LOVE LA VIDA FOUNDATION

Conectar *y crecer*

Kit de habilidades sociales. Actividades prácticas para aprender a relacionarse, comunicar, poner límites y reparar.

Para cuidadores, educadores y mentores. Treinta y cinco actividades breves, con la edad, el objetivo, los materiales, qué dice el adulto y dónde se practica en la vida real.

CONECTAR	COOPERAR	RESOLVER
Comunicar	Poner límites	Reparar

Las habilidades sociales no aparecen porque un adulto diga «compórtate», «sé amable» o «haz amigos». Se desarrollan con modelado, práctica, feedback, experiencias reales y relaciones seguras.

VERSIÓN 1.0
SEPTIEMBRE DE 2026

EL MARCO

01 Qué estamos desarrollando

Diez capacidades. Todas viven dentro de un solo dominio de la biblioteca — **Relaciones** en la matriz de 2 a 18, y **Relaciones y límites** en los quince dominios de transición. Este kit es el detalle de ese dominio.

CAPACIDAD	SE VE COMO…
Conexión	Saludar, acercarse, mostrar interés, compartir atención.
Comunicación	Expresar ideas, necesidades y emociones con claridad.
Escucha	Esperar, atender de forma apropiada, resumir, preguntar.
Cooperación	Turnarse, compartir tareas, negociar roles.
Perspectiva	Considerar lo que otra persona puede pensar o sentir.
Límites	Decir que no, aceptar un no, respetar espacio y privacidad.
Conflicto	Pausar, hablar, negociar, pedir ayuda.
Reparación	Reconocer el impacto, corregir y reconstruir confianza.
Pertenencia	Construir relaciones sin perder identidad ni seguridad.
Autodefensa	Pedir ayuda, expresar desacuerdo, resistir presión.

LA META, DICHA CON PRECISIÓN

No buscamos niños simplemente agradables ni obedientes. Buscamos personas capaces de **conectar sin perderse, poner límites sin aislarse, resolver sin dominar, reparar sin humillarse y pertenecer sin renunciar a su seguridad.**

EL MARCO

02 Cómo se enseña una habilidad social

Siete pasos. Es la tercera secuencia de la biblioteca y conviene decir por qué: las otras dos describen cómo responder a un momento; ésta describe cómo **enseñar** algo.

PASO	QUÉ HACE EL ADULTO
1 · Nombrar	Explica la habilidad en lenguaje concreto.
2 · Modelar	Demuestra cómo se ve y cómo suena.
3 · Practicar	Role-play breve y repetible.
4 · Feedback	Señala una conducta específica que funcionó y una a ajustar.
5 · Usar	Busca una oportunidad real **ese mismo día**.
6 · Revisar	Pregunta qué funcionó y qué haría distinto.
7 · Repetir	La habilidad se practica en contextos distintos y con personas distintas.

LAS TRES SECUENCIAS, Y CUÁL USAR

CUÁNDO	CUÁL
En cualquier interacción, como postura del adulto.	**Conecta · Observa · Responde · Guía · Empodera** — *Crecer con Propósito.*
Cuando la respuesta es una conversación difícil.	**Conecta · Escucha · Valida · Aclara · Guía · Vuelve** — *¿Qué digo?*
Cuando se está enseñando una habilidad concreta.	**Nombrar · Modelar · Practicar · Feedback · Usar · Revisar · Repetir** — este kit.

FEEDBACK QUE SIRVE

En vez de «bien hecho», pruebe: «Esperaste a que terminara y después hiciste una pregunta. Eso ayudó a que se sintiera escuchado.»

La diferencia no es amabilidad: es que el niño ahora sabe qué repetir.

EL MARCO

03 Qué corresponde a cada edad, y el adulto como modelo

Las bandas son las mismas de toda la biblioteca. El temperamento, la cultura, el neurodesarrollo y el idioma cambian cómo socializa una persona.

EDAD	ENFOQUE SOCIAL
2–5	Atención compartida, imitación, turnos breves, palabras para las necesidades, reparar con apoyo del adulto.
6–8	Amistad, reglas, cooperación, perspectiva simple, resolver desacuerdos básicos.
9–12	Pertenencia, comparación social, amistad recíproca, reputación, conflicto y reparación.
13–15	Identidad, pares, límites, presión social, relaciones afectivas, privacidad y consentimiento.
16–18	Relaciones complejas, trabajo en equipo, autodefensa, negociación, intimidad y comunidad.

