



Instituto Nacional
de Salud Pública

Escuela de Salud Pública de México

**“DESARROLLO DE HABILIDADES PARA LA VIDA EN
ESCOLARES DE LA COMUNIDAD DE ATLIHUAYAN, MORELOS”**

PROYECTO TERMINAL
QUE PARA OBTENER EL GRADO DE
MAESTRA EN SALUD PÚBLICA
CON ÁREA DE CONCENTRACIÓN EN
CIENCIAS SOCIALES Y DEL COMPORTAMIENTO
P R E S E N T A
L.P. PAULA CHÁVEZ SANTAMARÍA

COMITÉ ASESOR:
D I R E C T O R A:
DRA. LUZ ARENAS MONREAL (INSP)
A S E S O R E S:
DRA. MA. CARMEN MONTENEGRO NUÑEZ (UNAM)
MTRO. EDGAR LEONEL GONZÁLEZ GONZÁLEZ (INSP)

CUERNAVACA, MOR. AGOSTO DEL 2013

*La educación no cambia al mundo cambia a
las personas que van a cambiar al mundo.*

Paulo Freire

AGRADECIMIENTOS

Gracias al Instituto Nacional de Salud Pública, la Escuela de Salud Pública de México y al Colegio de Ciencias Sociales por aceptarme y permitir que me formara académicamente en esta Institución.

Igualmente quiero agradecer a la Dra. Luz Arenas por invitarme a formar parte de esta bella iniciativa de promoción de la salud y dirigirme a largo del desarrollo de la presente intervención.

Al Maestro Leonel, gracias por acompañarme como tutor a lo largo de la Maestría, aconsejare y asesorarme tanto en las unidades didácticas como en este proyecto.

A la Dra. Maricarmen por su compañía, apoyo y disposición incondicional, además por haberme sembrado la inquietud sobre la Salud Pública, me da la impresión que dio frutos...

Gracias Magali por aceptar ser la lectora externa de esta iniciativa de promoción de la salud.

A la Directora de la Escuela Primaria Ignacio Manuel Altamirano de la localidad de Altlihuayán por abrirme las puertas y confiar en mi quehacer como salubrista, así como a las docentes de quinto grado por cederme un espacio para poder desarrollar este proyecto con los niños.

A los niños que participaron en intervención por la confianza y disposición para trabajar y aprender Habilidades para la Vida.

A mis padres y mi hermano por compartir e ilusionarse conmigo cada vez que me propongo un proyecto nuevo, a ver cuál se me ocurre ahora...

A mis abuelos y mi familia, quienes siempre están al pendiente e interesados en cada encomienda que me planteo.

A mis compañeros de la maestría y especialmente a mis compañeros de área “los hippies” por haber fungido como acompañantes y enriquecedores del conocimiento que recibíamos a lo largo de la Maestría.

A mi gente, mis grandes amigos acuáticos, que me acompañarme y animarme en cada loca aventura que comienzo.

ÍNDICE

I.	INTRODUCCIÓN	1
II.	ANTECEDENTES CONTEXTUALES	3
III.	MATERIAL Y MÉTODO	4
IV	RESULTADOS	9
V.	DISCUSIÓN	24
	V.I Conclusiones	28
VI.	REFERENCIAS	29
VII	ANEXOS	30



I. INTRODUCCIÓN

Internacionalmente se ha demostrado que el encaminar intervenciones de salud para el desarrollo de habilidades para la vida puede satisfacer, en forma específica, las necesidades de niños que están creciendo en condiciones desventajosas y que carecen de oportunidades para desarrollarlas. Los niños y adolescentes son considerados, por organismos nacionales e internacionales, como uno de los grupos poblacionales que se encuentra en condiciones de mayor riesgo, dicha situación los hacen propicios a la práctica de conductas que ponen en peligro su salud como el consumo de sustancias psicoactivas, el sufrir e incurrir en violencia, malos hábitos en su alimentación, entre otras¹.

Las habilidades son consideradas como un conjunto de conductas emitidas por un individuo en su contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de esa persona de un modo adecuado a la situación inmediata, respetando a los demás y resolviendo los problemas de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros conflictos². La adquisición tanto de habilidades socio-cognitivas como de las emocionales constituyen un aspecto clave del desarrollo humano sobre todo en etapas como la niñez y adolescencia.

Tomando como referencia al documento de la OPS (2001), dichas competencias, son descritas como destrezas que le permite a esta población dotarse de aptitudes necesarias para enfrentar de manera asertiva las situaciones de la vida cotidiana; en dicho documento se identifican 10 destrezas categorizadas en tres diferentes esferas: las sociales, las cognitivas y las afectivas. Este es un modelo que desarrolla las habilidades en áreas específicas para fortalecer los factores protectores del niño y adolescente, promoviendo la competitividad necesaria para lograr una transición saludable hacia la madurez y promover la adopción de conductas positivas.³

La OMS desde 1993 desarrolló la propuesta educativa de Habilidades para la Vida con la intención de implementarla tanto en niños como en jóvenes, situación que abrió un campo amplio para la generación de estas intervenciones alrededor del mundo, las cuales han tenido como fin principal generar material útil para llevar a cabo el desarrollo de las mismas en la práctica educativa, con el fin de que tanto los docentes como padres puedan desarrollar y tener éxito en la consecución de un clima escolar y familiar positivo⁴. Uno de los entornos ideales para trabajar el desarrollo de dichas destrezas es el ámbito escolar, ya que las escuelas representan espacios importantes



dentro de las comunidades, en las cuales se promueve el aprendizaje y la convivencia de la población infantil.

Teniendo como marco de referencia lo anteriormente señalado el presente proyecto tuvo como objetivo desarrollar habilidades para ejercer mayor manejo de emociones y sentimientos, una comunicación asertiva y toma de decisiones organizada, a través de la propuesta de “Habilidades para la vida” en un grupo de escolares de quinto grado de primaria del municipio de Yautepec, Morelos.



II. ANTECEDENTES CONTEXTUALES

El estado de Morelos, localizado en el centro del país, colinda al sur con el Guerrero, al este con Puebla, al norte con el Distrito Federal y el Estado de México y al oeste con Guerrero y el Estado de México. Uno de los 31 municipios de dicho estado es Yautepec el cual colinda con los municipios de Tepoztlán, Tlayacapan y Atlatlahucan a norte, al sur con los municipios de Cuautla, Ayala y Tlaltizapán, al oeste con los municipios de Tlaltizapán, Emiliano Zapata, Jiutepec y Tepoztlán y al este con Atlatlahucan y Cuautla.

Dentro de las 98 localidades con las que cuenta el municipio se encuentra Atlihuayan una colonia urbana donde se realizará la presente intervención. Conforme al Diagnóstico Integral de Salud Poblacional (DISP) desarrollado por alumnos del Instituto Nacional de Salud Pública durante el 2011, en la comunidad de Atlihuayan los habitantes disponen de servicios básicos como drenaje, luz eléctrica, escuelas de nivel básico, además de tener cerca escuelas de nivel superior, el Centro de Salud, el Hospital de la Mujer y las clínicas del ISSSTE e IMSS. De acuerdo a la encuesta que fue aplicada durante el DISP, el nivel socioeconómico de las familias en Atlihuayan en su mayoría es de nivel medio, dichos datos coinciden con lo que INEGI muestra en la región socioeconómica de la AGEB 015-0 a la que pertenece el poblado de Atlihuayan. Pero esto no implica que se tengan las condiciones ni materiales ni ambientales para un bienestar y salud⁵.

Los principales problemas de salud identificados en el DISP son las infecciones respiratorias agudas (IRA's) resultando afectados principalmente los niños menores de cinco años, el segundo motivo de consulta en el municipio es el de picadura de alacrán que afecta a personas de entre los 25 y 49 años, dicho problema se relaciona con las características climatológicas de la región. En tercer lugar se encuentran las Enfermedades Diarreicas Agudas (EDA's) que afectan a los niños menores de cinco años, población adulta joven y en menor cantidad a los adultos mayores. Otros problemas que afectan a la salud del municipio son las enfermedades crónico-degenerativas siendo la Diabetes Mellitus la que ocupa el segundo lugar en mortalidad.



III. MATERIAL Y MÉTODO

El estudio fue de tipo mixto, ya que combina para la recolección de la información y el reporte de los resultados el uso tanto de métodos de tipo cualitativos como de cuantitativos⁶. Y se desarrolló mediante una intervención educativa que se efectuó en el periodo comprendido de octubre del 2012 a Abril del 2013.

**Población*

Se realizó con 66 escolares, hombres y mujeres de entre 9 y 12 años, que cursaban el quinto grado en la escuela primaria "Ignacio Manuel Altamirano" de la comunidad de Atlihuayán localizada en el municipio de Yauteppec, Morelos.

**Variables*

Variable dependiente:

- Manejo de emociones y sentimientos: Aprender a navegar en el mundo de las emociones y sentimientos, logrando mayor "sintonía" con el propio mundo afectivo y el de las demás personas. Esto enriquece la vida personal y las relaciones interpersonales⁷.
- Comunicación asertiva: Expresar con claridad, y en forma apropiada al contexto y la cultura, lo que se siente, piensa o necesita³.
- Toma de decisiones: Manejar los problemas y conflictos de la vida diaria de forma flexible y creativa, identificando en ellos oportunidades de cambio y crecimiento personal y social³.

Variable independiente

Principal:

- Intervención educativa. Sesiones educativas diseñadas con la finalidad de incrementar la comunicación asertiva, la toma de decisiones y la expresión de emociones.



Cualitativas:

- Sexo: Femenino o Masculino.
- Edad: En años.
- Religión: Ser o no practicante de una religión.
- Ocupación de la madre: Si la madre de los niños era empleada o ama de casa.
- Diferencia de grupos escolares: El grupo escolar al que pertenecían los niños.

**Instrumentos*

Cuantitativo

- 1) *Cuestionario de Habilidades para la vida*ⁱ. Dicho instrumento consta de 36 preguntas de opción múltiple y se conforma por cuatro secciones: 1) Información sociodemográfica, 2) Manejo de emociones y sentimientos, 3) Comunicación asertiva y 4) Toma de decisiones. El cual para fines de la intervención fue adecuado a las tres habilidades que se iban a trabajar y al contexto mexicano además de ser piloteado en población con características semejantes (Ver Anexo1).
- 2) *Cuestionario evaluación de proceso*. Contiene 14 preguntas y se divide en tres secciones que exploran la opinión de los participantes en cuanto a: 1) Las sesiones, 2) Horario y Lugar, 3) Materiales y 4) Facilitadores educativos. El instrumento fue construido y piloteado en población con características semejantes (Ver Anexo 2).

Cualitativo

Registro etnográfico y diario de campo. A lo largo de las sesiones se llevó a cabo registro etnográfico, reportada en un diario de campo y guías de observación. Se diseñó previamente la guía de observación cuyo objetivo fue registrar la interacción de los escolares entre ellos, con el personal docente y en general en la escuela (Ver Anexo 3).

ⁱ Cuestionario de Habilidades para la vida, validado por Fe y Alegría, de Colombia



**Procedimiento*

Para el diseño de las sesiones educativas se tomaron dos ejes: educación popular en salud y habilidades para la vida.

Se tomó como base la metodología de educación popular, la cual parte de los conocimientos con los que cuenta la población, para de este modo en un segundo momento llevarlos a la reflexión sobre información tanto teórica como práctica al respecto y finalizar, en un tercer momento, realizando una práctica transformadora de los conceptos.⁸

La propuesta educativa de Habilidades para la Vida, se centra en el desarrollo integral de niños y adolescentes mediante la estimulación de diez destrezas categorizadas en tres grupos:

- 1) Habilidades sociales: de comunicación, de negociación/rechazo, asertivas, interpersonales y de cooperación.
- 2) Habilidades cognitivas: de toma de decisiones/solución de problemas y del pensamiento crítico.
- 3) Habilidades para el control de emociones: control de estrés, control de sentimientos y para aumentar el control central interno (autocontrol, automonitoreo).

De las cuales únicamente se trabajó, en la presente intervención, el desarrollo de tres de ellas. Igualmente, para el diseño de las sesiones se recurrió al apoyo de materiales didácticos de la serie de libros Educación para la vida^{9,10} y de Desarrollo Integral comunitario¹¹ desarrollados por el Instituto Mexicano de Investigación de Familia y Población, A. C. (IMIFAP).

