
Artículos de investigación

Diseño de talleres en habilidades sociales para el Programa de Entrenamiento en Habilidades Sociales para la atención del acoso escolar (HACES)

PERSPECTIVAS

Eylin Ximena Moreno Carantón
Fundación Universitaria los Libertadores,
Colombia
Exmorenoc@libertadores.edu.co

Revista Perspectivas

vol. 10, núm. 25, p. 68 - 97, 2025
Corporación Universitaria Minuto de Dios, Colombia
ISSN: 2145-6321
ISSN-E: 2619-1687
Periodicidad: Frecuencia continua
perspectivas@uniminuto.edu

DOI: <https://doi.org/10.26620/uniminuto.perspectivas.10.25.2025.68-97>

URL: <https://portal.amelica.org/ameli/journal/638/6383469018/>

Resumen: El proyecto surge en el marco del semillero de investigación en acoso escolar y habilidades sociales, con el propósito de diseñar una serie de talleres orientados a fortalecer cuatro habilidades sociales clave para la prevención del acoso en contextos educativos. La propuesta se dirige a estudiantes entre los 9 y 15 años de edad de instituciones educativas colombianas y busca promover competencias como rechazar y aceptar peticiones, enfrentar críticas, expresar sentimientos positivos y negativos, así como manejar conversaciones cotidianas. Metodológicamente, se desarrolla bajo un enfoque cualitativo de tipo descriptivo, dividido en tres fases: revisión teórica de antecedentes e investigaciones sobre acoso escolar y habilidades sociales; diseño pedagógico de los talleres con base en autores especializados, y validación de contenidos mediante actividades prácticas y material visual adaptado al público objetivo.

Palabras clave: acoso escolar, habilidades sociales, talleres educativos.

Resumen: El proyecto surge en el marco del semillero de investigación en acoso escolar y habilidades sociales, con el propósito de diseñar una serie de talleres orientados a fortalecer cuatro habilidades sociales clave para la prevención del acoso en contextos educativos. La propuesta se dirige a estudiantes entre los 9 y 15 años de edad de instituciones educativas colombianas y busca promover competencias como rechazar y aceptar peticiones, enfrentar críticas, expresar sentimientos positivos y negativos, así como manejar conversaciones cotidianas. Metodológicamente, se desarrolla bajo un enfoque cualitativo de tipo descriptivo, dividido en tres fases: revisión teórica de antecedentes e investigaciones sobre acoso escolar y habilidades sociales; diseño pedagógico de los talleres con base en autores especializados, y validación de contenidos mediante actividades prácticas y material visual adaptado al público objetivo.

Palabras clave: acoso escolar, habilidades sociales, talleres educativos.

Abstract: This project was developed within the research group on bullying and social skills, aiming to design a series of workshops focused on strengthening four key social skills to prevent bullying in educational contexts. The proposal targets students aged 9 to 15 from Colombian schools, seeking to promote competencies such as accepting and rejecting requests, coping with criticism, expressing both positive and negative emotions, and managing everyday conversations. Methodologically, it follows a qualitative and descriptive approach, structured in three phases: a theoretical review of previous studies on bullying and social skills; the pedagogical design of workshops based on specialized authors; and content validation through visual materials and practical activities adapted to the target group.

Keywords: bullying, social skills, educational workshops.

1. Introducción

El presente artículo expone los resultados del diseño de cuatro talleres de habilidades sociales (HSES) orientados a la prevención del acoso escolar (AE), con el propósito de complementar el Programa de Entrenamiento en Habilidades Sociales para la atención del Acoso Escolar (HACES). Este programa, en su versión inicial, incluía seis talleres enfocados en habilidades como disculparse o admitir ignorancia, pedir aclaraciones sobre el comportamiento de otros, mantener la calma ante las críticas, hablar en público, interactuar con superiores y expresar opiniones e incluso en situaciones de desacuerdo. No obstante, se identificó la necesidad de ampliar el entrenamiento en nuevas habilidades, con el fin de fortalecer la efectividad del programa y brindar un abordaje integral que contribuya a mejorar la convivencia escolar.

El acoso escolar (AE) —también conocido como *bullying*— se define como una forma de violencia repetitiva en la que uno o varios estudiantes ejercen maltrato físico, verbal o psicológico hacia otro de manera intencionada. Este fenómeno afecta la salud mental, emocional y social de las víctimas, presente en instituciones públicas y privadas. En Colombia, su prevalencia ha aumentado de manera significativa. La Secretaría de Educación (Cárdenas, 2020) reportó un incremento del 36 % en los casos de AE entre 2018 y 2019, pasando de 639 a 868 denuncias, cuyas las principales víctimas fueron las niñas entre 13 y 15 años de edad. Las formas más frecuentes de discriminación se relacionan con el aspecto físico (16,9 %), la identidad o expresión de género (14,9 %) y la condición de víctima del conflicto armado (7,8 %). En la misma línea, la ONG Internacional Bullying Sin Fronteras (2021) posicionó a Colombia en el décimo lugar mundial con mayor número de casos graves de AE, con un total de 8981 reportes entre 2020 y 2021, concentrados en Cundinamarca (21 %), Antioquia (13 %) y Atlántico (12 %).

Frente a esta problemática, las HSES desempeñan un papel esencial en la prevención del AE, ya que favorecen la comunicación efectiva, la empatía, la autorregulación emocional y la resolución pacífica de conflictos. Según Caballo (2007), las HSES permiten expresar sentimientos, actitudes y opiniones de manera adecuada a cada contexto social, respetando los derechos propios y ajenos. De esta manera, los estudiantes que desarrollan dichas habilidades logran responder asertivamente ante el acoso, establecer límites saludables y contribuir a un clima escolar más respetuoso y cooperativo.

En este sentido, el proyecto tuvo como objetivo diseñar cuatro talleres orientados al fortalecimiento de las siguientes habilidades sociales: hacer frente a las críticas, realizar y rechazar peticiones,

expresar sentimientos positivos y negativos y manejar conversaciones cotidianas. Para alcanzar este propósito, se establecieron los siguientes objetivos específicos:

- Identificar conceptualmente las habilidades sociales y su relación con la prevención del acoso escolar;
- Diseñar actividades lúdicas y didácticas que faciliten la comprensión y práctica de dichas habilidades.
- Elaborar los talleres e incorporar estrategias pedagógicas, recursos visuales y actividades participativas adaptadas a estudiantes de 9 a 15 años de edad.

El presente trabajo, desarrollado en el marco del semillero de investigación Acoso escolar y habilidades sociales, se fundamenta en un enfoque cualitativo de tipo descriptivo, que permitió articular la revisión teórica con el diseño pedagógico de los talleres. De esta forma, buscó aportar una herramienta práctica que contribuya a la formación socioemocional de los estudiantes y al fortalecimiento de entornos escolares seguros y libres de acoso.

2. Marco conceptual

2.1 Acoso escolar

El acoso escolar se caracteriza por un comportamiento repetitivo y perjudicial dirigido hacia un estudiante por parte de sus pares, los cuales tienen consecuencias tanto a nivel individual como en la comunidad escolar. En este sentido, el acoso escolar se define como

el resultado de un fenómeno sistemático e intencionado de acciones físicas, verbales, relacionales o simbólicas por parte de uno o varios estudiantes hacia uno o varios compañeros que promueve y resulta en afectaciones físicas, psicológicas y emocionales para un integrante o grupo de estudiantes en el interior de una institución escolar. (Vargas y Durán, 2021).

Otra perspectiva, presentada por Vargas y Cano (2018), sobre el acoso escolar permite complementar y ampliar la anterior definición al especificar que en el acoso escolar se mantiene una relación de poder asimétrica, por parte de quien la ejerce hacia el que la recibe, así como que el acoso escolar tiene que prolongarse en el tiempo y se ve reflejado en medios electrónicos. Esta definición plantea se entiende como:

Conducta negativa, intencional, metódica y sistemática de agresión, intimidación, humillación, ridiculización, difamación, coacción, aislamiento deliberado, amenaza o incitación a la violencia o cualquier forma de maltrato psicológico, verbal, físicos o por medios electrónicos contra un niño, niña o adolescente, por parte de un estudiante o varios de sus pares con quienes mantienen una relación de poder asimétrica, que se presenta de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado. (Vargas y Cano, 2018, p. 61).

