

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA –CIEPs-  
“MAYRA GUTIÉRREZ”**

The seal of the University of San Carlos of Guatemala is a large, circular emblem in the background. It features a central figure on a horse, a crown at the top, and various symbols including a castle and a banner. The text "CONSPICUA CAROLINA ACADEMIA COAR" is visible around the top edge of the seal, and "MATENSIS INTER" is visible at the bottom.

**“PLAN DE ESTIMULACIÓN PARA DESARROLLAR  
HABILIDADES SOCIALES EN JÓVENES Y ADULTOS  
CON SÍNDROME DE DOWN”**

**GERALDINA VICTORIA GÓMEZ DE LEÓN  
BLANCA GUISSOLA CORONADO AGUILAR**

**GUATEMALA, AGOSTO DE 2012**



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA –CIEPs-  
“MAYRA GUTIÉRREZ”

“PLAN DE ESTIMULACIÓN PARA DESARROLLAR HABILIDADES SOCIALES  
EN JÓVENES Y ADULTOS CON SÍNDROME DE DOWN”

INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTADO AL HONORABLE  
CONSEJO DIRECTIVO  
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

POR


GERALDINA VICTORIA GÓMEZ DE LEÓN  
BLANCA GUISELLA CORONADO AGUILAR

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE  
PROFESORAS EN EDUCACIÓN ESPECIAL  
EN EL GRADO ACADÉMICO DE

TÉCNICAS UNIVERSITARIAS

GUATEMALA, AGOSTO DE 2012





CONSEJO DIRECTIVO  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

DOCTOR CÉSAR AUGUSTO LAMBOUR LIZANA  
DIRECTOR INTERINO

LICENCIADO HÉCTOR HUGO LIMA CONDE  
SECRETARIO INTERINO

JAIRO JOSUÉ VALLECIOS PALMA  
REPRESENTANTE ESTUDIANTIL  
ANTE CONSEJO DIRECTIVO





CC. Control Académico  
CIEPs.  
Archivo  
Reg. 189-2009  
DIR. 1,597-2012

**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS**  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-  
9ª. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"  
Tel. 24187530 Telefax 24187543  
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

14 de agosto de 2012

Estudiantes

**Geraldina Victoria Gómez de León**  
**Blanca Guissela Coronado Aguilar**  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiantes:

Transcribo a ustedes el **ACUERDO DE DIRECCIÓN UN MIL QUINIENTOS OCHENTA Y NUEVE GUION DOS MIL DOCE (1,589-2012)**, que literalmente dice:

**"UN MIL QUINIENTOS OCHENTA Y NUEVE:** Se conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación, titulado: **"PLAN DE ESTIMULACIÓN PARA DESARROLLAR HABILIDADES SOCIALES EN JÓVENES Y ADULTOS CON SÍNDROME DE DOWN"**, de la carrera de: Profesorado en Educación Especial, realizado por:

**Geraldina Victoria Gómez de León**  
**Blanca Guissela Coronado Aguilar**

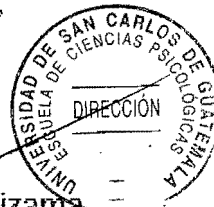
**CARNÉ No. 2002-19637**  
**CARNÉ No. 2004-18640**

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por Licenciada Silvia Guevara de Bellatón y revisado por Licenciado Marco Antonio García Enríquez. Con base en lo anterior, se **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional."

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Doctor César Augusto Lambour Lizama  
DIRECTOR INTERINO









**SCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS**

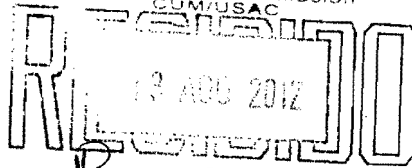
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO - CUM -

9. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"

Tel. 24187530 Telefax 24187543

e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

Escuela de Ciencias Psicológicas  
Recepción e Información  
CUM/USAC



CIEPs

REG:

REG:

1212-2012

189-2009

148-2012

FIRMA: HORA: 13:50 Registro: 189-09

**INFORME FINAL**

Guatemala, 08 de Agosto 2012

SEÑORES  
CONSEJO DIRECTIVO  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO

Me dirijo a ustedes para informarles que el Licenciado Marco Antonio García Enríquez ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN** titulado:

**“PLAN DE ESTIMULACIÓN PARA DESARROLLAR HABILIDADES SOCIALES EN JÓVENES Y ADULTOS CON SÍNDROME DE DOWN.”**

ESTUDIANTE:  
**Geraldina Victoria Gómez de León**  
**Blanca Guissela Coronado Aguilar**

CARNÉ No.  
2002-19637  
2004-18640

**CARRERA: Profesorado en Educación Especial**

El cual fue aprobado por la Coordinación de este Centro el día 06 de Agosto 2012 y se recibieron documentos originales completos el día 07 de Agosto 2012, por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener **ORDEN DE IMPRESIÓN**

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

Licenciado Marco Antonio García Enríquez  
**COORDINADOR**



Centro de Investigaciones en Psicología-CIEPs. “Mayra Gutiérrez”

c.c archivo  
Arelis





**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS**

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9ª. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"

Tel. 24187530 Telefax 24187543

e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

CIEPs: 1213-2012

REG: 189-2009

REG 148-2012

Guatemala, 08 de Agosto 2012

**Licenciado Marco Antonio García Enríquez,  
Centro de Investigaciones en Psicología  
-CIEPs.-"Mayra Gutiérrez"  
Escuela de Ciencias Psicológicas**

**Licenciado García:**

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN, titulado:

**"PLAN DE ESTIMULACIÓN PARA DESARROLLAR HABILIDADES SOCIALES EN JÓVENES Y ADULTOS CON SÍNDROME DE DOWN."**

**ESTUDIANTE:**

**Geraldina Victoria Gómez de León**

**Blanca Guissela Coronado Aguilar**

**CARNÉ NO.**

**2002-19637**

**2004-18640**

**CARRERA: Profesorado en Educación Especial**

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE** el día 02 de Agosto de 2012 por lo que solicito continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

**"ID Y ENSEÑAD A TODOS"**



  
**Licenciado Marco Antonio García Enríquez  
DOCENTE REVISOR**

Arelis./archivo





**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO - CUM -

9ª. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"

Tel. 24187530 Telefax 24187543

e-mail: usacpsic@usec.edu.gt

Guatemala,  
Julio 25 del 2012.

Licenciado Marco Antonio García Enríquez  
Coordinador  
Departamento de Investigaciones Psicológicas  
"Mayra Gutiérrez" -CIEPs.-  
CUM

Licenciado García:


Por este medio me permito informarle que he tenido bajo mi cargo la asesoría del Informe Final de Investigación, titulado: "PLAN DE ESTIMULACIÓN PARA DESARROLLAR HABILIDADES SOCIALES EN JÓVENES Y ADULTOS CON SÍNDROME DE DOWN", elaborado por las Estudiantes:

Geraldina Victoria Gómez De León  
Blanca Guissela Coronado Aguilar

Carné No.: 200219637  
Carné No.: 200418640

El trabajo fue realizado a partir del mes de junio del año dos mil diez, previo a obtener el Título de la Carrera Técnica de Profesorado en Educación Especial, en el grado académico de Técnico Universitario. Esta investigación cumple con los requisitos establecidos por el CIEPs., por lo que emito DICTAMEN FAVORABLE y solicito se proceda a la revisión y aprobación correspondiente.

Atentamente,

  
Licenciada Silvia Guevara de Beltetón  
ASESORA  
Colegiado Activo No.: 340

SGdB/susy  
c.c.archivo





Guatemala 6 de julio de 2012

**Licenciado:**

**Marco Antonio García Enríquez**

**Coordinador Centro de Investigaciones en Psicología**

**-CIEPs- "Mayra Gutiérrez"**

**Escuela de Ciencias Psicológicas,**

**CUM**

Licenciado García:

Deseándole éxito al frente de sus labores, por este medio le informo que las estudiantes Geraldina Victoria Gómez De León, Carné No. 200219637 y Blanca Guissela Coronado Aguilar, Carné No. 200418640, realizaron en esta fundación su investigación para la tesis del profesorado en Educación Especial, titulada **"PLAN DE ESTIMULACIÓN PARA DESARROLLAR HABILIDADES SOCIALES EN JÓVENES Y ADULTOS CON SÍNDROME DE DOWN"** durante los meses de mayo y junio del año dos mil doce

Para los usos que a las interesadas convenga, extendiendo, sello y firma la presente constancia.

**Lic. Gisela Dardón**

**Coordinadora del Programa de Psicología y Comunicación**

**sicologia@fundacionmargaritatejada.org**

Psicología y Comunicación  
Fundación Margarita Tejada





MADRINA DE GRADUACIÓN

POR GERALDINA VICTORIA GÓMEZ DE LEÓN  
BLANCA GUISELDA CORONADO AGUILAR

SILVIA GUEVARA DE BELTETÓN  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA  
COLEGIADO 340



## AGRADECIMIENTOS

A la Universidad de San Carlos por ser nuestra casa de estudios, el espacio donde fuimos formadas profesionalmente.

A la escuela de Ciencias Psicológicas, en especial a los diferentes profesionales que marcaron nuestras vidas con sus enseñanzas.

A la Licenciada Silvia Guevara de Beltetón, por su tiempo, dedicación, pero sobre todo por ser una profesional que inspira nuestras vidas para seguir adelante en el servicio hacia los demás.

A la fundación Margarita Tejada por abrirnos las puertas y permitirnos realizar nuestro proyecto de investigación.

A la directora administrativa Teresa de Echeverría, directora educativa Silvia Molina de Birh, directoras de los diferentes programas educativos, educadores especiales, auxiliares, niñeras, personal administrativo, personal operativo por brindarnos su ayuda durante el proceso de investigación.

A los padres de familia y alumnos del programa de capacitación pre laboral y laboral por su colaboración y disposición para la realización de este proyecto, el cual contribuye en el desarrollo de habilidades sociales en personas con Síndrome de Down.



Geraldina Victoria Gómez De León

Acto que Dedico

**A DIOS:** por ser la luz que guía mi vida, por darme la fortaleza, el coraje necesario para hacer realidad este sueño y muy especialmente por no abandonarme y regalarme la vida.

**A Mis PADRES:** María Teresa de León Y Celso Gómez por ser mis mejores amigos y confidentes, por inculcarme el amor, respeto y apoyo incondicional hacia la familia. Por estar conmigo en todo momento apoyándome y motivándome constantemente.

**A MI HERMANA:** Sofía por ser un ejemplo en mi vida y por estar en cada momento de mi vida pues con su amor y paciencia me hace sentir la más afortunada de las hermanas.

**A MI HERMANO:** Sergio por ser un hermano único, que siempre transmite alegría a mi vida. Y que junto Con Ana Lis y mi sobrina Valentina la niña más picara y amorosa que he conocido, me han enseñado a amar cada día a mi familia.

**A MI FAMILIA:** abuelo, abuela, tíos, tías, primos y primas por ser parte esencial en mi vida, por estar en cada momento de mi vida. Por su cariño y apoyo.

**A MIS AMIGOS:** Ale, María, Pamela y sobre todo Guissela por confiar en mi y por compartir este reto. A cada una de mis amigas que han hecho una diferencia en mi vida.

**A MIS ALUMNOS DE LA FUNDACIÓN MARGARITA TEJADA:** por enseñarme la parte buena del mundo, por hacer que cada día sea diferente y especial.



Blanca Guissela Coronado Aguilar

Acto que Dedico

**A DIOS Y A MI BUENA MADRE LA VIRGEN MARIA:** por acompañarme siempre, por regalarme la vocación de educar, por ser luz en mi vida, sostén espiritual, por ser mi todo.

**A MIS PADRES:** Jorge Coronado y Blanca Aguilar de Coronado, gracias por su amor incondicional, por acompañarme y guiarme en mi camino, por inculcarme valores de solidaridad y servicio a los demás.

**A MIS HERMANOS:** Jorge Félix y Ana Lucia, gracias por ser mis compañeros, cómplices y amigos, por apoyarme, ayudarme y por estar en cada momento de mi vida. Por compartir conmigo los ideales del servicio.

**A MI SOBRINA:** Fátima Abigail, por dar a nuestra familia una nueva luz de alegría, inocencia, amor y ternura.

**A MI MAMITA LEANDRA:** Gracias por su amor y por tener fe en mí, gracias por ser quien es, una persona maravillosa con un hermoso corazón, corazón tan grande que cabe todo su mundo alrededor, gracias por ser un ejemplo de vida para mí.

**A MIS AMIGAS:** Mariana, Geral, Pamela y María, Gracias por su apoyo incondicional, por compartir conmigo la pasión de la educación, por ser fuente de inspiración y ejemplo de amor.

**A LOS ALUMNOS DE LA FUNDACIÓN MARGARITA TEJADA:** Por dejarme ser parte de sus vidas, porque a través de ellos puedo ver el amor de Dios y por enseñarme constantemente que lo importante de la vida son los pequeños detalles.





## INDICE

Resumen.....	1
Prólogo.....	2
CAPITULO I	
I. Introducción.....	4
1.1. Planteamiento del problema y Marco Teórico	
1.1.1. Planteamiento del Problema.....	5
1.1.2. Marco Teórico.....	7
1.1.3. Hipótesis.....	27
1.1.4. Delimitación.....	28
CAPITULO II	
II Técnicas e Instrumentos	
2.1. Técnicas.....	29
2.2. Instrumentos.....	31
CAPITULO III	
III Presentación, Análisis e Interpretación de Resultados	
3.1. Características del Lugar y la población	
3.1.1. Características del Lugar.....	32
3.1.2. Características de la población.....	32
3.2. Interpretación de los Resultados.....	33
3.2.1 Análisis.....	43
CAPITULO IV	
IV Conclusiones y Recomendaciones	
4.1. Conclusiones.....	46
4.2. Recomendaciones.....	47

BIBLIOGRAFIA.....	49
ANEXOS.....	51

## RESUMEN

Proyecto de Investigación:

PLAN DE ESTIMULACIÓN PARA DESARROLLAR HABILIDADES SOCIALES EN JÓVENES Y ADULTOS CON SÍNDROME DE DOWN.

Autores:

GERALDINA VICTORIA GÓMEZ DE LEÓN, CARNÉ NO. 200219637

BLANCA GUISELA CORONADO AGUILAR, CARNÉ NO. 200418640

El propósito de la investigación es identificar las deficiencias en el área social en los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de la Fundación Margarita Tejada, ubicada en la Colonia Santa Rosita zona 16 de la ciudad capital. Dicha institución brinda servicios educativos a las personas con Síndrome de Down desde los 15 días de nacido hasta la edad de 52 años.

Nuestra investigación pretende indagar como influyen los padres en la adquisición de habilidades sociales en los jóvenes y adultos con Síndrome de Down, así como el conocer cuales son las habilidades sociales que presentan los jóvenes y adultos, en los diferentes ambientes donde se desenvuelven.

Con los resultados de nuestra investigación pretendemos realizar un plan de estimulación de habilidades sociales, que brinde herramientas adecuadas a educadores especiales, maestros y padres de familia para la enseñanza y fortalecimiento de habilidades sociales.

Las técnicas que se emplearán en dicha investigación son: observación dirigida, entrevistas estructurada a educadores especiales y padres de familia, el grupo control estará integrado por un grupo de 15 jóvenes y adultos Síndrome de Down, 8 mujeres y 7 hombres de 15 a 30 años de edad, la mayoría de la muestra a trabajar reside en la ciudad capital, y pertenece a la clase social media y baja.



## PRÓLOGO

Las Habilidades Sociales son conductas verbales y no verbales que nos facilitan el intercambio social. Es decir son conductas no condicionadas que nos facilitan poder entendernos, ayudarnos, corregirnos mutuamente, defender nuestros derechos y respetar al mismo tiempo el derecho de los demás.

Las habilidades sociales son también un contenido relevante en la escuela o cualquier institución educativa, por lo cual entrenar las habilidades sociales previene problemas personales y sociales futuros.

Es de suma importancia el estudio de la influencia que ejerce las habilidades sociales en el desarrollo integral y adaptación social de los jóvenes y adultos con Síndrome de Down en la sociedad guatemalteca. Debido a que un hogar armónico y capaz de proporcionar seguridad y amor le da al joven y adulto con Síndrome de Down confianza, estabilidad y alegría que son características básicas para construir una plena y sólida socialización, la cual contribuirá al desarrollo adecuado de la habilidad social. Sucede lo contrario en hogares donde no existe esta estimulación ya que crea un desajuste emocional provocándoles un desarrollo inadecuado en las habilidades sociales.

Este proyecto beneficiará al país de Guatemala proporcionándole información acerca de cómo estimular las habilidades sociales en jóvenes y adultos con Síndrome de Down, ya que muchas veces no se le ha dado importancia al tema por lo que se desconocen las técnicas para la enseñanza aprendizaje de las habilidades sociales.

Para la Universidad de San Carlos de Guatemala el estudio contribuirá con resultados válidos y confiables. El cual debe jugar un papel protagónico en la formación de sus estudiantes, para que sean agentes de cambio en las diferentes áreas de estudios y en este caso que contribuya en la planificación estrategias dentro del área psicológica enfocadas en el desarrollo adecuado de las habilidades sociales.

Los resultados obtenidos en la presente investigación contribuyen principalmente en el manejo de las dificultades relacionadas con el desarrollo de las habilidades sociales en jóvenes y adultos con Síndrome de Down de 15 años en adelante.

Finalmente la investigación beneficiará a las familias guatemaltecas proporcionando información sobre la influencia que ejerce la estimulación de habilidades sociales ya que muchas veces se ignora la importancia de brindarles a jóvenes y adultos con Síndrome de Down oportunidades para desarrollar sus habilidades sociales y de esta forma mejorar su inclusión o adaptación social

## **CAPÍTULO I**

### **INTRODUCCIÓN**

En todos los grupos tanto de niños, jóvenes o adultos con Síndrome de Down, hay alguno que experimenta dificultades para relacionarse con los demás, independientemente de la edad, sexo, contexto social, actividad o situación.

En este trabajo de investigación nos centraremos en los jóvenes y adultos con Síndrome de Down, el cual tuvo como finalidad conocer cuales son las habilidades sociales que presentan en cada unos de los contextos donde se desenvuelven, nuestro propósito fue la creación de un “PLAN DE ESTIMULACIÓN PARA DESARROLLAR HABILIDADES SOCIALES EN JÓVENES Y ADULTOS CON SÍNDROME DE DOWN” de esta manera proporcionar a los padres de familia y educadores especiales herramientas y estrategias para la estimulación o desarrollo de las mismas.

Esta claro que muchos de los jóvenes y adultos con Síndrome de Down se manejan e interactúan con los demás de modo efectivo y satisfactorio, tanto en la escuela como en la familia y comunidad, existe progresivo número de jóvenes y adultos con Síndrome de Down que debido a múltiples y diversas causas presentan importantes dificultades en sus relaciones cotidianas con los demás.

El plan está elaborando pensando en las 1) las características , intereses, necesidades, motivaciones de los sujetos a quien va dirigido el plan, 2) las situaciones, contextos y escenarios sociales relevantes a los que generalmente se enfrentan o pueden enfrentarse los jóvenes o adultos con Síndrome de Down en su vida escolar, familiar y social, 3) las habilidades y repertorios de conducta necesarios para enfrentarse y desenvolverse de modo competente en las situaciones, contextos y escenarios señalados.

## **1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y MARCO TEÓRICO**

### **1.1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

La comunicación interpersonal es una parte esencial de la actividad humana. El hombre es un animal social, que está en interacción constante. La relación con otras personas es nuestra principal fuente de bienestar; pero también puede convertirse en la mayor causa de estrés y malestar, sobre todo, cuando carecemos de habilidades sociales. Es importante tomar en cuenta que las personas son individuos, con características propias, con su propia personalidad, carácter, temperamento, motivaciones, de forma de pensar, de sentir y de actuar. El déficit de habilidades sociales en jóvenes y adultos con Síndrome de Down puede incidir en presentar sentimientos y emociones negativas como la frustración o la ira, y a sentirse rechazados, infravalorados o desatendidos por los demás. Los problemas interpersonales pueden predisponerlos a padecer ansiedad, depresión, o enfermedades psicosomáticas.

La normalización e integración de las personas con síndrome de Down se basa en gran medida en el logro de unos niveles mínimos de independencia y autonomía personal, que les permitan la consecución de una integración social. Se ha de tener en cuenta que determinados aspectos fundamentales para la adaptación social, son enseñados de forma natural en el entorno familiar y los hijos sin discapacidad los adquieren habitualmente de forma espontánea, sin darse cuenta. Sin embargo los jóvenes y adultos con síndrome de Down no lo harán o lo harán de forma inadecuada si no se utilizan con ellos programas adaptados a sus peculiaridades.

Las familias guatemaltecas y la sociedad en general carecen de estrategias para el proceso de enseñanza aprendizaje de las habilidades sociales. Debido a que la socialización se lleva en primer lugar por la familia,



quien inicia el proceso para la formación de habilidades sociales, lo continúa la escuela quien enfatiza y obliga a desarrollar la habilidad más complejas y específicas, simultáneamente a este actúa el propio desarrollo o etapas de la vida de un individuo, lo cual le va proporcionando ciertas exigencias, donde ocupa un lugar importante las relaciones que se establecen con el grupo de amigos y por ende en el ambiente donde se desenvuelve.

Al implementar un plan de estimulación de Habilidades Sociales para el desarrollo adecuado de la socialización de una persona con Síndrome de Down es posible que se obtengan beneficios, como poder mantener relaciones interpersonales satisfactorias, mejorar su autoestima puesto que ser socialmente hábil ayuda a incrementar la calidad de vida.

Mediante nuestra investigación pretendemos identificar cuáles son las estrategias metodológicas que utilizan los profesionales y conocer si son las herramientas adecuadas para desarrollar e incrementar las habilidades sociales en jóvenes y adultos con Síndrome de Down

La situación descrita amerita un estudio sobre las habilidades sociales y su influencia en el desarrollo integral de los jóvenes y adultos con Síndrome de Down y su inclusión plena a la sociedad. Cada vez es más frecuente la presencia de personas Con Síndrome de Down en todo tipo de actos de carácter social por tal motivo creemos en la progresiva inclusión en diferentes círculos sociales. Con base en lo anterior y a través de los resultados obtenidos en nuestra investigación, por medio de los instrumentos de recolección de datos, proponemos realizar un plan de estimulación de actuación educativa que ayude a fortalecer e incrementar las habilidades sociales en jóvenes y adultos con Síndrome de Down.

### 1.1.2. MARCO TEORICO

La discapacidad está constituida básicamente por una situación de pérdida física, psíquica o sensorial que afecta a personas concretas. Es cualquier restricción o impedimento de la capacidad de realizar una actividad en la forma o en el margen que se considera normal para el ser humano, se caracteriza por el exceso o insuficiencias en el desempeño de una actividad rutinaria normal, los cuales pueden ser temporales o permanentes, reversibles o surgir como consecuencia directa de la deficiencia o como una respuesta del propio individuo, sobre todo la psicológica, a deficiencias físicas, sensoriales o de otro tipo.<sup>1</sup>

El tema de discapacidad es dinámico y no sólo depende de aspectos biológicos, sino también del medio ambiente, así como las habilidades sociales, que se desarrollan dependiendo del contexto en el cual las personas se desarrollan y de esta forma determinar habilidades y capacidades que se van evidenciando con el paso de los años a nivel social. Definiremos la discapacidad desde dos modelos:

1. “El modelo médico enfoca las consecuencias de la enfermedad como un problema “personal”, causado directamente por una enfermedad, un trastorno o cualquier otra alteración de la salud, que requiere asistencia médica y rehabilitadora en forma de un tratamiento individualizado. El manejo de las consecuencias de la enfermedad está dirigido a facilitar la adaptación de la persona a su nueva situación.<sup>2</sup>
- El modelo social, por su parte, enfoca la cuestión desde el punto de vista de la integración social de las personas que sufren las consecuencias de una enfermedad, considerando que esas consecuencias no son un

---

<sup>1</sup> Asociación Post – Polio Litaff AC /La discapacidad solo marca una diferencia / pag. 1

<sup>2</sup>Alicia Amate, Armando Vásquez/ Discapacidad, lo que todos debemos saber/ pag. 102

atributo de la persona, sino un conjunto de alteraciones en la interacción de la persona y su medio, se ven originadas por el entorno social.

Existen tipos de discapacidad, clasificadas según los ámbitos del ser humano que afectan: Discapacidad física: cuenta con las alteraciones más frecuentes discapacidad sensorial: comprende a las personas con deficiencias visuales, auditivas y quienes presentan problemas en comunicación y lenguaje, discapacidad Psíquica: las personas sufren de alteraciones neurológicas y trastornos cerebrales. Discapacidad intelectual: Se caracteriza por la disminución de las funciones mentales superiores así como de las funciones motoras, esta discapacidad abarca toda una serie de enfermedades y trastornos dentro de las cuales se encuentra el retraso mental, la parálisis cerebral y el Síndrome de Down.

