



La comunicaci3n interpersonal es una parte esencial de la actividad escolar. No es ning3n secreto que millones de personas en la sociedad occidental no son felices en su vida social.

El uso expl3cito del termino habilidades sociales significa que la conducta interpersonal consiste en un conjunto de capacidades de actuaci3n aprendidas. El modelo conductual enfatiza que: la capacidad de respuesta tiene que adquirirse y que consiste en un conjunto identificable de capacidades especificas.

Comunicaci3n no verbal

La comunicaci3n no verbal es inevitable en presencia de otras personas. Un individuo puede decidir no hablar, o se incapaz de comunicarse verbalmente, pero todav3a sigue emitiendo mensajes sobre si mismo a los dem3s por medio de su cara y de su cuerpo.

mente habilidosa implica tres dimensiones: una dimensi3n conductual (tipo de habilidad), una dimensi3n personal (las variables cognitivas) y una dimensi3n situacional (el contexto ambiental).

En general se han detectado cuatro dimensiones conductuales seg3n Lazarus (1973):

- La capacidad de decir no
- La capacidad de pedir favores y hacer peticiones
- La capacidad de expresar sentimientos positivos y negativos
- La capacidad de iniciar, continuar y acabar conversaciones.

No hay datos definitivos sobre como y cuando se aprenden las HHSS, pero la niñez es un periodo critico. El factor mas critico parece ser el modelado (aprendizaje por observaci3n), aunque la enseanza directa (instrucciones) tambi3n es importante.

que la capacidad de practicar la conducta y el desarrollo de las capacidades cognitivas tambi3n es un factor importante.

Las habilidades sociales pueden perderse por falta de uso, largos periodos de aislamiento, o por perturbaciones cognitivas o afectivas, y adem3s se deben de readaptar en funci3n de las costumbre sociales donde el alumno este inmerso. En definitiva podemos decir que una respuesta socialmente habilidosa seria el resultado final de una cadena de conductas que empezaria con una recepci3n correcta de est3mulos interpersonales relevantes, seguir3a con el procesamiento flexible de estos est3mulos para generar y evaluar las posibles opciones de respuesta de las cuales se seleccionaria la mejor y termina con la expresi3n apropiada o manifiesta de la opci3n escogida.



La cara es el principal sistema de seales para mostrar las emociones. La expresi3n facial juega varios papeles en la interacci3n social humana:

- Muestra el estado emocional de una persona, aunque esta trate de ocultarlo.
- Proporciona una retroalimentaci3n continua sobre si se comprende, se esta sorprendido, se esta de acuerdo, etc con lo que se esta diciendo.

Indicaci3n de actitudes hacia los dem3s.

Puede actuar de meta comunicaci3n.

Las seis emociones b3sicas son alegr3a, sorpresa, tristeza, miedo, ira y asco o desprecio y parece que son universales e innatas.


Table with 2 columns: Posici3n de las cejas and Interpretaci3n. Rows include: Completamente elevadas (Incredulidad), Medio elevadas (Sorpresa), Normales, Medio fruncidas (Confusi3n), Completamente fruncidas (Enfado).


El área en torno a la boca contribuye a la interpretación variando que este vuelto hacia arriba (agrado) o hacia abajo (desagrado).

La sonrisa es una expresión facial que es utilizada para transmitir a otra persona un sentimiento. Junto con el parpadeo es utilizada para comunicarse con los demás y constituye una invitación que no solo abre los canales de comunicación sino que también sugiere el tipo de comunicación deseado.

La posición del cuerpo y de los miembros, la forma en como se sienta la persona, como esta de pie, como pasea refleja sus actitudes, sus sentimientos sobre si misma y su relación con los otros.

Mehrabian en 1968 señala que hay cuatro categorías posturales:

 Acercamiento, una postura atenta comunicada por una inclinación hacia delante del cuerpo.


 Retirada, una postura negativa, de rechazo o de repulsa, comunicada retrocediendo o volviéndose hacia otro lado.

