

Importancia de fortalecer las habilidades para la vida dentro de los contextos educativos desde una perspectiva integral

Grace Alejandra Rosero Rosero

Gabriela Santacruz Cerón

Psicóloga Practicante I.E.M. Libertad
Universidad Mariana

Resumen

El proyecto de habilidades para la vida (HpV) dentro de la Institución Educativa Municipal (IEM) Libertad, fue un tema que se abordó con el fin de incidir de manera directa dentro de la interacción y formación integral de los estudiantes. Para ello se aplicó diferentes técnicas e instrumentos que permitieron dar cuenta del conocimiento y modo en el cual se pone en práctica las habilidades sociales dentro del contexto. Los métodos utilizados en la fase de diagnóstico fueron: la entrevista semi-estructurada, realizada a docentes y padres de familia, y el cuestionario ERCA, aplicado a estudiantes de segundo, tercero y cuarto de primaria, sede 2 Julián Bucheli, y los grados sexto, séptimo, octavo y noveno de la sede 1.

Cada instrumento se encuentra subdividido por dimensiones, tales como: empatía, relaciones interpersonales y comunicación asertiva. En los resultados se pudo evidenciar tanto fortalezas como falencias que es necesario fortalecer y potencializar desde las habilidades para la vida para poder así generar un mejor proceso de enseñanza y aprendizaje, y de igual manera, poder mejorar el clima escolar. Se considera necesario reevaluar estas necesidades con el fin de efectuar estrategias pertinentes que permitan fortalecer los vacíos encontrados.

Palabras clave: Habilidades para la vida, sociales, formación integral, comunicación asertiva, empatía, relaciones interpersonales.

Introducción

El contexto escolar se considera un espacio de interacción, enseñanza, y convivencia. Murillo y Martínez-Garrido (2012) destacan que las condiciones ambientales del aula son un factor fundamental que incide en el desempeño de los estudiantes y en sus aprendizajes.

En este sentido, en los últimos años ha surgido la importancia de implementar y desarrollar un proceso educativo más integral en niños y adolescentes, que les permita enfrentar los cambios sociales y las nuevas exigencias de los tiempos actuales; por esta razón, el presente proyecto parte del interés por identificar cuáles son las necesidades en torno a las HpV en la I.E.M. Libertad.

Las HpV están encaminadas a fomentar el desarrollo colectivo e individual de las personas. Según Melero (2010), dichas habilidades también surgen con el propósito de prevenir problemas sociales, tales como: abuso de drogas, problemas de convivencia y sexualidad en riesgo.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2008), el proyecto de HpV nace a partir de considerar los diferentes cambios culturales a los que se encuentran expuestos los jóvenes; por tal motivo, se crea estrategias que permitan a los individuos generar herramientas que contribuyan a potencializar destrezas

para enfrentar las diferentes exigencias y desafíos que hacen presencia en la vida diaria.

Con base en los resultados encontrados en el proceso de diagnóstico, se pretendió crear un plan táctico a fin de potencializar las habilidades en los respectivos cursos en los cuales se encontró mayor dificultad, potencializar el conocimiento de los docentes y padres de familia y, de igual manera, crear un programa de prevención para psicoeducar y fortalecer en cuanto a habilidades sociales para la vida. Desde este punto de vista se considera pertinente abordar la temática, fundamental dentro de los contextos educativos y más aún en los contextos públicos en donde se evidencia diferentes problemáticas que pueden afectar el desarrollo y el bienestar de los miembros de la comunidad educativa. Aquí radica la importancia de generar espacios no solo académicos sino también interdisciplinarios, en donde se cuente con la participación e intervención desde el área de psicología, que permitan mitigar dichas necesidades, faciliten una buena interacción entre los educandos y se pueda generar una sana convivencia.

Metodología

Frente a la realización del presente proyecto, se tomó como estrategia integral y trasversal, la valoración sobre habilidades sociales, con el propósito de encontrar las necesidades que presentan no solo los estudiantes sino también los docentes y padres de familia de la IEM Libertad de Pasto.

Se utilizó el cuestionario sobre habilidades sociales para la vida, el cual está dividido en las siguientes categorías: Empatía, Relaciones interpersonales y Comunicación afectiva.

