

---

# **Unidad 5 Habilidades sociales en la enseñanza obligatoria**

---

APRENDIZAJE Y  
DESARROLLO EN LA  
ADOLESCENCIA

---

Máster Oficial en Formación del  
Profesorado de ESO, BACH, FP y  
EI

---



## Unidad 5: Habilidades sociales en la enseñanza obligatoria

### Tabla de Contenidos

1.INTRODUCCIÓN .....	1
2.DEFINICIÓN .....	2
3.CARACTERÍSTICAS DE LAS HABILIDADES SOCIALES.....	3
4.PASIVIDAD O RETRAIMIENTO.....	4
5.AGRESIVIDAD .....	6
6.ASSERTIVIDAD.....	7

#### IMPORTANTE:

Todos los materiales docentes de esta web han sido elaborados por Mercedes Guarinos Piqueres e Isabel Montiel Vaquerbajo bajo el "Proyecto de Innovación Docente en la UMH 2011" titulado "Digitalización de contenidos docentes para el Máster de Profesorado de Secundaria, en la asignatura Aprendizaje y Desarrollo en la Adolescencia y uso de recursos Google en la docencia". Todos estos materiales tienen licencia Creative Commons que estipula: "No se permite un uso comercial de la obra original ni de las posibles obras derivadas, la distribución de las cuales se debe hacer con una licencia igual a la que regula la obra original."



## 1. Introducción

Las deficiencias en Habilidades sociales constituyen una buena parte de las causas de los conflictos con los compañeros, los profesores y las autoridades. Y es que muchos jóvenes no saben planificar sus conductas sociales no saben cómo manejar una situación de estrés o cómo manifestar sus sentimientos de forma no pasiva o agresiva. A pesar de ello y aunque a las instituciones educativas se las considera uno de los principales sistemas socializadores, pocos programas se han establecido formalmente para ser desarrollados en el ambiente escolar.

Las habilidades sociales no sólo afectan a las relaciones con los compañeros, sino que también pueden tener importantes efectos en la atención positiva y reforzamiento del profesor hacia el alumno.

Tal como se propugna en la LOE:

***"La escuela tiene la función social y educativa de promover y favorecer el desarrollo integral de todos los alumnos y alumnas". Propiciar una educación integral en conocimientos, destrezas y valores"***.

En su **art. 1**, señala como principio del Sistema Educativo: **apdo.k)**, ***"la educación para la prevención de conflictos y para la resolución pacífica de los mismos, así como la no violencia en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social.***

En el **art. 1 (apdo. c)**. establece como principio: **La transmisión y puesta en práctica de valores que favorezcan la libertad personal, la responsabilidad, la ciudadanía democrática, la solidaridad, la tolerancia, la igualdad, el respeto y la justicia, así como que ayuden a superar cualquier tipo de discriminación.**

### **DENOMINADOR COMÚN: El respeto a la dignidad de las personas**

Ello implica proporcionar una educación no discriminatoria, integradora, compensadora, individualizada y personalizada que responda de manera diferencial a la diversidad, dando la respuesta educativa más ajustada a las necesidades de cada alumno.

Por todo ello, es necesario que dentro del ámbito escolar se tenga en cuenta el área de la competencia interpersonal.

Ocurre que las habilidades sociales o la competencia interpersonal difícilmente pueden adscribirse específicamente a ninguna de las áreas, ya que, como ocurre con los temas transversales, impregnan toda la actividad educativa. Se deja a merced del centro y del profesorado el desarrollar la enseñanza concreta de las habilidades de interacción social, con lo que ésta puede que no se aborde directa o intencionadamente. Es decir: Es necesario que en los centros educativos se enseñe

directa y sistemáticamente las habilidades sociales, lo que implica asumir en los proyectos educativos y curriculares el área interpersonal tanto a nivel conceptual como metodológico y organizativo, incluyendo la promoción de la competencia social como uno de los objetivos generales de centro, incluyéndolo en el currículo ordinario, lo que supone delimitar y señalar un tiempo en el horario.

Las alumnas y alumnos con necesidades educativas especiales presentan con frecuencia baja aceptación por sus compañeros y déficits e inadecuaciones en su comportamiento interpersonal. Por ello, es preciso enfatizar esta área con ellas y ellos, ya que constituyen un grupo de riesgo de desajustes sociales.