NO FORZAR UNA ÚNICA FORMA DE SER SOCIABLE

El objetivo no es producir extrovertidos. Un niño reservado que sabe pedir ayuda, poner un límite y reparar un conflicto **tiene la habilidad**. La sociabilidad es un estilo; esto es una capacidad.

EL ADULTO COMO MODELO SOCIAL

- Salude por nombre y con respeto.
- Pida permiso antes de tocar pertenencias o cuerpo.
- Reconozca cuando se equivoca.
- No use sarcasmo, humillación ni chisme como disciplina.
- **Respete un «no» apropiado.**
- Resuelva desacuerdos entre adultos sin convertir a un niño en mensajero.
- Explique el límite **sin retirar la relación**.
- Deje que el niño hable por sí mismo cuando pueda.

EL PRINCIPIO

Los niños aprenden relaciones observando relaciones. Un equipo que se habla mal delante de ellos enseña más en un minuto que este kit en doce semanas.

ÍNDICE

Las 35 actividades

Cada una toma entre diez y veinticinco minutos. Ninguna necesita materiales que una casa hogar no tenga.

CONEXIÓN Y ESCUCHA

01 El saludo que abre una puerta · 3–8

02 Mi turno, tu turno · 2–6

03 Preguntar y descubrir · 5–12

04 Escuchar hasta el final · 6–14

05 Cara, cuerpo y voz · 5–12

COMUNICACIÓN Y NECESIDADES

06 Decirlo sin gritar · 5–14

07 Pedir ayuda a tiempo · 6–18

08 Tres formas de decir lo mismo · 9–18

09 Malas noticias, bien dichas · 12–18

COOPERACIÓN

10 Construir con reglas · 5–12

11 El plan de los dos · 9–18

12 Sin hablar · 6–14

LÍMITES

13 Decir que no · 5–18

14 Aceptar un no · 5–18

15 Mi espacio, tu espacio · 4–14

16 Esto no se comparte · 10–18

CONFLICTO Y REPARACIÓN

17 La pausa de dos minutos · 6–18

18 Cada uno su parte · 8–18

19 Reparar de verdad · 6–18

20 Volver a la comunidad · 6–18

PARES Y PRESIÓN

21 Cuando me dejan afuera · 8–16

22 La presión del grupo · 11–18

23 Cuando alguien está siendo molestado · 8–18

24 Amistad que suma, amistad que pesa · 12–18

AUTODEFENSA Y VOZ

25 Hablar por mí mismo · 9–18

26 Mi versión también cuenta · 10–18

27 Pedir en una institución · 14–18

PERTENENCIA E IDENTIDAD

28 Lo que traigo conmigo · 8–18

29 Presentarme sin mi expediente · 13–18

30 El grupo que quiero · 12–18

31 Aportar algo al grupo · 8–18

PARA EL EQUIPO

32 Role-play de un conflicto real · *Equipo*

33 Observar una interacción · *Equipo*

34 La habilidad del mes · *Equipo*

35 Mi plan social · 13–18

Actividades 01 a 03

01 El saludo que abre una puerta

3–8 · INICIAR UNA INTERACCIÓN

- Modele tres saludos: demasiado fuerte, ausente y apropiado.
- Practiquen nombre + saludo + una pregunta sencilla.
- Cambien de pareja y repitan tres veces.
- Con los más pequeños, use muñecos.

> *Prueba: «Hola, soy ___. ¿Quieres jugar?» · «No necesitas abrazar para saludar.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD Al llegar a la escuela, a una actividad o al comedor. · **MATERIALES** Ninguno

02 Mi turno, tu turno

2–6 · ESPERAR Y COMPARTIR ATENCIÓN

- Elijan una actividad de turnos cortos.
- Nombre explícitamente «mi turno / tu turno».
- Aumente gradualmente la espera.
- Refuerce esperar sin arrebatar.

> *«Tu cuerpo quiere tomarlo ya. Espera… ahora sí es tu turno.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD En juegos, en la comida, en la conversación y con los materiales. · **MATERIALES** Una pelota o bloques

03 Preguntar y descubrir

5–12 · MOSTRAR INTERÉS POR OTRA PERSONA

- Cada niño hace tres preguntas abiertas a otro.
- No se puede repetir una pregunta ya hecha.
- Al final, cada uno dice algo que aprendió del otro.

