

*Este artículo es el primero de una serie de artículos acerca de como cultivar las habilidades sociales y facilitar las amistades, La parte 2 aparecerá en la próxima edición de reSources.*

## **La Importancia del Desarrollo de las Habilidades Sociales**

por Maurice Belote, Coordinador del Proyecto de CDBS

“Todas las intenciones y los logros nacen por la insatisfacción, no por la serenidad. Nunca, nadie ha dicho, ‘las cosas son perfectas, vamos a inventar el fuego.’” –Fran Lebowitz

Durante décadas, el campo del impedimento visual y la ceguera ha reconocido la importancia de las habilidades sociales y la necesidad de incluir la instrucción de estas en el plan de estudios básico ampliado. Sabemos que las buenas habilidades sociales son un factor importante para la educación y para el éxito después de la escuela. Por lo tanto, además de insistir en otras áreas importantes del plan de estudios (por ejemplo, el desarrollo de conceptos, las habilidades para resolver problemas, la comunicación y el desarrollo de lenguaje, las habilidades de la vida diaria, orientación y movilidad, la recreación y el uso del tiempo de esparcimiento, etc.), tenemos que asegurarnos de que la enseñanza de habilidades sociales esté integrada en todas éstas áreas del plan de estudios.

Ahora, parece que la cultura actual ha puesto más atención en la importancia de las habilidades sociales. Las compañías del sector privado están empezando a enfatizar la importancia de las “habilidades no concretas” que se refieren a los atributos como cualidades personales, hábitos, actitudes y modales. Estas compañías ahora están sugiriendo que las habilidades no concretas son muy importantes, si no más importantes que las “habilidades concretas.” Nosotros, los que trabajamos en educación especial hemos estado diciendo esto durante un largo tiempo, particularmente en relación con los estudiantes en edad de transición que pronto van a salir del ámbito educativo. Nada más tiene que pensar sobre sus propias experiencias o en el lugar de trabajo actual o anterior. Las personas toleran un nivel de incompetencia sorprendente de un individuo si es una persona agradable. Es decir, esta persona saluda a los demás con cortesía, trae deliciosas golosinas caseras a la oficina, comparte (o no comparte) videos que vienen en el correo electrónico, ayuda a organizar fiestas, etc.

Hace muchos años, escuché a Norman Kunc, un orador talentoso durante una conferencia, y lo que dijo siempre lo recuerdo, dijo que las capacidades y los comportamientos antisociales tienen una relación inversa como una báscula de equilibrio. En nuestra sociedad, entre más destrezas tenga una persona, más antisocial se le permite ser, pero se espera que sea menos antisocial si tiene menos habilidades. Tome en cuenta al brillante pensador que ha hecho importantes contribuciones a la solución de los problemas del mundo. Si esta misma persona tiene hábitos extra-

ños, o mal olor o no establece el contacto visual mientras habla, tenemos la tendencia de dejar pasar estas peculiaridades debido a las contribuciones que ha hecho. Pero si una persona tiene menos habilidades, por lo menos desde la perspectiva de la cultura actual, es probable que sea importante que esa persona no tenga muchos hábitos extraños, mal olor, etc.

Recientemente tuve la oportunidad de hablar con un grupo de educadores y familias acerca de las habilidades sociales. Les pedí desarrollar una lista de las normas sociales que creen que son comúnmente aceptadas entre la mayoría de las personas. Éstas son algunos de las normas que ellos identificaron:

- En situaciones de aglomeración pasar a la gente por el lado derecho;
- Decir “perdón” si Ud. bloquea la línea de visión cuando otros están mirando algo;
- Dejar que la gente salga antes que uno suba (esto aplica a muchas cosas, tales como elevadores, autobuses, el metro, etc.);
- Darle la mano a las personas que extienden su mano para saludarle;
- Ver a la persona con quien está hablando y mantener el contacto visual;
- Enfocarse en el tema cuando conversa con otra persona;
- Devolver los saludos tales como hola o buenos días;
- Mantener una distancia apropiada cuando se comunica con alguien;
- Esperar en filas ordenadas y no meterse inapropiadamente;
- No hablar en ámbitos donde se supone que deben ser silenciosos, o hablar demasiado fuerte en una situación;
- Quitarse el sombrero o gorra adentro de los edificios;
- Tomar turnos durante las conversaciones para reducir la posibilidad de interrupciones.