*Es conveniente la formación del profesorado en el campo de las habilidades interpersonales, tanto en el aspecto estrictamente personal como en el profesional*

## 2. Definición

Habilidades sociales es un concepto relacionado con **competencia social, asertividad, comportamiento adaptativo**.

### **DEFINICIÓN DE HABILIDADES SOCIALES:**

Es un comportamiento o tipo de pensamiento que lleva a resolver una situación social de manera efectiva, es decir, aceptable para el propio sujeto y para el contexto social en el que se encuentra.

**El término habilidad nos indica que no se trata de un rasgo de personalidad, como de algo más o menos innato, sino como un conjunto de comportamiento aprendidos o adquiridos.**

### **DEFINICIÓN DE ASERTIVIDAD:**

El término se refiere a conductas de autoafirmación y expresión de los sentimientos.

La tendencia actual considera la asertividad un comportamiento de expresión directa de los propios sentimientos y de defensa de los derechos personales y respeto por los de los demás.

Es un concepto restringido al conjunto de conductas que se integran dentro de las HHSS.

**DEFINICIÓN DE COMPETENCIA SOCIAL.**

Capacidad del individuo de adaptar su comportamiento en función de la retroalimentación que recibe (del interlocutor y de la propia situación). El término hace referencia a habilidades y conocimientos necesarios para desenvolverse con éxito en las distintas interacciones sociales.

La competencia social hace referencia a la evaluación realizada por un agente social del contexto, de la capacidad de un sujeto para adecuar su comportamiento social a una situación determinada. Se trata de un juicio evaluativo general en cambio el término HHSS se refiere a conductas específicas.

Un individuo puede tener en su repertorio unas determinadas habilidades sociales, pero, para que su actuación sea competente, ha de ponerlas en juego en una situación específica.

**3. Características de las habilidades sociales**

Es una **característica de la conducta**, no de las personas. Es una característica de la conducta socialmente eficaz, no dañina.

Se trata de **conductas manifiestas, observables**, en las distintas situaciones interactivas, en las que se ponen de relieve y se adquieren, principalmente, a través del aprendizaje.

Presentan **tres sistemas de respuesta**:

- **Conductual**: Son aquellas conductas referidas a acciones concretas como hablar, moverse, hacer...además de los elementos verbales y no verbales.
- **Cognitivo**: Constituidas por la percepción, autolenguaje, pensamientos atribución o interpretación del significado de las distintas situaciones de interacción social.
- **Fisiológico**: elementos afectivos y emotivos, tales como las emociones, sentimientos y los consiguientes correlatos psicofisiológicos: ansiedad, ritmo cardiaco.....

**CLASES DE RESPUESTA.**

Las principales **clases de respuesta** o dimensiones conductuales que abarcaban las habilidades sociales eran cuatro:

1. La capacidad de decir "no".
2. La capacidad de pedir favores y hacer peticiones.
3. La capacidad de expresar sentimientos positivos y negativos.
4. La capacidad de iniciar, mantener y terminar conversaciones.

Las **clases de respuesta** que se han propuesto posteriormente giran alrededor de estos tipos:

1. Hacer cumplidos.
2. Aceptar cumplidos.
3. Hacer peticiones.
4. Expresar amor, agrado y afecto.
5. Iniciar y mantener conversaciones.
6. Defender los propios derechos.
7. Rechazar peticiones.
8. Expresar opiniones personales, incluido el desacuerdo.
9. Expresión justificada de molestia, desagrado o enfado.
10. Petición de cambio de conducta del otro.
11. Disculparse o admitir ignorancia.
12. Afrontar las críticas.

Desde el punto de vista de las habilidades sociales, encontramos tres tipos de comportamiento:

#### 4. Pasividad o retraimiento

La persona no asertiva, socialmente retraída, se describe como aislada, tímida y pasiva. Su comportamiento se caracteriza por un bajo nivel de contacto social, inhibición y poca popularidad entre sus compañeros. Presenta deficiencias en las actitudes prosociales.

La conducta no asertiva implica la violación de los propios derechos al no ser capaz de expresar honestamente los propios sentimientos, sentimientos y opiniones, permitiendo a los demás que violen sus sentimientos.

También, la expresión de sentimientos y pensamientos se hace de una manera autoderrotista, con disculpas, con falta de confianza.

Suelen darse conductas no verbales como evitación de la mirada o movimientos corporales nerviosos o inapropiados.

**La no aserción muestra una falta de respuesta hacia las propias necesidades** y, a veces, una sutil falta de respeto hacia la capacidad de la otra persona para vérselas con las frustraciones.