Cuando nos referimos a Síndromes en base al Modelo Social nos referimos a la incapacidad para establecer relaciones sociales por la falta de respuesta y motivación hacia las personas, estas dificultades de interacción se manifiestan en diversas alteraciones: falta de respuesta a las emociones de otras personas, falta de modulación de la conducta de acuerdo con el texto social, el pobre uso de las señales sociales, así como la pobre integración de las conductas socioemocionales y carencia de reciprocidad emocional.<sup>3</sup>

Según el Modelo Medico Síndrome es el conjunto de características o síntomas que define una enfermedad y por extensión una psicopatología. La denominación de los diversos Síndromes suelen estar referida a síntomas de enfermedades, por ejemplo: Síndrome de descompresión rápida, término para denominar a la enfermedad aguda conocida en medicina como embolia gaseosa También por el nombre de su descubridor, como por ejemplo:

Síndrome de Tourette: lleva el nombre del médico Georges Gilles de la Tourette, neurólogo pionero francés que en 1885 publicó un resumen de nueve casos de personas con reflejos involuntarios, aunque la causa del Síndrome de

---

<sup>3</sup> <http://definicion.de/sindrome/>

Tourette es desconocida, las investigaciones actuales revelan la existencia de anomalías en ciertas regiones del cerebro, los circuitos que hacen interconexión entre esas regiones y los neurotransmisores (dopamina, serotonina y norepinefrina) que llevan a cabo la comunicación entre las células nerviosas.

Síndrome de Rett: es una enfermedad congénita con compromiso neurológico que afecta la gran mayoría de las veces a sujetos del sexo femenino.

La enfermedad no es evidente al momento del nacimiento, y se manifiesta principalmente durante el segundo año de vida, en todos los casos dentro de los 4 primeros años. Toma su nombre del médico austriaco Andreas Rett, el profesor que primero la describió y la estudio en 1966.

Síndrome de Edwards: su descubridor fue John H. Edwards y sus compañeros (1960) publicaron el caso de un niño de un cromosoma 18 que ilustra la presencia de un autosoma extra el cual produce malformaciones congénitas y una menor esperanza de vida.<sup>4</sup>

Síndrome de Down: debe su nombre a John Langdon Down, el médico británico que describió esta anomalía por primera vez en 1887. Sin embargo no fue hasta 1959 en que se identificó la presencia de un cromosoma adicional como su causa por lo que se conoce también como Trisomía 21. Ya que en el momento de la concepción, un bebé hereda la información genética de sus padres mediante 46 cromosomas: 23 provenientes de la madre y 23 del padre. En la mayoría de los casos del Síndrome de Down el niño(a) recibe un cromosoma 21 adicional sumando un total de 47 cromosomas en lugar de 46. Este material genético adicional ocasiona las características físicas y los retrasos del desarrollo asociados al Síndrome de Down.

Existen tres variaciones genéticas que pueden causar Síndrome de Down. En la mayoría de los casos aproximadamente 92% de las veces el Síndrome de

---

<sup>4</sup> <http://www.psicoadactiva.com/infantil/rett.htm>

Down está causado por la presencia de un cromosoma 21 extra en todas las células del individuo.

Trisomía 21 en esos casos el cromosoma extra se origina en el desarrollo del óvulo o del espermatozoide. Por consiguiente, cuando el óvulo y el espermatozoide se unen para formar el óvulo fecundado, se hallan presentes tres cromosomas 21 en lugar de dos. A medida que el embrión se desarrolla, el cromosoma extra se repite en todas las células.

En aproximadamente 2%-4% de los casos, el Síndrome de Down se debe a trisomía de mosaico del cromosoma 21, en este caso el cromosoma 21 extra se halla presente en algunas células del individuo, pero no en todas. Por ejemplo, el óvulo fecundado puede tener el número correcto de cromosomas, pero debido a un error de la división cromosómica al principio del desarrollo embrionario, algunas células adquieren un cromosoma 21 extra. De modo que un individuo con Síndrome de Down por trisomía de mosaico del cromosoma 21 tendrá habitualmente 46 cromosomas en algunas células, pero tendrá 47 cromosomas (incluido un cromosoma 21 extra) en otras. Se trata de una situación similar a la trisomía simple del cromosoma 21.

En esta situación la gama de problemas físicos puede variar, según la proporción de células portadoras del cromosoma 21 adicional.

Trisomía por traslocación del cromosoma 21. En situaciones así, las células de los individuos con Síndrome de Down tienen dos cromosomas 21 normales, pero también tienen material adicional del cromosoma 21 en el cromosoma traslocado. Por lo tanto, hay aún demasiado material del cromosoma 21, lo que da lugar a las características relacionadas con el Síndrome de Down.

Aunque nadie sabe con certeza la razón por la que el Síndrome de Down ocurre y aunque no hay forma de evitar el error de cromosomas que lo ocasiona, los científicos saben que las mujeres que conciben a partir de los 35 años aumentan significativamente su riesgo de tener un bebé con esta condición. A los 30 años, por ejemplo, una mujer tiene una probabilidad de 1 en 900 casos de

concebir un niño(a) con Síndrome de Down. Esta probabilidad incrementa a 1 en 350 a los 35 años. A los 40 años, el riesgo es de 1 caso entre 100.

Algunas de las personas con Síndrome de Down pueden padecer de trastornos médicos que requieren cuidado adicional. Por ejemplo, cerca de la mitad de las personas con el Síndrome de Down nacen con un defecto congénito del corazón, también tienen un mayor riesgo de desarrollar hipertensión pulmonar, una condición grave que puede ocasionar un daño irreversible en los pulmones.

Aproximadamente la mitad de las personas con el Síndrome de Down también tienen problemas con los oídos y la vista. La pérdida de la audición puede estar relacionada con la acumulación de líquido en el oído interno o con problemas estructurales en el oído. Los problemas de la vista generalmente incluyen ambliopía, conocido como ojo flojo, miopía o hipermetropía y un mayor riesgo de cataratas.

Otras condiciones médicas que pueden ocurrir más frecuentemente en las personas con el Síndrome de Down son: problemas de la tiroides, anomalías de los intestinos, trastornos de convulsiones, problemas respiratorios, obesidad, incremento en la vulnerabilidad frente a las infecciones y riesgo más alto de padecer leucemia infantil.

Las personas con Síndrome de Down suelen compartir características faciales como el rostro plano, los ojos orientados hacia arriba, orejas pequeñas y lengua más grande o sobresaliente, tener un tono muscular deficiente, conocido como hipotonía. Los bebés en particular pueden parecer más débiles en su constitución física. Aunque esta característica tiende a mejorar con el tiempo, la mayoría de los niños(as) que padecen del Síndrome de Down típicamente alcanzan importantes avances en su desarrollo - por ejemplo, sentarse, gatear y caminar un poco más tarde que otros niños(as).<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> López Faudoa Sylvia G.E. /“El niño con Síndrome de Down”/ pág. 18

En el momento del nacimiento, los niños(as) con el Síndrome de Down generalmente tienen un tamaño promedio, pero suelen crecer a un ritmo más lento y permanecen con una estatura menor que la de otros niños(as). En el caso de los infantes, el tener un tono muscular deficiente puede influir en problemas que tengan que ver con la capacidad de chupar o de alimentarse, así como padecer de estreñimiento y otros problemas digestivos. Los niños/as pueden presentar problemas con el habla y con la capacidad de cuidarse a sí mismos a la hora de alimentarse, vestirse o ir al baño. El Síndrome de Down afecta las habilidades intelectuales de leve a moderada. Por lo que se utilizan programas que los ayuden desde los primeros días de vida como lo es la atención temprana que no consiste en un método definido ni en unas actuaciones especiales que se llevan a cabo con el niño. La atención temprana es algo mucho más amplia y más honda, que abarca todo el entorno del niño. El niño no está aislado, forma parte de un sistema complejo que va desde su cuerpo hasta su familia, su ciudad o pueblo y su país; su sociedad, todo lo que le rodea, todo influye en él, de la misma manera que él influye en su entorno.

La atención temprana constituye un amplísimo marco de actuación psicoeducativo, social y sanitaria, donde tiene especial importancia la implicación y el protagonismo de los padres bajo la dirección y guía de un profesional que dé pautas a la familia. El término estimulación que tiene sus orígenes en brindar estímulos al niño pequeño es tan viejo como el surgimiento de la humanidad. Los estímulos en este ámbito pudieran considerarse todos aquellos que tienen un impacto sobre el ser humano que producen en él una reacción, es decir, una influencia sobre alguna función y que pueden ser de diferentes índoles externas, internas, algunas físicas, otras afectivas, Ejemplo: mamar, una caricia, el silencio, una mirada, el dolor, el agua sobre la piel, el sol, la risa y la sonrisa, un juguete, la tristeza, el frío. Todos los objetos y seres vivos constituyen estímulos. El término estimulación también significa oportunidad, si el niño está todo el día sentado tardará mucho más en caminar que si lo dejamos en el piso,

favoreciendo en primer lugar su arrastre, que se convertirá en gateo y luego lo transformará en caminante.<sup>6</sup>

El Síndrome de Down posee una serie de características que hacen que la estimulación de los bebés no requiera de métodos complicados. El secreto de la estimulación del desarrollo de estos niños está en la constancia, en el día a día. Y junto a ello, la aplicación de unas pautas elementales de fisioterapia para evitar malas posturas y ayudar al desarrollo motor, en función de las características del bebé para alcanzar un desarrollo óptimo.

Tenemos cinco caminos sencillos para llegar al crecimiento del cerebro por su uso, y éstos son los cinco sentidos que son los receptores de los diferentes estímulos. Si el niño recibe distintos sonidos, si se le habla constantemente y se lo deja escuchar música, pronto podrá diferenciar y ejercerá sus preferencias, a través del tacto aprenderá lo doloroso, lo frío, lo caliente; entrará a un mundo comprensible para él; lo mismo sucederá con los tres sentidos restantes.

El camino sensorial, le sirve al niño para almacenar y procesar información de esa manera, lograr que toda la información que entra pueda salir en realizaciones propias. Ante la ausencia de información hay ausencia de resultados.<sup>7</sup>

“La etapa de la adolescencia es muy peculiar en la vida de todo ser humano, y no lo es menos por tanto en el caso de la persona con Síndrome de Down. Sus luces y sus sombras se entrecruzan en múltiples quiebres, afloran sus limitaciones y sus logros, sus posibilidades y sus carencias, dentro de un organismo que, por lo demás, sigue un desarrollo biológico prácticamente normal” (Pueschel 1996; Van Dyke et al., 1998).

En su esencia, el adolescente con Síndrome de Down comparte los problemas de cualquier otro adolescente, como son: la percepción de los cambios, una cierta confusión, el deseo de reforzar su propia identidad, la

---

<sup>6</sup> Miguel A. Zabala/ Calidad en la Educación Infantil/ pág. 107

<sup>7</sup> Anita Wololfolk /Psicología Educativa/ pág. 2



necesidad de autoestima, la rebeldía frente a la imposición, el deseo de pertenencia a un grupo, la necesidad de expresar su afecto y de sentirse querido, el afán de independencia y de alcanzar su plena autonomía, el sentimiento de competencia, el sueño de sus proyectos.

Pero todo ello queda matizado por sus características especiales: el desfase entre la edad biológica, la mental y lingüística, la distorsión que puede tener de su percepción personal, los mensajes contradictorios que reciben, para los que tiene dificultades de interpretación, las dificultades objetivas de aprendizaje y las no menos importantes de comunicación.

En función de lo expuesto, la acción educativa ha de ser planteada con enorme delicadeza, honradez, dedicación y decisión. “El papel de la familia es de nuevo fundamental: se trata de una etapa de transición en la que existen cambios bruscos de ambiente y de educadores” (Pueschel, 1997). La familia sigue estando en su sitio: en ella las situaciones continúan siendo naturales e íntimas y en ella se mantiene la aceptación incondicional.<sup>8</sup>

“Por ejemplo, Vygotski señala que el desarrollo intelectual del individuo no puede entenderse como independiente del medio social en el que está inmersa la persona. Para Vygotski, el desarrollo de las funciones psicológicas superiores se da primero en el plano social y después en el nivel individual. La transmisión y adquisición de conocimientos y patrones culturales es posible cuando de la interacción (plano interpsicológico) se llega a la internalización (plano intrapsicológico).”<sup>9</sup>

La comunicación interpersonal es una parte esencial de la actividad humana. El hombre es un animal social y el discurrir de nuestras vidas e incluso la calidad de las mismas están determinados, al menos parcialmente, por el rango de nuestras habilidades sociales. Por supuesto, las personas con Síndrome de Down no son una excepción a esta máxima.

---

<sup>8</sup> Morales Martines Guadalupe / El Síndrome de Down y su mundo emocional/ pág. 45

<sup>9</sup> Miguel A. Zabala/ Calidad en la Educación Infantil/ pág. 107

Aunque en mayor o menor medida todos tenemos una idea bastante exacta de cuándo un individuo se está comportando de forma competente en una situación social dada, el definir lo que constituye una conducta socialmente habilidosa no es tarea fácil, excepto sobre una base intuitiva o de sentido común. Ocurre, como tantas otras veces que, aunque todos sabemos lo que es, los expertos no llegan a un acuerdo sobre su definición.

Según la definición de Vicente E. Caballo, la conducta socialmente habilidosa comprende el “conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal, que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación, mientras reduce la probabilidad de futuros problemas”.<sup>10</sup>

De una forma sencilla, podríamos decir que el término “habilidades” hace referencia a un conjunto de capacidades de actuación aprendidas y el término “sociales”, las enmarca en un contexto interpersonal. De ahí que, si son aprendidas, en el caso de las personas con Síndrome de Down no hemos de dar por supuesto nada en cuanto a su conocimiento. Tanto en el caso de las habilidades sociales como en las de autonomía personal, hemos de partir de la hipótesis de que han de adquirir todo, aunque estrictamente no sea cierto, pues sus limitaciones biológicas les impiden alcanzar, en ocasiones, habilidades que otros niños adquieren espontáneamente. Hemos de enseñarles cada habilidad, dejando que el joven con Síndrome de Down la practique y no darla por aprendida hasta que nos demuestre que es capaz de hacerlo y que lo hace habitualmente en distintos entornos sociales.

Por otro lado, ha de quedar claro que son aprendidas, no innatas. No nacemos sabiendo ponernos un zapato, ni llamar por teléfono o llevar una

---

<sup>10</sup> [www.down21.org/](http://www.down21.org/)

conversación.<sup>11</sup> Todas estas conductas que nosotros realizamos inconscientemente, están compuestas por multitud de pequeños pasos, cada uno de los cuales requiere de unas capacidades específicas. Hemos de enseñar a las personas con Síndrome de Down a hacer todo esto y siendo conscientes de que necesitarán más tiempo que otros para adquirirlo. No obstante, pueden llegar a adquirir un nivel cercano al necesiten más tiempo o un entrenamiento más sistemático.

Las características de las habilidades sociales y la relación con el Síndrome de Down aun no se han llegado a un acuerdo explícito entre los especialistas sobre lo que constituye una conducta socialmente habilidosa, ello es debido a determinadas características de las habilidades sociales. La conducta social adecuada es parcialmente dependiente del contexto cambiante, es decir, está en función de las circunstancias, del momento y el lugar en que una persona se interrelaciona con otras. Las personas con Síndrome de Down tienen serias dificultades para realizar una correcta discriminación entre distintas situaciones.

Les cuesta diferenciar las circunstancias cambiantes en que es correcto o incorrecto realizar una determinada conducta. La mayor parte de la gente, por ejemplo, sabe que un comportamiento que es consentido en el contexto familiar, por ejemplo en la mesa, estaría mal visto en otro ambiente social, como un restaurante, y en base a ese conocimiento, se actúa de distinta forma según el contexto. El joven con Síndrome de Down, sin embargo, por su dificultad de discriminación, puede sentirse sorprendido de que le prohibamos en el restaurante lo que en casa le permitimos hacer. Por eso, en el entrenamiento en habilidades sociales de las personas con Síndrome de Down, se han de establecer unas normas básicas generales, válidas para la mayor parte de los contextos y circunstancias, empezando por la familia. De esta forma evitaremos confusiones y malos entendidos. La habilidad social debe considerarse dentro de

---

11 Emilio Ruiz Rodríguez, Importancia de las Habilidades Sociales e Intervención Sobre la Conducta de las personas con Síndrome de Down pag.2.

un marco cultural determinado, y los patrones de comunicación varían ampliamente entre culturas y dentro de una misma cultura, dependiendo de factores tales como la edad, el sexo, la clase social o la educación.

La habilidad social es el resultado de la normativa social imperante en un determinado momento en una determinada cultura; todos los integrantes de esa cultura, incluidas las personas con discapacidad, han de conocer y comportarse de acuerdo con esa normativa. No es infrecuente encontrarse, por ejemplo, con adolescentes con Síndrome de Down que saludan, besan y abrazan en situaciones sociales de forma inadecuada, demasiado efusivamente para lo considerado aceptable en nuestro entorno cultural. El conocimiento y uso de las normas sociales básicas es el requisito mínimo exigible para la plena integración social, mientras que las conductas inadecuadas conducen, con frecuencia, al rechazo y al aislamiento social. Las habilidades sociales varían a lo largo del tiempo. Las costumbres sociales, las modas, estilos de vestir y el lenguaje, por ejemplo, cambian durante la vida de una persona. Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down también han de adaptarse a estas variaciones temporales.

Aún encontramos con cierta frecuencia a personas con Síndrome de Down vestidas con ropas inapropiadas, fuera de moda, propias de niños de menor edad o con peinados anticuados. La apariencia física es una habilidad social básica a la que se ha de prestar especial atención.

También en el ámbito del lenguaje, hay familias que hablan a sus jóvenes y adultos con Síndrome de Down como si de niños se tratara, con diminutivos y palabras infantiles que, aunque tratan de ser cariñosas, no se adaptan a la verdadera edad de la persona. Las conversaciones y el trato adecuados a su edad les permitirán, independientemente de sus limitaciones, sentirse aceptados y aceptarse tal y como son. El grado de efectividad de una persona dependerá de lo que desea lograr en la situación particular en que se encuentre. La conducta considerada apropiada en una situación puede ser, obviamente, inapropiada en otra, en función de lo que se pretenda conseguir. Si el joven o

adulto con Síndrome de Down en casa consigue lo que quiere con un berrinche o un pequeño llanto, intentará utilizar esa misma estrategia en otros ambientes (en casa de unos amigos o en el supermercado, por ejemplo) y sin embargo, esa conducta no es socialmente aceptable. Es fundamental el establecimiento de unas normas básicas útiles para el mayor número de situaciones posibles, consensuadas con toda la familia y que el joven ha de conocer y respetar.<sup>12</sup>

Claramente no puede haber un criterio absoluto de habilidad social. No obstante, todos sabemos cuándo una persona se comporta de forma adecuada, podemos definir una respuesta competente como aquella que en la mayor parte de la gente está de acuerdo en que es apropiada para un individuo en una situación particular. Esta definición “de sentido común” nos puede servir para enfocar el proceso educativo de las habilidades sociales.

La adquisición de habilidades sociales es sin duda para los jóvenes y adultos con Síndrome de Down un periodo crítico en el aprendizaje de las mismas. Éste depende, por un lado, de la maduración y por otro, de las experiencias de aprendizaje.

Las personas con Síndrome de Down adquieren las habilidades sociales del mismo modo que los demás, aunque se han de considerar algunas de sus características a la hora de planificar el proceso de enseñanza. Los procesos de aprendizaje por los que habitualmente se adquieren las habilidades sociales son:

Enseñanza directa: Las habilidades sociales se transmiten por medio de instrucciones, dando la información de lo que es una conducta adecuada en una determinada situación. “No hables con la boca llena” o “lávate las manos antes de comer” son típicos ejemplos. En el caso de las personas con Síndrome de Down se han de tener en cuenta sus dificultades para percibir por el canal auditivo y para asimilar varias órdenes dadas de forma secuencial, entre otras razones por sus limitaciones en la comprensión lingüística y en la memoria. Si les damos una instrucción hemos de comprobar previamente si nos prestan

---

<sup>12</sup> Raquel Ruiz Incera/Tu y Yo Aprendemos a Relacionarnos. Pág. 23

atención, si nos escuchan al darles la información, si comprenden lo que les decimos y si cuentan con la capacidad necesaria para realizar la conducta. Teniendo en cuenta todos estos factores, se aprecia que no es éste el mejor modo de enseñarles habilidades sociales y de auto cuidado personal.

Modelado o aprendizaje por medio de modelos.: Los niños observan a sus padres, a otros adultos o a otros niños interactuando e imitan lo que ellos hacen. Es el llamado aprendizaje por observación o vicario. En las personas con Síndrome de Down es una de las formas básicas de adquisición de las habilidades sociales. Generalmente harán más caso a lo que ven que a lo que oyen, por lo que se ha de tener especial cuidado con los modelos que les estamos dando. Educamos con lo que decimos, con lo que hacemos y fundamentalmente con lo que somos. Entre los adultos está muy arraigada la costumbre de indicar a los demás lo que tienen que hacer pero sin compromiso de cumplirlo uno mismo. Tirar papeles al suelo, cruzar sin mirar la calle o interrumpir cuando está hablando otro, son conductas que se imitan con facilidad.

Por otro lado, durante la adolescencia, por encima de la importancia que pueden tener los padres como modelos, se encuentran los iguales, es decir, los muchachos y muchachas de su misma edad, los hermanos entre ellos. Su poder como modelos y fuentes de reforzamiento es muy fuerte y ha de ser objeto de especial atención.<sup>13</sup>

Práctica de conducta: La mejor forma de aprender es practicando. Aunque les expliquemos lo que han de hacer y nos vean a nosotros haciéndolo, hasta que no ensayen ellos mismos no sabrán si son capaces de actuar adecuadamente. La consolidación y generalización de las conductas se logra practicando en diversos contextos, en diferentes momentos y ante distintas personas. Es conveniente, por ejemplo, que lo que aprenden en casa, lo practiquen con otros familiares o en distintas situaciones sociales. Por otro lado,

---

<sup>13</sup> Morales Martines Guadalupe / El Síndrome de Down y su mundo Emocional/ pág. 45

las habilidades que se aprenden en una situación artificial pero no se aplican en la vida cotidiana no tienen sentido, además de que se pierden con suma facilidad. La práctica en el manejo del dinero y las compras, la utilización de los transportes públicos o el uso del teléfono cobran todo su valor cuando se llevan al día a día de sus vidas.

Reforzamiento de las conductas adecuadas y “castigo” o retirada de atención de las inadecuadas: Se le felicita o premia cuando se comporta de forma adecuada a la situación y se le riñe cuando su comportamiento no es correcto. En este aspecto se ha de tener especial cuidado con el reforzamiento de conductas inadecuadas. La atención del adulto es un potente reforzador, y en ocasiones pueden llegar a portarse “mal” únicamente para que se les haga caso. Se tiende, en general, a prestar más atención cuando gritan, tiran cosas o molestan que cuando se comportan de forma correcta (“déjale ahora que no molesta, no se vaya a revolver”). Se ha de ser generosos en los elogios y procurar estar más pendientes de sus conductas adecuadas que de las equivocadas.

Retroalimentación de la actuación (feedback): Cuando se está practicando una determinada conducta se informa de las partes correctas e incorrectas de la misma. Se ha de insistir siempre en lo correcto, aunque no se han de eludir los aspectos mejorables (“lo has hecho bien, sólo te ha faltado...”).

Moldeamiento o aprendizaje por aproximaciones sucesivas: Es el utilizado en la enseñanza de habilidades de autonomía personal. Se ha de descomponer la conducta en pequeños pasos e ir practicando y reforzando cada uno de ellos, prestando la ayuda que vaya precisando durante el proceso de aprendizaje.<sup>14</sup>

Las habilidades sociales como ya lo comentamos se aprenden en la familia, pero las personas con Síndrome de Down no cuentan con el discernimiento de las habilidades sociales y muchas de las familias dan por hecho que ya las aprendieron o adquirieron sin mayor explicación, por eso

---

<sup>14</sup> Anita Woolfolk /Psicología Educativa /pag.478

observando las deficiencias en atención de el desarrollo físico, académico, emocional y social en personas con Síndrome de Down se han creado centros de atención que ayuden al desarrollo de las mismas.

En Guatemala existen instituciones que atienden a diversidad de discapacidades y se cuenta con un solo centro especializado en atención para personas con síndrome de Down.