La intervención educativa constó de 15 sesiones las cuales se diseñaron conforme a los tres momentos que establece la metodología de Educación Popular. De igual forma dichas sesiones fueron distribuidas en tres diferentes módulos, acorde a las habilidades que se buscaba desarrollar en los escolares las cuales fueron: 1) Manejo de emociones y sentimientos, 2) comunicación asertiva y 3) toma de decisiones (Cuadro 1).



CUADRO 1. Sesiones de la intervención.

MÓDULO	SESIÓN	NOMBRE	OBJETIVO
EVALUACIÓN (PRE)	1°	Presentación	Aplicar línea base de intervención.
I. MANEJO DE EMOCIONES Y SENTIMIENTOS	2°	Emociones y pubertad	Identificar qué y cuáles son las emociones. Conocer etapa que atraviesan y sus emociones.
	3°	Expresión de sentimientos	Identificar como se expresan emociones y conocer como expresan sentimientos tanto hombres como mujeres.
	4°	Expresiones de cariño	Conocer maneras de manifestar afecto a los demás.
	5°	Aprendo a buscar tranquilidad y salud	Identificar que situaciones que los altera y como lo expresan.
II. COMUNICACIÓN ASERTIVA	6°	Atrévete a decir te quiero	Reflexionar la manera en que expresan afecto.
	7°	Expreso lo que pienso y siento	Identificar manera de comunicar lo que pasa cotidianamente.
	8°	Los demás	Identificar qué pasa cuando no se toma en cuenta a los demás.
	9°	No siempre debes quedar bien	Identificar manera de comportarse en diferentes situaciones.
	10°	Comunicación escrita	Practicar comunicación escrita asertiva.
III. TOMA DE DECISIONES	11°	Trabajo en equipo	Reflexionar acerca de la importancia de trabajar en equipo.
	12°	Organización	Adquirir estrategias para aprender a organizar el tiempo y tareas.
	13°	Organización y problemas familiares	Resolver conflictos en la familia de manera asertiva.
	14°	Utilizar el tiempo sanamente	Identificar maneras sanas de utilizar el tiempo libre
EVALUACIÓN (POST)	15°	Cierre	Aplicar evaluación de resultado.

Fuente: Chávez Santamaría, 2013.

**Análisis de la Información*

Componente cuantitativo

Se capturó la información de los cuestionarios en el programa Microsoft Excel 2010 y posteriormente fueron exportados al programa STATA versión 12.1, valiéndonos de la estadística descriptiva e inferencial para analizar los resultados.

Componente cualitativo

Para el análisis de la información obtenida cualitativamente, se transcribió la información del diario de campo en el programa Microsoft Word 2010 y codificada a través del programa Atlas-Ti



v. 5.0. Las fases en las que se dividió el análisis fueron las siguientes: 1) lectura de la información y elección de categorías, 2) discusión y acuerdos entre el equipo de investigación acerca de las categorías, 3) nueva lectura del material y codificación, 4) análisis por categorías y 5) elaboración de tablas de concentración y matrices de datos a partir de la información del diario de campo. Las categorías identificadas se vincularon con las habilidades para la vida que fueron abordadas con los estudiantes (Cuadro 2).

CUADRO 2. Categorías y definiciones.

CATEGORÍA	DEFINICIÓN
GENERAL	
Diferencias entre los grupos	Actitudes, conductas, dificultades, situaciones, etc. que diferenciaron el trabajo y la calidad de los productos obtenidos entre los grupos A y B a lo largo de la intervención.
MODULO I	
Conocimientos sobre las emociones	Toda definición o concepto que los participantes manifiestan acerca de las emociones.
Emociones y situaciones	Las situaciones que generan las diferentes emociones.
Manifestaciones de emociones	La manera en que muestran o expresan sus sentimientos: afecto, miedo, ternura, coraje, enojo, tristeza, etc.
Roles de género	Discursos acerca de diferencias entre hombres y mujeres así como roles.
MODULO II	
Comunicación	Conocimiento acerca de la comunicación, tipos de comunicación: verbal, no verbal y escrita.
Asertividad	Muestras de asertividad.
Percepciones de opiniones de los demás y consecuencias emocionales	Lo que perciben u opinan de ellos las personas con las que conviven cotidianamente y como les hace sentir esta interpretación.
MODULO III	
Decisiones y solución de problemas	Conocimientos acerca de los conflictos y la toma de decisiones, además de la manera de proceder ante problemas familiares.
Organización	Identificación de las diferencias entre trabajar de manera grupal e individual.
Actividades en tiempo libre	Identificación de conductas de riesgo para la salud. Actividades de tipo pasivo, activo o cultural que realizan los participantes en sus ratos libres.

Fuente: Chávez Santamaría, 2013.

**Consideraciones éticas*

El presente proyecto fue aprobado tanto por la Comisión de Bioética y por el Colegio de Ciencias Sociales, ambos pertenecientes al Instituto Nacional de Salud Pública (Ver Anexos 4 y 5).



IV. RESULTADOS

PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO

Los participantes fueron 66 niños que cursaban el quinto grado de primaria, en el cual 50% de ellos eran hombres y 50% mujeres. Dentro del grupo las edades oscilaban entre los 9 a los 12 años, sin embargo un 77% tenía 10 años.

En cuanto al tamaño de familia de los niños, cabe destacar que en su mayoría provienen de familias grandes siendo únicamente un 28.79% de los niños quienes pertenecían a una familia conformada por 2 o 4 integrantes.

El 70% de la población escolar practica una religión, predominando el catolicismo y cristianismo, no obstante hay familias pertenecientes a los testigos de Jehová, adventistas o de la Iglesia de la Luz del mundo.

El Cuadro 3 contiene la descripción de las características de la población.

CUADRO 3. Perfil Sociodemográfico.

VARIABLES		n	%	MEDICIÓN	t	p	INTERVALO DE CONFIANZA 95%	
Población	66 niños	66	100%	-----	-----	-----	-----	-----
Sexo	Femenino	33	50%	PRETEST	-0.3687	0.7136	5.960307	6.465753
	Masculino	33	50%	POSTEST	-1.5401	0.1285	6.152234	6.655341
Tamaño de familia	2 a 4 integrantes	19	28.79%	PRETEST	-1.1716	0.2457	5.960307	6.465753
	5 a 7 integrantes	47	71.21%	POSTEST	-1.3452	0.1833	6.152234	6.655341
Religión	No practicantes	17	25.76%	PRETEST	-1.4814	0.1434	5.960307	6.465753
	Practicantes	49	74.24%	POSTEST	-0.0640	0.9492	6.152234	6.655341
Ocupación de la madre	Ama de casa	35	53.03%	PRETEST	-0.4162	0.6786	5.960307	6.465753
	Empleada	31	46.97%	POSTEST	0.8800	0.3822	6.152234	6.655341
Grupo escolar	Grupo 1	33	50%	PRETEST	1.6069	0.0565	5.960307	6.465753
	Grupo 2	33	50%	POSTEST	0.4099	0.6832	6.152234	6.655341

FUENTE: Cuestionario Habilidades para la vida, Abril, 2013



DIFERENCIA ENTRE GRUPOS

Por los resultados obtenidos en el análisis estadístico de las variables sociodemográficas (Ver Cuadro 3), mediante la prueba de “t” de *Student*, se observó que la relación entre tales y la intervención no es estadísticamente significativa por lo cual dichos eventos son independientes. Únicamente en la variable “grupo escolar”, al inicio de la intervención, el estadístico de prueba resultó marginalmente significativo, lo cual quiere decir que podría haber diferencias en ambos grupos. Dicha situación fue observada a lo largo de las sesiones, ya que a pesar de haber trabajado con grupos del mismo grado, que se encontraban en la misma escuela y cuya distribución de edades y sexo eran similares se identificaron diferencias en las dinámicas de ambos.

El principal contraste era que uno de los grupos -del que nos referiremos como Grupo 1 y al otro como Grupo 2- ya había sido estimulado con iniciativas en promoción de la salud desde hace 2 años, situación por la cual estaban acostumbrados a realizar actividades similares a las que se llevaron a cabo a lo largo de la intervención, aspecto que se reflejaba en la calidad de los productos entregados de un grupo a otro, la disposición por participar en las dinámicas propuestas así como en la organización e integración grupal.

Otro factor que se presentó a lo largo de la intervención fue el constante ausentismo laboral por motivos de salud, de una de las docentes, condición que causó inestabilidad entre los alumnos ante el contacto, en varias ocasiones a lo largo del periodo escolar, con docentes suplentes, quienes a su vez, por el desconocimiento del grupo, no podían mantener el control del mismo.

La diferencia en el manejo del grupo y las características de los niños en cada uno de ellos también representó un elemento importante ya que mientras en uno de los grupos se mantenía disciplinado al momento de realizar las actividades el otro grupo resultaba complicado de controlar, sin embargo entre las particularidades de este grupo se observó que era donde se encontraban el mayor número de niños que tenían tentativa de expulsión y que algunas de las actitudes de los niños eran: retadoras, de falta de interés por realizar las actividades, traviesas, distraídas, violentas e indispuestas, entre otras, se imponían ante los demás.

Estos factores jugaron un papel importante durante la implementación de la intervención por ejemplo, en ambos grupos los equipos de trabajo se encontraban divididos por “amigos”, lo cual



conllevaba a que se molestaran constantemente entre los equipos, sin embargo a lo largo de la intervención se observó la diferencia entre la cohesión de ambos grupos. En el Grupo 1 los alumnos eran más unidos, esto permitía que pudieran trabajar juntos, entre amigos, para realizar trabajos e incluso juntarse con otros compañeros, que no pertenecieran a su equipo, ellos se dividían las tareas, eran ordenados y prestaban atención cuando exponían otros compañeros su trabajo, igualmente buscaban incluir a la docente en actividades como la presentación de sociodramas. En el grupo 2 se notaba una marcada división entre equipos, aspecto que dificultaba el desempeño de actividades que requerían el trabajo de todo el grupo. Particularmente en una de las sesiones, la cual tuvo alto ausentismo por parte de los alumnos debido a que era una fecha importante para la religión católica, al no estar todos los alumnos se agruparon con otros compañeros que no eran sus amigos pero con los que compartían la misma religión, esto ocasionó que se insultaran entre los equipos a lo largo de la sesión. Por otra parte había actividades en las cuales se dispersaban con facilidad y no hacían caso de las indicaciones como en la realización de sociodramas o durante la exposición por equipos del trabajo realizado en la sesión.

También había semejanzas entre ambos grupos por ejemplo, el gusto por realizar las actividades al aire libre, trabajo en equipos, ejecución de dinámicas para canalizar la ansiedad como la relajación, además de aquellas que implicaban mayor creatividad como dibujar, escribir canciones, cuentos o poemas e incluso la ejecución de sociodramas.



HABILIDADES PARA LA VIDA:

1. Manejo de emociones y sentimientos

Conocimientos sobre las emociones

Se encontró que referente a la habilidad de manejo de emociones y sentimientos, tanto en el pretest como en el postest, el 70% de los niños pensaban que las personas sienten enojo, así como el 48% refirió que es natural que las personas de cualquier edad tengan emociones y sentimientos.

De igual modo se observó, a lo largo de intervención, que los niños poseen conocimientos acerca de las emociones, ellos las definieron como “sentimientos” e identificaron diferentes tipos: “enojo, alegría, tristeza, nerviosismo y miedo”. Se encontró que en repetidas ocasiones han escuchado acerca de la pubertad y los cambios que dicha etapa implican.

“Los cambios que identificaron con mayor facilidad son los físicos y una pequeña proporción, en ambos grupos, refirieron que también los cambios en el estado de ánimo pueden estar relacionados con dicha etapa.” (Diario de campo. Sesión 1 Emociones y pubertad 005)

Durante algunas sesiones se abordaron emociones específicas, en el caso de hablar acerca del amor la mayoría de los participantes recurrieron a *constructos sociales*, los que corresponden a expresiones inventadas o, como su nombre lo indica, construidas por la sociedad. Esta misma situación se presentó al representar gráficamente dicha emoción, caso en el cual la mayoría de los niños dibujaron al amor con un corazón o con una pareja agarrada de la mano.

*“El amor es bonito, es lindo, hermoso, la verdad no se explica cómo es porque el amor es especial.”
(Testimonio. Sesión 4, Actividad: El Amor 156)*

Diferenciaron distintos tipos de amor en términos del amor a la familia, a los amigos, a la pareja e incluso a sus mascotas. Con respecto a las muestras de afecto que los niños describían llevar a cabo para manifestar su amor a los demás se observó que en su mayoría se encuentran erotizadas refiriendo que el amor era para los novios y que lo demostraban mediante abrazos y besos, incluso hubo quienes hicieron referencia a las relaciones sexuales.