En esta problemática existen diferentes formas en las que el acoso puede manifestarse, en la que se destaca que no siempre implica agresiones físicas, y aun así se considera acoso. En este sentido, Toledo y Magendzo (2011) identifican las siguientes:

- Físico. Se refiere a golpes, empujones, puños, patadas, halar el pelo, vandalismo, esconder o hacer daño a los objetos personales (Toledo y Magendzo, 2011).

- Verbal. Caracterizado por el empleo de palabras con contenido humillante, grosero, descalificador, burlesco, amenazante, irónico, burlón, etc. (Toledo y Magendzo, 2011).

- Relacional o psicológico. Corresponde a la exclusión social, el aislamiento, la indiferencia, el rechazo a otro u otros por parte de un individuo o de un grupo. (Toledo y Magendzo, 2011).

- Virtual o cyberbullying. Cuando se agrede de forma permanente a alguien a través de los medios electrónicos y de las redes sociales. (Toledo y Magendzo, 2011).

En el abuso del desequilibrio de poderes, ya sea de forma física, verbal o psicológica entre el acosador y el acosado (que se evidencia en los casos de acoso escolar), se mantienen unas características claras, como que el acoso tiene que prolongarse en el tiempo. Por tanto, no es lo mismo que un estudiante moleste a otro una vez por un evento gracioso ocurrido en un momento puntual, a que constantemente se esté agrediendo intencionalmente a otro compañero. Vargas *et al.* (2018) menciona que en el acoso escolar se deben representar las siguientes acciones: repetición de las acciones, intencionalidad del agresor, indefensión de la víctima en unas relaciones determinadas por el abuso de poder. No es, por tanto, una relación entre iguales la de los agresores y las víctimas debido a que el que ejerce la fuerza es quien quiere divertirse a costa del sufrimiento de otro.

Además de las acciones, es importante conocer los distintos roles con los cuales funciona el acoso. Primero, tenemos el rol del acosador, quien inicia y lidera la intimidación. Segundo, encontramos el rol de los observadores, quienes pueden ser reforzadores al insistir en el acoso, aunque pueden ignorar o alejarse. Tercero, encontramos los observadores, que defienden al tratar de frenar la intimidación. Por último, el rol del acosado con el que se practica la violencia (Vargas, *et al.*, 2018). Esta problemática presenta consecuencias negativas que afectan a todos los roles, según menciona Orellana (2012). Así, para el rol del acosado, los niños y adolescentes que sufren acoso pueden crecer con sentimientos negativos, especialmente de baja autoestima, volviéndose adultos con serios problemas para establecer vínculos. De la misma forma, pueden asumir comportamientos agresivos; más adelante, pueden volver a sufrir o practicar acoso en el trabajo; en casos extremos, pueden llegar a cometer suicidio. Para el rol del acosador, pueden llevar una vida adulta con comportamientos

antisociales, al adoptar conductas agresivas en el seno de la familia o en el ambiente de trabajo. Estudios realizados en diversos países señalan la posibilidad de que los autores de acoso, en la época escolar, pueden más tarde verse envueltos en actos de delincuencia o criminalidad. Por último, para el rol de observadores, también se ven afectados por ese ambiente de tensión al volverse personas inseguras y temerosas de ser los próximos acosados y considerar la violencia interpersonal como algo inevitable (Vargas *et al.*, 2018). Con el fin de prevenir estas consecuencias, aparecen las habilidades sociales, de las cuales trata el siguiente apartado.

2.2 Habilidades sociales

Para definir las habilidades sociales, nos centraremos en dos autores que permiten entender qué son las habilidades sociales. El primero es Monjas (2018, citado por Vargas, *et al.*), quien indica que “las habilidades sociales son conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los iguales de forma afectiva y mutuamente satisfactoria” (p 29). Otra definición, que completa la anterior debido a que ya no solo define la habilidad social como una conducta, sino como una oportunidad de expresar lo que sentimos y pensamos respetando a los demás, es la de Caballo (2007) la cual indica que “las habilidades sociales son aquellas que permiten expresar sentimientos, actitudes y opiniones de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, logrando resolver los problemas inmediatos, minimizando la probabilidad de futuros problemas”(p 6).

Teniendo en cuenta las definiciones anteriores, las habilidades sociales brindan las herramientas necesarias para actuar en las diferentes situaciones que se presentan en la cotidianidad. Sin embargo, no puede haber una forma correcta de comportarse para todos, ya que, como menciona Caballo (2007), la conducta considerada apropiada en una situación puede ser inapropiada en otra. Por tanto, no puede haber una forma correcta de comportarse que sea universal, sino una serie de enfoques diferentes que puedan variar de acuerdo con el individuo. Así, dos personas se pueden comportar de un modo distinto en una misma situación, o la misma persona puede actuar de manera diferente en dos situaciones similares, y ser considerado dichas respuestas con el mismo grado de habilidad social.

Es importante mencionar que las habilidades sociales contienen componentes conductuales que juegan un papel crucial en la forma en que interactuamos con los demás y en cómo nos desenvolvemos en diferentes contextos sociales. Para esto, Caballo (2007) desarrolla los siguientes: 1) la comunicación no verbal es el tipo de comunicación inevitable en presencia de otras personas. El individuo puede decidir no hablar, o ser incapaz de comunicarse verbalmente, pero todavía sigue emitiendo mensajes sobre sí mismo a los demás por medio de su

cara y su cuerpo. 2) Los componentes verbales, que indican que el habla se emplea para una variedad de propósitos como comunicar ideas, describir sentimientos, razonar y argumentar, y que las palabras empleadas dependerán de la situación en que se encuentre una persona, su papel en esa situación y lo que está intentando lograr, así como el papel en el que se encuentra una persona, ya que cada una aporta a la situación su propio estilo personal. Por otro lado, el tema o contenido del habla también varía y puede ser altamente personal o impersonal, así como puede ser concreto o abstracto. 3) Los componentes paralingüísticos o vocales consisten en el cómo se dice a lo que se dice. Algunas señales vocales son capaces de comunicar mensajes por sí mismo: llorar, reír, bostezo y suspirar. Otras vocalizaciones se encuentran relacionadas con el contenido verbal que incluye el volumen, el tono, el timbre y la claridad. En cuanto a la velocidad, el énfasis y la fluidez, los *umhs* y *eh*, las pausas y las vacilaciones, pueden afectar drásticamente al significado de lo que se dice y de cómo se recibe el mensaje (Caballo, 2007).

Es de gran importancia usar las habilidades sociales, ya que, como individuo, se está en constante interacción con el otro, lo cual torna estas habilidades fundamentales para las relaciones que formamos en los diferentes contextos. Igualmente, esto influye en el éxito y la superación de desafíos, dificultades y adversidades de la cotidianidad. Para Caballo (citado por Betina y Contini, 2011) las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten al individuo desarrollarse en un contexto individual o interpersonal al expresar sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación. Generalmente, estas posibilitan la resolución de problemas inmediatos y la disminución de problemas futuros en la medida que el individuo respeta las conductas de los otros, lo que podría ayudar a prevenir el acoso escolar, al generar que un estudiante conozca las habilidades sociales y aprenda a utilizarlas en cada situación. A continuación, se definen las cuatro las habilidades sociales por trabajar en esta investigación, escogidas a partir de seis habilidades sociales, las cuales son clasificadas por Caballo (2007) y Caballo y Carrillo (2022). Así, la primera habilidad es hacer frente a la crítica, que consiste en expresar una crítica o en pedirle a alguien que cambie un comportamiento que desagrada, diciéndolo de forma respetuosa y controlando la reacción emocional para seguir manteniendo adecuadas relaciones con los demás. Afrontar una crítica se refiere al modo en el que se responde cuando alguien realiza una crítica, a la capacidad de escuchar activamente, reflexionar sobre su validez y responder de manera asertiva y respetuosa. Esta habilidad incluye la capacidad para evitar reacciones defensivas, la habilidad de distinguir entre críticas positivas, malintencionadas o dudosas y responderlas de forma adecuada, sin hacer que escalen hacia formas

más perjudiciales de comportamiento. Esta habilidad puede promover un ambiente escolar en el que los individuos se sienten más seguros expresando sus sentimientos y resolviendo conflictos de manera saludable.

