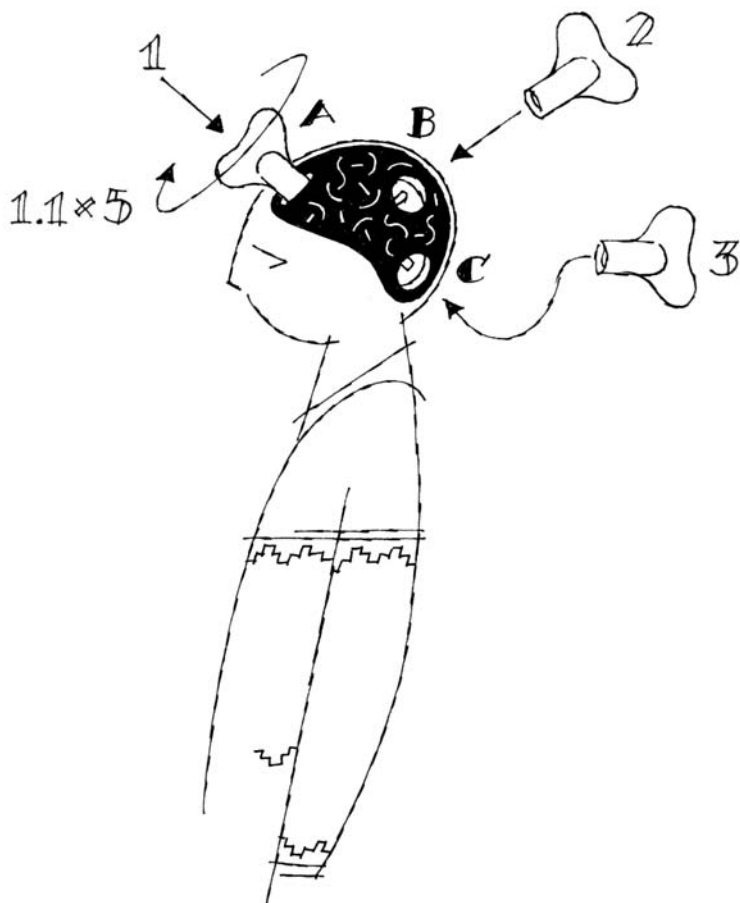


Un programa de competencia social

El autor ofrece una primera aproximación a este programa que busca mejorar las relaciones interpersonales y la convivencia del alumnado. La eficacia del proyecto, que ya ha dado excelentes resultados, se apoya en la complementariedad de cuatro vertientes educativas: aprender a pensar, las habilidades sociales, la educación emocional y la educación en valores.

Manuel Segura*



Paco Giménez.

El Programa de Competencia Social empezó siendo un tratamiento para gente joven con problemas serios de conducta. Inspirado en el trabajo del profesor canadiense Robert Ross con jóvenes difíciles y delincuentes y en el programa Think Aloud (Piensa en Voz Alta) para niños impulsivos y conflictivos, de las profesoras Camp y Bash en Denver, nuestro primer programa tenía una orientación clínica más que escolar.

En la escuela también empezamos a aplicarlo con ese enfoque clínico terapéutico, con alumnos y alumnas de EGB. Sacábamos de sus aulas, por cuarenta y cinco minutos diarios durante un mes, a los dos o tres alumnos más conflictivos de esa clase y les aplicábamos una adaptación del programa Piensa en Voz Alta. En un mes conseguíamos una buena integración de aquellos estudiantes. Y entonces fueron los mismos profesores y profesoras quienes nos pidieron, y casi nos exigieron, la adaptación del programa a todos los alumnos y alumnas, pues todos necesitaban relacionarse sin agresividad y a todos les convenía regular sus acciones mediante autoinstrucciones.

La adaptación supuso el trabajo de un año completo, con profesores de compensatoria y con alumnos y alumnas de doctorado, muchos de los cuales eran también profesores en activo. Así, este programa se fraguó desde el principio en contacto continuo con el profesorado y con su alumnado.

En 1997, el Gobierno de Canarias publicó el programa de Primaria y lo repartió por todos los colegios públicos de las Islas. En 1999 hizo lo mismo con el de Secundaria. Esto ha facilitado su difusión, primero en Canarias y más tarde en Cataluña, donde se dio a conocer el programa en 1998 por el Departamento de Enseñanza en los centros públicos y después por el Secretariat d'Escola Cristiana en los centros concertados. También es conocido y desarrollado el programa en centros públicos y privados de toda España y en algunos países de América Latina.