*“Causas (dos personas) + amor (cama) = consecuencias (niño)”
(Testimonio. Sesión 4, Actividad: El Amor 157)*



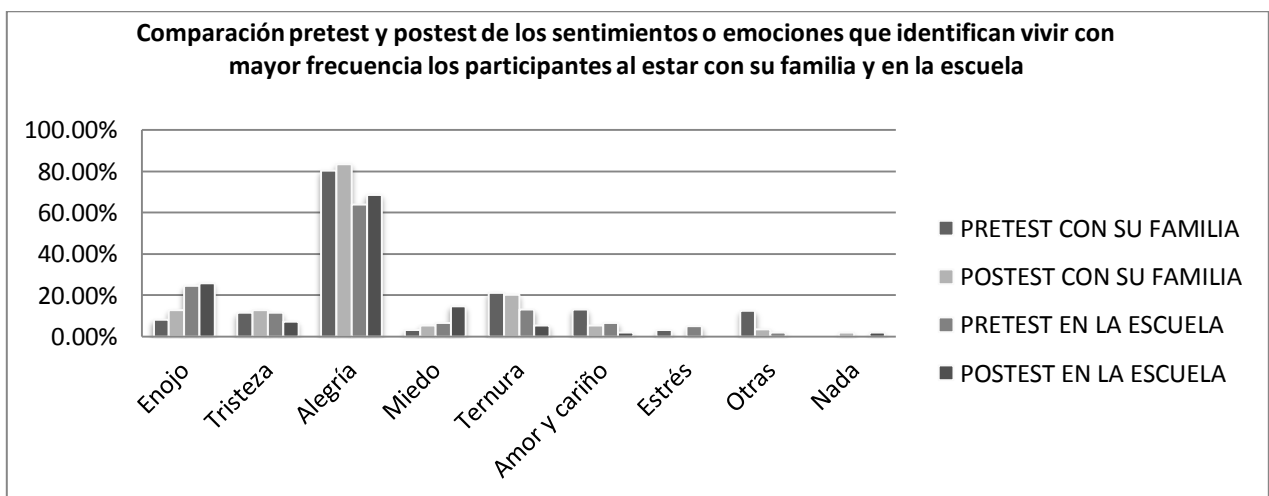
Al abordar la *tristeza* la mayoría la relacionó con pérdidas, sobre todo muertes de familiares, lo que se reflejó en sus dibujos en los cuales representaron a niños llorando e incluso algunos hicieron tumbas. Otra situación que les podía ocasionar tristeza tenía que ver con el rechazo de alguno de sus amigos o compañeros de clase. Después de expresar situaciones de tristeza mediante poemas o dibujos se les preguntó cómo se sentían, la mayoría respondió que bien, sin embargo aquellos que se sintieron mal coincidieron en que habían experimentado mayor tristeza por recordar el acontecimiento causante de la misma.

“Yo les vengo a cantar que me siento triste ya que no tengo un amigo que me acompañe. Yo estoy triste.” (Testimonio. Sesión 5, Actividad: Aprendo a buscar tranquilidad y salud 235)

Emociones y situaciones

Referente a las emociones que viven con mayor frecuencia en los diferentes entornos en que se desenvuelven los participantes, se identificó que a diferencia del pretest hubo mayor orden y focalización en la identificación de las emociones durante el posttest, puesto que en un principio al describir su sentir utilizaban expresiones como “chido”, “seriedad”, “emoción”, “no tener paciencia”, etc. Describen que al estar tanto con su familia como en la escuela experimentan predominantemente alegría, sin embargo la escuela es un entorno donde experimentan mayor enojo en comparación con lo que describen al estar con su familia (Gráfica 1).

GRÁFICA 1. Comparación pretest y posttest de los sentimientos o emociones que identifican vivir con mayor frecuencia los participantes al estar con su familia y en la escuela.



FUENTE: Cuestionario pre-post de Habilidades para la vida, Octubre, 2012 y Abril, 2013



Al explorar diferentes emociones y que situaciones las provocan, los participantes indicaron en general que el *enojo* lo experimentaban sobre todo cuando otras personas les agredían ya fuera física o verbalmente y *ansiedad*, al enfrentarse a situaciones en las cuales no se sentían seguros. De igual forma se les preguntó cómo actuaban cuando se presentaban dichas situaciones y de qué modo podrían expresar sus emociones lo cual se observa en el Cuadro 4.

CUADRO 4. Emociones y Situaciones.

EMOCIÓN	SITUACIÓN	CONDUCTA	AFRONTAMIENTO
	¿Qué cosas hacen que se sientan así?	¿Qué hacen cuando se sienten así?	¿Cómo pueden expresar esas emociones?
ENOJO	• Cuando te dicen cosas • Cuando te molestan • Cuando te critican • Los chismes • Que interrumpen • Cuando un hermano le pega • De ver si matan a alguien	• Golpear cosas o personas • Aventar la puerta • Romper el espejo • Contestar a personas que dicen cosas • Me quito el coraje con piedras	• escuchar música • escribir • dibujar • jugando
ANSIEDAD	• Ver una mujer que te gusta • Cuando le hablan a una chava • Cuando le preguntan cosas en clase • Aventarse de una montaña rusa • Tener que contar algo	• No contesto • Juego • Me echo un baño	
TRISTEZA	• Cuando se va su mamá • Cuando no les compran las cosas que quieren • Cuando se muere un ser querido	• Llorar en cama • Pongo música • Cuidar sobrina • Ver tele	

FUENTE: Diario de campo. Sesión 5 Aprendo a buscar tranquilidad y salud, Octubre, 2012 y Abril, 2013

Manifestación de emociones

Respecto a cuestiones relacionadas con la manifestación de emociones y sentimientos tanto en el pretest como en el postest más de la mitad de los niños consideró que cada persona tiene una forma diferente de expresar sus sentimientos y emociones, además de que a la mayoría le parece útil expresar sus emociones y sentimientos. Más del 75.87% pensó que cada individuo tiene derecho a expresar lo que siente aunque con ello se pueda lastimar a uno mismo y a los demás, sin embargo se encontró diferencia ya que en el pretest 69.35% creyó que se podía aprender a expresar lo que siente sin que con esto dañe a uno mismo u otros mientras que en el postest se incrementó en 80%.

Durante las sesiones se les pidió representaran, mediante socio dramas, situaciones en la que experimentaban emociones como: *ternura*, *tristeza*, *amor*, *celos*, *miedo* o *felicidad*. Hubo emociones como *ternura*, que se les dificultó realizarlo o identificarlo, mientras que el *miedo* recurrentemente lo representan desarrollando historias de terror. En el caso del *amor*,



describieron situaciones en las que dos niños se hacen novios o una familia que se quiere. En la *felicidad* refirieron encuentro con parientes lejanos a los que no habían visto por un tiempo. En *tristeza*, representaron un accidente que termina en la muerte de una de las personas. En *celos* describieron una riña, entre diferentes hombres por andar con una mujer.

Respecto a la manera en que describieron expresar, de manera cotidiana, su cariño a la gente que aman -tales como familiares, amigos e incluso mascotas- ellos indicaron dar abrazos, besos, decirles con cariño “mamá”, “papá”, sacar a pasear a sus mascotas, decirle a su mamá que la quieren mucho, arreglar su cuarto, barrer, llevarles el desayuno a la cama a sus papás, etc.

A su vez, identificaron expresiones que les podían ayudar a cambiar situaciones para sentirse mejor con los demás, algunas de ellas fueron: “Lo siento mucho”, “Discúlpame”, “No lo vuelvo a hacer, me equivoqué”, “Perdón”. Mencionaron que cuándo quieren a alguien ellos le dicen que los quieren mucho, que les gusta esa persona o les “late”, también los abrazan, aunque hay quienes describieron que no sabían que decir o simplemente no lo dicen. Se sienten amados cuando las personas conviven con ellos, les hablan mucho o les agarran la mano, los miran, les dicen palabras cariñosas o “bonitas” o cuando se los dicen directamente.

En general se observó ambivalencia para expresar su enojo, la mayoría de ellos describió respirar y contar hasta 10, sin embargo hubo aquellos que dijeron que no le hacen caso a su mamá, agreden verbalmente a los demás, avientan piedras a la calle, “explota su mente”, empiezan a llorar, golpean la pared, no hacen nada, no quieren hablar con nadie o se duermen.

A lo largo de la intervención se observó una constante manifestación de violencia entre los alumnos, se notó una tendencia por vincularse con los demás –ya sean amigos o familiares- mediante los golpes y ellos mismos admitieron que en diversas ocasiones muestran su afecto agrediendo físicamente a sus conocidos, igualmente al presentarse situaciones que les incomodaban o molestaban describieron reaccionar con violencia tanto verbal como física, además de esto se observó que en el discurso de algunos de los participantes aparecían de manera recurrente relatos sobre narcotráfico.



Roles de género

Las mayores diferencias que se encontraron están vinculadas a la expresión de emociones y género. Se encontró que en el pretest 73% de los niños consideró que los hombres nunca deben llorar mientras que en el posttest sólo fueron 7%. En el pretest 40% de ellos creía que las mujeres sienten más miedo que los hombres a diferencia que en el posttest donde fue el 51%. En el pretest sólo el 23% de los participantes pensaba que las mujeres sienten y expresan más ternura en comparación con los hombres lo cual se incrementó en un 70% en el posttest. En el pretest el 44%, refirió que los hombres son más valientes que las mujeres en comparación con el posttest donde sólo el 36% opinó lo anterior.

Los niños desde la primera sesión identificaron que hay diferencias y semejanzas entre hombres y mujeres. Las diferencias fueron descritas en las cuestiones físicas como la voz, el cabello, el cuerpo, la cara, algunos órganos y la fuerza, sin embargo se les dificulta identificar cosas en común.

*“...Que todos somos seres humanos y algunos órganos del cuerpo son similares.”
(Diario de campo. Sesión 3 Expresión de Sentimientos 013)*

Mencionaron también que tanto hombres como mujeres pensamos diferente además señalaron que en cuestión de sentimientos “más o menos” nos parecemos. Aunque este dato no es congruente con lo que contestaron en el cuestionario.

2. Comunicación asertiva

Comunicación

Se observó durante la intervención que la habilidad de comunicación se les dificultaba más a los niños, además de que no poseen tantos conocimientos como en la habilidad de “manejo de emociones y sentimientos”.

Al abordar la habilidad de comunicación con los participantes tanto en el pretest como en el posttest se identificó que más del 70% entiende por comunicación todo aquello que expresan las



personas mediante la palabra y más de un 80% considera que la gente puede comunicarse aun cuando permanezcan en silencio. De igual forma, en el pretest el 51% creyó que era importante aprender a comunicar sus sentimientos, necesidades, intereses y deseos a diferencia del posttest donde fue el 64%.

Acerca de las maneras en que las personas se pueden comunicar, tanto en el pretest como en el posttest, el 50% consideró que existen muchas formas de realizarlo, específicamente al hablar acerca de la comunicación no verbal el 85% de los niños en el pretest y un 74% en el posttest opinaron que mediante los gestos se puede comunicar algo, de igual forma el 20% de ellos afirmó que el movimiento tanto de brazos como de manos les servía para comunicarse con los demás.

Referente a la comunicación escrita, se observó cómo es que la escritura era considerada por ellos como una fuente de expresión de sentimientos.

"Es importante escribir porque podemos expresar nuestros sentimientos y así te desahogas"
(Testimonio. Sesión 10, Actividad: Las paredes oyen 761-762)

Mencionaron que la comunicación escrita sirve como medio de expresión para darse entender ante los demás, "buscar empleo", "aprender cosas" y mejorar sus ortografía y que es necesario llevarla a cabo con palabras "que no sean ofensivas" o que "sean bonitas", así como con "inteligencia", "bonita letra" y "fijándose bien antes de escribir faltas de ortografía".

Durante la sesión en que se trabajó la habilidad de la comunicación escrita se notó que los niños presentan dificultades para la comprensión de lectura:

"...indicaron que es más fácil comprender mensajes cortos pero que a veces hace falta mayor descripción de los detalles para comunicar lo que queremos decir." (Diario de campo. Sesión 10 Comunicación Escrita 025)

Asertividad

Al explorar cuestiones tales como tolerancia a los demás, respeto y asertividad, tanto en el pretest como en el posttest, más del 20% refirió que cada persona tiene su propio estilo para comunicarse con los demás, 30% piensa que el modo de decir las cosas puede influir en obtener resultados positivos o negativos y únicamente el 15% consideró que puede aprender a expresar lo que siente sin lastimarse o dañar a los otros, la única diferencia es que en el pretest 70% consideró que no se



debe de aceptar la manera en que los demás se comunican con uno y en el postest opinaron lo mismo 88%.

