

Universidad Siglo 21



Trabajo Final de Grado- Plan de Intervención

Licenciatura en Psicología

Entrenamiento de Habilidades Sociales para una Convivencia Saludable en el Nivel Secundario

Social Skills Training for a Healthy Coexistence in Secondary School

Autora:

Monsalvo, Lara Eugenia

Legajo: PSI03772.

Tutora:

Dra. Azpilicueta, Ana Estefanía.

Córdoba Argentina, Junio de 2025.

Agradecimientos

En primer lugar, quiero agradecer a mis dos grandes pilares, que son mi mamá y mi papá, ellos son mi fuerza, son mi apoyo incondicional, los que me inspiraron a seguir mi sueño. Este logro también es suyo.

A mis hermanos Nano y Gonza, por ser mi refugio, mi impulso y una gran inspiración a seguir luchando siempre. Cada uno a su manera, pero siempre con amor incondicional.

A mi familia, por estar presente en cada momento de este camino y en cada logro.

A mis ángeles, que me acompañan desde otro lugar, pero siempre están presentes en mí.

A mis amigas y amigos de la vida, por estar siempre, me escucharon, y acompañaron en cada paso de este camino.

A mi compañero Gonza, por su paciencia, siempre tiene la palabra de motivación justa y el abrazo recargado de energía para seguir.

A mis facuamigas, con quienes no solo compartí apuntes y trabajos, sino también miedos, mates, risas y sueños. Me las llevo para siempre conmigo.

A los docentes que tuve a lo largo de la carrera, por dar las clases con tanta pasión y amor a su profesión, de cada uno me llevo un lindo recuerdo y los guardo en mi corazón.

Índice

Agradecimientos	2
Resumen	5
Abstract	6
Introducción	7
Delimitación de la Línea Estratégica de Intervención	8
Síntesis de la Organización: I.P.E.M N°193 José María Paz	9
Identificación de Problemática	12
Objetivos	13
Objetivo General.....	13
Objetivo Específicos.....	13
Justificación	14
Marco Teórico	15
Plan de trabajo	21
Encuentro 1: Construyendo el grupo	21
Encuentro 2: ¿Cómo nos relacionamos?	23
Encuentro 3: Comunicación asertiva	25
Encuentro 4: Escucha activa y empatía	26
Encuentro 5: Resolución de conflicto.....	28
Encuentro 6: Cierre e integración.....	30
Cronograma	32
Recursos	32
Presupuesto	33
Evaluación	35
Resultados Esperados	36
Conclusión	37
Referencias	39
Anexo	42
Anexo 1: Entrevista a docente	42
Anexo 2: Ficha de encuentro N° 1	46

Anexo 3: Encuentro N°2	47
Anexo 4: Ficha de Encuentro N°3	48
Anexo 5: Guía con pasos para resolver conflictos	49
Anexo 6: Guía de observación.....	50
Anexo 7: Autoevaluación	51

Resumen

La adolescencia constituye una etapa de profundas transformaciones, en la cual el desarrollo de habilidades sociales adquiere especial relevancia para la construcción de vínculos saludables y resolución de conflictos. En este contexto, el presente Trabajo Final de Grado se propone diseñar e implementar un plan de intervención orientado al fortalecimiento de dichas habilidades en estudiantes de ciclo orientado del I.P.E.M. N. ° 193 “José María Paz”, ubicado en la localidad de Saldan, Córdoba.

La problemática abordada surge a partir de la observación institucional de dificultades recurrente en la comunicación entre los pares. En respuesta, se diseñó una propuesta de seis encuentros grupales, con metodología vivencia y enfoque participativo, que promueve la reflexión, el aprendizaje activo y la apropiación de herramientas para mejorar la convivencia. Los contenidos trabajados incluyen comunicación asertiva, empatía, escucha activa y resolución de conflictos.

La intervención se sustenta teóricamente desde el enfoque cognitivo-conductual y en la teoría del aprendizaje social, destacando el entrenamiento en habilidades sociales como estrategia de prevención de conductas de riesgo y promoción del bienestar emocional. Se espera que la experiencia favorezca el clima áulico, los lazos entre los estudiantes y que contribuya al desarrollo integral de los adolescentes dentro y fuera del ámbito escolar.

Palabras Clave: Habilidades Sociales, Adolescentes, Comunicación Asertiva, Resolución de Conflictos, Escucha Activa.

Abstract

Adolescence is a stage of profound transformations, in which the development of social skills acquires special relevance for the construction of healthy relationships and conflict resolution. In this context, this Final Degree Project aims to design and implement an intervention plan oriented to strengthen these skills in students of the I.P.E.M. No. 193 “José María Paz”, located in the town of Saldan, Córdoba.

The problem addressed arises from the institutional observation of recurrent difficulties in communication among peers, poor active listening, empathy and inadequate ways of conflict resolution. In response, a proposal of six group meetings was designed, with an experiential methodology and participatory approach, which promotes reflection, active learning and the appropriation of tools to improve coexistence. The contents worked on include assertive communication, empathy, active listening and conflict resolution.

The intervention is theoretically based on the cognitive-behavioral approach and social learning theory, highlighting social skills training as a strategy to prevent risk behaviors and promote emotional well-being. It is expected that the experience will favor the classroom climate, the bonds among students and contribute to the integral development of adolescents inside and outside the school environment.

Key words: Social Skills, Adolescents, Assertive Communication, Conflict Resolution, Active Listening.

Introducción

La adolescencia es una etapa de intensos cambios en la vida de las personas, marcada por la búsqueda de identidad, el desarrollo de la autonomía y la necesidad de establecer vínculos significativos por fuera del ambiente familiar. En este proceso, el entorno escolar cumple con un rol central no solo como espacio de formación académica, sino también como escenario privilegiado para la construcción de lazos sociales, el aprendizaje de normas de convivencia y de la expresión emocional. Sin embargo, en muchos contextos educativos, se evidencian dificultades en la comunicación interpersonal y la resolución de conflictos en los estudiantes, lo que repercute negativamente en el clima institucional y en el bienestar psicosocial de los mismos.

La línea estratégica de este trabajo es el de “Vulnerabilidad y conductas de riesgo”, y tiene como propósito diseñar e implementar un plan de intervención orientado al fortalecimiento de habilidades sociales en estudiantes del I.P.E. M. N.º 193 “José María Paz”. A partir de la identificación de la problemática vinculada con la insuficiente comunicación, la limitada empatía y la recurrencia de conflicto entre los pares, se propone una serie de encuentros con un enfoque vivencial, centrados en la promoción de la comunicación asertiva, la escucha activa y la resolución de conflictos.

La propuesta se fundamenta en un abordaje teórico que integra el enfoque cognitivo- conductual y la teoría de aprendizaje social, considerando que las habilidades sociales como las competencias pueden ser enseñadas, practicadas y fortalecidas en contextos grupales y seguros. Desde esta perspectiva, no se busca solo intervenir sobre la problemática concreta, sino también generar espacios de reflexión, aprendizaje y transformación en los modos de vincularse, promoviendo una convivencia más empática, respetuosa y saludable en el entorno escolar.

Delimitación de la Línea Estratégica de Intervención

La línea estratégica en la que se centra el presente este Plan de Intervención es la *Vulnerabilidad y conductas de riesgo en la actualidad*, dado que se trabaja con una población de adolescentes que se encuentran atravesando una etapa de construcción identitaria, emocional y social en un contexto de múltiples desafíos.

Se puede definir a la Vulnerabilidad como la capacidad disminuida de una persona o sobre un grupo para anticiparse, afrontar y superar las consecuencias de una situación de riesgo, ya sean naturales o derivadas de dinámicas sociales complejas (Universidad Siglo 21, 2020). Araujo González (2015), señala que son vulnerables aquellas personas que tienen mayores dificultades para adaptarse al cambio o resistir al impacto negativo, quedando así más expuesto a entornos amenazantes. En un contexto escolar, la vulnerabilidad se ve agravada cuando los jóvenes carecen de habilidades sociales esenciales, como la comunicación asertiva y la capacidad para resolver conflictos (Castro & Alvarado, 2020).

En la adolescencia, la falta de un entorno de acompañamiento emocional y las dificultades para desarrollar las habilidades sociales suelen dar lugar a diversas problemáticas en la vida cotidiana. Castro y Alvarado (2020) sostienen que muchas de las problemáticas que atraviesan los adolescentes tienen su origen en estas carencias, especialmente la ausencia de habilidades sociales y de un entorno que favorezca su desarrollo emocional. UNICEF (2021) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS,2022) insisten en fortalecer en los jóvenes la capacidad de comunicarse, resolver conflictos y relacionarse de una manera sana y respetuosa.

En síntesis, la intervención propuesta, se enmarca en la línea estratégica de vulnerabilidad y conductas de riesgos, partiendo del reconocimiento de que las

dificultades de resolución de conflictos y comunicación en la adolescencia pueden incidir de forma notable en su desarrollo emocional, educativo y social. Este enfoque permite tener una mirada integral de la problemática, contemplando tanto el contexto escolar como las particularidades propias de su etapa de desarrollo.