Por supuesto, las normas sociales evolucionan con el tiempo, y quién sabe cuales serán menos importantes o hasta irrelevantes en algunos años. Hay una fotografía muy conocida del equipo femenino de lacrosse del 2005 de una gran universidad del Medio Oeste de los EE.UU. que visitó la Casa Blanca y se reunió con el presidente Bush. En esta foto, muchas mujeres traen puestas sandalias estilo flip flop. El periódico *USA Today* publicó un titular que decía: “¿Están las normas sociales constantemente desbaratándose?” La foto inició un debate nacional acerca de los modales y como las normas sociales valoradas por personas jóvenes pueden ser muy diferentes a las de la generación de sus padres o abuelos. Tal vez algún día la idea de que algo está mal con el uso de las sandalias flip flop en una recepción en la Casa Blanca vaya a parecer tan anticuado como la forma en que yo reaccioné en la década de los sesentas cuando mi abuela insistía en usar un sombrero y guantes blancos para viajar en tren o para ir de compras a los grandes almacenes del centro.

Las normas sociales también pueden variar dependiendo de la edad de los niños o jóvenes. Los compañeros de la misma edad son un recurso excepcional para determinar las normas sociales de edades específicas, también son un gran recurso para tomar en cuenta cuando uno piensa en los asuntos relacionados con lo que es apropiado de acuerdo con la edad del individuo. Aunque

pueden tener dificultades para poner sus sentimientos en palabras, ellos saben cuando algo no está correcto (por ejemplo, el salón de clase de la preparatoria decorado con carteles de preescolar y equipado con las actividades de aprendizaje y materiales para los niños mucho más jóvenes). Los niños siempre están dispuestos a ofrecer sus opiniones de lo que se considera “cool” de acuerdo con una edad específica.

Algunas normas sociales son muy sutiles o no tienen una explicación racional de por qué existen, pero de todos modos las seguimos. Es posible que ni seamos conscientes de que seguimos estas costumbres, pero sabemos que nos sentimos extraños cuando no las observamos. Piense en la regla extraña de decir “buenos días” a una persona específica cada día. Imagínese que llega a trabajar en la mañana y encuentra a alguien por primera vez ese día, y le dice ‘buenos días’ a esta persona. Por alguna razón, sería extraño decir buenos días a esa misma persona cuando la encuentre de nuevo esa misma mañana. Si Ud. comunicara el mismo saludo tres o cuatro veces durante la mañana, sería francamente extraño. Se espera que comuniquemos algo diferente en cada interacción posterior (por ejemplo, “¡Híjole!, está muy húmedo afuera,” “Tengo que tomar un descanso” o lo que sea). Otro ejemplo de una norma social sutil es la regla que no miremos las caras de las personas en los elevadores o mientras que se espera en las filas, tal como en el supermercado. Al entrar a un elevador, se acostumbra girarse 180° y mirar a la puerta. Sería extraño esperar hasta que llegara a su piso para hacer esto porque estaría cara a cara con las otras personas. Una norma similar se aplica a la espera en las filas, ya que es aceptado hacer frente a la dirección del movimiento de la fila para que no esté cara a cara con la persona que está atrás de usted. Estar frente a la persona que está atrás de Ud. podría ser interpretado simplemente como algo extraño o todavía peor, podría ser visto como una amenaza.

Un elemento que no parece cambiar con el tiempo es la importancia de dar una muy buena primera impresión. La mayoría de los programas comerciales disponibles relacionados con las habilidades sociales dedican una cantidad de tiempo significativa a la idea de que la primera impresión realmente es importante. Estos planes de estudio sugieren que debemos tener en cuenta la importancia de factores tales como la ropa apropiada para la edad, el aseo personal y las habilidades interpersonales. Por supuesto, lo que es apropiado es una cuestión de criterio. Tom Miller, de la Escuela Perkins para Ciegos ha escrito: “Las palabras apropiado o inapropiado no se usan para indicar si una situación está correcta o incorrecta, sino para indicar si el comportamiento del individuo corresponde a la situación o no.” Lo que sería apropiado para un campamento de las Girl Scouts puede ser muy diferente de lo que sería apropiado para un baile de la secundaria o para una excursión al museo.