La segunda habilidad es la de aceptar y rechazar peticiones, la cual implica la capacidad para pedir favores, pedir ayuda y pedir a otra persona que cambie su conducta de manera clara y directa, teniendo en cuenta el contexto y las necesidades de las personas involucradas. Esta habilidad implica ser consciente de la situación y utilizar un tono de voz adecuado, así como considerar la posibilidad de recibir un "no" como respuesta. Rechazar peticiones, por otro lado, implica la capacidad de decir "no" de manera respetuosa y clara, sin sentirse culpable, cuando una solicitud no es adecuada, no se ajusta a sus valores, es una petición poco razonable o simplemente no se desea hacer. Esto implica establecer límites saludables y comunicarlos de manera efectiva para mantener relaciones satisfactorias (Caballo, 2007; Caballo y Carrillo, 2022).

La tercera habilidad es la expresión de sentimientos positivos y negativos, la cual implica la capacidad de comunicar de manera efectiva los sentimientos a los demás. En el contexto de sentimientos negativos, esta habilidad requiere la capacidad para expresar preocupaciones, desacuerdos o frustraciones de manera asertiva y respetuosa, evitando conflictos innecesarios y fomentando la comprensión mutua. Por otro lado, en relación con los sentimientos positivos, implica compartir alegrías, afecto y gratitud, lo cual fortalece las conexiones emocionales y contribuye a un ambiente social positivo. Esta habilidad se basa en que un estudiante logre escuchar, comprender y respetar los sentimientos de su compañero y logre la empatía y el respeto mutuo, con lo cual evita que expresar sentimientos sea una oportunidad de acoso para los demás (Caballo, 2007; Caballo y Carrillo, 2022).

Por último, tenemos la habilidad del manejo de conversaciones que implica la capacidad para participar en interacciones comunicativas de manera efectiva y fluida. Esta abarca diversos aspectos como iniciar, mantener y finalizar conversaciones, escuchar activamente e interpretar las señales no verbales. El manejo exitoso de conversaciones implica también la habilidad para cambiar de tema, realizar preguntas, dar opiniones o hacer un comentario. Esta habilidad social les brinda a los estudiantes las herramientas para comunicarse de manera abierta y respetuosa al facilitar la expresión de pensamientos y emociones (Caballo, 2007; Caballo y Carrillo, 2022).

2.3 Relación entre habilidades sociales y acoso escolar

Teniendo en cuenta las definiciones y aproximaciones conceptuales mencionadas, es pertinente resaltar la relación entre las dos variables considerando que la enseñanza de habilidades sociales en las aulas de

clase puede prevenir y disminuir el acoso escolar. Para esto, Álvarez (2016) refiere que existe relación entre el protagonismo en el acoso escolar y las habilidades sociales en adolescentes en su investigación realizada a estudiantes de primero, segundo y tercer grado de secundaria de dos instituciones educativas. Cuanto más bajo sea el nivel de habilidades sociales de los adolescentes, presentan mayor riesgo en la participación como acosador y observador dentro de este tipo de violencia. Por otro lado, investigaciones sobre victimización en el contexto escolar, según menciona Samper (citado por Vargas, *et al.*, 2018), han estado vinculados a:

Los procesos cognitivos y emocionales como mecanismos y reguladores de control del comportamiento agresivo entre pares. Así las cosas, se considera que los puntos fuertes o deficientes para llegar a tener una adaptación social estable y fructífera en las relaciones sociales con los compañeros del aula de clase, están determinadas por las estrategias de afrontamiento y solución de problemas, las habilidades sociales y el auto-control que la persona logre obtener en la interacción con otros. (Vargas, *et al.*, p. 54-55).

Por otra parte, participar en algún rol del acoso escolar evidencia el poco manejo de habilidades sociales que un alumno tiene, lo que permite entender por qué las habilidades sociales pueden prevenir el acoso escolar. Para esto, Mendoza y Maldonado (2017) identifican que el alumno, en el rol de acosado, tiene un déficit en habilidades para generar, evaluar y elegir alternativas de solución adecuadas ante situaciones problemáticas en las que interviene la creatividad para afrontarlas. Así, es más ansioso y tímido, variables que interfieren en las habilidades necesarias para afrontar situaciones de agresión con sus pares. Adicionalmente, presentan dificultad para iniciar y mantener una conversación con sus pares y relacionarse con ellos, ya que, por lo general, no se dirigen de una manera exitosa, lo que se asocia con su exclusión constante de los grupos sociales y, por tanto, son elegidos para ser agredidos. El déficit en habilidades sociales evita que el acosado tenga la capacidad de afrontar las situaciones conflictivas y responda de manera complementaria a las acciones del agresor provocando que la conducta de acoso se mantenga.

En torno a los alumnos en el rol de acosador, se puede indicar que no logran comprender ni considerar los sentimientos de los demás, lo que impide que no le den importancia a lo que puede sentir la persona a quien están acosando. En cambio, estos estudiantes lo ven como una diversión y no logran abordar los problemas de manera constructiva, si no que recurren a comportamientos agresivos, lo cual refleja la dificultad para interactuar positivamente con los demás (Vargas y Durán, s.f.). En este rol, también se destaca que un temperamento agresivo e impulsivo, así como deficiencia en sus habilidades sociales para comunicarse y resolver conflictos, falta de empatía hacia el

sufrimiento de su compañero victimizado y ausencia de sentimientos de culpa; además, son impulsivos y necesitan contantemente dominar a los demás. Respecto al rol de observador, el Vargas, *et al.* (2018) menciona que adquieren modos inadecuados de abordar las relaciones con los demás, como también aprenden que mediante conductas agresivas consiguen poder y se vuelven insensibles ante el sufrimiento de los demás.

Teniendo en cuenta el poco desarrollo de habilidades sociales que manejan los estudiantes en los roles del acoso escolar, se han creado programas que buscan prevenir esta problemática a través de las habilidades sociales, como es el de Ferreira y Muñoz (citados por Vargas y Paternina, 2017). Ellos proponen un programa de intervención en habilidades sociales para reducir el nivel de acoso escolar en las instituciones educativas, ya que, estas ayudan al individuo a tener las posibles herramientas específicas para poder integrarse al contexto social. Además, plantean que una de las grandes problemáticas que presentan víctimas y agresores son las dificultades de habilidades sociales que permitan hallar soluciones asertivas a las situaciones de maltrato psicológico, físico y emocional. En este sentido, el programa llega a la conclusión, a partir de sus resultados con estudiantes de quinto de primaria con edades comprendidas entre los 10 a 12 años (teniendo como variable independiente el programa de intervención en el aprendizaje de habilidades sociales y utilizando el instrumento para la evaluación de Bullying, Insebull) que, mediante un adecuado programa de intervención en habilidades sociales, se pueden reducir los conflictos en el contexto escolar.

Teniendo en cuenta que existen múltiples variables que intervienen para que cierta conducta sea hábil socialmente hablando, es importante notar que las habilidades sociales se desarrollan en los contextos de interacción primaria en los que socialmente se desenvuelve el individuo; es decir, para entender el desarrollo de las habilidades sociales en una persona, se deben tener en cuenta los contextos donde está inmerso. En el caso de la infancia y la adolescencia, los principales contextos son el familiar y el escolar, los cuales demandan ciertos recursos al niño, niña o adolescente. En mayor medida, la escuela será exigente porque allí se encuentran con ciertas dinámicas de socialización a las que se verá en la necesidad de adaptarse.

Los hallazgos de la investigación realizada por Silva et al. (2016), muestran la relación entre las

habilidades sociales y el acoso escolar. Este estudio tuvo como objetivo verificar la asociación entre los comportamientos de acoso escolar, tanto en la forma de víctima como de agresor, y las habilidades sociales. La muestra estuvo conformada por 487 adolescentes de escuelas públicas y privadas de un municipio del

interior de Rio Grande del Sur, Brasil. A partir de los resultados, se identificó que los estudiantes implicados en comportamientos de acoso escolar presentaban menor repertorio de habilidades socioemocionales en la mayoría de los aspectos relacionados con este constructo. Por cada unidad que aumentó el percentil total de frecuencia de habilidades socioemocionales, se encontró una disminución de 4,3 % en la probabilidad de que el adolescente presentara comportamientos de acoso escolar. Igualmente, por cada unidad que aumentaron los percentiles de frecuencia de asertividad y frecuencia de (abordaje) afectivo, hubo un aumento de 2,0 y 2,6 %, respectivamente, en la probabilidad de que el estudiante practicara acoso escolar. Por tanto, un bajo repertorio de habilidades socioemocionales se encuentra correlacionado a la manifestación de comportamientos de acoso escolar tanto en víctimas como en agresores.