**Fundación Margarita Tejada:** es una fundación con compromiso social, de desarrollo humano para personas con Síndrome de Down y conscientes que las capacidades y talentos de estas personas son importantes para una participación activa en la sociedad. Por lo cual, los programas que ofrecen son para las personas con este Síndrome desde los quince días de nacidos hasta la edad adulta de acuerdo a sus necesidades. En este ámbito y para responder de manera sustantiva a las necesidades y características de la población guatemalteca con este Síndrome la Fundación Margarita Tejada para Niños con Síndrome de Down se une al esfuerzo colectivo y aporta su experiencia adquirida en el campo de la salud y la educación especial con la implementación del proyecto Rutas de Oportunidad y Progreso, a través de programas de salud, educativos y soporte social continuo, así como programas de sensibilización, asegurando el acceso a una verdadera inclusión escolar, social y laboral.

**MISIÓN:** Mejorar la calidad de vida integral de las personas con Síndrome de Down y de sus familias, promoviendo salud, educación y sensibilización de la sociedad.

**VISIÓN:** Trascender como la fundación más visionaria y de mayor impacto en la integración de la población con Síndrome de Down en la sociedad, reconocida por su transparencia, cobertura y profesionalismo.



**VALORES:** Amor, integridad, respeto, perseverancia y tolerancia.

Fue constituida por un grupo de diez madres con hijos e hijas con síndrome de Down, quienes quisieron darles la oportunidad a otros niños de un desarrollo individual de calidad, programas de salud y educativos, con terapias especializadas y educación especial que responde a sus necesidades, e individualmente les sería imposible por el alto costo que estas implica y ofrecerles una mejor calidad de vida.

Se inició atendiendo a través de escuela para padres, talleres y actividades a padres de familia que buscaban información y apoyo para brindar una mejor atención a sus hijos en una pequeña oficina.

El día 28 de octubre de 1998, el Licenciado Oscar Berger Perdomo, en su calidad de Alcalde Municipal del Municipio de Guatemala, constituyó usufructo por 50 años a favor de la Fundación Margarita Tejada para Síndrome de Down de 4 manzanas, para el desarrollo del proyecto. En ese momento, la prioridad fue visualizar a los jóvenes que estaban en sus casas sin ninguna posibilidad de desarrollo y actividades que respondieran a su edad, por lo cual se inició con el Centro de Capacitación Laboral. Después de muchos esfuerzos, el 22 de marzo de 1999 se colocó la primera piedra del proyecto Margarita Tejada para Síndrome de Down. Tres años más tarde, el 7 de marzo del 2002 fueron inauguradas las instalaciones de este centro de capacitación. El propósito principal de este Centro fue y continua siendo capacitar a los alumnos, mediante el desarrollo de sus destrezas básicas y enseñarles trabajos técnicos, los cuales les servirán para incluirse a la sociedad en el proceso laboral, así como lograr su autodesarrollo de una manera individual e independiente.

Con el apoyo del joven norteamericano Jonathan Rowe, quien tiene un hermano con Síndrome de Down y después de visitar la Fundación e identificarse con el trabajo y filosofía, ofreció realizar un recorrido caminando por varias ciudades de Estados Unidos con el propósito de solicitar a los pobladores donaciones monetarias desde \$0.01, por kilómetro recorrido. Por medio de esta

iniciativa logró reunir la cantidad necesaria para inaugurar el primer Módulo de Intervención Temprana, en junio del año 2005.

**Programa de Intervención Temprana:** se propone brindar todas las herramientas a los padres de los alumnos con Síndrome de Down desde temprana edad para que aprendan a potenciar el desarrollo y bienestar de su hijo, posibilitando su autonomía personal y su integración en el medio familiar, escolar y social.

**Programa de Capacitación Preescolar:** propone brindar una adecuada preparación académica, social y emocional a los alumnos con Síndrome de Down, en la etapa preescolar para facilitar la transición exitosa al siguiente ambiente educativo.

**Programa de Nivel Intermedio:** desarrolla aspectos relacionados con las necesidades educativas especiales de los alumnos y alumnas con Síndrome de Down, logrando la dotación de medios especiales al currículo y una particular atención a la estructura social y el clima emocional en los que tiene lugar la educación para lograr la adaptación a la sociedad permitiendo su inserción escolar y laboral.

**“Las Margaritas”, Nivel Primario:** El Centro Educativo responde a las necesidades y características individuales requeridas por los estudiantes convencionales y los estudiantes con Síndrome de Down, mediante un programa educativo e innovador que permite la inclusión escolar dentro de un ambiente multigrado, con el fin de extender el acceso al nivel primario a los estudiantes con esa condición y seguir fortaleciendo y desarrollando las destrezas adquiridas en el nivel pre-primario (Ciclo de educación fundamental de 1º. A 3º. Primaria y Ciclo de Educación complementaria de 4º. A 6º. Primaria). Desarrollando un referente nacional y regional en el manejo de la educación inclusiva y que en un futuro lidere el campo de la educación especial.

**Capacitación Laboral:** El programa de Capacitación Laboral pretende capacitar a las personas con Síndrome de Down mayores de 14 años, desarrollando sus destrezas básicas al máximo y enseñándoles oficios, para lograr posteriormente una integración a su sociedad tanto en el ámbito laboral como social de la misma.

**Programa de Inclusión Laboral:** se pretende que las personas con Síndrome de Down puedan salir a empresas o que hagan trabajos dentro de su comunidad y otros permanecerán en talleres protegidos, esto con el fin de buscar la independencia. Se buscará que obtengan un sueldo justo según las horas y el trabajo realizado.

**Programa de Psicología:** Este programa propone informar, investigar, formar, orientar y asesorar a padres de familia, profesionales, alumnos y todo el entorno familiar de las personas con Síndrome de Down, a través de un trabajo en equipo para lograr avanzar hacia la máxima realización personal, escolar, social y laboral.

**Programa de Trabajo Social:** Trata de Velar por la cobertura social de las personas con Síndrome de Down y sus familias a través de diversos programas como lo son:

- **PROGRAMA DE SALUD:** Ofrece apoyo y orientación a las personas con Síndrome de Down en aspectos de salud específicos relacionados con las necesidades que manifiestan y niños y niñas convencionales que asisten al Centro Educativo Experimental Las Margaritas. La dinámica del programa ha permitido establecer acuerdos y/o alianzas estratégicas con personas e instituciones especializadas en el campo de la salud.
- **PROGRAMA DE VOLUNTARIADO:** Organiza el servicio voluntario (ad honorem) que brindan personas internas o externas a la Fundación, en función de las necesidades requeridas para el funcionamiento de los distintos programas que se ofrecen.

## **Programa de Descentralización**

### **Intervención a Distancia**

El programa de Intervención a Distancia está dirigido a personas de todas las edades del interior del país, a los alumnos de la capital que por razones de trabajo, logística, distancia o características individuales, no pueden integrarse a los programas regulares establecidos en la Fundación; o bien a los alumnos inscritos en algún programa regular que necesiten atención individual o grupal para reforzar alguna conducta adaptativa específica.

**Programa Centros Adscritos** Trata de ampliar la cobertura y mejorar la calidad de atención a través de la expansión de los servicios con la implementación de Centros Adscritos en el interior de la república, que garanticen a las personas con Síndrome de Down y otras discapacidades intelectuales tener oportunidades para mejorar su nivel de vida y propiciar su inclusión en la vida familiar, educativa y laboral

**Programa de Sensibilización y Capacitaciones:** Trata de Sensibilizar y capacitar en los diversos aspectos relacionados con el Síndrome de Down a la comunidad en general, para fomentar la aceptación de estas personas dentro de la Sociedad. Se desarrolla en diferentes espacios de la sociedad básicamente a través de talleres y sesiones de capacitación.

### **Programas Complementarios**

**DISSIMILES:** Proyecto educativo musical innovador, que permite desarrollar destrezas y habilidades artísticas en personas con Síndrome de Down.

**BEST BUDDIES:** Un proyecto social de amistad entre jóvenes con y sin discapacidad.

**PRACTICA PROFESIONAL:** Ofrece asesorar en aspectos técnicos a estudiantes de las carreras universitarias relacionadas con Humanidades que se

encuentran en su período de práctica profesional, dar el acompañamiento a los estudiantes universitarios que lo soliciten.

**APOYO INTERINSTITUCIONAL:** Apoyar técnicamente diferentes programas y proyectos que beneficien a la población con discapacidad intelectual y, por ende, con Síndrome de Down, participando en distintas actividades en beneficio de la atención de las personas con Síndrome de Down proyectándonos técnica y socialmente. Básicamente con CONADI, DIGEF y PRECONGRESOS en diferentes áreas del país.

Dentro de nuestra investigación nos enfocamos en Las Habilidades Sociales que son una pieza fundamental en el desarrollo integral del individuo, ya no quedan única y exclusivamente circunscritas en el ámbito familiar, sino que han de desarrollar sus raíces en un trabajo interdisciplinario y coordinado, desde los diversos ámbitos en los que se desarrolla el joven y adulto con Síndrome de Down. Por lo cual la Fundación Margarita Tejada siendo la única identidad en Guatemala que labora con esta población tendría que incluir en sus programas académicos la estimulación y desarrollo del aprendizaje de las habilidades sociales, desde la edad temprana para que se le facilite la adecuada interacción social.

Fruto de esta necesidad surge la idea de crear un plan, para que sirva de ayuda a la familia y otros profesionales y de esta forma lograr transmitir eficazmente las habilidades sociales a jóvenes y adultos con Síndrome de Down.<sup>15</sup>

---

<sup>15</sup> <http://fundacionmargaritatejada.org/web/>

### **1.1.3. HIPÓTESIS**

Influye la estimulación de habilidades sociales en jóvenes y adultos con Síndrome de Down de la Fundación Margarita Tejada por medio de un plan de estimulación de habilidades sociales.

## **CONCEPTUALIZACIÓN DE LAS VARIABLES**

### **HABILIDADES SOCIALES**

Conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación, mientras minimiza la posibilidad de futuros problemas.

### **SÍNDROME DE DOWN**

El síndrome de Down es un trastorno cromosómico que incluye una combinación de defectos congénitos, entre ellos, cierto grado de discapacidad intelectual, facciones características, defectos cardíacos y otros problemas de salud. La gravedad de estos problemas varía enormemente entre las distintas personas afectadas. El síndrome de Down es causado por la presencia de material genético extra del cromosoma 21.

### **PLAN**

Es una intención o un proyecto. Se trata de un modelo sistemático que se elabora antes de realizar una acción, con el objetivo de dirigirla y encauzarla. En este sentido, un plan también es un escrito que precisa los detalles necesarios para realizar una obra.

## **ESTIMULACIÓN**

Es el conjunto de medios, técnicas, y actividades con base científica y aplicada en forma sistémica y secuencial, con el objetivo de desarrollar al máximo las capacidades cognitivas, físicas y psíquicas. Permite también, evitar estados no deseados en el desarrollo.

### **1.1.4 DELIMITACIÓN**

La investigación se realizó en La Fundación Margarita Tejada para niños y niñas con Síndrome de Down, ubicada en la colonia Santa Rosita zona 16 de la ciudad capital. Dicha institución brinda la atención a personas con Síndrome de Down desde los 15 días de nacido hasta la edad adulta. Para lo cual se utilizó la técnica de muestreo aleatorio, tomando una muestra de 15 jóvenes y adultos con Síndrome de Down entre las edades de 15 a 30 años.

El proceso de la investigación se realizó a través de la observación y evaluación directa dentro de las aulas por medio de varias técnicas en las cuales encontramos: guía de observación, entrevista estructurada a docentes y padres de familia.





## **CAPÍTULO II**

### **TÉCNICAS E INSTRUMENTOS**

#### **2.1. TÉCNICAS**

Paso 1: Se seleccionó al azar 15 jóvenes y adultos con Síndrome de Down, 8 mujeres y 7 hombres, comprendidos entre las edades de 15 a 30 años, que residen en su mayoría dentro del perímetro capitalino, pertenecientes a un nivel socio económico de clase media baja, en su mayoría la madre es la responsable de la educación del joven o adulto, contando con poco apoyo por parte del padre.

Paso 2: Se observó y evaluó las habilidades sociales de jóvenes y adultos con Síndrome de Down tanto dentro como fuera del salón de clases. Se utilizó una guía de observación estructurada la cual consta con 28 ítems en donde se evaluó las habilidades sociales de jóvenes y adultos con Síndrome de Down, La investigación se realizó durante un mes. En éste período se realizó una observación directa en diferentes ambientes: como en el salón de clase, periodos de trabajo y en los tiempos de recreación.

Paso 3: Se aplicó a los y las Educadores Especiales una entrevista estructurada, la cual cuenta con 5 áreas sociales a evaluar y cada área cuenta con un aproximado de 2 a 4 ítems a responder con un total de 14 ítems, por medio de la cual se amplió información sobre el desarrollo de las Habilidades Sociales de los jóvenes y adultos con Síndrome de Down seleccionados. (Ver anexo 2).

Paso 4: Con los padres de familia se realizó una entrevista estructurada la cual nos permitió recabar información sobre las habilidades sociales de los

jóvenes y adultos con Síndrome de Down, así como el ambiente familiar y social donde se desenvuelven, la cual consta de 30 ítems. Las entrevistas se realizaron citando a los padres para conocer las actividades de estimulación que realizan ellos con sus hijos. (Ver anexo 3).

Paso 5: Con base a los resultados obtenidos en la aplicación de las entrevistas a Educadores y Padres de familia, así como de la guía de observación, se realizó un plan de estimulación de habilidades sociales enfocado en las áreas de: distancia corporal, contacto ocular, contacto físico, apariencia personal, postura y expresión facial así como de las áreas de: habilidad de interacción social, habilidades para hacer amigos y amigas, habilidades conversacionales, habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones así como también las habilidades de solución de problemas interpersonales al momento de interactuar con otros. Al finalizar se les proporciono al Programa de Capacitación Laboral una copia de dicho plan.

## **TÉCNICAS DE ANÁLISIS ESTADÍSTICOS, DESCRIPCIÓN E INTERPRETACIÓN DE DATOS**

### **Análisis cuantitativo**

Esta investigación se realizó de tipo descriptiva en donde se sintetizan los datos obtenidos de la entrevista estructurada a docentes y padres de familia en gráficas de histogramas y cuadros para facilitar la comprensión de los datos. Y se utilizó la técnica estadística de porcentajes en las entrevistas.

## **2.2 INSTRUMENTOS**

Se aplicaron dos Entrevistas Estructuradas: el cuestionario de los “Componentes no Verbales de las Habilidades Sociales” donde se recabó información sobre distancia corporal, contacto ocular, contacto físico, apariencia personal, postura y expresión facial y “Cuestionario de Habilidades de Interacción Social CHIS” donde se evaluó las siguientes áreas: habilidad de interacción social, habilidades para hacer amigos y amigas, habilidades conversacionales, habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones así como también las habilidades de solución de problemas interpersonales al momento de interactuar con otros.



## **CAPÍTULO III**

### **PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

#### **3.1 CARACTERÍSTICAS DEL LUGAR Y DE LA POBLACIÓN**

##### **3.1.1 Características del lugar**

Esta investigación se realizó en la Fundación Margarita Tejada para niños y niñas con Síndrome de Down, ubicada en la Colonia Santa Rosita de la zona 16 de la ciudad capital. Dicha institución brinda servicios educativos a las personas con Síndrome de Down desde los 15 días de nacido hasta los 52 años.

Brindando los servicios de Intervención Temprana, Capacitación Pre escolar, Programa de Nivel Intermedio, “Las Margaritas” Nivel Primario, Programa de Capacitación Laboral, Programa de Inclusión Laboral, Programa de Inclusión Escolar, Trabajo Social, Programa de Descentralización intervención a distancia, Programas de Centros Adscritos, Programa de Sensibilización y Capacitaciones, Programas Complementarios y Programa de Psicología.

##### **3.1.2 Características de la Población**

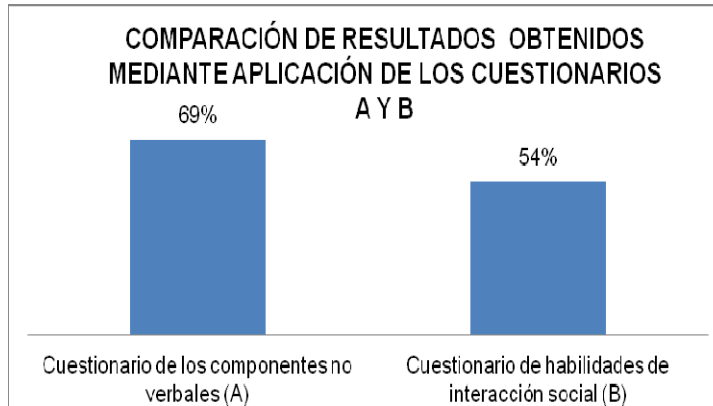
La investigación se enfocó en 15 jóvenes y adultos con Síndrome de Down que asisten al Programa de Capacitación Laboral, siendo la mayoría de la población en investigación residentes en la ciudad capital, de clase media y baja.

### 3.2 INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

El presente capítulo contiene los resultados obtenidos de nuestra investigación por medio de la aplicación de los instrumentos de recolección de datos: cuestionario de los “Componentes no Verbales de las Habilidades Sociales” (A) “Cuestionario de Habilidades de Interacción Social CHIS” (B) y “Entrevista a padres de familia” a 15 jóvenes y adultos con Síndrome de Down, comprendidos entre las edades de 15 a 30 años, que asisten a la Fundación Margarita Tejada para niños y niñas con Síndrome de Down, ubicada en la zona 16 de la ciudad capital.

#### A. RESULTADOS GENERALES

**GRÁFICA No. 1**



Fuente: Cuestionario de los componentes no verbales de las habilidades sociales (A) según los Educadores Especiales. Cuestionario de habilidades de interacción social CHIS (B) Según los Investigadores.

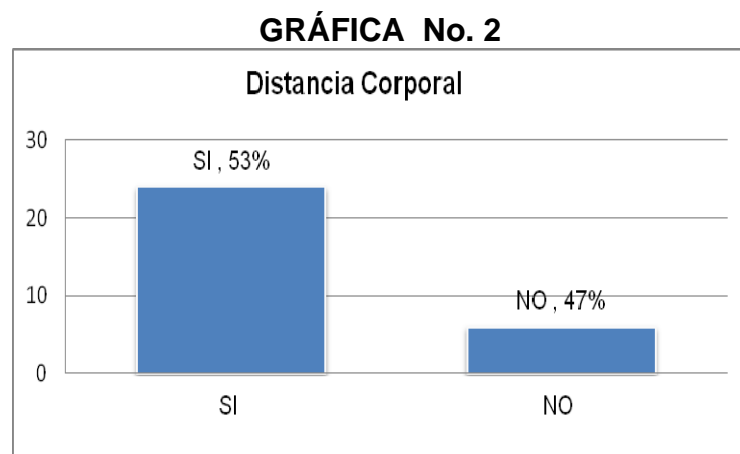
Los resultados obtenidos mediante la aplicación de los cuestionarios A y B evidencian que los jóvenes y adultos con Síndrome de Down participantes en la investigación, poseen algunas habilidades de interacción social (69%), tales como: distancia corporal, contacto ocular, contacto físico, apariencia personal, postura y expresión facial. Con un porcentaje menor (54%) poseen las habilidades contenidas dentro del Cuestionario de Habilidades de Interacción

Social (B) que evalúa las siguientes categorías: habilidad de interacción social, habilidades para hacer amigos y amigas, habilidades conversacionales, habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones así como también las habilidades de solución de problemas interpersonales al momento de interactuar con otros. Ver resultados detallados en anexo 1.

## B. RESULTADOS ESPECÍFICOS

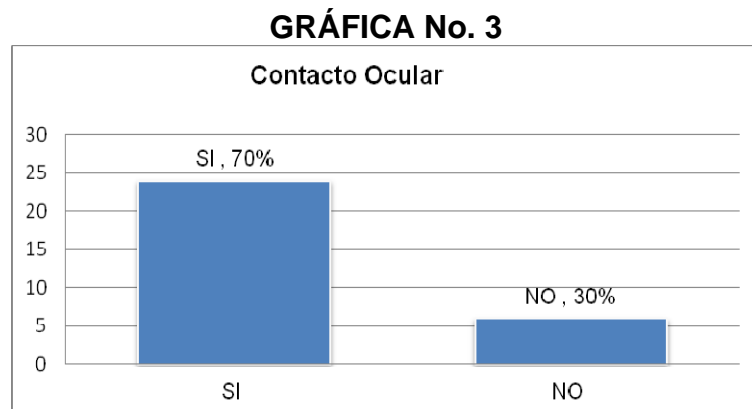
Las siguientes gráficas y el cuadro No. 1 muestran los resultados específicos obtenidos por jóvenes y adultos con Síndrome de Down participantes en la investigación, en el “Cuestionario de los Componentes no Verbales de las Habilidades Sociales”, que evalúa las siguientes categorías: distancia corporal, contacto ocular, contacto físico, apariencia personal, postura y expresión facial.

### B.1. CUESTIONARIO DE LOS COMPONENTES NO VERBALES DE LAS HABILIDADES SOCIALES.



Fuente: Cuestionario de los componentes no verbales de las habilidades sociales según Educadores Especiales.

Los resultados obtenidos indican que la mayoría de los jóvenes y adultos con Síndrome de Down participantes en la investigación que representan el 53%, respetan la distancia interpersonal con los compañeros, maestros y observadores, está distancia se estima más o menos de un metro, mientras que el 47% se le dificulta realizar esta habilidad. La separación corporal adecuada al momento de interactuar con otra persona posibilita una comunicación más cómoda y efectiva.

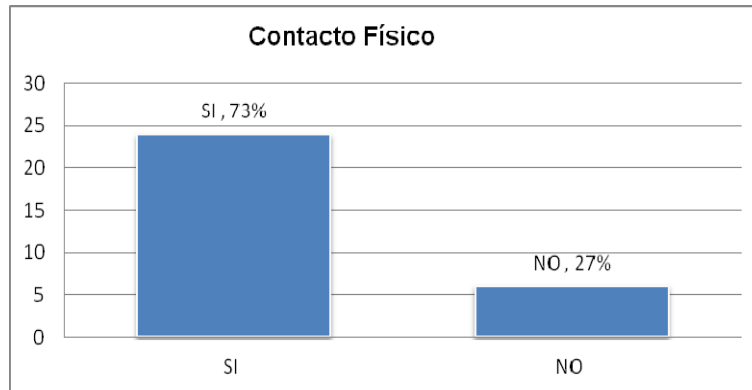


Fuente: Cuestionario de los componentes no verbales de las habilidades social según Educadores Especiales.

La mayoría de jóvenes y adultos con Síndrome de Down participantes en la investigación, que representan 70% establecen contacto ocular mientras interactúan con otra persona (maestros, compañeros y observadoras), mientras que el 30% se le dificulta establecer contacto ocular. Es prioritario el contacto ocular en el establecimiento de una comunicación y relación eficaz.



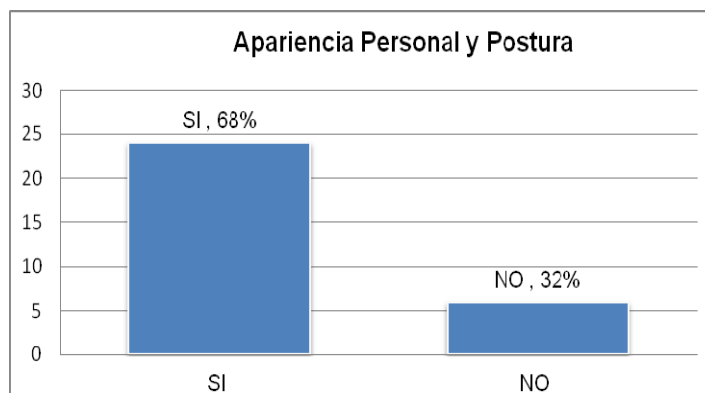
**GRÁFICA No. 4**



Fuente: Cuestionario de los componentes no verbales de las habilidades sociales según Educadores Especiales.

Los resultados indican que la mayoría (73%) de jóvenes y adultos con Síndrome de Down participantes en la investigación, permiten el contacto físico cuando interactúan con maestros, compañeros y observadores. El 27% se le dificulta el contacto físico con otras personas. Por ejemplo al momento de saludar, despedirse, trabajar en clase, etc.

**GRÁFICA No. 5**

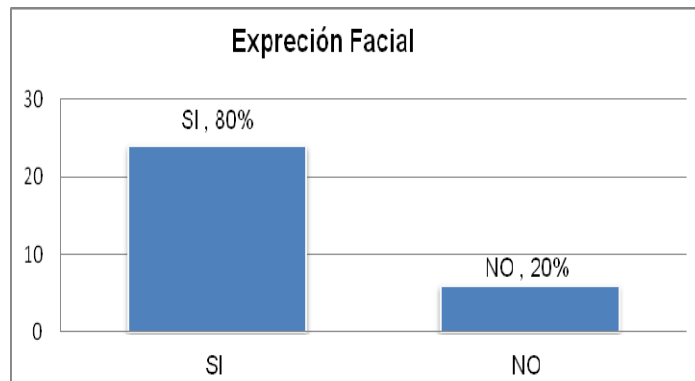


Fuente: Cuestionario de los componentes no verbales de las habilidades sociales según Educadores Especiales.