A su vez, se entrevistó a padres de familia y docentes, utilizando como guía, una entrevista que tiene como propósito, identificar los conocimientos y necesidades que presentan frente al tema de habilidades para la vida de tipo social. Esta población es objeto de investigación, debido a que la formación de los estudiantes depende en gran medida de los patrones de crianza de los primeros, y del proceso de enseñanza de los segundos.

La población con la cual se trabajó se encuentra conformada por primaria de la sede 2 Julián Bucheli, siendo ésta organizada por dos cursos de grado segundo, dos cursos de grado tercero y dos cursos de grado cuarto, oscilando con un total de estudiantes entre 25 a 30, dependiendo del curso.

En cuanto a la población de bachillerato de la IEM Libertad, se trabajó con ocho cursos de sexto, seis de séptimo, seis de octavo, y cinco cursos de noveno, conformando una totalidad de 800 estudiantes. El proyecto fue abordado desde una perspectiva holística e integral, en donde se tuvo en cuenta a los docentes, directores de grupo y a los padres de familia de las dos sedes.

El proceso de diagnóstico se realizó con el fin de encontrar necesidades y fortalecer aquellos aspectos que requieren atención inmediata, con el fin de generar posibles cambios que impacten de manera positiva al contexto educativo.

Resultados

El proyecto tuvo como objetivo general, fortalecer el desarrollo integral de la comunidad académica de la IEM Libertad, mediante un programa de HpV de tipo social, para lo cual es importante entender en primera instancia, el término en sí. Según Roca (2014), son los pensamientos y emociones que contribuyen a establecer y mantener relaciones interpersonales, las cuales generan satisfacción en las personas. Por su parte, la OMS (2008) las entiende como las competencias de naturaleza psicosocial que pueden ser aplicadas en diversas áreas, como la vida personal, las relaciones sociales y el entorno. Estas habilidades buscan mejorar la capacidad en el ser humano, de obtener una vida sana y feliz con el fin de poder participar de manera activa en la construcción de sociedades más justas solidarias y equitativas.

Para Mantilla (2001), las HpV fueron creadas por la OMS como una iniciativa para educar, dentro de los contextos educativos; a su vez, surgió la creencia sobre los cambios culturales junto a los estilos de vida necesarios para enfrentar los retos de adaptarse a un mundo cada vez más competitivo. El hecho de educar sobre esta clase de habilidades es un proyecto activo y práctico en distintos países del mundo, como el caso de Chile y Costa Rica, en los cuales desde hace unos años se ha venido aplicando dentro de las instituciones educativas, como un elemento importante de los programas en salud escolar. En Colombia, dicha iniciativa fue difundida durante el año 1992 pero fue en 1996 donde se propagó con fuerza, gracias al Ministerio de Salud, el cual financió un proyecto piloto desarrollado por Fe y Alegría, con el fin de aprobar la metodología dentro del país. Junto a las reformas de los sectores de salud y educación, con las leyes 100 de 1993 y 115, también llamada ley general de educación, mejoró el enfoque de promoción en salud y bienestar integral para niños y jóvenes en edad escolar.

Gracias al Ministerio de Salud, el proyecto de HpV pasó a ser parte de la política nacional en salud humanitaria a finales de 1998, y en 1999 se convirtió en una estrategia central dentro de las escuelas saludables.

En palabras de Roca (2014), las HpV “son aquellas capacidades que permiten relacionarnos e interactuar con los demás, con el fin de lograr mayores beneficios y un mínimo de consecuencias negativas o inapropiadas” (p. 11).

El concepto de habilidades sociales que hacen parte de la vida misma, incluye temas específicos tales como comunicación asertiva, empatía, creencias, valores, formas de percibir la vida, cómo llevar las habilidades a la realidad, y la influencia de la comunicación. Junto a ello se encuentra la importancia de mantener, dentro de un entorno inmediato, las relaciones interpersonales, las cuales, según el Ministerio de Educación, Nicaragua (2010) “son las habilidades para establecer y conservar relaciones o interactuar con otros de forma positiva” (p. 47). Es decir, que las relaciones personales son las destrezas que permiten que las personas puedan relacionarse de forma positiva, permitiendo a su vez el mantenimiento de lazos amistosos y familiares, siendo de gran importancia para el desarrollo del ser humano, específicamente durante la etapa de la infancia y la adolescencia. Gracias a la obtención de buenas relaciones personales, se adquiere diferentes maneras

de llevarse con los demás, fortalecer creencias, normatividades y aspiraciones, conocimientos adquiridos esencialmente desde la primera infancia, fundamentados desde el hogar.