 Expansión, una postura orgullo-

### Componentes verbales


El habla se emplea para una variedad de propósitos (comunicar ideas, describir sentimientos, razonar y argumentar, etc). Las palabras empleadas dependerán de la situación en que se encuentre el alumno, su papel en esa situación y lo que esta intentando lograr. Las situaciones varían desde las formales intimas, como pueden ser los amigos hablando sobre fútbol en casa, hasta las mas formales, como puede ser una clase en la escuela. El tema puede del mismo modo variar. Puede ser personal o impersonal, puede ser


sa, engreída, arrogante, despreciativa, comunicada por la expansión del pecho, tronco erecto o inclinado hacia atrás, cabeza erguida, hombros elevados.

 Contracción, una postura depresiva, cabizbaja, abatida, comunicada por un tronco inclinado hacia tras, cabeza hundida, hombros que cuelgan, pecho hundido.

Los gestos se constituyen en un segundo canal que es muy útil, por ejemplo, para la sincronización y la retroalimentación, también sirven para ilustrar objetos o acciones difíciles de verbalizar. Los gestos pueden apoyar la acción verbal o contradecirla como cuando la gente trata de ocultar sus sentimientos.

El contacto corporal es el tipo mas básico de conducta social, y la forma mas intima de comunicación. Existen diferentes clases de tacto:


 Tacto funcional/profesional, por ejemplo un medico examinando a un paciente.


 Tacto cortes/social, como el apretón de manos o ayudar a

concreto o abstracto. Puede ser sobre asuntos internos del que habla o sobre asuntos externos.


La mayoría de la interacción social humana y el desarrollo de habilidades se vale de la conversación que consiste normalmente en una mezcla de resolución de problemas y transmisión de la información, por una parte, y el mantenimiento de las relaciones sociales y el disfrute de la interacción con los demás, por otra. Existen grandes diferencias en la habilidad de los alumnos para utilizar el lenguaje


alguien a ponerse un abrigo.


 Tacto amigable, como abrazar a un amigo en una despedida.


 Tacto íntimo de afecto como el cogerse de la mano.

El tono es la calidad vocal o resonancia de la voz como resultado de la forma de las cavidades orales. Ostwald ha definido 4 tipos de tono de voz:

 La voz aguda, descrita a menudo como de queja, indefensión o infantil, encontrada principalmente en alumnos con problemas afectivos.

 La voz plana interpretada como floja, enfermiza o de desamparo, hallada en alumnos deprimidos y dependientes.

 La voz hueca con pocas frecuencias altas, interpretada como sin vida y vacía, y encontrada en alumnos con fatiga y debilidad general.

 La voz robusta que causa impresión y tiene éxito, hallada en niños (as) sana, segura y extrovertida.

que se relacionan principalmente con la inteligencia, la educación y el entrenamiento, y la clase social.

La conversación implica una integración compleja y cuidadosa regulada por señales verbales y no verbales. Antes de que los niños puedan empezar a hablar ambas deberán indicar que están prestando atención, deberán estar ubicados a una distancia razonable, dirigir sus miradas o sus cuerpos e intercambiar miradas de vez en cuando. Cuando empieza la conversación cada uno necesita

del otro una cierta retroalimentación no-verbal mientras habla (una mirada relativamente fija, movimientos de asentimiento con la cabeza, expresión facial adecuada,

etc), ya que en ausencia de estos comportamientos la conversación se agotaría, además estas señales regulan el flujo de tal modo que cada niño pueda tomar su

turno adecuadamente sin producirse demasiadas interrupciones o silencios incómodos y prolongados.

### Los componentes cognitivos

El interés creciente de la Psicología por los factores cognitivos ha influido también en la evaluación y tratamiento de las habilidades sociales. La inadecuación social puede tener

sus raíces o estar mantenida a veces, por determinados factores cognitivos, como pueden ser las percepciones, actitudes o expectativas erróneas. Ciertas clases de pensamientos pueden facilitar la ejecución de conductas socialmente hábiles mientras que otros pueden inhibir u obstaculizar las mismas.

Existen una serie de variables cognitivas importantes en el estudio de las HHSS:

Competencias. Esta variable de la persona se basa en la capacidad para transformar y emplear la información de forma activa.

a Conocimiento de la conducta habilidosa apropiada.

a Conocimiento de las costumbres sociales

a Conocimiento de las diferentes señales de respuesta

a Capacidad de ponerse en lugar de otra persona

a Capacidad de resolución de problemas

✍ Estrategias de codificación y constructos personales. Esta segunda variable se refiere a la manera en que la gente percibe, piensa, interpreta y experimenta el mundo.