Los resultados indican que el (68%) de los jóvenes y adultos con Síndrome de Down participantes en la investigación, cuidan su apariencia personal y postura; mientras que el 32% se les dificulta. Esta categoría toma en cuenta el cuidado de su imagen externa (corporal y vestido), presentando una apariencia externa

acorde con la situación en la que está, implica a su vez girar su cuerpo en actitud de escucha cuando alguien se dirige a él, girar su cuerpo cuando se dirige a otra persona y facilitar la incorporación de otros compañeros al grupo.

**GRÁFICA No. 6**



Fuente: Cuestionario de los componentes no verbales de las habilidades sociales según Educadores Especiales.

Los resultados indican que la mayoría (80%) de los jóvenes y adultos con Síndrome de Down participantes en la investigación expresan correctamente con sus gestos los sentimientos que quieren expresar. Mientras que al 20% presenta dificultad. La cara es el principal sistema de señales para mostrar sus emociones, por ejemplo: enojo, alegría, miedo, tristeza, ira etc.

**Cuadro No. 1**

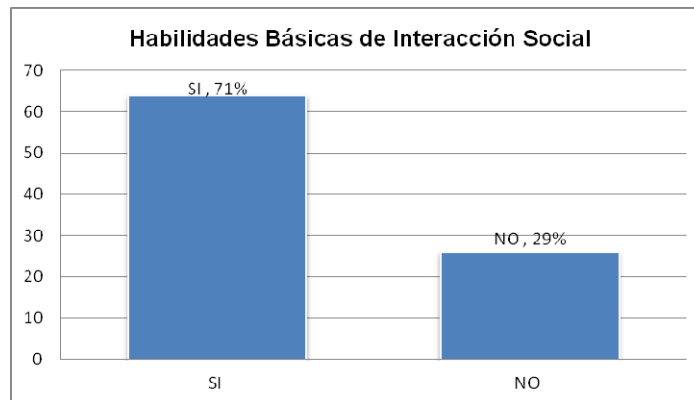
COMPONENTES NO VERBALES DE LAS HABILIDADES SOCIALES	RESULTADOS FINALES DE LOS EDUCADORES %
1- Distancia Corporal	53%
2- Contacto Ocular	70%
3- Contacto Físico	73%
4- Apariencia Personal y Postura	68%
5- Expresión Facial	80%

Fuente: Cuestionario de los componentes no verbales de las habilidades sociales según los Educadores Especiales.

El presente cuadro contiene los resultados generales obtenidos en el cuestionario de los “Componentes no Verbales de las Habilidades Sociales”, aplicado por las investigadoras a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down participantes en la investigación. Los resultados nos indican que los jóvenes y adultos con Síndrome de Down a veces: respetan la distancia corporal, casi siempre: establecen contacto ocular, establecen contacto físico, cuidan su apariencia personal, postura y expresión facial. (Ver cuadro No. 1 de análisis global).

## CUESTIONARIO DE HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

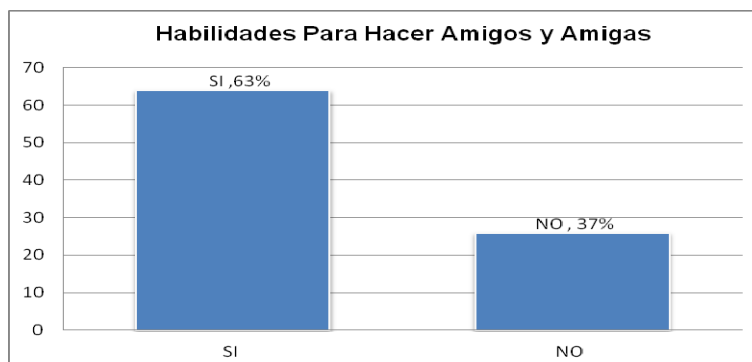
**GRÁFICA 7**



Fuente: Cuestionario de habilidades de interacción social CHIS según los Investigadores.

Según los resultados obtenidos, la mayoría (71%) de jóvenes y adultos con Síndrome de Down participantes en la investigación, poseen las habilidades básicas de interacción social, mientras que el 29% se les dificulta. Esta área incluye las siguientes características: sonreír, reír, saludar, presentaciones a otras personas, realizar favores, normas de cortesía y amabilidad.

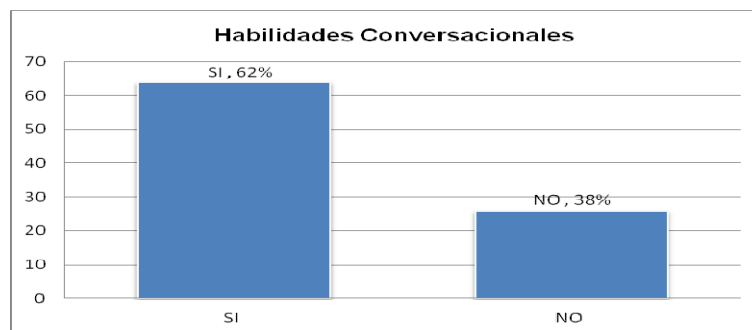
### GRÁFICA 8



Fuente: Cuestionario de habilidades de interacción social CHIS según los investigadores.

Los resultados indican que el 63% de los jóvenes y adultos con Síndrome de Down participantes en la investigación, poseen la habilidad de reforzar a otros, interactuar socialmente, unirse al juego con otros, ayudar, cooperar y compartir, mientras que el 37% carece de esta habilidad.

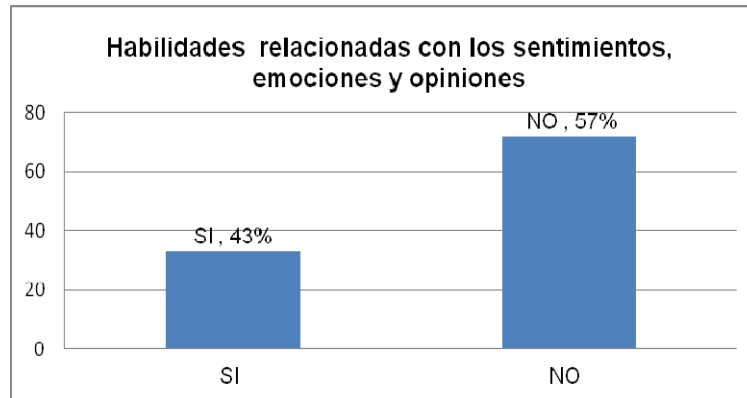
### GRÁFICA 9



Fuente: Cuestionario de habilidades de interacción social CHIS según los Investigadores.

Los resultados indican que la mayoría (62%) de los jóvenes y adultos con Síndrome de Down participantes en la investigación, poseen la habilidad de iniciar una conversación, mantenerla y terminarla, unirse a la conversación de otras personas y realizar conversaciones de grupo. Mientras que un 38% se les dificulta realizarla.

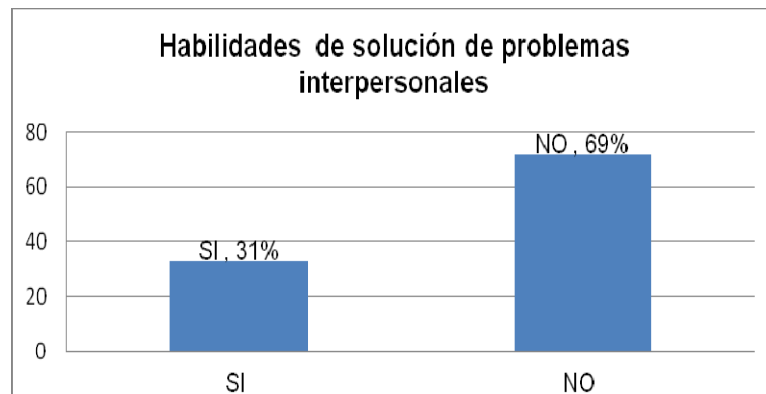
**GRÁFICA 10**



Fuente: Cuestionario de habilidades de interacción social CHIS según los Investigadores.

En las habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones el resultado indica que el 57% de los jóvenes y adultos con Síndrome de Down participantes en la investigación no poseen la habilidad de: expresar y recibir emociones, autoafirmaciones positivas y defender los propios derechos y opiniones. Mientras que le 43% posee la habilidad.

**GRÁFICA 11**



Fuente: Cuestionario de habilidades de interacción social CHIS según Investigadores.

Según los resultados, la mayoría (69%) de los jóvenes y adultos con Síndrome de Down participantes en la investigación no poseen habilidad de solución de problemas, que incluye dentro de su categoría: identificar problemas interpersonales, buscar soluciones, anticipar consecuencias, elegir una solución y probarla. Mientras que el 31% si posee la habilidad.

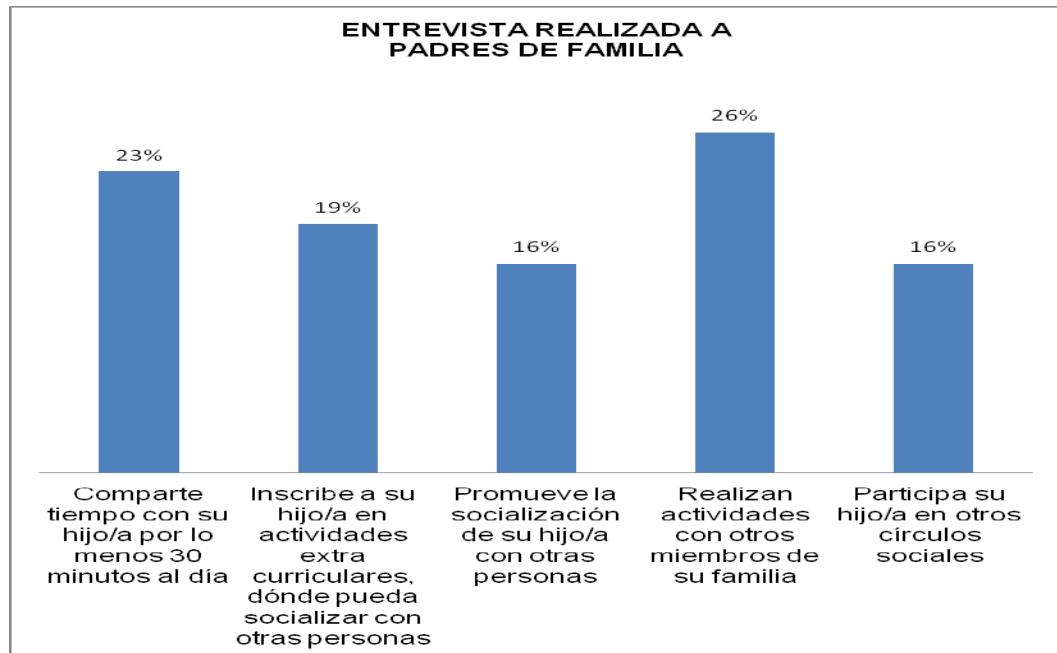
**CUADRO 2**

CUESTIONARIO HABILIDADES DE INTERCCIÓN SOCIAL (CHIS)	RESULTADOS FINALES DE LOS INVESTIGADORES %
1- Habilidades básicas de Interacción Social	71%
2- Habilidades para hacer amigos y amigas	63%
3- Habilidades conversacionales	62%
4- Habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones	43%
5- Habilidades de solución de problemas interpersonales	31%

Fuente: Cuestionario de habilidades de interacción social CHIS según Investigadores.

El cuadro anterior muestra un resumen de los resultados obtenidos por las investigadoras al aplicar el Cuestionario de las Habilidades de Interacción social CHIS, evidenciándose que la mayoría de jóvenes y adultos con Síndrome de Down participantes en la investigación poseen las habilidades de interacción social, en las siguientes categorías: habilidades básicas de interacción social, habilidades para hacer amigos y amigas, habilidades conversacionales. De igual forma demuestra que presentan poca estimulación en las áreas de: habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones así como también las habilidades de solución de problemas interpersonales.

**GRÁFICA 12**



(Fuente entrevista a padres de familia)

Según la entrevista realizada a los padres de familia, el 23% de los padres comparte con sus hijos por lo menos 30 minutos al día en actividades dedicadas a sus hijos, solo el 19% de ellos inscribe a sus hijos en actividades donde comparte con otras personas, como deportes, artes, pintura, música etc., el otro 16% no lo hace por falta de recursos económicos. Mientras que el 26% comparte actividades familiares. El 16% de los jóvenes y adultos en investigación comparte con otro grupo ya sean amigos del barrio o de la iglesia.

### **3.2.1 Análisis**

Las habilidades sociales son conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los demás de forma efectiva y mutuamente satisfactorias. Es importante destacar que las habilidades sociales son conductas, que son observables, medibles y modificables, no es un rasgo con el que nacemos, se adquieren a través del aprendizaje reforzado socialmente.

La socialización es un proceso muy importante en la formación de jóvenes y adultos con Síndrome de Down , ya que se ha comprobado que ser socialmente hábil y presentar relaciones sociales positivas generan en los jóvenes y adultos con Síndrome Down una mejor autoestima y seguridad personal. Al mismo tiempo se ha comprobado que la competencia social de una persona, tiene una contribución importante a su competencia personal, se cree que el éxito personal y social está más relacionado con la sociabilidad y las habilidades interpersonales de la persona que con sus habilidades cognitivas e intelectuales.

Por lo anteriormente mencionado, surgió la idea de conocer el desarrollo social de los jóvenes y adultos con Síndrome de Down, para lo cual se tomó una muestra de 15 jóvenes y adultos con Síndrome de Down comprendidos entre las edades de 15 a 30 años que asisten al Programa de Capacitación Laboral de la Fundación Margarita Tejada, que se encuentra ubicada en la zona 16 de la ciudad capital.

Durante el proceso de la investigación se trabajó con los educadores especiales, jóvenes y adultos con Síndrome de Down y padres de familia; para lo cual utilizamos: Una entrevista estructurada a padres de familia que nos permitió recabar datos de interacción social, así como también conocer el ambiente en el que se desenvuelven. Una entrevista estructurada a Educadores



Especiales: Cuestionario de los Componentes no Verbales de las Habilidades Sociales, que evalúa la distancia corporal, contacto ocular, contacto físico, apariencia personal, postura y la expresión facial. Una guía de observación: Cuestionario de Habilidades de Interacción Social, que incluye dentro de sus categorías: las habilidades básicas de interacción social, habilidades para hacer amigos, habilidades conversacionales, habilidades relacionadas con los sentimientos y emociones y las habilidades de solución de problemas interpersonales.

Los resultados obtenidos en la investigación por medio de las entrevistas, indican que los jóvenes y adultos con Síndrome de Down poseen las habilidades sociales básicas que les permite desenvolverse socialmente. En el Cuestionario de Componentes no Verbales de las Habilidades Sociales, se evidenció que la mayoría de jóvenes y adultos con Síndrome de Down poseen componentes no verbales, que son los que se denominan habilidades corporales básicas, prioritarias e imprescindibles, antes de trabajar cualquier habilidad social más compleja. En el Cuestionario de Habilidades de Interacción Social los jóvenes y adultos con Síndrome de Down presentan las habilidades en las siguientes áreas: habilidades básicas de interacción social, habilidades para hacer amigos, habilidades conversacionales. Sin embargo en las áreas de: habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y las habilidades de solución de problemas interpersonales, presentan un déficit debido a las características propias del Síndrome de Down ya que el nivel de lenguaje y cognición se ven comprometidos para desarrollar adecuadamente las habilidades sociales.

Los resultados obtenidos por medio de una entrevista realizada a los padres de familia muestran que el 23% de los padres les dedica a sus hijos por lo menos 30 minutos al día en actividades de juego o socialización, con esto se

comprueba la hipótesis de que “influye la estimulación en los jóvenes y adultos con Síndrome Down”.

La mayoría de jóvenes y adultos con Síndrome de Down investigados no tienen acceso a actividades extra aula como deportes, artes, pintura, música etc., debido a que carecen de esta estimulación por falta de recursos económicos. La mayoría de los padres de familia no promueve que sus hijos socialicen con otras personas fuera de su círculo familiar, siendo el colegio el único lugar donde los jóvenes y adultos con Síndrome de Down pueden poner en práctica las habilidades sociales. Esto indica que la familia juega un papel fundamental en el desarrollo de habilidades sociales en los jóvenes y adultos con Síndrome de Down.

## **CAPÍTULO IV**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **4.1 Conclusiones**

1. Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down presentan un déficit en las áreas relacionadas con los sentimientos, emociones y la solución de problemas interpersonales, debido a que presentan problemas a nivel de lenguaje, problemas conductuales, irritabilidad o excesiva excitabilidad, problemas cognitivos y características propias del Síndrome de Down, generando en ellos la poca habilidad en la interacción social.
2. En base a lo investigado podemos concluir que en ocasiones a pesar del buen nivel cognitivo del joven o adulto con Síndrome de Down, la familia no le proporciona las actividades y situaciones sociales necesarias para desarrollar o incrementar sus habilidades a nivel social.
3. Los jóvenes y adultos con Síndromen de Down evidencian que poseen un nivel básico de habilidades sociales, lo cual les permite relacionarse con las demás personas y con sus iguales, sin embargo es necesario estimular dichas habilidades para incrementar y desarrollar nuevas habilidades sociales.
4. Los padres de hijos con Síndrome de Down no ejercitan la enseñanza de habilidades sociales por falta de tiempo, padres trabajadores, nivel económico bajo y poco conocimiento de las estrategias necesarias para desarrollar estas habilidades.

5. Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down cuando presentan adecuadas habilidades sociales, reciben una mejor aceptación de las demás personas que cuando carecen de ellas.
6. Los padres y miembros de la familia de jóvenes y adultos con Síndrome de Down delegan a las instituciones escolares, la práctica y estimulación de las habilidades sociales.
7. La enseñanza de las habilidades sociales a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down es una responsabilidad clara de las instituciones educativas así como de la familia.

#### **4.2. Recomendaciones**

1. La familia debe involucrarse de manera activa para la enseñanza-aprendizaje de habilidades sociales, que les permita a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down adquirir, desarrollar e incrementar el manejo y control de sus emociones, así como la adecuada competencia social.
2. Incluir en diferentes círculos sociales a jóvenes y adultos con Síndrome de Down, para favorecer experiencias enriquecedoras que les permita que se sientan cómodos y se muestren con mayor naturalidad en cualquier tipo de actividad de carácter social o recreativo.
3. Brindarles a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down las herramientas y escenarios adecuados que les permita implementar las destrezas y práctica adecuada de las habilidades sociales.

4. Los profesionales deben tomar una actitud activa, para tratar de compensar, activar, estimular y buscar alternativas que remedien y mejoren las competencias sociales en jóvenes y adultos con Síndrome de Down.
5. La Fundación Margarita Tejada debe brindar la enseñanza y estimulación de habilidades sociales a jóvenes y adultos con Síndrome de Down, de forma directa y sistemática, lo que implica asumir proyectos educativos y curriculares de habilidades sociales.
6. Para la fundación Margarita Tejada dar a conocer a los padres de familia las herramientas necesarias para la práctica y estimulación de las habilidades sociales a sus hijos, tales como talleres sobre el tema, prácticas vivenciales etc.
7. Para las instituciones educativas, implementar programas sobre la competencia social para personas con Síndrome de Down y al mismo tiempo realizar talleres sobre la concientización a las familias, debido a que es la familia y la escuela los principales pilares para el desarrollo de habilidades sociales.



## BIBLIOGRAFIA

Dolores Izuzquiza Gasset  
Raquel Ruiz Incera  
2001  
"TU Y TO APRENDEMOS A RELACIONARNOS"  
España: Caja Madrid

María Inés Monjas Cáceres  
2001  
"PROGRAMA DE ENSEÑANZA DE HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL  
PARA NIÑOS Y NIÑAS EN EDAD ESCOLAR"  
Madrid: General Pardiñas

Boluarte, A. Méndez, J. Martell, R (s.f)  
"INFLUENCIA DE UN PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES  
SOCIALES DE COMUNICACIÓN E INTEGRACIÓN SOCIAL DE JÓVENES  
CON RETRASO MENTAL LEVE Y MODERADO".  
Instituto Especializado en Rehabilitación (En red)[http://www.psicocentro.com/cgi-  
bin/articulo\\_s.asp?texto=art49001](http://www.psicocentro.com/cgi-bin/articulo_s.asp?texto=art49001)

Caballo, V.  
1993  
MANUAL DE EVALUACIÓN Y ENTRENAMIENTO DE LAS HABILIDADES  
SOCIALES,  
España, Siglo XXI de España Editores S.A  
Primera Edición

Eva Peñafiel, Cristina Serrano  
HABILIDADES SOCIALES  
Editex

Morales Martines Guadalupe  
López Ramírez Ernesto Octavio  
2006  
"EI SINDROME DE DOWN Y SU MUNDO EMOCIONAL"  
Mexico; Trillas

Kelly, Jeffrey A.  
2002  
“ENTRENAMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIALES”.  
Bilbao: Desclée de Brouwer S.A.  
Septima Edición.

López Faudoa Sylvia G.E.  
1983  
“EL NIÑO CON SÍNDROME DE DOWN”  
México: Diana S.A.

Aguilo, Alfonsos  
2005  
“EDUCAR LOS SENTIMIENTOS”  
Madrid: Ediciones Palabra, S.A.  
Quinta Edición

Gimeno-Bayón, Ana.  
1996  
“COMPRENDIENDO CÓMO SOMOS DIMENSIONES DE LA REALIDAD”.  
España; Decleé de Brawer S.A.  
Segunda Edición

Patrick B. Scott  
“INTRODUCCION A LA INVESTIGACION Y EVALUACION EDUCATIVA”  
Universidad de San Carlos de Guatemala  
Reedición y división de Desarrollo Académico: 2000



# ANEXOS



**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**  
**CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO**  
**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS**  
**GUIA DE OBSERVACIÓN:**  
**INVESTIGADORAS: Geraldina Gómez y Guissela Coronado**

ANEXO 1

**CUESTIONARIO DE HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL (CHIS)**

Observación realizada por: \_\_\_\_\_ Fecha de la observación: \_\_\_\_\_

Nombre del/de la alumno/a: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Situación: \_\_\_\_\_

**Instrucciones:**

Leer cuidadosamente cada enunciado y rodee con un círculo el número que mejor describa el funcionamiento del/la joven o adulto/a teniendo en cuenta las siguientes calificaciones.

1. Nunca
2. Muy pocas veces
3. A veces
4. Casi siempre
5. Siempre

Sub.	Ítems	Calificación				
		1	2	3	4	5
4	1. Responde adecuadamente a las emociones y sentimientos agradables y positivos de los demás (felicitaciones, alegría...).	1	2	3	4	5
1	2. Saluda de modo adecuado a otras personas	1	2	3	4	5
5	3. Resuelve los conflictos interpersonales que se le plantean con los adultos.	1	2	3	4	5
5	4. Responde correctamente a las peticiones, sugerencias y demandas de los adultos.	1	2	3	4	5
4	5. Defiende y reclama sus derechos ante los demás.	1	2	3	4	5
4	6. Expresa y defiende adecuadamente sus opiniones.	1	2	3	4	5
4	7. Se dice a si mismo cosas positivas.	1	2	3	4	5
5	8. Hace elogios, alabanzas y dice cosas positivas y agradables a los adultos.	1	2	3	4	5
1	9. Responde adecuadamente cuando otros jóvenes y adultos se dirigen a él/ella de modo amable y cortés.	1	2	3	4	5
3	10. Responde adecuadamente cuando otro/a	1	2	3	4	5

	joven o adulto quiere entrar en la conversación que él/ella mantiene con otros/as					
2	11. Pide ayuda a otras personas cuando lo necesita.	1	2	3	4	5
3	12. Responde adecuadamente cuando las personas con las que está hablando, finalizan conversación.	1	2	3	4	5
2	13. Hace elogios, cumplidos, alabanzas y dice cosas positivas a otras personas.	1	2	3	4	5
2	14. Responde correctamente cuando otro/a joven o adulto le invita a conversar o hacer alguna actividad con él/ella.	1	2	3	4	5
5	15. Responde adecuadamente cuando las personas mayores se dirigen a él/ella de modo amable o cortés.	1	2	3	4	5
5	16. Cuando tiene un problema interpersonal con un adulto, trata de solucionarlo.	1	2	3	4	5
1	17. Se ríe con otras personas cuando es oportuno.	1	2	3	4	5
2	18. Comparte lo propio con los otros jóvenes o adultos	1	2	3	4	5
5	19. Mantiene conversaciones con los adultos	1	2	3	4	5
3	20. Cuando conversa con otra persona, escucha lo que se le dice, responde a lo que se le pregunta y expresa lo que él/ella piensa y siente.	1	2	3	4	5
4	21. Expresa adecuadamente a los demás sus emociones y sentimientos agradables y positivos (alegría, felicidad amor).	1	2	3	4	5
2	22. Cooperar con otros/as jóvenes y adultos en diversas actividades y juegos (participa, ofrece sugerencias, apoya anima etc.).	1	2	3	4	5
5	23. Hace peticiones, sugerencias.	1	2	3	4	5
2	24. Presta ayuda a jóvenes o adultos en distintas ocasiones.	1	2	3	4	5
1	25. Sonríe a los demás en las situaciones adecuadas.	1	2	3	4	5
2	26. Responde adecuadamente cuando otras personas le hace alabanzas, elogios y cumplidos.	1	2	3	4	5
1	27. Responde adecuadamente cuando otros le	1	2	3	4	5

	saludan.					
1	28. Pide favores a otras personas cuando necesita algo.	1	2	3	4	5

Observaciones:

---

---

**Componentes No Verbales de las Habilidades Sociales**

Entrevista realizada por: \_\_\_\_\_ Fecha de la entrevista: \_\_\_\_\_

Nombre del/de la alumno/a: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Situación: \_\_\_\_\_

**Instrucciones:** Leer cuidadosamente cada enunciado y rodee con un círculo el número que mejor describa el funcionamiento del/la joven o adulto/a teniendo en cuenta las siguientes calificaciones.