**La persona que se comporta de forma pasiva se sentirá a menudo incomprendida**, se sentirá insatisfecha, encontrando las relaciones con los otros fastidiosas e incómodas. Esta persona estará frecuentemente haciendo cosas que no desea hacer.

**La persona pasiva trata de ser todo para todo el mundo y acaba no siendo nada para ella misma.**

No sabe:

***Cómo mantener una conversación.***

***Cómo integrarse en un grupo.***

***Cómo tomar decisiones.***

***Cómo arreglárselas cuando lo dejan de lado,***

***Cómo responder con convicción.***

***Cómo enfrentarse con los mensajes contradictorios.***

Tiene **dificultades** para expresar o recibir disculpas, cumplidos, quejas o instrucciones.

Trata de ser todo para todo el mundo y acaba no siendo nada para ella misma.

Se describe como aislada, tímida y pasiva.

El mensaje básico es:

- “Lo que yo sienta , piense o desee no importa”
- “Importa lo que tú sientas, pienses o desees”

## 5. Agresividad

Este tipo de comportamientos se encuentra en el extremo opuesto a los sujetos pasivos.

La conducta agresiva implica la defensa de los derechos personales y la expresión de los pensamientos, sentimientos y opiniones de una manera tal que a menudo es deshonesto, normalmente inapropiada y casi siempre viola los derechos de la otra persona.

Su conducta puede incluir actos de violencia verbal y física, burlas, provocaciones, peleas, discusión sobre conflictos ya resueltos, destructividad, irritabilidad, belicosidad, desafío a la autoridad, irresponsabilidad, necesidad de llamar la atención, bajos niveles de sentimiento de culpabilidad.

El alumno agresivo carece de la capacidad para ejercer control sobre sí mismo, negociar, pedir permiso, evitar situaciones conflictivas, comprender los sentimientos de los demás y enfrentarse a reacciones negativas.

El modelo de agresividad social activa se traduce en constantes conflictos con los padres, compañeros e instituciones sociales. El alumno agresivo hace uso de la fuerza física, psicológica o emocional, violando frecuentemente, los derechos y sentimientos de los demás.

Generalmente, el niño agresivo utiliza tácticas que son efectivas pero rara vez apropiadas. Se comporta de forma que desaprueba a los demás, lo que conduce a la humillación, a la baja autoestima y a una actitud a la defensiva por parte del receptor.

El objetivo usual de la agresión es la dominación y el vencer, forzando a la otra persona a perder.

La victoria se asegura por medio de la humillación, la degradación y minimizar a los demás de manera que se vuelvan más débiles.

El mensaje básico es: *Esto es lo que yo pienso – tú eres un estúpido por pensar de forma diferente. Esto es lo que yo quiero \_ lo que tú quieres no es importante. Esto es lo que yo siento – tus sentimientos no cuentan.*

Utiliza tácticas que son efectivas a corto plazo, pero nunca apropiadas.

Al final se les evita y, a largo plazo, fracasan escolarmente.

## 6. Asertividad

La conducta asertiva implica la expresión directa de los propios sentimientos, necesidades, derechos legítimos u opiniones, sin amenazar o castigar a los demás y sin violar los derechos de esas personas.

La conducta asertiva en una situación no tiene siempre como resultado la ausencia de conflicto entre las dos partes.

La conducta asertiva normalmente da como resultado consecuencias favorables para las partes implicadas.

El individuo que se comporta de forma asertiva está satisfecho de su vida social y tiene confianza en sí mismo para cambiar cuando necesite hacerlo.

El mensaje básico de la aserción es: *esto es lo que yo pienso. Esto es lo que yo siento. Así es como yo veo la situación.* El mensaje muestra quién es la "persona" y se dice sin humillar ni dominar.

**La aserción implica respeto, no servilismo;** respeto hacia uno mismo y hacia los derechos de los demás.

El objetivo de la aserción es la comunicación y el tener y conseguir respeto, pedir juego limpio y dejar el camino abierto para el compromiso cuando se enfrentan las necesidades y los derechos de dos personas.

En cualquier caso, la conducta asertiva presenta las siguientes características:

- **Propósito:** no se tiene propósito de herir a nadie.
- **Conducta:** un observador objetivo, al ver la conducta asertiva la clasificaría como sincera, directa, expresiva y no destructiva respecto a los demás.
- **Efectos:** el receptor, considerado como persona razonable, no se considera herida.