Otra de las investigaciones en la que se puede evidenciar cómo las habilidades sociales son una buena herramienta para prevenir el acoso escolar, es la de Otálvaro (2019), la cual tuvo como objetivo identificar las habilidades sociales de los estudiantes víctimas de acoso escolar en la Unidad Educativa San Marcos. Para ello, se identificaron las víctimas de acoso escolar en dicha institución y, a partir de ello, se realizó el proceso de evaluación de las habilidades. Luego, se realizó la comparación entre los alumnos, tomando como base las características sociodemográficas de ellos; es decir, diferencias en cuanto a edad, género, estrato socioeconómico y grado de escolaridad. Esto permitió descubrir entre otras cosas que el mayor número de víctimas de acoso escolar en la institución intervenida se encontraban en el grado sexto, mientras que en grado séptimo fue en el que más se destacaron las habilidades sociales. Por tanto, las habilidades sociales presentes en los grupos participantes permiten una posición clara para los estudiantes, a la hora de enfrentar el acoso escolar.

Como se ha mencionado arriba, el diseño de cuatro talleres que se realizan en este trabajo ayudarán a complementar el HACES, de los autores Vargas y Duran (S.F), quienes presentan la relación existente entre habilidades sociales y el fenómeno de acoso escolar. La muestra del estudio estuvo conformada por 298 alumnos de educación secundaria, de edades entre 11 y 14. Se articuló con acciones de atención y prevención, debido a que se observó que el fenómeno inicia en sexto grado con el porcentaje más alto (29,8 %), se mantiene alto en séptimo grado con un 14,7 %, para y luego disminuye y se estabiliza a partir de octavo grado. Los resultados obtenidos del programa exponen que el 74,2 % de los estudiantes ha sido partícipe de acoso escolar, en los roles de acosador (14,8 %), acosado (17,8 %), observador activo (17,1 %) y el observador pasivo (12,8 %). Los puntajes más altos se dan en los grados sexto y séptimo,

convirtiéndolos en grupos de mayor riesgo, con especial diferencia para hombres frente a mujeres. Así mismo, se registran bajos puntajes para habilidades sociales para todos los grados. Se puede observar que las habilidades con promedio más alto son disculparse o admitir ignorancia; expresión de opiniones personales, incluido el desacuerdo; mantener la calma ante las críticas; hablar en público e interactuar con superiores, y pedir aclaraciones a otra persona con respecto a su comportamiento hacia mí (Vargas, y Duran, s. f.).

Teniendo en cuenta lo anterior, se empiezan a marcar tendencias con correlaciones débiles, inversamente proporcionales, que indican que a mayor puntaje como acosador menor puntaje en las cinco habilidades sociales que se incluyen en el programa. A mayor puntaje como acosado, menor puntaje en las habilidades disculparse o admitir ignorancia y mantener la calma ante las críticas. En cuanto a los observadores activos, la correlación con las habilidades muestra una tendencia positiva débil, que puede indicar un poco más de desarrollo que el resto de los roles. Los observadores pasivos muestran menores puntajes en las habilidades como disculparse o admitir ignorancia, mantener la calma ante las críticas y hablar en público e interactuar con superiores (Vargas, y Duran, s. f.).

Por último, como menciona Monjas (2001) (citado por Isaza, *et al.*, 2015), la escuela es un escenario dinámico que facilita el acercamiento a la interacción social y permite el contacto con la realidad. Por tanto, ayuda al desarrollo de competencias sociales que pueden ser necesarias para la adaptación a otros contextos a los que se puede ver enfrentado un individuo durante su vida. En consecuencia, el aprender y desarrollar habilidades sociales, es primordial para adquirir relaciones satisfactorias en el entorno social, ayudando a solucionar y prevenir problemas interpersonales, lo cual mejora la convivencia entre los estudiantes de las instituciones educativas.

2.4. Marco legal

En este apartado se describen las leyes de la legislación colombiana que buscan vigilar, regular y hacer cumplir los derechos de los niños, las niñas y los adolescentes. Para iniciar, como lo señala la Ley 1098 del 2006, en su artículo 18

Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho a ser protegidos contra todas las acciones o conductas que causen muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico. Tienen derecho a la protección contra el maltrato y los abusos de toda índole por parte de sus padres, de sus representantes legales, de las personas responsables de su cuidado y de los miembros de su grupo familiar, escolar y comunitario. (p. 13).

En concordancia con la anterior Ley, el acoso escolar atenta contra la integridad de los niños o las niñas, en su grupo escolar, teniendo en

cuenta lo que la Ley 1620 del 2013, en su artículo 2, establece como acoso escolar:

Conducta negativa, intencional metódica y sistemática de agresión, intimidación, humillación, ridiculización, difamación, coacción, aislamiento deliberado, amenaza o incitación a la violencia o cualquier forma de maltrato psicológico, verbal, físico o por medios electrónicos contra un niño, niña o adolescente, por parte de un estudiante o varios de sus pares con quienes mantiene una relación de poder asimétrica, que se presenta de forma reiterada o a lo largo de un tiempo determinado. También puede ocurrir por parte de docentes contra estudiantes, o por parte de estudiantes contra docentes, ante la indiferencia o complicidad de su entorno. El acoso escolar tiene consecuencias sobre la salud, el bienestar emocional y el rendimiento escolar de los estudiantes y sobre el ambiente de aprendizaje y el clima escolar del establecimiento educativo. (p. 1).

Teniendo en cuenta lo señalado sobre el bienestar emocional, psicológico y social como factores que se ven afectados en víctimas de acoso escolar, Vargas *et al.* (2018) menciona que, si esta problemática no se trata a tiempo, de manera profesional y bajo la rigurosidad de las leyes, puede traer consecuencias para la salud como baja autoestima, tristeza, suicidio, deficiencia en las relaciones interpersonales y en la comunicación afectiva. De este modo, La Ley 1098 de 2006:

Tiene por finalidad garantizar a los niños, a las niñas y a los adolescentes su pleno y armonioso desarrollo para que crezcan en el seno de la familia y de la comunidad, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión. Prevalecerá el reconocimiento a la igualdad y la dignidad humana, sin discriminación alguna. El presente código tiene por objetivo establecer normas sustantivas y procesales para la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, garantizar el ejercicio de sus derechos y libertades consagrados en los instrumentos internacionales de Derechos Humanos, en la Constitución Política y en las leyes, así como su restablecimiento. Dicha garantía y protección será obligación de la familia, la sociedad y el Estado. (p. 9).

Por último, es importante que las instituciones cuenten con un manual de convivencia que defienda los derechos y deberes del estudiante, como lo señala la Ley 115, en su artículo 87:

Los establecimientos educativos tendrán un reglamento o manual de convivencia, en el cual se definan los derechos y obligaciones, de los estudiantes. Los padres o tutores y los educandos al firmar la matrícula correspondiente en representación de sus hijos estarán aceptando el mismo. (p. 19).

3. Metodología

Este trabajo adopta un enfoque de diseño de investigación metodológico, en la cual, según Ato *et al.*, (2013) se incluyen todos

aquellos trabajos que presentan nuevas metodologías para el correcto tratamiento de cualquier temática relativa a los tres pilares de la investigación empírica: el diseño, la medida y el análisis, así como estudios de simulación y de revisión de los procedimientos metodológicos en uso. Se centra en el diseño de cuatro talleres que tienen como objetivo entrenar las habilidades sociales con el propósito de prevenir el acoso escolar en estudiantes del sistema formal educativo. Aunque los talleres no se implementan en esta fase, el diseño meticuloso abarca la formulación detallada de objetivos, contenido y estructura para cada taller, con el objetivo de proporcionar una base sólida para futuras implementaciones.

3.1. Participantes

Este trabajo es un ejercicio de diseño para complementar el HACES, el cual está dirigido a niños, niñas y adolescentes con edades comprendidas entre los 11 a 15 años de instituciones públicas y privadas del sistema educativo formal colombiano, de acuerdo con las investigaciones previas realizadas por Vargas y Durán (s.f). El Programa HACES se ha realizado con una población de 298 alumnos de educación secundaria.

