



EL JUEGO de las HABILIDADES SOCIALES

Autor: Berthold Berg

Ilustraciones: Joe Madden

Traducción: Sara Corral, Irene Fernández y Jaime Pereña

Guía

Instrucciones

Cuestionarios



De 8 años en adelante

CONTENIDO

Tablero de juego • 6 montones de tarjetas • 6 peones • 1 dado • 200 fichas de premios



Copyright © 1993, 2004, 2007 by WESTERN PSYCHOLOGICAL SERVICES
Copyright © de la edición española 2010 by TEA Ediciones, S.A., Madrid, España.

Quedan rigurosamente prohibidas sin la autorización escrita de los titulares del copyright, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.

OBJETIVO DEL JUEGO

El juego de las habilidades sociales enseña a los niños una serie de actitudes y comportamientos específicos que aumentan las interacciones positivas y gratificantes con sus compañeros. Aunque todos los niños pueden beneficiarse de este programa, se ha diseñado específicamente para aquellos que presenten déficits en sus habilidades sociales.

El grupo de niños ignorados es uno de los que presenta déficits claros en esta área. Estos niños no suelen iniciar contactos con sus compañeros y, al mismo tiempo, los compañeros tienden simplemente a ignorarlos. Cuando esté trabajando con este tipo de niños, el profesional deberá darse cuenta de que existen diferencias en, al menos, dos dimensiones importantes: primero, mientras que algunos niños se sienten bien siendo solitarios, a otros les resulta doloroso pero creen que es imposible cambiar. Segundo, mientras que algunos niños conocen el comportamiento social apropiado pero ejecutarlo les genera demasiada ansiedad, a otros les encantaría interactuar socialmente si supieran cómo hacerlo.

Otro grupo de niños impopulares con déficits claros en sus habilidades sociales es el de los denominados «rechazados». Estos niños tienden a interactuar de forma hostil e inapropiada con sus compañeros quienes, a su vez, los evitan activamente. Los niños rechazados tienen un gran riesgo de inadaptación a lo largo de su vida (Hughes, 1988).

Se han desarrollado y validado diversas clasificaciones de las habilidades sociales (Cartledge y Milburn, 1986; Hughes, 1988; McGinnis y Goldstein, 1984; Stephens, 1978). La investigación también ha identificado los procesos cognitivos relacionados con la adquisición y la puesta en práctica de este tipo de habilidades (Bandura, 1977; Beck, 1976; Ellis, 1973; Meichenbaum, 1977; Meichenbaum y Goodman, 1971). *El juego de las habilidades sociales* plasma estos conceptos y aproximaciones terapéuticas diferentes en un formato de juego.

El juego aborda 20 comportamientos específicos agrupados en cuatro categorías de habilidades sociales:

Hacer amigos

1. Hacer preguntas
2. Hacer cumplidos
3. Presentarse
4. Escuchar
5. Iniciar conversaciones

Cooperar con los compañeros

6. Cumplir reglas
7. Participar
8. Compartir
9. Sugerir actividades
10. Respetar turnos

Responder positivamente a los compañeros

11. Aceptar cumplidos
12. Ayudar a los compañeros que tienen problemas
13. Ofrecer ayuda
14. Mostrar preocupación por los compañeros
15. Defender a los compañeros

Comunicar necesidades

16. Pedir ayuda
17. Pedir cosas prestadas
18. Expresar sentimientos negativos
19. Expresar sentimientos positivos
20. Captar la atención de los demás de forma apropiada

Valiéndose de los principios del modelado, el juego de roles, el *feedback*, el refuerzo y la práctica, el juego enseña también **seis habilidades y orientaciones cognitivas** que mejoran las interacciones sociales:

1. Autorrefuerzo (Aut)

Es más probable que un niño repita un comportamiento socialmente competente si se felicita o recompensa a sí mismo por ello.

2. Atribución causal (Atr)

Es más probable que un niño repita un comportamiento socialmente competente si atribuye el éxito a su propio esfuerzo o capacidad en lugar de a la suerte o al comportamiento de los demás.

3. Afrontamiento de la ansiedad (Ans)

Es más probable que un niño ejecute un comportamiento socialmente competente si sabe cómo afrontar la ansiedad que se asocia con frecuencia a las interacciones sociales.