Síntesis de la Organización: I.P.E.M N°193 José María Paz

El I.P.E.M N.º 193 “José María Paz” es una institución educativa pública de nivel secundario que se encuentra ubicada sobre la calle Vélez Sarsfield N.º 647, en la ciudad de Saldan de la Provincia de Córdoba, Argentina. Su comunidad educativa está compuesta por estudiantes que provienen en un 75%, aproximadamente, de la localidad de Saldan y un 25% de localidades cercanas como Villa Allende, La Calera, Arguello, Dumesnil, Rivera Indarte, entre otras.

Actualmente, la institución cuenta con una matrícula de 644 estudiantes distribuidos en dos turnos, mañana y tarde. Ofrece dos orientaciones, una de ellas es Economía y Gestión; y la otra, Turismo. La planta docente está compuesta por 97 profesores, y se realiza un acompañamiento escolar sostenido por un equipo conformado por ocho tutores, un coordinador de curso y un coordinador del Centro de Actividades Juveniles (CAJ), quienes se encargan de reforzar el seguimiento académico y el proceso de aprendizaje.

Su misión es ofrecer una formación integral y continua a sus estudiantes, originando el desarrollo del pensamiento crítico, la capacidad de resolver problemas, el aprendizaje en un entorno de respeto y valores. Tiene como objetivo el crecimiento personal de los alumnos, proporcionar su integración en la vida social y laboral, y acompañarlos en su camino hacia estudios superiores.

La historia de esta institución educativa remonta al año 1965, cuando vecinos y representantes de la Municipalidad de Saldan impulsaron la creación de la escuela secundaria, con la intención de evitar que los jóvenes tuvieran que trasladarse a otras ciudades para poder seguir con sus estudios. Inicialmente, funcionó como una institución privada, bajo la tutela de Superintendencia Nacional de Enseñanza Privada (SNEP) en el edificio de la escuela Nogal Histórico. Con el paso de los años, se fue ampliando la oferta educativa hasta consolidar el ciclo completo.

En el 1988, la institución pasó oficialmente al ámbito provincial, lo que impulsó como prioridad la construcción de un edificio propio; el objetivo se concretó varios años después. En este contexto, nació la cooperadora escolar, cuyo rol fue fundamental en el financiamiento de crecimiento institucional. En 1993, se implementó la Ley Federal de Educación N.º 24.195, que introdujo el Ciclo Básico Unificado (CBU) y el Ciclo de Especialización (CE), con una orientación en Economía y Gestión de las organizaciones, y una especialización en Turismo, Hotelería y Transporte. La institución consolidó su identidad en torno a una competencia folclórica estudiantil, que se convirtió en un emblema del Proyecto Educativo Institucional (PEI).

Durante el 2003 y el 2004, se produjeron importantes avances en infraestructura y en programas educativos. Se promovió la construcción del PEI con la participación activa de toda la comunidad escolar, incluyendo reuniones para definir el perfil del egresado. Además, se incorporó al Programa Nacional de Becas Estudiantiles, destinados a los alumnos en estado de vulnerabilidad socioeconómica, para que les sea posible continuar con sus estudios secundarios. De esta manera, en el 2005, se sumó al Programa Eductrade, mediante el cual se obtuvo un laboratorio de informática de última generación, lo que permitió fortalecer el área tecnología de la información y comunicación.

En 2009, se incorporó a la institución el Centro de Actividades Juveniles (CAJ), que es una organización de tiempo libre educativo, orientado a la formación, el aprendizaje, la recreación y el desarrollo personal de los jóvenes. Estos espacios están pensados para complementar la función mediante de actividades formativas que favorecen al sentido de pertenencia. Al año siguiente, en el marco de la ley nacional 26.206, se inicia un proceso de reelaboración de su proyecto educativo para adecuarlo a la demanda de la sociedad. En 2011, se inició un proceso de selección de nuevas orientaciones, consultando con la comunidad educativa. Se abordó la construcción sobre los contenidos, las capacidades y las estratégicas metodológicas. También se presentó un proyecto de convivencia en base a la resolución N.º 149/103, y continuaron las acciones para mejorar la institución.

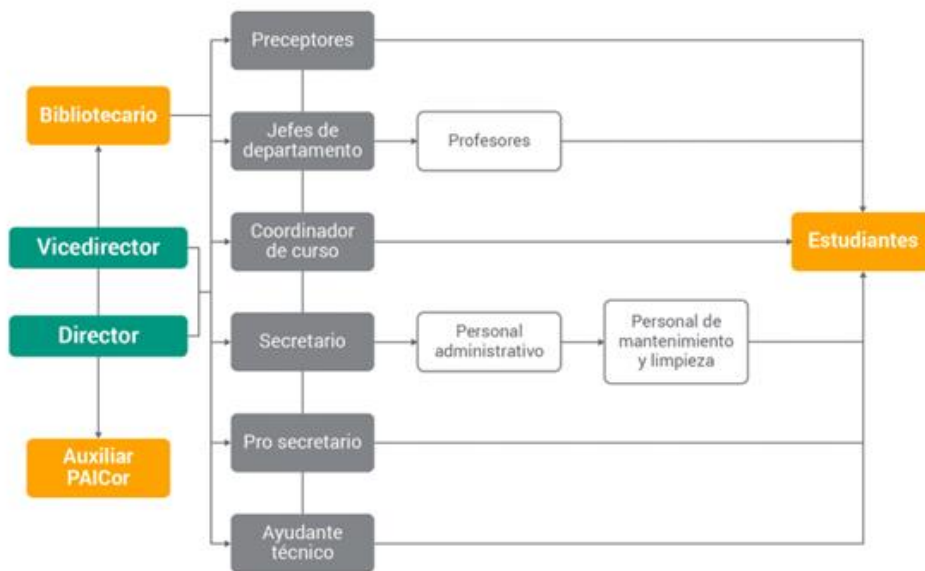
Desde entonces, el I.P.E.M N.º 193 ha atravesado múltiples reformas institucionales en respuesta a los cambios educativos nacionales y a las demandas locales. Entre los hitos relevantes, se destaca la incorporación de un Centro de Estudiantes, buscando fortalecer las trayectorias escolares y promover la participación activa de los estudiantes.

A partir del año 2017, se llevaron a cabo mejoras edilicias, como la construcción de un playón con ocho canchas, la habilitación de dos aulas, la re funcionalización de la sala de informática y la reorganización de la biblioteca. Si bien el Plan de Tutoría y el programa de Conectar Igualdad eran de un gran impacto positivo para el aprendizaje de los estudiantes; se discontinuaron, resultando una perdida muy significativa para la comunidad educativa. (Universidad Siglo 21, 2019).

Organigrama

Figura 1

Organigrama institucional del I.P.E.M N.º 193 “José María Paz”



Fuente: Ponce, 2018.

Identificación de Problemática

La problemática reconocida en el I.P.E.M. N.º 193 “José María Paz” refiere a las dificultades en la resolución de conflictos y comunicación entre los alumnos, lo cual impacta de manera directa en la convivencia escolar y en el trabajo colaborativo del aula. Estas situaciones se manifiestan en comportamientos como: distanciamiento entre los pares, la reducción de participaciones en actividades y la dificultad para integrarse a los espacios grupales generando un debilitamiento del sentimiento de pertenencia institucional.

A partir de una entrevista realizada a una docente de nivel secundario, se evidencian conflictos frecuentes entre los adolescentes, relacionados con burla sobre los

aspectos físicos, rivalidades personales, insultos y dificultades para expresar sus emociones de una manera conveniente. Según la percepción de la educadora, estos conflictos, aunque muchas veces se desarrollan fuera de las aulas, influyen en el estado de ánimo de los estudiantes, afectando su disposición para el aprendizaje. Además, se destaca un empobrecimiento en la comunicación interpersonal, fuertemente condicionada por la presencia de la tecnología, lo que lleva a la limitación de espacios de comunicación genuina y de construcción emocional.

En este contexto, se revela una vulnerabilidad en los adolescentes al no contar con las herramientas necesarias para afrontar estas tensiones cotidianas y resolver conflictos de una manera pacífica. Ante esta situación, se observa la necesidad de espacios institucionalizados para trabajar estas habilidades de modo preventivo y formativo.

Objetivos

Objetivo General

Diseñar un plan de intervención para fortalecer las habilidades sociales de comunicación y resolución de problemas en estudiantes del ciclo orientado del I.P.E.M N.º 193 “José María Paz”, con el fin de promover una convivencia armónica y relaciones interpersonales saludables.

Objetivo Específicos

- Fomentar la escucha activa como base para la empatía y la comprensión entre pares.
- Desarrollar en los adolescentes la comunicación asertiva, para facilitar el intercambio claro y respetuoso en las interacciones sociales.

- Entrenar habilidades de resolución de conflictos para abordar desacuerdo de manera pacífica y constructiva

Justificación

La adolescencia representa una etapa en el desarrollo psicosocial de las personas, caracterizada por una creciente necesidad de afirmación personal, vinculación y pertenencia a un grupo. En este periodo, la adquisición de las habilidades sociales se vuelve crucial, ya que estas competencias no sólo facilitan la comunicación efectiva, sino que también promueven relaciones interpersonales saludables y un mejor entorno escolar (Del Prette & Del Prette, 2008; Olaz & Morán, 2014; Goleman, 1995).

Diversos estudios coinciden en señalar que la ausencia de las habilidades sociales como el asertividad, la empatía, la escucha activa y la resiliencia, pueden generar dificultades significativas en la convivencia escolar y el bienestar emocional de los adolescentes (Echeverría & Paredes, 2025).