4.2. Instrumentos

Los talleres se integrarán al programa HACES, el cual usa dos instrumentos psicométricos para recolectar la información de las variables. Uno de los instrumentos es el Cuestionario Multimodal de Interacción Escolar (CMIE-IV), que consta de 36 ítems tipo Likert con cuatro opciones de respuesta que indagan por la frecuencia con la que el estudiante ha vivido las situaciones propuestas en los últimos meses; esto lo efectúa así: nunca (1), pocas (2), bastantes (3) y muchas (4), con un puntaje mínimo de 36 y el máximo de 144 puntos (Caballo *et al.*, 2012). El otro instrumento es el Cuestionario de Habilidades Sociales-III (CHASO-III), adaptado a adolescentes, que tiene 40 ítems tipo Likert con cinco opciones de respuesta, que indagan por la posibilidad de desplegar ciertos comportamientos en situaciones sociales, con un puntaje mínimo de 40 y máximo de 20 (Caballo *et al.*, 2017).

4.3 Técnicas

En la tabla 1 se encuentran las actividades y acciones realizadas en los talleres de acuerdo con la habilidad social y el objetivo determinado.

Tabla 1

Técnicas propuestas en los talleres

Tabla 1

Habilidad social	Objetivos	Actividades
Hacer frente a las críticas	<ul style="list-style-type: none"> · Permitir a los participantes conocer lo que son las críticas y cómo hacer frente a ellas dependiendo si se trata de una crítica positiva, malintencionada o dudosa. 	<ul style="list-style-type: none"> · Actividad 1: ¿cómo me veo, como me ven? · Actividad 2: ¿qué haría yo si fuera esa persona? · Actividad 3: “un nuevo personaje”
Hacer y rechazar peticiones	<ul style="list-style-type: none"> · Definir los conceptos de realizar peticiones y rechazar peticiones. · Reconocer la importancia decir no. · Explicar la diferencia entre razones y excusas. 	<ul style="list-style-type: none"> · Actividad 1: “salir del círculo” · Actividad 2: la adivinanza · El video de la petición · Actividad 3: realiza y rechaza la petición
Expresión de sentimientos positivos y negativos	<ul style="list-style-type: none"> · Mostrar la diferencia entre emociones y sentimientos y conocer lo que es expresar sentimientos. · Distinguir los sentimientos positivos y negativos. · Mostrar un paso a paso de como expresar y recibir sentimientos. 	<ul style="list-style-type: none"> · Actividad 1: uniendo las emociones · Actividad 2: dado de los sentimientos · Actividad 3: dibujando lo que siento
Manejo de conversaciones	<ul style="list-style-type: none"> · Conocer el significado de conversar. · Mostrar el paso a paso para iniciar, mantener y finalizar una conversación. 	<ul style="list-style-type: none"> · Actividad 1: la rueda de las preguntas · Actividad 2: bingo en común · Actividad 3: buen día, me presento

Fuente: Elaboración propia.

4.4 Procedimiento

Esta investigación fue desarrollada en varias fases. En la primera se llevó a cabo la revisión documental del programa y de autores que brindan información sobre las habilidades sociales por trabajar y cómo estas se podían implementar en un taller que brindara las herramientas para la prevención del acoso escolar. Con la información adecuada, en la segunda fase, se llevó a cabo la estructura de cada taller; en este, se trabajó la planeación, el guion y las ayudas visuales para cada habilidad social, las cuales serán utilizadas en los momentos de aplicación. En la tercera fase se realizó la elección de actividades lúdicas, que permitieran el entrenamiento de cada habilidad social. Por último, en la cuarta fase, se realizó el pilotaje de cada taller. Esta fase no logró llevarse a cabo por la finalización del periodo académico; por tanto, los talleres serán aplicados el próximo

semestre académico, por participantes del semillero de Acoso escolar y habilidades sociales, de la Fundación Universitaria los Libertadores.

4. Resultados y discusión

En este apartado se exponen los resultados derivados del proceso de diseño y conceptualización de los talleres de cuatro habilidades sociales como una estrategia preventiva ante el acoso. Por cada taller, se mencionan los objetivos, la justificación y se describe cada momento de estos, con el objetivo de que pueda realizarse la implementación de cada uno dentro del programa. De igual manera, se plantea una discusión del aporte a nivel metodológico y técnico que la creación y el diseño de cada taller le aportó al programa HACES.

Taller 1: Abordar las habilidades de hacer y rechazar peticiones.

Objetivos

- Definir los conceptos de realizar peticiones y rechazar peticiones.
- Reconocer la importancia decir no.
- Explicar la diferencia entre razones y excusas.

Justificación

Este taller proporciona a los participantes herramientas necesarias para comunicar sus necesidades y límites de manera efectiva. Con el objetivo de que los estudiantes desarrollen la capacidad de expresar sus deseos, incluyendo pedir favores, ayuda y pedir a otra persona que cambie su conducta de manera clara y respetuosa, de tal manera que no intente facilitar el rechazo, así como de establecer límites saludables al decir 'no' de manera asertiva, y no se sienta mal por decirlo. Esto porque todos tiene derecho a decir no a las peticiones poco razonables y a peticiones que, aunque no son razonables, no se quieren realizar.

Aplicación: presencial y participativa

Tabla 2

Taller 1. Habilidades sociales. Hacer frente a la critica

Tabla 2

Momento 1		Saludo y rompe hielos
Responsable		Ximena Moreno
Tiempo		5 minutos
Materiales		Ninguno
Momento 2		Actividad salir del círculo
Tiempo		3 min
Desarrollo		Para iniciar, se le pide a uno o dos estudiantes (dependiendo las veces que se quiera repetir la actividad) a los cuales se alejarán del grupo para que no escuchen las indicaciones que se darán en el grupo. La indicación que se le da a la persona que se aleja del grupo es que una a una será introducidas dentro del círculo, teniendo dos minutos para textualmente “escapar sea como sea”. Mientras tanto, se le pedirá al grupo que formen un círculo en el que todos los participantes, de pie, se cogen fuertemente de sus brazos, explicándoles que tienen que evitar que el compañero salga “por todos los medios posibles”.
Materiales		Ninguno
Momento 3		Explicación de la habilidad de realizar peticiones
Tiempo		15 min
Desarrollo		Se explicará lo que implica realizar peticiones adecuadamente, indicando algunos aspectos que se deben tener en cuenta y hacer al momento que se quiera realizar una petición.
Materiales		Diapositivas
Momento 4		Actividad de la adivinanza
Tiempo		10 min
Desarrollo		Se dividen a los estudiantes en seis grupos, dependiendo del tamaño de la clase. A cada grupo se le entrega una hoja y se les explica que cada grupo debe formular una petición en forma de acertijo o adivinanza que invite a la otra persona adivinar lo que está pensando; por ejemplo, en vez de decir “por favor préstame tu libro” podrías decir “tiene páginas y palabras, en la biblioteca lo puedes hallar, ¿qué objeto amablemente nos puedes prestar?” Los estudiantes tendrán cinco minutos para crear la petición de forma creativa, al pasar el tiempo cada grupo leerá u adivinanza o acertijo y al que logre descifrarlo se le preguntará si realizaría o no la petición si se la estuvieran haciendo a él. Cada grupo deberá ser creativo al escribir sus adivinanzas y asegurarse de que sean comprensibles.
Materiales		Hojas y lápices
Momento 5		Explicación sobre la habilidad de rechazar peticiones
Tiempo		15 min
Desarrollo		Se inicia explicando en qué consiste esta habilidad, seguido de la importancia de saber decir no, luego de lo que hay que tener en cuenta en el momento de rechazar una petición, mencionado la importancia de acompañar las negaciones con una razón y no con una excusa, explicando la distinción entre ellas.
Materiales		Diapositivas

Momento 6	El video de la petición
Tiempo	10 min
Desarrollo	Se presenta un video y se realizan las siguientes preguntas ¿crees que Fabián realizo la petición correctamente? ¿Se le preguntara por qué? Se les pedirá que digan cómo creen que Fabián debió realizar la petición a Camila. Luego, se indica lo que los estudiantes pudieron observar del video. Se les pregunta si creen que Camila hizo lo correcto aceptando la petición de Fabián o si creen que Camila no quería aceptarla, pero lo hizo porque no sabía cómo rechazarla. Esto con el objetivo de identificar si los estudiantes han comprendido.
Materiales	Ninguno
Momento 7	Realiza y rechaza la petición
Tiempo	6 min
Desarrollo	Se plantean seis situaciones que indican peticiones que los jóvenes podrán realizar y rechazar de manera adecuadas. Los papeles se tendrán que colocar en una bolsa y se organizaran a los estudiantes en circulo. El tallerista escogerá parejas o pedirá a los estudiantes quién quiere participar voluntariamente, la pareja tendrá que pasar al frente y tomar un papel de la bolsa, tendrán un minuto para pensar cómo realizar la petición y el otro como la rechazará, sin organizarlo entre ellos. Compartirán sus repuestas frente al grupo. Al terminar, se pasará otra pareja al frente y se les pedirá que realicen lo mismo, y a si con las seis parejas.
Materiales	Papeles con las situaciones
Momento 8	Cierre y agradecimientos
Tiempo	4 min
Desarrollo	Se les pregunta a los estudiantes qué les pareció el taller y qué aprendieron. Se agradece la atención prestada y la participación.