4. Afrontamiento de los errores (Err)

Es más probable que un niño ejecute un comportamiento socialmente competente si sabe cómo centrarse en los componentes de éxito de las interacciones sociales imperfectas.

5. Expectativas de eficacia (Efi)

Es más probable que un niño ejecute un comportamiento socialmente competente si se siente capaz de ejecutar tal comportamiento.

6. Expectativas de resultados (Res)

Es más probable que un niño ejecute un comportamiento socialmente competente si siente que le conducirá a resultados deseables.

LOS CUESTIONARIOS DE HABILIDADES SOCIALES

Al final de este manual encontrará tres cuestionarios diseñados para ayudarle a identificar los puntos fuertes y débiles en las habilidades sociales de los niños. El primero de ellos está dirigido a los padres o profesores, que deberán evaluar los comportamientos específicos del niño en comparación con otros niños de su misma edad; ofrece un resumen sencillo de las habilidades sociales del niño. El segundo es un cuestionario de 20 ítems dirigido a evaluar las actitudes del niño hacia el comportamiento social; incluye cuatro escalas que se corresponden con las cuatro categorías generales de habilidades sociales que se trabajan en el juego y que se mencionaron en el apartado anterior. El tercer instrumento es un cuestionario de 24 ítems con el que se pretende conocer la orientación cognitiva del niño; sus escalas se corresponden con las seis habilidades cognitivas que se tratan en el juego, también descritas anteriormente.

Estos cuestionarios pueden fotocopiararse para que los niños o sus padres o profesores, según corresponda, los respondan antes de comenzar a jugar. Tras identificar los puntos fuertes y débiles de cada niño, podrá seleccionar aquellas tarjetas que se centren en sus necesidades particulares.

LAS TARJETAS DEL JUEGO

Hay seis montones de tarjetas diferentes que se corresponden con las seis orientaciones cognitivas que se tratan en el juego y que se evalúan por medio del *Cuestionario de pensamientos y actitudes sociales*. Cada tarjeta está identificada por medio de un color y de las tres letras correspondientes a la habilidad cognitiva que pretende enseñar. Las tarjetas en las que los personajes son modelos de un comportamiento positivo tienen el dorso con fondo de color y aparecen señaladas con el signo «+». Las tarjetas en las que los personajes son modelos de un comportamiento negativo tienen el dorso con fondo blanco y están señaladas con el signo «-». El último número que aparece en la identificación de la tarjeta se refiere a cuál de los 20 comportamientos sociales enumerados anteriormente es el que se está mostrando en la situación que propone en esa tarjeta.

1. **Tarjetas rojas: Autorrefuerzo (AUT).** Estas tarjetas presentan distintos personajes que valoran su propio comportamiento en situaciones sociales específicas. Los personajes que son modelos positivos (**AUT +, fondo rojo**) deciden que su propio comportamiento ha sido adecuado y se felicitan a sí mismos con autoafirmaciones que a) son específicas y b) anticipan un éxito social duradero. Los personajes que son modelos negativos (**AUT -, letras rojas**) deciden que su propio comportamiento ha sido inadecuado y subestiman sus capacidades con autoafirmaciones que a) son globales y b) anticipan un fracaso social duradero.
2. **Tarjetas naranjas: Atribución causal (ATR).** Estas tarjetas presentan personajes que valoran su propio comportamiento después de interacciones sociales en las que han tenido éxito. Los personajes que son modelos positivos (**ATR +, fondo naranja**) atribuyen los resultados deseados a su propia capacidad o esfuerzo; esto les da confianza en la posibilidad de obtener éxitos en el futuro con comportamientos similares. Los personajes que son modelos negativos (**ATR -, letras naranjas**) atribuyen los resultados deseados a la suerte, al azar o la situación o a los esfuerzos de los demás; esto les hace tener menos confianza en la posibilidad de obtener éxito en el futuro con comportamientos similares.
3. **Tarjetas amarillas: Afrontamiento de la ansiedad (ANS).** Estas tarjetas describen personajes anticipando distintas interacciones sociales. Los personajes que son modelos positivos (**ANS +, fondo**

amarillo) reconocen su aprensión pero se convencen a sí mismos de su capacidad de desarrollar una interacción social con éxito. Los personajes que son modelos negativos (**ANS –**, **letras amarillas**) deciden evitar las interacciones sociales por temor al fracaso, al ridículo o al rechazo.