> *«Una pregunta buena hace que la otra persona quiera seguir hablando.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD Con un niño nuevo en la casa, o con un visitante. · **MATERIALES** Tarjetas, opcionales

Actividades 04 a 05

04 Escuchar hasta el final

6–14 · TOLERAR EL SILENCIO Y NO INTERRUMPIR

- Quien tiene el objeto habla; nadie más.
- Al terminar, el otro resume lo que oyó antes de responder.
- Si el resumen no es correcto, el primero lo corrige y se repite.

> «*Antes de contestar, dime qué entendiste.*»

DÓNDE SE USA DE VERDAD En cualquier desacuerdo entre dos niños. · **MATERIALES** Un objeto que marque el turno

05 Cara, cuerpo y voz

5–12 · LEER SEÑALES Y AJUSTAR LAS PROPIAS

- Un niño muestra una emoción sin palabras; los otros adivinan.
- Después la misma frase se dice enojado, triste y tranquilo.
- Conversen sobre cómo cambia el significado.

> «*La misma palabra puede sonar de tres maneras distintas.*»

DÓNDE SE USA DE VERDAD Cuando alguien dice «no me pasa nada» y su cara dice otra cosa. · **MATERIALES** Ninguno

Actividades 06 a 08

06 Decirlo sin gritar

5–14 · PEDIR LO QUE SE NECESITA

- Enseñe la fórmula: «cuando ___, yo me siento ___, y necesito ___».
- Practíquenla con tres situaciones inventadas.
- Después con una real, pequeña.

> *«Dímelo con la fórmula y te escucho igual de rápido.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD Al pedir un turno, un espacio o una explicación. · **MATERIALES** Ninguno

07 Pedir ayuda a tiempo

6–18 · PEDIR ANTES DE LA CRISIS

- Cada uno escribe tres cosas para las que le cuesta pedir ayuda.
- Practiquen la frase exacta que usarían.
- Identifiquen a quién se la dirían y cuándo.

> *«Pedir ayuda temprano es una habilidad, no una debilidad.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD Con la tarea, con un conflicto, con el dinero. · **MATERIALES** Papel

08 Tres formas de decir lo mismo

9–18 · AJUSTAR EL REGISTRO SEGÚN LA PERSONA

- Elijan un mensaje: pedir permiso para llegar tarde.
- Dígalo a un amigo, a un cuidador y a un jefe.
- Conversen sobre qué cambió y por qué.

> *«No es fingir. Es saber con quién estás hablando.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD En la escuela, en una entrevista, con la dirección. · **MATERIALES** Ninguno

Actividades 09 a 09

09 Malas noticias, bien dichas

12–18 · COMUNICAR UN ERROR O UN CAMBIO

- Practiquen avisar que algo salió mal, temprano y sin excusas.
- Fórmula: qué pasó, qué hago ahora, qué necesito.
- Repitan con tres escenarios.

> *«Avisar tarde convierte un problema pequeño en uno grande.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD En el trabajo, con una cita, con un compromiso que no se puede cumplir. ·
MATERIALES Ninguno

Actividades 10 a 12

10 Construir con reglas

5–12 · NEGOCIAR ROLES Y CUMPLIR UN ACUERDO

- En parejas, construyan algo con una sola regla: cada uno pone una pieza por turno.
- Nadie puede deshacer lo del otro.
- Al final, conversen sobre qué fue difícil.

> «No *tenían que estar de acuerdo*; *tenían que terminar juntos*.»

DÓNDE SE USA DE VERDAD En una tarea de la casa que se haga de a dos. · **MATERIALES** Bloques o material de construcción

11 El plan de los dos

9–18 · REPARTIR UNA TAREA REAL

- Antes de empezar, escriban quién hace qué y en cuánto tiempo.
- Ejecuten.
- Revisen: ¿el plan se cumplió? ¿dónde falló el reparto?

> «*El problema casi nunca es la persona. Es que el reparto no estaba claro.*»

DÓNDE SE USA DE VERDAD En la cocina, en la limpieza, en un proyecto escolar. · **MATERIALES** La tarea real

12 Sin hablar

6–14 · COORDINARSE LEYENDO AL OTRO

- Den una tarea que exige coordinación, sin permitir palabras.
- Al terminar, conversen sobre cómo se entendieron.
- Repitan con palabras y comparen.