Percepción social o interpersonal adecuada. En general se dan varios errores de percepción.

Suponer que la conducta de un alumno es principalmente un producto de su personalidad, en vez de pensar que puede ser mas una función de la situación en la que esta.

Suponer la conducta de un alumno es debida a ella en vez de a su papel.

Dar demasiada importancia a las señales de tipo físico (vestido, apariencia, etc.)

Ser afectado por los estereotipos sobre las características de los miembros de razas o estratos sociales determinados.

Atención y memoria selectivas de la información negativa vs. la positiva sobre uno mismo y la actuación social.

Diferencias entre individuos socialmente habilidosos y no habilidosos

A nivel conductual se encuentran:

<b>ALTA HABILIDAD</b>	<b>BAJA HABILIDAD</b>
Mayor contenido asertivo	Mayor contenido de anuencia
Mas gestos con las manos	Menor mirada/contacto ocular
Mayor variación en la postura	Mas índices de ansiedad
Mayor mirada/contacto ocular	Poca variación en la expresión facial
Mayor acento y variación del tono	Poca variación en la postura
Mas sonrisas	Demasiados silencios
Menos perturbaciones del habla	Silencios mas amplios
Mayor duración de la contestación	Poca conversación
Mayor tiempo de habla	Poca sonrisa
Mayor afecto	Pocos gestos
Mas verbalizaciones positivas	
Mas peticiones de nueva conducta	
Mayor autorrevelación	
Mayor volumen de voz	
Menor latencia de respuesta	
Mas preguntas	
Mas preguntas con final abierto	
Mayor numero de palabras	
Mavor numero total de interacciones en la vida real	
Mas tiempo total pasado en interacciones en la vida real	
Mayor numero de amigos	

A nivel cognitivo se encuentran:

<b>ALTA HABILIDAD</b>	<b>BAJA HABILIDAD</b>
Expectativas mas precisas sobre la conducta de otra persona	Mas autoverbalizaciones negativas
Expectativas de consecuencias mas positivas	Mas ideas irracionales
Mayor probabilidad de que ocurran consecuencias favorables	Mayor probabilidad de que ocurran consecuencias desfavorables
Mas autoverbalizaciones positivas	evaluación de las situaciones poco favorables como mas legítimas
Visión de las situaciones desde múltiples perspectivas	Mayor recuerdo de la retroalimentación negativa que de la positiva
Mas tolerantes con los conflictos	Patrones patológicos de atribución de los éxitos y los fracasos
Mayor conocimiento del contenido asertivo	Deficiencias en la decodificación de los mensajes a partir de la comunicación no verbal
Confían mas en patrones internos que en externos para la resolución de problemas	Menos confianza en si mismos

## Análisis conductual de las habilidades sociales

La importancia de la relación entre la conducta y sus consecuencias y los patrones únicos que pueden provenir de determinadas clases de relaciones exige una búsqueda cuidadosa de las consecuencias que mantienen las conductas no deseables, así como de las conductas deseables que podrían ser reforzadas. Si una conducta no deseada no se manifiesta en una situación determinada, existen varias posibilidades que pueden explicarlo, incluyendo el reforza-

miento poco frecuente, el castigo de la conducta o un fracaso para desarrollar la conducta.

### Antecedentes:

✍ Estímulos que desencadenan respuestas emocionales (ansiedad, depresión)

✍ Estímulos discriminativos que desencadenan respuestas inadaptativas (momento, lugar, frecuencia)

✍ Variables relacionadas

con el modo como el alumno percibe el ambiente (creencias, expectativas).

Que se dice el alumno antes de la conducta (auto-instrucciones, estrategias de pensamiento)

### Expectativas

Condiciones que intensifican la conducta

Condiciones que alivian la conducta

Variables psicofisiológicas

## Entrenamiento en habilidades sociales

Las premisas que subyacen al Entrenamiento de las Habilidades Sociales son:

Las relaciones interpersonales son importantes para el desarrollo y funcionamiento psicológico.

La falta de armonía interpersonal puede contribuir o conducir a disfunciones y perturbaciones psicológicas

Ciertos estilos y estrategias interpersonales son más adaptativos que otros estilos y estrategias para clases específicas de encuentros sociales.

Estos estilos y estrategias interpersonal pueden especificarse y enseñarse

Una vez aprendidos estos estilos y estrategias mejorarán la compe-

tencia en esas situaciones específicas.