**1 Nunca    2 Muy pocas veces    3 A veces    4 Casi siempre    5 Siempre**

<b>1. DISTANCIA CORPORAL</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1. Respeta la distancia interpersonal (+/- 1 metro con sus compañeros).	1	2	3	4	5
2. Respeta la distancia interpersonal con maestros	1	2	3	4	5
3. Respeta la distancia interpersonal con desconocidos.	1	2	3	4	5
<b>2. CONTACTO OCULAR</b>					
4. Establece contacto ocular cuando inicia la comunicación.	1	2	3	4	5
5. Responde con contacto ocular durante la comunicación con maestros y compañeros u otros.	1	2	3	4	5
<b>3. CONTACTO FISICO</b>					
6. Permite el contacto físico en situaciones de aprendizaje.	1	2	3	4	5
7. Se ayuda en la comunicación con contactos físicos.	1	2	3	4	5
<b>4. APARIENCIA PERSONAL Y POSTURA</b>					
8. Cuida su imagen externa (corporal y vestido).	1	2	3	4	5
9. Presenta una apariencia externa acorde con	1	2	3	4	5

la situación en la que está.					
10. Gira su cuerpo en actitud de escucha cuando alguien se dirige a él.	1	2	3	4	5
11. Gira su cuerpo para dirigirse a otra persona	1	2	3	4	5
12. Facilita la incorporación de otro compañero al grupo.	1	2	3	4	5
<b>5. EXPRESIÓN FACIAL</b>					
13. Corresponden sus gestos con los sentimientos que quiere expresar.	1	2	3	4	5
14. Mantiene actitud inexpresiva.	1	2	3	4	5

**Observaciones:** \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**ENTREVISTA A PADRES DE FAMILIA**

Entrevista realizada por: \_\_\_\_\_ Fecha de la entrevista: \_\_\_\_\_

**1. Datos Generales**

Nombre: \_\_\_\_\_ Sexo \_\_\_\_\_  
Lugar y Fecha de Nacimiento \_\_\_\_\_ Edad \_\_\_\_\_  
Nombre del Encargado \_\_\_\_\_ Relación \_\_\_\_\_

**2. Grupo Familiar**

**Madre**

Edad \_\_\_\_\_ Estado Civil \_\_\_\_\_  
Ocupación. \_\_\_\_\_ Horas \_\_\_\_\_

**Padre**

Edad \_\_\_\_\_ Estado Civil \_\_\_\_\_  
Ocupación. \_\_\_\_\_ Horas \_\_\_\_\_

**Hermanos.** \_\_\_\_\_ Edades \_\_\_\_\_

**3. Área social (Explicar las respuestas a las siguientes preguntas)**

1. ¿Le dedica tiempo para compartir con su hijo/a por lo menos 30 minutos al día para realizar actividades para él sin interrupciones? ¿Qué hacen?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. ¿Su hijo/a asiste a actividades donde comparta con otros jóvenes o adultos por Ej. Natación, fútbol etc., con el fin de que socialice?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



3. ¿Promueve a que socialice con otros jóvenes y adultos?, ¿Cómo?

---

---

---

4. ¿Hacen actividades donde participen todos los miembros de la familia como jugar juegos de mesa?

---

---

---

---

5. ¿Cómo se relaciona su hijo/a con sus hermanos?

---

---

---

---

6. ¿El joven o adulto es independiente con sus cosas o depende mucho de sus padres, en autonomía personal así como en otras actividades sociales y de la casa?

---

---

---

---

**3.1 (Conductas no Verbales) Explicar las respuestas a las siguientes preguntas.**

7. ¿Al conversar con usted o alguna otra persona el joven o adulto se coloca a una distancia prudencial y no invade su espacio físico?

---

---

---

---

8. ¿Al conversar usted o alguien con su hijo/a él establece contacto visual?

---

---

---

---

9. ¿Cuando se le habla a su hijo/a, él gira su cuerpo en actitud de escucha?

---

---

---

---

10. ¿Cuando él se dirige a usted o a otra persona gira su cuerpo para dirigirse a ella?

---

---

---

---

11. ¿Se corresponden los gestos con los sentimientos que quiere expresar?  
Ej. Si está feliz sonríe. Etc.

---

---

---

---

12. ¿Cambia de expresión facial, ante diferentes situaciones? Ej. Si está feliz sonríe. Etc.

---

---

---

---

**3.2 (Conductas Verbales) Explicar las respuestas a las siguientes preguntas.**

13. ¿Cuándo su hijo/a platica con otra persona grita, habla suave, no se le oye, su volumen es normal, cómo es su tono de vos?

---

---

---

---

---

14. ¿Escucha activamente cuando se le habla o cuando le da una instrucción?  
(Como barrer, trapear recoger la mesa etc.)

---

---

---

---

15. ¿Saluda y se despide de sus padres, hermanos, amigos y personas que acaba de conocer?

---

---

---

---

16. ¿Se presenta con personas que acaba de conocer?

---

---

---

---

17. ¿Cuándo tiene una duda de algo pregunta? ¿Si se le pregunta algo él responde? (Cuando va a la tienda o en la casa) o nunca hace preguntas ni se interesa por otras personas?

---

---

---

---

18. ¿Hace amigos con facilidad?

---

---

---

---

19. ¿Se relaciona con personas de su vecindario de su misma edad o más grandes?

---

---

---

---

20. ¿Tiene grupo de amigos dentro del establecimiento? ¿A qué otro grupo asiste?

---

---

---

21. ¿Mencione el nombre de 2 de amigos o amigas de su hijo/a? y de dónde son de su vecindario, escuela u otro grupo?

---

---

---

22. ¿Es capaz de mantener una conversación con sus hermanos, padres y amigos?

---

---

---

23. ¿Qué temas platica?

---

---

---

24. ¿Expresa sus emociones tanto positivas como negativas; tanto en relación con personas como con actividades y objetos?

---

---

---

25. ¿Se disculpa con usted u otra persona cuando comete un error o cuando se ha portado mal?

---

---

---

26. ¿Da las gracias cuando se le ayuda en algo? ¿Presta ayuda cuando usted la necesita? Como colaborar en tareas domésticas de la casa, hacer mandados?

---

---

---

---

27. ¿Acepta una negativa, aceptar un “no” por respuesta cuando usted le prohíbe hacer algo sin enfrentarse y sin que le haga un coraje o le falte el respeto a usted u otra persona?

---

---

---

---

28. ¿Se resiste a la presión de otros? Por Ej. Cuando le dicen que tiene que hacer algo malo como robar algo, pegarle a alguien se resiste a hacerlo o no?

---

---

---

---

29. ¿Siguen instrucciones adecuadamente o no? Ej. Le hace caso cuando usted le indica lo que tiene que hacer en la casa como un deber, un mandado como ir a comprar pan o leche etc.

---

---

---

---

30. ¿Se une a actividades de grupo de una manera adecuada y solicita unirse a sus actividades?

---

---

---

---



# Plan de Habilidades Sociales





## INTRODUCCION

El presente plan surge para atender las diferentes necesidades sociales que presentan los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de la Fundación Margarita Tejada. Todos sabemos que existe una gran variedad de habilidades sociales, unas más básicas y otras más complejas.

Las habilidades sociales son una intervención psicopedagógica y social. La aplicación ideal del Plan de Estimulación para Desarrollar Habilidades Sociales en Jóvenes y Adultos con Síndrome de Down, supone la participación conjunta de escuela y familia, puesto que estos son los ambientes más importantes donde interactúa y se desenvuelve el joven o adulto con Síndrome de Down.

Para empezar a enseñar estas habilidades hemos tomado en cuenta las características, intereses, necesidades, motivaciones de los sujetos a quien va dirigido el plan, las situaciones, contextos y escenarios sociales relevantes a los que generalmente se enfrentan o pueden enfrentarse los jóvenes o adultos con Síndrome de Down en su vida escolar, familiar y social, las habilidades y repertorios de conducta necesarios para enfrentarse y desenvolverse de modo competente en las situaciones, contextos y escenarios señalados.

El plan de Habilidades Sociales abarca diferentes áreas como lo son: Habilidades básicas de interacción social, Habilidad para hacer amigos y amigas, Habilidades de solución de problemas interpersonales, Habilidades conversacionales, Habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones

## **PLAN DE ESTIMULACIÓN PARA DESARROLLAR DE HABILIDADES SOCIALES EN JÓVENES Y ADULTOS CON SÍNDROME DE DOWN**

### **Descripción del Plan:**

En el diseño y elaboración del Plan de Estimulación para Desarrollar Habilidades Sociales en Jóvenes y Adultos con Síndrome de Down, nos hemos planteado las siguientes interrogantes: ¿Qué conductas y habilidades vamos a enseñar, cómo, quién lo va enseñar, por qué, para qué, cuándo y dónde?. En este proceso hemos tenido muy en cuenta: 1) las características, intereses, necesidades, motivaciones de los sujetos a quien va dirigido el plan, 2) las situaciones, contextos y escenarios sociales relevantes a los que generalmente se enfrentan o pueden enfrentarse los jóvenes o adultos con Síndrome de Down en su vida escolar, familiar y social, 3) las habilidades y repertorios de conducta necesarios para enfrentarse y desenvolverse de modo competente en las situaciones, contextos y escenarios señalados.

Para dar respuesta a las cuestiones anteriores, nos hemos basado en: revisión y análisis de otros programas de entrenamiento de habilidades sociales diseñado para la infancia y adolescencia (Habilidades de Interacción Social PEHIS para niños y niñas en edad escolar), resultados de las de la investigación realizada a través de las técnicas e instrumentos de recolección de datos, (entrevista a docentes, entrevista a padres de familia y guía de observación).

El plan de Estimulación para Desarrollar Habilidades Sociales en Jóvenes y Adultos con Síndrome de Down pretende, por una parte, enseñar nuevas conductas como son: iniciar conversaciones, presentarse ante personas nuevas o hacer nuevas peticiones a otras personas.

Es una intervención psicopedagógica y social. La aplicación ideal del Plan de Estimulación para Desarrollar Habilidades Sociales en Jóvenes y Adultos con Síndrome de Down, supone la participación conjunta de escuela y familia, puesto

que estos son los ambientes más importantes donde interactúa y se desenvuelve el joven o adulto con Síndrome de Down.

Es un programa cognitivo-conductual porque se centra tanto en la enseñanza de comportamientos sociales específicos como en la de comportamientos cognitivos y afectivos. En efecto el Plan de Estimulación para Desarrollar Habilidades Sociales en Jóvenes y Adultos con Síndrome de Down pretende enseñar tanto comportamientos motores (contacto visual, comunicación no-verbal, conducta verbal) como afectivos (expresión de emociones negativas) y cognitivos (autoinstrucciones positivas). Para ello se utilizan técnicas y estrategias de intervención conductuales y cognitivas ya que se combina el entrenamiento y la instrucción en habilidades sociales con procedimientos de manejo conductual sistemático, la enseñanza y modificación de conductas cognitivas y emocionales.

El Plan de Estimulación está diseñado para su aplicación por el/la educador/a en la clase y en el hogar con toda la familia. Por eso es un Plan sencillo y fácil de aplicar en el aula. Las estrategias y técnicas de estimulación y enseñanza son fáciles de aprender. Los escenarios y situaciones de aplicación son múltiples y elegidos por la familia, supone poco gasto de tiempo y se requiere poco apoyo externo.

Nuestro propósito ha sido elaborar un Plan de Estimulación que las familias puedan usar fácilmente en casa; un programa que se pueda utilizar con madres y padres que no están motivados o que tienen poca disponibilidad de tiempo.

## **HABILIDADES SOCIALES**

### **¿Qué son?**

Conductas verbales y no verbales que facilitan el intercambio social. Es decir, conductas habituales, no condicionales que hacen más fácil entendernos,

ayudarnos, corregirnos mutuamente, defender nuestros derechos y respetar al mismo tiempo los derechos de los demás.

**Suponen:**

- ✓ Comportamientos adquiridos y aprendidos. No constituyen un rasgo de personalidad.
- ✓ Conductas o destrezas sociales específicas para ejecutar una tarea de índole interpersonal (p. ej.: hacer amigos).
- ✓ El desarrollo de la competencia social de la persona, es decir, la adecuación de las conductas sociales a un determinado contexto social.

**¿Dónde se aprenden?**

Tanto en el ámbito escolar como en el familiar.

**¿Por qué son necesarias? Porque necesitamos:**

- ✓ Relacionarnos adecuadamente.
- ✓ Resolver situaciones conflictivas.
- ✓ Respetar las ideas de los demás.
- ✓ Defender nuestros derechos.
- ✓ Estar bien con los demás y ellos con nosotros.

**Así pues, ser socialmente hábil:**

1. Favorece la socialización con los demás.
2. Aumenta el rendimiento intelectual.
3. Crea mayores interacciones positivas.
4. Amplia la aceptación de los demás hacia nosotros.
5. Permite emitir respuestas efectivas y apropiadas.
6. Aumenta el reforzamiento social.

**Ser socialmente inhábil:**

- ✓ Favorece la baja autoestima.
- ✓ Disminuye los reforzadores sociales positivos.
- ✓ Propicia la agresividad.
- ✓ Crea frustración.
- ✓ Favorece el retraimiento.
- ✓ Aumenta las dificultades de adaptación.
- ✓ Favorece la aparición de problemas psicológicos.

La escuela como institución, junto a la familia y en coordinación con ella, puede promover la competencia social de jóvenes y adultos con Síndrome de Down a través de la enseñanza/aprendizaje de las Habilidades Sociales. Conscientes de la importancia de este hecho, son cada vez más los profesionales de la enseñanza que se preocupan de incorporar su entrenamiento al ámbito escolar.

El Plan de Estimulación para Desarrollar Habilidades Sociales esta dirigido a Jóvenes y Adultos Con Síndrome de Down como estrategia educativa para aumentar su competencia social y para prevenir diferentes problemas. Siendo en este caso una estrategia de intervención de enseñanza de comportamientos interpersonales adaptativos y de modificación de comportamientos inadecuados.

**OBJETIVOS**

- ✓ Desarrollar en el/la joven y adulto/a con Síndrome de Down conductas de interacción básicas en su contexto social cotidiano. (entre iguales y con los adultos).
- ✓ Desarrollar en el/la joven y adulto/a con Síndrome de Down conductas que le permitan comunicar sentimientos, opiniones y afectos de forma asertiva.

## CONTENIDOS

<b>Habilidades Básicas de interacción social</b>	<b>Habilidades para hacer amigos</b>	<b>Habilidades Conversacionales</b>
Sonreír y Reír	Reforzar a los otros	Iniciar Conversaciones
Saludar	Iniciadores Sociales	Terminar Conversaciones
Presentaciones	Unirse al juego con otros	Conversaciones de Grupo
Favores	Ayuda	
Cortesía y Amabilidad	Cooperar y compartir	
<b>Habilidades relacionadas con las emociones, sentimientos y opiniones</b>	<b>Habilidades de Solución de Problemas Interpersonales</b>	
Autoafirmaciones positivas	Identificar Problemas Interpersonales	
Expresar Emociones	Buscar Soluciones	
Recibir Emociones	Anticipar las Consecuencias	
Defender los Propios Derechos	Elegir una Solución	
Defender las propias opiniones	Probar la Solución	

### **HABILIDADES BASICAS DE INTERACCIÓN SOCIAL**

Son habilidades y comportamientos básicos para relacionarse con cualquier persona en interacciones afectivas y de amigos, como en otro tipo de contactos personales. Muchas veces se olvidan porque parecen obvias y se consideran como conductas de formalidad pero se ha constatado la importancia que tienen en las interacciones del joven o adulto. Esta área comprende las siguientes habilidades:

- ✓ Sonreír y reír.
- ✓ Saludar.

- ✓ Presentaciones.
- ✓ Favores.
- ✓ Cortesía y amabilidad.

### **HABILIDADES PARA HACER AMIGOS**

Son cruciales para el inicio, desarrollo y mantenimiento de interacciones positivas y mutuamente satisfactorias con los iguales. Implica satisfacción mutua, placer y contribuye al adecuado desarrollo social y afectivo del joven o adulto con Síndrome de Down. Los jóvenes o adultos con Síndrome de Down que tienen amigos presentan una mayor adaptación personal y social. El joven habilidoso en esta área recibe mayor cantidad de respuestas y propuestas sociales positivas de los compañeros. Esta área comprende las siguientes habilidades:

- ✓ Reforzar a los otros.
- ✓ Iniciaciones sociales: implica relacionarse con una persona a través de una actividad o una conversación.
- ✓ Unirse al juego con otros.
- ✓ Ayuda.
- ✓ Cooperar y compartir.

### **HABILIDADES CONVERSACIONALES**

Permiten al joven o adulto con Síndrome de Down iniciar, mantener y finalizar conversaciones con otras personas. Son el soporte fundamental de las interacciones con otras personas, para que estas sean efectivas. Por medio de la expresión verbal expresamos nuestros sentimientos, negociamos un conflicto, interactuamos con el otro. La conversación, no es solo un medio esencial de participación, sino de aprendizaje. Esta área comprende las siguientes habilidades:

- ✓ Iniciar conversaciones.
- ✓ Terminar conversaciones.
- ✓ Unirse a la conversación de otros.
- ✓ Conversaciones de grupo.

### **HABILIDADES RELACIONADOS CON LOS SENTIMIENTOS, EMOCIONES Y OPINIONES**

Relacionadas con la conducta asertiva o asertividad, es decir, aquella que implica la expresión directa de los propios sentimientos y la defensa de los propios derechos personales, sin negar los derechos de los otros.

La persona asertiva, protege sus propios derechos y respeta los derechos de los otros, consigue sus objetivos, es expresiva emocionalmente, se siente bien con ella misma y hace que los demás valoren y respeten sus deseos y opiniones.

Esta área comprende las siguientes habilidades:

- ✓ Autoafirmaciones positivas.
- ✓ Expresar emociones.
- ✓ Recibir emociones.
- ✓ Defender los propios derechos.
- ✓ Defender las propias opiniones.

### **HABILIDADES DE PROBLEMAS INTERPERSONALES**

Constituyen un importante mediador del ajuste comportamental y social, se aprende a través de la experiencia. El objetivo es que el joven o adulto con Síndrome de Down aprenda a solucionar por él mismo y de forma constructiva y positiva los problemas interpersonales que se le plantean en relación con otros



jóvenes o adultos. Los principales problemas que se plantean son los siguientes:

- ✓ Aceptación, rechazo o negativa.
- ✓ Agresión, ataque físico o verbal.
- ✓ Apropiación de pertenencias y objetos personales.
- ✓ Acusación, violación de tus derechos y necesidad de ayuda.

Esta área comprende las siguientes habilidades:

- ✓ Identificar problemas interpersonales.
- ✓ Buscar soluciones.
- ✓ Anticipar consecuencias.
- ✓ Elegir una solución.
- ✓ Probar la solución.

El proceso a realizar se establece de la siguiente forma:

1. Controlar el impulso inicial.
2. Identificar y definir el problema.
3. Buscar alternativas.
4. Anticipar consecuencias.
5. Elegir una solución.
6. Poner en práctica y probar la solución.
7. Evaluar los resultados obtenidos.

**Cómo lo evaluaremos:**

Mediante la observación conductual, el informe de educadores y el autoinforme.

Técnicas que vamos a utilizar en el Plan de Estimulación para Desarrollar Habilidades Sociales en Jóvenes y Adultos con Síndrome de Down:

### **1. Instrucción**

La sesión de entrenamiento empieza con un comentario del educador sobre la conducta que va a ser objeto de aprendizaje. En esta instrucción es importante:

- La presentación e identificación de la conducta propuesta a través de ejemplos.
- Una vez que el educador ha comprobado que los jóvenes y adultos con Síndrome de Down entienden la conducta a tratar en la sesión, es útil discutir entre todos las razones por las que es bueno mostrar este tipo de habilidad o conducta.
- Es importante que los jóvenes y adultos con Síndrome de Down se impliquen, para ello el educador les hará preguntas sobre cómo se sintieron ellos cuando actuaron inadecuadamente.

### **2. El modelado**

Puede realizarse mediante la actuación del educador o bien mediante la exposición de modelos (grabados en video). Una forma de hacer es que el educador seleccione una serie de ejemplos de situaciones con las preguntas, respuestas o intervenciones adecuadas que deberían formularse.

### **3. Dramatizaciones**

El siguiente paso importante que los jóvenes y adultos con Síndrome de Down ejecuten el componente durante una interacción práctica. Existen varias formas de realizar este ensayo:

- Verbalización de ejemplos.
- Interacciones simuladas. (Dramatizaciones).

#### **4. Retroalimentación o Feedback**

El reforzamiento consiste en decir o hacer algo agradable al joven o adulto con Síndrome de Down después de una buena ejecución. En la retroalimentación o feedback, el educador informa a los jóvenes o adultos de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Cuanto más detallado o específico sea, más probable será que los jóvenes y adultos con Síndrome de Down mejoren su ejecución.

El Educador debe procurar que el feedback sea un reforzamiento positivo de los aspectos valiosos manifestados por cada joven o adulto. Debe centrarse en algo que los jóvenes hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil. No obstante, acto seguido a de pasar a comentar lo que hace que esa conducta siga siendo aún deficiente.

#### **5. Tareas para casa**

No existe aprendizaje si no existe transferencia de esa conducta en el tiempo a otros contextos y a situaciones específicas. Se trata de conseguir esta transferencia a través de dos etapas o fases de entrenamiento principalmente:

- Transferencia a nuevas situaciones en la que los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican la habilidad social aprendida en situaciones distintas. Un procedimiento es presentar al joven situaciones de práctica, nuevas y distintas. A través de la observación, el educador estará en condiciones de saber si los jóvenes y adultos con Síndrome de Down son capaces de aplicar sus nuevas habilidades bajo situaciones distintas.
- Tareas para casa en las que se comenta con los jóvenes y adultos con Síndrome de Down el nombre de las personas con quienes practicarán la habilidad, los jóvenes y adultos informarán de cómo les fue en las tareas.

- El educador deberá obtener detalles sobre lo que sucedió exactamente y cuidar de que cada joven y adulto sea recompensado apropiadamente por dicha tarea.

**NOTA MUY IMPORTANTE:**

El programa de habilidades sociales que se presenta a los educadores, está expresado en un lenguaje, que abarca edades comprendidas entre la adolescencia y edad adulta. Básicamente los contenidos de trabajo son los mismos, pero ES NECESARIO QUE AL LLEVARLO A LA PRÁCTICA, EL EDUCADOR ADAPTE EL LENGUAJE AL NIVEL EDUCATIVO DE LOS ALUMNOS CON LOS QUE SE VA A TRABAJAR.

AREA 1  
HABILIDADES BÁSICAS DE INTERACCIÓN SOCIAL



## **HABILIDAD: SONREÍR Y REÍR**

**OBJETIVO:** Qué el/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down sonría y/o ría al interactuar con otras personas en las situaciones adecuadas.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

La Sonrisa y la Risa son conductas que en determinadas ocasiones acompañan a las interacciones que se establecen con otras personas. La sonrisa suele mostrar aceptación, aprobación, agradecimiento, agrado, gusto.

La sonrisa es una conducta no-verbal que generalmente precede los inicios de cualquier interacción y acompaña muchos de los contactos que tenemos con los demás. La risa señala que se está disfrutando y gozando de la interacción; que se la está pasando bien y que se divierte.