> «*Se comunicaron sin hablar. Eso también es comunicación.*»

DÓNDE SE USA DE VERDAD En equipos, en juegos, en el trabajo en cadena. · **MATERIALES** Una cuerda, una pelota o un rompecabezas

Actividades 13 a 15

13 Decir que no

5–18 · NEGARSE SIN AGREDIR Y SIN CEDER

- Enseñe tres noes: firme, con explicación, y con alternativa.
- Practiquen con presión creciente del compañero.
- El adulto modela primero recibir un no.

> *«Un no se puede decir con respeto y sostener.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD Ante una petición de un compañero, de un adulto o de una pareja. · **MATERIALES** Ninguno

14 Aceptar un no

5–18 · TOLERAR LA NEGATIVA DEL OTRO

- Un niño pide algo, el otro dice que no.
- Practiquen la respuesta: «está bien» + una alternativa propia.
- Nombren lo que se siente y por qué pasa.

> *«Que te digan que no no significa que no te quieran.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD Cuando se niega un permiso o un compañero no quiere jugar. · **MATERIALES** Ninguno

15 Mi espacio, tu espacio

4–14 · RECONOCER Y RESPETAR EL ESPACIO PROPIO Y AJENO

- Marquen un espacio para cada uno.
- Practiquen pedir permiso para entrar y aceptar la respuesta.
- Conversen sobre qué cosas son privadas.

> *«Tu cuerpo y tus cosas son tuyos. Los de los demás también.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD En los dormitorios, con las pertenencias, en el baño. · **MATERIALES** Cinta o cuerda en el piso

Actividades 16 a 16

16 Esto no se comparte

10–18 · PROTEGER INFORMACIÓN, CONTRASEÑAS Y CUERPO

- Hagan una lista de lo que sí y lo que no se comparte nunca.
- Practiquen negarse cuando quien pide es alguien cercano.
- Nombren a quién avisarían.

> ***«Nadie tiene derecho a tu contraseña. Ni una pareja.»***

DÓNDE SE USA DE VERDAD Con el teléfono, con los documentos, con el cuerpo. · **MATERIALES** Ninguno

Actividades 17 a 19

17 La pausa de dos minutos

6–18 · INTERRUMPIR LA ESCALADA ANTES DEL DAÑO

- Acuerden una señal que cualquiera puede usar para pedir pausa.
- Dos minutos separados, sin discutir.
- Vuelven y cada uno tiene un turno completo.

> *«La pausa no es rendirse. Es lo que permite resolverlo.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD En cualquier conflicto real, incluido con un adulto. · **MATERIALES** Un reloj

18 Cada uno su parte

8–18 · SEPARAR RESPONSABILIDAD DE CULPA

- Cada uno escribe qué hizo él, no qué hizo el otro.
- Se leen en voz alta.
- Se acuerda una reparación por cada parte.

> *«Quiero saber qué hizo él, y también qué decidiste hacer tú.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD Después de una pelea, una burla o un daño material. · **MATERIALES** Papel

19 Reparar de verdad

6–18 · PASAR DE LA DISCULPA A LA REPARACIÓN

- Distingan disculpa (palabras) de reparación (acción).
- Cada uno propone una reparación proporcional.
- Se ejecuta ese mismo día.

> *«¿Qué parte te corresponde, y cómo la puedes reparar?»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD Cuando se rompe algo, se insulta o se excluye a alguien. · **MATERIALES** Ninguno

Actividades 20 a 20

20 Volver a la comunidad

6–18 · REINTEGRAR SIN ETIQUETA PERMANENTE

- Después de una consecuencia, el grupo acuerda cómo recibe de vuelta a la persona.
- Se nombra en voz alta que el asunto está cerrado.
- Nadie lo vuelve a mencionar como identidad.

> *«Cometiste un error. Tú no eres el error.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD Después de cualquier consecuencia disciplinaria. · **MATERIALES** Ninguno

Actividades 21 a 23

21 Cuando me dejan afuera

8–16 · RESPONDER A LA EXCLUSIÓN SIN HUMILLARSE

- Nombren tres respuestas: preguntar, retirarse, buscar otro grupo.
- Practiquen las tres.
- Conversen sobre cuándo cada una sirve.