Un buen entrenamiento en HS debería implicar:

Entrenamiento en Habilidades, donde se enseñan las conductas específicas, se practican y se integran en el repertorio conductual del alumno entrenado.

Reducción de la ansiedad mediante procedimientos de desensibilización.

Reestructuración cognitiva

Entrenamiento en solución de problemas para recibir correctamente los valores de los parámetros situaciones relevantes, procesarlos adecuadamente, generar respuestas potenciales, seleccionar una de estas respuestas y ejecutarla

de forma que maximice la probabilidad de alcanzar el objetivo que impulso la comunicación interpersonal.

Sin embargo existen una serie de factores que desaconsejarían la elección de EHS para tratar una problema con entrenamiento en EHS:

El ambiente real del alumno no toleraría el cambio en el nivel de competencia social de este y trataría de impedir dicho cambio.

Existen procedimientos más eficientes que podrían producir cambios más fácilmente en el nivel de competencia del alumno.

El nivel motivacional o la capacidad intelectual de un alumno son tales que no se beneficiaría mucho del EHS.

## Técnicas de entrenamiento (Contenidos básicos de un programa de habilidades sociales)

Técnicas de entrenamiento (Contenidos básicos de un programa de habilidades sociales)

✍ Entrenamiento en respuestas sociales específicas como el hacer y rechazar peticiones, hacer y recibir cumplidos, recibir rechazos, iniciar y mantener una conversación, hacer y recibir críticas, manifestación de expresiones positivas, defender los propios

derechos, invitar, pedir información, terminar encuentros sociales y expresar opiniones.

✍ Entrenamiento en habilidades de autocontrol como la autoobservación, establecer objetivos y subobjetivos realistas y concretos, establecer patrones realistas y auto-reforzamiento apropiados.

Al comenzar a aplicar un programa

de EHS se debería de tener en cuenta algunas cuestiones:

✍ Que el alumno comprenda perfectamente los principios básicos de la conducta socialmente adecuada.

✍ Que el alumno está preparado para empezar el programa de EHS.

✍ Los intentos iniciales del alumno deberán ser escogidos por su alto potencial de éxito, en cuanto

a proporcionar reforzamiento.

✍ Examinar los posibles cambios que se puedan producir a causa de la nueva conducta del alumno en su entorno cultural.

Tareas para casa.

✍ El mandar tareas para casa es un buen entrenamiento porque la mayoría de las nuevas habilidades necesitan ser practicadas repetidamente y ser llevadas a cabo en lugares diferentes, implica un mayor autocontrol por parte del alumno y en definitiva supone ir transfiriendo lo aprendido al ambiente real.

✍ Las tareas para casa deben de elaborarse y acordarse junto con el alumno, deben de ser detalladas y deben de tener una alta probabilidad de éxito para que este no se frustre, ya que los éxitos pueden mejorar en gran medida la motivación e implicación de los alumnos en el tratamiento. El alumno debe de llevar un registro de las tareas con los éxitos, nivel de ansiedad, dificultades experimentadas, etc.

Se ha señalado que la inadecuación social es una función de personas problema, situaciones problema y su interacción. Las dimensiones propuestas por Argyle son:

✍ **Objetivos y propósito.** La mayoría de la conducta social esta dirigida hacia un objetivo y no puede ser entendida hasta que se conozcan esos objetivos (hacer amigos, obtener información, etc).

✍ **Reglas sociales.** Todas las situaciones tienen una serie de reglas sociales y hay que conocerlas para comportarse adecuadamente. Algunas son universales (ser cortés, amable, no molestar

a la gente) y otras específicas de la situación (ir bien vestido a una fiesta, ir aseado al médico o a una entrevista de trabajo, etc).

✍ **Roles sociales.** En casi todas las interacciones sociales existen una serie de roles y los roles cambian con las situaciones. Un rol abarca los deberes, obligaciones o derechos de una posición social.

✍ **Repertorio de elementos.** Todas las interacciones sociales tienen un conjunto o repertorio de actos considerados como legítimos:

✍ **Secuencia de conducta** (saludo, establecimiento de la relación, presentación de la tarea, reestablecimiento de la relación, despedida).

✍ **Conceptos situacionales.** Muchas interacciones sociales se basan en una serie de esquemas conceptuales compartidos (partida de ajedrez, etc).