#### **Introducción:**

En primer lugar el educador hace ver a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down la importancia de empezar una relación con otra persona. El educador realiza preguntas como: ¿Quién se ha sonreído o reído está mañana?, ¿Quién ha visto hoy a otro compañero sonriendo o riendo?, ¿Quién te ha sonreído a ti hoy en la clase?, ¿Cómo te has sentido?, ¿Quién ha sonreído a otra persona sin sentir ganas de hacerlo?. Cuando se interactúa con otra persona, en determinadas situaciones hay que Sonreír para demostrar aceptación, agrado, diversión, etc.

### **Pasos Conductuales:**

1. Mirar a la otra persona a la cara.
2. Sonreír y/o reír
3. Acompañar la sonrisa y/o risa con otras conductas verbales (frases) y no verbales (gestos, expresión facial, movimientos) acordes.

### **2. Modelado**

El educador modela las conductas de sonreír y reír ayudado por los jóvenes o adultos que poseen dominio de estas habilidades.

Ejemplos para el Modelado:

- ✓ Carlos te está contando una historia muy graciosa.
- ✓ María elogia el dibujo que ha hecho Laura.
- ✓ Te encuentras con una compañera y te dice: ¡Hola, cara guapa!
- ✓ Diego se cae de las gradas y parece que se ha hecho daño.
- ✓ Estás en la piscina con tus amigos y te estas divirtiendo muchísimo.

### **3. Dramatización**

Después de haber observado a varios modelos sonriendo y/o riendo en distintas situaciones, el/la joven ensaya y practica estas habilidades.

Durante el período de entrenamiento de estas habilidades, el educador planteará distintas habilidades para diferenciar la sonrisa y la risa entre sí y a su vez discriminarlas de otras expresiones faciales (por ejemplo, enfado, rechazo, tristeza, etc.).

### **4. Retroalimentación o Feedback**

Durante y después de la práctica que los jóvenes realizan, el educador va reforzando y dando feedback sobre la ejecución de las habilidades de sonreír y

reír. El educador resalta y refuerza positivamente las conductas correctamente aplicadas, corrige las respuestas que no son correctas dando información, sugerencias y pistas para mejorar la ejecución.

En muchas ocasiones el refuerzo y feedback se hacen de modo verbal y público (Luisa has sonreído fenomenal; ¡justo cuando había que hacerlo!) y en otras el educador realiza el reforzamiento de a nivel individual (el educador guiña un ojo a Natalia que acaba de sonreír adecuadamente a su compañero)

### **5. Tareas para la casa**

- ✓ En el fin de semana, sonreír a las personas que se muestren agradables contigo.
- ✓ Observar qué personas debieran haberte sonreído (y por qué) y no lo han hecho.
- ✓ Observar a jóvenes y/o adultos sonriendo y riendo. ¿Por qué lo hacen?, ¿Qué ha pasado antes?, ¿Qué pasa después?
- ✓ Sonreír marcadamente a distintas personas y observar qué ocurre, cómo reaccionan, qué responden.

### **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Al conocer personas nuevas.
- En una fiesta o reunión.
- Cuando se encuentran con los vecinos

### **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Importancia de sonreír o reír para el joven o adulto con Síndrome de Down y para los otros miembros de la familia. ¿Por qué es importante reír? Ventajas al sonreír o reír. Inconvenientes de no hacerlo.



- Sonreír o Reír con niños, jóvenes, adultos, ancianos, personas conocidas, desconocidas, que nos caen bien, que nos caen mal, etc.

## **HABILIDAD: SALUDOS**

**OBJETIVO:** Qué el/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down salude a niños, niñas, jóvenes y adultos en las situaciones apropiadas.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Los saludos son manifestaciones verbales y no verbales en las que se reconoce y se acepta que se tiene una actitud positiva hacia la otra persona.

#### **Introducción:**

En la primera clase, el educador comentará a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down la importancia de esta habilidad con preguntas del tipo “¿A quién has saludado hoy, dónde, cómo,..” Se hará notar cómo resulta gratificante que nos saluden y a la vez cómo nos molesta que alguien conocido no lo haga cuando pasa a nuestro lado. También se dirá que algunas veces no nos saludan porque no nos ven o porque les da un poco de vergüenza hacerlo.

#### **Pasos conductuales:**

1. Para saludar: Acercarse a la otra persona sonriendo y mirándola a la cara.
2. Decir frases de saludo como: ¡Hola!, ¡Buenos días!, ¿cómo estás?
3. Utilizar gestos como dar una palmada, un beso, estrechar la mano”
4. Mostrar un gesto positivo donde se traslade el sentimiento de alegría que nos produce encontrar a esa persona.
5. Responder correctamente a lo que la otra persona nos vaya diciendo.

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

## **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al joven) y estar centrado en algo que los jóvenes o adultos hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

## **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ Anotar cuántas veces al día saludas a otros jóvenes y adultos.
- ✓ Anotar de qué maneras lo has hecho.
- ✓ Tuviste alguna conversación después del saludo.
- ✓ ¿Crees que la otra persona se alegró igual que tú al verlo visto?

## **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Por las mañanas al levantarse.
- Al llegar a casa.
- Cuando se encuentran con los vecinos.

### **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Importancia de saludar para el joven o adulto con Síndrome de Down y para los otros miembros de la familia. ¿Por qué es importante saludar? Ventajas de saludar. Inconvenientes de no hacerlo.
- Saludos según las personas: niños, jóvenes, adultos, ancianos, personas conocidas, desconocidas, que nos caen bien, que nos caen mal, etc.
- Saludos según las situaciones: en la calle, en el ascensor, en la tienda, en el mercado, etc.

## **HABILIDAD: PRESENTACIONES**

**OBJETIVO:** Qué el/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down se presente a sí mismo, responda adecuadamente cuando se presenten y haga presentaciones de otras personas.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Las presentaciones son fórmulas que utilizamos para relacionarnos con otras personas para conocernos o para que se conozcan entre ellas.

#### **Introducción:**

En una primera clase el educador orientará a sus alumnos poniendo ejemplos de situaciones reales que se hayan dado en presencia de ellos como cuando se incorpora un alumno nuevo a la clase.

#### **Pasos Conductuales:**

Para presentarse ante otras personas:

1. Mirar a las personas y saludarlas.
2. Decir tu nombre y algún otro dato que te identifique.
3. Explicar por qué te interesa presentarte a esa persona, cuáles son tus deseos, intenciones.

Para responder cuando te presentan:

1. Mirar a la otra persona.
2. Iniciar un saludo.

Para presentar a otras personas que no se conocen:

1. Decir su nombre y luego el de la otra persona.
2. Decir algo positivo de las personas que presentas y que pudieran ser del interés de los otros.
3. Utilizar un gesto amable y cordial.

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos para el modelado:

- ✓ Un joven nuevo en la clase o en lugar donde se vive.
- ✓ Una invitación a un cumpleaños.
- ✓ La formación de algún equipo o grupo de trabajo.

## **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al joven o adulto) y estar centrado

en algo que los jóvenes hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

## **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ Observar en otras personas qué hacen o cómo responden en una presentación.
- ✓ En el fin de semana presentarse ante otros jóvenes, niños o adultos anotando la fórmula que se empleó.
- ✓ Presentar a tus padres algún amigo que no conozcan.

## **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Han llegado unos vecinos nuevos y se presentan a nosotros.
- La hermana/o viene a casa con unos amigos y los presenta.
- Nos presenta a una amiga/o nueva que no conocemos.

## **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Distintos modos de presentación: presentarse a sí mismo ante otras personas, responder cuando nos presentan a alguien y presentar a personas que no se conocen entre sí.
- Importancia de las presentaciones ya que suelen ser conductas previas para iniciar relaciones con otras personas.
- Diferencias que implican las presentaciones según las personas: niños, jóvenes, adultos, y las situaciones en las que se presentan: fiestas, clase, calle, etc.

## **HABILIDAD: FAVORES**

**OBJETIVO:** Qué el/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down, al relacionarse con otras personas, pida y haga favores en las situaciones oportunas.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

En la relación cotidiana con otras personas es muy necesario saber pedir y hacer favores. Esto ayuda a que la convivencia sea más agradable. Las personas que piden y hacen favores correctamente que formulan su petición claramente y de manera cordial, resultan agradables y positivas para los demás.

#### **Introducción:**

El educador comentará con los jóvenes y adultos con Síndrome de Down si saben lo que significa hacer / pedir un favor, a quién se lo han pedido, qué favores han hecho, etc. Es importante que se haga ver a los jóvenes o adultos que las personas que piden y hacen favores correctamente que formulan su petición claramente y de manera cordial, resultan agradables y positivas para los demás.

#### **Pasos conductuales:**

Para Pedir un favor, es necesario:

1. Determinar que se necesita pedir un favor y a qué persona se lo vamos a pedir.
2. Formular nuestra petición de forma correcta con expresión verbal adecuada (clara y sencilla) y expresión no verbal y corporal acorde



(mirada, sonrisa, tono cordial) agradeciendo de entrada la acogida y la actitud de la otra persona. “necesito...que me hagas un favor. Ocorre que ... y te pediría que tú”, Eres muy amable por atenderme”

3. Agradecer cordialmente el favor que nos han hecho, resaltando algo positivo de la otra persona. “Gracias, preciosa. Te lo agradezco mucho”.

Para Hacer un favor, los pasos a seguir son:

1. Escuchar la petición de la otra persona. Prestar atención y pedir aclaración, si es necesario.
2. Hacer el favor de la mejor manera posible. Hacer lo que nos piden con buena actitud.
3. Negamos adecuadamente cuando consideremos que se nos hace una petición poco razonable.

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos sugeridos para Modelado:

- ✓ Laura te pide prestado los crayones porque a ella se le ha olvidado traerlos.
- ✓ Blanca te pide que le dejes esta tarde los apuntes de matemáticas porque los suyos están muy desordenados. Mañana tienen examen y tú también quieres estudiar.
- ✓ Pides a la educadora que te preste un libro para leer en casa.
- ✓ Tu padre te pide que le acompañes a realizar unos mandados. Pero tú estás viendo un documental muy interesante.

### **3. DRAMATIZACIONES**

Hacer una práctica entre los jóvenes y adultos con Síndrome de Down con distintas situaciones reforzando las actitudes positivas que se encuentren.

### **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al joven o adulto) y estar centrado en algo que los jóvenes hayan realizado bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

### **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ Pedir tres favores a miembros de tu familia.
- ✓ Pedir un favor a un vecino/a con el/la que no tienes mucha confianza.
- ✓ Hacer al menos tres favores a tus compañeros y compañeras de clase.
- ✓ Hacer un favor a una educador/a.

### **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Le pido que realice un mandado.
- Me pide que le de un vaso de agua.
- Me pide que vaya a recogerle en auto a la fiesta de cumpleaños que tiene hoy.

### **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- En la relación cotidiana con otras personas es muy necesario saber pedir y hacer favores. Esto ayuda a que la convivencia sea más agradable.

- Las personas que piden y hacen favores correctamente que formulan su petición claramente y de manera cordial, resultan agradables y positivas para los demás.
- Diferencias de conductas a utilizar en función de la persona, el lugar y el momento en que pedimos o hacemos el favor

## **HABILIDAD: CORTESÍA Y AMABILIDAD**

**OBJETIVO:** Qué el/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down muestre conductas de cortesía y buena educación al relacionarse con otras personas.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Es muy importante ser cortés y educado cuando nos relacionamos con otras personas porque nos hacemos agradables y las personas nos quieren más.

#### **Introducción:**

En la clase el educador habla con los jóvenes u adultos con Síndrome de Down sobre lo que entienden de que es ser cortés, educado o amable, que hacen ellos cuando quieren ser amables, como son las personas que ellos consideran amables; que hacen, que dicen, etc.

#### **Pasos conductuales:**

Para comportarse con Cortesía y Amabilidad hay que:

1. Mirar a la otra persona.
2. Decir una frase o expresión verbal adecuada a cada caso: ¡gracias! por favor, disculpe, lo siento, perdón.
3. Acompañar la expresión verbal con gestos y expresión no-verbal apropiada: sonrisa, gestos de manos, tono de voz, postura, distancia con la otra persona, etc.

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos sugeridos para Modelado:

- ✓ Estás en el patio y cuando vas jugando, sin querer chocas con otro joven. Quieres pedirle disculpas.
- ✓ Necesitas una pintura que tú no tienes en ese momento; Luis que está a tu lado sí la tiene. Quieres pedírsela.
- ✓ Cuando entras en la fila desde el patio, involuntariamente pisas al director que es muy serio. Quieres disculparte.
- ✓ Laura te ayuda a mover la mesa para ponerla en un sitio más adecuado. Quieres agradecersele.
- ✓ Entras en el autobús y la parte delantera está llena de gente; atrás está muy vacío. Quieres pasar atrás.

## **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al joven o adulto) y estar centrado en algo que los jóvenes hayan realizado bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

## **5. TAREAS PARA CASA.**

- ✓ Observar a otras personas y elaborar con la ayuda de un adulto una lista de las frases y expresiones amables que han utilizado.
- ✓ Pedirlas cosas por favor, en el comedor del colegio.
- ✓ Disculparse, excusarse y pedir permiso a los educadores en las situaciones apropiadas.
- ✓ Observar a compañeros y compañeras de la clase cuando han mostrado conductas de cortesía; posteriormente habrá que recordar qué hicieron, cómo y cuándo.

## **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Un vecino le abre la puerta de la calle.
- Tropieza con su hermano en el pasillo

## **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Explicarle la importancia de dar las gracias, decir lo siento, pedir perdón, pedir disculpas, decir por favor, pedir permiso.
- Hablar sobre lo importante que es ser cortés y amable para el joven o adulto, los padres y los hermanos.
- Con qué personas y en que situaciones es necesario, conveniente o aconsejable ser amable y cortés

AREA 2  
HABILIDAD PARA HACER AMIGOS Y AMIGAS



## **HABILIDAD: REFORZAR A LOS OTROS**

**OBJETIVO:** Qué el/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down, diga alabanzas, elogios y cumplidos a otras personas.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Reforzar a los otros significa decir o hacer algo agradable a otra persona. Supone decirle que te gusta algo que esa persona tiene o algo que esa persona ha hecho o dicho. Puede ser algo referente a su aspecto, algo que esa persona dice, algo que esa persona hace o algo que ha logrado.

#### **Introducción:**

En una primera asamblea, el educador comentará a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down la importancia de esta habilidad con preguntas del tipo ¿Quién me dice un ejemplo de una alabanza a un compañero?, ¿Quién ha observado hoy a alguien en la clase diciéndole algo positivo a otro compañero? ¿Cómo crees tú que se ha sentido la persona que ha recibido un elogio?

#### **Pasos conductuales:**

Para reforzar a otras personas es preciso:

1. Mirar a la otra persona y sonreír.
2. Decir una frase o comentario de elogio y alabanza especificando qué alabas. Tiene una mochila preciosa; Sergio ¡que bien has dibujado en la clase de Arte!



3. Acompañar la frase con gestos, expresión facial, etc., acorde con lo que dices (sonrisa, entonación de admiración, palmadas en el hombro, guiño de ojos). Hay que pensar en lo que le gustaría a la otra persona.
4. Ser sincero, honesto y justo. Hay que alabar de acuerdo a lo que de verdad pensamos y sentimos.

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos sugeridos para el Modelado:

- ✓ Miguel Ángel se ha cortado el pelo y está francamente guapo.
- ✓ Una compañera te pregunta qué tal estás después de haber faltado a clases tres días por gripe. Quieres agradecerle su interés diciéndole algo agradable.
- ✓ Javier te ha ayudado a terminar el trabajo de clase. Quieres decirle algo positivo y agradable.

## **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al joven) y estar centrado en algo que los jóvenes o adultos hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

## **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ Alabar el esfuerzo de los compañeros en alguna tarea.
- ✓ Hacer elogios a los miembros de tu familia por algo que te guste de cada uno de ellos.
- ✓ Observar las veces qué haces cumplidos a otras personas.
- ✓ Felicitar a dos compañeros por alguna cosa especial que les ha pasado; por ejemplo: obtención de un premio, nacimiento de un sobrino.
- ✓ Observar qué hacen y dicen otras persona cuando se les alaba y se les hace un cumplido.

## **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Una celebración especial en casa.
- El logro de un miembro de la familia.

## **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Importancia de saber alabar a otros y hacerlo a menudo porque las personas que reciben elogios se encuentran a gusto con quien le elogia y tienden a estar más veces en compañía de él.
- Si no decimos elogios a los demás y sobre todo si decimos cosas negativas, las demás personas no quieren estar con nosotros y tienden a evitarnos y rechazarnos.

## **HABILIDAD: INICIACIONES SOCIALES**

**OBJETIVO:** Qué el/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down, inicie interacciones de juego, conversación o actividad con otro jóvenes o adultos en la clase, colegio o la comunidad.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Iniciar significa empezar a relacionarse con otra persona. Significa encontrar a alguien y pedirle que juegue, hable o realice una actividad con nosotros.

#### **Introducción:**

En una primera asamblea, el educador comentará a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down la importancia de esta habilidad comentándoles que es importante porque nos permite relacionarnos con más personas, conocer a gente y hacer nuevos amigos y amigas, pueden jugar con los demás al igual que se puede aprender cosas de ellos.

#### **Pasos conductuales:**

Para iniciar una relación con otra persona lo que hay que hacer es lo siguiente:

1. Decir y/o encontrar con que persona se quiere hablar, jugar o hacer algo.
2. Elegir el momento y lugar adecuado. Hay que asegurarse de que es momento adecuado para iniciar una interacción.
3. Acercarse a la otra persona, mirarla y sonreírla.
4. Decir o hacer algo que ayude a iniciar la interacción y hacerlo de tal forma que sea muy probable que la otra persona responda positiva y

agradablemente. Por ejemplo: saludar: ¡Hola!, presentarse: yo me llamo Juan o mi nombre es Carlos. Para entrar en conversación, pedir información a la otra persona, hacerle una pregunta: ¿Cómo te llamas?, ¿dónde vives?, ¿Cuántos años tienes?, ¿en que clase estas?

5. Una vez que se ha iniciado el juego, la conversación o la actividad con la otra persona, hay que contestar y responder adecuadamente a lo que va diciendo y pidiendo lo ideal es tratar de mantener la conversación o la actividad de manera que resulte agradable para ambos.
6. Si la otra persona no responde o nos rechaza y nos da una negativa y no quiere hablar con nosotros, algunas alternativas posibles son: insistir, cambiar la táctica, buscar otra persona.

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos sugeridos para el Modelado:

- ✓ Hay una compañera nueva en la clase y te gustaría hablar con ella.
- ✓ Te ha ocurrido algo importante y quieres contárselo a alguien.
- ✓ Susana, que va en bus, sentada al lado de Iván, quiere hablar con él y comentar sobre los preparativos de la fiesta del colegio.

## **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

#### **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al joven) y estar centrado en algo que los jóvenes o adultos hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

#### **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ Empezar a hablar con un compañero en la clase cuando el educador les permita hacer actividades libres.
- ✓ En el recreo, iniciar juegos o conversaciones con compañeros de otra clase.
- ✓ Iniciar un contacto a la salida del colegio con otros compañeros que viven cerca de tu casa, que van por el mismo camino que el tuyo.
- ✓ En el fin de semana, iniciar relación con al menos dos jóvenes de tu edad.

#### **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Al conocer personas nuevas.
- Al iniciar conversaciones.

#### **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Importancia de saber relacionarse con más personas, conocer gente y hacer nuevos amigos.
- Que sucede si no sabes iniciar una relación con otra persona.

## **HABILIDAD: UNIRSE AL JUEGO CON OTROS**

**OBJETIVO:** Qué el/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down, se una al juego o actividad de otros jóvenes o adultos y responda correctamente cuando otros se quieren unir a él/ella.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Esta habilidad es muy importante para los jóvenes y adultos con Síndrome de Down ya que les permitirá relacionarse con otras personas, conocer gente y hacer amigos y amigas. Si un joven o adulto no sabe como establecer contacto, cómo iniciar interacciones, no se aburre, puede jugar con los demás y puede aprender cosas de ellos.

#### **Introducción:**

En una primera asamblea el educador hace ver a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down la importancia de empezar una relación con otra persona, lo bien que se pasa juntos, lo que se aprende juntos, etc. y lo importante que es para iniciar una relación no quedarse quieto sin decir nada, siendo mejor, dirigirse a los demás y decirles lo que queremos, aunque cueste al principio. Si no les decimos lo que queremos, ellos no lo podrán adivinar.

#### **Pasos conductuales:**

Para iniciar una relación o unirnos al juego de otros:

1. Decidir con que personas quieres hablar, jugar o hacer algo.

2. Elegir el momento y el lugar adecuado. Acercarse, observar.
3. Acercarse, mirar y sonreír.
4. Decir algo que ayude a iniciar el contacto: un saludo: ¡hola! una presentación: me llamo.... para entrar en conversación: cómo te llamas, dónde vives, eres nuevo, hacer una invitación: ¿quieres jugar conmigo?, ¿Quieres ver este libro que tengo?
5. Una vez que se ha entrado en el juego, la conversación, etc., hay que contestar y responder adecuadamente, participar correctamente.
6. Al principio es conveniente imitar lo que hacen los otros, no proponer cambios bruscos.
7. Decir algo agradable y agradecer que nos hayan dejado participar.
8. Si no nos responden o nos dan una negativa, podemos: estar tranquilos, buscar otra estrategia, insistir pero sin molestar, buscar a otras personas.

Si otra persona quiere unirse a nuestra actividad:

1. Le aceptamos cordialmente su entrada (si les parece bien) y le decimos: ¡Claro! , ¡Por supuesto!
2. Si por lo que sea no queremos que entre, lo expresamos de modo cordial dando las razones de la negativa y disculpándose: lo siento el juego ya ha empezado” “no queremos que juegues porque no cumples con las reglas del juego”

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

### **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

### **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador informa a los jóvenes o adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable) y estar centrado en algo que los jóvenes o adultos con Síndrome de Down hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

### **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ En el recreo empezar a hablar con otros jóvenes de otras clases y unirse a la actividad que realicen ellos.
- ✓ Observar a personas que conversan y ver que hacen cuando otra persona quiere unírseles a la conversación.
- ✓ En el fin de semana practicar en el parque con otras personas.

### **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Mi hija está aburrida y quiere conversar con alguien.
- Vamos al parque y hay unos jóvenes conversando. Mi hijo quiere platicar con ellos.
- Vienen a casa unos amigos del hermano y quiere unirse a la conversación.

### **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Comentar por qué es importante para el joven o adulto con Síndrome de Down iniciar una conversación, juego u otra actividad con otras personas.



Las ventajas que tiene para ellos (estar más divertidos, compartir cosas, pasarlo bien) y también que ellos dejen que otras personas participen en sus actividades.

- Cuando y con quien es importante poner en práctica esta habilidad.
- La importancia de pedir a otros correctamente que nos dejen interactuar con ellos ya que así será más probable que acepten nuestra entrada.

## **HABILIDAD: AYUDA**

**OBJETIVO:** Qué el/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down, pida y preste ayuda a otras personas en las situaciones apropiadas.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Cuando nos relacionamos con otras personas, hay muchas situaciones en las que necesitamos pedir ayuda y otras en las que debemos ayudar a otros porque nos lo piden directamente o porque creemos que la otra persona lo necesita.

#### **Introducción:**

En la conversación con los jóvenes y adultos con Síndrome de Down les pediremos ejemplos de actividades que han pedido o prestado su ayuda. Prestar ayuda supone hacer algo a otra persona porque no puede hacerla ella sola. Es importante pedir bien la ayuda porque cuanto mejor lo pidamos, más posibilidades hay de que los demás respondan de forma positiva a nuestras peticiones. Si lo pedimos de forma inadecuada (con exigencias, de modo grosero, etc.) hay más probabilidades de que la otra persona nos lo niegue.

#### **Pasos conductuales:**

Para pedir ayuda los pasos a seguir son:

1. Asegurarse de que se necesita ayuda. No se puede hacer solo/a.
2. Determinar qué persona nos pueden ayudar y elegir de entre ellas a la que pensamos que nos puede ayudar mejor.

3. Acercarse a la persona, saludar y realizar la petición de ayuda mediante expresión verbal adecuada y lenguaje corporal congruente con lo que decimos. Hay que expresar lo que necesitamos. (utilizando un tono amable y cordial: sonrisa, expresión facial de acercamiento, gestos cordiales, como petición no como exigencia).
4. Agradecer y valorar cordialmente la ayuda recibida. Decir frases de agradecimiento y algún cumplido o alabanza. "Te lo agradezco muchísimo, Eres muy amable".
5. Buscar otras alternativas cuando la otra persona nos niega la ayuda. Por ejemplo: volver a repetir la petición de ayuda explicando más las razones, buscar otra persona.