En cuanto a la asertividad, se encontró que la mayoría evita conversar con extraños en la calle o aceptar invitaciones de desconocidos. Más del 50% de los niños, tanto en el pretest como en el postest, refirió tener derecho a sentir desconfianza en algunas situaciones o con determinadas personas. A lo largo de las sesiones del módulo, se logró observar la manera en que los niños interactuaban con los demás tanto en qué situaciones debían acceder a lo que se les pedía y cuando era necesario decir “no”, dado lo cual ellos manifestaron que no siempre debían hacer lo que otras personas les indicaban, sobre todo si no estaban de acuerdo y si quienes se los pedían eran desconocidos. Refirieron que podían ser simpáticos y amables con todas las personas, aunque no las conocieran, y en ocasiones pueden ayudarles siempre y cuando les den confianza.

“podemos dar la hora, podemos responderle a desconocidos pero si nos invitan a sus casas no hay que hacerlo, es tonto ir con un desconocido a su casa.” (Diario de campo. Sesión 9 Nos siempre debes quedar bien 022)

Otro de los aspectos que se estudió bajo la presente categoría fue la manera en que los alumnos se expresaban ante situaciones que les provocan enojo como las agresiones. En su mayoría manifestaron respuestas asertivas sin embargo se les dificulta el formular frases que expresaran su punto de vista e iniciaran con las palabras “Yo, a mí o me”.

Dentro de la escuela se encontró, que la mayoría de las situaciones adversas que viven son discusiones o riñas con sus mismos compañeros debido a que les quitan su comida, les pegan, se burlan unos de los otros, les suben la falda a las niñas o nadie quiere jugar con ellos. Ante estas situaciones los niños formularon respuestas asertivas, en su mayoría, eran de diálogo pidiendo a sus compañeros arreglar la situación o que los dejaran de molestar, no los insultaran e incluso que no lo lastimaran o les pegaran, por otro lado en el caso de que ellos fueran los agresores indicaron que pedirían disculpas.

Durante una de las actividades se exploró su capacidad de referirse empáticamente a lo demás, expresándose de modo positivo y resaltando cualidades de cada uno de sus compañeros, expresiones que en su mayoría fueron asertivas.

“Los niños se interesaron con la actividad grupal, al referirse a algunos compañeros tenían que expresarse de modo positivo, estas expresiones fueron “buena onda”, “buen amigo(a)”, “buena



persona”; sin embargo al referirse a compañeros con los que no se llevaban bien a veces no querían participar o preferían que les pusieran castigo, cuando hacían el intento decían “a veces es bueno”, “a veces me cae bien”, igualmente aludieron a cualidades como “tiene mejores calificaciones que yo”, “siempre saca 10”, “es listo(a)”, “es inteligente”, etc. El castigo lo puso todo el grupo y fue abrazar al compañero al que no le dijeron algo.” (Diario de campo. Sesión 6 Anímate a decir te quiero. 005-008)

Fuera del contexto escolar se observó que los niños identifican con claridad las actividades de los familiares, en las que no los deben interrumpir e igualmente reconocen que puede haber consecuencias por no tomar en cuenta las necesidades de los demás. Al revisar los relatos de los niños con respecto a este aspecto, en vez de contar historias donde no contemplan las necesidades de otros describieron situaciones en las que ellos son los que no son tomados en cuenta. La mayoría de las historias son fantasiosas, el contenido de los mismos refieren situaciones de trabajo en equipo, conflictos con la familia, en pareja o en la escuela y la mayoría de los discursos terminan con resentimiento e incluso muerte.

“Cuando me mandan a comprar una sopa y no me compra un dulce hago mi berrinche y me hace sentir mal” (Testimonio. Sesión 8, Actividad: Cuento 253)

Percepciones de los demás y consecuencias emocionales

Otro de los aspectos de la intervención fueron las percepciones que refirieron los niños sobre las opiniones que los demás tienen de ellos, dichas interpretaciones reflejan las situaciones que experimentan tanto en su entorno social como cuestiones de autoconcepto.

- Respecto a sus mejores amigos, la mayoría percibe tener empatía con ellos, sin embargo hay quienes perciben rechazo por quienes consideran sus amigos o del grupo en general. Dicha situación les hace que experimenten malestar e incomodidad.
- Referente a sus hermanos, se observó que es variable la manera en que perciben la relación con ellos ya que hubo quienes percibían una relación muy cercana pero también hay quienes sentían rechazo o refirieron llevar una relación "conflictiva", ocasionando que se sintieran mal, tristes o no queridos.
- En relación a la figura paterna, los niños en general se percibían queridos por su padre, únicamente dos participantes discreparon, uno de ellos describió que su padre le decía ser "bien castroso" y el otro afirmó no querer a su padre.
- En general los escolares describieron sentirse queridos por su madre lo cual los hacía experimentar felicidad.



- Una figura de suma importancia eran las docente, bajo dicha figura fue evidente que los productos expresados por los niños estaban influenciados por los comentarios que las mismas les expresan a sus alumnos, dichos comentarios influían en el estado de ánimo expresado por los niños.

“La maestra opina que quien soy para hacer lo que quiero, lo que me hace sentir mal.”

(Testimonio. Sesión 9, Actividad: Percepciones y actitudes)

Durante la etapa de la pubertad los cambios tanto físicos como emocionales influyen directamente en el autoconcepto y autoestima de los niños, en este caso los productos de los escolares mostraron que la mayoría de ellos busca o ha pensado en cambiar su forma de ser para agradar a los demás.

“¿Crees que deberías cambiar tu forma de ser para agradar a los demás?

R= Sí

¿Por qué?

R= Porque a lo mejor soy muy mala y yo no quiero ser mala

Para tener más amigos y jugar

Porque uno se siente mal

Porque así me siento solo por no tener amigos

Para sentirme mejor.”

(Testimonios. Sesión 9, Actividad: Percepciones y actitudes 649-675)

3. Toma de decisiones

Decisiones y solución de problemas

Al explorar la habilidad de toma de decisiones se encontró que más del 40% de los niños, tanto en el pretest como en el postest, considera que otras personas son las que más influyen en su destino. En el pretest 26% creía que el horóscopo o un espíritu superior eran quienes tienen mayor influencia en este mientras que en el postest sólo coincidieron 17%. En el pretest únicamente un 18% pensaba que ellos mismos eran quienes influían en su destino y en el postest se incrementó al 24%.

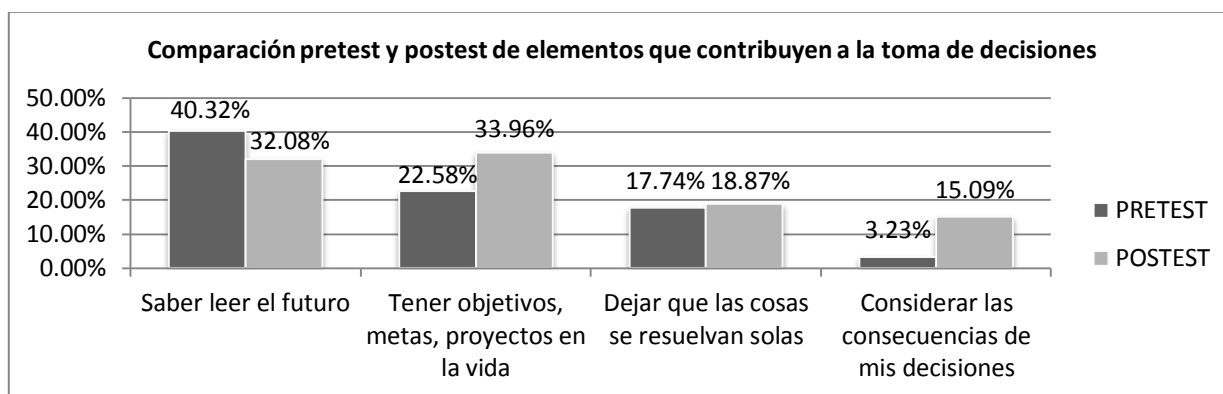
Se identificaron diferencias entre el pretest y el postest al explorar quienes son los que consideran que toman decisiones. En el pretest se encontró que el 29% consideraba que son las personas



adultas quienes las toman y únicamente un 13% piensa que los niños y niñas también, a diferencia en el postest el 28% opinó que las personas adultas son quienes toman decisiones pero un 26% refirió que tanto los niños como las niñas lo hacen.

Referente a ciertos elementos que contribuyen a la toma de decisiones en el pretest la mayoría consideró que saber el futuro ayudaba en la toma de decisiones mientras que al final de la intervención hubo cambios ya que los participantes consideraron que lo que contribuía era tener objetivos, metas y proyectos de vida además de que debían considerar las consecuencias de las decisiones tomadas (Gráfica 2).

GRÁFICA 2. Comparación pretest y postest de elementos que contribuyen a la toma de decisiones.



FUENTE: Cuestionario pre-post de Habilidades para la vida, Octubre, 2012 y Abril, 2013

En el pretest 23% señaló que la toma de decisiones afecta a la propia persona, a quienes lo rodean e incluso a su medio ambiente mientras que en el postest fue un 33% el que respondió esto.

Llevado a la práctica, mediante ejemplos el 37% de los participantes en el pretest opinaron que ante situaciones de conflicto lo mejor es que nadie hiciera nada ni se metiera en dicha situación a diferencia del postest donde sólo el 24% opinó esto, los demás participantes proponen soluciones para enfrentar el conflicto.

Al abordar cuales son los conocimientos acerca de los conflictos que enfrentan los participantes, se encontró que en el pretest 52% y en el postest 60% de los participantes relacionó a los conflictos con situaciones negativas y únicamente el 18% opinó que estos se presentan cotidianamente y que son necesarios en la vida de las personas. Referente a la capacidad para



enfrentarlos, tanto en el pretest como en el postest, el 40% consideró que todos contamos con las capacidades suficientes para solucionar cualquier conflicto.

Al referirse acerca de las maneras de solucionar los conflictos, más del 80% (en el pre y post) reconoció que las personas podemos tener problemas o conflictos, más del 45% consideró que cada quien tiene una forma diferente para resolverlos, y menos de un 20% consideró que para poder resolver los conflictos todos deberíamos contar con las mismas capacidades.

En una de las sesiones se abordó la dinámica familiar de cada uno de los niños y las dificultades que existen dentro de la misma. Gracias a esto se pudo observar la forma en que los participantes afrontan y resuelven los problemas suscitados en el hogar, sobre todo aquellas situaciones relacionadas con la separación de los padres y con el establecimiento de relaciones de tipo violento entre los miembros de sus familias.

*“Que no se peleen y no griten porque los niños se espantan.”
(Testimonio. Sesión 13, Actividad: Problemas familiares 170)*

Igualmente, dentro de dichos problemas familiares se les pidió identificaran qué situaciones estaban relacionados a ellos y qué otros correspondían sólo a ciertos integrantes de su familia. Posteriormente distinguieron en cuales de los conflictos familiares podían contribuir con soluciones y en cuales conflictos las decisiones debían ser tomadas por otros integrantes.

*“¿Cuáles problemas de tu familia crees que deberías dejar para que otros las decidan?”
R= Los problemas de dinero y trabajo
Sobre separarse
Los de los novios porque los ven y saben si son buenos o son malos”
(Testimonios. Sesión 13, Actividad: Problemas familiares 204)*

En la identificación de situaciones conflictivas familiares, en las cuales pueden tomar decisiones, se observó que la mayoría de las respuestas o soluciones propuestas fueron asertivas además de que en su mayoría los niños mostraron que ante la adversidad tienden a enfrentar los conflictos y no evitarlos.

*“¿Qué decisiones te gustaría tomar acerca de asuntos familiares relacionados contigo?”
R= Decirles que la familia no debe pelear que son una unión y no tiene porqué pelear.
Pues platicaría con mis papás de cómo se sienten y que piensan de ese problema.
Pues tratar de solucionar los problemas y no rendirme hasta conseguirlo.”
(Testimonios. Sesión 13, Actividad: Problemas familiares 103)*



Organización

Los participantes identificaron la importancia de ser organizados, sin embargo existieron dificultades en ambos grupos para hacer cronogramas.