✍ **Situación ambiental** (límites, espacios interpersonales).

✍ **Lenguaje y habla.** Cada situación tiene un lenguaje, gramática o tono de voz característico.

Por todo lo antes mencionado podemos decir que antes de comenzar la enseñanza de cualquier habilidad se debe evaluar a los alumnos para determinar cuáles son las habilidades que poseen, o no, para desarrollar una actividad determinada. Deben ser observados en ambientes naturales para conocer cuáles habilidades ya han adquirido. Se debe permitir la flexibilidad en la metodología ya que existen muchas formas de ejecutar una misma tarea. A través del aprendizaje los alumnos crean sus propias técnicas y estrategias. Para conocer si los estudiantes necesitan instrucción inicial o

refuerzo y práctica es importante observar si pueden completar una tarea con:

- 1) seguridad;
- 2) aplomo;
- 3) independencia;
- 4) confianza;
- 5) en forma tradicional.

✍ **SEGURIDAD:** El estudiante debe realizar la tarea con seguridad, es decir, sin dañarse a sí mismo ni a otros.

✍ **APLOMO:** Aplomo es sinónimo de seguridad, compostura y dignidad. El aplomo en realizar una tarea ayuda a quienes actúan con el niño a verlo como competente, lo que refuerza la autoestima. A los niños que se muestran nerviosos o dubitativos al hacer algo, como puede ser servirse un vaso de agua, se les ofrece ayuda. Aun si saben que pueden hacer las cosas por sí mismos viven el ofrecimiento como un signo, de incompetencia. Cuando los niños actúan con aplomo es poco probable que se les ofrezca ayuda lo que refuerza su autoconfianza.

✍ **INDEPENDENCIA:** Los alumnos deben estar preparados para hacer las tareas en forma independiente, es decir, sin la ayuda de otras personas y sin esperar que los otros los ayuden.

✍ **CONFIANZA:** La confianza es un sentimiento consciente de seguridad y auto afirmación. La confianza del estudiante en su capacidad para hacer cosas lo ayuda a desarrollar su autovalía.

✍ **FORMA TRADICIONAL:** "Forma tradicional" significa que la tarea se hace de forma tal que es aceptada según la cultura del estudiante. Es posible comer arroz, con seguridad, independencia, confianza y aplomo llevándose los granos a la boca

## Aspectos básicos para desarrollar habilidades sociales

### *Edad apropiada:*

La mayoría de las habilidades son desarrollistas; por lo tanto se debe tener en cuenta la edad, la experiencia y la madurez de los alumnos cuando se decide iniciar la enseñanza de una tarea específica. Las tareas de edad apropiada son aquellas que están de acuerdo con la edad del desarrollo, la capaci-

dad y los intereses antes que con la edad cronológica. Toda instrucción debe comenzar en el hogar. Los padres e idealmente un maestro capacitado para trabajar en educación son quienes deben proporcionar las primeras enseñanzas. Más tarde la instrucción se integra

con el programa escolar y sigue durante todos los años del proceso educativo. Las experiencias de aprendizaje y la instrucción se deben dar en forma clara, precisa y a tiempo, de manera que el alumno tenga la oportunidad de desarrollarse paralelamente con sus pares.

### *Orientación:*

El estudiante debe ser orientado en el lugar en el cual recibirá la instrucción. Este lugar debe ser tan real como sea posible. Por ejem-

plo: si se enseña cómo poner mantequilla en el pan, la tarea se debe realizar en la cocina o en el comedor, haciendo conocer al

alumno todos los materiales a emplear facilitando su reconocimiento.

### *Transferencia:*

Para transferir una habilidad aprendida a un nuevo ambiente los alumnos deben comprender todas las etapas que involucra, aplicar y demostrar su capacidad para actuar en distintas situaciones. Una vez que la tarea se ha aprendido se debe tener la oportunidad de aplicarla en diferentes situaciones. Dé a los alumnos la posibilidad de poner en juego lo aprendido, por

ejemplo en un salón de recreación o una confitería.