Teniendo en cuenta los conceptos de relaciones interpersonales, la familia y las instituciones educativas son las que deben establecer en los niños el mantenimiento de relaciones interpersonales asertivas (González-Pienda, Nuñez, González-Pumariega y García, 1997). Junto a éstas, se encuentra también la comunicación asertiva, la cual según Bueno y Garrido (2012) es “la comunicación que permite la interacción de manera fácil y oportuna” (p. 114); de igual manera, posibilita la expresión de pensamientos, sentimiento e ideas, defendiendo prioritariamente los derechos y sus tradiciones, adaptándose fácilmente al concepto, resolviendo de forma adecuada los problemas. Es decir, que la comunicación asertiva es aquella donde el individuo aprende de cada relación conflictiva, reduciendo el riesgo de que en futuras relaciones surjan nuevos inconvenientes; ante ello, las personas que utilizan este estilo de comunicación se caracterizan por ser expresivas, comprenden el punto de vista del otro, objetan las decisiones y asumen las diferencias de manera normal.

Según Avendaño (2014), la comunicación asertiva permite manifestar de manera autónoma los sentimientos, necesidades y opiniones, buscando ante todo un resultado satisfactorio, por lo cual la asertividad busca transmitir los mensajes de forma efectiva, buscando siempre un resultado satisfactorio. La comunicación asertiva representa un papel importante en las interacciones grupales, puesto que construye una destreza cuando se desea emitir una opinión; por lo tanto, el ser humano que se comunica asertivamente, tiene una gran personalidad activa, defiende sus propios derechos y no tiene temor de expresarse.

Para Fernsterheim y Baer (citados por Terroni, 2009), las personas asertivas se caracterizan principalmente por presentar libertad de expresión, manejo de una comunicación directa adecuada y abierta, expresan los sentimientos de forma correcta. Dongil y Cano (2014) sostienen que hay comunicación asertiva, cuando las ideas y opiniones son expresadas con libertad y respeto. Hofstadt (2005) dice que estas personas se caracterizan por tener una capacidad de escucha activa. La comunicación asertiva se da en personas que emplean el diálogo y la información en forma precisa y conveniente, teniendo en cuenta las circunstancias del momento, y que se caracterizan por manifestar con prontitud las ideas, las palabras, etc., con una fluidez verbal que permite expresar la idea de forma ordenada, completa y asertiva.

Junto a los conceptos de comunicación asertiva y relaciones interpersonales efectivas, también es importante tener en cuenta el desarrollo físico cognitivo y psicosocial de los niños y adolescentes, referente principal que será tenido en cuenta para abordarlo dentro de los conceptos de habilidades para la vida, conceptos abordados desde el punto de vista de Papalia, Feldman y Martorell (2012).

Una vez citados los diferentes conceptos, aportes teóricos y prácticos sobre la temática de HpV, se parte ahora de hacer un informe descriptivo sobre el proceso de diagnóstico realizado en los adolescentes y alumnos de la IEM Libertad.

Para desarrollar el diagnóstico se planteó varias estrategias que consistieron en aplicar la Prueba ERCA¹ en los niños, y una entrevista semiestructurada a padres y docentes. Posterior a ello se hizo la sistematización de la información a través de una matriz, proporcionando información por parte de los docentes, que permitió conocer fortalezas y debilidades presentes en los

¹ Empatía, Relaciones Interpersonales, Comunicación Asertiva.

estudiantes. A partir de los resultados obtenidos se logró evidenciar la necesidad de fortalecer, en algunos estudiantes, el tema de habilidades empáticas y, en general, habilidades sociales, dado el desconocimiento del tema y la falta de práctica. De igual manera, se observó que existe poco interés por investigar o conocer más sobre la temática, lo cual es relevante, porque al existir estos vacíos en el conocimiento e información, las relaciones que se establece dentro y fuera del contexto se hacen difíciles y, en consecuencia, se ve afectado el bienestar de la persona.