Junto con las variables que podemos controlar, como la manera de vestirnos y la limpieza en términos de apariencia, hay otros factores relacionados con la sordo-ceguera que pueden ocasionar preguntas de las personas que conocemos por primera vez. Es posible que las personas no hayan tenido experiencias relacionadas con un modo único de comunicación, un método diferente para desplazarse o una forma de expresión alternativa. Muchos adultos con impedimento visual o sordo-ceguera recomiendan que los niños y jóvenes inviten a otras personas a hacer preguntas acerca de su discapacidad, con el fin de disipar los mitos sobre esto y hacer que la gente se sienta más cómoda con las personas con diferencias sensoriales. Hacemos actividades de conciencia de las destrezas con los niños de todas las edades, no tanto para simular lo que es experimentar

problemas de la visión y audición, sino como una conversación abierta y honesta acerca de las percepciones individuales de las discapacidades y para descartar los mitos y eliminar los malentendidos.

Parece que también se está reconociendo más y más el valor de una autoestima saludable. En California, el concepto de autoestima recibió una paliza en 1986 cuando John Vasconcellos, en ese entonces miembro de la Asamblea Estatal de California, escribió el Acta 3659 de la Asamblea, que creó la Fuerza de Trabajo de California para Promover la Autoestima y Responsabilidad Personal y Social. La fuerza de trabajo pronto se convirtió en el remate de los chistes en los programas nocturnos de entrevistas y en la tira cómica Doonesbury. Luego vino el “gurú” de la autoestima, Stuart Smalley, un personaje del programa cómico Saturday Night Live desarrollado por Al Franken (ahora senador de los EE.UU.) que decía al mirarse en el espejo, “Yo soy lo suficientemente bueno, soy lo suficientemente inteligente, y maldita sea, la gente me quiere así.” Pero dejemos las bromas a un lado. La autoestima es importante para determinar cómo nos tratamos a sí mismos y cómo nos perciben los demás. Ahora, la Fuerza de Trabajo de California se ve como un modelo en nuestra respuesta a los problemas sociales que se ven afectados por el hecho de que algunos niños y jóvenes tienen opiniones muy pobres de sí mismos. Recientemente el New York Times reportó sobre una nueva área de investigación llamada auto-compasión, que origina la pregunta: ¿Te tratas a ti mismo tan bien como tratas a los demás? Las investigaciones sugieren que las personas que son compasivas con los demás son sorprendentemente duros consigo mismo, y que la auto-compasión es un factor para motivar a la gente a que se cuide a sí mismo de una manera más positiva.

Uno de los retos de la instrucción de habilidades sociales es que es uno de los campos más difíciles de enseñar y las razones por las que es así son numerosas y complejas. Una de las razones principales es que los individuos con la visión y la audición típica probablemente adquirieron la mayor parte de sus habilidades sociales a través del aprendizaje incidental y no mediante la enseñanza directa. Es decir que observamos lo que sucede a nuestro alrededor, y luego usamos esta información para guiarnos en nuestras propias vidas. Por ejemplo, cuando era niño, observé a mi compañero ayudar a una maestra a recoger un montón de objetos que se le habían caído en un pasillo donde había mucha gente. Vi y escuché el agradecimiento que la maestra le dio al estudiante por la ayuda, y el poderoso impacto de este reforzamiento positivo en mi compañero de clase. Yo uso esta información para tomar en cuenta la posibilidad de hacer lo mismo la próxima vez que esté en una situación semejante. Uso este ejemplo porque indica otra razón por la cual las habilidades sociales son difíciles de enseñar—hay muchas variables que pueden afectar la manera en que otras personas responden a nuestros intentos de seguir las normas sociales. En la enseñanza de la aritmética, puedo garantizar que la respuesta a la suma  $2 + 2$  siempre será 4, si yo estoy haciendo una hoja de trabajo de matemáticas o contando frijoles, pero el método de ensayo y error en el aprendizaje de habilidades sociales no es tan predecible. Por ejemplo, puedo sonreír y decir buenos días a un extraño que pasa en la acera del área donde vivo. La respuesta que recibo de este extraño puede ser una sonrisa recíproca y buenos días, puede ser la indiferencia casual o incluso podría ser francamente hostil. Tomo en cuenta todos los factores que posiblemente hayan tenido un impacto en la respuesta a mi saludo, y luego decido si voy a usar esa información o no para cambiar mi comportamiento la próxima vez. La manera en que se interpretan las normas so-

ciales y se responde a ellas no es precisa, y requiere la capacidad de interpretar las señales sutiles y hacer inferencias de información que posiblemente no sea completamente clara.

*La parte 2 de esta serie sobre las habilidades sociales se enfocará en facilitar las amistades para los niños y jóvenes que son sordo-ciegos, incluyendo consejos sobre cómo hacer y mantener un círculo de amigos y el conocimiento de cómo la identidad social y las redes se desarrollan a medida que las personas maduran.*