Investigaciones como la de Núñez Hernández et al. (2018) han demostrado que existe una relación directa entre las habilidades sociales y el rendimiento escolar. La ausencia de la comunicación asertiva entre los estudiantes y los docentes, así como la falta de confianza para expresar dudas o inquietudes afectan negativamente en los procesos de enseñanza- aprendizaje y limita el potencial educativo.

A partir de investigaciones recientes, se reconoce la importancia de implementar estrategias formativas dentro del ámbito educativo que promuevan el desarrollo de competencias comunicativas y resolución de conflictos. González, Moreno y Morelo Jurado (2023) destacan la efectividad de programas enfocados en estas habilidades, no sólo porque favorecen el vínculo entre los pares, sino también por que incrementan la participación activa en el aula y reducen la conflictividad cotidiana. En la misma línea,

un estudio reciente refuerza esta perspectiva (Orosco-Fabian et al., 2024), al identificar una correlación positiva entre el nivel de habilidades sociales y el rendimiento académico de los adolescentes de nivel secundario.

Teniendo en cuenta que la adolescencia es un momento importante para el desarrollo de las habilidades sociales, como la empatía, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos, se vuelve necesario generar estrategias que las fortalezcan. Desde esta perspectiva, se justifica la implementación de un plan de intervención, orientado al fortalecimiento de las habilidades sociales en estudiantes adolescentes. Atender esta problemática no sólo contribuye a mejorar la convivencia institucional, sino que también favorece el desarrollo emocional, cognitivo y social de los jóvenes, impactando de forma positiva en la trayectoria escolar y en la futura inserción laboral.

Asimismo, la intervención se alinea con los principios de la Ley Nacional de Salud Mental N. °26.657 (2010), que promueve el paradigma de salud psicosocial centrado en la comunidad y en la prevención de conductas de riesgo. Al dotar a los adolescentes de herramientas para la gestión emocional y la resolución pacífica de conflictos, el plan contribuye activamente a la prevención y promoción de la salud mental en el ámbito educativo, en consonancia con el marco legal vigente en Argentina.

Marco Teórico

El desarrollo de las Habilidades Sociales (HHSS) constituye un eje fundamental en la formación emocional, cognitiva y racional, especialmente en el contexto escolar donde se configuran los primeros vínculos sociales significativos por fuera del entorno familiar. Estas habilidades comprenden un conjunto de conductas adquiridas, observables y específicas que permiten interactuar de forma adecuada, expresar ideas y emociones

con claridad, respetar los derechos propios y ajenos, y responder de manera asertiva ante diversas situaciones sociales (Caballo, 2002; Del Prette & Del Prette, 2022).

Desde el enfoque cognitivo-conductual, las HHSS no son rasgos de personalidad inmutables sino repertorios conductuales que pueden aprenderse y entrenarse, cuya eficacia depende de variables personales (como creencias, emociones y experiencias) y del contexto en el que se expresan (Olaz & Morán, 2014). Este enfoque sostiene que el comportamiento social está mediado por la interacción entre el ambiente, las conductas observadas y las cogniciones individuales.

Siguiendo este marco, la teoría del aprendizaje social de Albert Bandura (1987) ofrece un aporte clave. El autor sostiene que muchas conductas sociales se aprenden por observación e imitación de modelos significativos, como docentes, adultos y pares. Además, introduce el modelo de autoeficacia, definido como la creencia que tiene una persona sobre su capacidad para organizar y ejecutar cursos de acción necesarios ante determinadas situaciones. En el ámbito escolar, esta percepción influye directamente en cómo los adolescentes enfrentan situaciones sociales desafiantes, cómo regulan sus emociones y cómo resuelve conflictos. Un déficit en el repertorio de las habilidades sociales disminuye la autoeficacia social del adolescente, es decir, su expectativa de éxito al interactuar con otros. Esta baja de confianza en las propias capacidades incrementa la posibilidad de experimentar ansiedad ante situaciones sociales y recurrir a respuestas desadaptativas ante el conflicto. Por ello, promover la autoeficacia social es un componente central de toda la estrategia de intervención basada en habilidades sociales.

Del Prette y Del Prette (2002, 2008) distinguen entre habilidades sociales como repertorio de conductas observables, y competencia social, entendida como la eficacia con la que estas conductas se ejecutan según el contexto, las normas y las expectativas

sociales. Es decir, una persona puede poseer habilidades, pero no necesariamente desplegarlas de forma competente si existen inhibiciones emocionales, baja autoestima o dificultades cognitivas para interpretar claves sociales.

Asimismo, Kelly (2002) propone una clasificación funcional de las HHSS según su objetivo: vinculares (como iniciar conversaciones o expresar afecto), instrumentales (como resolver problemas o coordinar tareas) y de oposición asertiva (como defender los propios derechos sin agresión). Esta tipología resulta especialmente útil en el ámbito escolar, donde los adolescentes deben enfrentar presiones grupales, malentendidos, conflictos interpersonales y dificultades de autorregulación emocional.

Desde el enfoque cognitivo- conductual y la teoría del aprendizaje social, resulta pertinente considerar el modelo de análisis propuesto por Olaz y Moran (2024), quienes plantean las habilidades sociales deben comprenderse desde las tres dimensiones interrelacionadas: la cultural, la situacional y la personal. La dimensión cultural refiere a las normas, valores y expectativas propias del contexto social en el que se desarrollan las interacciones, lo que resulta especialmente relevante en poblaciones adolescentes que se encuentran atravesadas por las prácticas sociales, como el uso intensivo de la tecnología o los códigos propios de la cultura juvenil (Olaz & Moran, 2024, p. 9-10). La dimensión situacional considera las demandas específicas de cada encuentro social, reconociendo que una misma conducta puede ser adecuada o inadecuada según el contexto en la que se presente (Olaz & Moran, 2024, p. 12-13). Finalmente, la dimensión personal hace alusión al repertorio individual de cada sujeto y sus características cognitivas, emocionales y conductuales que explica por qué algunos adolescentes exhiben dificultades en determinadas situaciones de interacción (Olaz & Moran, 2024, p. 14-15).

En línea con lo anterior, los autores coinciden en señalar la importancia de desarrollar ciertas habilidades sociales que son fundamentales durante la adolescencia, tanto para el bienestar individual como para la convivencia escolar (Del Prette & Del Prette, 2008; Olaz & Moran, 2014; Gresham, 2011). En particular, se destacan la comunicación asertiva y la resolución de conflictos, como ejes centrales en contexto educativos atravesados por tensiones interpersonales, uso excesivo de tecnología y dificultades emocionales (Del Prette & Del Prette, 2002; Caballo, 2002; Castro & Alvarado, 2020). Además, se reconoce el valor de la empatía como una habilidad transversal que potencia el desarrollo de vínculos respetuosos y constructivos (Atkins, 2013; Eisenberg & Strayer, 1992; Bandura, 1987).

La habilidad de comunicación asertiva, se refiere a la capacidad de expresar sentimientos, ideas y necesidades de manera clara, directa y respetuosa, sin recurrir a formas de comunicación agresivas o pasivas (Caballo, 2000). En el espacio escolar, su presencia es fundamental para que los adolescentes puedan manifestar sus desacuerdos, defender sus derechos y participar activamente en la actividad grupal. Desde un enfoque cognitivo- conductual, el asertividad se considera una conducta aprendida que puede desarrollarse mediante técnicas específicas como el modelado, el ensayo conductual y la retroalimentación (Del Prette & Del Prette, 2002). La carencia de esta habilidad social suele traducirse en conflictos innecesarios, dificultades de integración y escasa participación en las actividades académicas y sociales.

En este sentido, la autoeficacia social se convierte en un mecanismo psicológico central a trabajar dentro del entrenamiento en habilidades sociales. Las técnicas de role-playing y modelado no solo facilitan la adquisición de nuevas conductas sociales, sino que también fortalecen la confianza en los adolescentes en su capacidad de afrontar con

éxitos situaciones interpersonales desafiantes. Al practicar en un entorno seguro y recibir retroalimentación positiva, los participantes experimentan un aumento en su percepción de competencia social, reduciendo así la ansiedad y mejorando su disposición para resolver de manera asertiva (Olaz et al., 2014).

La resolución de conflicto implica una serie de habilidades cognitivas y sociales que permiten identificar el problema, analizar las posibles alternativas, anticipar consecuencias y alcanzar acuerdos beneficiosos para las partes involucradas (Del Prette & Del Prette, 2008). En la adolescencia fortalecer esta competencia resulta clave para gestionar desacuerdos sin recurrir a la violencia verbal o física, así como mejorar el clima áulico. Su entrenamiento abarca sub-habilidades como la escucha activa, la autorregulación emocional, la negociación y la toma de decisiones compartidas, todas ellas esenciales para una convivencia respetuosa y democrática en el entorno escolar.

La empatía si bien no constituye principales abordadas, se reconoce su función complementaria y facilitadora. Entendida como la capacidad de comprender y de compartir las emociones con el otro, la empatía favorece la toma de perspectiva, el reconocimiento del otro como legítimo interlocutor y la contención emocional en situaciones de tensión (Eisenberg & Strayer, 1992; Atkins, 2013). Su presencia fortalece la calidad del vínculo interpersonal, promueve la tolerancia a la diferencia y reduce la hostilidad en el trato entre pares.