4. **Tarjetas verdes: Afrontamiento de los errores (ERR).** Estas tarjetas describen personajes enfrentándose a sus errores sociales. Los personajes que son modelos positivos (**ERR +**, **fondo verde**) ven sus propios errores como oportunidades para aprender y se dicen a sí mismos que la perfección social es imposible. Los personajes que son modelos negativos (**ERR –**, **letras verdes**) hacen hincapié en los aspectos negativos de su comportamiento social y se sienten poco dispuestos a iniciar interacciones sociales similares en el futuro.
5. **Tarjetas azules: Expectativas de eficacia (EFI).** Estas tarjetas presentan personajes que evalúan sus propias capacidades para ejecutar comportamientos socialmente deseables. Los personajes que son modelos positivos (**EFI +**, **fondo azul**) expresan confianza; esta seguridad se basa en el recuerdo de éxitos del pasado ante esfuerzos similares y en la comparación con compañeros que se comportaron de forma similar. Los personajes que son modelos negativos (**EFI –**, **letras azules**) expresan dudas; sus recelos se basan en la falta de conocimiento, en la ansiedad y en otros factores.
6. **Tarjetas moradas: Expectativas de resultados (RES).** Estas tarjetas describen personajes anticipando resultados a partir de sus comportamientos sociales específicos. Los personajes que son modelos positivos (**RES +**, **fondo morado**) anticipan que sus comportamientos sociales les conducirán a resultados positivos, como interacciones agradables con los compañeros. Los personajes que son modelos negativos (**RES –**, **letras moradas**) creen que no lograrán los resultados deseados, incluso aunque realicen el comportamiento deseado.

ELECCIÓN DE LAS TARJETAS DE JUEGO

Las tarjetas pueden seleccionarse al azar, aunque se ofrece al terapeuta la posibilidad de identificar previamente los déficits en las habilidades sociales de cada jugador mediante el uso de los tres cuestionarios que se incluyen al final de este manual y que se pueden fotocopiar y aplicar a los jugadores antes de las sesiones de juego.

Estos cuestionarios son orientativos, es decir no se trata de instrumentos psicométricos, y su finalidad es proporcionar las pautas para la selección de las tarjetas en función de las necesidades individuales de cada niño.

El *Cuestionario de evaluación de las habilidades sociales*, para padres o profesores, puede ser completado por uno de los padres o profesores del niño y su objetivo es identificar los comportamientos sociales más problemáticos de éste. El sistema de puntuación de este sencillo cuestionario es muy fácil, y los 20 ítems que lo componen se corresponden con los 20 comportamientos sociales que se tratan en el juego y que se señalaron con anterioridad. Así, si el resultado indica que el niño tiene problemas, por ejemplo, para pedir ayuda a sus compañeros, usted podría decidir incorporar las tarjetas identificadas con el número 16 al montón individualizado de ese niño.

El *Cuestionario de comportamiento social* debe ser completado por el propio niño y permite identificar aquellos comportamientos sociales (de entre los 20 anteriormente señalados) que son más problemáticos en ese niño. Este inventario se compone de cuatro escalas, que se corresponden con las cuatro categorías generales de habilidades sociales. Así, si el inventario muestra que el niño tiene problemas, por ejemplo, a la hora de hacer amigos, usted podría decidir incorporar las tarjetas codificadas con los números 1 a 5 al montón individualizado de ese niño.

El *Cuestionario de pensamientos y actitudes sociales* también debe ser completado por el niño y su objetivo es identificar los déficits en los procesos cognitivos relacionados con la interacción social. Las seis escalas de este inventario se corresponden con las seis orientaciones cognitivas descritas anteriormente. De este modo, si encuentra que el niño presenta un déficit, por ejemplo, en autorrefuerzo, usted podría decidir centrarse en el montón de tarjetas rojas (identificado como «AUT»).

También puede obtenerse información de utilidad a partir de otras fuentes como entrevistas con el niño, los padres o los profesores, así como de los resultados de otros tests. Igualmente, un análisis detallado de las respuestas del niño al cuestionario puede proporcionarle más información. Uno de los mejores indicadores para la selección de las tarjetas proviene de las respuestas del niño a las propias tarjetas. Aquellos tipos de tarjetas en las que el niño muestra mayores dificultades para responder deberían seleccionarse en futuras sesiones.