“La organización sirve para poner cosas en orden, para no perder cosas, para que no se nos olvide nada, para que todo sea más fácil y poner las cosas en su lugar.” (Diario de campo. Sesión 12 Organización 014)

De igual forma, con respecto a la organización consideraron que les resultaba más fácil trabajar en equipo, no obstante califican al trabajo en equipo en términos de diversión y hablan acerca de “copiar” y no de colaborar.

*“Les copio a mis compañeros por eso en equipo acabo rápido.”
(Testimonios. Sesión 11, Actividad: Trabajo en equipo 067)*

Los niños refirieron que al trabajar en equipo se tienen más opiniones, todos ayudan y dan respuestas, comparten y explican la actividad dando puntos de vista diferentes, trabajan más rápido, están alegres y felices al hacer el trabajo por equipo. Al contrario, señalaron que al trabajar de modo individual se tardan más, es más difícil. Fueron pocos los niños que describieron la preferencia de trabajar individualmente.

*“De modo individual es trabajoso ya que tiene uno solo tiene que hacer todo.”
(Diario de campo. Sesión 11, Actividad: Trabajo en equipo 005)*

Actividades en tiempo libre

En las sesiones se identificó lo que les gustaba hacer en su tiempo libre. Entre las actividades mencionadas se encuentran aquellas que requieren esfuerzo físico como practicar algún deporte tales como voleibol, futbol, “futbase”, americano, nadar, andar en bici, a su vez mencionaron que les resultaba benéfico practicar karate y yoga. Otro tipo de actividades que gustan hacer son ir al cine o al parque, ver televisión, escuchar música, estar en facebook, leer, tocar algún instrumento musical, jugar ajedrez. A su vez identificaron actividades de riesgos para su salud.

“Nos pone en riesgo el alcohol, fumar, drogarse o Jugar en la carretera también nos puede poner en riesgo estar en Facebook.” Diario de campo. Sesión 14 Utilizar el tiempo sanamente 040)



V. DISCUSIÓN

El estudio tenía como objetivo el desarrollar Habilidades para la Vida en escolares durante un periodo de 6 meses, si bien viene siendo cierto que no es el tiempo suficiente para poder observar cambios significativos en tales competencias, considero que se logró el objetivo ya que a lo largo de las sesiones se observó tanto en las actividades como en los productos entregados la identificación e incorporación de los conceptos, además de que llevaban a cabo conductas y actitudes acordes con lo que se trabajó durante la intervención, incluso resaltaba que había una mayor cohesión grupal al final de la misma. Al comparar algunos de los resultados obtenidos en la evaluación pre-postest se encontraron cambios en las percepciones de los conceptos, mayor focalización de las respuestas, además de actitudes y conductas asertivas frente a las situaciones hipotéticas adversas que se presentaban a lo largo del cuestionario.

En México, según lo reportado por el Informe Nacional sobre Violencia y Salud, muchas de las defunciones y enfermedades que enfrentan los jóvenes están fuertemente vinculadas con conductas y situaciones de riesgo que son prevenibles¹². Sin duda el contexto social violento bajo el que se desenvuelven los niños condiciona en gran parte la práctica de dichas conductas, como se observó constantemente a lo largo de la intervención, de ahí la relevancia de apostar por la generación de iniciativas que persigan el desarrollo de competencias psicosociales, tanto en el ámbito escolar como en el familiar, de manera que dicha población pueda tomar decisiones asertivas al encontrarse bajo condiciones adversas.

La iniciativa de Habilidades para la Vida se enfoca en el desarrollo de 10 competencias tanto del área social como de la afectiva y la cognitiva, la intervención que implementamos únicamente se propuso como objetivo desarrollar una habilidad de cada área, además de que tuvo una duración corta a comparación de otras propuestas que se han realizado alrededor del mundo, en Estados Unidos, por ejemplo, en el programa “Aggression Replacement Training” y basado en el aprendizaje estructurado se abordan tres componentes: 1) habilidad prosocial, 2)entrenamiento para el control de emociones y 3)educación moral¹³. En Colombia desde 1993 la organización civil llamada Fe y Alegría trabaja en el desarrollo de Habilidades para la Vida como parte del programa educativo en niños y adolescentes, con la premisa de llevar a las escuelas hacia un enfoque no sólo de los aspectos cognitivos del desarrollo de los jóvenes, sino también a la formación integral que



incluye las necesidades emocionales y sociales, motivo por el cual la propuesta abarca desde la etapa preescolar hasta la educación media superior, dando un seguimiento a lo largo de estas etapas escolares en el desarrollo de las diferentes competencias. En México también se han realizado esfuerzos similares por parte del Instituto Mexicano de Investigación Familiar y Población (IMPIFAP) bajo programas como “Yo quiero Yo puedo” y el de “Planeando tu vida”¹⁴.

Los resultados de este estudio coinciden con lo reportado por “Red Nacional de Apoyo al Estudiante” en el cual mediante un estudio de casos y controles evaluaron la eficacia del Programa de Habilidades para la vida en escolares donde aquellos que fueron intervenidos por el Programa de Habilidades para la vida tuvieron un mejor desempeño en diversas áreas como lenguaje y comunicación y comprensión del medio¹⁵.

Las diferencias de las dinámicas establecidas por parte de las docentes en su grupo se reflejaba en términos de participación y de disciplina por parte de los alumnos tanto así que en uno de los grupos era donde había mayor concentración de casos de niños que se encontraban en situación de tentativa de expulsión, dicha situación según Díaz Aguado (2002) tiene que ver con un problema de pérdida de autoridad y de límites que tiene que ver tanto con las distintas formas en que los docentes ejercen el poder en el aula, la exclusión y expectativas que se crean de cada uno de los alumnos, además de que el control este centrado en el docente caracterizado por el modelo tradicional de enseñanza, en vez de promover un aprendizaje cooperativo dentro de las aulas¹⁶.

Referente al desarrollo de la habilidad de manejo de emociones y sentimientos Alzina y Pérez (2007) después de una revisión exponen que para el desarrollo de la misma se debe tomar en cuenta diferentes competencias, las cuales coinciden con resultados obtenidos a lo largo de la presente intervención, una de ellas es la capacidad de tomar conciencia de las propias emociones lo cual se observó en los niños, durante el postest, puesto que podían focalizar e identificar las emociones, además de definir las y aplicarlas para describir sus sentimientos y los de los demás en los diferentes contextos en los que se desenvolvían. Otra competencia era la de regulación emocional que está primordialmente relacionada con los estilos de afrontamiento, en este caso los niños sabían que todos podemos expresar nuestras emociones pero que debe hacerse de modo asertivo y evitando el dañar a terceros, además de que al sentir emociones como enojo o tristeza buscaban actividades que les permitieran manifestar su sentir de modo adaptativo como



por ejemplo dibujar, escuchar música, escribir, contar hasta 10 entre otras. De igualmente respecto a la competencia social ellos compartían sus emociones sobre todo a sus seres queridos mediante expresiones de cariño o atenciones hacia ellos¹⁷.

Durante el desarrollo de la intervención se observó el uso de la violencia entre el alumnado para vincularse con sus pares sin embargo según lo expuesto por Mantilla (1999) uno de los aspectos en los cuales se centran los programas de Habilidades para la Vida es el de resolver dicho problema, es por eso que al trabajar con competencias afectivas se hace énfasis en que los participantes reconozcan las propias emociones y sentimientos, desarrollen tolerancia y empatía, además de que identifiquen las consecuencias que la violencia puede ocasionar, dichos aspectos también fueron trabajados a lo largo del primer Módulo y se encontró que para al cierre de la misma, al exponer situaciones adversas la mayoría de los niños recurría a la solución con recursos diferentes al uso de la violencia¹⁸.

Los roles de género se presentaron durante la intervención. En un principio la mayoría de las percepciones de los participantes respecto a las diferencias en la manifestación de emociones entre niñas y niños estaban construidas socialmente de acuerdo al rol de género. Los estudios referentes a género describen que existe una socialización diferencial entre hombres y mujeres asignándole ciertos roles a cada uno respecto a estereotipos sexuales, de este modo a la mujer se le ubica en papeles pasivos y al hombre agresivos¹⁹, motivo por el cual las iniciativas bajo la propuesta de Habilidades para la vida buscan el cambio de dichas percepciones para conseguir equidad de género.

Al inicio de la intervención se observó que una de las habilidades con mayor dificultad fue la de comunicación. Acorde con lo reportado por Choque-Larrauri y Chirinos-Cáceres es posible desarrollar las habilidades de comunicación y asertividad en un año debido a que estas competencias tienen una mayor facilidad en su aprendizaje, puesto que se aplican en todo momento y no requieren de procesos previos y complejos²⁰. A pesar de que la presente intervención duró únicamente 6 meses se observaron cambios positivos en esta habilidad. El mismo estudio indica que no pasa lo mismo con la habilidad de autoconcepto, ya que esta implica un proceso más amplio de desarrollo además de que durante la etapa de la pubertad los cambios tanto físicos como emocionales influyen de manera directa en dicha competencia. Lo anterior se



observó a lo largo de intervención, aunque no era el objetivo desarrollarla, a lo largo de las sesiones se vio la importancia que tenía para ellos la opinión de los demás, sobre todos de sus familiares, compañeros y docentes, a tal grado que la mayoría manifestó que quería o había pensado en cambiar su forma de ser para agradar a los demás.

Choque-Larrauri y Chirinos-Cáceres (2009) también indican que la habilidad más compleja de desarrollar en un año es la de toma de decisiones puesto que requiere un análisis afectivo, emocional y cognitivo; a su vez se necesita cierto nivel de madurez que permita hacer uso del pensamiento crítico para evaluar y detectar el problema, así como del pensamiento creativo para analizarlo, sintetizarlo y generar alternativas de solución. Además implica elegir la mejor opción para solucionar una dificultad y tener habilidad para resolverlo. Motivo por el cual en la intervención los temas abordados a lo largo del módulo de toma de decisiones fueron sencillos y los cambios se centraron en que los escolares identificaron que son ellos quienes influyen en su destino, que es necesario tener metas y que pueden participar en la toma de decisiones.

Limitaciones del estudio

Una de las mayores limitaciones tuvo que ver con los tiempos disponibles para llevar a cabo la intervención; a pesar de que los resultados arrojaron cambios no se asemejan a lo logrado en el caso de Programas de Habilidades para la Vida que están planeados para trabajar el desarrollo de todas las 10 competencias en los niños y adolescentes a lo largo de su incursión por las diferentes etapas educativas. De igual modo el trabajar únicamente con un grado escolar limita los resultados y el poder hacer un análisis más completo del desarrollo de estas competencias en diferentes edades. Otra situaciones que influyó en los productos de los niños era el entorno social en el que se desenvolvían caracterizado por ser violento además de segregado por las diferentes religiones, limitaba el trabajo en equipo o la integración grupal para diversas actividades.



V.I Conclusiones

La implementación de iniciativas de promoción de la salud cuyo objetivo sea el desarrollo de Habilidades para la vida resulta de suma relevancia en el quehacer de la Salud Pública de modo que estas velen por un crecimiento integral tanto en los niños como en los adolescentes a fin de prevenir que el contexto en el que se desenvuelven y las situaciones que se les presenten cotidianamente los puedan llevar a incurrir en conductas de riesgo. Se recomienda que la adquisición de estas competencias sean realizadas a través de un proceso llevado a cabo a la par de la vida escolar de modo tal que constituya un acompañamiento durante los diferentes cambios del desarrollo humano; de esta manera los individuos al alcanzar cierto grado de madurez, tanto cognitivo como afectivo, podrán asimilar de mejor modo los conocimientos y prácticas en las diferentes áreas. De igual forma se debe desarrollar evidencia científica de estos esfuerzos para integrar otros ejes de la promoción de la salud como la elaboración de políticas públicas bajo este tópico.



