "*Dejando Huellitas en tu vida*".

Posteriormente, se organizó en coordinación con la escuela una junta con los padres de familia para darles la bienvenida, presentarles el Programa y tener su consentimiento de que sus hijos o hijas participen. También se aprovechó para que contestaran la *Ficha de Identificación* y el *Cuestionario de Padres*.

De igual manera se pidió a los maestros, maestras y directivos llenar dos cuestionarios, uno para ver conductas específicas en el grupo y otro para evaluar el ambiente general de la escuela y del grupo.

Al inicio de la intervención se aplicó en ambos grupos (*Experimental* y *Control*), el *Cuestionario de Habilidades Sociales* a los niños y niñas de 2° a 5° grado. A la par de ésta primera evaluación se realizó un *tamiz de Aprendizaje*, con la finalidad de detectar problemas en esta área. Una vez concluida la primera evaluación se trabajó con el libro de actividades en la *Escuela Experimental*.

Cuando el Programa llegó a la mitad de la intervención (el tercer mes de trabajo con el libro aproximadamente), en comunicación cercana con los maestros y maestras, se detectaron algunos niños y niñas que requirieron atención especial, se citó a los papás para ahondar en la problemática y canalizarles a instituciones especializadas. Estos niños y niñas tuvieron un seguimiento después de seis meses una vez terminado el Programa de intervención.

Una vez concluida la intervención del Programa de prevención, se pidió a los niños y niñas del *Grupo Experimental* que realizaran una evaluación general (*Cuestionario de Evaluación final*). También se realizó la segunda evaluación del *Cuestionario de Habilidades Sociales* en ambas escuelas. Asimismo, los padres de familia, maestros y maestras, contestaron los cuestionarios correspondientes. Para finalizar la participación con la escuela, se llevó a cabo un *rally*, donde participaron los

niños, niñas, padres, maestros y maestras. En esta actividad no sólo se retomaron las áreas aprendidas a lo largo del Programa, sino también se promovió un momento de convivencia, compañerismo, trabajo en equipo y diversión; se manejó como un cierre de la intervención propiamente dicha.

Una vez terminada la aplicación del Programa y como parte del seguimiento a los seis meses, se colocaron carteles adicionales en la *Escuela Experimental* en fechas importantes (*Día de Muertos, Navidad y 14 de febrero*) donde se promovían las habilidades aprendidas, también se instaló un sistema de correo donde los niños y niñas escriben a *Huellitas*, de la misma manera, se les dio respuesta individual a estas cartas.

En el siguiente ciclo escolar, aproximadamente seis meses después del cierre del Programa en la *Escuela del Grupo Experimental*, se llevó a cabo la intervención de “*Dejando Huellitas en tu vida*” en la *Escuela del Grupo Control*, así como la aplicación de los formatos correspondientes tanto a padres como a maestros y maestras de la misma forma que en la *Escuela Experimental*. Una vez concluido el Programa con este grupo, se realizó una cuarta *Evaluación de Habilidades Sociales* y el seguimiento descrito anteriormente en la *Escuela del Grupo Control*.

### Consideraciones éticas

El programa de prevención “*Dejando Huellitas en tu vida*” fue avalado por el *Comité de Ética del Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz*.

### Hallazgos principales

En cuanto a las habilidades sociales aprendidas, se encontró que después de la intervención del Programa de prevención, los niños y niñas de ambas escuelas, habían desarrollado una mejor asertividad en sus relaciones, había aumentado su autoestima, sus conductas positivas, tenían mejor manejo de emociones, mayor tolerancia a la frustración y menos discriminación hacia los otros. Mediante el seguimiento de la *Escuela Experimental* se pudo observar que después de un año las habilidades que se mantuvieron fueron una mejor autoestima, el manejo de emociones, la tolerancia a la frustración y la no discriminación.