Diversos estudios desarrollados por Olaz & Mórán (2024) han demostrado que los programas de entrenamiento en habilidades sociales aplicados desde un enfoque vivencial generan mejoras significativas en la forma en que los adolescentes enfrentan y gestionan situaciones sociales complejas. En este tipo de intervención, se apoya en la participación activa, la práctica guiada y la retroalimentación constante, permite

internalizar habilidades como la regulación emocional, la comunicación y la resolución de conflictos (Olaz & Mórán, 2024, pp. 6.5-6.6). En armonía con este enfoque, Caballo (2002) sostiene que dichos entrenamientos requieren una planeación progresiva, compuesta por múltiples sesiones, ya que las intervenciones breves o aisladas tienden a producir efectos transitorios que dificultan la consolidación de los aprendizajes.

En este sentido, el Entrenamiento en Habilidades Sociales (EHS) ha demostrado ser una estrategia eficaz para mejorar la comunicación, la empatía y la resolución de conflictos adolescentes. Este tipo de programas, fundamentados en técnicas como el role-playing, el modelado, la retroalimentación y la práctica estructurada, permite trabajar sobre habilidades específicas en entornos seguros y simulados, facilitando la transferencia a la vida real (Del Prette & Del Prette, 2002; Caballo, 2000). Particularmente, el enfoque vivencial se destaca por su capacidad para generar aprendizajes significativos a través de la experiencia emocional directa, en el refuerzo grupal y la práctica supervisada (Olaz et al., 2014).

Este enfoque ha mostrado mejoras observables en la percepción de autoeficacia, en la reducción de conductas disruptivas y en la mejora del clima escolar (Gresham, 2011). A través de entrenamientos grupales, se logra fortalecer competencias como el asertividad, la escucha activa, el reconocimiento emocional, la empatía y la resolución práctica de conflictos. Diversos estudios muestran que intervenir en las habilidades no solo reduce los niveles de conflictividad escolar, sino que también mejora el desempeño académico y favorece la integración grupal (Castro & Alvarado, 2020; Núñez Hernández et al., 2018).

Por lo tanto, el abordaje de las habilidades sociales desde una perspectiva vivencial, y contextualizada, especialmente en poblaciones adolescentes, constituye una

herramienta valiosa para promover relaciones interpersonales saludables, mejorar la convivencia institucional y favorecer el desarrollo psicosocial de los jóvenes.

Plan de trabajo

A continuación, se presenta el plan de intervención que se desarrollara a través de un entrenamiento en habilidades sociales grupales, destinado a los estudiantes de ciclo orientativo del I.P.E.M N.º 193 “José María Paz”. El objetivo general de las actividades es fortalecer las habilidades sociales vinculadas con la comunicación asertiva, la escucha activa y la resolución de conflictos, con el propósito de mejorar la convivencia escolar y promover relaciones interpersonales saludables. La propuesta se estructura en seis encuentros de dos horas cada uno, con una modalidad vivencial y participativa, en donde se prioriza el aprendizaje a través de dinámicas grupales, juegos de roles y reflexiones colectivas. Cada actividad incluye una ficha técnica con su objetivo específico y la duración estimada y los recursos necesarios.

Encuentro 1: Construyendo el grupo

Descripción: Tiene como objetivo iniciar el proceso grupal promoviendo el conocimiento mutuo, la integración y la creación de un clima de confianza y respeto, fundamentales para las siguientes instancias. A través de dinámicas lúdicas y participativas, como “Mi Objeto me representa”, se busca facilitar la presentación personal y simbólica, fomentando la expresión de aspectos identitarios.

Actividad N. º1 - Juego de presentación “mi objeto me representa”:

Cada estudiante deberá dibujar un objeto que lo identifique y comparte el porqué de su elección con el grupo. Cada integrante podrá hacer preguntas o aportar a lo que haya dicho su compañero. Al final de la actividad la coordinadora dará su devolución, y preguntara si algún participante se sintió identificado con el objeto de otro. La

coordinadora se encarga de facilitar el intercambio cuidando que todos se sientan cómodos, evitando interrupciones y fortaleciendo el clima de escucha activa.

Actividad N. °2 – Acuerdos grupales:

Luego se propone trabajar en la construcción de acuerdos grupales, se les pide que se dividan en pequeños grupos, a los cuales se les entregara una cartulina blanca con marcadores, para que ellos puedan escribir o dibujar lo que desean que sea la convivencia de grupo. Se los invita a reflexionar sobre los valores, actitudes y comportamientos que consideran importantes para que todos se sientan cómodos y respetados. La coordinadora se encargará de circular por el aula, acompañando en las producciones y estimulando que todos participen. Luego de haber terminado las producciones, cada grupo pasara a exponer la misma con el resto de los compañeros. Estos pueden intervenir, comentar o proponer una idea nueva. Y finalmente, la coordinadora recopila los aportes y los resume en un único contrato grupal, que se escribe en un afiche y queda pegado en el aula como recordatorio del compromiso asumido por todos.

Actividad N. °3 - Cierre reflexivo con tarjetas:

La coordinadora dará el cierre del encuentro con la entrega de una hoja, en una mitad completan la consigna: “lo que espero de este espacio...” y en la otra: “Como me gustaría sentirme acá...”. (Ver Anexo 2). Mientras los estudiantes desarrollan esta actividad, la coordinadora mantiene un clima de calma y respeto, acompañando en silencio o brindando apoyo a quien lo necesite. Al finalizar, podrán comentar de manera voluntaria lo que escribieron y se les dará una devolución respetuosa sobre lo mismo.

Tabla 1

Ficha del encuentro 1: Construyendo el grupo

Objetivo	Duración	Recursos
Fortalecer el conocimiento mutuo, el sentido de pertenencia y la construcción de normas grupales.	2 horas	Cartulinas, fibrones, hojas A4, lápices, cinta adhesiva

Nota. Elaboración propia.

Encuentro 2: ¿Cómo nos relacionamos?

Descripción: en este segundo encuentro se buscará introducir el concepto de habilidades sociales y su importancia en la vida cotidiana, especialmente en el contexto escolar. Se propondrá una reflexión inicial sobre los modos que tienen para vincularse con los pares y se brindaran ejemplos concretos para reconocer habilidades facilitadoras y obstáculos en las relaciones. Mediante actividades participativas, los estudiantes identificarán aquellas conductas que consideren que promueven la comunicación efectiva, el respeto mutuo y el trabajo en equipo. Se buscará que los adolescentes puedan reconocer sus propias formas de interacción y comenzar a pensar en alternativas más saludables.

Actividad N. ° 1 - Audiovisual:

Se proyectará un breve video con escenas que demuestren distintos tipos de comunicación (agresivo, colaborativo, evasivo). Se invitará a los estudiantes a comentar de manera ordenada que comunicación identificaron en la escena y se hará una puesta en común con todos.

Video de comunicación asertiva: https://youtu.be/z9_LoHYc0CA

Actividad N. °2 - Juego “Semáforo social”:

La coordinadora explicará las reglas del juego, se entregan hojas de colores verdes, amarillas y rojas. Se dividen en grupos, los estudiantes reciben una ficha con distintas conductas sociales (Escuchar sin interrumpir, burlarse, pedir ayuda, gritar, dialogar, ignorar, insultar, hablar sin escuchar al otro) y deben clasificarlas según consideren correcto, favorezcan (verde), dificultan (rojo) o requieran atención (amarillo). Una vez finalizada la actividad, se hará una puesta en común con todos los grupos de estudiantes y se anotará en el pizarrón las frases según la división que corresponda (Ver Anexo 3).

Actividad N. ° 3 - Mural participativo:

Para finalizar el encuentro se llevará a cabo en un afiche, se construye un “mapa de habilidades sociales” con dibujos o frases representativas aportadas por el grupo. Quedará expuesto como registro visual para el resto de los encuentros. Se abre un espacio de reflexión grupal, para saber cómo se sienten y que se llevan del encuentro.

Tabla 2

Ficha del encuentro 2: ¿Cómo nos relacionamos?

Objetivo	Duración	Recursos
Reconocer las habilidades sociales y su impacto en las relaciones interpersonales cotidianas.	2 horas	Proyector o pantalla, hojas de colores (verde, amarilla y roja), afiches, fibrones, tijeras, cinta adhesiva

Nota. Elaboración propia.

Encuentro 3: Comunicación asertiva

Descripción: en este encuentro se tiene como objetivo principal identificar los diferentes estilos de comunicación y promover el uso de la comunicación asertiva como herramienta fundamental para expresar ideas, necesidades y sentimientos sin agredir al otro. A través de dinámicas lúdicas y ejercicios de dramatización, se buscará que los estudiantes puedan diferenciar entre los estilos de comunicación pasiva, agresiva y asertiva, y reflexionar sobre las propias formas de comunicarse.

Actividad N. ° 1 - Mini exposición interactiva:

Se presentan a través de un proyector, los tres estilos comunicativos (pasivo, agresivo y asertivo). La exposición se acompaña con ejemplos concretos y un lenguaje claro, para facilitar la comprensión de los estudiantes. Durante la presentación se invita a los adolescentes a intervenir con comentarios o preguntas, fomentando un intercambio activo y reflexivo. En esta instancia lo que se busca, es que los mismos puedan identificar cada estilo y empezar a reconocer cual predomina en su manera de comunicarse.