Los resultados con respecto al tema de empatía, permitieron verificar e identificar en los adolescentes, fortalezas tales como: el manejo adecuado de la escucha, la capacidad para la toma de perspectivas, la preocupación sobre los estudiantes y las demás personas, etc.; a la vez, se evidenció una serie de dificultades relacionadas principalmente con la actitud no altruista de algunos docentes.

Con respecto a las relaciones interpersonales, se pudo verificar que los docentes presentan una forma adecuada de iniciar las relaciones y mantenerlas dentro de un determinado tiempo; sin embargo, se debe reforzar la manera como las finalizan.

Al mismo tiempo, los docentes evidencian ciertas falencias y anomalías al momento de comunicarse asertivamente, ya que existen ciertas problemáticas relacionadas con la forma de manifestar las opiniones, dificultándose la escucha y el respeto de algunos temas que no consideran importantes y a que su vez no son pertinentes para comunicarlos.

Con relación a los padres de familia, frente al tema de empatía, la mayoría tiene ciertos conocimientos sobre los conceptos, confundiendo los términos con otros que son semejantes; presentan fortalezas al momento de iniciar y mantener una relación interpersonal, dificultándose al finalizarla.

Respecto a la comunicación asertiva, se evidencia cierta incongruencia, sobre todo en las respuestas brindadas por parte de algunos padres de familia, que carecen de herramientas apropiadas para exponer sus puntos de vista e ideas; además existen dificultades en términos de respeto hacia las opiniones de los demás, dificultando su correcta comunicación y socialización.

Haciendo uso del método de observación, se pudo evidenciar que algunos docentes demostraron poca colaboración e interés hacia este tipo de proyectos, mientras que los padres de familia demostraron lo contrario, ya que estuvieron sintonizados con los temas, mencionando que son importantes para fortalecer las habilidades sociales en sus hijos, conceptos importantes para la educación y formación del ser humano.

Prueba piloto Sede No. 2, Escuela Julián Bucheli I.E.M Libertad Pasto.

Se aplicó el cuestionario de habilidades sociales para la vida –ERCA– en la población estudiantil de primaria, en los grados: segundo, tercero y cuarto de la sede número 2. Al principio se realizó una prueba piloto sobre el cuestionario ERCA, luego se hizo la aplicación de la prueba a partir de la selección de un muestreo por cuotas, la cual consiste en elegir unidades muestrales sobre la base de un buen conocimiento de los estratos más representativos para los fines de la investigación, por lo cual la palabra ‘cuota’, se refiere al número de individuos que reúne unas determinadas condiciones indispensables para realizar la investigación (Morilla, s.f.).

Para el desarrollo del cuestionario ERCA, se escogió al azar una muestra de 20 estudiantes, distribuidos en los grados segundo y tercero de básica primaria.

Tabla 1. *Curso y cantidad de estudiantes para la prueba piloto de inventario ERCA*

Cursos	Cantidad de estudiantes
2- 1	6
2 – 2	5
3 -2	9
Total	20

Con respecto al informe de la prueba piloto desarrollado en la sede Número 2 de la Escuela Julián Bucheli de la IEM Libertad, a partir del cuestionario ERCA, se pudo determinar que:

En el grado 2, dentro de la dimensión Empatía, seis estudiantes representaron una media de 77.0 %, siendo una puntuación alta; respecto a las Relaciones personales, se presentó una media de 63.33 %, y en la dimensión Asertividad, una media de 61.50 %, puntajes que evidencian un rango alto, resultados que, al ser interpretados, manifiestan ciertas habilidades para la vida social. Con respecto al grado tercero, sobre una muestra poblacional de 14 estudiantes, la dimensión de Empatía presentó una media de 80.57 %, puntuación generalmente alta; dentro del tema de Relaciones interpersonales, se dio una media de 64.93 %, y en cuanto a la dimensión Asertividad, se dio una media de 61.21 %, porcentajes que están dentro del rango alto, los cuales dan a entender que los estudiantes poseen ciertas habilidades para la vida social.

Referente al grado cuarto, se tomó una muestra representativa de 10 estudiantes, de los cuales, dentro de la dimensión Empatía, se obtuvo una media de 84.92 %; con respecto a las Relaciones interpersonales, se dio una media de 65.20 %; y por último, dentro de la dimensión Asertividad, se dio una media de 60.20 %, resultado que dio un puntaje final de 60, representando un alto grado de asertividad sobre habilidades para la vida social.