VI. REFERENCIAS

- ¹ Mercedes Arévalo Guzmán, Ambrosio Tomás Rojas, Lelis Mendoza Vilca. Habilidades para la vida y su importancia en la salud. Ministerio de Salud/Dirección Ejecutiva de Educación para la Salud. pp. 1-5. Disponible en: ftp://ftp2.minsa.gob.pe/descargas/dgps/documentos/articulo_habilidades_para_la_vida.pdf
- ² Caballo, V. Teoría, evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. Promolibro. Valencia, España, 1988.
- ³ Leena Mangrulkar, Cheryl Vince Whitman, Marc Posner. Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes. Organización Panamericana de la Salud. División de Promoción y Protección de la Salud Programa de Salud Familiar y Población Unidad Técnica de Adolescencia. Septiembre 2001.
- ⁴ Dr. José Manuel Gil Beltrán. Enseñanza de las habilidades de vida en la educación primaria. Revista Galego-Portuguesa De Psicología E Educación. N° 8 (Vol. 10) Año 7°-2003 ISSN: 1138-1663, pp. 133-146. Disponible en: http://ruc.udc.es/dspace/bitstream/2183/6992/1/RGP_10-12.pdf
- ⁵ Camarillo G, Chávez C, Domínguez M, Gómez D, Melchor A, Nieto M, et. al. Diagnóstico Integral De Salud Poblacional de Yauatepec, Morelos. Instituto Nacional de Salud Pública. Cuernavaca, Morelos. Febrero 2011.
- ⁶ Hernández Sampieri, Roberto. Metodología de la Investigación. México, 2008. Mc Graw Hill.
- ⁷ Las 10 Habilidades para la vida [sitio de internet]. EDEX; c2007-2013 [consultado 2013, Mayo, 30]. EDEX Habilidades para la vida. Disponible en: http://www.habilidadesparalavida.net/es/las_10_habilidades_para_la_vida.html
- ⁸ Gajardo, M. Teoría y práctica de la Educación Popular. CREFAL-PREDE/OEA-IDRC. Pátzcuaro Michoacán, México. 1985.
- ⁹ Pick, S. y Givaudan, M. 5° Yo quiero Yo puedo. Un libro de la serie Educación para la vida. México: D.F. IDEAME, 1996.
- ¹⁰ Pick, S. y Givaudan, M. 6° Yo quiero Yo puedo. Un libro de la serie Educación para la vida. México: D.F. IDEAME, 1996.
- ¹¹ Pick, S. y Givaudan, M. 6° Habilidades para la vida y salud. Desarrollo integral comunitario. México. 2003.
- ¹² Botello-Lonngi L. La violencia en la construcción de escenarios de salud en la población joven. En: Secretaría de Salud. Informe nacional sobre violencia y salud. México: SSA, 2006. Disponible en: http://www.undp.org.mx/IMG/pdf/Informe_Nal_Salud.pdf
- ¹³ Goldstein, A. y Glick, B. (1987). Aggression replacement training: a comprehensive intervention for aggressive youth. Champaign, Illinois.
- ¹⁴ IMIFAP (2000) cit. por Mercedes Arévalo Guzmán, Ambrosio Tomás Rojas, Lelis Mendoza Vilca. Habilidades para la vida y su importancia en la salud. Ministerio de Salud/Dirección Ejecutiva de Educación para la Salud. pp. 1-5. Disponible en: ftp://ftp2.minsa.gob.pe/descargas/dgps/documentos/articulo_habilidades_para_la_vida.pdf
- ¹⁵ Iris Delgado B. Vicente Zúñiga M. Liliana Jadue H. Consultoría "Estudio comparativo de escolares que participaron del Programa Habilidades para la Vida y SIMCE 4º Básico 2005". JUNAEB, Red Nacional de Apoyo al Estudiante. Diciembre 2006.
- ¹⁶ María José Díaz-Aguado. Convivencia escolar y Prevención de la violencia. Ministerio de Educación, cultura y deporte, España y Centro Nacional de Educación y Comunicación Educativa. España, 2002. Disponible en: http://eoeapsabi.educa.aragon.es/descargas/G_Recursos_orientacion/g_2_accion_tutorial/g_2_3.materiales_varios/01.Prevenccion_violencia.pdf
- ¹⁷ Rafael Bisquerra Alzina, Núria Pérez Escoda. Las Competencias Emocionales. Universidad de Barcelona. Educación XX1. 10, 2007, pp. 61-82 ISSN: 1139-613X. Disponible en: <http://www.habilidadesparalavida.net/es/documento.asp?id=30337>
- ¹⁸ Leonardo Mantilla Castellanos. Habilidades para la vida. Una propuesta educativa para convivir mejor. Marco Referencial. Fe y Alegría Colombia. Noviembre de 1999.
- ¹⁹ Cardozo, Griselda; Dubini, Patricia; Fantino, Ivana; Ardiles, Romina. Habilidades para la vida en adolescentes: diferencias de género, correlaciones entre habilidades y variables predictoras de la empatía. Psicología desde el Caribe, núm. 28, julio-diciembre, 2011, pp. 107-132. Universidad del Norte Barranquilla, Colombia. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-417X2011000200006&lng=pt&nrm=iso&tlng=es
- ²⁰ Raúl Choque-Larrauri y Jesús Lorenzo Chirinos-Cáceres. Eficacia del Programa de Habilidades para la Vida en Adolescentes Escolares de Huancavelica, Perú. Rev. salud pública. 11 (2): 169-181, 2009. <http://www.scielosp.org/pdf/rsap/v11n2/v11n2a02.pdf>



VII. ANEXOS



ANEXO 1

CUESTIONARIO DE HABILIDADES PARA LA VIDA

INSTRUCCIONES: El siguiente cuestionario deberás responderlo de manera individual. Es importante que sepas dos cosas: 1) no es un examen, por lo que no hay respuestas correctas ni incorrectas, y 2) nadie más va a conocer las respuestas que des, por eso te pido lo respondas con toda sinceridad. Recuerda leer atentamente las indicaciones y preguntas que se te harán a continuación, si tienes alguna duda levanta tu mano para que me acerque a resolverla.

I. YO SOY

1. Como me gusta que me digan _____
2. Cuantos años tengo _____
3. En que grado escolar voy _____
4. Que es lo que más me gusta hacer en mi tiempo libre _____

II. MANEJO DE EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

Encierra en un círculo la letra que corresponde a la respuesta que consideres adecuada, puedes escoger más de una respuesta:

1. Sabes o piensas que:
 - (a) Las personas sentimos enojo, alegría, tristeza, miedo
 - (b) No sentimos nada
 - (c) Tener emociones y sentimientos es natural en las personas de todas las edades
 - (d) Las mujeres tienen unas emociones y sentimientos, y los hombres tienen otros diferentes
 - (e) Las personas sentimos cosas agradables y desagradables
2. Sabes o piensas que tu cuerpo:
 - (a) Siente y expresa tus emociones y sentimientos
 - (b) Te habla y debes aprender a escucharlo
 - (c) Nada tiene que ver con tus sentimientos
 - (d) Te sirve para comunicarte con otras personas
 - (e) No necesita expresiones de ternura o cariño
3. Piensas que:
 - (a) Cada persona tiene una forma de expresar sus emociones y sentimientos que no puede cambiarse
 - (b) Tenemos derecho a expresar lo que sentimos, aunque con ello podamos lastimar a alguien o a nosotros mismos
 - (c) Es útil expresar emociones y sentimientos
 - (d) Podemos aprender a expresar lo que sentimos sin lastimarnos o hacer daño a otras personas
 - (e) Es preferible callar lo que sentimos para evitarnos problemas

Marca con un círculo Verdadero o Falso dependiendo lo que pienses en cada caso:

4. Los hombres nunca deben llorar (Verdadero) (Falso)
5. Las mujeres sienten más miedo que los hombres (Verdadero) (Falso)
6. Las mujeres sienten y expresan más ternura que los hombres (Verdadero) (Falso)
7. Los hombres son más valientes que las mujeres (Verdadero) (Falso)
8. Si a Benito un niño le quita su lunch en la escuela y eso lo hace enojar mucho. ¿Qué debería hacer Benito?
 - (a) Pensar cómo desquitarse.
 - (b) Respirar, tranquilizarse, pensar qué sería lo más conveniente y actuar
 - (c) Insultar y pegarle al niño que le quitó su lunch.
 - (d) Avisar a la profesora
 - (e) Otra cosa ¿Cuál? _____
9. ¿Qué sentimientos o emociones vives con más frecuencia en tu familia?



- (a) Enojo
- (b) Tristeza
- (c) Alegría
- (d) Miedo
- (e) Ternura
- (f) Otro (escribir) _____

10. ¿Qué sentimientos o emociones vives con más frecuencia en tu salón de clase?

- (a) Enojo
- (b) Tristeza
- (c) Alegría
- (d) Miedo
- (e) Ternura
- (f) Otro (escribir) _____

11. ¿Qué sentimientos o emociones vives con más frecuencia con tus amigas o amigos?

- (a) Enojo
- (b) Tristeza
- (c) Alegría
- (d) Miedo
- (e) Ternura
- (f) Otro (escribir) _____

III. COMUNICACIÓN

Encierra en un círculo la letra que corresponde a la respuesta que consideres adecuada, puedes escoger más de una respuesta:

12. Las personas de cualquier edad:

- (a) Solo se comunican con otras personas mediante las palabras
- (b) No comunican nada cuando permanecen en silencio
- (c) Pueden comunicarse de muchas maneras, como por ejemplo: palabras, gestos, llanto o contacto físico
- (d) Solo se comunican con otras personas mediante las caricias
- (e) No sé

13. La comunicación humana puede servirme para las siguientes cosas, menos para:

- (a) Expresar emociones y sentimientos
- (b) Compartir con una persona de confianza mis necesidades y problemas
- (c) Hacer amigos y amigas
- (d) Bajar de peso
- (e) No sé

14. Estoy de acuerdo con las siguientes afirmaciones, menos con:

- (a) Cada persona tiene un estilo propio de comunicarse con las demás
- (b) Debo aceptar siempre la forma en que se comunican conmigo las demás personas
- (c) Dependiendo de la forma en que diga las cosas, puedo conseguir buenos o malos resultados
- (d) Puedo aprender a expresar lo que siento sin lastimarme o hacer daño a otras personas
- (e) No sé

15. Todos los siguientes elementos me sirven para comunicarme con las demás personas, menos:

- (a) La forma en que muevo o no los brazos y las manos
- (b) Los gestos que hago al hablar
- (c) Si miro o no a los ojos a la persona que me habla
- (d) El número de zapatos que uso
- (e) No sé

Tu podrías:

- | | | |
|--|------|------|
| 16. ¿Responderle a una persona adulta desconocida que te pregunta la hora? | (Sí) | (No) |
| 17. ¿Conversar con un extraño que te saluda en la calle? | (Sí) | (No) |



18. ¿Aceptar la invitación a comer helados de un extraño que encuentras a la salida del colegio? (Sí) (No)
19. ¿Ir de visita a la casa de una persona mayor que acabas de conocer en la tienda del barrio? (Sí) (No)

Marca con un tache la casilla con la que estés más de acuerdo, solo puedes seleccionar una casilla por pregunta:

	No	Más o menos	Sí
20. Tengo derecho a sentir desconfianza en algunas situaciones o con determinadas personas			
21. La forma en que me comunico con mis familiares y amistades me ayuda a llevarme mejor con ellos y ellas			
22. Soy responsable de comunicarme con las demás personas en la forma más clara y respetuosa posible			
23. Los medios de comunicación (televisión, radio, internet) influyen en lo que la gente piensa, siente y hace			
24. Es importante aprender a comunicar mis sentimientos, necesidades, intereses y deseos			

IV. TOMA DE DECISIONES

Encierra en un círculo la letra que corresponde a la respuesta que consideres adecuada, solo puedes escoger una respuesta:

25. ¿Qué o quién(es) influye(n) más en tu destino?
- (a) Distintas personas (mi familia, amigas/os, otros)
 - (b) El horóscopo
 - (c) Yo misma (o)
 - (d) Un espíritu superior
 - (e) Las circunstancias de la vida
26. ¿Quiénes toman decisiones en la vida?
- (a) Las niñas y los niños
 - (b) La gente joven
 - (c) Las personas adultas
 - (d) Todos los anteriores
 - (e) No hay que tomar decisiones, ya está determinado el destino de todas(os)
27. Elementos que ayudan a tomar mejores decisiones
- (a) Saber “leer” el futuro de diversas manera
 - (b) Tener objetivos, metas, proyectos en la vida
 - (c) Dejar que las cosas se resuelvan solas
 - (d) Considerar las consecuencias de mis decisiones
28. «Las decisiones que cada persona toma le afectan a ella, a quienes la rodean y al medio ambiente en que vive.»
- (a) No
 - (b) Más o menos
 - (c) Sí
 - (d) No estoy seguro(a)
29. Tu mejor amigo(a) “cachó” a alguien del salón copiando en el examen y le dijo a la profesora. Otro(a) compañero(a) de la clase pasa la voz de que había que “castigar” al soplón. En tu opinión:
- (a) Hay que hacer directamente lo que el/la compañero(a) dice
 - (b) Deberían proponer que primero se converse entre todas(os) antes de actuar.
 - (c) Ya sabes qué hay que hacer: No te importa lo que tu amigo(a) ha hecho, tú lo/la defiendes frente a todas(os)