Video de comunicación: <https://www.youtube.com/watch?v=K59PwiIz2d8&t=15s>

Actividad N.º 2- Dinámica vivencial “el personaje comunica”:

La coordinadora introduce que se trabajara con situaciones escolares cotidianas para estudiar los distintos estilos de comunicación. Luego se divide a los estudiantes en grupos más pequeños, se les reparten tarjetas con una situación escolar (por ejemplo. Pedir ayuda con una tarea, expresar enojo ante una burla, incluir a un compañero al grupo de trabajo, etc.). Cada grupo debe representar la misma situación en los tres estilos comunicativos: Asertivo, agresivo y pasivo. Esta dinámica permite observar las diferentes formas de comunicarse y cómo influye en los vínculos.

Actividad N.º 3- Puesta en común:

Finalizadas las representaciones, se comentan escenas, se identifican los estilos de representados y se reflexiona colectivamente sobre cómo se sintió cada participante al comunicarse y al recibir diferentes mensajes. La coordinadora guiará la discusión, destacando la importancia de la comunicación asertiva para expresar ideas y emociones de forma clara y respetuosa.

Actividad N.º4 - “Mi Voz asertiva”:

Como cierre, cada estudiante completa una ficha individual con frases asertivas que podrán usar en la vida cotidiana ante situaciones que les resulten incómodas o difíciles. Esta actividad busca fortalecer la apropiación personal de la comunicación asertiva.

Tabla 3*Ficha del encuentro 3: Comunicación asertiva*

Objetivo	Duración	Recursos
Promover la comunicación asertiva como forma de expresión respetuosa y efectiva.	2 horas	Carteles con estilos de comunicación, tarjetas con situaciones, hojas impresas para la actividad escrita, marcadores.

Nota. Elaboración propia.

Encuentro 4: Escucha activa y empatía

Descripción: en este encuentro se trabajará sobre la escucha activa como habilidad esencial para mejorar la comunicación y fortalecer los vínculos interpersonales. Se buscará que los adolescentes reconozcan la diferencia entre oír y escuchar, desarrollen la atención plena hacia el otro y que practiquen la empatía como fundamental para una

convivencia saludable. A través de juegos cooperativos, ejercicios en grupos y reflexiones grupales, se promoverá la valoración del otro como interlocutor válido, promoviendo el respeto por sus emociones y punto de vista.

Actividad N.º 1 - Juego del “Teléfono emocional”:

Se comenzará la actividad, preguntado sobre que consideran que son las emociones y se dará una breve explicación sobre las mismas. Luego, se dará una a conocer la actividad que es una versión adaptada del clásico juego “teléfono descompuesto”, esta trata de que los estudiantes se deben colocar en sentados en un círculo, en uno de los extremos se comenzara pasando un mensaje susurrado al oído del compañero, y así sucesivamente. En esta adaptación del juego se transmite un mensaje que incluye una emoción. Se reflexiona de cómo se pierde o se transforma el mensaje cuando no se escucha atentamente y su carga emocional.

Actividad N.º 2- “Te escucho sin interrumpir”:

En grupos, un estudiante tomara la palabra durante dos minutos sobre un tema de interés o personal, mientras sus compañeros lo escuchan sin interrumpir y con atención, solo con gestos. Luego, se intercambian los roles hasta que todos hayan participado. Al finalizar, se hace una breve puesta en común de cómo se sintieron al ser escuchados sin interrupciones, destacando el valor de la escucha activa para generar vínculos de confianza. Dado que la actividad puede resultar movilizadora en algunos casos, la coordinadora permanecerá disponible para brindar acompañamiento o contención emocional a quienes lo necesiten.

Actividad N.º 3 - Lluvia de ideas:

Se invita al grupo a responder dos preguntas ¿Qué actitudes hacen que me sienta más escuchado? ¿qué me molesta cuando no me prestan atención? Las respuestas se anotan

en una pizarra y se clasifican entre actitudes facilitadoras y obstáculos para la escucha.

La coordinadora retoma los aportes y los vincula con comportamientos cotidianos.

Actividad N.º4 - Dibujar la escucha:

Cada participante dibuja una escena, que represente lo que significa “escuchar con el corazón”. Luego, se comparten los dibujos en ronda, se reflexiona sobre las emociones asociadas a ser escuchado con empatía. Finalmente, los dibujos se exponen en una pared del aula como mural colectivo, simbolizando el compromiso grupal con la comunicación respetuosa y consciente.

Tabla 4

Ficha del encuentro 4: Escucha activa y empatía

Objetivo	Duración	Recursos
Fomentar la escucha activa y la empatía como pilares de una buena comunicación interpersonal	2 horas	Hojas A4, lápices, fibras, tarjetas con frases, espacio amplio

Nota. Elaboración propia.

Encuentro 5: Resolución de conflicto

Descripción: en este encuentro se abordará la resolución de conflictos como habilidad social clave para la convivencia escolar. A partir del reconocimiento de los conflictos como parte inevitable de la vida en grupo, se presentarán estrategias para afrontarlos de manera pacífica, respetuosa y constructiva. Mediante el análisis de casos y reflexión colectiva, los estudiantes identificarán pasos para la resolución de conflicto 1. Identificar

el problema; 2. Escuchar al otro; 3. Buscar soluciones posibles; 4. Elegir la mejor opción en conjunto.

Actividad N.º 1 - Disparador grupal:

Se introducen brevemente los tres tipos de respuestas ante un conflicto: agresiva, pasiva y asertiva. Se hace una puesta en común, en donde a partir de ejemplos cotidianos, se exploran sus características y sus consecuencias, generando un espacio de reflexión sobre el cual es el impacto de cada estilo en la convivencia. La coordinadora facilita el intercambio, promoviendo la participación de los estudiantes con preguntas orientadoras.

Actividad N.º 2- Problemática escolar:

Se presenta ante el grupo situación conflictiva frecuente entre los pares, como, por ejemplo: una discusión por los trabajos grupales o malos entendidos por las redes sociales. Divididos en subgrupos, los estudiantes deben analizar el conflicto y proponer formas de resolverla utilizando una guía con pasos para la resolución del conflicto: 1. Identificar el problema; 2. Escuchar al otro; 3. Buscar soluciones posibles; 4. Elegir la mejor opción en conjunto (Ver Anexo 5). Al finalizar, se socializan las propuestas para enriquecer el aprendizaje colectivo.

Actividad N.º 3 - Cierre reflexivo:

Cada estudiante completa una hoja con preguntas que invitan a la autoevaluación personal ¿Como suelo actuar ante el conflicto? ¿Qué podría empezar a ser diferente? Esta instancia busca promover la toma de conciencia sobre los propios recursos y oportunidades de mejora para enfrentar situaciones difíciles.

Tabla 5

Ficha del encuentro 5: Resolución de conflictos

Objetivo	Duración	Recursos
-----------------	-----------------	-----------------

Desarrollar estrategias para resolver conflictos de manera pacífica y asertiva.	2 horas	Guía de pasos impresos, tarjetas con situaciones, hoja A4, afiche y marcadores.
---	---------	---

Nota. Elaboración propia.

Encuentro 6: Cierre e integración

Descripción: en este último encuentro se propone recuperar y consolidar los aprendizajes constructivos a lo largo del entrenamiento, con preguntas de autoevaluación (Ver Anexo 7). Se trabajará con una modalidad lúdica y reflexiva que permita a los adolescentes repasar las habilidades sociales abordadas (comunicación asertiva, escucha activa y resolución de conflictos) y tomar conciencia de sus propios avances personales. Además, se promoverá el reconocimiento de fortalezas individuales y grupales, reforzando el sentido de pertinencia y confianza en el grupo.

Actividad N.º 1 - Trivia:

En equipos, los estudiantes participan de una trivia con preguntas y desafíos vinculadas a las temáticas trabajadas a lo largo del entrenamiento. Se incluyen consignas como: ¿Cómo responderías de manera asertiva esta situación?, ¿Qué harías para escuchar activamente a un compañero que esta triste?, o ¿Cuáles son los pasos para resolver un conflicto? La dinámica busca repasar los aprendizajes de una forma lúdica, promoviendo la participación, trabajo en equipo y la memoria de los mismos.

Actividad N.º2 - “Carta a sí mismo”:

De manera individual, cada estudiante debe escribir una breve carta dirigida a sí mismo, en la que registre lo aprendido durante los encuentros, que cambios personales puede

identificar y los aspectos que desea seguir practicando. Las cartas se guardan y se entregan al finalizar la jornada, un recuerdo simbólico del proceso vivido. Dado el contenido introspectivo la coordinadora queda a disposición a quienes necesiten acompañamiento emocional.

Actividad N.º 3 -Mural colectivo “Así queremos relacionarnos”:

El grupo, crea en conjunto un mural utilizando frases, palabras y dibujos, que representen como les gustaría que sea la convivencia en el aula. Esta producción artística y simbólica funciona como cierre del proceso grupal y quedara expuesta como recordatorios de los compromisos construidos colectivamente.

Actividad N.º 4 - Cierre emocional:

Para finalizar el encuentro, se realiza una ronda en la que cada participante comparte una palabra o una frase que exprese su experiencia en los encuentros. En este momento se busca generar un cierre emocional significativo, habilitando lo que vivencio cada uno, agradecimientos o los deseos que tengan para el clima áulico.