En Secundaria, lo más frecuente es dedicar al programa la hora semanal de tutoría, también en dos cursos, generalmente en primero y en tercero, lo que supone igualmente de unas veinticinco a treinta horas por curso. En Cataluña se emplea también otra modalidad, la de proponer el programa como crédito variable, con nombres pintorescos para hacerlo atractivo, como "El buen rollo" u otros parecidos.

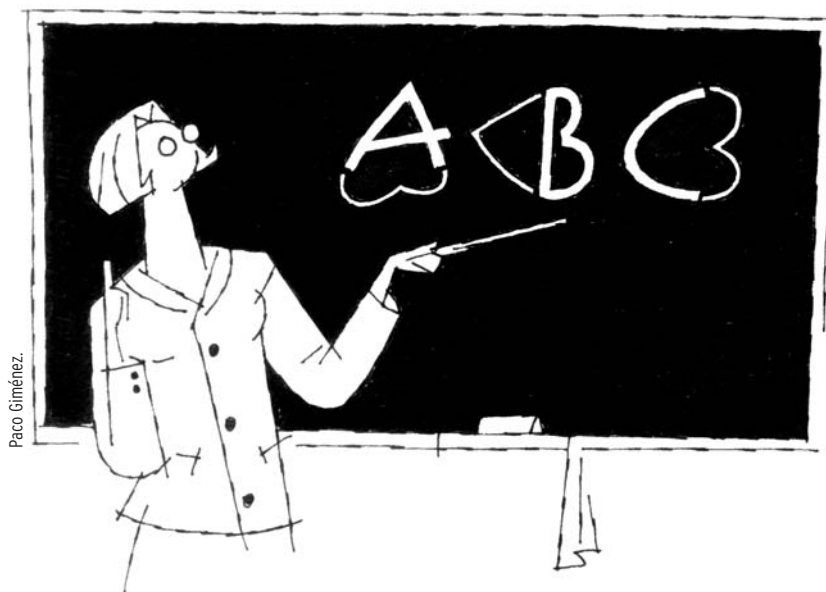
Justificación teórica

Como es sabido, en el campo de la teoría de la educación se han producido en los últimos años cuatro grandes oleadas. La primera fue el descubrimiento de la importancia de aprender a pensar. Surgieron varios programas internacionales, que conservan hasta ahora toda su vitalidad y eficacia: el programa de filosofía en el aula, de Matthew Lipman; el programa para la revolución de la inteligencia, de la Universidad de Harvard; el programa de enriquecimiento intelectual (PEI), del profesor Feuerstein en Israel; el método CORT y los

trabajos sobre lógica fluida y pensamiento lateral, de Edward De Bono; las originales ideas de Howard Gardner sobre las inteligencias múltiples, etc. Grandes teóricos de la educación han llegado a decir que la escuela del tercer milenio, o al menos del siglo XXI, será "la escuela de enseñar a pensar", como finalidad absolutamente prioritaria.

La segunda oleada fue y es el entrenamiento en habilidades sociales. Desde los libros de Goldstein y Michaelson, han aparecido y continúan apareciendo cada año excelentes programas y estudios sobre habilidades sociales, como los magistrales de Caballo o los excelentes de Gil y León, o de Moraleda, o de Trianes y colaboradores. En muchos de esos programas se insiste preferentemente en los aspectos motrices y prácticos de las habilidades sociales: la distancia que hay que guardar, la mirada, el tono de voz. En unos, el enfoque es conductista, al subrayar que el dominio de las habilidades sociales produce siempre un refuerzo positivo: la atención y el aprecio de los demás, es decir, el éxito social. Otros, como Caballo, insisten más bien en la asertividad como centro y meta de todas las habilidades sociales. Ser asertivo, es decir, ser justo y eficaz en la relación interpersonal (evitando los dos extremos, el de la pasividad tímida y el de la agresividad violenta) es lo que consigue, no sólo el éxito social, sino también la satisfacción ética personal. Por eso hay que intentar ser asertivos siempre, ya que es la única forma afirmativa y verdaderamente humana de relacionarse.