Por tanto, existen diversas opciones para seleccionar y utilizar las tarjetas:

Opción 1: Escoger uno de los seis montones de colores del cual robarán todos los jugadores. En sesiones posteriores se pueden elegir montones de entre los restantes. Esta opción le permite trabajar de forma selectiva o sistemática las distintas habilidades.

Opción 2: Asignar diferentes montones a diferentes jugadores. Esta opción es especialmente útil cuando dentro del grupo existe una gran variedad de problemas de actitud. Esta opción se puede combinar con la anterior y asignar montones diferentes a cada niño en las sucesivas sesiones.

Opción 3: Crear un montón único para cada jugador, mezclando tarjetas de distintos tipos si fuera necesario. Los jugadores roban tarjetas de su propio montón. Ésta es la opción que permite una mayor personalización del juego. La formación de los montones de forma individualizada permite trabajar los aspectos que son importantes para cada uno de los jugadores.

Opción 4: Permitir a los jugadores que roben tarjetas de cualquier montón.

CÓMO JUGAR

OBJETIVO

El objetivo del juego es acumular el máximo número de fichas posible respondiendo adecuadamente a las cuestiones planteadas en las tarjetas.

REGLAS DEL JUEGO

1. Al comienzo entregue dos fichas a cada jugador.
2. Cada jugador elige un peón.
3. Pida a los jugadores que tiren el dado para ver quién empieza. Posteriormente se seguirá el orden contrario al de las agujas del reloj.

4. La partida deberá ajustarse al tiempo establecido para la sesión o continuar hasta alcanzar un tiempo predeterminado. Los jugadores que alcancen la casilla FIN antes de que acabe el tiempo deberán llevar sus peones a la casilla INICIO y continuar jugando. La partida continúa hasta que termine el tiempo límite establecido.
5. Conceda dos fichas al jugador cuando dé una buena respuesta a una tarjeta. En cada turno, después de que este jugador haya contestado, los demás pueden dar respuestas alternativas a la misma tarjeta, pudiendo ganar una ficha extra si éstas son adecuadas. (Nota: Si las tarjetas son especialmente difíciles puede conceder cuatro fichas por una buena respuesta y dos fichas por las respuestas adicionales de los demás jugadores).

EL TABLERO DE JUEGO

La mayoría de las casillas del tablero están en blanco. Cuando un jugador caiga en una de esas casillas deberá robar una tarjeta del montón que le corresponda.

El resto de las casillas pueden ser de tres tipos:

Toma una ficha de la banca: El jugador roba una ficha de la banca.

Entrega una ficha a la banca: El jugador da una de sus fichas a la banca. Si no tuviera fichas no se cuenta como deuda.

Juega otro turno: Una vez finalizado su turno, el jugador tira de nuevo el dado para jugar un turno extra.

PAUTAS DE CARÁCTER TERAPÉUTICO

1. Adapte el juego a su tipo de orientación psicológica. Los terapeutas con una orientación cognitivo-conductual pueden preferir un formato estructurado donde los objetivos del aprendizaje estén claramente especificados y medidos y donde los avances queden señalados por el número de fichas obtenidas. Los terapeutas de orientación centrada en el cliente pueden preferir enfocar su atención en las tarjetas más significativas y seguir su propio método de juego en lugar del establecido.