La misma prueba se hizo a los estudiantes de los grados sexto, séptimo, octavo y noveno de la misma institución; dentro del grado sexto se escogió una muestra de 119 estudiantes, quienes en la dimensión Empatía presentaron una media de 72.10 %; la dimensión Relaciones interpersonales, una media de 57.83 % y, por último, en la dimensión Asertividad se dio una media de 45.79 %, puntaje que corresponde al rango medio. Este resultado permitió deducir que las dimensiones de Empatía y Relaciones interpersonales tuvieron un porcentaje de participación alta, contrario a la dimensión de Comunicación asertiva, donde el porcentaje medio puso en duda la capacidad de los estudiantes para obtener habilidades sociales para la vida.

Según los resultados del grado séptimo -109 estudiantes como muestra-, se presentó una media de 77.18 % para Empatía, 59.46 % en Relaciones interpersonales y 44.34 % en Comunicación asertiva, resultados casi parecidos a los anteriores, demostrando cierto grado de problemas con respecto a la última habilidad. En el grado octavo -78 estudiantes como muestra representativa-, se obtuvo una media de 74.03 % en Empatía, 59.79 % en Relaciones interpersonales y 45.0 % en Comunicación asertiva, algo semejante a lo que pasó dentro del grado noveno, en el cual, de los 63 estudiantes objetos de estudio, se presentó una media de 73.89 %, seguida de 57.35 % en Relaciones interpersonales, y de 45.59 % en Comunicación asertiva. Estos resultados dan cuenta de que en los grados séptimos, octavos y novenos, los porcentajes obtenidos en las dimensiones de Empatía y Relaciones interpersonales fueron altos, demostrando cierto grado de correspondencia dentro de las Relaciones interpersonales, mientras que en la dimensión de

Comunicación asertiva, los tres grados mencionados obtuvieron un puntaje sobresaliente que no superó ni siquiera la mitad del porcentaje deseado, resultado que permite inferir que en los grados superiores, desde el séptimo hasta el noveno, hay serias dificultades para comunicarse adecuadamente.

A raíz de la presente investigación, se puede conjeturar que mientras los docentes y padres de familia presentan un adecuado manejo respecto a las dimensiones de Empatía y Relaciones interpersonales, existen ciertas dificultades con relación al mantenimiento de relaciones duraderas en el tiempo y en el espacio, mientras que en los estudiantes, desde el grado segundo hasta el cuarto de primaria, hubo resultados que mostraron un alto porcentaje dentro de las dimensiones de Empatía, Relaciones interpersonales y Comunicación asertiva, demostrando ciertas habilidades para la obtención de amistades y relaciones sociales, mientras que en los grados sexto, séptimo, octavo y noveno, a pesar de que obtuvieron un porcentaje alto dentro de las dimensiones de Empatía y Relaciones interpersonales, en la dimensión sobre Comunicación asertiva no se obtuvo un porcentaje considerado, por lo cual se mantuvo dentro del rango medio, con ciertas posibilidades de aumentar o disminuir su habilidad.

Conclusiones

De acuerdo con los resultados obtenidos a partir de la aplicación del Cuestionario ERCA y de las entrevistas semiestructuradas realizadas a padres y docentes de la IEM Libertad de Pasto, se puede decir que:

- En el diagnóstico obtenido de la encuesta realizada a padres de familia y docentes, se presenta cierto grado de empatía en ambas partes, aunque existe un desconocimiento sobre los conceptos por parte de los padres. Respecto a las relaciones interpersonales, a pesar de que las dos partes tienen fuertes tendencias para mantener y reforzar una relación de amistad, existen ciertas dificultades a la hora de escuchar y de respetar las opiniones de los demás, fenómeno que se presentó sobre todo en los docentes.
- De acuerdo con el análisis estadístico de la población objetivo (estudiantes de la IEM Libertad de Pasto), se obtuvo un nivel alto con respecto a las HpV, resultado que fue evidente ya que según los resultados de inventario ERCA, todos presentaron un nivel alto en las dimensiones de Empatía y Relaciones interpersonales, aunque se obtuvo un porcentaje medio desde el grado sexto hasta el noveno en la dimensión de Comunicación asertiva, convirtiéndose en una necesidad y a la vez en una preocupación no solo de la institución educativa, sino también de los padres de familia, quienes deben intervenir para mejorar dichos resultados.
- A partir de los resultados anteriores, se ve prioritario reforzar, dentro de los manuales de convivencia y de materias que tienen que ver con el área comunicacional, aspectos indispensables como la comunicación asertiva, tema que debe ser abordado desde las distintas perspectivas, a través de enfoques teóricos y prácticos, charlas, foros, etc., priorizando los problemas que estén relacionados con la comunicación. Además, se debe enfatizar en ciertos inconvenientes que existen dentro del sector docente, relacionados con el mantenimiento de relaciones interpersonales y con el respeto hacia las diferencias, dimensiones que al tener ciertos vacíos, necesitan ser manejadas y estudiadas por los directivos de la institución, con fines prácticos y educativos para la obtención de niveles apropiados de comunicación asertiva.

Referencias

- Avendaño, H. (2014). *La comunicación asertiva como ventaja competitiva* (Trabajo de Grado). Universidad Militar Nueva Granada. Bogotá, Colombia. Recuperado de <http://repository.unimilitar.edu.co/handle/10654/11994>
- Bueno, M. y Garrido, M. (2012). *Relaciones interpersonales en la educación*. Madrid, España: Ediciones Pirámide.
- Congreso de la República de Colombia. (1993). Ley 100 de 1993 “por la cual se crea el sistema de seguridad social integral y se dicta otras disposiciones”. Bogotá, Colombia. Recuperado de <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=5248>
- (1994). Ley 115 de febrero 8 de 1994 “por la cual se expide la ley general de educación”. Bogotá, Colombia. Recuperado de http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf
- Dongil, G. y Cano, A. (2014) *Habilidades Sociales*. Sociedad Española para el estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS). Recuperado de http://www.bemocion.mssi.gob.es/comoEncontrarmeMejor/guiasAutoayuda/docs/guia_habilidades_sociales.pdf
- González-Pianda, J., Nuñez, J., González-Pumariega, S. y García, M. (1997). Autoconcepto, Autoestima y aprendizaje escolar. *Psicothema* 9(2), 271-289.
- Hofstadt, C. (2005). *El libro de las habilidades de comunicación* (2ª ed.). España: Ediciones Días de Santos S.A.
- Mantilla, L. (2001). *Habilidades para la vida. Una propuesta educativa para la promoción del desarrollo humano y la prevención de problemas psicosociales*. Recuperado de http://www.feyalegria.org/images/acrobat/72979810510810510097100101115_849.pdf
- Melero, J. (2010). *Habilidades para la vida: un modelo para educar con sentido*. Recuperado de http://www.habilidadesparaadolescentes.com/archivos/2010_Un_modelo_para_educar.pdf
- Ministerio de Educación, Nicaragua. (2009). *Manual de desarrollo estudiantil para docentes guías y docentes consejeros*. Nicaragua: MINED.
- Morillas, A. (s.f.). *Muestreo en poblaciones finitas*. Recuperado de <http://webpersonal.uma.es/~morillas/muestreo.pdf>
- Murillo, J. y Martínez-Garrido, C. (2012). Las condiciones ambientales en las aulas de Primaria en Iberoamérica y su relación con el desempeño académico. *Archivos Analíticos de Políticas Educativas* 20, 1-19.
- Organización Mundial de la Salud. (OMS). (2008). *Las habilidades para la vida según la Organización Mundial de la Salud*. Recuperado de <http://www.abc.com.py/articulos/las-habilidades-para-la-vida-segun-la-organizacion-mundial-de-la-salud-1103481.html>
- Papalia, D., Feldman, R. y Martorell, G. (2012). *Desarrollo humano* (12ª ed.). México: Editorial Mc Graw-Hill.
- Roca, E. (2014). *Cómo mejorar tus habilidades sociales* (4ª ed.). Valencia, España: ACDE Ediciones.
- Terroni, N. (2009). La comunicación y la asertividad del discurso durante las interacciones grupales presenciales y por computadora. *Psico-USF* 14(1), 35-46.