- (d) Nadie debería meterse en la situación.
30. Se ha castigado a un/a estudiante por no llevar el uniforme como indica el Reglamento de la escuela.
En tu opinión:
- (a) Hay que protestar de inmediato porque la gente joven tiene derecho a vestirse como le guste
 - (b) Es un problema en el que las y los estudiantes no deben meterse
 - (c) Hay que actuar de acuerdo como lo indica el Reglamento de la escuela
 - (d) Es mejor estudiar la situación y mirar qué consecuencias pueden tener las acciones que van a tomar

En las siguientes preguntas puedes escoger más de una respuesta:

31. Sabes o piensas que los conflictos son:
- (a) Malos y se deben evitar
 - (b) Naturales, normales y se presentan en la vida diaria
 - (c) Necesarios en la vida de las personas
 - (d) Buenos, porque ayudan a saber quién manda
 - (e) Problemas y dificultades que sólo tienen los adultos
32. Sabes o piensas que:
- (a) Las personas tenemos las capacidades suficientes para solucionar cualquier conflicto
 - (b) Nos tenemos que educar para aprender a manejar los conflictos
 - (c) Las diferentes formas de pensar de las personas son un obstáculo para resolver pacíficamente los conflictos
 - (d) Nuestro cuerpo tiene la posibilidad de expresar cuando tenemos un conflicto
 - (e) Es necesario saber escuchar a los/las otros/as para solucionar un conflicto
33. Piensas que:
- (a) Cada quien tiene una forma diferente de solucionar conflictos
 - (b) Para solucionar un conflicto todos/as tienen que contar las mismas capacidades tuyas
 - (c) Lo importante en la solución de un conflicto es que nadie salga perdiendo
 - (d) Problema y conflicto es lo mismo
 - (e) Las personas no podemos tener problemas y conflictos
34. Cuando sientes o piensas que tienes un conflicto:
- (a) Te enojas
 - (b) Te entristeces
 - (c) Hablas con quien tienes el conflicto
 - (d) Hablas con otra persona de lo que ha pasado
 - (e) Te quedas callado/a
 - (f) Escribes o dibujas lo que te pasa
 - (g) Otro (escribir) _____
35. Para solucionar un conflicto en tu colegio recurres a:
- (a) La persona con quien tuviste el conflicto
 - (b) El/la profesor/a
 - (c) La conserje
 - (d) La directora
 - (e) Otro compañero/a
 - (f) Otro (escribir quien) _____
36. Cuando tienes un conflicto ¿qué emoción o sentimiento experimentas con mayor frecuencia?:
- (a) Enojo
 - (b) Tristeza
 - (c) Miedo
 - (d) Agresividad
 - (e) Culpa
 - (f) Otro (escribir) _____

¡Muchas gracias por tu colaboración!



ANEXO 2

EVALUACIÓN DE PROCESO

INSTRUCCIONES: Señala la casilla con la que más te identifiques.

SESIONES	Mucho	Poco	Nada
37. ¿Te han gustado las actividades de las sesiones?			
38. ¿Se te han hecho los temas trabajados?			
39. ¿Has aprendido con las actividades?			
40. ¿Han sido claros los temas trabajados en las clases?			
41. ¿Te han quedado dudas con respecto a los temas?			
HORARIO Y LUGAR			
42. ¿Te gusta la hora en la que estás programadas las actividades en las sesiones?			
43. ¿Te gusta el lugar donde realizamos las actividades?			
MATERIALES			
44. ¿Los materiales que se han usado en las clases te ayudaron a entender mejor los temas?			
45. ¿Consideras que los materiales utilizados han servido para aprender?			
FACILITADORES			
46. ¿Paula ha sido amable contigo durante las sesiones?			
47. ¿Paula ha respondido tus dudas de manera clara?			
48. ¿Paula te permite participar libremente?			
49. ¿Paula toma en cuenta sus opiniones?			
50. ¿Paula ocupa un lenguaje sencillo y comprensible para explicar las actividades?			

¡Muchas gracias por tu colaboración!



ANEXO 3

GUÍA DE OBSERVACIÓN

I. REGISTRO ANECDÓTICO DE LA SESIÓN POR PARTICIPANTE

<i>Sesión:</i>		<i>Actividad evaluada:</i>
Número de participante	Descripción de lo observado	Interpretación de lo observado
Participante 1		
Participante 2		
Participante 3		
Participante 4		
Participante 5		
Participante 6		
Participante 7		
Participante 8		
Participante N		



ANEXO 4



Instituto Nacional
de Salud Pública

Consentimiento Informado Oral para Autoridades escolares, docentes y padres de familia
PROYECTO: *DESARROLLO DE "HABILIDADES PARA LA VIDA" EN ESCOLARES DE LA COMUNIDAD DE ATLIHUAYAN, MORELOS.*

Estimado/a señor/señora:

El INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA está realizando un proyecto que tiene por objetivo desarrollar habilidades para la vida en escolares que cursan el quinto grado en la Primaria Ignacio Manuel Altamirano, localidad de Atlihuayan, Municipio Yautepec en el Estado de Morelos, a través de una intervención educativa.

SI USTED ACEPTA PARTICIPAR OCURRIRÁ LO SIGUIENTE.- Los escolares de este grado contestarán un cuestionario con preguntas acerca de la manera en que responden ante los conflictos, el control de sus emociones y los mecanismos que emplean para comunicarse, además de que participarán en diversas técnicas grupales que les ayuden a desarrollar dichas habilidades.

La intervención educativa se llevará a cabo en un periodo de Octubre del 2012 a Febrero del 2013 y las sesiones se impartirán de manera semanal con una duración de 1 hora. Es importante que sepa que la participación es libre y usted no adquiere ninguna obligación si decide colaborar con nosotros. Durante las sesiones se tomarán algunas notas y algunas fotografías.

BENEFICIOS.- Si bien la investigación no tiene un beneficio directo para usted, con su participación los escolares podrán desarrollar dichas habilidades que les ayudarán a enfrentar de una manera más asertiva las situaciones que ocurren en la vida cotidiana.

CONFIDENCIALIDAD.- Toda información que nos proporcionen durante la intervención será de carácter estrictamente confidencial, además de ser utilizada únicamente por los investigadores del proyecto y no estar disponible a terceras personas. Cada escolar participante quedará identificado con un número y no con su nombre. Al presentar los resultados del proyecto se presentarán de tal manera que ninguno de los escolares podrá ser identificado. A su vez, se hará una invitación a todos los integrantes del grupo para que guarden la confidencialidad de la información que se discute durante las sesiones.

RIESGOS POTENCIALES.- El riesgo por participar en este estudio es mínimo, es decir, si alguna de las preguntas o actividades lo hiciera sentir incómodo, tiene el derecho de no responderla. No recibirá ningún pago por participar en el estudio, y tampoco implicará costo alguno.

PARTICIPACIÓN VOLUNTARIA/RETIRO.- La participación en este estudio es absolutamente voluntaria y se tiene plena libertad de negarse a participar o de retirar su participación del mismo en cualquier momento. Esta decisión de participar o de no participar no afectará de ninguna manera a los escolares en sus actividades académicas.

DATOS DE CONTACTO: Si usted tiene alguna pregunta, comentario, preocupación con respecto al proyecto o si tiene dudas generales acerca de sus derechos como participante de un estudio de investigación, puede comunicarse con la Presidenta de la Comisión de Ética de este Instituto, Dra. Julieta Ivone Castro, al teléfono: 01 (777) 329-30-00 extensión 7424 de lunes a viernes de 8:30 a 16:30 hrs. O si prefiere puede escribirle a la siguiente dirección de correo: etica@correo.insp.mx

¡MUCHAS GRACIAS!

Av. Universidad # 655 Col. Santa María Ahuacatlán, Cuernavaca Morelos, México.



ANEXO 5



Instituto Nacional
de Salud Pública

Asentimiento Informado Oral para escolares

PROYECTO: *DESARROLLO DE “HABILIDADES PARA LA VIDA” EN ESCOLARES DE LA COMUNIDAD DE ATLIHUAYAN, MORELOS.*

Hola:

EL INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA está realizando un proyecto que tiene por objetivo desarrollar habilidades para la vida en escolares, como tú, que cursan el quinto grado en la Primaria Ignacio Manuel Altamirano, localidad de Atlihuayan, Municipio Yautepec en el Estado de Morelos, a través de una intervención educativa.

SI ACEPTAS PARTICIPAR OCURRIRÁ LO SIGUIENTE.- Contestaras un cuestionario con preguntas acerca de la manera en que respondes ante los conflictos, controlas de tus emociones y la manera en que te comunicas con los demás, además de que participarás en diversas técnicas grupales que te ayudarán a desarrollar habilidades para la vida.

Estas sesiones se llevarán a cabo en un periodo de Octubre del 2012 a Febrero del 2013 y se impartirán de manera semanal con una duración de 1 hora. Es importante que sepas que la participación es libre y no adquieres ninguna obligación si decides colaborar. Durante las sesiones se tomarán algunas notas y algunas fotografías.

BENEFICIOS.- Si participas podrás, durante las sesiones, desarrollar habilidades que te ayudarán a enfrentar las situaciones que ocurren en la vida cotidiana.

CONFIDENCIALIDAD.- Toda información que nos proporciones durante la intervención será confidencial, además de ser utilizada únicamente por los investigadores del proyecto y no estar disponible a terceras personas. Cada participante quedará identificado con un número y no con su nombre. Al presentar los resultados del proyecto se presentarán de tal manera que ninguno de los participantes podrá ser identificado. A su vez, te invitamos a que tú también guardes la confidencialidad de la información que se discuta durante las sesiones.

RIESGOS POTENCIALES.- El riesgo por participar en este estudio es mínimo, es decir, si alguna de las pregunta o actividad te hiciera sentir incómodo, tienes el derecho de no responderla. No recibirás ningún pago por participar en el estudio y tampoco implicará costo alguno.

PARTICIPACIÓN VOLUNTARIA/RETIRO.- La participación en este estudio es absolutamente voluntaria y tienes plena libertad de negarte a participar o de retirar tu participación en cualquier momento. Esta decisión de participar o de no participar no te afectará de ninguna manera tus actividades académicas.

DATOS DE CONTACTO: Si tienes alguna pregunta, comentario, preocupación con respecto al proyecto o en general, respecto a tus derechos como participante en un proyecto como este, le puedes decir a tu papás que se comuniquen con la Presidenta de la Comisión de Ética de este Instituto, Dra. Julieta Ivone Castro, al teléfono: 01 (777) 329-30-00 extensión 7424 de lunes a viernes de 8:30 a 16:30 hrs. O si prefieren también le pueden escribir a la siguiente dirección de correo: etica@correo.insp.mx

¡MUCHAS GRACIAS!

Av. Universidad # 655 Col. Santa María Ahuacatlán; Cuernavaca Morelos, México



ANEXO 6

CARTA DESCRIPTIVA: DESARROLLO DE HABILIDADES PARA LA VIDA EN ESCOLARES DE LA COMUNIDAD DE ATLIHUAYAN, MORELOS.