A medida que se adquieren más experiencias, los alumnos se deben incorporar a experiencias reales: por ejemplo, quienes han aprendido a moverse con independencia en áreas reducidas, a identificar el dinero y a guardarlo ordenadamente en la billetera, a cortar carne

y a interactuar con los mozos de un restaurante, podrían cumplir con la tarea de ir a un restaurante, ordenar una comida que lleve carne y pagar la cuenta. Esto requiere que el sujeto emplee viejos y nuevos aprendizajes y aplique su capacidad para planificar, organizar y tomar decisiones.

### *Recreación y tiempo libre*

No se puede minimizar la forma en que el juego y la ocupación del tiempo libre contribuyen al desarrollo de habilidades y al crecimiento. El juego significativo y la recreación durante los años formativos producen un efecto positivo en la salud, la postura, el desarrollo intelectual, la creatividad y la expresividad, como así también en la adaptación social y emocional, en la satisfacción y en la realización personal. El juego permite la exploración de lo desconocido. No es predecible y por lo tanto ayuda a desarrollar la capacidad para generar nuevos e inesperados pensamientos y respuestas a diversas situaciones y estímulos. Para que los niños

aprovechen al máximo el juego se les debe dar la oportunidad para tomar sus propias decisiones. Los objetivos que persigue el tiempo libre son: que los estudiantes desarrollen habilidades y actitudes necesarias para participar de las actividades recreativas y que conozcan las posibilidades para ocupar el tiempo libre de forma tal que con inteligencia puedan elegir a qué dedicar su tiempo desocupado.

Los niños a menudo llevan una vida muy estructurada. Con frecuencia se toman las decisiones por ellos y se elige lo que deben o no hacer. Parte del esfuerzo educativo es estimularlos para que sepan elegir

y tomar decisiones.

La familia debe incluir al niño en todas las actividades que realiza. Quienes juegan al ajedrez o ludo pueden adaptar los tableros o las fichas. El niño o joven puede asistir a partidos de football llevando una radio portátil para seguir el juego mientras un acompañante le explica los movimientos y las posiciones de los jugadores. En un pic-nic se le deben asignar las tareas que pueda realizar así comparte todas las experiencias con el grupo.

No se debe quitar importancia a las actividades recreativas porque estas no caen dentro de los

contenidos académicos tradicionales. Estas actividades son un vehículo para adquirir tono muscular, equilibrio, flexibilidad, coordinación motora gruesa y fina, postura, marcha y habilidades personales. A través de la recreación surgen numerosas situaciones de aprendizaje, lo que eleva el nivel cognitivo, social, académico y emocional.

Padres y maestros deben compartir la responsabilidad de ayudar al niño a alcanzar su máximo potencial social. A veces es difícil encontrar "el momento" para enseñar habilidades sociales debido a lo cargado del currículum escolar, pero el tiempo debe encontrarse pues los maestros deben tener la oportunidad de observar y guiar a los alumnos fuera de la clase a fin de poder planear y organizar actividades, junto con padres y familiares, que permitan al estudiante el logro del mejor desempeño social que sea posible.

Las habilidades sociales son elementos fundamentales del repertorio, que permiten a las personas adaptarse a las exigencias del medio social y consolidar redes de apoyo importantes para manejar las presiones propias de la vida moderna. En un principio Liber y Lewinshon (1973) definieron la habilidad social como la capacidad de comportarse de una forma que es recompensada y de no comportarse de manera que obtenga castigo e indiferencia por parte de los demás. Las habilidades sociales tienen elementos o componentes que permiten optimizar la conducta de manera que sea funcionalmente adaptativa: Por ejemplo, para iniciar una conversación se requiere que la persona utilice un tono de voz adecuado, module la postura

corporal e introduzca comentarios apropiados. Las consideraciones socioculturales en el campo de la habilidad social enfatizan en un enfoque ideográfico y situacional.

El campo de entrenamiento en habilidades sociales incluye diversos tópicos de naturaleza distinta. Así, se refiere al entrenamiento formal tipo Goldstein (1983) en el cual a través del aprendizaje estructurado se aprenden habilidades iniciales o avanzadas, las cuales se diferencian por su grado de dificultad y por el compromiso emocional que representan. Se llama aprendizaje estructurado porque define el contexto de aprendizaje de la habilidad, y la topografía del comportamiento deseable. Los pasos son modelamiento, juegos de roles, retroalimentación y transferencia del entrenamiento. Un punto delicado de este enfoque es que predeterminar que es ser habilidoso en términos topográficos resta aplicabilidad al aprendizaje. Por esta razón, recientemente el enfoque de habilidad social ha cambiado hacia la parte funcional, más que a la parte topográfica.