La tercera oleada fue y es el descubrimiento de la trascendencia de la educación emocional. A partir de Goleman y de su libro *La inteligencia emocional*, mu-



chos han intentado aplicar sus ideas para mejorar la educación emocional de los alumnos y alumnas. Autores como Salovey (anterior a Goleman); Mark Greenberg con su famoso programa Paths; Le Doux con *El cerebro emocional*; Csikszentmihalyi con *Fluir, flow*; el completo *Diccionario de los sentimientos* de José A. Marina y M. López Penas; el práctico *Desconóctete a ti mismo* de Güell y Muñoz, o el bien argumentado *Sedúctete para seducir* de Bach y Darder, van en esa dirección. Lo que está claro actualmente, en este campo de la educación emocional, es que el trabajo educativo, en la familia y en la escuela, no tiene como objeto reprimir las emociones, sino conocerlas, saberlas utilizar para el desarrollo y la motivación personal y también aprender a controlarlas cuando amenacen desbordarnos. Es un paso gigantesco haber introducido seriamente en el campo de la psicología y de la educación un mundo, el de las emociones, que antes se reservaba más bien a la literatura y al arte.

La cuarta oleada que estamos viviendo en educación es la concerniente a los valores y, muy en concreto, a los valores morales. Fue una preocupación antigua en educación, tal vez la más antigua, pues ya inquietó vivamente a Sócrates. Pero estamos redescubriendo su importancia en nuestro mundo anómico. Esta educación en valores morales, ya no necesariamente vinculada a las creencias religiosas, mereció la atención de Piaget y la dedicación total de su discípulo Kohlberg, y vuelve a reclamar actualmente una atención preferente en el esfuerzo educativo. Sin remontarnos a Max Scheler y Hartmann, habría que recordar, entre nosotros, a Aranguren, Fernando Savater y Adela Cortina.

Cada una de estas cuatro oleadas, la de pensar, la de habilidades sociales, la emocional y la de valores, ha determinado la aparición de programas educativos concretos. Los fracasos que todos hemos vivido, en mayor o menor grado, en estos últimos años con esa clase de programas no se deben a que el programa en

sí fuera malo, sino a que era incompleto. Hemos insistido, por ejemplo, en las habilidades sociales, descuidando el crecimiento moral: con eso hemos obtenido a veces, para sorpresa nuestra, “delincuentes hábiles”, que usaban las habilidades sociales no para relacionarse bien y asertivamente, sino para manipular a otros. Algunos han insistido en la educación emocional, pero no han tenido mucho éxito cuando a los alumnos les faltaban las destrezas cognitivas básicas, de pensamiento alternativo, o consecuencial, o de perspectiva.

Por ahí va precisamente la solución. Las cuatro oleadas son acertadas y responden a facetas básicas de la educación del ser humano. Las cuatro. Por eso, en un programa educativo eficaz, tienen que ir los cuatro aspectos juntos. Hace falta tener en cuenta, al mismo tiempo, lo cognitivo, lo emocional, las habilidades sociales y el crecimiento moral. Si uno de esos pilares falla, todo se cae. Todo programa simplificador, como por desgracia se está haciendo en algunos centros con el Programa de Mediación, no dará resultado. Por eso, en nuestros programas para Primaria y para Secundaria hemos procurado, creemos que con éxito, tener en cuenta los cuatro aspectos.

En Primaria

El programa que hemos elaborado para Primaria se llama Relacionarnos Bien. Tanto el material publicado en catalán como el editado por Narcea ofrecen la posibilidad de realizar el programa dos y hasta tres veces, con los alumnos y alumnas. Las ideas y las actividades no se repiten, de modo que los estudiantes que hagan varias veces el programa no podrán decir: “Esto ya lo hemos visto!”.

Los objetivos del programa son mejorar las relaciones interpersonales y conseguir una convivencia asertiva, es decir, justa y eficaz, con los iguales y con

los adultos. Pero, en Primaria, las primeras unidades son más bien instrumentales. En ellas se trata de ejercitar la atención visual y auditiva, de aprender a autorregularse por medio de preguntas interiores, de desarrollar la capacidad de definir los problemas y las situaciones, de ejercitarse en buscar soluciones alternativas a esos problemas, de pensar en las consecuencias de las propias acciones antes de hacerlas y de aprender a ponerse en el lugar de los otros.

Después de esas primeras lecciones instrumentales, el bloque siguiente está diseñado como iniciación a la educación emocional: conocer las emociones básicas, saber expresarlas, saber leerlas en otros y aprender a controlarlas (no a reprimirlas) cuando pongan en peligro la sana convivencia.