2. Lea las tarjetas en voz alta a los niños más pequeños. De esta forma evitará posibles sentimientos de vergüenza debidos a una mala lectura y podrá captar mejor la atención de los niños utilizando entonaciones que resalten la idea relevante de cada tarjeta.
3. Trate de ser generoso a la vez que justo en la concesión de las fichas de premio. No refuerce ninguna respuesta claramente incorrecta; en estos casos ayude al niño a crear una respuesta adecuada y concédale las fichas que correspondan. Si es capaz de sugerirle sutilmente qué aspectos de la respuesta son erróneos a la vez que le anima a desarrollar los aspectos más positivos, logrará que el niño genere una buena respuesta que sentirá como propia, en lugar de impuesta por el terapeuta.
4. Fomente la participación de todos los jugadores en cada turno. Pida a otros jugadores que comenten la respuesta dada por el jugador principal y que aporten nuevas ideas. Cuando trabaje con niños pequeños, conceda fichas extra a aquellos que sean capaces de hacer un resumen preciso de la primera respuesta. Esto fomentará la escucha activa y el debate de las ideas planteadas en la tarjeta. La experiencia ha demostrado que la mayoría de los niños, si no todos, quieren contribuir a la respuesta de cada tarjeta. Si no fuera posible atender a todas las respuestas, seleccione a aquellos jugadores que no hayan tenido aún la oportunidad de intervenir para lograr que todos se impliquen en el juego.
5. No fuerce a los jugadores a dar una respuesta. Ayúdelos si tienen problemas con alguna tarjeta concreta, pero no los obligue a dar una respuesta que les resulte embarazosa. En estos casos puede dejar que el jugador robe otra tarjeta, dar la oportunidad de responder al jugador siguiente o simplemente saltar el turno. No conceda fichas en caso de no obtener una respuesta.
6. Anime a los jugadores a compartir experiencias que hayan tenido y sean similares a las descritas en las tarjetas. Algunos niños se sienten más cómodos que otros hablando sobre sí mismos. Una de las ventajas del juego es que no se exige hablar de las propias experiencias sino que, al igual que ocurre en la tradicional terapia de juego, la propia dinámica de éste implica hablar de las experiencias de terceros. Esto les permite hablar con libertad, seguridad y en profundidad sobre temas que puedan resultar delicados y embarazosos, que son los que se abordan típicamente en las sesiones terapéuticas.

La nueva información que reciben a lo largo del juego y los cambios de actitud y comportamiento que aconsejan a los personajes

ficticios pueden aplicarse de forma espontánea a las situaciones similares de su vida diaria. La selección adecuada de las tarjetas que reflejan situaciones similares a las de la vida real del niño facilita la transferencia del aprendizaje.

Esta transferencia del aprendizaje se produce cuando el niño descubre el paralelismo que existe entre sus propias experiencias y las descritas en las tarjetas. Algunos niños perciben esas similitudes rápida y fácilmente, aunque la mayoría lo hace pasado un tiempo, cuando han adquirido cierta confianza con el terapeuta y con el grupo. El objetivo del terapeuta es fomentar y acelerar ese proceso, evitando provocar la ansiedad que genera «abrirse» a los demás y hablar de uno mismo.

7. No tiene que ceñirse al contenido de las tarjetas; las respuestas dadas por los jugadores pueden plantear otras cuestiones interesantes y Vd. también puede crear sus propias preguntas o situaciones.
8. Participe activamente en el juego proporcionando buenas respuestas cuando sea su turno.

UTILIDADES DEL JUEGO

El juego puede utilizarse en otros contextos diferentes:

1. Un padre o madre voluntario o un profesional no titulado podría trabajar con los niños de forma individual o en pequeños grupos. En estos casos sería necesario un entrenamiento previo o la observación de una sesión de juego. Vd. puede decidir de antemano con qué tarjetas concretas deberá jugar.
2. Puede prestar el juego a los padres para que jueguen en casa con sus hijos. Los padres deberán haber recibido un pequeño entrenamiento previo y si lo desea podría hacer una selección de las tarjetas. Las reuniones posteriores con el padre o la madre se podrían centrar en los aspectos que hayan surgido durante el juego.
3. Puede jugar con un grupo grande de niños y dividirlo en equipos con un jefe de equipo cada uno. Los jefes son los encargados de tirar el dado, de robar las tarjetas y de consultar con su equipo para dar la respuesta más apropiada a cada tarjeta. Conceda las fichas que considere oportuno.

BIBLIOGRAFÍA

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and emotional disorders*. Nueva York: International Universities Press.

Cartledge, G. y Milburn, J. F. (1986). *Teaching social skills to children*. Nueva York: Pergamon.

Ellis, a. (1974). Rational-emotive therapy. En R. Corsini (Ed.), *Current psychotherapies*. Itasca, IL: Peacock.

Hughes, J. N. (1988). *Cognitive Behavior therapy in the schools*. Nueva York: Pergamon.

McGinnis, E. y Golstein, A. P. (1984). *Skillstreaming the elementary school child*. Champaign, IL: Research Press.

Meichenbaum, D. y Goodman, J. (1971). Training impulsive children to talk to themselves: A means of developing self-control. *Journal of Abnormal Psychology*, 77, 115-126.

Stephens, T. M. (1978). *Social skills in the classroom*. Columbus, OH: Cedar Press.