Tabla 6

Ficha del encuentro 6: Cierre e integración

Objetivo	Duración	Recursos
Consolidar el aprendizaje y promover la transferencia de las habilidades sociales a la vida cotidiana	2 horas	Afiches, marcadores, pizarra, hojas A4, sobres, música suave para ambientar

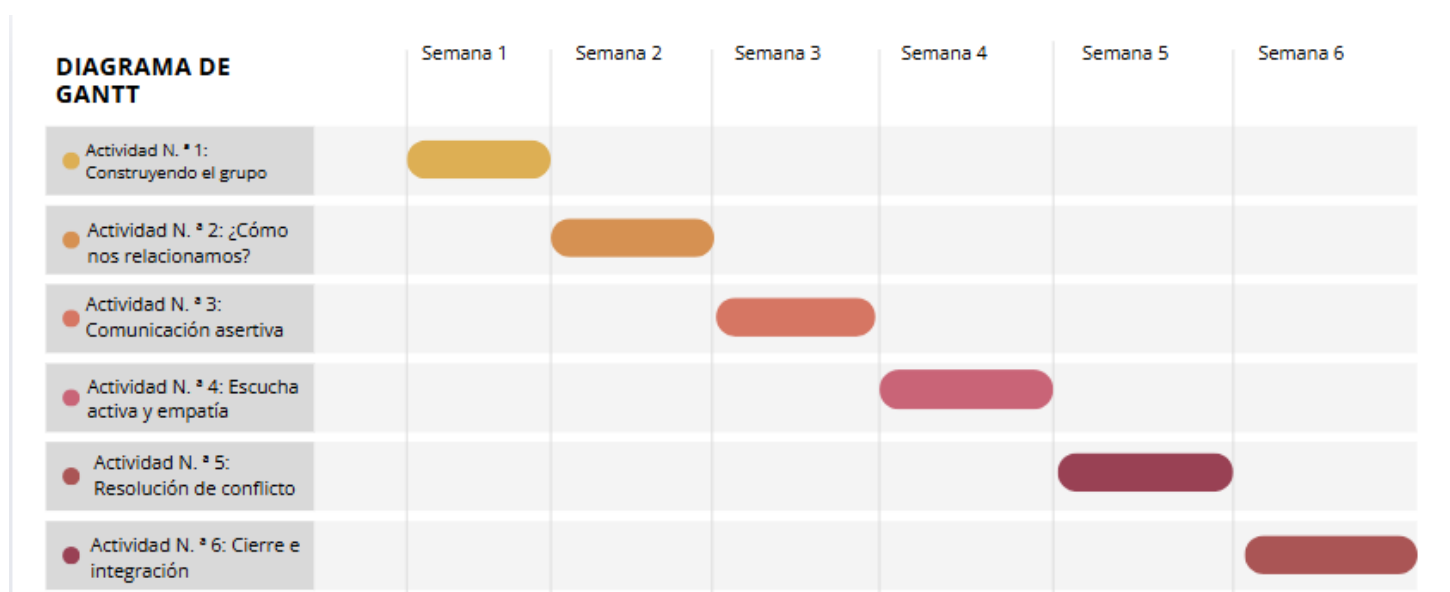
Nota. Elaboración propia.

Cronograma

A continuación, se presentan en la figura los encuentros propuestos para el entrenamiento en habilidades sociales que se llevarán a cabo. Se detallan las actividades y en qué semana se realizará.

Figura 2.

Cronograma del plan de intervención



Nota. Elaboración propia.

Recursos

Para la implementación se necesitarán diversos recursos humanos, materiales y espaciales. En cuanto a los primeros se contará con la participación de la psicóloga a cargo de la coordinación del entrenamiento, en caso de ser necesario, se podrá solicitar la colaboración a los docentes o preceptores del curso para facilitar la organización.

Con respecto a los recursos materiales, se utilizarán hojas A4, hojas de colores, afiches, marcadores, lápices, tijeras, pizarra, cinta de papel y cinta adhesiva. También se emplearán impresiones con frases o situaciones prediseñadas para las distintas dinámicas,

en la pizarra se escribirán palabras claves (como los estilos de comunicación o los pasos para resolver los conflictos), y elementos visuales que favorecen el aprendizaje significativo. Asimismo, se requerirá un proyector o una pantalla y un parlante para la proyección de videos y la ambientación con la música.

En relación con el espacio físico, se utilizará un aula o un salón amplio que permita el trabajo en círculos, en subgrupos y la realización de las actividades que impliquen movimiento. Además, será necesario que contar con una zona equipada para el recurso de audiovisuales durante los encuentros.

Presupuesto

El diseño de un plan de intervención no solo requiere de una fundamentación teórica y metodológica, sino también la previsión de los recursos humanos, materiales y económicos necesarios para su implementación. En este sentido, el presupuesto constituye un apartado esencial que permita garantizar la viabilidad del proyecto, contemplando tanto los recursos didácticos y lógicos como la retribución profesional de la coordinadora a cargo. Asimismo, se incluyen los costos del traslado y otros gastos operativos vinculados al desarrollo de las actividades, a fin de ofrecer una estimación clara y relista de la inversión requerida para llevar adelante la propuesta en el I.P.E.M N.º 193 “José María Paz”.

Tabla 7*Presupuesto estimado para el plan de intervención*

<i>Materiales</i>	<i>Cantidades</i>	<i>Total</i>
Afiches	20	\$20.000
Cartulinas	15	\$6.000
Cinta adhesiva	2	\$4.000
Cinta papel	2	\$4.000
Fichas impresas	50	\$10.000
Guías impresas	70	\$14.000
Hojas A4	500	\$6.000
Hojas de colores	100	\$5.000
Lapiceras	40	\$28.000
Marcadores/ Fibrones	30	\$23.250
Sobres	100	\$8.000
Tijeras	10	\$7.000
Tizas	50	\$3.500
	Total	\$138.750

Nota. Elaboración propia en base a costos locales (2025).

Para la determinación de los honorarios correspondiente al entrenamiento, se tomará como referencia al Colegio de Psicólogos de la Provincia de Córdoba resolución

de junta del gobierno N.º 001/25 los aranceles profesionales mínimos. Se especificará a continuación la suma total por las actividades realizadas. En cuanto al entrenamiento de habilidades sociales, es necesario considerar los aranceles relacionados con el área de educación, concretamente con el área de capacitación, coordinación de taller, tiene un valor de \$29.800 por hora. El entrenamiento tiene una duración de seis encuentros de dos horas, por lo que el costo aproximadamente es de \$ 357,600.

Asimismo, se deben tener en cuenta los gastos de viáticos, ya que la psicóloga encargada deberá viajar desde Córdoba Capital hacia el I.P.E.M N.º 193 “José María Paz”, que se encuentra ubicado en la ciudad de Saldan, una vez por semana, durante seis semanas consecutivas hasta que finalicen los encuentros. Teniendo en cuenta que un pasaje de colectivo urbano es de \$1.580, el valor total por jornada asciende a un valor de \$3.160. Considerando que la profesional deberá una vez por semana durante seis semanas consecutivas, el gasto total estimado en concepto de viáticos es aproximado de \$18.960.

Evaluación

El proceso evaluativo se estructurará en tres momentos: diagnóstico inicial, evaluación procesual y evaluación final. En la primera se realizará en el primer encuentro, mediante la observación directa de las interacciones de los estudiantes (Ver Anexo 6). En esta instancia se prestará principal atención al nivel de cohesión grupal, las formas de comunicación predominantes y la disposición general para el trabajo, con el fin de establecer una línea de base clara sobre la cual medir el progreso.

A lo largo de los encuentros se llevará a cabo la evaluación procesual, que constituye el eje central del seguimiento del plan. Esta consistirá en el registro sistemático, para ello se utilizará la Guía de observación (Ver Anexo 6) como planilla de seguimiento y un cuaderno de campo donde se anotarán las observaciones cualitativas

relevantes que den los avances o dificultades del grupo. Para el primer objetivo, centrado en fomentar la escucha activa y la empatía, se registrará la frecuencia de las conductas de escucha sin interrupciones, el uso de las preguntas para clarificar y las expresiones verbales y no verbales que demuestren interés por las intervenciones de sus pares. En cuanto al segundo objetivo orientado al desarrollo de la comunicación asertiva, se medirá la capacidad para utilizar “mensajes yo”, así como la disminución de las respuestas pasivas o agresivas en las dinámicas y la coherencia entre el lenguaje verbal y no verbal. Finalmente, para evaluar el tercer objetivo sobre entrenamiento en resolución de conflictos, se verificará la aplicación de los cuatro pasos propuestos durante los estudios de caso y la capacidad del grupo para proponer soluciones constructivas.

Por último, en el sexto encuentro se realizará una evaluación final. Para ello, se utilizarán actividades integradoras como la carta a sí mismo y el mural colectivo, junto a una ficha de autoevaluación (Ver Anexo 7). Estas producciones facilitarán la reflexión sobre los aprendizajes adquiridos y la internalización de las herramientas brindadas, permitiendo además conocer las valoraciones de los estudiantes con respecto a su propia experiencia y a los contenidos del entrenamiento.