Por último, el resto de las unidades trata de la solución de problemas interpersonales, utilizando para ello todo lo aprendido anteriormente acerca de buscar alternativas, pensar las consecuencias y comprender las emociones ajenas. Dentro de este bloque final, al que va dirigido todo el programa, se insiste en los cuatro criterios básicos para determinar si la decisión que vamos a adoptar es buena: tiene que ser segura, útil, justa y lo más agradable posible a todos.

Por supuesto, tanto las unidades que hemos llamado instrumentales, como las emocionales y las de solución de problemas interpersonales, están desarrolladas con muchos juegos y ejercicios prácticos divertidos, de modo que el alumnado aprenda también a trabajar en equipo, a respetarse mutuamente y a iniciarse en las habilidades sociales.

En cuanto a los materiales, *Relacionarnos bien*, editado por Narcea, es un libro híbrido que contiene las instrucciones para el profesorado y también materiales para fotocopiar y entregar a los alumnos y alumnas para que los trabajen. Ese libro incluye material suficiente como para realizar con los alumnos el curso completo al menos dos veces en Primaria, sin que tengan la sensación de repetir, ya que las actividades, los juegos y los ejemplos son distintos, aunque la filosofía del programa sea la misma. Pero el programa es también eficaz aunque se realice sólo una vez en Primaria y otra en Secundaria. En Primaria, lo más recomendable es dedicarle una hora a la semana durante dos cursos escolares, generalmente el tercero y el quinto, es decir, unas treinta horas cada curso.

Las sesiones deberán ser unas veinticinco en total, de modo que, si tienen lugar una vez por semana, ocuparán todo un curso escolar. El estilo de esas sesiones es muy lúdico y totalmente participativo, dedicándose poco tiempo a las instrucciones o enseñanzas magistrales del profesor o profesora.

En Secundaria

El programa para Secundaria se denomina *Ser Persona y Relacionarse*. La carpeta publicada por Narcea con este mismo título incluye tres cuadernos. En el primero se explica el programa y su justificación teórica. El segundo contiene las unidades de trabajo correspondientes a los dos primeros años de ESO. En el tercero se encuentran las pertenecientes a los dos últimos años de ESO.

Los objetivos del programa son desarrollar lo que Gardner llama inteligencia interpersonal e inteligencia intrapersonal, al mismo tiempo que se ejercita el pensamiento creativo. También se pretende favorecer el desarrollo del razonamiento moral y entrenar en las habilidades sociales básicas.

Respecto a los contenidos, la primera parte, cognitiva, consta de seis unidades que contienen material para unas doce sesiones de trabajo de cuarenta y cinco a cincuenta minutos. Cada unidad está dividida en tres partes, siempre las mismas, aunque se presentan en distinto orden en cada unidad, para evitar toda posible monotonía. Esas tres partes son:

- Discusión de dos temas, uno más novelesco y otro más real.
- Reflexión sobre el problema de fondo, sobre cómo saber pensar.
- Inventar frases y escenas que sean como el resumen de lo tratado.

La discusión de dos temas (se proponen más de dos, para que el profesor elija aquellos que juzgue más apropiados a su alumnado) se hace en pequeño y gran grupo. La finalidad de tratar esos temas es ejercitar el pensamiento causal, el alternativo, el consecuencial, el de perspectiva y el de medios-fin. En la reflexión general, llamada de metacognición, se dialoga sobre la utilidad de tener desarrollado el pensamiento propuesto en esa unidad y las consecuencias negativas de no tenerlo. Y en la parte creativa se

pide a los alumnos y alumnas que, en pequeño grupo, inventen un dibujo con una frase que pueda ser como el resumen de todo lo tratado ese día: pueden realizar ese dibujo en forma muy esquemática y, si no son capaces siquiera de eso, explicar en qué consistiría el dibujo y qué frase le acompañaría.

Terminadas esas seis primeras unidades en unas diez o doce sesiones, se pasa a la segunda parte del programa, orientada a favorecer el crecimiento moral del alumnado. Siguiendo las sugerencias de Kohlberg, se plantea a la clase un dilema moral, por ejemplo, si daríamos o no alcohol y tabaco a un familiar que nos lo pide, cuando el médico lo ha prohibido tajantemente; o si permitiríamos que muriera un joven testigo de Jehová por negarse sus padres a una transfusión de sangre; o si revelaríamos a una chica que su futura pareja es un ludópata aunque él insista en ocultárselo, etc. En cada cuaderno se presentan cinco dilemas, es decir, diez para toda la ESO. A los profesores y profesoras se les explica detalladamente la técnica para sacar el mayor provecho de esa discusión de dilemas entre sus alumnos y alumnas.