ESCUELA: Primaria Ignacio Manuel Altamirano
GRADO: 5° de primaria

PERIODO: NOVIEMBRE 2012 A MARZO 2013
FACILITADOR: Paula Chávez Santamaría

EVALUACIÓN PRE-INTERVENCIÓN							
Sesión	Actividad	Objetivo	Procedimiento	Materiales	Productos	Tiempo	Observaciones
1 Presentación	Presentación	Establecer primer acercamiento con participantes.	Presentación de facilitador, establecimiento de lineamientos, objetivo de intervención y modo de trabajo.	-----	-----	10 mins	
	Aplicación de cuestionario (Pre)	Aplicar línea base de intervención.	Aplicar pre-test, evaluación de conocimientos.	66 cuestionarios	66 cuestionarios	30 mins	
MÓDULO I CONTROL DE EMOCIONES							
Objetivo: Desarrollar, en los escolares que cursan el quinto grado de primaria, la habilidad que les permita tener un mayor control emocional.							
Sesión	Actividad	Objetivo	Procedimiento	Materiales	Productos	Tiempo	Observaciones
2 Emociones y pubertad	Emociones	Identificar qué y cuáles son las emociones.	Exponer concepto de emociones y tipos.	Copias	Copias	10 mins	
	Emociones y pubertad	Conocer etapa que atraviesan y sus emociones.	Discutir acerca de la pubertad y emociones en ella.	Copias	Copias	10 mins	
	Hacer CD y canción	Identificar sus emociones con una canción.	Deben escoger una canción con la que se identifiquen actualmente, luego plasmarla en un papel y por último hacer un CD.	CD's	CD's	25 mins	
	Tarea	Identificar conceptos abordados en la sesión.	Responder un crucigrama.	Copias	Crucigrama	5 mins	



3 Expresión de sentimientos	Expresión de sentimientos	Conocer como expresan sentimientos tanto hombres como mujeres.	Exposición.	Rotafolios	Rotafolios	15 mins	
	Sociodramas	Identificar como se expresan emociones.	Se forman cinco equipos y cada uno actúa una emoción: *Ternura *Miedo *Celos *Tristeza *Amor	Actuaciones	_____	15 mins planear 2mins por equipo. Total 25	
	Carta	Conocer manera en que expresan sus emociones.	Escribir una carta a un amigo/a donde cuente una situación en la que haya sentido ternura, miedo o coraje. Platicar como cuenta muestra cada emoción.	Hojas para carta	Cartas	10 mins	
4 Expresiones de cariño	Que ricos son los abrazo	Conocer maneras de manifestar afecto a los demás.	Discutir acerca de expresiones de afecto.	Copias	_____	10 mins	
	Reflexión del amor	Identificar percepción de amor.	Plasmar que es lo que piensan acerca del amor.	Copias	Reflexión	5 mins	
	Alguien que te gusta	Que se identifiquen con emociones que experimentan en lo cotidiano.	Contar historia.	Copias	_____	5 mins	
	Reflexión individual	Reflexionar la historia e identificarse con personajes.	Responder preguntas, individualmente acerca de lectura.	Copias	Reflexión	15 mis	
	Reflexión por equipos	Compartir como expresan cariño.	Organizarse en grupos de cuatro alumnos y platicar acerca de su comportamiento frente a una persona que les atrae. Escribirlo y exponerlo.	Hojas	Reflexión	Equipo 10 mins Expo 5 mins 15 mins	
5 Aprendo a buscar	Aprendo a buscar tranquilidad y salud	Exponer historia que lleve a la reflexión.	Exponer texto del libro.	Copias	_____	10 mins	



tranquilidad y salud	Reflexión grupal	Identificar que los altera y como lo expresan.	Discutir todo el grupo ¿qué cosas los hacen sentir tristes, enojados o ansioso? ¿Qué hacen cuando se sienten así? ¿Cómo pueden expresar esas emociones?	Rotafolios	Rotafolios con reflexión	5 mins	
	Trabajo por equipos	Reflexionar al identificarse con una canción.	Equipos de 11, leer una canción y contestar preguntas por equipo.	Copias	Preguntas	10 mins	
	Relajación	Conocer maneras de calmar sus emociones.	Seguir cada paso que se dirán a continuación.	Música relajante y espacio para recostarse	_____	10 mins	
	Reflexión individual	Identificar situación de tristeza y plasmarlo.	Recuerda alguna situación en la que te hayas sentido triste. Luego expresa esa emoción escribiendo un poema, una canción o haciendo un dibujo Escribir ¿cómo te sientes al haberlo hecho?	Hojas	Dibujos, canciones o poemas y Reflexión	15 mins	

MÓDULO II COMUNICACIÓN ASERTIVA

Objetivo: Desarrollar, en los escolares que cursan el quinto grado de primaria, la competencia de comunicarse asertivamente con los demás.

Sesión	Actividad	Objetivo	Procedimiento	Materiales	Productos	Tiempo	Observaciones
6 Anímate a decir te quiero	Trabajo por equipos	Reflexionar la manera en que expresan afecto.	Formar equipos con amigos y sacar conclusiones de: ¿Cómo me siento cuando demuestro afecto a alguien? ¿Cómo manifiesto cariño a los miembros de mi familia? ¿Cómo lo hacen ellos conmigo? ¿Por qué es importante mostrar afecto?	Hojas	Reflexiones	10 mins	
	Anímate a decir te quiero	Exponer historia que lleve a la reflexión.	Exponer texto del libro.	Copias	_____	10 mins	
	Trabajo individual	Asociar libremente la	Completar las siguientes	Hojas	Reflexiones	10 mins	



		manera de expresar afecto.	frases, con lo primero que llegue a su mente: Cuando quiero a alguien yo Sé que alguien me quiere cuando Cuando estoy muy enojado				
	Botella	Juego de Botella	Siéntense en un círculo cerrado sin dejar ningún espacio entre ustedes. Girar una botella ya la que le toque el fondo de la botella tendrá que decir, en voz alta y mirándole a la cara, un sentimiento o pensamiento agradable al compañero o compañera al que le haya tocado la boca de la botella.	Botella	Expresión de afecto	20 mins	
7 Expreso lo que pienso y siento	Evaluación de proceso	Evaluar los objetivos del taller.	Resolver cuestionario de evaluación de proceso.	Copias	Cuestionarios	10 mins	
	Expreso lo que pienso y siento	Exponer historia que lleve a la reflexión.	Exponer texto del libro.	Copias	_____	10 mins	
	Reflexión grupal	Identificar y concluir de la historia presentada.	A manera de lluvia de ideas hacer una lista de frases útiles para expresar inconformidad y otra lista donde se digan realmente lo que quieren. Proponer situaciones donde aplican ambas.	Rotafolios	Rotafolios y Diario de campo	15 mins	
	Trabajo individual	Dibujar una situación en la que te hayas inconformado en la escuela y sugerir una solución.	Realizar dibujo y exponer a compañeros.	Hojas y Colores	Dibujos	15 mins	
8 Los demás	Reflexión grupal	Reflexionar el tomar en cuenta a los demás.	Escucha esta frase y reflexiona sobre ella en	Rotafolio, hojas	Reflexiones	10 mins	



			silencio “Es importante considerar las necesidades, ideas, gustos y temores de los demás. No podemos imponer sólo lo que queremos.” Escribe lo que pensaste. Compartir.				
	No veo las necesidades de otras personas, sólo me impongo	Exponer historia que lleve a la reflexión.	Exponer texto del libro.	Copias	_____	10 mins	
	Cuento	Identificar que pasa cuando no se toma en cuenta a los demás.	Escribir un cuento de lo que puede suceder cuando no tomas en cuenta las necesidades de otra gente al planear o hacer algo. Compartir.	Hojas	Cuentos	25 mins	
	Trabajo individual	Identificar que le gusta y que no le gusta a la demás gente.	Escribe que les gusta hacer a otras personas sin ser interrumpidas: A tu mamá A tu maestra o maestro A tu papá A tu amigo o amiga A tu hermano A tu hermana	Hojas	Reflexión	5 mins	
9 No siempre debes quedar bien	No siempre debes quedar bien	Exponer historia que lleve a la reflexión.	Exponer texto del libro.	Copias	_____	10 mins	
	Reflexión grupal	Identificar y concluir de la historia presentada.	Reflexionar historia a manera de lluvia de ideas.	Rotafolios	Rotafolios	10 mins	
	Trabajo individual	Identificar percepciones que se tienen de los demás.	Responder ¿qué crees que piensan de ti las siguientes personas?: Mejor amigo, hermanos, papá, mamá, maestro, tú mismo. Y ¿Cómo te hace sentir esto?	Copias	Reflexión	10 mins	



			¿Crees que deberías cambiar tu forma de ser para agradar a los demás? ¿Por qué?				
		Identificar actitudes a modificar.	Anotar si hay algo que les gustaría cambiar para sentirse mejor cuando están con alguien más. Piensa y escribe que puedes hacer para lograrlo.	Copias	Reflexión	5 mins	
	Trabajo por equipos	Identificar manera de comportarse en diferentes situaciones.	De una lista de palabras, encerrar en un óvalo en cuales situaciones Juan tiene que comportarse de manera distinta.	Copias	Copias	5 mins	
		Diferenciar entre obedecer y ser responsable.	Escribir cual es la diferencia entre obedecer y ser responsable. Exponer.	Rotafolio	Reflexión	10 mins	
10 Comunicación escrita	Comunicación escrita	Exponer historia que lleve a la reflexión.	Exponer texto del libro.	Copias	_____	10 mins	
	Reflexión grupal	Identificar y concluir de la historia presentada.	Reflexionar ¿Cuáles de las dos versiones te dejó más claro el mensaje? ¿Para qué nos sirve escribir bien? ¿Qué necesitamos para poder hacerlo? ¿Cuál de estas dos versiones está mejor escrita? ¿Por qué?	Rotafolios	Rotafolios	10 mins	
	Periódico	Practicar comunicación escrita.	Entre todo el grupo hacer un periódico utilizando papel reciclado. Usar noticias de la escuela, inventar secciones. Divídanse en equipos y que cada uno se encargue de una sección. Puede ilustrarse con recortes o dibujos. Al final	Hojas recicladas, revistas viejas, colores.	Periódico	30 mins	



			engrapar todas las hojas del periódico.				
MÓDULO III TOMA DE DECISIONES							
Objetivo: Desarrollar, en escolares que cursan el quinto grado de primaria, habilidades que les permitan tomar decisiones organizadas y asertivas frente a situaciones adversas.							
Sesión	Actividad	Objetivo	Procedimiento	Materiales	Productos	Tiempo	Observaciones
11 Trabajo en equipo	Reflexión grupal	Reflexionar acerca de la importancia de trabajar en equipo.	A manera de lluvia de ideas reflexionar las diferencias entre trabajar en equipo y trabajar individualmente.	Rotafolio	Reflexión	10 mins	
	Trabajo en equipo	Exponer historia que lleve a la reflexión.	Exponer texto del libro.	Copias	_____	10 mins	
	Obra de teatro	Practicar el trabajo en equipo.	Dividirse en equipos de 6 e inventar una “obra de teatro”.	Rotafolio, hojas recicladas, colores, papel china	Obra	30 mins	
12 Organización	Organización	Exponer historia que lleve a la reflexión.	Exponer texto del libro	Copias	_____	10 mins	
	Reflexión grupal	Identificar la manera en que se organizan para realizar sus actividades.	Resolver algunas preguntas para saber la manera en que organizar sus tareas cotidianas.	Rotafolios	Rotafolios	10 mins	
	Cronograma	Realizar cronograma para organizar actividades.	Hacer cronograma de actividades de la semana. Dejar espacio para las horas, otro para las actividades y otro para hacer un dibujo de lo que vas a realizar.	Hojas recicladas y de colores, colores.	Cronograma	15 mins	
	Trabajo grupal	Organización cuando se trabaja por equipos.	Con tus compañeros de clase organiza una fiesta de fin de cursos. Recuerden que primero deben hacer secuencia de tareas para alcanzar metas. Divídanse por equipos. Calendarícenla.	Hojas recicladas.	Planes de fiesta	15 mins	



13 Organización y problemas familiares	Organización y problemas familiares	Exponer historia que lleve a la reflexión.	Exponer texto del libro.	Copias	_____	10 mins	
	Trabajo individual	Identificar conflictos familiares y soluciones que dan niños.	Reflexionar si se identifican con situaciones que se exponen en la historia.	Copias	Reflexión	5 mins	
		Identificar actitudes a modificar.	Anotar un problema familiar que tienen y como podrían resolverlo.	Copias	Reflexión	5 mins	
	Sociodramas	Identificar y solucionar un conflicto familiar	Realizar un sociodrama donde se presente un problema que se de cotidianamente con la familia y la manera en que se puede solucionar.	_____	Sociodrama	30 mins	
14 Utilizar el tiempo sanamente	Utilizar el tiempo sanamente	Exponer historia que lleve a la reflexión.	Exponer texto del libro.	Copias	_____	10 mins	
	Reflexión grupal	Conocer actividades que realizan en tiempo libre	Identificar, a manera de lluvia de ideas, actividades que realizan en tiempo libre y evaluar que tan sanas son. Además de reflexionar que cosas puedo hacer para que sean más sanas.	Copias	Reflexión	10 mins	
	Fiesta	Organización cuando se trabaja por equipos.	Llevar a cabo fiesta planeada por todo el grupo.	_____	Fiesta	30 mins	
EVALUACIÓN POST-INTERVENCIÓN							
Sesión	Actividad	Objetivo	Procedimiento	Materiales	Productos	Tiempo	Observaciones
15 Cierre	Aplicación de cuestionario (Post)	Aplicar evaluación de resultado.	Aplicar post-test, evaluación de conocimientos.	66 cuestionarios	66 cuestionarios	30 mins	
	Despedida	Cierre de taller	Despedida de la intervención y agradecimiento por trabajo	-----	-----	20 mins	