> *«Que hoy no te incluyan no dice quién eres.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD En el recreo, en un equipo, en un grupo de chat. · **MATERIALES** Ninguno

22 La presión del grupo

11–18 · SOSTENER UNA DECISIÓN PROPIA

- Un grupo presiona; una persona se niega.
- Practiquen tres salidas: el no directo, la excusa y el cambio de tema.
- Inviertan los papeles.

> *«No tienes que ganar la discusión. Tienes que poder irte.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD Con sustancias, con una broma que hace daño, con un robo. · **MATERIALES** Ninguno

23 Cuando alguien está siendo molestado

8–18 · PASAR DE ESPECTADOR A ALGUIEN QUE ACTÚA

- Enseñe tres acciones seguras: interrumpir, acompañar después, avisar a un adulto.
- Practiquen cada una.
- Nombren cuál es segura en cada situación.

> *«No hace falta ser valiente. Hace falta hacer una de las tres.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD En la escuela, en la casa hogar, en línea. · **MATERIALES** Ninguno

Actividades 24 a 24

24 Amistad que suma, amistad que pesa

12–18 · RECONOCER UNA RELACIÓN QUE HACE DAÑO

- Hagan dos listas: cómo me siento después de estar con esta persona.
- Identifiquen señales de control: celos, aislamiento, amenazas, secretos.
- Nombren a quién le contarían.

> *«Una relación que te aísla de todos los demás no te está cuidando.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD Con amistades, con parejas, con un adulto. · **MATERIALES** Papel

Actividades 25 a 27

25 Hablar por mí mismo

9–18 · EXPRESAR DESACUERDO ANTE UN ADULTO

- Practiquen pedir una explicación con respeto.
- Fórmula: «entiendo la regla; quiero entender para qué existe».
- El adulto responde en serio, no de forma simbólica.

> *«Puedes cuestionar una regla con respeto. Vamos a revisarla.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD En la casa hogar, en la escuela, en un trabajo. · **MATERIALES** Ninguno

26 Mi versión también cuenta

10–18 · CONTAR LO QUE PASÓ SIN EXAGERAR NI MINIMIZAR

- Practiquen relatar un hecho separando lo que vi de lo que supuse.
- Otro repite el relato y señala dónde se mezclaron.
- Repitan hasta que quede solo lo observado.

> *«Dime primero qué viste. Después qué pensaste.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD En una queja, en un reporte, ante una autoridad. · **MATERIALES** Ninguno

27 Pedir en una institución

14–18 · GESTIONAR UN TRÁMITE HABLANDO POR SÍ MISMO

- El joven llama o va a preguntar; el adulto acompaña en silencio.
- Prepárenlo antes: qué pido, a quién, qué datos llevo.
- Revisen después qué funcionó.

> *«Yo voy contigo, pero hablas tú.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD En un centro de salud, en la escuela, en una oficina. · **MATERIALES** Un caso real

Actividades 28 a 30

28 Lo que traigo conmigo

8–18 · NOMBRAR LA PROPIA CULTURA Y PERTENENCIA

- Cada uno presenta algo de su origen: comida, música, palabra, tradición.
- Nadie corrige ni jerarquiza.
- Busquen una cosa en común entre dos orígenes distintos.

> *«Tu origen no es algo que se deja en la puerta.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD En una fecha significativa, en la cocina, en una celebración. · **MATERIALES** Papel o materiales de arte

29 Presentarme sin mi expediente

13–18 · CONTAR QUIÉN SOY SIN REDUCIRSE A LA HISTORIA

- Practiquen una presentación de treinta segundos: qué hago, qué me interesa, qué busco.
- Sin mencionar dónde vive ni por qué.
- Repitan hasta que salga natural.

> *«Tú decides qué parte de tu historia compartes, y con quién.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD En una entrevista, en un equipo nuevo, con un compañero nuevo. · **MATERIALES** Ninguno

30 El grupo que quiero

12–18 · ELEGIR A QUIÉN ACERCARSE

- Describan tres características de la gente con la que quieren estar.
- Identifiquen dónde encontrarían personas así.
- Elijan un lugar y vayan.