Resultados Esperados

Se espera que, a partir de la implementación del plan de intervención, los estudiantes del I.P.E.M N. °193 “José María Paz” logren fortalecer sus habilidades sociales, mejorando así la calidad de comunicarse de una forma asertiva, expresando sus ideas, emociones y necesidades de manera clara y respetuosa, sin recurrir a la agresividad. Asimismo, se espera que adquieran herramientas que les permitan escuchar activamente a los otros, mostrando mayor empatía y comprensión hacia las diferentes perspectivas.

Otro de los resultados esperados es que los estudiantes puedan identificar situaciones de conflictos y aplicar estrategias de resolución de problemas, aprendiendo a dialogar, negociar y tomar decisiones conjuntas. Esto contribuirá a reducir los niveles de tensión y conflictiva dentro del grupo, favoreciendo el clima institucional más saludable. Además, se espera que el trabajo grupal y vivencial favorezca el sentido de pertenencia al grupo y a la participación en las actividades escolares. Finalmente, se pretende que los aprendizajes adquiridos durante los encuentros puedan ser transferidos a otros ámbitos de la vida cotidiana, como en su familia, en amigos o futuros contextos laborales, promoviendo así una formación integral.

Se espera que este fortalecimiento en las habilidades sociales, mejore la convivencia escolar, favorezca al desarrollo emocional, cognitivo y social de los adolescentes, enriqueciendo su trayectoria escolar y su futura inserción laboral.

Conclusión

Antes de proceder con la valoración final, es fundamental realizar un análisis crítico del plan de intervención, reconociendo tanto sus fortalezas como limitaciones. Entre sus principales fortalezas se destaca, en primer lugar, su viabilidad, al estar estructurado en seis sesiones de 120 minutos, su formato facilita la implementación dentro del cronograma escolar. En segundo lugar, su rigor metodológico, al fundamentarse en enfoques de probada eficacia como la Terapia Cognitivo- Conductual y el Enfoque Vivencial, con base de autores como Del Prette y Del Prette. Finalmente, su pertinencia contextual es un punto clave, ya que el plan responde directamente a la necesidad concreta y detectada en el I.P.E.M N.º 193 a través de la entrevista al docente.

No obstante, el plan presenta ciertas limitaciones a considerar. Su alcance se encuentra acotado a un grupo específico de estudiantes, lo que dificulta la generalización de sus efectos al resto de la comunidad educativa. Además, la duración de seis semanas, si bien es viable, puede ser insuficiente para consolidar cambios conductuales a largo plazo, los cuales podrían requerir un seguimiento o un refuerzo posterior. Por último, su éxito depende en gran medida de la participación voluntaria de los adolescentes y no se contempla la implicación directa de otros actores, como docentes o familias, cuyo involucramiento podría potenciar la transferencia de los aprendizajes a otros ámbitos de la vida cotidiana.

A partir del diseño e implementación de la intervención, centrada en el entrenamiento de habilidades sociales, se propuso generar un espacio vivencial y participativo en el cual los adolescentes pudieran adquirir herramientas concretas para mejorar su forma de vincularse con los demás. El enfoque metodológico, sustentado en teorías del aprendizaje social y del enfoque cognitivo-conductual, priorizó el aprendizaje a través de la experiencia emocional directa, la práctica grupal y la reflexión compartida.

Los contenidos trabajados, tales como la comunicación asertiva, la empatía, la escucha activa y la resolución de conflictos, se consideraron como ejes centrales para promover vínculos respetuosos y mejorar la convivencia escolar. Esta intervención, más allá de sus objetivos inmediatos, aporta a una mirada formativa y preventiva, considerando a los adolescentes como sujetos activos, capaces de construir relaciones más humanas y solidarias. Se concluye que resulta fundamental seguir generando propuestas dentro del ámbito educativo que aborden este tipo de habilidades de manera sistemática, dado que su fortalecimiento mejora el clima escolar, potencia el desarrollo emocional, social y académico de los jóvenes.

Referencias

- Araujo González, R. (2015). La vulnerabilidad social como concepto clave en la intervención social. *Revista Alternativas. Cuaderno de Trabajo Social*, 22, 97–119.
- Bandura, A. (1987). *Pensamiento y acción: Fundamentos sociales*. Martínez Roca.
- Caballo, V. E. (2000). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (4.ª ed.). Siglo XXI.
- Castro, S., & Alvarado, M. (2020). Salud mental, adolescencia y escuela: Claves para intervención preventiva. *Revista Psicología Educativa*, 26(2), 117–130.
- Colegio de Psicólogos de la Provincia de Córdoba. (2025). *Honorarios profesionales mínimos*. <https://cppc.org.ar/>
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2002). *Psicología de las habilidades sociales: Terapia y educación*. Manual Moderno.
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2008). *Psicologia das habilidades sociais na infância: Teoria e prática*. Vozes.
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2022). *Psicologia das habilidades sociais: Diversidade teórica e suas implicações*. Vozes.
- Echeverría, M., & Paredes, L. (2025). *Desarrollo emocional y habilidades sociales en adolescentes*. Editorial Académica Universitaria.
- Eisenberg, N., & Strayer, J. (Eds.). (1990). *Empathy and its development*. Cambridge University Press.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2021). *Guía para la promoción del bienestar socioemocional en las escuelas*. UNICEF. <https://www.unicef.org>

- González, N., Moreno, P., & Morelo Jurado, M. (2023). Efectividad de programas de habilidades sociales en contextos escolares. *Revista de Psicología Educativa Latinoamericana*, 15(2), 95–110.
- Gresham, F. M. (2011). Análisis del comportamiento aplicado a las habilidades sociales. En A. Del Prette & Z. A. P. Del Prette (Eds.), *Psicologia das habilidades sociais: Diversidade teórica e suas implicações* (pp. 17–66). Vozes.
- Kelly, J. A. (2002). *Entrenamiento en habilidades sociales* (7.ª ed.). Desclée de Brouwer.
- Ley Nacional de Salud Mental N.º 26.657. (2010). Derecho a la Protección de la Salud Mental. Boletín Oficial de la República Argentina, 3 de diciembre de 2010. <http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/175000-179999/175977/norma.htm>
- Núñez Hernández, R., García García, J. N., & Pérez-Morán, J. (2018). Habilidades sociales y rendimiento académico en educación secundaria. *Revista de Psicología Educativa*, 24(1), 35–44.
- Olaz, F. O., Medrano, L. A., & Cabanillas, G. A. (2014). Effectiveness of social skills training experiential method to strengthening social self-efficacy of university students. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 14(1), 377–396.
- Olaz, F. O., & Morán, V. E. (2014). *Habilidades sociales en la formación y ejercicio de la psicoterapia: Teoría e investigación en Argentina*. Editorial Académica Española.
- Organización Panamericana de la Salud. (2022). *Marco de acción sobre salud mental comunitaria en las Américas*. OPS.

Monsalvo, Lara Eugenia | 2025.

Orosco-Fabian, J. C., Mamani-Pari, Y. A., Cahuana-Cuentas, M. I., & Condori-Perca, E. (2024). Habilidades sociales como predictor del rendimiento académico en estudiantes secundarios. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 8(32), 115-125.

Universidad Siglo 21. (2019). *I.P.E.M. N.º 193 José María Paz*. Cátedra Seminario Final de Psicología. Carrera Licenciatura en Psicología.
<https://siglo21.instructure.com/courses/32837/pages/plan-de-intervencion>

Universidad Siglo 21. (2020). *Conceptos fundamentales de intervención social*.
Universidad Siglo 21.

Anexo

Anexo 1: Entrevista a docente

Materia: Lengua y Literatura

Institución: I.P.E.M N.º 190 “Carande Carro”

- 1) ¿Cómo describirías el clima de convivencia actual entre los estudiantes en la institución donde trabajas?

El clima de convivencia es mayormente bueno, con algunos episodios de violencia que llega a lo físico.

- 2) ¿Qué tipos de conflictos observas con mayor frecuencia entre los adolescentes en el ámbito escolar?

Emmm.. se hacen burla por lo físico, insultan a los padres, tienen rivalidades con respecto de los “novios”.

- 3) Desde tu experiencia, ¿cómo afectan estos conflictos a la dinámica de las clases y a la participación de los estudiantes?

A ver, en general estos conflictos quedan por fuera del espacio áulico, pero si queda el ambiente tenso, suele ocurrir que los estudiantes sientan su ánimo afectado por algunos de estos conflictos que se rigen en los recreos, en la entrada o salida de la institución. Pero se trata de dejar de lado y trabajar en lo que se les pide.

- 4) ¿Qué dificultades comunicativas notas en los adolescentes en situaciones cotidianas escolares?

Noto que se comunican mucho menos que antes, por lo menos de manera personal. Todo está muy mediado por la tecnología, si se tienen que decir algo inmediatamente se lo mandan por WhatsApp y no lo interactúan personalmente.

- 5) Con respecto a esto que me comentas, ¿crees que manejan adecuadamente sus emociones a la hora de comunicarse y resolver diferencias? ¿Por qué?

Noo, de nuevo por las cuestiones tecnológicas mediatizan en extremos las cuestiones más emocionales y se distraen, de modo tal que me atrevo a decir que los jóvenes tienen mucho menos conocimiento de su mundo interior que antes.

Esta omnipresencia de la tecnología los lleva a un territorio casi inexplorado por adultos que los puedan orientar o espejar lo necesario para el autoconocimiento.

Como se puede ver es que están mucho menos tiempo con los adultos o con otros jóvenes sin que medie el celular o alguna red social.