Fuente: elaboración propia.

Taller 2. Abordar la habilidad de hacer frente a las críticas

Objetivo:

- Permitir a los participantes conocer qué son las críticas y cómo hacer frente a ellas, dependiendo si se trata de una crítica positiva, malintencionada o dudosa.

Justificación: este taller proporciona a los participantes herramientas prácticas para la expresión y el afrontamiento de las críticas, con el objetivo de que los estudiantes logren generar relaciones saludables y disminuir los conflictos, distinguiendo entre una crítica positiva, malintencionada y dudosa. Les permite aprender a dominar la reacción frente a ella y realizar una expresión sin la intención de hacer daño a otra persona.

Aplicación: presencial y participativa

Tabla 3

Taller 2. Habilidades sociales. Hacer frente a la critica

Tabla 3

Momento 1		Saludo y rompe hielos
Tiempo		7 minutos
Materiales		Ninguno
Desarrollo		Elegiremos a varios niños, ya sea voluntarios o mediante el juego del 'tingo tango'. A cada uno le pediremos que cambie su apariencia para verse diferente: pueden usar cinta adhesiva como marca, dibujarse algo con marcador borrable o cambiar su peinado. Haremos esto con varios participantes (según el tamaño del grupo) y luego les preguntaremos: ¿Qué sienten al tener esa característica en el rostro? ¿Qué opinas de ti al verte al espejo con la nueva característica? ¿Qué opinas de tus compañeros que tienen una nueva característica? ¿Les queda bien o les queda mal? Luego de que contesten estas preguntas, que serán un rompehielos y abrebocas del tema, los participantes pueden quitarse los <i>stickers</i> y regresar a sus puestos.
Momento 2		Hablemos de la crítica
Tiempo		10 minutos
Desarrollo		Se menciona la definición de crítica y los tipos que pueden existir, los cuales son la positiva, malintencionada y dudosa. Luego, se compartirá con los estudiantes lo que permite expresar de una forma adecuada la crítica a otro compañero.
Materiales		Diapositivas
Momento 3		Actividad 1: ¿Qué haría yo si fuera esa persona?
Tiempo		10 minutos
Desarrollo		En una bolsa, se ponen varios papeles con críticas positivas, malintencionadas y dudosas. Se pide que pasen varias personas y una a una saquen uno de los papeles. La persona leerá el enunciado en voz alta y le preguntaremos ¿cómo responderías si fueras esa persona? Positivas: "Siempre tiene una actitud positiva" "Encuentra soluciones ingeniosas a los problemas" "Trabaja con dedicación en todo lo que hace" "Es genial trabajando en equipo" "Se expresa de manera clara y fácil de entender" Negativas: "Esa ropa te hace ver como un payaso" "No tienes amigos porque te peinas feo" "Eres tan feo que nadie quiere verte" "Con tus <i>brackets</i> pareces nerdo/a" "Estas tan delgado que te va a llevar el viento" Dudosas: "Eres una mala persona" "Eres un/a mal/a amigo/a" "Pareces un tonto" "Eres horrible" "Pareces un robot"

Materiales	Bolsa, críticas y papeles
Momento 4	Expresar y hacer frente a una crítica
Tiempo	15 minutos
Desarrollo	Se explica cómo debe expresar una crítica, mostrando tres pasos para realizar de forma correcta y entender para qué sirve. Luego, se dar tres pasos para enfrentar una crítica, teniendo en cuenta si es malintencionada, positiva o dudosa
Materiales	Diapositivas
Momento 5	Actividad 2: un nuevo personaje
Tiempo	12 minutos
Desarrollo	Para esta actividad se pide a los niños que, en grupos de cuatro a cinco personas, creen un personaje humano, en cual tendrán que dibujar en una hoja con las características que a ellos más les disgusten en una persona, desde lo físico hasta su comportamiento. Sin embargo, por cada cosa negativa también tendrá una positiva. Deberán darnos a conocer el nombre, edad y características físicas. Ejemplos: Que huelga feo, que diga groserías, que le pegue a los demás, que no deje escuchar en clase.... Es amable, puntual, buen amigo, juega bien fútbol... Al momento de pasar a exponer se les pedirá a los demás grupos que realicen una crítica hacia ese personaje, aplicando las técnicas explicadas. Esta crítica debe ser positiva y amigable, no mal intencionada ni dudosa.
Materiales	Esfero y hoja
Momento 6	Cierre y agradecimientos
Tiempo	5 minutos
Desarrollo	Se pregunta a los estudiantes que se llevan del taller del día de hoy, cómo les pareció y se les agradecerá por la participación y la atención prestada
Materiales	Ninguno

Fuente: elaboración propia.

Taller 3. Abordar la habilidad de expresión de sentimientos positivos y negativos

Objetivos:

- Mostrar un paso a paso de como expresar y recibir sentimientos.
- Conocer lo que es expresar sentimientos
- Distinguir los sentimientos positivos y negativos.
- Mostrar un paso a paso de como expresar y recibir sentimientos.

Justificación: La expresión de sentimientos es una habilidad social crucial para el bienestar personal y la construcción de relaciones saludables. Por esto, este taller proporciona herramientas necesarias para expresar sus emociones de manera efectiva, fomentando un ambiente escolar más compasivo y colaborativo. La capacidad de comunicar emociones no solo fortalece las relaciones entre

compañero, sino que contribuye al desarrollo integral, preparándolos para enfrentar desafíos sociales con comprensión y respeto.

Aplicación: presencial y participativa

Tabla 4

Taller 3. Habilidades sociales. Expresión de sentimientos positivos y negativos

Tabla 4

Momento 1		Saludos y rompe hielos uniendo las emociones
Tiempo		10 minutos
Materiales		Impresiones de cuerpos, rostros y frases de cada emoción
Desarrollo		Se saluda a los estudiantes y se inicia con la actividad rompe hielos, en la cual se organiza a los estudiantes en seis grupos y se pondrán en el centro las impresiones de cuerpos rostros y frases de cada emoción. Luego, se les indica a los estudiantes que tienen que formar a la persona con la expresión facial, corporal y las frases que se dicen cuando presentamos cada emoción de tristeza, felicidad, enojo, asco, miedo y asombro. Esto abre paso para explicar lo que es expresar sentimientos.
Momento 2		Hablemos de la expresión de sentimientos
Tiempo		10 minutos
Materiales		Diapositivas
Desarrollo		Al terminar la actividad rompe hielos, se indica la habilidad que se trabaja y los objetivos. Luego, se menciona que es la expresión de emociones y que estos se pueden expresar verbalmente o no y que se pueden distinguir los sentimientos en dos categorías: negativos y positivos
Momento 3		Actividad: dado de los sentimientos
Tiempo		8 minutos
Materiales		Hoja y lápiz
Desarrollo		Consiste en lanzar un dado que contiene los siguientes sentimientos: desagrado, admiración, envidia, culpa, gratitud y diversión. El dado se lanzará y cada estudiante deberá escribir en una hoja cuándo fue la última vez que sintió la emoción que salió y por qué. Luego, se pregunta a quién le gustaría compartir lo que escribió y los estudiantes tendrán que entregar la hoja al tallerista.
Momento 4		Como expresar los sentimientos
Tiempo		12 minutos
Materiales		Diapositivas
Desarrollo		Se explica cómo expresar los sentimientos de manera correcta y las ventajas de hacerlo. Luego, se desarrolla cómo se deben recibir los sentimientos y las ventajas de entender los sentimientos de los demás.
Momento 5		Actividad: dibujando lo que siento
Tiempo		10 minutos
Materiales		Hoja, lápiz y colores
Desarrollo		Se organiza al curso en grupos y se les pide que saque un papel de una bolsa, el cual contiene una situación donde se está presentando una o varias emociones. El grupo tendrá que dibujar un cómic en el que se exprese y reciba de forma adecuada los sentimientos.