> *«No esperes a que te elijan. También se puede elegir.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD En un club, un deporte, un grupo comunitario, un voluntariado. · **MATERIALES** Papel

Actividades 31 a 31

31 Aportar algo al grupo

8–18 · PERTENECER CONTRIBUYENDO

- Cada uno identifica algo que puede aportar al grupo esta semana.
- Lo hace.
- El grupo lo nombra en voz alta.

> *«Pertenecer no es caer bien. Es que tu presencia cambie algo.»*

DÓNDE SE USA DE VERDAD En la casa hogar, en la escuela, en la comunidad. · **MATERIALES** Ninguno

PARA EL EQUIPO

Actividades 32 a 34

32 Role-play de un conflicto real

EQUIPO · PRACTICAR ANTES DE QUE OCURRA

- Tomen un conflicto que se repite en la casa.
- Dos personas del equipo lo representan; una es el niño.
- Revisen: ¿validé? ¿mantuve el límite? ¿hubo reparación?

> «No *preguntes solo qué haría el cuidador. Pregunta qué tiene que aprender el niño.*»

DÓNDE SE USA DE VERDAD En la reunión de equipo, una vez al mes. · **MATERIALES** Los casos de la casa hogar

33 Observar una interacción

EQUIPO · DAR FEEDBACK SOBRE CONDUCTA, NO SOBRE ESTILO

- Un miembro del equipo observa quince minutos de vida cotidiana.
- Registra qué habilidad social apareció y en quién.
- Devuelve un ejemplo concreto, no una valoración general.

> «*Vi que esperaste a que terminara. Eso fue escucha.*»

DÓNDE SE USA DE VERDAD En cualquier momento ordinario del día. · **MATERIALES** Una hoja de registro

34 La habilidad del mes

EQUIPO · QUE TODA LA CASA PRACTIQUE LO MISMO

- Elijan una habilidad para todo el mes.
- Todos los adultos la nombran cuando la ven.
- Al cierre, cada niño dice dónde la usó.

> «*Una habilidad que solo se practica en la sesión no se aprende.*»

DÓNDE SE USA DE VERDAD Todo el mes, en todos los turnos. · **MATERIALES** Un cartel

PARA EL EQUIPO

Actividades 35 a 35

35 Mi plan social

13–18 · QUE EL JOVEN ELIJA QUÉ DESARROLLAR

- Elegir una habilidad a desarrollar.
- Identificar una situación semanal para practicarla.
- Elegir quién le dará feedback.
- Revisar a los treinta días.

> «No *necesitas cambiar tu personalidad. Estamos construyendo una habilidad que te da más opciones.*»

DÓNDE SE USA DE VERDAD Se integra al Plan Individual de Desarrollo si es prioridad del trimestre. · **MATERIALES** Papel

SEGUIMIENTO

Observación de progreso

Diez habilidades, la escalera de siempre. Se marca con un ejemplo concreto al lado, no con una impresión general.

HABILIDAD	PELDAÑO	EJEMPLO CONCRETO OBSERVADO	FECHA
Inicia una interacción			
Escucha y espera su turno			
Expresa una necesidad			
Respeta un límite ajeno			
Tolera un no			
Coopera en una tarea real			
Resuelve un conflicto			
Repara un daño			
Pide ayuda a tiempo			
Maneja presión o rechazo			

UNA SOLA ESCALERA EN TODA LA BIBLIOTECA

Cambia el nombre según quién la use, pero **el peldaño es el mismo número**. Nada se marca como logrado antes del cuatro; nada cuenta como preparación para el egreso antes del cinco. **Nivel 0, aún no observado**, no es un peldaño: es falta de evidencia.

LA PRUEBA DE QUE UNA HABILIDAD EXISTE

Aparece con personas distintas y en lugares distintos. Una habilidad que solo se ve con un cuidador y en la sala de actividades todavía es peldaño 3.

SEGUIMIENTO

Frases que enseñan una habilidad

Las instrucciones sociales funcionan cuando describen una conducta que el niño puede practicar. Las de la izquierda son morales; las de la derecha son practicables.