- 6) ¿Qué recursos o estrategias implementas (o conoces que se implementan) para fortalecer la comunicación asertiva en los estudiantes?

Siempre intentamos desde el equipo docente, promover el dialogo, mediado por el personal de la institución que ayuda a indagar en que sienten los involucrados, a verbalizar, a gestionar las cuestiones más emocionales si así se quiere. También eh implementado secuencias en las que exploramos el mundo emocional para ponerles palabras y grabaciones (por ejemplo, La flor de Robert Plutchik y algunos semejantes) y algunos ejercicios de reconocimiento de las emociones y cuáles son sus desencadenantes.

- 7) ¿Se podría decir que desde la institución se promueve el espacio de diálogo y la resolución de conflictos?

Si, me parece que en general se trata de trabajar sobre los emergentes que van surgiendo. Sin embargo, se hace más hincapié en la implementación de actividades alrededor del Bullying, por ejemplo, ahora estamos trabajando la serie que salió de Adolescencia. Se trata de ver que piensan con respecto a lo que ven, que sienten, etc.

- 8) ¿Qué tipos de actividades, talleres o proyectos consideras que serían útiles para fortalecer estas habilidades sociales en los adolescentes?

Me parece que habría que crear más espacios y tiempos sin tecnología, en los que se propongan dinámicas para que los estudiantes verbalicen y exploren su mundo emocional, lo normalicen, lo dibujen, lo canalicen de algún modo que les permita reconocer-se. Para esto, es también necesario que los adultos que acompañen en este proceso que tengan capacitaciones y herramientas para que nos habilite para hacer ciertas intervenciones y un marco institucional que nos avale obviamente.

- 9) ¿Bueno consideras desde tu mirada docente, Cuales son las principales necesidades de los adolescentes hoy con respecto a la convivencia escolar?

Creo que es muy necesario re humanizar los vínculos, no solo en la escuela. Los adultos, por ejemplo, conocimos un mundo vincular donde la tecnología tenía mucho menos incidencia, nos estábamos formados cuando sobrevino la pandemia que lo volvió todo virtual. Quienes hoy son adolescentes vivieron tal circunstancia cuando eran aún muy pequeños y los que hoy son pequeños se desarrollan en escenarios inesperados para nosotros. Las infancias están expuestas sin control y sin conocimiento a las pantallas, que sin dudas están puestas al servicio de la manipulación emocional. Es una realidad que hemos de abordar y por la que somos responsables antes estas nuevas generaciones.

10) ¿Te gustaría agregar algo más sobre el tema?

Si, me gustaría que hubiera más tiempo para la reflexión personal de cada uno, que se pueda ver cómo abordar sobre estas cuestiones en los adolescentes y pensar sobre la incidencia del mundo digital y de la IA que muchas veces está reemplazando esta construcción de los vínculos humanos, y en las posibilidades construir la comunidad con más humanidad que se puedan ver cara a cara y no a través de un celular.

Anexo 2: Ficha de encuentro N° 1

Ficha Encuentro N.º 1

- *Lo que espero de este espacio es:*

- *¿Como me gustaría sentirme aca?*

Anexo 3: Encuentro N°2

Encuentro N° 2

- “Escuchar sin interrumpir”
- “Burlarse de un compañero”
 - “Pedir ayuda”
- “Gritar para hacerse escuchar”
 - “Dialogar con respeto”
 - “Ignorar lo que el otro dice”
 - “Insultar”
- “Hablar sin escuchar al otro”



Anexo 4: Ficha de Encuentro N°3

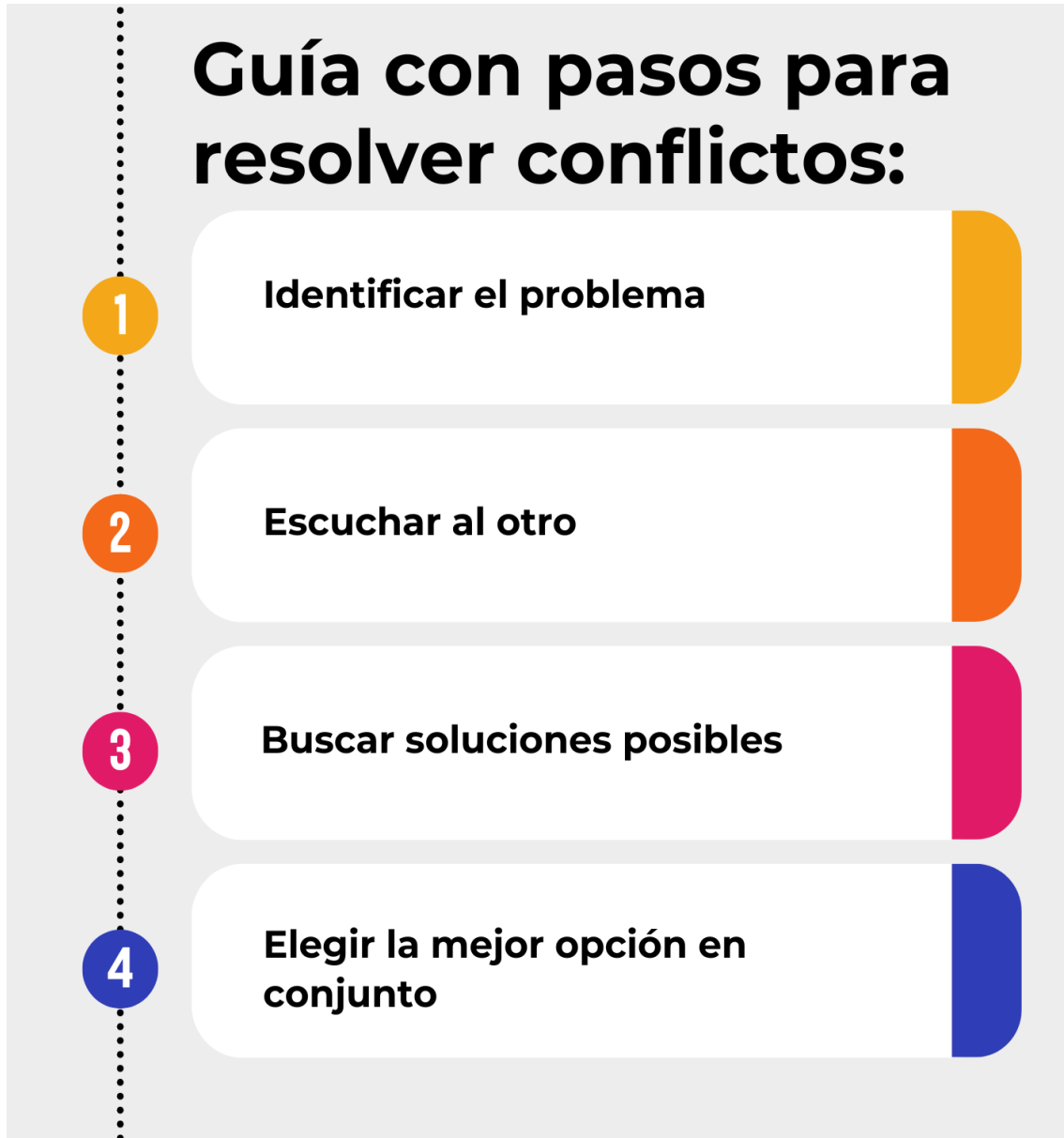
Ficha Encuentro N.º 3

- *Situación incómoda que viví:*

- *¿Cómo respondí?*

- *¿Qué podría decir de forma asertiva la próxima vez?*

Anexo 5: Guía con pasos para resolver conflictos



Anexo 6: Guía de observación

Guía de observación

CRITERIOS DE OBSERVACIÓN	SI	PARCIALMENTE	NO	OBSERVACIONES
1. Participan activamente en las actividades grupales				
2. Muestran disposición a integrarse al grupo				
3. Se comunican con claridad y respeto				
4. Se escuchan entre compañeros sin interrumpir				
5. Comparte ideas, opiniones o emociones en el espacio grupal				
6. Respetan los turnos de palabra y las reglas del espacio				
7. Muestran empatía o interés por las intervenciones de otros				
8. Se involucran en la construcción colectiva (acuerdos, decisiones, actividades compartidas)				
9. Se observan apertura emocional o predisposición al intercambio afectivo				
10. Si utilizan lenguaje no verbal positivo (mirada, gestos, postura receptiva)				

Anexo 7: Autoevaluación

Autoevaluación	Fecha:
¿Qué aprendiste sobre vos mismo/a durante estos encuentros?	
¿Hubo algún momento o actividad que te haya hecho pensar o sentir algo importante? ¿Cuál fue y por qué?	
¿Qué habilidades sociales sentís que lograste fortalecer o mejorar?	
¿Cómo creés que cambió tu forma de comunicarte con los demás desde que comenzamos el taller?	
¿En qué situaciones de tu vida cotidiana creés que podrías aplicar lo que aprendiste?	
¿Qué te resultó más fácil y qué te costó más durante los encuentros?	
¿Qué fue lo que más te gustó del espacio grupal y por qué?	
¿Qué cosas cambiarías o agregarías si tuvieras que volver a hacer este taller?	
¿Cómo te sentiste al trabajar en grupo con tus compañeros/as?	
¿Qué palabra o frase representa mejor tu experiencia en este taller? Explicá por qué.	