Para prestar ayuda a otra persona que nos lo ha pedido, los pasos a seguir son:

1. Escuchar atentamente a la otra persona para entender bien lo que necesita.
2. Hacer lo que la otra persona necesita.
3. Hacerlo de tal manera que la otra persona se sienta cómoda.

Para prestar ayuda a otra persona porque interpretamos que necesita ayuda, aunque no nos lo haya pedido hay que hacer:

1. Acercarse a la otra persona y preguntarle si necesita ayuda.
2. Si nos dice que sí, hacer lo mismo que cuando se responde a una petición de ayuda.

Para negarse a una petición de ayuda, es preciso:

1. Prever las consecuencias que puede traer el negarse.
2. Exponer las razones de la negativa. Disculparse ante la otra persona.
3. Remitirla a otra persona que la pueda ayudar.

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos de Modelado:

- ✓ Leo está intentando subir la bici al portal y no puede hacerlo él solo.
- ✓ Estás disgustado porque en tu casa hay un problema. Quieres pedir ayuda y consejo a tu Profesor.
- ✓ La mochila de José Miguel pesa mucho. Te pide que le ayudes a colocársela.

## **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable) y estar centrado en algo que los jóvenes y adultos hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

## **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ Pedir ayuda a alguien de tu familia para hacer algo.
- ✓ Pedir ayuda a un compañero para hacer una tarea del colegio.
- ✓ Ayudar a tres personas que nos lo pidan.
- ✓ Ayudar a tres personas que vemos que necesitan ayuda.

- ✓ En casa, ofrecerse para prestar ayuda en algo que habitualmente no haces o no te gusta hacer.

### **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Su hermano le pide ayuda en ordenar su habitación
- Ayuda a sus padres cuando observa que necesitan de su ayuda.
- Pide ayuda cuando la necesita.

### **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Pedir y ofrecer ayuda son dos habilidades muy importantes para los jóvenes y adultos con Síndrome de Down y para todas las personas en general.
- Si pedimos ayuda de modo aceptable, podemos resolver problemas que se nos presentan en muchas ocasiones.
- Es importante pedir bien la ayuda porque cuanto mejor lo pidamos, mas posibilidades positivas hay de que las demás personas respondan de manera positiva a nuestras peticiones.

## **HABILIDAD: COOPERAR Y COMPARTIR**

**OBJETIVO:** Qué el/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down, cuando se relaciona con otras personas, coopere con ellos y comparta sus pertenencias.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

En la relación con otras personas es necesario poner en juego una serie de conductas y habilidades de cooperación y de compartir. La relación con los demás supone reciprocidad, intercambio, colaboración y cooperación para la realización de una actividad común. Compartir supone dar de lo nuestro poner a disposición de los demás, prestar, saber dejar y recibir.

#### **Introducción:**

En la conversación con los jóvenes y adultos con Síndrome de Down les pediremos ejemplos de actividades que han realizado de forma cooperativa, trabajos cooperativos, conductas de compartir, qué es lo que más les cuesta compartir con los demás etc.

#### **Pasos conductuales:**

Para Cooperar y Compartir con otras personas hay que hacer muchas cosas entre las que señalamos:

1. Participar activamente en la actividad facilitando su desarrollo. Por ejemplo: ofrecer sugerencias para realizar la actividad, aceptar las sugerencias y peticiones de los otros, aportar ideas nuevas para mejorar la actividad.

2. Pedir ayuda y ser sensible a las necesidades de los otros. Ofrecer apoyo, ayuda y responder a las necesidades y peticiones de ayuda de los otros.
3. Seguir las normas que se han establecido.
4. Participar con un tono amistoso, cordial, positivo de forma que el contacto llegue a ser agradable y mutuamente satisfactorio y todos los participantes disfruten de la relación.
5. Ser buen ganador o perdedor (aceptar la derrota, felicitar al ganador)
6. Ofrecer y prestar tus objetos personales a los otros.
7. Utilizar adecuadamente y cuidar los objetos personales que te prestan los demás.
8. Cuando hablemos de prestar algo a los demás se destacarán las actitudes de: hacerlo de buena gana (hoy por ti mañana por mí).
9. Explicar a la otra persona el modo de utilización del objeto prestado (si procede) y cuando lo tiene que devolver.

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos de Modelado:

- ✓ A un compañero se le han olvidado el estuche y necesita pinturas.
- ✓ Dejas prestada la bicicleta a un amigo.

## **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

#### **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable) y estar centrado en algo hayan realizado bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

#### **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ Observar a otras personas que cooperan y comparten actividades.
- ✓ En el fin de semana compartir objetos personales, propina o materiales de trabajo con otros jóvenes.
- ✓ En el trabajo de clase cooperar con otros compañeros.

#### **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Su hermano le pide las golosinas que ella tiene.
- Tiene que hacer las tareas que le han asignado de la casa.
- Preparamos una fiesta y él o ella tiene que participar.

#### **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Cooperar implica y supone la colaboración de y con otras personas para la realización de una actividad común.
- Compartir implica principalmente: ofrecer o dar un objeto a otra persona, utilizar conjunta y coordinadamente un objeto, prestar sus cosas a los otros y pedir prestado a otros.
- Las persona que cooperan y comparten con los otros, se hacen agradables y amistosos y son muy bien aceptados por los demás.



AREA 3  
HABILIDADES CONVERSACIONALES



## **HABILIDAD: INICIAR, MANTENER Y TERMINAR CONVERSACIONES**

**OBJETIVO:** Qué él/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down sepa iniciar, mantener y terminar conversaciones con otras personas de forma adecuada y cordial.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Las habilidades conversacionales son el soporte fundamental de las interacciones con otras personas, para que estas sean efectivas. Por medio de la expresión verbal expresamos nuestros sentimientos, negociamos un conflicto, interactuamos con el otro.

#### **Introducción:**

El diálogo en la asamblea se dirige hacia la importancia de conversar adecuadamente con otros. El educador preguntará a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down sobre cómo se inicia una conversación, lo que hacemos para iniciarla, para mantenerla y para terminarla.

#### **Pasos conductuales:**

Para iniciar una conversación hay que hacer las siguientes cosas:

1. Decidir y elegir la persona con la que se va a hablar, el momento y el lugar adecuado y el tema de conversación.
2. Acercarse a la otra persona y dirigirse a ella de forma correcta: mirarla, sonreír, saludar, presentarse (si es desconocida).
3. Utilizar una conducta verbal y no verbal (gestual, corporal) ajustada con el mensaje o tema que queremos transmitir.

### **Para mantener la conversación (una vez iniciada):**

4. Recibir y comprender lo que dice el otro:

a). Escuchar lo que te dice: (prestarle atención, dar señales de escucha activa: “si, si,...”, movimientos afirmativos de cabeza).

b) Escuchar cómo te lo dice (sentimientos y emociones del otro, ¿cómo se siente? Identificar indicios para continuar la conversación, cambiar de tema o cortar.)

c) hacer preguntas si no se entiende algo

5. Responder a lo que te dice el otro y expresar lo que tú piensas y sientes.

6. Formas de mantenimiento de la conversación:

- Por turnos: hablar, escuchar, preguntar, explicar.
- Haciendo todo lo posible para sentirse a gusto los dos: sonreír, cordialidad, tono amistoso.
- Cambiar de tema cuando se considere oportuno (por aburrimiento, delicadeza, repetición)

### **Para terminar la conversación:**

7. Exponer a la otra persona que tienes que terminar la conversación (dar razones). Excusarse.

8. Si se estima así, decir a la otra persona que has disfrutado con la conversación. Comunicarle que te gustaría volver a hablar con ella, si puede.

9. Despedirse

### **Para responder a otro compañero que quiere hablar con nosotros hay que:**

- Responder al saludo.
- Responder a la iniciación que la otra persona nos hace.
- Disculparse si no se puede o no se quiere conversar.
- Agradecerle su invitación a hablar.

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos:

- ✓ A llegado un compañero nuevo a clase después de las vacaciones de verano y quieres hablar con él
- ✓ Tienes un problema y quieres hablar con una amiga para que te de su opinión.
- ✓ María está aburrida con la conversación que tiene con sus amigas porque no le interesa mucho, quiere cortar y proponer bailar en el jardín.

## **3. ENSAYO CONDUCTUAL. ROLE-PLAYING. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones, distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable) y estar centrado en algo hayan realizado bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

## **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ En el recreo iniciar una conversación con un joven de otra clase.
- ✓ Observar, con discreción, los gestos y lo que hacen dos personas que mantienen una conversación,

- ✓ comprobar las diferentes conductas cuando se habla y cuando se escucha.
- ✓ Terminar conversaciones: con un joven con el que no quieres hablar y una conversación agradable.

**SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Está en el parque y quiere hablar con otra persona.
- Vienen a casa unos amigos del hermano.
- Hablamos en casa de algún tema familiar que nos preocupa.
- Está hablando con su hermana y es la hora de ir al colegio.
- Está hablando con alguien y se está aburriendo.

**PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Importancia de saber conversar y hacerlo adecuadamente.
- Saber escuchar lo que nos dicen las otras personas.
- Importancia de utilizar frases, palabras o gestos adecuados, cordiales y amables, al inicio, durante y al final de una conversación.

## **HABILIDAD: CONVERSACIONES DE GRUPO**

**OBJETIVO:** Qué él/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down participe adecuadamente en conversaciones de grupo.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Aprender a conversar en grupo es imprescindible en cualquier contexto. Es necesario dialogar con los jóvenes y adultos con Síndrome de Down sobre los pasos adecuados para adquirir esta habilidad.

#### **Introducción:**

En asamblea, se hace ver la necesidad y la importancia de establecer unos criterios para participar en la conversación del grupo, se piden ejemplos de cómo creen que hay que hacer, otros de hacerles ver lo que hacen cada uno cuando intervienen en la conversación grupal, etc.

#### **Pasos conceptuales:**

Para participar en una conversación de grupo es necesario:

1. Escuchar lo que se dice. Esto implica:
  - Escuchar atentamente sin interrumpir.
  - Tolerar y respetar las ideas de los otros. Escuchar las ideas y opiniones aunque no se compartan.
  
2. Intervenir en la conversación. Esto supone:
  - Exponer correctamente las propias ideas y opiniones: Ser breve, claro, conciso, no repetirse.
  - Hacer comentarios y observaciones relevantes sobre el tema.

- Utilizar un lenguaje corporal acorde (tono de voz, contacto ocular).
- Manifestar acuerdo o desacuerdo de modo amistoso y cordial.
- Intervenir en el momento adecuado, es decir cuando te han dado el turno de palabra y cuando es acorde al desarrollo de la conversación.
- Respetar las normas establecidas por el grupo, por ejemplo: levantar la mano para pedir la palabra, respetar el turno, ser breve, etc.

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos para el modelado:

- ✓ Debatir un hecho ocurrido en clase o en el colegio.
- ✓ Hablar sobre una noticia.

## **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable) y estar centrado en algo hayan realizado bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

## **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ Hacer una lista de situaciones en las que has participado últimamente en conversaciones de grupo fuera del colegio.
- ✓ Participar durante el fin de semana en una conversación de grupo.
- ✓ Observar en la televisión un debate o discusión y recordar o anotar con la ayuda de un miembro de tu familia lo que se ha hecho adecuadamente y lo que no ha sido adecuado según los pasos dados.

## **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Cuando se reúne con otras personas.
- En una reunión familiar.

## **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Una conversación de grupo, es una conversación en la que intervienen varias personas.
- Comentar y practicar en las conversaciones que se tienen en casa entre la familia, las normas de participación en una conversación de grupo: levantar la mano para hablar, respetar el turno, no repetir, ser breve, etc.



AREA 4  
HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS, EMOCIONES  
Y OPINIONES



## **HABILIDAD: AUTOAFIRMACIONES POSITIVAS**

**OBJETIVO:** Qué él/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down se diga a sí mismo y exprese ante los demás afirmaciones positivas sobre sí mismo en situaciones adecuadas.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Decir cosas positivas de nosotros mismos es muy importante porque hace que nos sintamos bien, nos valoraremos y nos demos ánimos a nosotros mismos. Si estas cosas se las decimos a los demás, nos valorarán y nos hará sentir seguros, con confianza para emprender cosas nuevas con un enfoque agradable sobre lo que se emprende y lo que ya se ha logrado ya que construye la confianza en uno mismo y favorece la autoestima.

Decir cosas negativas nos impide ver realmente cómo somos y nos bloquea para emprender nuevas cosas con confianza en que lo lograremos.

#### **Introducción:**

En la clase, el educador orientará a los alumnos sobre la aplicación de esta habilidad en su vida, pondrá ejemplos de autoafirmaciones positivas y negativas para que vayan discriminando entre ellas como:

¿Te dices alguna vez cosas bonitas de ti mismo?

¿Qué cosas te dices?

¿Cómo te sientes?

¿Te dices cosas como? “qué bien lo hago, “me esfuerzo mucho y lo he logrado”

¿Te dices cosas como? “soy un desastre, “ya he vuelto a meter la pata”.

¿Se las dices alguna vez a otras personas?

¿Qué les dices?

¿Cómo te sientes?

### **Pasos Conductuales:**

Para hacer autoafirmaciones positivas ante otras personas hay que:

1. Determinar si es el momento y lugar adecuados para decir algo positivo sobre uno mismo.
2. Decir una frase o expresión verbal que afirme algo agradable de uno mismo (p. ej. soy muy trabajadora).
3. Utilizar lenguaje corporal y comunicación no verbal acorde a la expresión verbal (expresión de cara agradable, voz firme y cordial, contacto ocular).
4. Ser sinceros, honestos y justos en las cosas positivas que decimos.

Para aumentar las veces en que uno se dice a sí mismo cosas positivas (y por lo tanto reducir las cosas negativas y desagradables que uno se dice), lo que se puede hacer es:

- Hacer una lista con las cosas positivas que sabemos que tenemos.
- Leerla frecuentemente.
- Aumentarla con cosas nuevas cada día.
- Interrumpir los pensamientos negativos sobre uno mismo.

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

### **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down mediante dramatizaciones practican distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

### **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable) y estar centrado en algo que hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

### **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ Mandar que los alumnos hagan durante el fin de semana una lista con 5 cosas positivas de uno mismo.
- ✓ Poner la lista en un sitio visible de su habitación.
- ✓ Leérselas varias veces al día. Ponerse una señal cada vez que se vaya teniendo un pensamiento positivo.
- ✓ Incrementarla con las cosas que se les vayan ocurriendo.
- ✓ Traer al colegio para leer en la siguiente clase.

### **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Ha conseguido alguna cosa después de esforzarse.
- Va a iniciar algo que es difícil y debe decirse las cosas positivas que tiene para motivarse.

### **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Hacer Autoafirmaciones Positivas significa decir cosas positivas, agradables y bonitas de nosotros mismos. Las afirmaciones positivas pueden decirse a uno mismo y a los demás.
- Conceptos por los que se pueden decir algo positivo: logros y mejoras personales, aspecto físico, trabajo, rendimiento, esfuerzo, comportamiento en general, relación con otras personas, etc.
- Decirnos y afirmar cosas positivas es muy importante porque hace que nos sintamos bien, nos valoraremos y nos demos ánimos a nosotros mismos. Si Estas cosas se las decimos a los demás, nos valorarán y nos hará sentir seguros con confianza para emprender cosas nuevas con un enfoque agradable sobre lo que se emprende y lo que ya se ha logrado ya que construye la confianza en uno mismo y favorece la autoestima.
- Decir cosas negativas nos impide ver realmente cómo somos y nos bloquea para emprender nuevas cosas con confianza en que lo lograremos.
- Es de gran importancia que en la familia se expresen autoafirmaciones positivas.

## **HABILIDAD: EXPRESAR / RECIBIR EMOCIONES**

**OBJETIVO:** Qué él/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down en situaciones interpersonales, exprese, identifique y responda a sus emociones, sentimientos y afectos y a los de los demás.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Expresar emociones significa saber comunicar a otras personas cómo nos sentimos, qué emociones tenemos para que la otra persona reaccione adecuadamente.

Recibir emociones significa que nosotros sepamos responder adecuadamente ante las emociones, sentimientos de las otras personas.

#### **Introducción:**

En la clase el educador, orientará a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down en sentido de ponerse en el lugar de otras personas para recibir o expresar sus emociones. Se hará valorar la importancia que supone esta habilidad, tanto para sentirse escuchado, apoyado y comprendido como para que lo estén los demás cuando nos comunican sus emociones.

#### **Pasos conductuales:**

Para expresar emociones, sentimientos o afectos lo que hay que hacer es:

1. Darse cuenta de la emoción. Para ello hay que observarse a sí mismo.  
¿Qué me pasa?, ¿qué siento?, ¿qué me digo?

2. Dar las razones, las causas y los antecedentes de esa emoción. ¿Por qué me siento así?, ¿qué ha ocurrido antes?, ¿qué hice?, ¿Qué dije?, ¿Qué dijo o hizo la otra persona?
3. Expresar esa emoción o sentimiento con expresión verbal adecuada y lenguaje corporal oportuno. Esto supone:
  - Buscar el lugar adecuado
  - Describir breve y claramente cómo te sientes.
  - Dar las razones y causas de ese sentimiento (si es oportuno).
  - Agradecer a la otra persona por escucharte.
4. Buscar modos para:
  - Mantener y/o intensificar la emoción (si es positiva).
  - Reducir y/o eliminar la emoción (si es negativa), a través de autocontrol, pedir ayuda, relajación.

Para responder a las emociones, sentimientos y afectos de otra persona hay que:

1. Identificar emociones y sentimientos positivos y negativos en las otras personas:
  - Observando lo que la otra persona hace, mirando su expresión corporal (cara, manos, etc.)
  - Escuchar lo que la otra persona te dice. Permitir que la otra persona exprese sus sentimientos y te comunique la emoción: ¿qué dice?, ¿cómo habla?
2. Ponerse en el lugar de la otra persona para comprender sus sentimientos.
3. Responder adecuadamente, con expresión verbal y lenguaje corporal ¿Qué se puede hacer para que la otra persona se sienta mejor?

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

- (a) Las señales corporales que acompañan a la emoción (expresión facial, gestos corporales, respiración, movimientos).
- (b) Los pensamientos que acompañan a la emoción (¿qué me digo a mí mismo?, ¿qué pienso?).
- (c) Los sucesos antecedentes que han desencadenado la emoción.

Ejemplos sugeridos para Modelado:

- ✓ El profesor te ha felicitado públicamente por tu Arte. Estás muy contento y quieres contárselo a tu amiga.
- ✓ Estás preocupado y disgustado porque Javier te ha acusado de algo que tú no has hecho. Quieres que Javier sepa que estás disgustado.
- ✓ Carme está extraña. Quieres saber que pasa. Tratas de ponerte en su lugar.
- ✓ Fernanda se ha enfadado contigo y te esta “echando una bronca”

## **3. ENSAYO CONDUCTUAL. ROLE-PLAYING. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones, distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador durante y después de la práctica va informando a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de cómo han identificado en los demás los sentimientos, emociones y afectos. En este proceso alaba y refuerza las conductas correctas.



## **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ Di y/o escribe tres cosas por las que tú te sientas alegre, preocupada, triste, enojada, feliz, etc.
- ✓ Expresar enfado a un amigo por algo que te ha hecho y no te ha gustado.
- ✓ Observar y/o anotar como te sientes después de una crítica.
- ✓ Ser “detective” y adivinar como se sienten y se encuentran las personas que nos rodean (familia, amigos, profesores o vecinos).

## **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- En las que se le hace o recibe una crítica.
- En las que se le hace o recibe un elogio o alabanza.

## **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Diferenciar entre emociones y sentimientos positivos o agradables (alegría, tranquilidad, felicidad) y emociones negativas o desagradables (enfado, aburrimiento, miedo, nervios).
- Importancia de: Fijarse en las señales corporales que acompañan la emoción (la cara, las manos, los movimientos, etc.)
- Los pensamientos que acompañan a la emoción: ¿Qué digo?, ¿Qué hago?
- Ponerse en el lugar de la otra persona, para adoptar su punto de vista, comprender como se siente y por qué actúa así.
- Derecho a la privacidad de las emociones y sentimientos, pero conveniencia de expresar el propio estado emocional porque ayuda a relacionarse mejor con los demás.

## **HABILIDAD: DEFENDER LOS PROPIOS DERECHOS**

**OBJETIVO:** Qué él/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down defienda sus derechos adecuadamente en las situaciones en que no son respetados.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

La defensa de los propios derechos incluye habilidades como: dar una negativa y decir no a otras personas, hacer y responder a quejas o reclamaciones, hacer peticiones o ruegos y pedir que otras personas cambien su conducta.

La persona que no sabe defender sus derechos, resultará dominado o amenazado y los demás no le respetarán. El joven o persona que sistemáticamente adopta posturas de pasividad e inhibición cuando sus derechos son violados, se encontrará descontento y se valorará poco; los otros se aprovecharán de él y le tratarán injustamente.

La persona que defiende y hace valer sus derechos, se valora a sí mismo y hace que los demás le valoren más, le tengan en cuenta y respeten sus deseos y sus gustos.

La defensa de nuestros derechos implica respetar los derechos de los demás. Importancia de responder adecuadamente ante la defensa que las otras personas hacen de sus derechos.

#### **Introducción:**

En la clase el educador habla con los jóvenes y adultos con Síndrome de Down sobre los puntos anteriores.

### **Pasos conductuales:**

Para defender los propios derechos es necesario:

1. Conocer tus derechos.
2. Darse cuenta de que en esa situación no te están respetando.
3. Comunicar a la otra persona que quieres que se respeten tus derechos: es decir, hay que dar una negativa, expresar una queja, para ello, es necesario:
  - Buscar el momento y el lugar adecuado.
  - Utilizar expresión verbal correcta: expresión directa, clara y sin rodeos.
  - Utilizar lenguaje corporal seguro: voz firme y tranquila, contacto ocular, distancia cercana al interlocutor.
4. Pedir un cambio en su conducta: hacer sugerencias o peticiones para que la otra persona actúe de forma que respete tus derechos.
5. Agradecer a la otra persona el que te haya escuchado.

Para responder a la defensa de los derechos que hacen los demás:

1. Escuchar con atención e interés lo que dice la otra persona.
2. Ponerse en su lugar y comprender su punto de vista.
3. Controlar el enfado y/o la sensación desagradable que nos produce escuchar lo que nos dice la otra persona.
4. Actuar en consecuencia:
  - Ceder si es necesario y hacerlo de buena forma.
  - Negarse si no es oportuno lo que nos pide la otra persona.

## **2. MODELADO**

El educador modelará distintos ejemplos de cada una de las habilidades que conforman la defensa de los propios derechos. Es necesario que en el proceso de modelado, utilice autoinstrucciones, es decir que vaya modelando en voz alta lo que se va diciendo a sí mismo cuando va ejecutando la conducta.

Es importante que el profesor modele expresiones y modismos que se pueden utilizar en estas situaciones:

“Perdona, pero ahora no puedo ir...”

“Lo siento, hoy no puedo.....”

¿Te importaría dejar de?.....; me estás molestando. Gracias”

## **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down mediante dramatizaciones de distintas situaciones ponen en práctica la habilidad.

## **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

Mientras que los jóvenes y adultos con Síndrome de Down van ensayando y practicando, el educador les va dando información de su ejecución, proporcionando al mismo tiempo reforzamiento social (elogios, alabanzas) por las conductas correctas.

## **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ Defender tus opiniones.
- ✓ Hacer una lista verbal o escrita de frases adecuadas para dar una negativa o decir que no a otras personas.
- ✓ Durante la semana aprovechar las situaciones adecuadas para hacer dos quejas y dar dos negativas de modo correcto.
- ✓ Durante la semana, responder de modo cordial y positivo cuando te pidan algo que tú no quieres hacer.

## **DERECHOS ASERTIVOS**

1. Tienes derecho a ser juez de tus propias emociones, pensamiento y comportamiento así como de la ejecución y consecuencias de lo que sientes, piensas y haces.
2. No tienes que dar excusas a todo el mundo por lo que haces.
3. Si las cosas van mal, no es necesariamente por culpa tuya.
4. Puedes cambiar de opinión si te sientes incómodo.
5. Cuando cometes un error puedes admitirlo sin avergonzarte.
6. No tienes obligación de saberlo todo, puedes decir no lo sé sin sentirte mal.
7. No tienes por que ser amigo de todos, ni tiene por que gustarte lo que todo el mundo hace.
8. No tienes por qué demostrar a nadie que tienes razón
9. No tienes que entenderlo todo y puedes decir no lo entiendo sin sentirte mal.
10. No es necesario que seas perfecto, y no tienes por que sentirte mal cuando eres simplemente tú.

## **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Tiene que negarse a algo que le pide su hermano.
- En la calle otro niño le abusa.

## **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- La defensa de los propios derechos incluye habilidades como: dar una negativa y decir no a otras personas, hacer y responder a quejas y reclamaciones, hacer peticiones o ruegos y pedir que otras personas cambien su conducta.