EN VEZ DE	PRUEBE
«Sé amable.»	«Pregúntale si quiere el turno después de ti.»
«Compórtate.»	«Baja la voz y dime qué necesitas, sin insultar.»
«Pide perdón.»	«¿Qué parte te corresponde, y cómo la puedes reparar?»
«Haz amigos.»	«Hoy practica saludar y hacer una pregunta.»
«Ignóralo.»	«Decide: responder firme, retirarte, o pedir ayuda.»
«Comparte.»	«Pregunta antes de tomar, y acuerden un turno.»
«No seas celoso.»	«Parece que esto te hizo sentir desplazado. Hablemos.»
«Deja de pelear.»	«Pausa. Después cada uno tiene un turno para explicar.»

CONCRETO ANTES QUE MORAL

«Sé amable» le pide a un niño que sea otra persona. «Pregúntale si quiere el turno» le pide que haga algo, **y eso sí se puede practicar, observar y celebrar.**

LÍMITES

Cuándo enseñar una habilidad no es la respuesta

Esta página importa más que las treinta y cinco actividades juntas.

- [ ] Existe acoso, violencia, abuso, coerción o explotación.
- [ ] El niño está siendo aislado o amenazado.
- [ ] Hay conductas sexuales problemáticas o no apropiadas al desarrollo.
- [ ] Existe riesgo de autolesión, suicidio o violencia.
- [ ] Las dificultades sociales son intensas, persistentes y afectan escuela, casa o comunidad.
- [ ] Hay señales de necesidades del neurodesarrollo, lenguaje o audición que requieren evaluación.
- [ ] **El niño pide apoyo profesional.**
- [ ] El personal no puede mantener la seguridad.

NO CULPAR AL NIÑO

Una habilidad social no corrige un entorno inseguro. Si existe victimización o abuso, la responsabilidad institucional es **proteger**, no entrenar al niño para soportarlo mejor.

Enseñarle a «responder mejor» a quien lo está dañando traslada el problema a la persona equivocada. Ver *Crecer con Propósito*, Parte III.

PROGRAMA

Doce semanas

Veinte a treinta minutos de enseñanza más oportunidades reales durante la semana sirve más que una sesión larga y aislada.

SEMANA	HABILIDAD	ACTIVIDADES	PRÁCTICA REAL
1	Saludar y conectar	01 · 03	Recibir a alguien nuevo
2	Escuchar	04 · 05	Un desacuerdo real
3	Pedir lo que necesito	06 · 07	Pedir algo a un adulto
4	Límites: decir que no	13 · 16	Una petición de un compañero
5	Límites: aceptar un no	14 · 15	Un permiso negado
6	Cooperar	10 · 11	Una tarea de a dos
7	La pausa	17	El primer conflicto de la semana
8	Resolver y reparar	18 · 19 · 20	Un daño real
9	Rechazo y exclusión	21 · 23	El recreo o el grupo
10	Presión de grupo	22 · 24	Una situación que ya pasó
11	Autodefensa	25 · 26 · 27	Un trámite real
12	Pertenencia	28 · 29 · 30 · 31	Aportar algo al grupo

LA DOSIS

Enseñar poco, practicar mucho, revisar la decisión y volver a practicar. Una habilidad se aprende en la vida real; la sesión solo la nombra.

AUTORÍA Y REVISIÓN

Escrito por **Scott Kimball, PhD** — licenciatura en psicología, maestría en psicología clínica, doctorado en psicología industrial y organizacional.

A la fecha de esta versión no ha sido revisado por un profesional clínico licenciado en México ni en Colombia. Esa revisión se está gestionando. Hasta entonces es material de formación, no protocolo clínico, y los lineamientos locales de protección infantil prevalecen siempre.

CONECTAR Y CRECER

No enseñamos a los niños a caer bien.

Les ayudamos a aprender a **conectar sin perderse, poner límites sin aislarse, resolver sin dominar, reparar sin humillarse y pertenecer sin renunciar a su seguridad.**

Para un niño que ha vivido separaciones y cambios de cuidadores, aprender que una relación puede tener límites, conflicto, reparación **y continuidad** puede ser lo más importante que aprenda aquí.

Las habilidades sociales se practican en relaciones reales.
Cada interacción puede enseñar una.

LOVE LA VIDA FOUNDATION · LOVELAVIDA.ORG
PERSONAS · COMUNIDADES · OPORTUNIDADES

Versión 1.0 · Septiembre de 2026 · Libre de imprimir, copiar y adaptar para uso no comercial en casas hogar.
Material de formación. Los lineamientos locales de protección infantil prevalecen siempre.