A lo largo del desarrollo del Programa pudimos observar cambios y recibimos referencias de los maestros y maestras de mejoras, principalmente en las dinámicas grupales que se evidenciaron a través de conductas claras como la disminución de burlas, comportamientos discriminatorios como aislar a compañeros y compañeras, robo, agresiones, y además se presenciaron y reforzaron los cambios en este sentido, por ejemplo, al regresar objetos que no eran suyos, preocupándose por los estados emocionales de sus compañeros (mayor empatía), compartir el juego, y animándose a seguir trabajando entre ellos y ellas.

El dotar a los niños y niñas de estrategias claras para enfrentar las situaciones de convivencia diaria, resultó en una mejora del aprovechamiento escolar tan importante en esta etapa.

A través del trabajo semanal con los grupos, los aplicadores y aplicadoras pudieron detectar que algunos niños y niñas presentaban dificultades de aprovechamiento, síntomas de desajuste emocional o conductas problemáticas que repercuten en su bienestar y rendimiento académico. Para estos casos fue necesario reunirnos con los maestros y maestras de cada grupo y con el grupo de apoyo de USAER (*Unidad de Servicio de Apoyo a la Educación Regular*), para tener referencias más claras de la situación de los niños y niñas y para incluir en esta detección a casos referidos por los y las docentes.

Después se tuvieron entrevistas con los familiares de estos niños y niñas para tratar a fondo las problemáticas detectadas, saber si los padres habían notado estas situaciones, saber qué se hacía al respecto y en caso de que necesitaran apoyo, se canalizó a instituciones especializadas y se les dio seguimiento durante la continuación del Programa y seis meses después de que terminara éste.

Por otro lado, se citaron a algunos familiares de niños y niñas en los que se observaron conductas pro-sociales y buen rendimiento académico; la finalidad de las




entrevistas fue estimular a los familiares para que los niños y niñas continúen sobre esta línea, concientizándolos sobre el trabajo positivo que han estado llevando con sus hijos e hijas.

## Conclusiones

En cuanto a las habilidades sociales, los datos muestran un efecto importante en el *Grupo Experimental*, que mostró mejores niveles en las habilidades trabajadas (conductas positivas, asertividad, comunicación familiar, identificación de sensaciones agradables y desagradables, etc.). Adicionalmente, la evaluación con los docentes, indicó que durante el tiempo que duró la intervención, disminuyeron los robos, peleas, agresiones en la escuela, etc. Asimismo, se incrementó el respeto y la colaboración en la comunidad escolar; la aceptación del Programa también fue alta por parte de los padres y madres de familias.

Los resultados muestran que el programa “*Dejando Huellitas en tu vida*” favoreció el ambiente escolar y promovió positivamente las habilidades sociales del alumnado expuestos al mismo, con un alto grado de aceptación e involucramiento por parte de la comunidad. En este contexto, se observa cómo el trabajo con la población infantil es importante para promover estilos de vida más saludables, que se espera a largo plazo ayuden a prevenir problemas de salud mental en la población.

El costo de la instrumentación de la intervención es bajo, por lo que es factible como una herramienta de prevención universal. Adicionalmente, es importante ampliar el Programa para tener contenidos diferentes por cada grado escolar, en donde se desarrollen y consoliden habilidades y se facilite la interacción con los padres y madres de familia y los docentes. 