Momento 6	Cierre y agradecimientos
Tiempo	5 min
Materiales	Ninguno
Desarrollo	Se pregunta a los estudiantes lo que se llevan del taller, cómo les pareció y se les agradecerá por la participación y la atención prestada

Fuente: elaboración propia.

Taller 4. Abordar la habilidad de manejo de conversaciones.

Objetivos:

- Conocer el significado de conversar
- Mostrar el paso a paso para iniciar, mantener y finalizar una conversación.

Justificación: En la dinámica del entorno escolar, la habilidad social del manejo de conversaciones es esencial para el crecimiento personal, ya que es necesaria para comunicarse de manera clara, escuchar activamente y resolver conflictos de manera constructiva. Al trabajar esta habilidad social, se fortalece la capacidad para participar en diálogos significativos, mejorando la calidad de las relaciones sociales y contribuir a tener comunicadores eficaces, escuchando y aceptando otros puntos de vida.

Aplicación: presencial y participativa

Tabla 5

Taller 4. Habilidades sociales. Manejo de conversaciones

Tabla 5

Momento 1		Saludo y rompe hielos
Tiempo		7 minutos
Materiales		Ninguno
Desarrollo		Se saluda a los estudiantes y se inicia con la actividad rompehielos, la cual consiste en pedirle a los estudiantes que hagan dos círculos, según la cantidad de participantes. Si son por ejemplo 20 personas, hacemos dos grupos de 10 para hacer dos círculos, uno dentro del otro. Los participantes deben quedar mirándose cara a cara con la persona que está frente a ellos. Después de responder una pregunta, el círculo externo se mueve un paso, cambiando de persona y vuelven a realizar otra pregunta. Al terminar, podemos preguntar al azar a los participantes sobre con quién hablaron y sobre qué temática.
Momento 2		Hablemos de conversar
Tiempo		12 minutos
Materiales		Diapositivas
Desarrollo		Al terminar la actividad rompe hielos, se indica la habilidad que se trabajara y los objetivos. Luego, se menciona qué es conversar y las fases en las que se compone una conversación, para luego procedes hablar de la primera frase, iniciar una conversación.
Momento 3		Actividad: bingo en común
Tiempo		10 minutos
Materiales		Lápiz y papel
Desarrollo		Para esta actividad, cada participante necesita un lápiz o bolígrafo y una hoja. La persona que dirige el taller da la indicación de anotar una pregunta y ellos deben encontrar en el salón a alguien cuya respuesta coincida y anotar su nombre frente a la pregunta. · En qué mes cumples años · Comida favorita · Color favorito · Materia favorita · Género musical favorito · Numero favorito del 1 al 10 · Deporte favorito · Serie favorita
Momento 4		Mantener y cerrar una conversación
Tiempo		12 minutos
Materiales		Diapositivas
Desarrollo		En este momento se hablará de cómo mantener una conversación, mencionando el tipo de preguntas que se pueden realizar. Luego, se explica el significado de finalizar una conversación y cómo debe hacerse adecuadamente. Por último, se mencionarán las ventajas de saber conversar.
Momento 5		Actividad: buen día, me presento
Tiempo		8 minutos
Materiales		Papel y lápiz

Desarrollo	Cada persona pensara en las experiencias en el colegio y construye una autobiografía con los datos que más le hayan marcado durante el último mes. Se les pide que marquen la hoja, para después entregarla al tallerista quien se encargara de conformar las parejas. Cada pareja debe iniciar, mantener y cerrar la conversación teniendo en cuenta lo que el compañero escribió; pueden hacer preguntas adicionales y comentar la biografía propia. El objetivo es llevar una conversación con un compañero que quizá no conozca mucho. Esta conversación deberá tener las siguientes preguntas 1. ¿Qué cambiaras de las experiencias que escribiste y por qué? 2. ¿Qué pudiste aprender de la experiencia? 3. ¿Qué harías diferente si volviera a pasar algo similar?
Momento 6	Cierre y agradecimientos
Tiempo	5 min
Materiales	Ninguno
Desarrollo	Se pregunta a los estudiantes lo que se llevan del taller del día de hoy, cómo les pareció y se les agradecerá por la participación y la atención prestada

Fuente: elaboración propia.

El diseño de talleres en habilidades sociales para la prevención del acoso escolar en instituciones educativas aborda una problemática crucial en el ámbito educativo y social, la cual afecta las relaciones de cientos de jóvenes que se encuentran en roles de acosadores o de acosados. Según Caballo *et al.* (2011), aunque el acoso escolar no es un problema nuevo, en la actualidad asistimos a un deterioro progresivo de la convivencia escolar en los centros educativos, tanto de primaria como de secundaria. El acoso escolar tiene elevados porcentajes de alumnos que lo ejercen o son víctimas de esa violencia. Solo de enero a abril de 2023, en Bogotá se registraron 835 casos de acoso escolar, factor que afecta la integridad física, psicológica y emocional de los estudiantes. Las localidades más afectadas fueron Ciudad Bolívar, con 100 casos reportados; Engativá, con 97; Kennedy, con 82; Suba, con 73, y Bosa, con 69 casos (Zorro, 2023). Por tanto, el objetivo es el diseño de talleres de habilidades sociales específicas, con una intención clara de abordar el problema a través del entrenamiento en habilidades sociales en los estudiantes, que les permita relacionarse con los demás de forma correcta y saber cómo reaccionar en momentos en los que alguien quiera ofenderlos y, así, evitar que se termine en un rol de acosado.

Así mismo, este estudio forma parte integral del programa HACES. En primer lugar, contribuye, mediante la incorporación de nuevas habilidades sociales, a enriquecer el marco conceptual con la creación y diseño de cuatro talleres centrados en el desarrollo de habilidades sociales. Esto permite completar el programa, el cual ya contaba con el diseño de seis talleres de seis habilidades sociales, los cuales se han implementado en algunos colegios de la ciudad de Bogotá. Por otro lado, a nivel metodológico, aporta al HACES

mediante la implementación de herramientas derivadas del modelo de habilidades sociales, especialmente diseñadas para abordar y gestionar conflictos escolares (Vargas y Duran, s.f.). Este enfoque se materializa a través de la integración de actividades lúdicas y ayudas visuales en los talleres. Estas estrategias no solo facilitan la comprensión de los participantes, sino que fomentan la aplicación práctica de las habilidades aprendidas en situaciones cotidianas. En conjunto, la combinación de la incorporación de nuevas habilidades sociales y la aplicación de herramientas específicas para la atención de la problemática fortalece la efectividad del HACES, proporcionando a los participantes un enfoque integral y práctico para el desarrollo de sus habilidades sociales (Vargas y Duran, s.f.).

Las habilidades sociales son herramientas fundamentales en la prevención del acoso escolar, ya que contribuyen a la creación de un entorno educativo donde la empatía, la comunicación efectiva y la resolución constructiva de conflictos son prácticas comunes. López (2008) señala que el desarrollo adecuado de las habilidades sociales en el colegio ayuda a disminuir los conflictos en los salones de clase, los problemas de solidaridad, agresividad, etc., que a menudo desembocan en acoso y fracaso escolar. En esta misma línea, diversos autores citados por Vargas y Duran, (2018), afirman que los programas de intervención en habilidades sociales son útiles para reducir el grado de acoso escolar en las instituciones, ya que ayudan a las personas a tener las herramientas específicas para poder integrarse al contexto social. Plantean que uno de los grandes problemas que presentan tanto acosados como acosadores son las dificultades de relación y de habilidades sociales que permitan hallar soluciones asertivas a las situaciones de maltrato psicológico, físico y emocional.

4. Conclusiones

En el desarrollo de este trabajo se identificó que cada una de las habilidades sociales seleccionadas aporta herramientas específicas para la construcción de relaciones interpersonales adecuadas entre los estudiantes. En particular, resultan centrales la capacidad de decir “no” y expresar críticas de manera respetuosa y clara, participar en interacciones comunicativas de forma efectiva y fluida, y comunicar sentimientos positivos y negativos de modo asertivo, lo que contribuye a prevenir conflictos innecesarios, favorecer la comprensión mutua y fortalecer las conexiones emocionales dentro del aula.