La tercera y última parte del programa es un entrenamiento en habilidades sociales. Se seleccionan las habilidades sociales básicas, como saber escuchar, pedir un favor, presentar una disculpa, hacer un elogio, recibir una queja, saber decir que no o negociar. Para ejercitar esas habilidades seleccionadas, se proponen unas técnicas sencillas de *role-playing* y de discusión con el alumnado, que resultan sumamente eficaces a pesar de su sencillez. En este último bloque, el de las habilidades sociales, se incluyen algunas ideas básicas para continuar la educación emocional iniciada en Primaria, o para iniciarla si no se hizo antes. Son sólo algunas orientaciones elementales, fundadas en la psicología y en el sentido común, para enseñar a los alumnos y alumnas a enfrentarse a la ira, a la angustia y a la depresión. Son sentimientos frecuentes y su control no requiere, en muchos casos, la ayuda profesional de un psicólogo o psiquiatra, sino que se pueden resolver con técnicas sencillas de desensibilización, de inoculación de estrés y de terapia cognitiva. Se trata de ofrecer a los alumnos y alumnas una buena base de educación emocional y sentimental, que destierre de ellos lo que Goleman llamó “analfabetismo emocional”.

Evaluación del programa

Este Programa de Competencia Social, es decir, de aprender a relacionarse correctamente, sin pasividad ni agresividad, está dando ya excelentes resultados, que han sido analizados en dos tesis doctorales, una referida a alumnado de Primaria, leída en la Universitat de València, y otra a niños y niñas sordos, defendida en la Universidad de La Laguna, así como en una tercera próxima a presentarse, también en La Laguna, sobre la eficacia del programa con estudiantes de Secundaria. Además, existen incontables testimonios de profesores y profesoras que

están impartiendo el programa a sus alumnos hace años, con plena satisfacción mutua. Los resultados, naturalmente, son tanto mejores cuanto con más seriedad y constancia se aplica el programa. El trabajo tiene que ser paciente y sistemático, al menos durante un curso escolar entero, una vez por semana, como dijimos al principio.

Curiosamente, tanto en las evaluaciones hechas al terminar cada cursillo de tres o cuatro días a profesores, como en las referencias posteriores obtenidas en el continuo contacto con esos docentes, muchos de ellos insisten en que el primer resultado positivo del programa ha sido para ellos mismos, para los profesores, para su vida familiar y laboral. Ése era un resultado que no se buscaba directamente, pero que no es sorprendente que aparezca, pues todos nosotros, absolutamente todos, podemos mejorar nuestro modo de relacionarnos con otros. Y el programa es un buen instrumento para conseguirlo.

Algunos casos concretos

Sin ánimo de menospreciar ningún esfuerzo, al contrario, valorando más los esfuerzos individuales que se hacen en circunstancias más difíciles, hay que confesar que donde mejores resultados está dando la aplicación del programa es en Cataluña. La razón es clara: las autoridades educativas catalanas han tomado en serio el programa, lo han ofrecido a todos los profesores y profesoras, han traducido cuidadosamente todos los materiales al catalán, han organizado el seguimiento, han dado facilidades a quienes quieran aplicarlo, han formado a profesores que puedan impartir el curso inicial a otros profesores (“formadores de formadores”, los llaman) y han dado a conocer el programa no sólo al profesorado, sino también a directores de centros, responsables de centros de recursos, inspectores e incluso a los medios de comunicación. Por su parte, el Secretariat d’Escola Cristiana, que agrupa a una muy buena parte de la enseñanza privada, tan importante en Cataluña, no ha cesado de organizar cursos para profesores y ha preparado también un equipo de formadores de formadores.

Es verdad que el primer apoyo al programa vino del Gobierno autónomo de Canarias, que destinó a una funcionaria en comisión de servicio para coordinar todas las actividades y que publicó los materiales y los distribuyó por los centros educativos de todas las islas del archipiélago. Pero hay que reconocer que luego, por diversas circunstancias, los profesores y profesoras (sobre todo los de Secundaria) no han podido contar con el apoyo y las facilidades que consiguen sus compañeros y compañeras en Cataluña.

* Manuel Segura es Doctor en Filosofía y Ciencias de la Educación por la Universitat de València.
Correo-e: mansegura@teleline.es