Desde el punto de vista de la eficacia social, el proceso para llegar a ser competente, excluye estereotipos predeterminados y enfatiza en el entrenamiento de conductas apropiadas a medios sociales particulares. Los pasos para desarrollar la efectividad personal son:

Identificación de problemas  
Establecimiento de metas de entrenamiento mediante el desarrollo de nuevos comportamientos.  
Los déficits en el desempeño se rectifican reforzando los comportamientos apropiados y modulando la reactividad emocional.  
Simulación de la situación problema mediante juego de roles.

Utilización de técnicas de aprendizaje tales como: instrucciones, ensayo, moldeamiento, modelamiento y análisis de errores.

Retroalimentación del grupo.

Asignación de prácticas comportamentales en situaciones reales supervisadas y tareas para situaciones reales.

Mc Fall (1982) afirma que la eficacia social debe incluir el análisis del propósito (porque es importante), los factores (las limitaciones, es decir las consecuencias de no ejecutar la conducta) y la situación (como se ejecuta la habilidad en diferentes situaciones). Al comparar la ejecución exitosa versus la no exitosa debe tenerse en cuenta el sistema de vida del estudiante y el tipo de relación con otras personas.

Adicionalmente, el modelo de Mc Fall incluye el análisis de consecuencias a corto y a largo plazo.

*Lista de actividades recreativas en las cuales pueden participar los estudiantes*

- Jardinería
- Costura
- Gimnasia
- Canto
- Juegos con pelotas
- Bingo
- Hacer compras
- Caminatas
- Camping
- Música
- Natación
- Cerámica
- Juegos de mesa
- Teatro
- Kárate
- Baile
- Reuniones sociales
- Ir a museos
- Rompecabezas

### Análisis de la tarea:

Análisis de la tarea es un proceso que puede emplearse virtualmente con cualquier actividad, desde una muy simple como es abotonarse la camisa como una más complicada, como puede ser plancharla. Este proceso divide la tarea en subtareas e identifica cada componente de la conducta en secuencia natural. El análisis de 'tarea puede emplearse para guiar la toma de decisiones y ayuda a identificar los pasos necesarios para completar la tarea; la secuencia de los pasos a seguir; el próximo paso a enseñar siguiendo la secuencia; la parte o

partes de la tarea en la cual el alumno tiene dificultades y requiere más entrenamiento; la parte o partes aprendidas pero que requieren más entrenamiento; la parte o partes aprendidas que realiza independientemente; las necesarias adaptaciones para un niño determinado; las posibles opciones cuando no es probable la realización de la tarea en forma independiente.

Antes de analizar una tarea específica para determinar la secuencia de la instrucción el

maestro debe fijar la conducta terminal o el objetivo que los alumnos deben lograr y las habilidades previas que deben poseer para avanzar en el proceso. Las habilidades previas dependen de la tarea. Algunas categorías generales son: auto-ayuda, motricidad gruesa y fina, relaciones espaciales, conceptos sensoriales y familiaridad con los materiales que se emplean. El análisis de la tarea comienza una vez que se determinan las conductas finales, los objetivos y las habilidades previas.

### Prevención:

Es fácil concluir que la intervención temprana reduce las conductas estereotipadas. Los objetivos dirigidos a infantes y niños deben apuntar a equipar a padres y maestros con las capacidades y habilidades que les permitan proporcionar a los niños los adecuados estímulos, las oportunidades para desplazarse e interactuar con otros y experimentar todo lo que el medio pueda ofrecerle.

Las conductas de autoestimulación pueden reducirse si se elaboran programas apropiados de educación temprana, si se involucra a los niños en actividades significativas, si se los estimula a que jueguen con los elementos que les rodean que les proporcionan retroalimentación sensorial. Cuando los niños muestran signos o tendencias a adquirir conductas repetitivas, corríjalos, recuérdelos lo que están

haciendo, explíqueles lo que hacen y cómo eso los afecta tanto a ellos como a las otras personas y proporcionarles los medios y las oportunidades para que realicen otras actividades que tengan sentido para ellos. Es esencial que la intervención sea consistente y que los refuerzos se hagan no sólo cuando se corrigen las conductas negativas, sino también cuando se actúa correctamente.