## REFERENCIAS

- BOTVIN, G. J. *Entrenamiento en habilidades para la vida y prevención del consumo de drogas en adolescentes: consideraciones teóricas y hallazgos empíricos*. Psicología conductual. Vol. 3 Núm. 3. 1995, pp. 333–356.
- CABALLO, V. E. (1986). *Evaluación de las habilidades sociales*. Madrid. Pirámide.
- DUSENBURY, L. & Botvin, G.J. (1992). *Prevención de Abuso de Sustancias: Mejora de competencias y el desarrollo de opciones de vida positiva*. Diario de las enfermedades adictivas. 11. 29–45.
- FAGGIANO F., Vigna–Taglianti F., Versino E., Zambon A., Borracino A., y Lemma P. (2006). *Prevención del consumo de drogas ilegales en las escuelas* (Revisión Cochrane traducida)., en: *La Biblioteca Cochrane Plus*. Núm. 1. Oxford.
- López, M. (2008). *La Integración de las Habilidades Sociales en la Escuela como Estrategia para la Salud Emocional*. Revista Electrónica de Intervención Psicosocial y Psicología Comunitaria. Vol. 3. Núm. 1, pp. 16–19.
- MICHELSON, L.; Sugai, D.; Wood, R. y Kazdin, A. (1987). *Las habilidades sociales en la infancia: evaluación y tratamiento*. Barcelona. Ed. Martínez. 238 p.
- PALINKAS, L. A; Atkins, C; Miller, C. y Ferreira, D. (1996). *Social Skills Training for Drug Prevention in High-Risk Female Adolescents*. California. Preventive Medicine. Vol. 25. pp. 682–701.
- PÉREZ, P. I. (2000). *Habilidades sociales: educar hacia la autorregulación. Conceptualización, evaluación e intervención*. Barcelona. ICE–HORSORI. 77 p.
- PRIETO Cruz, C. A. (2009). *La escuela y la prevención de drogas. El profesor como un factor de protección en los procesos de prevención del consumo de drogas en la escuela primaria*. Cult. Drog. 14 (16). 61–75.
- SÁENZ Rojas, M. A. (2001). *Evaluación de proceso de un Programa de Prevención de drogas en la escuela primaria costarricense*. Costa Rica. Adicciones. 13 (3)., pp. 323–334.
- TELLO, N. (2005). *La Socialización de la Violencia en las Escuelas Secundarias*. Revista Mexicana de Investigación Educativa. Vol. 10. Núm. 27., pp. 1165–1181.
- VERDUZCO Álvarez–Icaza, M.A., Lara–Cantú, A., Lancelotta, G. & Rubio, S. (1989). *Un estudio sobre la autoestima en niños en edad escolar: datos normativos*. Salud Mental. 12(3)., pp. 50–64.
- VILLATORO, J. Gutiérrez, M. Quiroz, N., Moreno, M., Gaytán, L., Gaytán, F., Amador, N. y Medina–Mora, ME. (2007). *Encuesta de Consumo de Drogas en Estudiantes 2006*. Instituto Nacional

de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz. México, D.F.

WORLD Health Organization (1997). *Life Skills Education in Schools. Programme of Mental Health.* Division of Mental Health and Prevention of Substance Abuse. Geneve. Switzerland.

**¡UN GRAN MUSICAL A UN PRECIO  
QUE TE HARÁ VOLAR!  
Viernes 16 de Diciembre 2011  
17:00 horas**

*A beneficio del Programa de Prevención y Atención al Maltrato y Abuso sexual que enfrentan niñas, niños y jóvenes con Discapacidad del Grupo Educativo Interdisciplinario en Sexualidad Humana y Atención a La Discapacidad A.C.*

**Teatro Telmex 1  
Av. Cuauhtémoc esq. Av. Chapultepec, Col. Roma**

Sección (Precio en Taquilla)	Si pagas entre 15 de Sept. y 15 de Oct.	Si pagas entre 16 de Oct. Y 15 de Nov.	Si pagas entre 16 de Nov. y 15 de Dic.
<b>VIP (650.00)</b>	<b>\$250.00</b>	<b>\$300.00</b>	<b>\$350.00</b>
<b>ORQUESTA (575.00)</b>	<b>\$250.00</b>	<b>\$300.00</b>	<b>\$350.00</b>
<b>PREFERENTE (475.00)</b>	<b>\$250.00</b>	<b>\$300.00</b>	<b>\$350.00</b>
<b>MEZZANINE 1 (350.00)</b>	<b>\$200.00</b>	<b>\$250.00</b>	<b>\$250.00</b>
<b>MEZZANINE 2 (300.00)</b>	<b>\$150.00</b>	<b>\$200.00</b>	<b>\$200.00</b>

**¡No te pierdas la oportunidad y reserva ahora mismo tu lugar!**



**INFORMES Y  
RESERVACIONES**

**Tel: 1114 0540  
o al correo  
culturales@geishad.org.mx**