- El joven o adulto con Síndrome de Down que no sabe defender sus derechos, resultará abusado o amenazado y los demás no le respetarán.
- El joven o adulto con Síndrome de Down que sistemáticamente adopta posturas de pasividad e inhibición cuando sus derechos son violados, se encontrará descontento y se valorará poco; los otros se aprovecharán de él y le tratarán injustamente.
- El joven o adulto con Síndrome de Down que defiende y hace valer sus derechos, se valora a sí mismo y hace que los demás le valoren más, le tengan en cuenta y respeten sus deseos y sus gustos.
- La defensa de nuestros derechos implica respetar los derechos de los demás.
- Importancia de responder adecuadamente ante la defensa que las otras personas hacen de sus derechos.

## **HABILIDAD: DEFENDER LAS PROPIAS OPINIONES**

**OBJETIVO:** Qué él/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down defienda sus opiniones ante otras personas adecuadamente en las situaciones en que es adecuado hacerlo.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Defender las propias opiniones significa manifestar a las otras personas tu visión personal, tu punto de vista, tus ideas y tu postura respecto a determinados temas o situaciones. La defensa de las propias opiniones a veces no es fácil porque cada persona puede opinar de una manera diferente.

#### **Introducción:**

En la clase el educador explica a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down sobre el derecho a defender las propias opiniones, pero tenemos que hacerlo de modo adecuado, esto es, de forma cordial y positiva sin ser rígidos, sin imponer nuestra opinión ni someter a los demás. También es importante respetar correctamente las opiniones de los otros; aunque no estemos de acuerdo con ellas, aceptamos y toleramos que los otros opinen de distinta manera.

#### **Pasos conductuales:**

Para defender las propias opiniones es necesario:

1. Hacerse atender por las otras personas. “Escúchame un momento”.

2. Decir lo que piensas sobre el tema o la situación de que se trate. Exponer tus puntos de vista y tu visión personal. Para ello es necesario:
  - Utilizar frases cortas, mensajes claros y breves, tono de voz firme, pero cordial, amistoso y agradable,
  - Hablar pausadamente, sin atropellos, (Mi opinión sobre este tema es...).
3. Defender tus opiniones si son ignoradas o criticadas (repite otra vez tu mensaje si es necesario tratando de sintetizar, añade más información).
4. Matiza tu lenguaje corporal para que el mensaje tenga más fuerza. (Me gustaría que tuvieras en cuenta mi opinión sobre el tema).

Para desistir con otra persona porque no se está de acuerdo con su opinión lo que hay que hacer es:

1. Escuchar correctamente las ideas de la otra persona. ¡Si no escuchamos bien, no sabremos lo que opina!
2. Expresar el desacuerdo de modo cordial y amistoso, ¡Sin enojarse!, “No estoy de acuerdo contigo, respeto tu opinión, pero mi punto de vista es diferente”.

## **2. MODELADO**

El educador modelará distintos ejemplos de cada una de las habilidades que conforman la defensa de las propias opiniones. Es necesario que en el proceso de modelado, utilice autoinstrucciones, es decir que vaya modelando en voz alta lo que se va diciendo a sí mismo cuando va ejecutando la conducta.

Ejemplos de Modelado

- ✓ Te has cortado el pelo y pides su opinión a tus dos mejores amigos.



- ✓ Andrés te lleva la contraria en un tema de futbol. Quieres explicarle y aclararle tu opinión.
- ✓ Estas preparando actividades a realizar en clase. Tú no estás de acuerdo con lo que Martha dice. Quieres que se tenga en cuenta tu opinión.

### **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down mediante dramatizaciones de distintas situaciones ponen en práctica la habilidad.

### **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

Mientras que los jóvenes y adultos con Síndrome de Down van ensayando y practicando, el educador les va dando información de su ejecución, facilitando al mismo tiempo reforzamiento social (elogios, alabanzas) por las conductas correctas.

### **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ Defender tus opiniones.
- ✓ Observar cómo otras personas (jóvenes, niños y adultos) defienden sus opiniones.
- ✓ En el fin de semana, manifestar tu opinión correctamente en tres situaciones en que sea adecuado hacerlo.
- ✓ Manifestar tu desacuerdo con la opinión de otros compañeros. Empezar haciéndolo en las situaciones que te resulten más fáciles.

### **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Tiene que defender su opinión en una conversación con su hermano.
- Defiende su opinión en la selección de la ropa para ir a una reunión familiar.

**PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- La defensa de las propias opiniones incluye habilidades como: hacerlo de forma cordial y positiva sin ser rígidos o imponentes.
- El joven o adulto con Síndrome de Down que no sabe defender sus opiniones, resultará abusado o amenazado y los demás no le respetarán.

AREA 5

HABILIDADES DE SOLUCIÓN DE PROBLEMAS INTERPERSONALES



## **HABILIDAD: IDENTIFICA PROBLEMAS INTERPERSONALES**

**OBJETIVO:** Qué él/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down identifique los problemas interpersonales que tiene cuando se relaciona con otras personas.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Identificar un problema interpersonal significa reconocer que existe una situación conflictiva con otra u otras personas y supone además, delimitar y especificar exactamente cuál es el problema.

#### **Introducción:**

En la clase el educador va haciendo preguntas a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down para que identifiquen problemas que habitualmente tienen en sus relaciones con las demás personas. El Educador establecerá un diálogo para que el joven o adulto con Síndrome de Down delimite, especifique y formule su problema, los sentimientos y pensamientos que tiene en esa situación conflictiva, los sentimientos y pensamientos que atribuye a los demás y que piense en los motivos que originaron el problema.

#### **Pasos conductuales:**

Para Identifica, delimitar y especificar un problema interpersonal es necesario dar respuesta a las siguientes preguntas:

1. ¿Cuál es el problema?, ¿Qué ocurre en esta situación?, ¿Qué ha pasado?
2. ¿Qué hiciste/dijiste?, ¿Por qué hiciste eso?

3. ¿Qué hizo/dijo la otra persona?, ¿Por qué crees tú que hizo/dijo eso?
4. ¿Por qué pasó eso?, ¿Cuál es el motivo?, ¿Qué piensas tú que causó el problema?
5. ¿Cómo te sientes?, ¿Por qué?
6. ¿Cómo crees que se siente la otra persona?, ¿Por qué?
7. ¿Qué pensaste en ese momento?, ¿Qué ti dijiste a ti mismo?
8. ¿Qué crees que pensó la otra persona?
9. ¿Qué quieres lograr tú?, ¿Por qué?
10. ¿Qué quieres que haga la otra persona?, ¿Por qué?

## **2. MODELADO**

El educador modelará distintos ejemplos de cada una de las habilidades que conforman la identificación de un problema interpersonal. Es necesario que en el proceso de modelado, utilice autoinstrucciones, es decir que vaya modelando en voz alta lo que se va diciendo a sí mismo cuando va ejecutando la conducta.

### **Ejemplos de Modelado**

- ✓ Dos compañeros no te dejan jugar fútbol en el tiempo libre.
- ✓ Pedro te acusa a al educador de algo incorrecto que has hecho y él educador no se había enterado.
- ✓ A Juan se le han perdido sus crayones y te acusa de haberlos tomado.

## **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down mediante dramatizaciones de distintas situaciones ponen en práctica la habilidad.

## **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

Mientras que los jóvenes y adultos con Síndrome de Down van ensayando y practicando, el educador les va dando información de su ejecución,

proporcionando al mismo tiempo reforzamiento social (elogios, alabanzas) por las conductas correctas.

## **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ Escribir o decir problemas que has tenido en los últimos días con otros compañeros.
- ✓ Observarte a ti mismo qué haces, dices, piensas, sientes cuando tienes un problema con otras personas.
- ✓ Observar a otros jóvenes/adultos en situaciones conflictivas. Interpretar cómo se siente cada persona.
- ✓ Recortar de revistas ejemplos de situaciones que reflejan problemas entre distintas personas, principalmente entre jóvenes.

## **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Identificar un problema y analizar la situación conflictiva.
- Reconoce emociones y pensamientos de otras personas.
- Dialoga sobre las situaciones que le causan problemas o conflicto.

## **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- El joven o adultos con Síndrome de Down toma en cuenta cómo se sienten las otras personas cuando tienen un problema interpersonal.
- Acepta su responsabilidad en los conflictos con otras personas.
- Identifica motivos que provocan la situación problemática.

## **HABILIDAD: SOLUCIONAR PROBLEMAS INTERPERSONALES**

**OBJETIVO:** Qué él/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down resuelva problemas interpersonales que tiene cuando se relaciona con otros.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

El entrenamiento en la resolución de problemas constituye una estrategia muy positiva, no sólo porque el joven y adulto con Síndrome de Down aprende a manejarse en situaciones de conflicto con otras personas, sino porque además, le ayuda a completar y favorecer su pensamiento reflexivo.

#### **Introducción:**

El educador en la clase hace preguntas, para que los jóvenes y adultos con Síndrome de Down identifiquen problemas que habitualmente tienen en su relación con otros jóvenes o adultos. Nos centraremos en concreto, en un problema del día de hoy o lo más cercano posible, y dialogaremos para que el joven o adulto con Síndrome de Down especifique y formule el problema, los sentimientos y pensamientos que tienen en esa situación, los sentimientos y pensamientos que cree que tiene la otra persona, los motivos que lo han podido originar, las posibles soluciones que puede tener y la búsqueda de la mejor solución para resolverlo.

### **Pasos conductuales:**

Para resolver problemas interpersonales es necesario:

1. Controlar el impulso inicial. Detenerse y pensar antes de actuar.
2. Identificar y definir el problema que se tiene:
  - ¿Cuál es el problema?
  - ¿Qué ha ocurrido?
  - Los motivos, causas
  - ¿Qué piensa cada uno?
  - ¿Qué siente cada uno? Emociones. Estados de ánimo
  - Definir objetivos: lo que queremos conseguir ante la situación conflictiva
3. Buscar muchas alternativas de posibles soluciones: ¿Qué se puede hacer?
4. Pensar en las posibles consecuencias (positivas/negativas) de cada una:  
¿Qué ocurriría si yo...?
5. Seleccionar la mejor solución: ¿Cuál es la mejor solución?
  - Que sea razonable
  - Justa
  - Que resuelva el conflicto
  - Que beneficie a todos
6. Ponerla en práctica.
7. Evaluar los resultados obtenidos.

El Educador guiará a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down para que diferencie entre:

- Inicio del conflicto por él mismo
- Inicio del conflicto por otros y respuesta que da cuando otro le provoca o rechaza.



## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos para modelado:

- ✓ A María le tiran del pelo para hacer que se enoje.
- ✓ Álvaro lleva gafas con cristales gruesos y algunos compañeros se ríen de él. ¿Qué puede hacer Álvaro? ¿Y los demás?
- ✓ En el comedor del colegio a Ana le han escondido la cartera. Saber quien ha sido.
- ✓ Luisa y Fernando se llevan mal. Se insultan a menudo. ¿Qué puede hacer cada uno de ellos?

## **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones, distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

En la retroalimentación o feedback, el educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable) y estar centrado en algo que los jóvenes o adultos hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

## **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ Escribir/decir problemas que has tenido en los últimos días con otros jóvenes.
- ✓ Observarse a sí mismo: lo que haces, dices, piensas, sientes cuando tienes problemas con otros.

- ✓ Observar a otros jóvenes/adultos en situaciones conflictivas. Interpretar como se siente la otra persona.
- ✓ Comentar con otros jóvenes o adultos de confianza algún problema que te preocupe.
- ✓ Pensar o hacer una lista con muchas alternativas para solucionar un conflicto con tus padres/educadores. Valorar la mejor de todas ellas y ponerla en práctica.

### **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Situaciones en las que entra en conflicto con otros jóvenes o adultos.

### **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Resolver un problema interpersonal significa reconocer que existe una situación conflictiva con otras personas, supone además delimitar y especificar exactamente cuál es el problema, buscar soluciones posibles, elegir la mejor y ponerla en práctica.
- Observar que problemas suelen tener nuestros hijos e hijas con otros (agresión, rechazo, molestia, provocación).
- Observar que es lo que hacemos nosotros cuando nuestro hijo tiene un problema con otra persona.

## **HABILIDAD: ANTICIPAR CONSECUENCIAS**

**OBJETIVO:** Qué él/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down, en una situación de conflicto interpersonal, tenga en cuenta las posibles consecuencias de sus actos y de de los demás.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Anticipar consecuencias cuando se tiene un problema interpersonal consiste en prever las consecuencias de nuestros actos y de los actos de los demás y considerarlas o tenerlas en cuenta antes de actuar. Se trata de reflexionar y pensar lo que posiblemente sucederá después de poner en práctica cada alternativa de solución, es decir pensar qué posible consecuencias tiene cada solución.

#### **Introducción:**

El educador en la clase explica para que los jóvenes y adultos con Síndrome de Down comprendan que las consecuencias pueden ser positivas y negativas. Al igual que es importante tener en cuenta las consecuencias para uno mismo y para las otras personas que intervienen en el conflicto. Es importante que los jóvenes y adultos con Síndrome de Down aprendan a ponerse en el lugar de la otra persona.

#### **Pasos conductuales:**

Para anticipar consecuencias cuando se tiene un problema interpersonal, es necesario tener en cuenta cada posible solución y dar respuesta a las siguientes preguntas:

1. Si yo hago esto... ¿Qué puede ocurrir después?
2. Si la otra persona hace eso. ¿Qué puede ocurrir después?
3. ¿Qué crees tú que puede suceder después?, ¿Qué harás o dirás?, ¿Qué harán o dirán las otras personas?

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos para modelado:

- ✓ Elena te acusa de algo que tú no has hecho.
- ✓ Eduardo y sus amigos los retan a una pelea a ti y a tus amigos.
- ✓ Raquel te echa del partido de baloncesto.
- ✓ Has roto el maquillaje de Paula.

## **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones, distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

En la retroalimentación o feedback, el educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable) y estar centrado en algo que los jóvenes o adultos hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

## **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ En los problemas que tengas con otros jóvenes o adultos durante la semana, pensar en las posibles consecuencias de cada una de las cosas que puedes hacer para solucionar el conflicto.
- ✓ Preguntar a otros jóvenes o adultos que consecuencias positivas y negativas prevén ellos para distintas alternativas de solución a un problema interpersonal que has tenido con otra persona.

## **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Situaciones en las que entra en conflicto con otros jóvenes o adultos.

## **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Resolver un problema interpersonal significa reconocer que existe una situación conflictiva con otras personas, supone además delimitar y especificar exactamente cuál es el problema, buscar soluciones posibles, elegir la mejor y ponerla en práctica.
- Observar que problemas suelen tener nuestros hijos e hijas con otros (agresión, rechazo, molestia, provocación).
- Observar que es lo que hacemos nosotros cuando nuestro hijo tiene un problema con otra persona.

## **HABILIDAD: ANTICIPAR CONSECUENCIAS**

**OBJETIVO:** Qué él/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down, en una situación de conflicto interpersonal, tenga en cuenta las posibles consecuencias de sus actos y de los actos de los demás.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Anticipar consecuencias cuando se tiene un problema interpersonal consiste en prever las consecuencias de nuestros actos y de los actos de los demás y considerarlas o tenerlas en cuenta antes de actuar.

#### **Introducción:**

En la clase el educador resalta a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down que las consecuencias pueden ser positivas y negativas. También hay que estimular que se debe tener en cuenta las consecuencias para uno mismo y para las otras personas que intervienen en el conflicto. Es importante que el joven o adulto con Síndrome de Down aprenda a ponerse en el lugar de otras personas.

#### **Pasos conceptuales:**

Para anticipar consecuencias cuando se tiene un problema interpersonal, es necesario tener en cuenta cada posible solución y dar respuestas a las siguientes preguntas:

1. Si yo hago eso, ¿Qué puede ocurrir después?
2. Si la otra persona hace eso, ¿Qué puede ocurrir después?

3. ¿Qué crees tú que pueda suceder después?, ¿Qué harás o dirás?, ¿Qué harán o dirán las otras personas?

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos para el modelado:

- ✓ Elena te acusa de algo que tú no has hecho.
- ✓ Eduardo y sus amigos te retan a una pelea a ti y a tus amigos.
- ✓ Raquel te echa del partido de baloncesto.
- ✓ Has roto el maquillaje de Paula.

## **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable) y estar centrado en algo hayan realizado bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

## **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ En los problemas que tengas con otras personas durante la semana, pensar en las posibles consecuencias de cada una de las cosas que puedes hacer para solucionar el conflicto.

- ✓ Preguntar a otros adultos qué consecuencias positivas y negativas prevén ellos para distintas alternativas de solución a un problema interpersonal que has tenido con otros.

**SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Utiliza diferentes alternativas de solución a diversos problemas y reconoce las posibles consecuencias.

**PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Descubrir la importancia que para los jóvenes y adultos con Síndrome de Down tiene anticipar las probables consecuencias de los actos en una situación interpersonal conflictiva.
- Si se prevén las consecuencias se puede tomar una decisión con más conocimiento y por lo cual más acertada.



## **HABILIDAD: ELEGIR UNA SOLUCIÓN**

**OBJETIVO:** Qué él/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down, cuando tiene un problema interpersonal, elija la solución más adecuada entre todas las alternativas posibles de solución.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Elegir una solución cuando tenemos planteado un problema interpersonal implica tomar una decisión después de evaluar cada alternativa de solución prevista llegando a determinar qué solución se pone en práctica.

#### **Introducción:**

En la clase el educador resalta a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down que para tomar una decisión correcta y elegir la más adecuada es necesario hacer una buena evaluación de cada alternativa de solución y analizar los “pro” y los “contras” teniendo en cuenta los siguientes criterios:

1. Las consecuencias anticipadas de cada alternativa.
2. El efecto que cada alternativa va a tener en los otros. ¿Cómo se van a sentir?, ¿Se respetan o se lesionan sus derechos?, ¿Es una solución justa?
3. El efecto que cada alternativa va a tener en uno mismo. ¿Cómo me voy a sentir yo?
4. Las consecuencias para la relación con esas personas a corto y largo plazo. ¿Cómo va a afectar a la relación que tengo con la otra persona?

5. Efectividad de la solución. ¿Es una solución que acaba con el problema?, ¿Crea otros nuevos problemas? Hay que diferenciar entre alternativas relevantes, irrelevantes, posibles e imposibles.

### **Pasos conceptuales:**

Para elegir una solución cuando se tiene un problema, es necesario tener en cuenta cada posible solución y evaluará tratando de dar respuesta a las siguientes preguntas:

1. Esta solución, ¿es una buena idea?, ¿Por qué?
2. ¿Es peligrosa?, ¿atenta a la seguridad física de alguno de los implicados?
3. ¿Esa solución es justa?
4. ¿Cómo afecta a la otra persona?, ¿Cómo se va sentir?, ¿Se tienen en cuenta sus derechos?
5. ¿Cómo te hace sentir a ti esa solución?
6. ¿Qué consecuencias tendrá a corto y a largo plazo para la relación con las otras personas?
7. ¿Es una solución efectiva?, ¿Resuelve el problema?, ¿Soluciona este problema o crea otros?
8. De todo lo que puedes hacer, ¿Cuál es lo que más te interesa?, ¿Cuál crees que dará mejor resultado?

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos para el modelado:

- ✓ No te han elegido para participar en el equipo de fútbol y tú tienes muchas ganas de participar. Para lograrlo piensas que puedes hacer: Hablar con el educador de física y contarle que quieres participar, ofrecerte a hacer el suplente de algún integrante, convencer a otro compañero para que te deje jugar en su lugar, etc. ¿Qué solución pondrás en práctica?, ¿Por qué?
- ✓ Sandra no te ha invitado a su cumpleaños que es mañana. De todo lo que puedes hacer para solucionar este problema, ¿Qué elegirías en primer lugar?, ¿Por qué?

### **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

### **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable) y estar centrado en algo hayan realizado bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

### **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ Hace o decir una lista de las posibles soluciones a un conflicto que tengas esta semana con otras personas. Evaluar cada una de ellas y ordenarlas en su función de acuerdo a la situación.
- ✓ Pedir opinión a otros jóvenes o adultos sobre qué solución pondrían en práctica ante distintos problemas interpersonales.

**SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Utiliza diferentes alternativas de solución a diversos problemas y reconoce las posibles consecuencias.

**PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down adquieran el hábito de reflexionar antes de actuar y que aprenda a tomar una decisión evaluando cada alternativa.
- Es importante que en las situaciones oportunas los jóvenes y adultos con Síndrome de Down elijan por ellos mismos una solución, aunque desde el punto de vista de los padres no sea la adecuada.

## **HABILIDAD: PROBAR LA SOLUCIÓN**

**OBJETIVO:** Qué él/la joven y/o adulto/a con Síndrome de Down, cuando tenga un problema interpersonal, ponga en práctica la solución elegida y evalúe los resultados obtenidos.

### **1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD**

#### **Justificación:**

Solucionar problemas interpersonales supone un proceso por el que uno mismo llega a resolver situaciones conflictivas con otras personas. Este proceso comprende desde identificar el problema, buscar muchas soluciones, anticipar las consecuencias de esas soluciones, elegir una solución y por fin poner en práctica la solución elegida.

#### **Introducción:**

En la clase el educador resalta a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down que para probar la solución elegida implica planificar la puesta en práctica de la solución, es decir, planificar paso a paso cómo se va a ejecutar la solución, qué se va a hacer, qué medios se van a poner en juego, qué obstáculos pueden aparecer e interferir la consecución de la meta, cómo se puede salvar, etc.

#### **Pasos conceptuales:**

Para probar la solución elegida hay que:

1. Planificar paso a paso lo que se va a hacer.
2. Reconocer y anticipar obstáculos que pueden dificultar o interferir en el logro de la meta.

3. Poner en práctica la solución según lo que se ha planificado.
4. Evaluar los resultados.

## **2. MODELADO**

El educador, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos para el modelado:

- ✓ Eres nuevo en el colegio y no conoces a nadie. Para hacerte amigo de otros jóvenes decidiste que la solución era pedirselo a otro joven de tu clase.
- ✓ Lidia es muy mandona. Entre varios amigos y después de pensar en varias alternativas, has decidido que no la vas a dejar y que te vas a oponer cuando los mande.

## **3. DRAMATIZACIONES**

Los jóvenes y adultos con Síndrome de Down practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

El educador informa a los jóvenes y adultos con Síndrome de Down de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable) y estar centrado en algo hayan realizado bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.

## **5. TAREAS PARA CASA**

- ✓ En los problemas interpersonales que se te planteen esta semana, después de analizarlos y buscar una solución, planifica detalladamente

(con la ayuda de un miembro de tu familia, escribe y planifica) luego pon en práctica esa solución.

- ✓ Preguntar a otros jóvenes o adultos como pondrían en práctica distintas soluciones a problemas interpersonales.
- ✓ Hacer un dibujo con viñetas de los pasos que has dado para poner en práctica y probar la solución a un conflicto con otras personas.

### **SITUACIONES EN LAS QUE ESTA HABILIDAD ES NECESARIA PARA SU HIJO:**

- Cuando está aburrido y solo en casa.
- Planifica detalladamente para poner en práctica y probar la solución elegida a un problema.

### **PUNTOS PARA EL DIÁLOGO:**

- Solucionar problemas interpersonales es un proceso en el que uno mismo llega a resolver situaciones conflictivas con otras personas.
- Probar la solución elegida implica planificar la puesta en práctica de la solución.





**ANEXOS**



Anexo 1

**TARJETAS DE PROGRESO INDIVIDUAL**

Joven o adulto: \_\_\_\_\_

Educador/a: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Habilidad	No. Progresos	Progresos	Conseguida	Generalizada

**TARJETA DE TAREAS**

Joven o adulto: \_\_\_\_\_

Educador/a: \_\_\_\_\_

**PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS**

¿Qué tengo que hacer?

---

---

---

---

¿Con quién?

---

---

---

---

¿Cuándo y dónde?

---

---

---

---

¿Cómo?

---

---

---

---

## FICHA COLEGIO-CASA

Joven o adulto: \_\_\_\_\_

Educador/a: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

He dicho cosas positivas a  
mis compañeros:

Muchas veces

Algunas veces

Muy pocas veces

He conversado con mis  
compañeros:

Muchas veces

Algunas veces

Muy pocas veces

Comportamiento con el  
educador/a:

Muy bien

Bien

Regular

He expresado mis opiniones:

Muy bien

Bien

Regular

\_\_\_\_\_  
Firma del educador(a)

## **BLIBLIOGRAFIA**

**Casares Monjas, María Inés**

**Programa de Enseñanza de Habilidades de Interacción Social (PEHIS) para Niños  
y niñas en edad escolar**

**Ciencias de la Educación Preescolar y Especial**

**General Pardiñas, 95. 28005 Madrid**