Abordar el acoso escolar mediante el fortalecimiento de habilidades como hacer frente a las críticas, expresar sentimientos, manejar conversaciones y hacer o rechazar peticiones se perfila, por tanto, como una vía pertinente para prevenir y mitigar conductas agresivas en el entorno educativo. Desde esta perspectiva, los talleres diseñados no solo se orientan a reducir comportamientos de acoso, sino también

a promover el bienestar emocional, la convivencia pacífica y la construcción de vínculos respetuosos y colaborativos entre pares.

En conjunto, el diseño de estos talleres ofrece una base pedagógica para dotar a los estudiantes de recursos sociales que les permitan afrontar de manera más positiva los desafíos de la interacción cotidiana, favoreciendo su desarrollo personal y académico. Además, se proyecta que su futura implementación contribuya a consolidar entornos escolares más seguros, inclusivos y propicios para el aprendizaje, en los que el acoso escolar pueda ser prevenido de manera más efectiva.

Referencias

Referencias

- Álvarez, K. (2016). Acoso escolar y habilidades sociales en adolescentes de dos instituciones educativas estatales. *Avances en Psicología*, 24(2), 205-215. <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/155/116>
- Ato, M., López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 29(3), 1038–1059. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/analesps.29.3.178511/152221>
- Betina, L., & Contini de González, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, 12(23). 159-182. <https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf>
- Caballo, V., Caldero, M., Carillo, G., Salazar, I. e Irurtia, M. (2011). Acoso escolar y ansiedad social en niños (II): Una propuesta de intervención en formato lúdico. *Behavioral Psychology*, 19 (3), 611-626. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/07.Caballo_2_19-3oa.pdf
- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Siglo XXI de España Editores, S. A.
- Caballo, V. y Carrillo, G. (2022): *GALAXIA HA (bilidades) SO (ciales) Programa de prevención del acoso escolar*. Siglo XXI de España Editores, S. A.
- Caballo, V., Calderero, M., Arias, B., Salazar, I. e Irurtia, M. (2012). Desarrollo y validación de una nueva medida de autoinforme para evaluar el acoso escolar (bullying). *Psicología Conductual*, 20 (3), 625-647. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/08.Caballo_20-3oa.pdf
- Caballo, V., Salazar, I., Rivera-Riquelme, M. y Piqueras, J. (2017). Desarrollo y validación de un nuevo instrumento para la evaluación de las habilidades sociales: el “Cuestionario de habilidades sociales” (CHASO). *Psicología Conductual* 25(1), 5-24. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6001422>
- Cárdenas. V. (2020, marzo). En 2020 se han denunciado al menos 51 casos de "bullying" en Bogotá. *El Espectador*. <https://www.elespectador.com/bogota/en-2020-se-han-denunciado-al-menos-51-casos-de-bullying-en-bogota-article-909257/>

- Internacional Bullying Sin Fronteras (2021). Estudio del Observatorio Internacional de Bullying *Sin Fronteras: Estadísticas de Bullying para Colombia 2020/2021*. <https://bullyingsinfronteras.blogspot.com/2018/11/estadisticas-de-bullying-en-colombia.html>
- Isaza Valencia, L. (2015). Habilidades sociales en pre-adolescentes y su relación con el acoso escolar. *Revista Investigium IRE: Ciencias Sociales y Humanas*, 6(1), 1-14.
- Laboratorio de Economía de la Educación (LEE). (2022). Informe 62: Condiciones escolares para el bienestar. Índice Welbin, Colombia 2022. *Pontificia Universidad Javeriana*. <https://lee.javeriana.edu.co/-/lee-informe-62>
- Ley 115 de 1994 (1994, 8 de febrero). Congreso de la República de Colombia. Diario Oficial N.º: 53.310.
- Ley 1098 de 2006 (2006, 8 de noviembre). Congreso de la República de Colombia. Diario Oficial N.º 46.446.
- Ley 1620 de 2013 (2013, 15 de marzo). Congreso de la República de Colombia. Diario Oficial N.º 48.733.
- López, M. (2008). La integración de las habilidades sociales en la escuela como estrategia para la salud emocional. *Psicología sin fronteras: revista electrónica de intervención psicosocial y psicología comunitaria*, 3(1), 16-19.
- Mendoza, B. y Maldonado, V. (2017). Acoso escolar y habilidades sociales en alumnado de educación básica. *CIENCIA ergo-sum, Revista Científica Multidisciplinaria de Prospectiva*, 24(2), 109-116.
- Orellana, J. (2012). Acoso escolar. Características formas de reducción en el aula. *Investigación Educativa*, 16 (30), 99-108.
- Otálvaro, M. (2019). Habilidades sociales de los estudiantes víctimas de acoso escolar en la unidad educativa santos marcos de envigado-Antioquia. [Tesis de pregrado. Institución Universitaria de Envigado].
- Silva, J. L. da, Oliveira, W. A. de, Mello, F. C. M. de, Andrade, L. S. de, Bazon, M. R., & Silva, M. A. I. (2016). Bullying y habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 18, e1172. <https://doi.org/10.5216/ree.v18.35825>
- Terroso, L., Wendt, G., Oliveira, S. y de Lima, I. (2016). Habilidades sociais e bullying em adolescentes. *Temas em Psicologia*. 24(1), 145-158
- Toledo, M. y Magendzo, A. (2011). Bullying: avanzando hacia el pluralismo explicativo. *Revista Internacional Magisterio*, 53, 16-22

- Vargas, D. y Durán, J. (s.f). Programa de entrenamiento en habilidades sociales para la atención del acoso escolar en formato virtual. (*Documento de trabajo*)
- Vargas, D. y Durán, J. (s.f). *PEHSAC Programa de Entrenamiento en Habilidades Sociales para afrontar Acoso Escolar: fase 1. (Documento de trabajo)*.
- Vargas, D., y Paternina, Y. (2017). Relación entre habilidades sociales y acoso escolar. *Cultura, Educación y Sociedad*, 8(2), 61-78. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7823412>
- Vargas, D., Jiménez, W. y Durán, M. (2018). *Acoso escolar y habilidades sociales: aproximación a la problemática*. Fundación Universitaria Los Libertadores
- Vargas, D. y Durán, J. (2021). *Programa de entrenamiento en habilidades sociales para prevenir y disminuir el acoso escolar. Matices de la Innovación educativa*. Global KnoledwgeAcademics Ediciones.
- Valencia, I., Gaviria, D., Mahecha, N. y Gonzales, T. (2015). Contexto Escolar: Escenario de Adaptación Escolar y Desarrollo de Habilidades Sociales. *Revista de Psicología GEPU*, 6(2), 86-102. <https://revistadepsicologiagepu.es.tl/Contexto-Escolar-d--Escenario-de-Adaptaci%F3n-Escolar-y-Desarrollo-de-Habilidades-Sociales.htm>
- Zorro, J. (2023, mayo). Colombia es el segundo país con mayor exposición al bullying. *City TV*.https://citytv.eltiempo.com/noticias/nacional/colombia-es-el-segundo-pais-con-mayor-exposicion-al-bullying_59835

AmeliCA

Disponible en:

<https://portal.amelica.org/ameli/ameli/journal/638/6383469018/6383469018.pdf>

Cómo citar el artículo

Número completo

Más información del artículo

Página de la revista en portal.amelica.org

AmeliCA

Ciencia Abierta para el Bien Común

Eylin Ximena Moreno Carantón

Diseño de talleres en habilidades sociales para el Programa de Entrenamiento en Habilidades Sociales para la atención del acoso escolar (HACES)

Revista Perspectivas

vol. 10, núm. 25, p. 68 - 97, 2025

Corporación Universitaria Minuto de Dios, Colombia

perspectivas@uniminuto.edu

ISSN: 2145-6321

ISSN-E: 2619-1687

DOI: [https://doi.org/10.26620/](https://doi.org/10.26620/uniminuto.perspectivas.10.25.2025.68-97)

[uniminuto.perspectivas.10.25.2025.68-97](https://doi.org/10.26620/uniminuto.perspectivas.10.25.2025.68-97)

Este artículo fue seleccionado por el equipo editorial de la Revista Perspectivas de acuerdo con los criterios de calidad editorial establecidos. Está protegido por el Registro de propiedad intelectual. Los conceptos expresados en el artículo competen a los autores, son su responsabilidad y no comprometen la opinión de la Revista. Se autoriza su reproducción total o parcial en cualquier medio, incluido electrónico, con la condición de ser citada clara y completamente la fuente, tal como se precisa en la Licencia Creative Commons Atribución que acoge la Revista Perspectivas.



CC BY 4.0 LEGAL CODE

Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional.