



**ESCUELA DE POSGRADO**

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**Programa de habilidades sociales “Tratémonos” para  
desarrollar asertividad en estudiantes de segundo de  
secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas - 2017**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:**

**Maestra en Psicología Educativa**

**AUTOR:**

**Br. Jessica, Valdivia Palacios**

**ASESOR:**

**Mgtr. Nolberto Arnildo, Leyva Aguilar**

**SECCIÓN:**

**Educación e Idiomas**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

**Atención integral del infante, niño y adolescente**

**PÉRU - 2017**

**Página del Jurado**

.....  
**Dr. Cesar Humberto Del Castillo Talledo**  
**Presidente**

.....  
**Dr. Antonio Lip Licham**  
**Secretario**

.....  
**Mgr. Nolberto Leyva Aguilar**  
**Vocal**

### **Dedicatoria**

Dedico esta tesis a Dios, por iluminarme, en todo momento, a mis padres quienes me dieron la vida, su dedicación, educación, apoyo y consejos. A mis hijas Rosangela y Andrea, a mi esposo, a quienes les debo su ayuda y comprensión. Nunca hubiera podido hacer esta tesis sin ellos.

### **Agradecimiento**

A los maestros de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo por habernos brindado los lineamientos de un trabajo de investigación científico desde el inicio hasta su culminación.

Así mismo agradezco al Mg. Norberto Leiva Aguilar. Por su apoyo pertinente en el asesoramiento de mi trabajo de investigación. A mi familia por su amor y apoyo incondicional. A mis compañeros que siempre nos dimos fuerza para seguir adelante.

## **Declaración de Autenticidad**

Yo, Jessica Valdivia Palacios estudiante del Programa de Maestría de la Escuela de Postgrado de la Universidad César Vallejo, identificada con DNI 07264376, con la tesis titulada Programa de Habilidades Sociales "Tratémonos" para desarrollar asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E.Sinchi Roca Comas - 2017.

Declaro bajo juramento que:

- 1) La tesis es de mi autoría.
- 2) He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
- 3) La tesis no ha sido auto plagiado; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
- 4) Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presenten en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada.

De identificarse la falta o fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), auto plagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad César Vallejo.

Los Olivos, Junio del 2017

.....

Jessica Valdivia Palacios

DNI: 07264376

## **Presentación**

Señores miembros de jurado:

En cumplimiento a las normas establecidas en el Reglamento de elaboración y sustentación de tesis de la Escuela de Posgrado de la Universidad "César Vallejo", pongo a disposición de los miembros del jurado la tesis titulada Programa de Habilidades Sociales "Tratémonos" para desarrollar asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas - 2017.

En esta investigación se tiene como finalidad, determinar la influencia del programa en habilidades sociales "Tratémonos" para desarrollar asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas – 2017 con una muestra de 50 estudiantes que estaban divididas en dos grupos: el grupo experimental (24 estudiantes) y el grupo control (26 estudiantes).

El trabajo muestra siete capítulos: el primero, donde se encuentra la introducción donde podemos conocer la problemática de la investigación, su justificación, los antecedentes internacionales, nacionales, y locales, los objetivos, los conceptos de las variables y sus teorías sustentadoras de la variable dependiente e independiente, el segundo capítulo se expone los aspectos metodológicos, el tercer capítulo nos muestra los resultados obtenidos y su interpretación, en el cuarto capítulo se presenta como se desarrolló la discusión del tema, en el quinto capítulo se expone las conclusiones a las cuales se llegó en la investigación, en el sexto capítulo se brindan las recomendaciones, y en el sétimo se presenta las referencias y al finalizar se registra los anexos.

Señores miembros del jurado que esta investigación se ajuste a las exigencias establecidas por la Universidad y merezca su aprobación.

<b>Índice</b>	<b>La autora</b>
Página del jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Presentación	vi
Índice	vii
Índice de tablas	ix
Índice de figuras	x
Resumen	xi
Abstract	xii
<b>I. Introducción</b>	
1.1 Antecedentes	14
1.2 Fundamentación científica	16
1.2.1 Programa de habilidades Sociales "Tratémonos"	16
1.2.2 Asertividad	25
1.3 Justificación	31
1.4 Problema	33
1.4.1 Realidad Problemática	33
1.4.2 Formulación del problema	36
1.4.3 Problemas específicos	36
1.5 Hipótesis	37
1.5.1 Hipótesis general	37
1.6 Objetivos	37
1.6.1 Objetivo general	37
1.6.2 Objetivo específico	37
<b>II. Marco Metodológico</b>	
2.1 Variables	40
2.2 Operacionalización de variables	41
2.3 Metodología	42

2.4 Tipos de estudio	42
2.5 Diseño	42
2.6 Población, Muestra y muestreo	44
2.6.1 Población	44
2.6.2 Muestra	44
2.6.3 Muestreo	45
2.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	45
2.8 Métodos de análisis de datos	50
2.9 Aspectos éticos	50
<b>III. Resultados</b>	
3.1 Resultados generales	52
<b>IV. Discusión</b>	64
<b>V. Conclusiones</b>	68
<b>VI. Recomendaciones</b>	70
<b>VII. Referencias Bibliográficas</b>	72
<b>Anexos</b>	77
Anexo A: Matriz de consistencia	
Anexo B: Constancia de aplicación de la investigación	
Anexo C: Base de datos	
Anexo D: Instrumento para medir la asertividad	

**Indice de tablas**

<b>Tabla 1: Matriz de Operacionalización</b>	<b>41</b>
<b>Tabla 2: Esquema del diseño cuasiexperimental</b>	<b>43</b>
<b>Tabla 3: Población de estudio</b>	<b>44</b>
<b>Tabla 4: Muestra de estudio</b>	<b>45</b>
<b>Tabla 5: Percentil de Asertividad</b>	<b>49</b>
<b>Tabla 6. Nivel y Rango de Autoasertividad y Heteroasertividad</b>	<b>50</b>
<b>Tabla 7: Nivel de Asertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca"</b>	<b>52</b>
<b>Tabla 8. Frecuencia de diagnósticos de Asertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca"</b>	<b>53</b>
<b>Tabla 9: Nivel de Autoasertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca"</b>	<b>55</b>
<b>Tabla 10. Nivel de Héteroasertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca"</b>	<b>56</b>
<b>Tabla 11: Resultados de la prueba de Mann Whitney para comprobar la Hipótesis General</b>	<b>58</b>
<b>Tabla 12: Prueba de la hipótesis específica 1</b>	<b>60</b>
<b>Tabla 13: Prueba de la hipótesis específica 2</b>	<b>61</b>

## Indice de figuras

Figura 1. Nivel de Asertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca"	53
Figura 2: Figura 2. Frecuencia de diagnósticos de Asertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca"	54
Figura 3: Figura 3. Nivel de Autoasertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca"	56
Figura 4: Figura 4. Nivel de Héteroasertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca"	57
Figura 5: Figura 5. Resultados de la prueba de Mann Whitney para comprobar la Hipótesis General.	59
Figura 6: Resultados de la prueba de Mann Whitney para comprobar la Hipótesis específica 1.	60
Figura 7: Resultados de la prueba de Mann Whitney para comprobar la Hipótesis específica 2	62

## Resumen

La presente investigación tuvo como finalidad determinar la influencia de la Aplicación programa de habilidades sociales “Tratémonos” para desarrollar el nivel de asertividad en los estudiantes de segundo grado de la I.E. Sinchi Roca, Comas – 2017. El presente programa ha sido elaborado y aplicado por la investigadora.

El trabajo tuvo un enfoque cuantitativo, tipo aplicada, con nivel descriptivo, su diseño fue experimental y el sub diseño cuasiexperimental, su población fue de 214 estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, con una muestra de 50 estudiantes distribuidos en dos grupos: (24) estudiantes para el grupo experimental y (26) estudiantes para el grupo control.

Se utilizó el instrumento el cuestionario ADCA 1 (Autoinforme de conducta asertiva) que permitió medir el nivel de asertividad, de los autores: E. Manuel García Pérez y Angela Magaz Lago (1992), este instrumento esta estandarizado en el Perú y validado por Verónica Maribel García Benites de universidad Cesar Vallejo – Trujillo, por tanto ya posee validez con la prueba de Alfa de Cronbach con coeficiente de 0,836

En los resultados inferenciales mostró que, hubo influencia significativa de la aplicación del programa de habilidades sociales “Tratémonos” para desarrollar asertividad, en los estudiantes de segundo grado de la I.E. Sinchi Roca, Comas – 2017, demostrado por “z”= 2,484 > 1,6759 y es significativa por p –valor 0.013 < 0.05.

Palabras clave: programa, habilidades sociales, asertividad, autoasertividad, heteroasertividad.

### **Abstract**

The purpose of the present research was to determine the influence of the "Tratémonos" social skills program to develop assertiveness in the second grade students of the I.E. Sinchi Roca, Comas - 2017.

The work had a quantitative approach, type applied, with descriptive level, its design was experimental and the quasi-experimental sub design, its population was 214 students, with a sample of 50 students, for data collection was used the survey technique, The instrument was used the ADCA 1 questionnaire that allowed to measure assertiveness, having as authors: E. Manuel García Pérez and Angela Magaz Lago (1992), this instrument is standardized in Peru and validated by Veronica Maribel García Benites from Cesar Vallejo University - Trujillo , Therefore already has validity with the test of Cronbach Alpha with coefficient of 0.836

In the inferential results showed that if there was influence of the social program "Tratémonos" to develop assertiveness in the second grade students of the I.E. Sinchi Roca, Comas – 2017, Shown by "z" = 2.484 > 1.6759, is significant for p-value 0.013 < 0.05.

**Key words:** program, social skills, assertiveness, self-assertiveness, heteroartivity.

## **I. Introducción**

## **1.1. Antecedentes**

### **Antecedentes internacionales.**

Rodríguez y Romero (2011) realizaron la investigación: “La asertividad como factor asociado a las habilidades cognitivas de solución de problemas interpersonales en estudiantes de 12 años”. Investigación para optar el grado de magister en educación en la Pontificia Universidad Javeriana, Colombia. El enfoque del estudio fue mixto. El motivo de la tesis fue buscar la relación entre la asertividad y las habilidades cognitivas de solución de problemas interpersonales en estudiante de 12 años. En esta investigación se trabajó con una muestra de 136 alumnos de Instituciones Educativas de Bogotá. En conclusión se puede decir que los alumnos no han desarrollado positivamente relaciones interpersonales, por ello se sugiere realizar programas de intervención psicopedagógica en habilidades sociales.

Coromac (2014) realizó un trabajo de investigación sobre:

“Estrategias de asertividad como herramientas para la transformación del conflicto en el aula”, investigación, para optar el grado de magister por la Universidad Rafael Landívar, Guatemala. El objetivo de esta investigación es saber que estrategias usan los maestros para desarrollar asertividad para que resuelva conflictos en el aula. Asimismo, el enfoque del trabajo fue cuantitativo y se usaron métodos estadísticos descriptivos. Los resultados descriptivos en el escucha activa fue que el 4.63% tiene postura y contacto visual, el 4.31% tiene identificación de necesidades e intereses, mientras que en asertividad el 4.41% presenta reconocimiento de los sentimientos, el 4.81% respeta los sentimientos, el 4.88% presenta respeto, el 4.53% presenta juicio crítico. Los resultados obtenidos dejaron en claro que los maestros aplican adecuadamente los procesos pedagógicos para que desarrollen asertividad ante sucesos de riesgos; a su vez se observa que estudiantes que cuentan como base con una convivencia pacífica se prueba que resuelven sus conflictos. Finalmente, se demostró que al partir de la premisa la asertividad puede adquirirse, aprenderse y desarrollarse y con ello mejorar las relaciones interpersonales.

### **Antecedentes nacionales**

Trujillo (2014) desarrolló la investigación: “La técnica de clown para mejorar la asertividad de las estudiantes del II ciclo de la carrera profesional de educación inicial de la universidad privada Antenor Orrego de la ciudad de Trujillo”. Trabajo para optar el grado de magister en educación, por la Universidad Antenor Orrego. El objetivo de la investigación consistió en la realización del taller de clown, Para ello se seleccionó a 60 estudiantes y se conformó el grupo control y experimental. El “Taller Clown” tuvo como componentes de la asertividad (autoasertividad y heteroasertividad). El enfoque empleado fue cuantitativo, el tipo de investigación aplicada y con un diseño cuasi experimental, se aplicó la prueba de ADCA 1 acondicionada y estandarizada. Luego de efectuada la intervención se encontró diferencias significativas en los puntajes de grupo experimental, entre el pre test y el post test concluyéndose el efecto positivo de la técnica de clown.

Portales (2010) La técnica del sociodrama para desarrollar la asertividad en los alumnos del primer grado de educación secundaria, de la universidad Cesar Vallejo de Trujillo, el trabajo es cuasi – experimental. Donde se concluyó lo siguiente: que el uso de la estrategia técnica del sociodrama permitió afirmar que se aprende ser asertivo. A su vez nos muestra la diferencia entre el aula donde se desarrolló la técnica del sociodrama fue positivo mostrando conductas adecuadas que permito mejorar sus relaciones interpersonales entre estudiantes según la estadística obtenida a comparación del aula donde no se realizó dicho trabajo.

Montoya (2011), *Programa tutorial en control de emociones para el desarrollo de la asertividad en los estudiantes de 5º grado de Educación Primaria de la Institución Educativa Privada Salesiano San José – Trujillo*, de la Universidad César Vallejo de Trujillo, el trabajo pre experimental, utilizo una guía de observación como instrumento para obtener los datos. Donde se concluye que el programa permitió que los alumnos del aula experimental aprendieran a manejar sus emociones y con ello el manejo de la asertividad observando las buenas relaciones interpersonales entre pares como es el saber escuchar, y comunicarse asertivamente respetándose y respetando a los demás.

Tantaleán (2011) presento el estudio titulado: "Efectos del programa Hazte cargo de tu vida, en la asertividad de adolescentes de la institución educativa privada de ventanilla, Callao, Lima, a la Universidad Femenina Sagrado Corazón. Dicho estudio trabajo con un enfoque cuantitativo, aplicada con diseño cuasiexperimental el método utilizando el inventario autoinforme ADCA 1. La conclusión a la que llegó la investigadora consistió en demostrar que la propuesta aplicada resultó ser significativa es decir produjo los cambios esperados en relación al desarrollo de la asertividad, hallándose la diferencia entre el grupo experimental y el grupo control. A su vez permitió describir que en el post test no se produjo diferencias tomando en cuenta género y tipo de familia al establecer las diferencias de puntuaciones con al U Mann Whitney.

## **1.2 Fundamentación Científica**

### **1.2.1 Programa de habilidades sociales "Tratémonos".**

#### **Definición**

El Programa Tratémonos, está sustentado en las habilidades sociales para desarrollar asertividad, con la finalidad de aprendan comportamientos que permitan que nuestros estudiantes se respeten y respeten a los demás.

Un programa son "Actividades secuenciales a través de sesiones previamente establecidas de acuerdo a la necesidad de un grupo determinado que permitirá el cambio de conductas". (Rodríguez, 1999, p. 233).

Mientras que Landa (1976) definió al Programa como "las actividades organizadas para enseñar con técnicas didácticas para tener respuestas optimas del grupo con el cual se trabaja en tiempo programados". (Ordaz y Saldaña, 2005).

En ese sentido, se colige que un programa son secuencias de actividades caracterizado por tener objetivos enmarcados dentro de un contexto concreto en el que urge medida de cambio acorde con determinados objetivos que se han tomado en cuenta para lograr un cambio.

Sobre esta base definida, al detectarse un problema en una comunidad es preciso actuar a través de actividades pertinentes que permitan cambiar de aptitud promovidos en la escuela donde se construye una convivencia democrática en base al desarrollo de la asertividad. De esta forma intervenir en la escuela, de manera especial en los estudiantes de secundaria, conlleva plantear un programa con una identidad propia que sintetice los objetivos planteados permitiendo mejorar las relaciones interpersonales.

Cabe señalar que este trabajo tiene que tener criterios de selección según la necesidad de la comunidad educativa.

El programa *Tratémonos*, estuvo orientado a una acción interventora sobre un objeto que son los alumnos del segundo de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca" además esta acción fue dirigida para fortalecer saberes, actitudes y comportamientos, tomando como un aspecto primordial la motivación y estrategias pertinentes orientadas a la consecución del objetivo planificado y por ende, producir un cambio o modificación. Esta tarea se vio potenciada con el diseño del programa de intervención psicopedagógica, permitiendo de esta forma modificar una situación diagnosticada como negativa o adversa la cual resulto óptima en el aula experimental.

Asimismo, Henao, Ramírez y Ramírez (2006) sostuvieron que el término intervención psicopedagógica ha tenido diversos nombres como: intervención psicoeducativa, pedagógica, psicológica, entre otros. No obstante, sostienen que se le debe concebir como: esfuerzos multidisciplinarios, pero al mismo tiempo integrarlos en un todo coherente que permita cumplir con determinados objetivos que además deben ajustarse al contexto en el cual se va intervenir. Por esta razón, para desarrollar la acción psicopedagógica es preciso tener en cuenta algunos principios y uno de ellos es la prevención.

En ese sentido, se colige que un programa es un conjunto de actividades caracterizado por tener objetivos enmarcados dentro de un contexto concreto en el que urge medida de cambio acorde con determinados objetivos que se han tomado en cuenta para lograr un cambio.

Sobre esta base definida, al detectarse un problema en una comunidad es preciso actuar a través de actividades pertinentes que permitan mejorar la calidad de vida de las personas. De esta forma intervenir en la escuela, de manera especial en los estudiantes de segundo grado de secundaria, conlleva plantear un programa con una identidad propia que sintetice los objetivos planteados, por ello se ha creído pertinente denominarlo "Tratémonos" para mejorar las relaciones interpersonales.

### **Estructura del programa**

El programa de intervención psicopedagógica denominado "Tratémonos", consistió en la reunión de un conjunto de actividades ejecutadas a través de sesiones, que estuvieron centrados en el desarrollo de técnicas cognitivas-conductuales.

La aplicación del programa tuvo una duración de 20 sesiones de 1 hora pedagógica cada una aproximadamente de 45 min.

Las sesiones se llevaron a cabo con técnicas como la instrucción verbal, modelado, práctica, refuerzos, tareas y situaciones vivenciales en las que han de ponerse de manifiesto las conductas de los estudiantes.

Se desarrollarán semanalmente las sesiones del programa "Tratémonos" con la participación de los padres, para que no se pierda la secuencia pues los padres son una de las fortalezas que permitieron que los adolescentes lograron mejorar su conducta de los temas y fueron útiles para ellos. En ese sentido, se realizaron 02 sesiones de manera informativa y participativa con ello sensibilizo y se logró el cambio de actitud y le dieron la importancia debida para ayudar a su hijos y contar con habilidades sociales que les permita desarrollar asertividad permitiendo una relaciones positivas entre adolescentes

### **Objetivos del programa**

Incrementar las habilidades de asertividad en los estudiantes del segundo de secundaria.

Desarrollar asertividad en los estudiantes del segundo de secundaria para mejorar sus relaciones interpersonales.

### Contenidos del programa

Los contenidos del programa están en función al desarrollo del nivel de asertividad, enmarcadas en: las primeras habilidades, habilidades avanzadas, relacionadas con los sentimientos, alternativas a la agresión, hacer frente al estrés y a la planificación.

### Habilidades sociales

Las personas desde que nacen interactúan empezando en el núcleo familiar donde interaccionan, luego la escuela es el segundo lugar donde se socializan y de ahí la importancia de enseñar habilidades sociales, como una destreza y que le permita tener la capacidad de resolver conflictos, manejar su inteligencia emocional, la empatía, sobre todo el autoestima, para mantener contacto con otras personas si no existe este aprendizaje de estas habilidades para que interactúe asertivamente en un ambiente afectivo. A estas conductas la llamamos habilidades sociales.

### Enfoques teóricos de las habilidades sociales

Se manejan diferentes conceptos de habilidades sociales en el transcurrir del tiempo y se puede definir como:

Es una capacidad que debe ser atendida y desarrollada buscando el respeto en sí mismo y hacia los demás y no mostrar conductas que son sancionadas por el entorno que lo rodea (Libet y Lewishon, 1988)

Caballo, (1983) Se muestra un comportamiento con habilidades para poder relacionarse adecuadamente con los demás no perdiendo en ningún momento el comunicarse respetando las opiniones del otro y ser respetado por los demás mostrando sentimientos de empatía que le permita resolver dificultades inmediatas y no buscarse conflictos controlando sus emociones.

Incluso dando esta definición es complicado dar exactamente un concepto de habilidades sociales. Pero se puede aseverar que una conducta competente está basada en tres dimensiones. El consenso social: Se da la por la aceptación de un grupo determinado donde sus acciones que realiza pueden ser positivas para un grupo y para otro no.

**Efectividad:** Se dice así cuando la persona logra cumplir sus metas con esfuerzo.

**Carácter situacional:** La conducta reflejada por la persona es aquella que respete el lugar y la situación del momento en la que vive.

El modelo conductual – cognitivo busca emprender capacidades que permita que la persona se sienta bien con el mismo y a su vez con se sienta bien con los demás. Este aprendizaje se produce con la observación y el reforzamiento de sus experiencias que deben ser óptimas.

Bandura, (1963) Siendo su teoría el aprendizaje social donde muestra que la persona es un ser social en todas sus etapas de vida este aprendizaje debe ser desarrollar capacidades de relacionarse, saberse comunicar por medio de la conversación interactuando afectivamente. Permitiendo que la Conducta se fortalezcan positivamente para interrelacionarse buscando el desarrollo de la autonomía de la persona que busca enriquece sus capacidades de aprendizaje a si obtener un equilibrio desarrollando la asertividad basado en la empatía, el saber escuchar, saber hablar, tener una autoestima optima que permite un comportamiento correcto en cualquier situación en su contexto.

Monjas (1993) sustento su trabajo en la teoría del aprendizaje vicario y cognitivo conductual y manifestó:

En el caso de los estudiantes adolescentes socializan más con sus pares y en la realización de sus investigaciones se ha evidenciado que el adolescente que tiene la capacidad de manejar habilidades sociales como una buena autoestima y se siente bien consigo mismo se interrelacionara sin tener dificultades y es por ello que enseñar en forma secuencial habilidades sociales le permitirá resolver conflictos que se pueda producir en su entorno con una comunicación asertiva a

su vez tener un mejor rendimiento académico de no enseñar estas competencias se observa una baja aceptación, problemas de aprendizaje.

#### Aprendizaje social y por imitación

Miller y Dollard (1941) subrayaron:

La persona desde que nace imita a las personas que actúan a su alrededor produciéndose un aprendizaje social al interactuar primero en su grupo familiar y luego en la escuela. En su último escrito: *Personality and Psychotherapy*. Donde explica que la imitación es un condicionamiento y las competencias sociales son los estímulos que deben ser a favor del aprendiz. Las conductas que se imitan o se observan son aprendizajes. (Bandura y Walters, 1974, p. 9).

#### Aprendizaje por observación-descubrimiento

García (1997) estableció:

El aprendizaje deben ser significativos que le permite al estudiante establecer una valoración y desarrollar las capacidades en habilidades sociales de sus propias vivencias dentro de la escuela donde observa las conductas negativas como la falta de respeto al ponerse sobrenombres agredirse física y verbalmente muchas veces justificando que es un juego podrá discriminar luego de la sesión que no lo es y cambian de aptitud y mejoran considerablemente sus relaciones interpersonales. (p.14)

#### Características de las habilidades sociales

Monjas (2012) describe a las habilidades sociales como:

Comportamientos que se aprenden y se muestran cuando interactúan dentro de un determinado grupo. La capacidad verbal empleando la comunicación expresando un saludo saber hacer peticiones y no verbales como la expresión corporal como mirar y hacer gestos permitiendo que se dé un ambiente afectivo. Este contexto se da un grupo social con acuerdos de convivencia que permitirán saber respetarse y respetar a los demás teniendo como propósito el desarrollar habilidades sociales

## Técnicas del programa de habilidades sociales "Tratémonos"

Monjas (2012) estableció una serie de técnicas que se utilizará durante el desarrollo del programa y se pretende lograr en el entrenamiento de habilidades para desarrollar la asertividad.

Técnica instrucción

Técnica el modelado

Técnica Reforzamiento del educador. Retroalimentación o Feedback

Transferencia. Tareas para casa.

Componentes de las habilidades sociales:

Para el presente trabajo, en el campo educativo, se mencionó tres componentes que se interrelacionan en situaciones vivenciales de los estudiantes en las que tienen que actuar manejando positivamente sus habilidades sociales.

Componente motor. Se le denomina a las conductas que podemos describir en alguna situación social relevante que es significativa y funcional para la persona aumentando las interrelaciones positivas. Para nuestra cultura hay comportamientos que se rescatan y es reforzada en su entorno social, en el que se encuentra, y estas conductas son habilidades simples donde se toma la expresión corporal, facial y la comunicación verbal que son las habilidades básicas, y trabajando con las habilidades intermedias como es saber iniciar una conversación y mantenerla, y se produce las habilidades complejas donde expresan sus ideas y dan respuesta a las ideas de otros, expresan emoción y responde a una emoción de los demás, hacer respetar sus derechos respetar el delos demás, reforzándolos y auto reforzándolos.

Componente cognitivo: Es el proceso de aprender capacidades cognitivas de interacción de la persona en el ambiente donde se encuentra, donde se observa las habilidades aprendidas como las habilidades nuevas, se presenta este componente por el aporte de la teoría social cognitiva (Pérez, 2000) dentro del proceso cognitivo básico y superior, donde se encuentran el proceso de la

percepción, la atención, la memoria, el pensamiento y la metacognición juntos son auto sistema permitiendo la autorregulación del comportarse socialmente de manera afectiva. (Bandura 1986).

Componente emocional: Se relaciona con los otros dos componentes mencionados, Se ubica al componente emocional del proceso motivacional, como el autoestima, autoeficacia, auto concepto, las actitudes ,valores y creencias.(Caballo,2005: Bandura, 1986) El componente emocional que no está reforzado con aprendizaje de las habilidades aprendidas, las personas enfrenta en sus interrelaciones las emociones, la ansiedad, la ira, el sentirse culpable, puede afectar a todos los niveles que se relacionan al componente emocional (Dalglish power, 2000) que pueden afectar en aprender las habilidades sociales, al desarrollar una respuesta positiva o generar una respuesta negativa antisocial. (Bandura, 1986).

Podemos concluir, que los tres componentes enunciados en las habilidades sociales deben estar siempre en relacion con el comportamiento social. En la teoría social cognitiva define esta relacion como paradigma de reciprocidad trídica (Bandura, 1986).

Para realizar este trabajo, se asumió la teoría de María Inés Monjas Caseres, quien apporto con su trabajo de campo y su experiencia profesional su programa que se adaptó satisfactoriamente a las necesidades de intervenir en situaciones que permitió ayudar a los estudiantes que presentaron problemas al interrelacionarse, en nuestra Institución educativa.

#### Dimensiones de las habilidades sociales

##### Dimensión primeras habilidades sociales

Goldstein, et al. (1987) manifestó que Reconoce que para relacionarse con otros compañeros debe saber presentarse y mantener una conversación.

Reflexionar la importancia de saber formular una pregunta para obtener la respuesta adecuada, que necesita de las personas.

Se busca incentivar en los adolescentes la importancia de hacer un cumplido con naturalidad, sin prepotencia ni excesiva modestia. (García, 2010, p.15).

#### Dimensión habilidades sociales avanzadas

Goldstein, et al. (1987) mencionó que esta dimensión Incentiva la escucha activa y dar las gracias ante los cumplidos que se les diga como un acto de generosidad a su vez los adolescentes desarrollan la habilidad de comunicarse asertivamente y con ello habilidad de disculparse cuando decimos o hacemos algo que no está bien, para una convivencia saludable.

Fomenta en los alumnos la habilidad de pedir ayuda en situaciones que lo amerite para conservar su integridad personal. (Moreno, 2011, p.41).

#### Dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos.

Goldstein, et al. (1987) consideró Identifica los distintos sentimientos respetando las características de los demás y de uno mismo.

Asume que los adolescentes al expresar sus sentimientos con el objetivo de resolver su miedo frente a su entorno y lo harán poniéndose en el lugar del otro. (Moreno, 2011, p.41).

#### Dimensión habilidades alternativas a la agresión

Goldstein, et al. (1987) Quien explicó que esta dimensión "son entrenamientos de elementos fundamentales que permiten lograr una óptima interrelación con los demás" Utilizando el autocontrol emocional frente a bromas y para hacer respetar sus propios derechos emplea diversas habilidades alternativas como el saber escuchar, ponerse en el lugar del otro, para solucionar problemas, evitando así, cualquier tipo de violencia (peleas), y resuelven sus conflictos.

## Dimensión habilidades para hacer frente al estrés

Goldstein, et al. (1987) refirió que “Desarrollar en los adolescentes la habilidad de minimizar el estrés y utilizarlo de manera positiva sabiendo que de enfrentar la presión de grupo asertivamente, trabajar el autocontrol, la empatía, y sobre todo lograr cumplir sus objetivos metas. (Moreno, 2011, p.41).

### 1.2.2 Asertividad.

#### Definición

Andrew Salter 1949 quien manifiesta la manera de enseñar a ser asertivo, luego refiere a Wolpe como el autor de definir la asertividad como “defensa de derechos” que se utiliza con mayor frecuencia, no es hasta la década de los setenta que varios autores se interesan en el concepto asertividad dando paso a su expansión y desarrollo. (Campos, 2015, p. 17).

Alberti y Emmons (1978) dieron el concepto de comportamiento asertivo a la “conducta que desarrolla la persona actuar en base a sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad inapropiada, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales sin negar los derechos de los otros” (Rodríguez y Romero, 2011, p. 36).

Es decir, alude de forma concreta a demostrar en determinadas situaciones la conducta de la persona y al mismo tiempo ser consecuente con la defensa de sus opiniones ante los demás. Es el justo medio entre el agresivo y la pasivo. Por tanto, es una conducta expresada en una situación. De modo que ser asertivo es saber conducirse con propiedad en determinadas situaciones, dado que ello expresa un manejo adecuado de relaciones interpersonales.

Para García y Magaz (2011) “El ser Asertivo resultaría ser la característica que se conceptúa como una conducta social que se define como un acto de respeto a uno mismo y respetar a los demás con quienes se interrelaciona. (p.12).

Riso (2002), En su preocupación por el estudio de la asertividad, define a la persona asertiva a aquella que tiene la capacidad de hacer respetar sus derechos

como el saber decir no, y dar su opinión así este en desacuerdo sin que lo manipulen, a su vez respetar los derechos de las personas que están en su entorno como lo hace una persona agresiva. (p. 23).

Caballo (1983) mencionó:

Se trata de una conducta que se da en igualdad de condiciones en el que interactúan personas, permitiendo defender los intereses presentes y futuros sobre la base de expresar sentimientos y pensamiento en base al respeto de los intereses personales y el derecho de los demás. En otras palabras, se trata de expresar una línea de conducta donde no se es más ni tampoco se es menos cuando se interactúa con otras personas. (Rodríguez y Romero, 2011, p.38).

#### Enfoques teóricos de la asertividad

Las bases teóricas de la asertividad sienta sus bases en la teoría filosófica de Collen Kellen conceptualiza, como primicia que cada individuo es poseedor de determinados derechos humanos básicos, que incluyen aspectos fundamentales como: el no sentirse culpable o egoísta a rehusar solicitudes, el afirmar las propias necesidades como de igual importancia que la de los demás, el derecho de cometer errores, el derecho de expresarse con libertad sin violentar los derechos de los demás. (Campos, 2015, p. 19)

#### Teorías biológicas

En su teoría Yogoseski (2000) definió la asertividad haciéndola ver como la capacidad de desenvolverse, comunicando nuestros pensamientos mostrando confianza en autoimagen manejando su inteligencia emocional al defender sus derechos sin afectar a los demás permitiéndole entablar una negociación para el logro de sus objetivos en base a una comunicación óptima.(Campos, 2015, p. 20).

## Teoría social

Teoría del aprendizaje social de Albert Bandura (1980).

El aprendizaje social que enuncia que el aprendizaje se da por medio de la observación, al imitar, o viendo un modelo a seguir o aprender una capacidad social, este conocimiento se dará transmitiéndose su cultura de persona a persona sin que necesite experiencias. Este aprendizaje es propio de los seres humanos y en algunos casos se han hecho pruebas con primate.

En conclusión podemos decir que algunas conductas aprendidas en nuestro entorno pueden ser negativas al tomar como modelo, al imitar a un amigo a nuestros padres o personajes de la televisión que no se respeten ni respetaran a lo demás según el ambiente donde nos encontramos. (Campos, 2015, p. 21).

## Teorías de los factores situacionales

### Enfoque cognitivo

Tasso y Luna (1997), citado por Correa y Vásquez (2001), definieron el comunicarse asertivamente en la escuela como: El saber comunicarse con el estudiante tomando en cuenta que el docente es la persona que lo va escuchar va hacer que se sienta respetado en su opinión del tema tratado, de igual forma el estudiante dará muestra de respetar a los demás en esa misma situación, significa que el saber escuchar al otro y manejar nuestra inteligencia emocional

En cualquier situación se puede afirmar que el ser asertivo se basa en la no presencia de ansiedad permitiendo manifestar nuestros sentimientos, pensamientos, en forma positiva. (Campos, 2015, p.23).

Wolpe, et al. (1977) "Señalo que la asertividad puede ser dividida en dos dimensiones: conducta asertiva positiva (asertivo) y conducta asertiva negativa (agresivo)" (Rodríguez y Romero, 2011, p.39).

Pick y Vargas (1990): Afirmaron que la persona es asertiva cuando se auto acepta y se valora, respeta a los demás, sostiene sus opiniones y lo comunica claramente en el instante preciso apropiadamente sin herir al otro con su comentario (Rodríguez y Romero, 2011, p.38).

El enfoque cognitivo toma en cuenta el aprendizaje mediante un comportamiento adecuado; en donde se valore, respete a los demás; en el cual se necesita la aceptación y la valoración, el respeto hacia los otros, el ser firmes en las decisiones tomadas, mantener una comunicación clara y directa en todo momento.

#### Características de la asertividad

Castanyer (2000), Define que toda persona tiene diferentes formas de reaccionar según el suceso de su vivencia donde puede mostrar una asertividad: agresiva, pasiva, o asertiva. Podemos decir que una persona asertiva pero, puede manifestar agresividad como un mecanismo de defensa aunque no lo sea por eso la situación vivencial que sería determinante. La asertividad no es una característica propia de la persona sino que se enseña y se aprende.

Rodríguez (1999), Las personas que tiene una baja autoestima, no se saben hacer escuchar hasta su tono de voz es baja pero si suelen escuchar permitiendo que lo humillen, no les gusta tener contacto visual mostrándose nerviosos, con la inseguridad de no sentirse queridos, aceptados son sensibles, piensan que siempre son culpables y no expresan sus emociones abiertamente y como consecuencia no logran cumplir sus metas a su vez no es un reto para ellos tener ni realizar su proyecto de vida.

La posición de víctima causa un efecto en las personas de su entorno, haciéndolas sentir que tienen parte de culpa, por tener un situación con más ventajas que ellos, y pueden sentir que tiene un compromiso de apoyo o también pueden aprovecharse de este tipo de persona pasiva. (Castanyer, 2000).

Bustamante (1998), La persona pasiva por su baja auto estima depende de otra persona y piensa que al hacer respetar sus ideas puede perderlas o generar una

discusión que le gusta evitar por ser situaciones que no le gusta enfrentar (Figueroa y Navarrete, 2012, p. 15)

En cambio el sujeto agresivo, según, Rodríguez (1999) Es violento, no le importa agredir a los demás por conseguir sus objetivos, logrando satisfacer su necesidad a costo de otros.

Quien es agresivo, tiene una ira con la que busca sentirse superior, y que los demás lo vean que tiene una autoridad pero en todo momento negativa si tiene que recurrir a la violencia como una amenaza para que los rodean se sientan minimizados y se vean obligados aceptar a lo que les obligan aunque no estén conforme con la situación.

La persona asertiva, es completamente diferente a las otras conductas, el asertivo maneja la habilidad como la empatía y se pone en el lugar del otro en cualquier situación, saben expresar sus ideas, escoger lo que le gusta siempre respetando a la otra persona, practican algún tipo de hobby es decir lo que más le gusta, saben que sus acciones tienen un porque y que deben ser siempre positivo, son conscientes de accionar correctamente, tienen una buena percepción saben escuchar y hablar en el momento adecuado. (Rodríguez 1999)

#### Bases teóricas de la asertividad

La posición de Lange y Jakubowaki (1976) aseveran que para ser asertivo se debe conocer dos dimensiones, que es la de uno mismo y la de los otros, asegurando el respetarse y defenderse en forma correcta sus pensamientos respetando también la forma de respetar de los otros. (López, 2011, p. 15).

En el presente estudio se toma en cuenta a García y Magaz (1992), quienes crearon el Auto informe de conducta Asertiva 1, donde se puede medir dos dimensiones: la auto asertividad y la heteroasertividad, permitiendo saber si la persona es, asertiva, pasiva, agresiva, pasiva agresiva.

García y Magaz (1992) definieron la asertividad como: "la conducta social aprendida donde el saberse respetar es tan importante como respetar a los demás creando un ambiente favorable de interrelación social donde se encuentre"

### Dimensión Auto-Asertividad

García y Magaz (1992) "Es manejar una conducta a favor de la propia persona buscando en todo momento ser valorado y respetado.

La autoasertividad se puede describir en una persona que tiene auto estima y un buen auto concepto donde sabrá hacerse escuchar hacer respetar sus opiniones buscando interacciones positivas sobre todo con sus pares.

### Dimensión Hetero-Asertividad

García y Magaz (1992) "Lo definen como la conducta que se observa en la persona mostrando valoración y respeto a los pensamientos, gustos y emociones de las personas que lo rodean".

Se sustenta en esta investigación la definición de García y Magaz (1992) de asertividad, como la consideración y el respeto de uno mismo, a su vez el de los demás, tomando en cuenta los sentimientos y conductas diferentes como ajenas. Es decir tiene que ver con la propia conducta que adopta consigo misma la persona, pero al mismo en relación con la de los demás, permitiendo definir de esta forma actuar de forma honesta y consecuente, manteniendo firme sus propias determinaciones sobre la base del respeto y consideración de las personas con las que interactúa.

### Estilos de Asertividad

Se define como la conducta de equilibrio entre la auto-asertividad y la hetero-asertividad. Y a si podemos clasificar los siguientes estilos:

#### Pasivo

ADCA (2011) estableció:

"En este estilo donde la puntuación percentil en auto asertividad es bajo y en heteroasertividad es alto. Y si describimos a este tipo de persona nos muestra una conducta con baja auto estima y sobre todo cree que no merece nada, pero si valora y respeta a los demás siendo sumisa frente a ellos". (p.14)

### Agresivo

ADCA 1 (2011) estableció:

En este estilo la puntuación que se obtiene es alta en auto asertividad pero baja y su heteroasertividad alta donde observamos a una persona que no sabe respetar ni valorar a los demás y consiguen lo que se proponen a costa de los demás. (p.14).

### Asertivo

ADCA 1 (2011) estableció:

Estilo que se encuentra cuando el percentil en auto asertividad y hetero asertividad son altos, donde podemos describir a una persona con una buena autoestima con una inteligencia emocional donde existe el control de sus emociones y que actúa de forma correcta para consigo misma como para con los demás.

### Pasivo-Agresivo

ADCA 1 (2011) estableció:

En este tipo de conducta encontramos en su puntuación percentil una puntuación baja en auto asertividad y en heteroasertividad, y son personas con una baja autoestima que creen no merecer nada no cumplen sus objetivos personales se frustran con facilidad, a su vez no respetan a los demás creando conflictos y un ambiente hostil con una diversidad de problemas de interacción. (p.14).

## 1.3 Justificación

La presente investigación, del desarrollo del nivel de asertividad, estuvo orientado a demostrar la eficacia de la aplicación del programa "Tratémonos"; es decir que contribuyo a la solución de problemas de asertividad de los estudiantes de segundo de secundaria de la institución educativa "Sinchi Roca", puesto que ellos manifestaban problemas de falta de comunicación asertiva, agresiones físicas y verbales, en la solución de cualquier conflicto que se les presentaran entre pares.

Por ello la aplicación del programa de creación de la investigadora, y de esta manera se observó el bajo índice del registro de violencia que se hacía en el libro de incidencia de la institución educativa en el primer bimestre constituye un aporte; y además significa que posteriormente pueda ser replicado en otros grados e instituciones que presenten la misma problemática.

### **1.3.1 Justificación teórica**

El presente trabajo sienta sus bases teóricas en las habilidades sociales y Asertividad, se aplicó el programa de habilidades sociales "Tratémonos" tomando en cuenta la base teórica del desarrollo de las habilidades sociales de Monjas (2012), quien aportó con su trabajo de campo y su experiencia profesional su programa que se adaptó satisfactoriamente al crear el programa de habilidades sociales "Tratémonos" a las necesidades de intervenir en la institución educativa "Sinchi Roca" que permitió ayudar a los estudiantes que presentaron problemas en sus relaciones interpersonales entre pares, se usó estrategias y técnicas sistematizadas, en busca del desarrollo de la asertividad, permitiendo que el estudiante vaya conociéndose, valorándose, controlando sus emociones, y respetándose de igual forma aprendió que se debe valorar y respetar a los demás dentro y fuera de nuestra institución educativa.

La asertividad es un término importante en el desarrollo de la persona, García y Magaz, (1992) lo definen como la conducta social que es aprendida, donde respetarse es tan importante como respetar a los demás. Y es por ello que la presente investigación se buscó desarrollarla y contribuir en el ámbito educativo, mejorando las relaciones interpersonales que han permitido ser democráticas, entre los estudiantes de segundo grado de la institución educativa "Sinchi Roca"

### **1.3.2 Justificación práctica**

El presente estudio ayuda a resolver el problema del desarrollo del nivel de asertividad en los estudiantes; siendo relevante para el mismo estudiante, las familias y sociedad en general. Por lo que en la implicancia práctica, se dio en la aplicación del programa que ha sido importante para el desarrollo de la

asertividad y podido formar parte de la solución del problema de violencia que existe en las escuelas, construyendo una convivencia democrática y afectiva, donde puedan comunicarse en forma clara y segura enseñándoles y aprendiendo a defender sus derechos y respetar los derechos de los demás.

### **1.3.3 Justificación metodológica**

En la presente investigación permitió desarrollar el nivel de asertividad de los estudiantes mediante la aplicación del programa de las habilidades sociales "Tratémonos". Lo cual permitirá el desarrollo personal del estudiante favoreciendo sus relaciones interpersonales. Las conclusiones que tiene la presente investigación pueden servir como fuente de información para futuras investigaciones. El programa que se establece en la presente investigación ha sido para desarrollar el nivel de asertividad, tomando en cuenta sus dimensiones de autoasertividad y heteroasertividad, con sus niveles de cada dimensión nos permitió observar el estilo de asertividad de cada estudiante, según García y Magaz , lo cual se contrasto según la validación y confiabilidad en el Perú, de García (2014), y con ello los estudiantes les será útil para una práctica de convivencia democrática.

## **1.4 Problema**

### **1.4.1 Realidad Problemática**

La falta de conocimiento y desarrollo de las habilidades sociales y asertividad son evidentes en diferentes partes del mundo, por ejemplo en el ámbito internacional, Bermúdez (2014) afirmó que los estudiantes Colombianos de cuarto y décimo, expresan actitudes de intimidación escolar que reflejan burla, exclusión y conducta de interacciones sociales con desadaptación y en la actualidad escuchar el termino asertividad no es frecuente a su vez poco estudiado. A nivel mundial observamos por los medios de comunicación los altos índices de mal manejo de asertividad y de las habilidades sociales, siendo américa del sur la región donde más se produce conflictos como la violencia física y verbal hecho que se muestra la falta de interactuar entre pares positivamente respetándose y respetando a los demás.

Al respecto Caballo (1983) manifestó que ser asertivo es una competencia social que son aprendidas. La asertividad permite abrir una comunicación abierta con seguridad de opinar resolver conflictos dialogando tomando decisiones sin afectarse ni tampoco afectara a los demás que permita al adolescente tener una convivencia armoniosa.

En Perú se contempla en el DCN en el área de personal social y relaciones humanas y tutoría. Que permitan desarrollar las relaciones interpersonales con ello se pone en manifiesto la falta de asertividad. Porque podemos observar que sigue siendo muy alta en nuestro país según los datos de MINEDU desde setiembre del 2013 a Abril del 2016, en el Sistema Especializado de reporte de casos sobre Violencia Escolar (SISEVE) se han registrado 6300 casos de los cuales 2019 fueron reportados en el 2014 y 3641 durante el año 2015, lo que significa que el último año hubo un incremento del 75% (SISEVE) está ayudando a visibilizar estos casos informados por las instituciones educativas.

“El ser humano durante su desarrollo social: estudio, trabajo o recreación busca de una u otra forma a unos humanos para que le den seguridad y respaldo social. Y esta se obtiene en las relaciones interpersonales y en la pertenencia a grupos”. Goleman, 1998, Este aspecto señalado pone en agenda, tanto para el estudio como en el trabajo la necesidad de desarrollar adecuadas relaciones interpersonales, como una condición fundamental para promover la comunicación, compartir visión y posibilitar la facilitación social de los objetivos tanto individuales como institucionales, en una atmósfera apropiada. Sin embargo, en la lucha por plasmar cada persona sus propios objetivos dentro de un contexto, se suscitan contradicciones en las situaciones cotidianas ya sea con familiares, amigos, colegas, jefes, entre otros, siendo necesario asumir una actitud asertiva y sobre todo buscar esa conducta en el adolescente. No obstante, la realidad sociocultural se muestra compleja porque interactúan una serie de factores como los sociodemográficos, siendo el adolescente en el cual se dan una serie de interacciones entre diversas personalidades, que hacen de la asertividad una variable compleja en la medida que se manifiesta comunicación, responsabilidad individual, deseos, en otras palabras emocionalidad

Un aspecto sustancial de la asertividad es saber comunicar de modo equilibrado la emocionalidad, es decir mantener una personalidad coherente con las situaciones vivenciales positivas o negativas. Sin embargo, la sociedad del siglo XXI se ha ido afirmando en patrones altamente competitivos, en los que cada día prima conductas pragmáticas y utilitaristas en las diversas organizaciones, el cual se han ido evidenciado más en las conductas de los estudiantes que no hacen respetan sus derechos ni respetan el de los demás. Con mayor razón en la escuela donde convergen una diversidad de personalidades y conductas cotidianas de los estudiantes, como resultado de la influencia de diversos factores socioculturales, psicosociales, personalidad, entre otros. El proceso de socialización demanda de relaciones interpersonales, habilidades sociales, comunicación asertiva, en suma, inteligencia emocional para relacionarse de una manera adecuada.

El estudio se realizó en el contexto de los estudiantes del 2do de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas, se encuentra ubicada a dos cuadras de la Avenida Túpac Amaru; la institución educativa está construida de material noble y los estudiantes son de baja condición económica. Se observa una serie de comportamientos negativos. Ello se manifiesta en actitudes muchas veces intolerantes entre los propios estudiantes, agresiones verbales y burlas, falta de respeto entre estudiantes, entre otros aspectos que se reflejan en el aula. Esto lo vemos reflejado en libro de incidencias de TOECE de la I.E. 2022 "Sinchi Roca" 78 casos registrados siendo mi preocupación 2do año con 08 casos consecutivos de agresiones verbales y físicas aunque en las clases de tutoría se afronta esta problemática, sin embargo, subyace comportamiento no adecuados de estudiantes, aunque existe también otro grupo que se muestra retraído, timorato en participar de las actividades. Esto hace que se manifieste conductas erráticas y afecten el clima de aula, sobre todo en el ámbito de la comunicación, afectando la convivencia y afectando la autoestima de los propios estudiantes donde no mostraban buenas relaciones interpersonales.

Si no se realiza la aplicación del programa continuaremos con el problema de comportamientos negativos, agresiones verbales, físicas, faltas de respetos y desencadenar en problemas de mayor envergadura.

Es importante desarrollar la aplicación del programa “Tratémonos” para desarrollar la asertividad, porque nos permite hacer que las conductas que se aprenden, se adoptan en situaciones especiales teniendo en cuenta el respeto por uno mismo y de los demás. En otras palabras, es saber comunicar o expresarse sin dañarse ni dañar a los demás expresándonos con alternativas de resolver conflictos con sentido de justicia, razón por el cual se hace importante para mejorar la convivencia entre estudiantes.

#### **1.4.2 Formulación del problema**

##### **Problema general.**

¿Cuál es la influencia de la aplicación del programa de habilidades sociales “Tratémonos” en el desarrollo del nivel de asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas – 2017?

El programa de habilidades sociales “Tratémonos” se presenta como una denominación propia de la estrategia de intervención siendo un desarrollo de la investigadora.

#### **1.4.3 Problemas Especificos**

##### **Problema Especifico 1.**

¿Cuál es la influencia de la aplicación del programa de habilidades sociales “Tratémonos” en el desarrollo del nivel de autoasertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima, 2017?

##### **Problema Especifico 2.**

¿Cuál es la influencia de la aplicación del programa de habilidades sociales “Tratémonos” en el desarrollo del nivel de heteroasertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima, 2017?

## **1.5 Hipótesis**

### **1.5.1 Hipótesis general.**

La aplicación del programa de habilidades sociales “Tratémonos” influye positivamente en el desarrollo del nivel de asertividad en los estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima 2017.

### **Hipótesis específicas.**

#### **Hipótesis específica 1.**

La aplicación+ del programa de habilidades sociales “Tratémonos” influye positivamente en el nivel de autoasertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima 2017.

#### **Hipótesis específica 2.**

La aplicación del programa de habilidades sociales “Tratémonos” influye positivamente en el nivel de hetero asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima 2017.

## **1.6 Objetivo**

### **1.6.1 Objetivo general.**

Determinar la influencia de la aplicación del programa de habilidades sociales “Tratémonos” en el desarrollo del nivel de asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima 2017.

### **1.6.2. Objetivo específicos.**

#### **Objetivo Especifico 1.**

Determinar la influencia de la aplicación del programa de habilidades sociales “Tratémonos” en el desarrollo del nivel de autoasertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima 2017.

**Objetivo Especifico 2.**

Determinar la influencia de la aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" en el desarrollo del nivel de heteroassertividad en estudiante segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima 2017.

## **II. Marco Metodológico**

## **2.1 Variables**

### **2.1.1 Definición Conceptual**

Variable independiente: Aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos"

Para la definición de programa se asumió la teoría de Inés Monjas Casares donde afirma que el programa es un conjunto de sesiones con técnicas que permitan enseñar y a su vez que los estudiantes puedan adquirir nuevas conductas interpersonales positivas donde desarrolle la competencia social y pueda resolver conflictos interpersonales.

El programa de habilidades sociales "Tratémonos" ha sido realizado con actividades secuenciales a través de sesiones previamente establecidas de acuerdo a la necesidad del grupo donde se observó falta de respeto en sí mismo y a los demás que permitió el cambio de conducta.

El Programa de habilidades sociales "Tratémonos", está sustentado en las habilidades sociales para desarrollar asertividad, con la finalidad de aprendan comportamientos que permitan que nuestros estudiantes se respeten y respeten a los demás. Realizando 20 sesiones que tuvieron un tiempo de 45 minutos desarrolladas con técnicas como: Técnica de modelado, técnica role-playing, técnica de reforzamiento, transferencia tareas de casa.

El programa de habilidades sociales "Tratémonos" es de autoría de la investigadora.

### **2.1.2 Variable dependiente**

Nivel de Asertividad

Definición conceptual

Para la definición de Asertividad se asumió la teoría de García y Mazga (1992) definieron la asertividad como "La conducta social aprendida donde el saberse

respetar es tan importante como el saber respetar a los demás” creando un ambiente favorable de interrelación social donde se resuelven los conflictos.

En la presente Se definió asertividad como el comportamiento de la persona que no se daña a sí mismo y no daña a los demás. Mostrando respeto en todas sus conductas, y la seguridad de tomar decisiones y resuelven alguna dificultad sin generar conflictos interpersonales.

## 2.2. Operacionalización de la variable.

Tabla 1

*Matriz de Operacionalización de la variable dependiente: nivel de Asertividad.*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escalas de Medición	Niveles y Rangos
	<b>Respeto</b>			
Autoasertividad	Consideración hacia los propios sentimientos.	1, 2,3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15,		Alto (57-80)
	Consideración hacia las ideas propias.	16, 17, 18, 19, 20		Medio (46-56)
	Consideración hacia comportamientos propios.			Bajo (25-45)
			Ordinal	
	<b>Respeto</b>			
Hetero	Consideración hacia los sentimientos de los demás.	21,22,23,24,25, 26,27,28,29,30,		Alto (44-60)
Asertividad	Consideración hacia las ideas de los demás.	31,32,33,34,35		Medio (36-43)
	Consideración hacia comportamientos de los demás			Bajo (25-35)

### **2.3. Metodología**

El presente trabajo se realizó bajo el método hipotético deductivo, con referencia Bernal (2006) refirió que es el proceso donde se le da valor al campo de la investigación científica a través del sustento del probar hipótesis en el campo de la lógica y la metodología de las ciencias.

### **2.4. Tipo de estudio**

La investigación es aplicada cuando tiene como fin cambiar conductas en un corto plazo y lo ha de lograr investigando para tomar decisiones y actuar teniendo teorías que la sostengan. (Carrasco, 2009, p.43)

La investigación realizada es aplicada, porque se aplicó el programa *Tratémonos* para desarrollar los niveles de asertividad en el grupo experimental que fueron estudiante del segundo año, permitiendo evaluar los resultados donde visualizamos las conclusiones y se podrá usar dicho programa con otros estudiantes con las mismas carencias.

### **2.5. Diseño**

El diseño del presente trabajo es experimental, con un sub diseño cuasiexperimental. Se denomina experimental pues se puede manipular las variables.

Se denomina cuasi experimental porque se necesita dos grupos que no son tomados al azar, pues están formados antes del experimento a quienes se les tomara, el pre test en el grupo control y grupo experimental que se tomó antes que se del programa y tomar un post test, con ello obtener la información si funciona o no el programa (Hernández, Fernández y Baptista, 1999). Con ello permitió conocer la comparación de los grupos y en qué medida influyo el programa de habilidades sociales "*Tratémonos*".

El nivel de este estudio es descriptivo correlacional permitió describir las necesidades que existe en el grupo experimental de los estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca de Comas, como la falta de comunicación

respetándose y respetando a los demás, la violencia al interrelacionarse y como se cambió esas necesidades, en respuestas positivas, mediante un pre test y luego de aplicar el programa emplear un post test para poder comprobar si hubo o no el cambio de conducta (Alarcón, 2008).

La presente investigación toma un enfoque cuantitativo al respecto Hernández, Fernández y Baptista (2010) define: "A la obtención de información mediante del uso de la estadística para probar hipótesis y con ello establecer conclusiones sobre el comportamiento observado", (2003, p.6).

Diseño cuasiexperimental.

Tabla 2

*Esquema del diseño cuasiexperimental*

Grupo	Pretest	Tratamiento	Postest
G <sub>1</sub> :	O <sub>1</sub>	X	O <sub>3</sub>
G <sub>2</sub> :	O <sub>2</sub>	—	O <sub>4</sub>

Dónde:

G 1 Grupo experimental

G2 Grupo control

X Aplicación del Programa Tratémonos

O 1 Medición del Pre test al grupo experimental

O 2 Medición del Pre test al grupo control

O 3 Medición del post test al grupo experimental

O 4 Medición del post test al grupo control

— Ausencia del programa

## 2.6. Población, muestra y muestreo

### 2.6.1. Población

“Es el grupo de elementos que pertenecen en el mismo espacio tiempo, en donde se va a trabajar y se llevará la investigación”.

En este trabajo La población estuvo constituida por 214 estudiantes de segundo de secundaria de la Institución educativa “Sinchi Roca” de Comas.

Tabla 3

*Población de estudio*

Grado y sección	Población	Muestra	Grupo
Segundo A	38	-	-
Segundo B	36	-	-
Segundo C	35	-	-
Segundo D	30	-	-
Segundo E	24	24	Experimental
Segundo F	26	26	Control
Segundo G	25	-	-
Total	214	50	

### 2.6.2. Muestra

La muestra es el grupo representativo de la población, “La muestra es un subgrupo de la población de interés sobre el cual se recolectan datos, y que tiene que definirse o delimitarse de antemano con precisión, éste deberá ser representativo de dicha población” (Hernández, *et al.*, 2014, p.173).

La muestra estuvo formada por 50 estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, formando el grupo experimental con 24 estudiantes y el grupo control con 26 estudiantes

Tabla 4

*Muestra de estudio*

Grado y sección	Estudiantes	Grupo
<i>Segundo E</i>	24	<i>Experimental</i>
<i>Segundo F</i>	26	<i>Control</i>

**2.6.3. Muestreo**

El muestreo no probabilístico. “Las muestras no probabilísticas, también llamadas muestras dirigidas, suponen un procedimiento de selección orientado por las características de la investigación, más que por un criterio estadístico de generalización” (Hernández, et al., 2014, p.189). Intencional por conveniencia, se escogió a los estudiantes quienes fueron parte del experimento (secciones E y F).

**2.7. Técnicas e instrumentos de la investigación****Técnicas**

“Una investigación realizada sobre una muestra de sujetos representativa de un colectivo más amplio, utilizando procedimientos estandarizados de interrogación con intención de obtener mediciones cuantitativas de una gran variedad de características objetivas y subjetivas de la población”. (García, 2010, p. 2).

La técnica que se utilizará para medir la variable dependiente será la encuesta que consiste en recopilar la información en la muestra de estudio.

**Instrumentos**

El instrumento del presente estudio es el cuestionario y “Un cuestionario consiste en un conjunto de preguntas respecto a una o más variables que van a medirse. El cuestionario permite estandarizar y uniformar el proceso de recopilación de datos” (Bernal, 2010, p. 250).

La recolección de la información de los datos, se realizó a través del instrumento, inventario ADCA1 Autoinforme de conducta asertiva de García Pérez E. y Magaz Lago Angela

El instrumento ADCA 1 al ser estandarizado, ya tiene validez y confiabilidad, en el Perú por García (2014)

**Instrumento para medir el nivel de asertividad**

**Ficha técnica: ADCA 1**

<b>Nombre:</b>	Autoinforme de Conducta asertiva- ADCA 1
<b>Autores:</b>	Manuel García Pérez y Angela Magaz Lago
<b>Administración:</b>	Individual o Colectiva
<b>Duración:</b>	20 minutos aproximadamente
<b>Niveles de aplicación:</b>	A partir de los 12 años
<b>Finalidad:</b>	Identificación del estilo cognitivo pasivo, asertivo, agresivo o pasivo agresivo que regula el comportamiento social de los individuos.
<b>Dimensiones de evaluación:</b>	Auto-Asertividad (AA) o grado o nivel de respeto y consideración hacia los sentimientos, ideas y comportamientos propios. Ítems del 1 al 20 Hetero-Asertividad (HA) grado o nivel de respeto y consideración hacia los sentimientos, ideas y comportamientos de los demás. Ítems
<b>Contenido:</b>	Se utilizará un cuestionario tipo escala de Likert con un total de 35 ítems.
<b>Baremación:</b>	Se trabajó con baremos en percentiles validado en el Perú, Verónica García Benites. (2014)

La escala del instrumento:

- (4) CN = Nunca o casi nunca
- (3) AV = A veces, en alguna ocasión
- (2) AM = A menudo, con cierta frecuencia
- (1) CS = Siempre o casi siempre

Corrección e Interpretación de los resultados:

La corrección de cada dimensión se llevó a cabo de la siguiente manera:

Para el cálculo de la puntuación de la dimensión Auto-asertividad se sumó las puntuaciones obtenidas en los primeros veinte ítems, teniendo en cuenta que cada "X" tendrá una puntuación 4, 3, 2, o 1, dependiendo de la columna en la que se encuentre.

Para el cálculo de la puntuación de la dimensión hetero-asertividad se sumó las puntuaciones obtenidas en los últimos quince ítems.

Las puntuaciones directas obtenidas se transcribieron en la parte final del cuestionario, junto a las palabras Auto-asertividad y Hetero-asertividad, respectivamente en la columna Centil.

Las puntuaciones directas de cada dimensión se convertirán en centiles por medio de las tablas de baremos correspondientes, anotándolos resultados en la columna P. Centil.

Interpretación de los resultados:

Una vez calculadas las puntuaciones directas de cada dimensión, se procederá a estimar el percentil de cada estudiante.

Para poder determinar los estilos de asertividad se necesitó observar el puntaje de auto-asertividad y hetero-asertividad según sus centiles de cada uno.

**ESTILOS DE ASERTIVIDAD:**

**Estilo Pasivo:** Estudiantes que presentaron puntuación de nivel alto en Hetero-asertividad siendo igual o superior al centil 50 y su puntuación Centil es igual o inferior a 25, nivel bajo en Auto-asertividad: Se comportan con una falta de respeto a sus propios derechos, en beneficio de los demás.

**Estilo Agresivo:** Estudiantes que presentaron puntuación, en Auto-asertividad el valor igual o superior a 50 y su puntuación Centil igual o inferior a 25 presentando un nivel bajo en Hetero-asertividad: Se caracteriza por la falta de los derechos a los demás, en beneficio de uno/a mismo/a.

**Estilo Asertivo:** Estudiantes que presentaron una puntuación de Auto-asertividad el valor igual o superior a 50 y en Hetero-asertividad su puntuación centil igual o superior a 50. Son respetuosos a sí mismos como con los demás.

**Estilo Pasivo- Agresivo:** Estudiantes que presentaron una puntuación de Autoasertividad de nivel bajo con un centil igual o inferior a 25 y Hetero-Asertividad de nivel bajo con un centil igual o inferior a 25. Se caracterizan, por no respetarse y no respetar a los demás.

Tabla 5

*Percentil de Asertividad*

Autoasertividad		Heteroasertividad	
Percentiles	12 y 13 años Edad	Percentiles	12 y 13 años edad
95	67	95	50
90	64	90	48
85	61	85	46
80	58	80	45
75 ALTO	57	75	44
70	56	70	
65	55	65	43
60	54	60	42
55	52	55	40
50	50	50	39
45		45	38
40	49	40	
35	48	35	37
30 MEDIO	46	30	36
25	45	25	
20	44	20	35
15		15	34
10	42	10	32
5	41	5	31
1 BAJO	36	1	27

Tabla 6

## Nivel y Rango de Autoasertividad y Heteroasertividad

Niveles	Puntaje Autoasertividad	Niveles	Puntaje
Autoasertividad		Heteroasertividad	heteroasertividad
Bajo	25 – 45	Bajo	25 – 35
Medio	46 – 56	Medio	36 – 43
Alto	57 – 80	Alto	44 – 60

**2.8. Métodos de análisis de datos**

Se utilizó la estadística descriptiva con frecuencias y porcentajes.

Se utilizó la estadística inferencias a través de la prueba de U de Mann Whitney, por ser una variable de tipo cualitativa, se usó la técnica no paramétrica para dos grupos en una investigación del tipo no paramétrica

**2.9. Aspectos éticos**

Se consideraron los siguientes aspectos éticos: es una investigación original que contó con la autorización del director, docentes y estudiantes de la institución educativa en estudio; se consideró el anonimato de los estudiantes evaluados; no se juzgaron las respuestas que brindaron los estudiantes; se colocó en las referencias a todos los autores estudio.

### **III. Resultados**

### 3.1. Resultados Generales

Luego de la investigación se procedió a tomar el pre test a la población indicada, posteriormente la aplicación del programa para aumentar la asertividad y al terminar la aplicación del post test, siendo los resultados los siguientes.

**Tabla 7.**

*Nivel de Asertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca"*

Nivel Asertividad	Experimental				Control			
	Pre Test		Post test		Pre Test		Post test	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Bajo	21	87	2	8	23	87	26	100
Medio	3	13	4	17	3	13	0	0
Alto	0	0	18	75	0	0	0	0
Total	24	100	24	100	26	100	26	100

#### Interpretación

En la tabla 7, se observa que en Asertividad en el grupo experimental, en el pre test, un 87% (21 estudiantes) presentan un nivel bajo y un 13% (3 estudiantes) presentan un nivel medio. Para el post test, el 75 % de estudiantes (18), presentan un nivel alto, un 17 % (4 estudiantes) se encuentran en el nivel medio y un 8% (2 estudiantes) presentan un nivel bajo; demostrando que después de la aplicación del programa se han adquiridos niveles mayores en Asertividad.

En el grupo control se aprecia en el pre test que un 87% (23 estudiantes) presentan un nivel bajo, y 13% (3 estudiantes) se encuentran en el nivel medio. Para el pos test, se encontró el 100% de estudiantes en nivel bajo. Demostrando que los niveles de asertividad se mantienen similares.

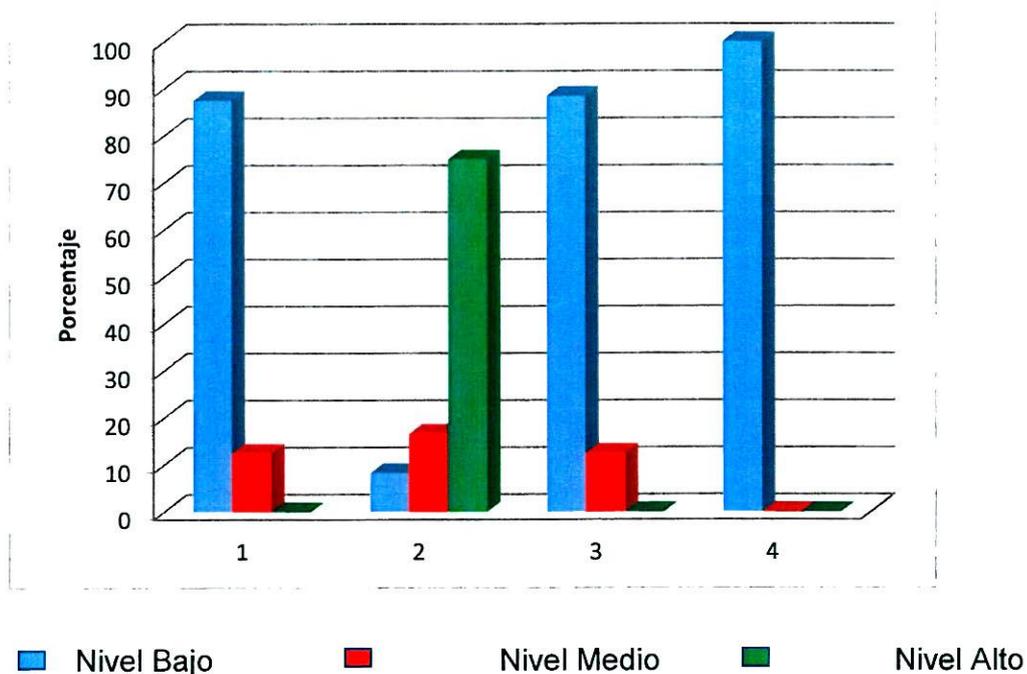


Figura 1. Nivel de Asertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca" –

Tabla 8.

Frecuencia de diagnósticos de Asertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca"

Estilos de Asertividad	Experimental				Control			
	Pre		Post		Pre		Post	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Asertivo	8	33	22	92	2	8	0	0
Pasivo/dependiente	2	8	0	0	1	4	1	4
Agresivo	10	42	1	4	3	12	4	15
Pasivo/agresivo	4	17	1	4	20	76	21	81
Total	24	100	24	100	26	100	26	100

## Interpretación

En la tabla 8, se observa que en Asertividad en el grupo experimental, en el pre test, un 42% (10 estudiantes) presentan un diagnóstico de agresivo, un 33% (8 estudiantes) presentan un diagnóstico de asertivo, un 17% (4 estudiantes) presentan un diagnóstico de pasivo/agresivo y un 8% (2 estudiantes) presentan un diagnóstico de pasivo. Para el post test, el 92 % de estudiantes (22), presentan un diagnóstico de asertivo y solo el 4% (1 estudiante) se encuentra en el diagnóstico agresivo, lo mismo que pasivo/agresivo; demostrando que luego se la aplicación del programa los diagnósticos han mejorado considerablemente.

En el grupo control se aprecia en el pre test que un 76% (20 estudiantes) presentan un diagnóstico de pasivo/agresivo, y 12% (3 estudiantes) se diagnostican como agresivos, otro 8% (2 estudiantes) son asertivos y el 4% (1 estudiante) es pasivo/dependiente. Para el pos test, se encontró el 100% de estudiantes en nivel bajo. Demostrando que los diagnósticos de asertividad se mantienen similares tanto en el pre como en el post test.

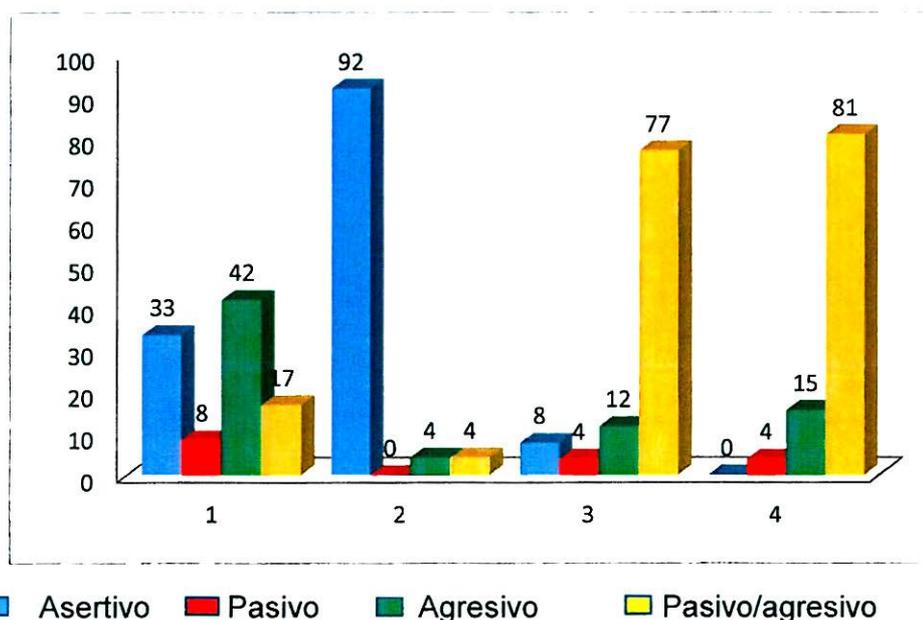


Figura 2. Frecuencia de diagnósticos de Asertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca"

Tabla 9.

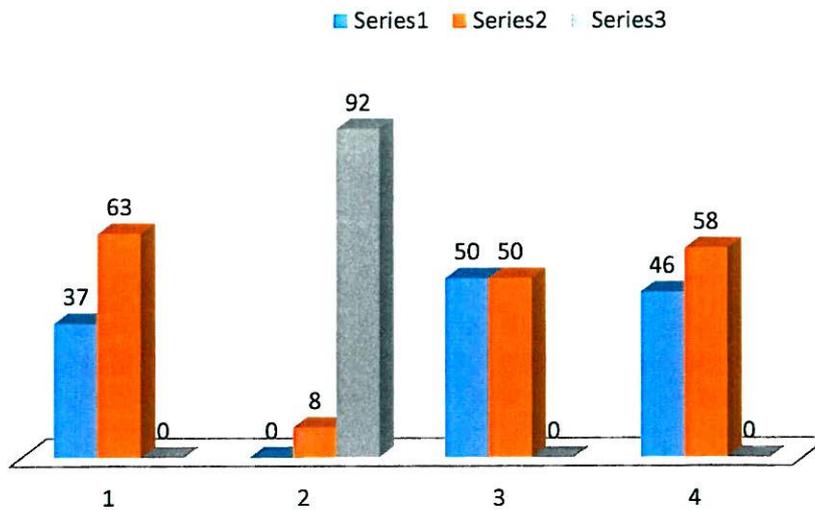
Nivel de Autoasertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca"

NIVELES DE AUTOASERTIVIDAD	EXPERIMENTAL				CONTROL			
	PRE		POST		PRE		POST	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
BAJO	9	37	0	0	13	50	12	46
MEDIO	15	63	2	8	13	50	14	54
ALTO	0	0	22	92	0	0	0	0
TOTAL	24	100	24	100	26	100	26	100

### Interpretación

En la tabla 9, se observa que en Autoasertividad en el grupo experimental, en el pre test aparece un 63% (15 estudiantes) con un nivel medio y un 38% (9 estudiantes) presentan un nivel bajo. Para el post test, el 92 % de estudiantes (22), presentan un nivel alto, un 8% (2 estudiantes) se encuentran en el nivel medio; demostrando que después de la aplicación del programa se han adquirido niveles mayores en Autoasertividad.

En el grupo control se aprecia en el pre test que un 50% (13 estudiantes) presentan un nivel bajo, y el otro 50% se encuentran en el nivel medio. Para el pos test, se encontró el 58% (14 estudiantes) en nivel medio y 46% (12 estudiantes) se encuentran en el nivel bajo. Demostrando que el nivel de autoasertividad se mantienen aunque con algunas diferencias.



Bajo ■ Medio ■ Alto ■

Figura 3. Nivel de Autoasertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca"

Tabla 10.

Nivel de Héteroasertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca"

Nivel de Heteroasertividad	Experimental				Control			
	Pre		Post		Pre		Post	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Bajo	14	58	2	8	20	77	19	73
Medio	10	42	1	4	6	23	7	27
Alto	0	0	21	88	0	0	0	0
Total	24	100	24	100	26	100	26	100

## Interpretación

En la tabla 10, se observa que en Héteroasertividad en el grupo experimental, en el pre test aparece un 58% (14 estudiantes) con un nivel bajo y un 42% (10 estudiantes) presentan un nivel medio. Para el post test, el 88% de estudiantes (21), presentan un nivel alto, un 8% (2 estudiantes) se encuentran en el nivel bajo y un 4% (1 estudiante) presenta un nivel medio; demostrando que después de la aplicación del programa se han adquirido niveles mayores en heteroasertividad.

En el grupo control se aprecia en el pre test que un 77% (20 estudiantes) presentan un nivel bajo, y 23% (6 estudiantes) se encuentran en el nivel medio. Para el pos test, se encontró el 73% (19 estudiantes) en nivel bajo y 27% (7 estudiantes) se encuentran en el nivel medio.

Demostrando que el nivel de heteroasertividad se mantienen similares.

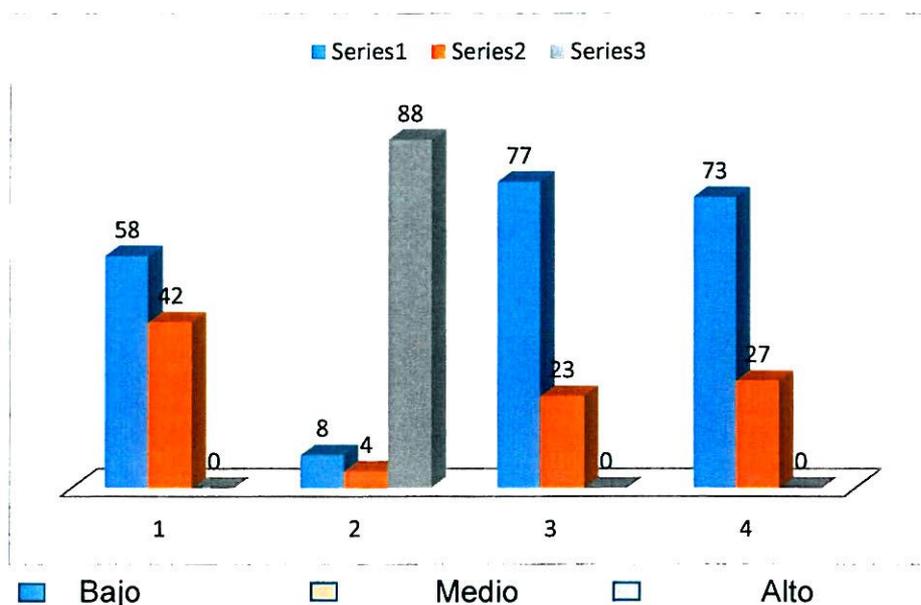


Figura 4. Nivel de Héteroasertividad en los estudiantes del 2° año de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca" –

Prueba de hipótesis general de la investigación.

$H_0$ : La aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" NO mejora significativamente el desarrollo de asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas, Lima 2017.

$H_a$ : La aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" permitió mejorar significativamente el desarrollo de asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas, Lima 2017.

Nivel de Significación Se ha considerado  $\alpha = 0.05$

Regla de decisión: Si  $P \geq \alpha$ , se acepta  $H_0$ ; Si  $p < \alpha$ , se rechaza  $H_0$

Prueba de estadística: El procedimiento estadístico para hallar el grado de confianza de la variable es la U de Mann-Whitney, de la estadística no paramétrica.

Tabla 11

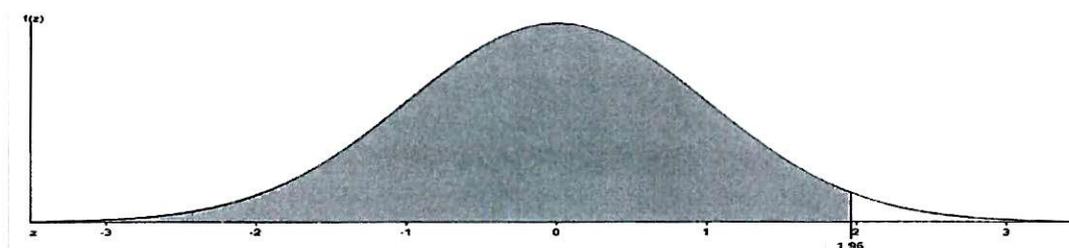
*Resultados de la prueba de Mann Whitney para comprobar la Hipótesis General.*

Asertividad	N	Rango Promedio	Suma de Rangos
Grupo Experimental	24	28,50	684,00
Grupo Control	26	22,72	591,00
Total	50		
U de Mann-Whitney	240,00		
Z	-2,484		
Sig. (bilateral)	,013		

## Interpretación

En la tabla 11, encontramos que existe una prueba altamente significativa, con  $p\text{-valor}=0.013 < 0.05$ , es decir, se rechaza la hipótesis nula, por lo tanto se acepta la  $H_a$ : La aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" permitió mejorar significativamente el desarrollo de asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas, Lima 2017.

## Aceptación 95%



$P\text{-valor} = 0,013 < 0,05$

Rechazo 0.05

*Figura 5.* Resultados de la prueba de Mann Whitney para comprobar la Hipótesis General.

Prueba de hipótesis específica 1 de la investigación.

$H_0$ : La aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" NO mejora significativamente el desarrollo de la autoasertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas, Lima 2017.

$H_a$ : La aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" mejora significativamente la autoasertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas, Lima 2017.

Nivel de Significación Se ha considerado  $\alpha = 0.05$

Regla de decisión: Si  $p \geq \alpha$ , se acepta  $H_0$ ; Si  $p < \alpha$ , se rechaza  $H_0$

Tabla 12.

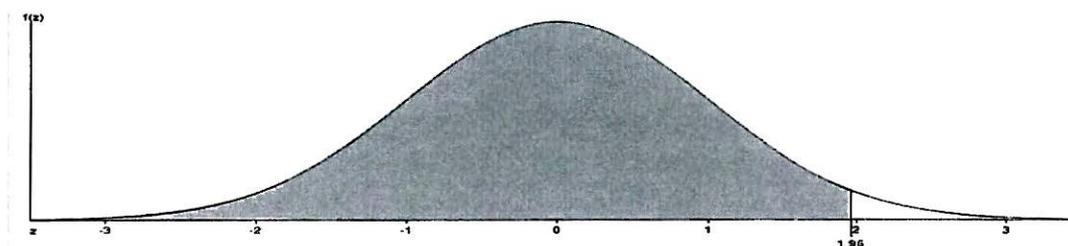
*Prueba de la hipótesis específica 1*

Autoasertividad	N	Rango Promedio	Suma de Rangos
Grupo Experimental	24	27,27	664,00
Grupo Control	26	23,50	611,00
Total	50		
U de Mann-Whitney	260,00		
Z	-2,148		
Sig. (bilateral)	,032		

## Interpretación

En la tabla 12, encontramos que existe una prueba altamente significativa, con  $p\text{-valor}=0.032 < 0.05$ , es decir, se rechaza la hipótesis nula, por lo tanto se acepta la  $H_a$ : La aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" permitió mejorar significativamente el desarrollo de Autoasertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas, Lima 2017.

## Aceptación 95%



P-valor = 0,032 &lt; 0,05

Rechazo 0.05

Figura 6. Resultados de la prueba de Mann Whitney para comprobar la Hipótesis específica 1.

Prueba de hipótesis específica 2 de la investigación.

$H_0$ : La aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" NO mejora significativamente la Heteroasertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas, Lima 2017.

$H_a$ : La aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" mejora significativamente la Heteroasertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas, Lima 2017.

Nivel de Significación Se ha considerado  $\alpha = 0.05$

Regla de decisión: Si  $p \geq \alpha$ , se acepta  $H_0$ ; Si  $p < \alpha$ , se rechaza  $H_0$

Tabla 13.

Prueba de la hipótesis específica 2

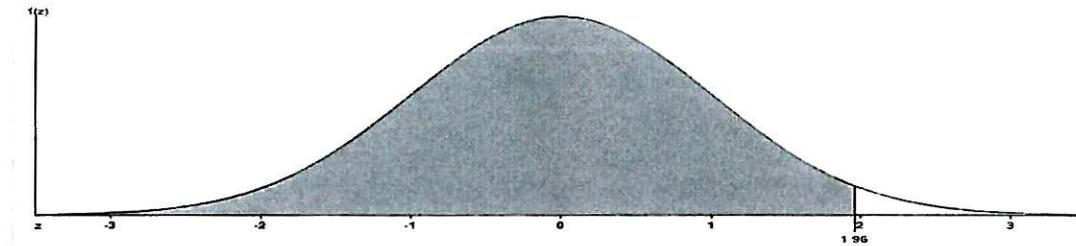
Heteroasertividad	N	Rango Promedio	Suma de Rangos
Grupo Experimental	24	29,00	696,00
Grupo Control	26	22,27	579,00
Total	50		
U de Mann-Whitney	228,00		
Z	-2,714		
Sig. (bilateral)	,007		

Interpretación

En la tabla 13, encontramos que existe una prueba altamente significativa, con  $p\text{-valor} = 0.00 < 0.007$ , es decir, se rechaza la hipótesis nula, por lo tanto se acepta la  $H_a$ : La aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" permitió

mejorar significativamente el desarrollo de Héteroasertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas, Lima 2017.

Aceptación 95%



P-valor = 0,007 < 0,05

Rechazo 0.05

*Figura 7.* Resultados de la prueba de Mann Whitney para comprobar la Hipótesis específica 2.

## **IV Discusión**

### A nivel de resultados

De acuerdo a los resultados obtenidos en el desarrollo de la asertividad del grupo experimental en relación al grupo control alcanzaron mejores resultados así tenemos que en la tabla 2 el grupo control obtuvo un 88% y 13% en el nivel bajo y medio respectivamente en el pre test mientras que en el post test presentaron un 100% en el nivel bajo; mientras que en el grupo experimental encontramos que el 88% en nivel bajo y un 13% en el nivel medio el pre test y en post test un 75% en nivel alto, un 17 % en nivel medio y un 8 % en nivel bajo. Evidenciándose las mejoras a partir de la aplicación del programa de habilidades sociales *Tratémonos*.

En las dimensiones también se evidencian grandes cambios en el grupo experimental siendo la dimensión autoasertividad la que se alcanzó un 75% en nivel alto, un 17 % en nivel medio y un 8 % en nivel bajo, mientras que en el grupo control un 63 % en nivel bajo y un 31 % en nivel medio, demostrando que la aplicación del programa fue efectiva en esta dimensión. De igual manera, en la dimensión heteroasertividad se alcanzó un 38.5% en nivel bajo, otro 38.5 % en nivel medio y un 23 % en nivel alto en el grupo experimental, cuando en el grupo control presentó un 92% en el nivel bajo y un 8% en el nivel medio, repitiendo los efectos también en esta dimensión.

Por otro lado según la prueba de hipótesis tenemos que la aplicación del Programa de Habilidades Sociales *Tratémonos* influye significativamente en el desarrollo de la asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas, Lima 2017, demostrado por  $z = 2,484 > 1,7139$ , y es significativa por  $p$ -valor  $0.013 < 0.05$ .

Así mismo en cada una de las dimensiones los resultados fueron favorables con los valores de  $z = 2,148 > 1,7139$  en Autoasertividad, con un  $p$ -valor  $0.032 < 0.05$ ; un valor de  $z = 2,714 > 1,7139$ , en heteroasertividad con un  $p$ -valor  $0.007 < 0.05$ , y es significativa en toda las dimensiones a nivel de trabajos previos.

La presente investigación concuerda con lo Rodríguez y Romero (2011), en lo referente a que la asertividad en los estudiantes no se desarrollado positivamente sus relaciones interpersonales, por lo tanto la aplicación del programa de habilidades sociales Tratémonos y sus resultados corroboran su teoría donde sugiere realizar programas de intervención psicopedagógica en habilidades sociales.

Los resultados guardan coherencia con los alcanzados por Coromac (2014). Donde afirma que a partir de la asertividad se adquieren capacidades para mejorar sus relaciones interpersonales, y esto está demostrado en la presente investigación, al obtener luego de la aplicación del programa de tratémonos resultados elevados en heteroasertividad que corresponde a las relaciones con los demás, mostrando respeto a sus compañeros

De la misma manera, los resultados coinciden con Trujillo (2014) que luego de aplicar un programa de técnicas de Clown para mejora la asertividad en los estudiantes de segundo ciclo de la facultad de educación del nivel inicial de la Universidad Antenor Orrego en Trujillo, quienes obtuvieron un 70% de nivel asertivo. De manera similar en la presente investigación se logró en el grupo experimental un nivel asertivo del 88%, mejorando significativamente estos niveles en ambas investigaciones.

En el caso de Portales (2010), usó un programa de técnicas de sociodrama con alumnos del primer grado de educación secundaria de la Universidad Cesar Vallejo de Trujillo, concluyendo que luego de la aplicación del programa mejoró significativamente los niveles de autoconocimiento en la asertividad; coincidiendo con los resultados de esta investigación ya que los niveles de autoasertividad también han mejorado significativamente luego de la aplicación del programa.

Caso similar sucede con Montoya (2011) quien logró mejoras en los niveles de asertividad de los estudiantes del quinto grado de primaria del colegio Salesianos San José de Trujillo, aplicando el programa tutorial en control de emociones para el desarrollo de la asertividad. Siendo esto ratificado con la presente investigación al tener los resultados similares.

Igualmente, los resultados se aparejan a los de Tantaleán (2011) con el programa Hazte cargo de tu vida, con adolescentes del distrito de Ventanilla, quien logró resultados significativos en los niveles de desarrollo de la asertividad, que se ven reflejados también en los resultados de la presente investigación.

A nivel de teoría relacionadas al tema

Monjas (2006) afirmó que el ser humano es eminentemente social y a través del modelado y otras técnicas pueda aprender con ello adquirir competencia social, que le permitan mejorar la relaciones interpersonales de manera asertiva que permita desarrollar un comportamiento correcto en cualquier situación, lo que se observó en la presente investigación al mejorar los niveles en los estudiantes tanto de la autoasertividad como en la heteroasertividad.

La investigación coincide con lo señalado por García y Magaz (1992) quien sostiene que en la medida que el estudiante aprenda y desarrolle competencias sociales estará en mejores condiciones de formar una mejor autonomía, que le permitirá interrelacionar con sus pares, respetándose y respetando a los demás, con una mejor comunicación asertiva, creando un ambiente donde pueda resolver sus conflictos.

## **V. Conclusiones**

- Primera:** La aplicación del Programa de Habilidades Sociales Tratémonos influye en el cambio de comportamiento y el desarrollo de la asertividad de los estudiantes del segundo de secundaria de la I. E. "Sinchi Roca" Comas - 2017 demostrado por  $z= 2,484 > 1,7139$ , y es significativa por  $p\text{-valor } 0.013 < 0.05$ .
- Segunda:** La aplicación del Programa de Habilidades Sociales Tratémonos influye en el cambio de comportamiento y el desarrollo de la autoasertividad de los estudiantes del segundo de secundaria de la I. E. "Sinchi Roca" Comas - 2017 demostrado por  $z= 2,148 > 1,7139$ , y es significativa por  $p\text{-valor } 0.032 < 0.05$ .
- Tercera:** La aplicación del Programa de Habilidades Sociales Tratémonos influye de en el cambio de comportamiento y el desarrollo de la heteroasertividad de los estudiantes del segundo de secundaria de la I. E. "Sinchi Roca" Comas - 2017 demostrado por  $z= 2,714 > 1,7139$ , y es significativa por  $p\text{-valor } 0.007 < 0.05$ .

## **VI. Recomendaciones**

- Primera:** El director de la institución educativa debe asegurar en fortalecer el quinto compromiso de gestión, donde se fomenta un clima favorable y lo puede desarrollar implementando programas: como el propuesto en habilidades sociales *Tratémonos* para desarrollar la asertividad y en respuesta tendremos conductas asertivas, como una buena comunicación, respetándose y respetando a los demás permitiendo la resolución de conflictos entre pares.
- Segunda:** El director de la institución educativa debe buscar capacitar a sus docentes para desarrollar en su hora de tutoría, programas como el propuesto en la presente investigación, relacionadas a las habilidades sociales, lo cual permitirá mejorar la convivencia entre estudiantes desarrollando la asertividad.
- Tercero:** La dirección de la institución educativa debe tener, en su plan anual de trabajo el desarrollo de un programa de habilidades sociales para que se desarrolle la asertividad, como se presentó en la investigación para garantizar que los estudiantes mejoren en sus relaciones interpersonales, con ello exista una convivencia armónica dentro y fuera del aula con el trabajo y apoyo de los padres de familia.

## **VII. Referencias bibliográficas**

- Acevedo, L. (2012). *Desarrollo de habilidades sociales en adolescentes de 1 y 2 de secundaria en colegios de Lima Metropolitana, Desarrollo de habilidades sociales en niños de 1° y 2° de secundaria en colegios de Lima Metropolitana, a través del PTDHSE.* (Tesis doctoral, Universidad Mayor de san Marcos, Perú).
- ADCAs. (2011). *Autoinformes de Actitudes y Valores en las Interacciones Sociales.* Recuperado de <http://www.gac.com.es/editorial/INFO/Manuales ADCAS MANU.pdf>
- Bandura, A. y Walters, R. (1974). *Desarrollo de la personalidad.* Recuperado de [http://www.conductitlan.net/libros\\_y\\_lecturas\\_basicas\\_gratuitos/aprendizaje\\_social\\_desarrollo\\_de\\_la\\_personalidad\\_albert\\_bandura\\_richard\\_h\\_walters.pdf](http://www.conductitlan.net/libros_y_lecturas_basicas_gratuitos/aprendizaje_social_desarrollo_de_la_personalidad_albert_bandura_richard_h_walters.pdf)
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación. Para educación, economía, humanidades y ciencias sociales.* (3ª ed). México: PEARSON Educación
- Bermúdez, L. (2014). *Buen Trato: Promoción de las Habilidades Sociales, el buen Autoconocimiento y el Desarrollo de las Competencias Morales como Herramientas de Prevención de la Intimidación Escolar.* (Tesis de maestría Universidad de la Sabana. Colombia.). Recuperado de <http://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/12276>
- Caballo, V. (1983) *Asertividad: definiciones y dimensiones.* Universidad autónoma de Madrid. Extraído el 10 de marzo de 2011, desde [http://dialnet.unirioja.es/servlet/fichero\\_articulo?codigo=65876&orden=0](http://dialnet.unirioja.es/servlet/fichero_articulo?codigo=65876&orden=0)
- Campos, G. (2015). *Programa de tutoría para mejorar el nivel de asertividad en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la institución educativa nuestra señora de Fátima, Talara 2015.* (Tesis de Licenciatura, Perú). Recuperado de <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/1321>

Castanyer, O. (2000). La asertividad, expresión de una sana autoestima.  
Recuperado: <http://bit.ly/2ic4Gmo>.

Carrasco, (2009). *Metodología de la Investigación Científica*.(2º. Ed.). Editorial  
San Marcos. Lima, Perú.

Coramac, M. (2014). *Estrategias de asertividad como herramientas para la transformación del conflicto en el aula*. (Tesis de maestría, universidad Rafael Landívar, Guatemala). Recuperado de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/67/Coromac-Maria.pdf>

Figueroa, J. y Navarro, J. (2012). *Análisis exploratorio – descriptivo sobre la Asertividad en población estudiantil de colegios municipalizados en la Provincia de Ñuble*. (Tesis de Licenciatura, Universidad del BioBio, Chile). Recuperado de [http://cybertesis.ubiobio.cl/tesis/2012/figueroa\\_j/doc/figueroa\\_j.pdf](http://cybertesis.ubiobio.cl/tesis/2012/figueroa_j/doc/figueroa_j.pdf)

García, R. (1997). *Un modelo de aprendizaje por observación en planificación*.  
Recuperado de [http://oa.upm.es/950/1/RAMON\\_GARCIA\\_MARTINEZ.pdf](http://oa.upm.es/950/1/RAMON_GARCIA_MARTINEZ.pdf)

García A. (2010). Estudio sobre el asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de Educación Social. *Revista de Educación* 21(1), pp. 225-239, Universidad de Huelva.

García, M. y Magaz, A. (2011). *Autoinformes de Conducta Asertiva: Actitudes y Valores en las Interacciones Sociales*. Recuperado de <http://www.gac.com.es/editorial/INFO/Manuales/adcaMANU.pdf>

GOLEMAN, D. (1998) *Inteligencia Emocional Aplicada en la Empresa*. EE.UU.

Henao, G., Ramírez, L. y Ramírez, C. (2006). *Que es la intervención psicopedagógica: definición, principios y componentes*.  
Recuperado de <http://bit.ly/1K3Da31>

- Hernández Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ª ed.). México: MCGRAW-HILL
- Libet Y Lewishon (1988). *Entrenamiento asertivo*. Medellín, Ed. Rayuela.
- López, M. (2011). *Asertividad, Estado Emocional y Adaptación en Adolescentes*. Recuperado de <http://bit.ly/2yYCIKE>
- Moreno, M. (2011). *Desarrollo de habilidades sociales como estrategia de integración al bachillerato*. Tesis de Magister. Universidad Autónoma de Yucatán. México. Recuperado de <https://goo.gl/fqdquq>
- Montoya, J. (2011) *Programa Tutorial en control de emociones y el desarrollo de la Asertividad*. Tesis de Magister. Universidad Cesar Vallejo. Trujillo - Perú
- Monjas, I. (2012). *El Programa de Enseñanza de Habilidades de Interacción Social (PEHIS)*. España: CEPE. Ciencias de la educación preescolar y especial.
- Ordaz, V. y Saldaña, G. (2005). *Análisis y crítica de la metodología para la realización de planes regionales en el estado de Guanajuato*. Recuperado de <http://www.eumed.net/libros-gratis/2006b/voz/#indice>
- Portales, M. (2010) *La Técnica del socio drama para desarrollar la asertividad*. Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo. Trujillo – Perú
- Riso, W. (2002). *Cuestión de dignidad*. Recuperado de: <http://es.scribd.com/doc/4362729/Walter-Riso-cuestion-de-dignidad>
- Rodríguez, S. (1999). *Proyecto Docente e Investigador*. Memoria para la Cátedra de Orientación Educativa (Inédita). Universidad de Barcelona.
- Rodríguez, V. y Romero, D. (2011). *La asertividad como factor asociado a las habilidades cognitivas de solución de problemas interpersonales en*

*estudiantes de 12 años.* (Tesis de maestría, Pontificia Universidad Javeriana, Colombia). Recuperado de <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/1431/RodriguezEspinosaVanessa2011.pdf?sequence=1>

Tantaleán (2011). *Efectos del programa Hazte cargo de tu vida, en la asertividad de adolescentes de una institución educativa privada de Ventanilla, Callao, Lima.* (Tesis de maestría, Universidad Femenina Del Sagrado Corazón, Perú). Recuperado de <http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/2012.pdf>

Trujillo, R. (2014). *La técnica del clown para mejorar la asertividad de las estudiantes del II ciclo de la carrera profesional de educación inicial de la Universidad Privada Antenor Orrego de la ciudad de Trujillo.* (Tesis de maestría, Universidad Privada Antenor Orrego de la ciudad de Trujillo, Perú). Recuperado de [http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/965/1/TRUJILLO\\_ROSA\\_T%C3%89CNICA\\_CLOWN\\_ASERTIVIDAD.pdf](http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/965/1/TRUJILLO_ROSA_T%C3%89CNICA_CLOWN_ASERTIVIDAD.pdf)

## **ANEXOS**

TÍTULO: Programa de habilidades sociales "Tratémonos" para desarrollar asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas - 2017						
AUTOR : Br. Valdivia Palacios, Jessica						
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	Variable dependiente: Asertividad			
			Dimensiones	Indicadores	Items	Escala
<p>Problema principal:</p> <p>¿Cuál es la influencia de la aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" en el desarrollo del nivel de asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas – 2017?</p>	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar la influencia de la aplicación programa de habilidades sociales "Tratémonos" en el desarrollo del nivel de asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima 2017.</p>	<p>Hipótesis general:</p> <p>La aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" influye positivamente en el desarrollo del nivel de asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima 2017.</p>	Autoasertividad	Respeto	1,2,3,4,5 6,7,8,9,10 11,12,13,14 15,16,17,18 19,20.	Ordinal
				Consideración hacia los propios sentimientos.		
				Consideración hacia las ideas propias.		
				Consideración hacia comportamientos propios.		
<p>Problema secundarios:</p> <p>¿Cuál es la influencia de la aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" en el desarrollo del nivel de auto asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima, 2017?</p> <p>¿Cuál es la influencia de la aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" en el desarrollo del nivel de hetero asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima, 2017?</p>	<p>Objetivos específicos:</p> <p>Determinar la influencia de la aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" en el desarrollo del nivel de auto asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima 2017.</p> <p>Determinar la influencia de la aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" en el desarrollo del nivel de hetero asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima 2017.</p>	<p>Hipótesis específicas:</p> <p>La aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" influye positivamente en el desarrollo del nivel de Auto asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima 2017.</p> <p>La aplicación del programa de habilidades sociales "Tratémonos" influye positivamente en el desarrollo del nivel de hetero asertividad en estudiantes de segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, Comas. Lima 2017.</p>	Heteroasertividad	Respeto	21,22,23,24 25,26,27,28 29,30,31,32 33,34,35.	Ordinal
				Consideración hacia los sentimientos de los demás.		
				Consideración hacia las ideas de los demás.		
				Consideración hacia comportamientos de los demás.		

Anexo A: Matriz de consistencia

Anexo B: Constancia de aplicación de la investigación



PERU

Ministerio  
de Educación

Dirección Regional de Lima  
Metropolitana

Unidad de Gestión Educativa  
Local 04 Comas

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 2022 "SINCHI ROCA"**  
LIDERANDO LA EDUCACIÓN DE LIMA NORTE

"Año del Buen Servicio al Ciudadano"

**CONSTANCIA DE APLICACIÓN  
DEL PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES  
"TRATÉMONOS"**

La Directora de la Institución Educativa 2022 "Sinchi Roca" del distrito de Comas.

**HACE CONSTAR:**

Que la Lic. Jessica Valdivia Palacios estudiante del Posgrado de Maestría con mención en Psicología Educativa en la Universidad Cesar Vallejo aplicó el Programa de Intervención de habilidades sociales "TRATÉMONOS" para desarrollar asertividad en los estudiantes del 2do grado de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca" en los meses Marzo, Abril, Mayo del 2017.

Se expide la presente constancia a petición de la interesada para los fines que estime conveniente.

Comas, 22 de Mayo del 2017



*Sary E. Villar Vargas*  
Sary E. Villar Vargas  
C.N. 1039472007  
Directora









## Anexo D: Instrumento para medir la asertividad

### Ficha técnica: ADCA 1

<b>Nombre:</b>	Autoinforme de Conducta asertiva- ADCA 1
<b>Autores:</b>	Manuel García Pérez y Angela Magaz Lago
<b>Administración:</b>	Individual o Colectiva
<b>Duración:</b>	20 minutos aproximadamente
<b>Niveles de aplicación:</b>	A partir de los 12 años
<b>Finalidad:</b>	Identificación del estilo cognitivo pasivo, asertivo, agresivo o pasivo agresivo que regula el comportamiento social de los individuos.
<b>Dimensiones de evaluación:</b>	Auto-Asertividad (AA) o grado o nivel de respeto y consideración hacia los sentimientos, ideas y comportamientos propios. Ítems del 1 al 20 Hetero-Asertividad (HA) grado o nivel de respeto y consideración hacia los sentimientos, ideas y comportamientos de los demás. Ítems
<b>Contenido:</b>	Se utilizará un cuestionario tipo escala de Likert con un total de 35 ítems.
<b>Baremación:</b>	Se trabajó con baremos en percentiles validado en el Perú, Verónica García Benites. (2014)
<b>La escala del instrumento:</b>	(4) CN = Nunca o casi nunca (3) AV = A veces, en alguna ocasión (2) AM = A menudo, con cierta frecuencia (1) CS = Siempre o casi siempre

**Tabla 4**  
*Percentil de Asertividad*

Autoasertividad		Heteroasertividad	
Percentiles	12 y 13 años Edad	Percentiles	12 y 13 años edad
95	67	95	50
90	64	90	48
85	61	85	46
80	58	80	45
75	57	75	44
<b>ALTO</b>			
70	56	70	
65	55	65	43
60	54	60	42
55	52	55	40
50	50	50	39
45		45	38
40	49	40	
35	48	35	37
30	46	30	36
<b>MEDIO</b>			
25	45	25	
20	44	20	35
15		15	34
10	42	10	32
5	41	5	31
1	36	1	27
<b>BAJO</b>			

**Nivel y Rango de Autoasertividad y Heteroasertividad**

<b>Nivel Autoasertividad</b>		<b>Nivel Heteroasertividad</b>	
<b>Bajo</b>	<b>20 – 45</b>	<b>Bajo</b>	<b>15 – 35</b>
<b>Medio</b>	<b>46 – 56</b>	<b>Medio</b>	<b>63 – 43</b>
<b>Alto</b>	<b>57 – 80</b>	<b>Alto</b>	<b>44 – 60</b>

## Anexo C: Puntaje y nivel de asertividad por dimensiones del grupo control

Nº	Sexo	ASERTIVIDAD				AUTOASERTIVIDAD				HETEROASERTIVIDAD			
		Pre		Post		Pre		Post		Pre		Post	
		Puntos	Nivel	Puntos	Nivel	Puntos	Nivel	Puntos	Nivel	Puntos	Nivel	Puntos	Nivel
1	F	58	BAJO	85	BAJO	33	BAJO	47	BAJO	25	BAJO	38	MEDIO
2	F	79	BAJO	73	BAJO	48	BAJO	41	BAJO	31	BAJO	32	BAJO
3	F	80	BAJO	82	BAJO	48	BAJO	44	BAJO	32	BAJO	38	MEDIO
4	F	80	BAJO	79	BAJO	47	BAJO	51	BAJO	33	BAJO	28	BAJO
5	M	52	BAJO	69	BAJO	35	BAJO	44	BAJO	17	BAJO	25	MEDIO
6	M	86	BAJO	76	BAJO	50	BAJO	42	BAJO	36	MEDIO	34	BAJO
7	M	74	BAJO	60	BAJO	44	BAJO	33	BAJO	30	BAJO	27	BAJO
8	F	74	BAJO	82	BAJO	50	BAJO	46	BAJO	24	BAJO	36	MEDIO
9	F	86	BAJO	87	BAJO	50	BAJO	50	BAJO	36	MEDIO	37	MEDIO
10	M	79	BAJO	77	BAJO	49	BAJO	46	BAJO	30	BAJO	31	BAJO
11	F	71	BAJO	75	BAJO	47	BAJO	49	BAJO	24	BAJO	26	BAJO
12	F	91	MEDIO	81	BAJO	49	BAJO	46	BAJO	42	MEDIO	35	BAJO
13	F	70	BAJO	62	BAJO	42	BAJO	40	BAJO	28	BAJO	22	BAJO
14	M	85	BAJO	85	BAJO	49	BAJO	44	BAJO	36	MEDIO	41	MEDIO
15	F	74	BAJO	85	BAJO	42	BAJO	49	BAJO	32	BAJO	36	MEDIO
16	F	79	BAJO	60	BAJO	44	BAJO	38	BAJO	35	BAJO	22	BAJO
17	M	79	BAJO	78	BAJO	47	BAJO	46	BAJO	32	BAJO	32	BAJO
18	M	75	BAJO	62	BAJO	43	BAJO	39	BAJO	32	BAJO	23	BAJO
19	F	74	BAJO	76	BAJO	45	BAJO	43	BAJO	29	BAJO	33	BAJO
20	F	98	MEDIO	79	BAJO	56	MEDIO	47	BAJO	42	MEDIO	32	BAJO
21	M	91	MEDIO	79	BAJO	51	BAJO	42	BAJO	40	MEDIO	37	MEDIO
22	M	60	BAJO	82	BAJO	36	BAJO	50	BAJO	24	BAJO	32	BAJO
23	F	66	BAJO	75	BAJO	44	BAJO	42	BAJO	22	BAJO	33	BAJO
24	M	56	BAJO	83	BAJO	37	BAJO	50	BAJO	19	BAJO	33	BAJO
25	M	63	BAJO	80	BAJO	37	BAJO	46	BAJO	26	BAJO	34	BAJO
26	F	67	BAJO	79	BAJO	42	BAJO	46	BAJO	25	BAJO	33	BAJO
X		74.885		76.577		44.808		44.654		30.077		31.923	
S		11.375		7.8952		5.6428		4.2796		6.5722		5.153	
CV		15.19		10.31		12.593		9.5841		21.851		16.142	

Fuente: Información obtenida del test

## Anexo D: Puntajes y niveles de asertividad grupo experimental

Nº	Sexo	ASERTIVIDAD				AUTOASERTIVIDAD				HETEROASERTIVIDAD			
		Pre		Post		Pre		Post		Pre		Post	
		Puntos	Nivel	Puntos	Nivel	Puntos	Nivel	Puntos	Nivel	Puntos	Nivel	Puntos	Nivel
1	F	81	BAJO	130	ALTO	47	BAJO	74	ALTO	34	BAJO	56	ALTO
2	F	78	BAJO	121	ALTO	47	BAJO	72	ALTO	31	BAJO	49	ALTO
3	M	65	BAJO	115	ALTO	40	BAJO	70	ALTO	25	BAJO	45	ALTO
4	F	88	BAJO	118	ALTO	49	BAJO	68	ALTO	39	MEDIO	50	ALTO
5	F	85	BAJO	105	MEDIO	49	BAJO	61	MEDIO	36	MEDIO	44	MEDIO
6	F	78	BAJO	131	ALTO	44	BAJO	77	ALTO	34	BAJO	54	ALTO
7	M	32	BAJO	106	MEDIO	48	BAJO	59	MEDIO	34	BAJO	47	ALTO
8	F	54	BAJO	125	ALTO	33	BAJO	71	ALTO	21	BAJO	54	ALTO
9	F	79	BAJO	120	ALTO	46	BAJO	70	ALTO	33	BAJO	50	ALTO
10	M	86	BAJO	79	BAJO	49	BAJO	46	BAJO	37	MEDIO	33	BAJO
11	F	73	BAJO	110	MEDIO	45	BAJO	59	MEDIO	28	BAJO	51	ALTO
12	F	72	MEDIO	85	BAJO	41	BAJO	50	BAJO	31	BAJO	35	MEDIO
13	F	82	BAJO	131	ALTO	53	BAJO	77	ALTO	29	BAJO	54	ALTO
14	M	79	BAJO	119	ALTO	44	BAJO	66	ALTO	35	BAJO	53	ALTO
15	M	92	BAJO	126	ALTO	50	BAJO	73	ALTO	42	MEDIO	53	ALTO
16	M	86	BAJO	119	ALTO	46	BAJO	69	ALTO	40	MEDIO	50	ALTO
17	M	93	BAJO	127	ALTO	51	BAJO	72	ALTO	42	MEDIO	55	ALTO
18	F	92	BAJO	127	ALTO	53	BAJO	73	ALTO	39	MEDIO	54	ALTO
19	M	78	BAJO	111	ALTO	44	BAJO	66	ALTO	34	BAJO	45	ALTO
20	M	73	MEDIO	128	ALTO	41	BAJO	73	ALTO	32	BAJO	55	ALTO
21	M	94	MEDIO	97	MEDIO	55	MEDIO	58	MEDIO	39	MEDIO	39	MEDIO
22	M	79	BAJO	127	ALTO	40	BAJO	72	ALTO	39	MEDIO	55	ALTO
23	M	85	BAJO	128	ALTO	49	BAJO	75	ALTO	36	MEDIO	53	ALTO
24	M	79	BAJO	131	ALTO	46	BAJO	75	ALTO	33	BAJO	56	ALTO
X		63		117.33		# REF!		46.25		34.292		49.583	
S		67		14.291		# REF!		4.9541		5.1708		6.4802	
CV		106.35		12.18		# REF!		10.712		15.079		13.069	

Fuente: Información obtenida del test

**Instrumento: Autoinforme de conducta asertividad**

A continuación, leerás algunas afirmaciones sobre cómo piensan, sienten o actúan las personas.

Lee con atención y cuidado cada una de ellas.

En cada frase, señala con una equis -X- la casilla correspondiente a la columna que mejor represente tu forma de reaccionar en cada situación, de acuerdo con el siguiente código:

Marque con un aspa (X) en la casilla del número que corresponda según la siguiente escala:

1	2	3	4
Nunca o casi nunca	A veces, en alguna ocasión	A menudo, con cierta frecuencia	Siempre o casi siempre

Nº	ITEMS	1	2	3	4
<b>Dimensión autoasertividad</b>					
1	Cuando alguien dice algo con lo que no estoy de acuerdo, me pone nervioso/a tener que exponer mi propia opinión				
2	Cuando estoy enfadado/a, me molesta que los demás se den cuenta				
3	Cuando hago algo que creo que no gusta a otros, siento miedo o vergüenza de lo que puedan pensar de mí				
4	Me disgusta que los demás me vean, cuando estoy nervioso/a				
5	Cuando me equivoco, me cuesta reconocerlo ante los demás				
6	Si se me olvida algo, me enfado conmigo mismo/a				
7	Me enfado, si no consigo hacer las cosas perfectamente				
8	Me siento mal cuando tengo que cambiar de opinión				
9	Me pongo nervioso/a o tenso/a cuando quiero hacer un elogio a alguien				
10	Cuando me preguntan algo que ignoro, procuro justificarme por no saberlo				
11	Cuando estoy triste, me disgusta que los demás se den cuenta				
12	Me siento mal conmigo mismo/a, si no entiendo algo que me están explicando				
13	Me cuesta trabajo aceptar las críticas que me hacen, aunque comprenda que son justas				
14	Cuando me critican sin razón, me enfada o me pongo nervioso/a tener que defenderme				
15	Cuando creo haber cometido un error, busco excusas que me justifiquen				
16	Cuando compruebo que no sé algo, me siento mal conmigo mismo/a				
17	Me cuesta hacer preguntas personales				
18	Me cuesta pedir favores				
19	Me cuesta decir que NO, cuando me piden que haga algo que yo no quiero hacer				

20	Cuando me hacen algún elogio, me pongo nervioso/a y no sé qué hacer o decir				
Dimensión: Heteroasertividad		1	2	3	4
21	Me molesta que no me entiendan, cuando explico algo				
22	Me irrita mucho que me lleven la contraria				
23	Me molesta que los demás no comprendan mis razones o mis sentimientos				
24	Me enfado, cuando veo que alguien cambia de opinión con el paso del tiempo				
25	Me molesta que me pidan ciertas cosas, aunque lo hagan de buenas maneras				
26	Me molesta que me hagan preguntas personales				
27	Me desagrada comprobar que las personas no se esfuercen en hacer las cosas de la mejor manera posible				
28	Me enfado, cuando compruebo la ignorancia de algunas personas				
29	Me siento o me sentiría mal, si compruebo que una persona que aprecio toma una decisión que yo considero equivocada				
30	Me enfado, si veo a alguien comportándose de un modo que no me gusta				
31	Me disgusta que me critiquen				
32	Siento malestar hacia la persona que me niega algo razonable, que le pido de buenas maneras				
33	Me altera, ver a personas que no controlan sus sentimientos: lloran, gritan, se muestran excesivamente contentas,...				
34	Me desagrada que no se dé a las cosas la importancia que tienen				
35	Me molesta que alguien no acepte una crítica justa				

Puntuación Directa

Puntuación Centil

Auto - asertividad

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Heteroasertividad

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

PERU

Ministerio  
de EducaciónDirección Regional de Lima  
MetropolitanaUnidad de Gestión Educativa  
Local 04 Comas

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA Nº 2022 "SINCHI ROCA"**  
**LIDERANDO LA EDUCACIÓN DE LIMA NORTE**

"Año del Buen Servicio al Ciudadano"

**CONSTANCIA DE APLICACIÓN**  
**DEL PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES**  
**"TRATÉMONOS"**

La Directora de la Institución Educativa 2022 "Sinchi Roca" del distrito de Comas.

**HACE CONSTAR:**

Que la Lic. Jessica Valdivia Palacios estudiante del Posgrado de Maestría con mención en Psicología Educativa en la Universidad Cesar Vallejo aplicó el Programa de Intervención de habilidades sociales "TRATÉMONOS" para desarrollar asertividad en los estudiantes del 2do grado de secundaria de la I.E. "Sinchi Roca" en los meses Marzo, Abril, Mayo del 2017.

Se expide la presente constancia a petición de la interesada para los fines que estime conveniente.

Comas, 22 de Mayo del 2017



*Sary*  
 Sary E. Villar Vargas  
 C.M. 1009472907  
 Directora

## Programa habilidades sociales “Tratémonos”

### I. Denominación

Programa Habilidades Sociales “Tratémonos”, para desarrollar asertividad en los estudiantes de 2do grado de secundaria de la I.E. Sinchi Roca Comas-Lima 2017

### II. Datos informativos

2.1. Distrito	: Comas
2.2. Institución Educativa	: “Sinchi Roca” N- 2022
2.3. UGEL	: 04
2.4. Grado	: Segundo
2.5. Tiempo	: 12 semanas
2.6. Responsable del Programa	: Br. Jessica VALDIVIA PALACIOS

### Marco referencial

Fernández (2002) sustenta que se enseña conocimientos en psicología en una intervención psicológica con la finalidad de buscar cambiar de actitud en la conducta de los estudiantes en la escuela.

Intervenir en psicología educativa es una secuencia de técnicas, estrategias basada en conceptos en psicología usados en educación, con el fin de mejorar el comportamiento de las personas en este caso de los estudiantes, tomando en cuenta las problemáticas que se desea cambiar como base del enseñar - aprender y en la práctica hablamos de un programa.

La intervención en psicología educativa mediante un programa es secuencial y se realiza en diferentes temas en psicología que se interrelacionan en el que hacer educativo. Los conflictos que a diario se observa en las escuelas son problemas conductuales como agresividad, falta de respeto, el ponerse en el lugar del otro, la baja autoestima y con ello se afecta su interactuar entre pares y

los adultos, la finalidad de la intervención psicopedagógica es revertir esta situación haciendo mejorar su potencial humano aunque puedan ser de corto tiempo pero reforzándolo será una competencia alcanzada en los estudiantes.

El programa de intervención en psicología educativa a realizarse en la competencia de habilidades sociales para desarrollar la asertividad en los estudiantes de 2do año de secundaria de la I.E. Sinchi Roca, desarrollando la parte cognitiva y conductual. Se usara para enseñar nuevas conductas con la finalidad de cambiar y potenciar las habilidades sociales, permitiéndolos ser competentes al comunicarse afectivamente respetando sus derechos y respetando el derecho de los demás, expresar sus pensamientos, emociones, su sentir entre estudiantes y con los adultos interrelacionándose positivamente.

#### Marco teleológico

##### Objetivo general

El programa de intervención psicopedagógica denominado habilidades sociales “Tratémonos”, consiste en desarrollar asertividad en los estudiantes de 2do año de secundaria de la I.E. 2022 Sinchi Roca - Comas.

##### Objetivos específicos

Incrementar la autoasertividad en los estudiantes del segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca - Comas

Incrementar la heteroasertividad en los estudiantes del segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca - Comas.

Mejorar las relaciones interpersonales de los estudiantes del segundo de secundaria de la I.E. Sinchi Roca – Comas y con ello su competencia en habilidades sociales.

#### Marco sustantivo

Definitivamente por lo observado hay una implicancia en los alumnos con respecto a que no se están logrando la adquisición de los aprendizajes, y lo que se realizó con el programa de intervención de habilidades sociales “Tratémonos para desarrollar asertividad es de incorporar las habilidades sociales, se promovió el desarrollo de la competencia interpersonal alumno – alumno, para mejorar las

relaciones interpersonales entre los estudiantes, en consecuencia favoreció el logro de los aprendizajes que son de materia curricular.

En consecuencia con este programa favoreció la interacción positiva entre todos los elementos de la comunidad educativa docentes alumnos y familia.

#### Bases pedagógicas

Programa son "Acciones sistemáticas, cuidadosamente planificadas, orientadas a las necesidades educativas de los alumnos, padres y profesora insertos en la realidad de un centro". (Rodríguez, 1993, p. 233).

Mientras que Landa (1976) definió al Programa como "la secuencia ordenada de acciones necesarias para obtener determinados resultados en plazos de tiempo preestablecidos" (Ordaz y Saldaña, 2005).

#### Técnicas del programa de habilidades sociales "Tratémonos"

Monjas (2012) estableció una serie de técnicas que se utilizará durante el desarrollo del programa y se pretende lograr en el entrenamiento de habilidades para desarrollar la asertividad.

##### Técnica instrucción

Arellano (2012) definió: "Los pasos a seguir y que se darán verbalmente sean informal o secuenciales se puede aprender algunas habilidades sociales y a su vez observar comportamientos negativos donde el estudiante podrá discriminarlo practicando comportamientos adecuados. (p. 50)

Monjas (2012) estableció: La clase se hará con una motivación donde se dé a conocer el tema a tratar a los adolescentes, sensibilizándolos de lo que se espera que aprendan y la importancia de contar con la nueva conducta y las estrategias que deben usar para desarrollar las nuevas habilidades sociales. Que permita un comportamiento adecuado y que describan como se daban anteriormente sus relaciones interpersonales con violencia entre pares y las faltas de respeto y por qué cambiar de comportamiento para tener un ambiente democrático y afectivo. (p. 8)

##### Técnica el modelado

Monjas (2012) estableció: "Que al realizar la sesión los estudiantes pueden observar a través de un video modelos asertivos y no asertivos donde al observen

dichas conductas reflexionen y digan las conclusiones que puedan dar de lo que vieron y por qué tener un ambiente donde se dé la buena escuela y el buen trato donde existe las buenas relaciones interpersonales". (p.8).

#### Técnica Ensayo conductual. Role-playing. Dramatizaciones

Monjas (2012) estableció: La importancia de que los estudiantes participen activamente y el Role- playing es la técnica que se puede dar como el juego de roles de vivencias que se da en sus aulas o en el patio a horas del recreo de las situaciones positivas y negativas de las conductas sociales que se dan en la escuela, permitiendo la toma de conciencia, y el cambio de conducta. Solucionando conflictos mejorando sus relaciones interpersonales. (p.8).

#### Técnica Reforzamiento del educador. Retroalimentación o Feedback

Monjas (2012) estableció:

La técnica de reforzar con ello fortalecer las actividades realizadas por el adolescente en el proceso de enseñanza del programa de habilidades sociales haciéndoles notar su participación activa con compromiso y que lo están haciendo muy bien y en caso amerite el docente observara si todavía falta superar ciertas deficiencias para tener un ambiente con una comunicación asertiva evitando y solucionando conflictos desarrollando una determinada habilidad social. (p.8).

#### Transferencia. Tareas para casa

Monjas (2012) estableció: Para fortalecer lo que se aprende se les pide que hagan un cuestionario, esquemas, un resumen de lo aprendido y luego analizar como aprendió haciendo una metacognición donde el estudiante realizara una apreciación de lo que aprendió como lo aprendió y como le sirve lo aprendido en la sesión aplicando sus nuevas habilidades adquiridas, en la escuela y en la familia. (p.9)

#### Bases Psicológicas y Teóricas

Caballo, (1986) Se muestra un comportamiento con habilidades para poder relacionarse adecuadamente con los demás no perdiendo en ningún momento el comunicarse respetando las opiniones del otro y ser respetado por los demás

mostrando sentimientos de empatía que le permita resolver dificultades inmediatas y no buscarse conflictos controlando sus emociones. Incluso dando esta definición es complicado dar exactamente un concepto de habilidades sociales. Pero se puede aseverar que una conducta competente está basado en tres dimensiones. El consenso social: Se da la por la aceptación de un grupo determinado donde sus acciones que realiza pueden ser positivas para un grupo y para otro no.

**Efectividad:** Se dice así cuando la persona logra cumplir sus metas con esfuerzo.

**Carácter situacional:** La conducta reflejada por la persona es aquella que respete el lugar y la situación del momento en la que vive.

El modelo conductual – cognitivo busca emprender capacidades que permita que la persona se sienta bien con el mismo y a su vez con se sienta bien con los demás. Este aprendizaje se produce con la observación y el reforzamiento de sus experiencias que deben ser óptimas.

Bandura, (1963) Siendo su teoría el aprendizaje social donde muestra que la persona es un ser social en todas sus etapas de vida este aprendizaje debe ser desarrollar capacidades de relacionarse, saberse comunicar por medio de la conversación interactuando afectivamente. Permitiendo que la Conducta se fortalezcan positivamente para interrelacionarse buscando el desarrollo de la autonomía de la persona que busca enriquece sus capacidades de aprendizaje a si obtener un equilibrio desarrollando la asertividad basado en la empatía, el saber escuchar, saber hablar, tener una autoestima optima que permite un comportamiento correcto en cualquier situación en su contexto.

Monjas (1993) sustento su trabajo en la teoría del aprendizaje vicario y cognitivo conductual y manifestó:

En el caso de los estudiantes adolescentes socializan más con sus pares y en la realización de sus investigaciones se ha evidenciado que el adolescente que tiene la capacidad de manejar habilidades sociales como una buena autoestima y se siente bien consigo mismo se interrelacionara sin tener dificultades y es por ello que enseñar en forma secuencial habilidades sociales le permitirá resolver conflictos que se pueda producir en su entorno con una comunicación asertiva a

su vez tener un mejor rendimiento académico de no enseñar estas competencias se observa una baja aceptación, problemas de aprendizaje.

#### Aprendizaje social y por imitación

Miller y Dollard (1941) subrayaron:

La persona desde que nace imita a las personas que actúan a su alrededor produciéndose un aprendizaje social al interactuar primero en su grupo familiar y luego en la escuela. En su último escrito: *Personality and Psychotherapy*. Donde explica que la imitación es un condicionamiento y las competencias sociales son los estímulos que deben ser a favor del aprendiz. Las conductas que se imitan o se observan son aprendizajes. (Bandura y Walters, 1974, p. 9).

#### Aprendizaje por observación-descubrimiento

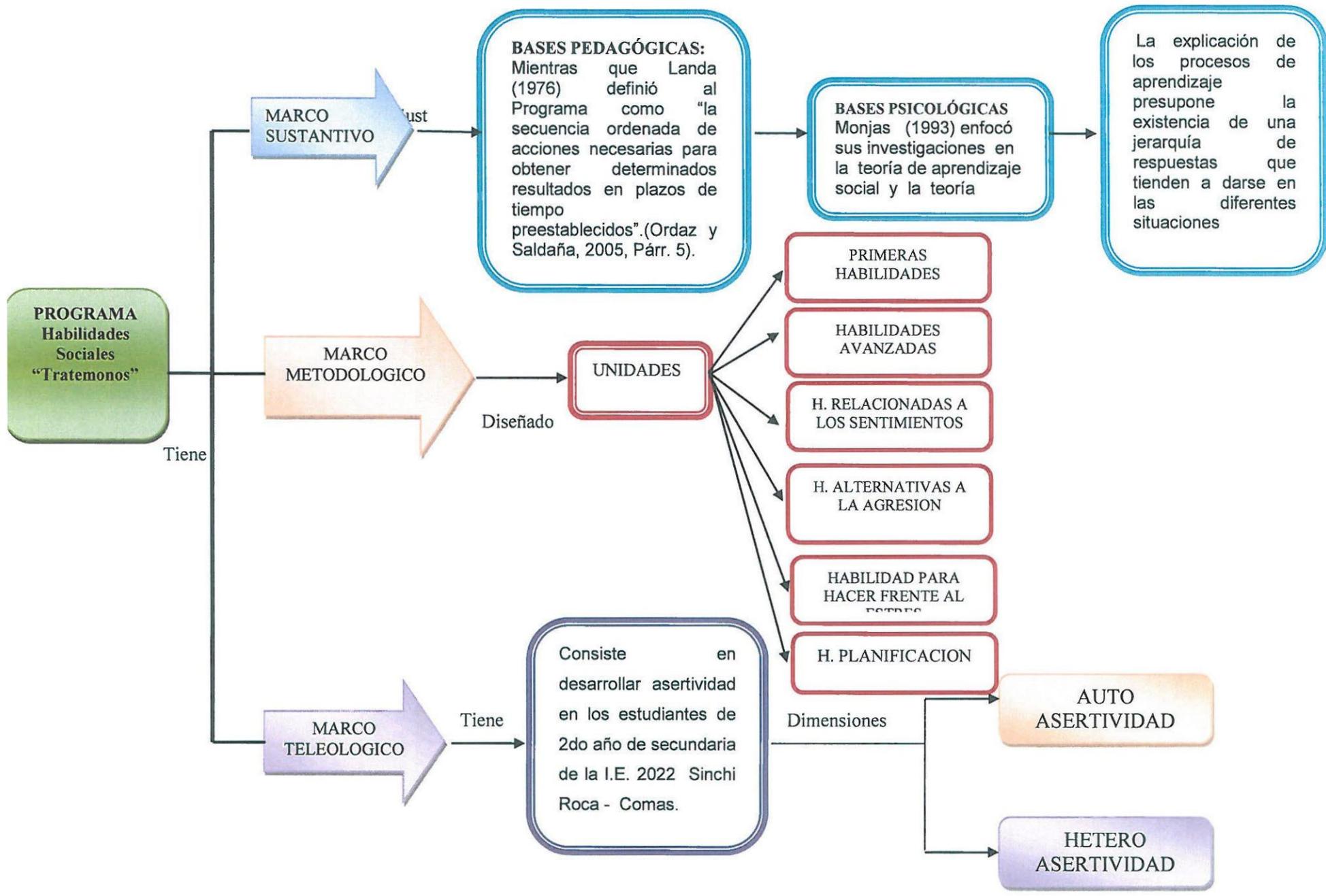
García (1997) estableció:

El aprendizaje deben ser significativos que le permite al estudiante establecer una valoración y desarrollar las capacidades en habilidades sociales de sus propias vivencias dentro de la escuela donde observa las conductas negativas como la falta de respeto al ponerse sobrenombres agredirse física y verbalmente muchas veces justificando que es un juego podrá discriminar luego de la sesión que no lo es y cambian de aptitud y mejoran considerablemente sus relaciones interpersonales. (p.14)

#### Características de las habilidades sociales

Monjas (2012) describe a las habilidades sociales como:

Comportamientos que se aprenden y se muestran cuando interactúan dentro de un determinado grupo. La capacidad verbal empleando la comunicación expresando un saludo saber hacer peticiones y no verbales como la expresión corporal como mirar y hacer gestos permitiendo que se dé un ambiente afectivo. Este contexto se da un grupo social con acuerdos de convivencia que permitirán saber respetarse y respetar a los demás teniendo como propósito el desarrollar habilidades sociales



La intervención psicopedagógica programa de habilidades sociales "Tratémonos", como se presenta en el cuadro muestra presento un Marco Sustantivo pues se sustenta en bases pedagógicas principalmente realizado por María Inés Monjas Casares, Albert Bandura.

Por otro lado en Bases Psicológicas como la Teoría Humanista.

Tuvo como propósito, desarrollar la Asertividad en los estudiantes 2do año de educación secundaria de la I.E." Sinchi Roca" de Comas, en sus dimensiones: las primeras habilidades, habilidades avanzadas, relacionadas con los sentimientos, alternativas a la agresión, hacer frente al estrés y a la planificación. Por ello se planifico el desarrollado de sesiones con diversas estrategias participativas, como: socio drama, juegos de roles, lluvia de ideas, trabajo en equipo entre otras.

#### Marco metodológico

La metodología del trabajo en cada una de las sesiones, ha sido diseñada en tres momentos:

**Inicio:** En este momento se trabaja la motivación para pre disponer a los participantes, recojo de saberes previos y preguntas de reflexión llegando al conflicto cognitivo.

**Desarrollo:** Se presenta el tema a tratar con la partición activa de los estudiantes actuando interactivamente deben desarrollar a través del trabajo cooperativo, usando las técnicas como: Instrucción, modelado, role playing, reforzamiento y transferencia para la casa.

**Cierre:** se realiza el proceso de la metacognición y la evaluación de la actividad desarrollada.

#### Definición Operacional

Se realizaron 20 sesiones de aprendizaje con el objetivo de desarrollar asertividad en los estudiantes en 12 semanas desde el mes de Marzo a Mayo. Donde en la primera sesión se tomó el pre test luego se realizó las sesiones de aprendizaje, finalizando con el pos test.

### Marco administrativo

Humanos	Servicio	Materiales
-- Dirección de la I.E. Sinchi Roca	-Fotocopiadora	500 Papel bond
-Docente Tutor	-Internet	14 Papelografo
-Administrativo de la I.E. Sinchi Roca	-Anillado	6 Plumones de pizarra
-Investigadora: Valdivia Palacios Jessica	-Impresiones	10 plumones
	-Refrigerio	4 Lapiceros
		8 Cartulinas de colores

### Marco evaluativo

Al inicio de la intervención psicopedagógica se aplicó un pre test donde se evaluó la prueba ADCA 1 con dos dimensiones: Autoasertividad y heteroasertividad donde se verifico la falta de desarrollo de asertividad en los estudiantes del segundo año de la I.E. Sinchi Roca – Comas.

En el proceso del programa se desarrolló las sesiones tomando en cuenta las unidades establecidas y trabajadas con sus respectivas actividades.

En el cierre del programa se aplicó el post test con la prueba ADCA 1 con el objetivo de establecer la influencia del programa midiendo las dimensiones de autoasertividad y heteroasertividad.

**PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"****SESIÓN 01**

Presentación del programa de Habilidades Sociales "TRATEMONOS"

**I. DATOS INFORMATIVOS:**

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022

Nivel : Secundaria

Ciclo / Grado : 2do año

Tema : Conociendo las Habilidades Sociales

Responsable : Investigadora Lic. Jessica Valdivia Palacios Tutor de aula: Vladimir Buendía

Capacidad : Reconoce la importancia de la ASERTIVIDAD para mejorar sus relaciones interpersonales y por ello la importancia de la aplicación del programa.

**DESARROLLO DE LA SESIÓN:**

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	La responsable en compañía del tutor del aula saludan y ponen de manifiesto la importancia de mejorar la forma como se interrelacionan y se comunican entre pares y se les sensibiliza del por qué no debe haber tanta violencia por ello la importancia de las habilidades sociales	10min.	Proyector multimedia
Desarrollo	Se establece un dialogo sobre la importancia de respetamos en todo momento y a su vez respetar a los demás. Se les hace ver el video <a href="https://www.yoiutube.com/watch?v=h01QzV3sjDI">https://www.yoiutube.com/watch?v=h01QzV3sjDI</a>  Se organiza en grupos de 6 estudiantes y se les pide dar un comentario y escribirlo en un papelote los concepto de autoestima, empatía, control de emociones saber escuchar y saber hablar, luego escribiremos las conclusiones en la pizarra.	30min.	Papelotes Plumones
Cierre	Se agradece la participación y el entusiasmo de los estudiantes y el docente tutor del aula. Y se procede a pegar en el aula sus papelotes.	5min	Limpiatipos Cintas adhesivas
Después de la hora de Tutoría	Se entrega el rol de sesiones a trabajar en el programa		

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 02

## I. DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022

Nivel : Secundaria

Ciclo / Grado : 2do año

Tema : Nuestros acuerdos de convivencia

Investigadora/Tutor : Lic. Jessica Valdivia Palacios Tutor de AULA: Vladimir Buendia

Capacidad: Comprende lo que es tener una respuesta asertiva respetándose y restando a sus de la dinámica de conteo compañeros analizando la información relacionada con el tema.

## Desarrollo de la sesión:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	Se presenta la investigadora y saluda muy amigable, hace la presentación del programa y la presentación de los asistentes. Se pregunta a los estudiantes que entienden por normas y acuerdos de convivencia Lluvia de ideas.	10min	Pizarra Plumones
Desarrollo	Se presenta una lectura escrita en un papelote donde siguen la lectura mientras que un compañero voluntario lee. En lluvia de ideas responde a la pregunta ¿Qué opinas del comportamiento de María? ¿Qué opinas del comportamiento de Carlos? ¿Con cuál de ellos estás de acuerdo? ¿Por qué? ¿Qué tipos de comportamiento han presentado María y Carlos? A través Sus de la dinámica de conteo se forman cuatro grupos . leen la ficha técnica, entregada. Elaboran un organizador visual Socialización a través de la exposición Cada grupo extrae una idea fuerza la escribe y la publica en un sector del aula	30min	Papelotes Plumones
Cierre	La facilitadora cierra el tema con formulación de preguntas recatando de sus estudiantes la importancia de respetarse y respetar a lo demás. ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo me sentí? ¿Qué fue lo que mas me gusto? ¿Qué fue lo que menos me gusto?	5min	Limpia tipos Cintas adhesivas
Después de la hora de Tutoría	La facilitadora elabora temas con ideas puntuales cierre con temas tratados en la sesión y se indica elaborar un díptico con el tema tratado.		

### Caso

Estaba un grupo de amigos en el patio jugando en la hora del recreo, jugando vóley

Jugaban alegremente, de pronto de casualidad le cae la pelota a una compañera Rosa en su

Cabeza.

Rosa grito airada y dirigiéndose a Oscar le dijo: eres un inútil, no sabes hacer nada, ni siquiera jugar mira lo que has hecho, tarado, no sé porque estas a aquí, tu no sirves para nada, no te quiero ver más, ya no eres mi amigo.

Oscar turbado por la situación, solo le decía Rosa no te pongas así, ha sido una casualidad, yo no se cómo fue que te cayo la pelota, pero estamos aquí como amigos, no heches a perder nuestra amistad.

Los demás solo miraban sorprendidos por la escena.

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 03

## II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022

Nivel : Secundaria

Ciclo / Grado : 2do año

Tema : Soy importante

Investigadora/Tutor : Lic. Jessica Valdivia Palacios Tutor de AULA: Vladimir Buendia

Capacidad: Comprende lo que es tener una respuesta asertiva respetándose y restando a sus de la dinámica de conteo compañeros analizando la información relacionada con el tema.

## Desarrollo de la sesión:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	Se saluda a los estudiantes y luego se presenta imágenes de personas que han logrado, cumplir sus metas y se les ve feliz haciendo lo que les gusta. Mediante lluvias de ideas se les pide que describan y opinen de lo que observan en la imagen. Se les muestra un video	15min	Proyector multimedia Pizarra
Desarrollo	Se pide que se formen grupos de 6 estudiantes los cuales intercambiaran ideas de cuáles son sus cualidades y que les gusta hacer y sobre todo que lo hagan bien , lo escribirán en un papelote con el nombre de cada integrante sus cualidades y fortalezas lo exponen y reconocemos que cada uno es importante con sus propias cualidades y fortalezas	25min	Papelotes Plumones
Cierre	La facilitadora cierra el tema con formulación de preguntas recatando de sus estudiantes la importancia del reconocimiento de reconocerse como importante con su propia Valoración y amor propio de respetarse y respetar a lo demás. ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo me sentí? ¿Qué fue lo que más me gusto? ¿Qué fue lo que menos me gusto?	5min	Limpiatipos Cintas adhesivas
Después de la hora de Tutoría	La facilitadora elabora temas con ideas puntuales cierre con temas tratados en la sesión y se indica elaborar un díptico con el tema tratado.		

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 04

## DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022  
 Nivel / grado : Segundo Grado de secundaria  
 Tema : Quienes somos, Como somos y que merecemos  
 Responsable : Br. Jessica Valdivia Palacios Tutor de AULA: Vladimir Buendia  
 Capacidad : Reafirma su seguridad personal y el sentido de pertenencia de grupo: recordando vivencias de afecto de sus seres queridos.

## DESARROLLO DE LA SESIÓN:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	Al ingresar a la clase la responsable saluda y realiza la Presentación y visualizan un video: sensibilización Formamos grupo de ocho según las pautas para reunirse para realizar el juego de las fotografías y damos consignas como la siguiente: "el grupo "X" está pasando el día en la playa o el grupo "Y" se encuentra subiendo una montaña etc. Les decimos que cuando digamos la palabra ¡fotografía! Deben quedar inmóviles. Haremos la pantomima de buscar el mejor ángulo para hacerles una buena fotografía, pasando de uno a otro grupo . Debemos sentir que no hay ganadores ni perdedores.	10min	Proyector multimedia
Desarrollo	Decimos que dedicaremos la sesión a dibujar, pintar y jugar recordando momentos felices que hayamos vivido. Cada estudiante pintará en la hoja el momento que considere más feliz en su vida, no importa cuando haya sido: ayer el año pasado, o años atrás. Solicitamos que dibujen aquello que les haya alegrado, gustado o emocionado (todos deben tener papel y colores para dibujar). Al terminar de dibujar, pedimos a nuestros estudiantes que pongan el nombre de quien o quienes los han ayudado a sentirse felices en los momentos que han recordado y dibujado. Pedimos que peguen sus dibujos en la pared o pizarra para que todos lo vean. Voluntariamente algunos pueden contar su historia Y leer lo anotado al pie. Motivamos la participación y comentamos breve y afirmativamente cada una e ellas mientras construimos con los dibujos una casa como si fueran ladrillos.	30min	Papelotes Plumones
Cierre	👇 Reflexionamos con los y las estudiantes sobre la importancia de valorar los momentos felices y recordar quienes estuvieron con nosotros en esos momentos, asimismo, podemos destacar que lo recreado en los dibujos es un ejemplo de los muchos momentos que se vive a lo largo de la vida.	5min	Limpiatipos Cintas adhesivas
Después de la hora de Tutoría	En las oportunidades que se presenten, posteriores a la sesión, reafirmaremos mensajes referidos al derecho a ser queridos y protegidos. Coherentemente, daremos siempre un buen trato a nuestros estudiantes y vigilaremos que esto exista entre pares.		

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 05

## I. DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022

Nivel : Secundaria

Ciclo / Grado : 2do año

Tema : Te regalo un elogio sincero

Investigadora/Tutor : Lic. Jessica Valdivia Palacios Tutor de AULA: Vladimir Buendia

## II. Capacidad

## III Desarrollo de la sesión:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS								
Inicio	<p>Al ingresar a la clase saludamos y pedimos a los estudiantes que se coloquen de pie formando un círculo (fuera del aula), le damos la bienvenida diciéndoles algo bueno que vemos en ellos como grupo, es decir, expresamos un elogio. Luego nos dirigimos a cada uno y le ofrecemos un elogio personal, tratando de resaltar una característica personal. Como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lo que me gusta es que eres una persona perseverante</li> <li>- Creo que eres una persona muy hábil para el fútbol.</li> <li>- Eres una persona colaboradora en el grupo.</li> <li>- Siempre estas atento en clase con ganas de aprender.</li> </ul>	10 min	Pizarra Plumones								
Desarrollo	<p>Una vez finalizado el ejercicio, preguntamos cómo se sintieron cuando expresamos lo bueno que vemos en cada uno. Permitimos que den respuestas de forma libre y voluntaria. A continuación, pedimos que formen pareja con el compañero o compañera que tiene cerca y le expresen un elogio sincero. Una vez que todos hayan terminado de dar su elogio, promovemos el dialogo acerca de cómo se sintieron al recibir o dar un elogio, anotamos las ideas principales de las respuestas que brinden nuestros estudiantes y la vamos a comentar. Completa el siguiente cuadro: Dar y recibir elogios</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; padding: 5px;">Los beneficios que trae recibir elogios son:</td> <td style="width: 50%; padding: 5px;">Los beneficios que trae expresar elogios son:</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> </tr> </table> <p>Luego se dará un mensaje de lo bueno que es recibir y expresar apreciaciones de las personas que nos rodean.</p>	Los beneficios que trae recibir elogios son:	Los beneficios que trae expresar elogios son:							30min	Papelotes Plumones
Los beneficios que trae recibir elogios son:	Los beneficios que trae expresar elogios son:										
Cierre	<p>Cada estudiante elabora una carta breve a un compañero o compañera seleccionado al azar ( se utiliza una bolsa con los nombres de todos los estudiantes del aula), felicitando por alguna cualidad, observada en él o ella.</p>	5min	Limpiatipos Cintas adhesivas								
Después de la hora de Tutoría	<p>En una siguiente sesión, pedimos a nuestros estudiantes que intercambien sus cartas Para conocer lo positivo que sus compañeros o compañeras vieron en ellos. Luego pueden redactar una carta de agradecimiento a su respectivo compañero del que recibieron un elogio.</p>										

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 06

## DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022  
 Nivel : Secundaria  
 Ciclo / Grado : 2do año  
 Tema : Aprendiendo a desarrollar la empatía  
 Investigadora/Tutor : Lic. Jessica Valdivia Palacios Tutor de AULA: Vladimir Buendia

Capacidad: Identificar y poner en práctica conocimientos que permitan desarrollar la empatía y mejorar sus relaciones interpersonales a través de la puesta en práctica esta habilidad logrando ser asertivo.

## DESARROLLO DE LA SESIÓN:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	<p>Se saluda y se inicia la actividad con un diálogo sobre lo que entendemos por respetar a los demás. Para ello, se pide a los alumnos que comenten las siguientes afirmaciones y añadan otras.</p> <p>Identifica los cambios de humor que tiene tus compañeros</p> <p>Como sabes que controlas tus sentimientos negativos</p>	10min	Se muestran imágenes
Desarrollo	<p>El profesor/a invita a los alumnos/as a comprobar cómo se vive este valor en el grupo.</p> <p>Primero indica que se coloquen de pie formando un círculo; después dará a cada uno cinco vasos de plástico. Entonces les explica que deben entregar esos cinco vasos, siguiendo unas reglas, a los compañeros/as que muestran un mayor respeto hacia los demás. No se trata de una votación, sino de una toma de conciencia sobre quiénes actúan habitualmente respetando a los otros. Conviene dejar un tiempo para que cada uno/a piense a quien va a entregar sus vasos, y por qué.</p> <p>Respetamos a los demás cuando:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Llamamos a los compañeros por su nombre y no por un apodo.</li> <li>• Escuchamos sin interrumpir.</li> <li>• No empujamos por los pasillos.</li> </ul>	25min	Vasos

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sabemos guardar un secreto.</li> <li>• Valoramos la forma de ser de cada uno.</li> </ul> <p>Las normas de intercambio son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ha de hacerse en silencio absoluto.</li> <li>• Nadie puede pedir que le den algún vaso.</li> <li>• Hay que repartir los cinco vasos.</li> <li>• Se pueden entregar más de un vaso a la misma persona (incluso todos).</li> </ul> <p>Terminado el intercambio, se da paso a un diálogo sobre la experiencia vivida. Algunas cuestiones que pueden ayudar son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo te has sentido al recibir vasos?</li> <li>• ¿Te ha costado decidir a quién se los dabas?</li> <li>• ¿Por quién te has decidido y por qué?</li> <li>• ¿Cómo podemos ayudarnos para respetarnos más los unos a los otros? Escribirlo en la mitad de papel a4 y pegarlo en la pizarra.</li> </ul>		
Cierre	Esta actividad se persigue que el grupo tome conciencia de quiénes son los alumnos/as más valorados por saber respetar a los demás y se les pide escribir sus nombres.	10min	Hojas de colores
Después de la hora de Tutoría	Realizar un collage con frases de respeto para ti como para los demás, y pegarlo en el aula Realiza tu Metacognición. ¿Qué tema aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Para qué me sirve lo aprendido?		

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 07

## DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022  
 Nivel : Secundaria  
 Ciclo / Grado : 2do año  
 Tema : Como es mi historia emocional  
 Investigadora/Tutor : Lic. Jessica Valdivia Palacios Tutor de AULA: Vladimir Buendia

Capacidad: Identificar y poner en práctica conocimientos que permitan desarrollar positivamente la situaciones emocionales personales y mejorar su comportamiento.

## DESARROLLO DE LA SESIÓN:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	Se ingresa a la clase y saluda cordialmente la responsable, e inicia la actividad con un diálogo sobre lo que entendemos de lo que significa emociones positivas y emociones negativas. Para ello, se pide a los alumnos que comenten las siguientes afirmaciones y añadan otras. Identifica los cambios de humor que tiene tus compañeros Como sabes que controlas tus emociones negativas, y luego lo escribimos en la pizarra.	10min	Proyector multimedia
Desarrollo	El profesor/a invita a los alumnos/as a comprobar cómo se vive estas emociones formando grupos y hacer que representen situaciones donde nos podemos molestar o sentirnos felices. Luego se establece el proceso de diálogo sobre la importancia de las emociones . A partir del uso de materiales como papelotes hojas de colores recortes de revistas arman un collage en una línea de tiempo de su vida, y que emociones la caracterizo. Al culminar exponen. Con ello comentamos la importancia de nuestras emociones y nuestro comportamiento.	30min	Papelotes Hojas de colores Revistas
Cierre	Esta actividad se persigue que el grupo tome conciencia de quiénes son los alumnos/as que manejan correctamente, el control de sus emociones permitiéndoles tener un mejor comportamiento con ello se respetan y respetan a los demás.	5min	Elaboran un papelote

Después de la hora de Tutoría	Realizar un collage con frases de respeto para ti como para los demás, controlando nuestras emociones negativas y pegarlo en el aula. Realiza tu Metacognición. ¿Qué tema aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Para qué me sirve lo aprendido?
-------------------------------	---

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESIÓN 08

## DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022  
 Nivel : Secundaria  
 Ciclo / Grado : 2do año  
 Tema : Conociendo mis emociones  
 Investigadora/Tutor : Lic. Jessica Valdivia Palacios Tutor de aula: Vladimir Buendia

Capacidad : Identificar y poner en práctica procedimientos que permitan desarrollar su control de emociones con ello mejorar sus relaciones interpersonales a través de la puesta en práctica el desarrollo de esta habilidad.

## DESARROLLO DE LA SESIÓN:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	Al iniciar la sesión la responsable saluda y con la técnica de Lluvia de ideas: - Identifica los cambios de humor que tienen tus compañeros - Como sabes que controlas tus sentimientos negativos antes de que afecten a otros compañeros - Como Identificas ambientes o situaciones que provocan intranquilidad.	10min	Pizarra Plumones
Desarrollo	Estrategia: dinámica el reloj - Desarrollo de la estrategia: - Cada participan tiene una hoja de papel en la que, dibuja un reloj a lo largo de la página, indicando solamente las horas, mas no las agujas. - se indica que deberán establecer citas con los demás participantes en determinadas horas, para cada cita le corresponde solo una hora. - deberán llenar todas las horas con citas (nombres de la persona con quien se van a reunir) - ya establecidas las citas, se indica, por ejemplo, "asistir a la cita de las cinco", todos se reúnen, de acuerdo a la cita indicada en su reloj, a las cinco. - ya reunidas las parejas se les pide que en cinco minutos dialoguen sobre los siguientes puntos: o presentación: nombres, lugar de procedencia, lugar de nacimiento. o la experiencia más feliz. o la experiencia más triste. o virtud más importante. - El docente: Pregunta al azar sobre los sentimientos experimentados durante la práctica del reloj. - Anota las participaciones - Realiza las conclusiones: en base a los aportes	30min	Papel Plumones de colores
Cierre	La investigadora hace que los estudiantes reflexionen de la importancia de sentirnos bien y hacer sentir bien a los demás. Realizar su Metacognición . ¿Qué tema aprendí hoy? ¿Cómo lo aprendí? ¿Para qué me sirve lo aprendido?	5min	Cuaderno de trabajo
Después de la hora de Tutoría	Hacer un papelote de sus mejores recuerdos en el aula.		

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 09

## I.DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022  
 Nivel : Secundaria  
 Ciclo / Grado : 2do año de secundaria  
 Tema : Aprendemos a tomar decisiones  
 Responsable : Lic. Jessica Valdivia Palacios Tutor de aula: Vladimir Buendia

II. Capacidad: Identifica y aplica los pasos para tomar decisiones

III. Desarrollo de la sesión:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	<p>Se ingresa a la clase, la responsable saluda y con la técnica, Lluvias de ideas : Iniciamos, preguntando, a los estudiantes si alguna vez han tenido dificultad para tomar decisiones, y que comente algunas situaciones</p> <p>Se le entrega al estudiante una lectura que se lee: Alberto es un estudiante muy destacado, pero en el curso de matemáticas siempre tiene que esforzarse más, en el examen final le llego tres ejercicios desarrollados en clase y, el observando el descuido del profesor quiere mirar su cuaderno pues considera que no estaría copiando sino asegurándose que sus respuestas estén correctas.</p>	10min	Pizarra plumones
Desarrollo	<p>Se plantean preguntas para la reflexión: ¿Cómo imaginan a Alberto? ¿Cómo creen que es en su rol de estudiantes? ¿Qué decisión creen que tomara en la disyuntiva planteada? ¿Qué otras cosas debe tomar en cuenta antes de decidir?</p> <p>Solicitamos que formen grupos según las instrucciones indicadas y se le entrega a cada grupo una cartilla – Recomendaciones para la toma de decisiones, para que lean y lo apliquen para que tomen decisiones del caso planteado.</p> <p>Luego se pide a los estudiantes que salgan en grupos a exponer las decisiones tomadas considerando la cartilla.</p>	30min	Cartilla Papelotes Plumones
Cierre	<p>Reforzamos los pasos para tomar la mejor decisión, enfatizando la importancia de darnos tiempo para elegir la decisión que se adecue a nuestra forma de pensar, sentir y relacionarnos con los demás.</p>	5min	
Después de la hora de Tutoría	<p>Podemos pedir a nuestros estudiantes que sigan practicando los pasos recomendados para tomar una decisión. Aplicando la secuencia cuantas veces sea necesario, en las situaciones - problema que se le presente cotidianamente Y se solicitara a un estudiante transcribir la cartilla en un papelote que luego se colocara en un lugar visible del aula.</p>		

## CARTILLA

### RECOMENDACIONES PARA LA TOMA DE DECISIONES

Pasos para una decisión acertada:

1. Identificar cual es el problema suscitado ¿En qué consiste el problema? ¿Por qué nos preocupa? ¿Por qué es importante solucionarlo?
2. Identifica las causas ¿Qué origina el problema?
3. Proponer las alternativas: Considerar varias alternativas viables, mínimo cinco para poder elegir la o las más convenientes.
4. Considerar las ventajas y desventajas de cada alternativa.
5. Elegir la mejor o las mejores alternativas en función de la o las opciones elegidas.
6. Aplicar las o las alternativas para solucionar el problema suscitado.

Luego de llevar acabo la alternativa o las alternativas elegidas hay que evaluar el resultado, para determinar si el problema disminuye o desaparece satisfactoriamente, si el problema persistiera se volverá a realizar todos los pasos para tomar una decisión.

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 10

## DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022  
 Nivel : Secundaria  
 Ciclo / Grado : 2do año  
 Tema : Ubicándonos en el otro personaje  
 Investigadora/Tutor : Br. Jessica Valdivia Palacios Tutor de AULA: Vladimir Buendia

Capacidad : Identificar y resolver los conflictos para entender las necesidades y sentimientos de la persona con la que tenemos el conflicto.

Desarrollo de la sesión:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	Se ingresa, a la clase y la responsable saluda e inicia preguntando a los estudiantes, como se sienten si le hacen una broma de mal gusto en el aula Con lluvia de ideas manifiestan sus experiencias.	10min	Pizarra Plumones
Desarrollo	Se les entrega a los estudiante hojas impresas con algunos ejemplos: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortunato me echó un ratón muerto a la cabeza cuando estábamos en el parque. Medaba mucho asco.</li> <li>• Vicenta me lanzó una botella de litro de plástico llena de arena y me hizo daño en el pie. Me hizo mucho daño.</li> <li>• Ayer me enfadé con mi mamá porque me puso las cosas en la basura. Dice que coloque bien la habitación</li> <li>• Me caía al suelo y las amigas que estaban cerca se echaron sobre mí. Me hicieron daño.</li> <li>• Cuando bajaba por las escaleras, una amiga me daba pataditas en la espalda.</li> </ul> <p>Luego se pide a los estudiantes que formen grupos de dos y van hacer un juego de roles.</p> <p>Lo harán la escena y después lo repiten cambiando sus papeles después de analizar toda la dinámica interna de lo que sucede, cómo se sienten, cómo reaccionan, qué soluciones van encontrando, . . . Se hace dos veces, intercambiando los papeles para ver</p>	30min	Papeles de colores

	<p>cómo reaccionaríamos en el lugar de la otra persona.          En esta actividad no nos fijaremos tanto en la solución a los conflictos como en intentar comprender a las otras personas.          Podemos hacerlo también con un conflicto de tres personajes o más.          Podemos dramatizar un conflicto sencillo en plan de teatro improvisado.</p>		
Cierre	<p>Cómo se han sentido en esta actividad. Qué han aprendido. ¿Cómo te sentías cuando eras A? ¿Cómo te sentías cuando eras B? Cuando tenemos un conflicto ¿nos preocupamos de conocer cómo se encuentra la otra persona? ¿Cuáles son sus sentimientos, dificultades y necesidades? ¿Procuramos conocer el punto de vista de la otra persona? ¿Has aprendido algo especial? ¿Cómo ves el problema en este momento?.</p>	5min	Cuaderno de trabajo
Después de la hora de Tutoría	Elaborar un periódico mural con imágenes sobre la convivencia democrática		

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 11

## DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022

Nivel : Secundaria

Ciclo / Grado : 2do año

Tema : El saber escuchar

Investigadora/Tutor : Lic. Jessica Valdivia Palacios

Tutor de AULA: Vladimir

Buendía

Capacidad: Mejorar nuestras capacidades de escucha saber presentarse presentar a sus compañeros iniciar una conversación y mantenerla comunicación hacer cumplidos entre estudiantes con ello tener en aula sin violencia mejorando la convivencia escolar.

Desarrollo de la sesión:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	Al ingresar la responsable saluda, y le pide a los estudiantes, crear una historia que empezara el primer participante diciendo que compro pescado, el siguiente adolescente tendrá que empezar diciendo que tiene en su mano una bolsa con pescado... es importante que estén escuchando atentamente para que pasen hacer los emisores y saber escuchar, para que lo tengan presente durante la actividad	5min	Pizarra Plumones
Desarrollo	Se hacen equipos de ocho estudiantes, se van rotando la función de emisor, mientras uno escucha a otro, luego continua la historia el segundo si el escuchante escuchó bien o no tratando de comentar lo más específicamente posible, tomando en cuenta lo que se ha trabajado hasta ahora sobre el saber escuchar. El que fue escuchado también dice su percepción sobre si se sintió bien escuchado y continuar la historia. Se van rotando los papeles hasta que los ocho hayan tenido la oportunidad de ser emisor y haber escuchado.	30min	Pizarra Plumones
Cierre	Al terminar se pide que cada uno escriba la historia completa que crearon los participantes. Luego harán comentarios breves y lo más directos posible de cómo se sintieron en cada rol que les toco. Se comenta la experiencia, aprendizajes, dificultades, etc. El docente puede ir comentando algunos elementos que vayan cerrando / amarrando el tema.	10min	Cuaderno de trabajo
Después de la hora de Tutoría	Metacognición: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo me sentí? ¿Qué fue lo que más me gusto? ¿Qué fue lo que menos me gusto?  Elaborar un afiche sobre el tema.		

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 12

## DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022  
 Nivel : Secundaria  
 Ciclo / Grado : 2do año  
 Tema : El saber hablar  
 Investigadora/Tutor : Lic. Jessica Valdivia Palacios Tutor de AULA: Vladimir Buendia

II .Capacidad: contextualizar la importancia de la comunicación realizar preguntas, cumplir instrucciones, dar las gracias .

## III. Desarrollo de la sesión:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	Al iniciar la clase la responsable saluda, y se les pone un video a los estudiantes, de una noticia del precio elevado de los limones en el tiempo del fenómeno del niño costero y se comenta como suben los precios si hay alguna escasez. Con lluvia de ideas dan sus opiniones.	5min	Plumones Pizarra
Desarrollo	- La responsable preparará un mensaje escrito que dirá: "Dicen que 483 personas están atrapadas bajo un derrumbe después del terremoto, en Italia después que pasó el terremoto se inició el rescate. Se han movilizad o miles de personas llevando medicinas, vendas y otros elementos. Pero otros piensan que no fue el terremoto, sino un atentado e intento de secuestro, pues hay gente de mucho dinero entre los atrapados." - Se piden un mínimo de 6 voluntarios que se numerarán. Todos menos el primero salen del salón. El resto de los participantes son los testigos del proceso de distorsión, que se da al mensaje; van anotando lo que va variando de la versión inicial. - La responsable lee el mensaje al No. 1, luego se llama al No. 2. El No. 1 le comunica al No. 2 lo que le fue leído, sin ayuda de nadie. Así sucesivamente, hasta que pasen todos los compañeros. - El último compañero, en lugar de repetir el mensaje oralmente, es más conveniente que lo escriba en el pizarrón, si es posible. A su vez, el Docente anotará el mensaje original para comparar - La responsable llevará a cabo una discusión que permita reflexionar que la distorsión de un mensaje se da por no tener claro el mensaje. - La responsable guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida diaria.	30min	Pizarra Plumones
Cierre	Se pide a los estudiantes que elaboren un collage con imágenes de noticias que han causado distorsión en su mensaje	10min	Papeles Imágenes Revistas

Después de la hora de Tutoría	Metacognición. ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo me sentí? ¿Qué fue lo que más me gusto? ¿Qué fue lo que menos me gusto? Elaborar una historieta sobre el tema
-------------------------------	---

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 13

## DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022  
 Nivel : Secundaria  
 Ciclo / Grado : 2do año  
 Tema : Expresión libre, me respeto y respeto a los demás.  
 Investigadora/Tutor : Lic. Jessica Valdivia Palacios Tutor de AULA: Vladimir Buendia

Capacidad: Identificar y poner en práctica procedimientos que permitan desarrollar la empatía y mejorar sus relaciones interpersonales a través de la puesta en práctica el desarrollo de esta habilidad

## I. DESARROLLO DE LA SESIÓN:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	La responsable saluda, e inicia la sesión a través de la técnica: "disco rayado", en parejas tratan vender, informar, hacer donaciones, etc. Los estudiantes responderán de manera asertiva en cada situación. - Por ejemplo, ante la insistencia de un vendedor de enciclopedias nos limitaremos a decir: «gracias, pero no me interesa» El vendedor seguramente dirá que hoy en día es muy importante estar bien informado. En vez de responderle a su comentario, responderemos nuevamente: «gracias, pero no me interesa»	10min	Pizarra Plumones Papelotes
Desarrollo	A través de la dinámica «juego de roles» los adolescentes emplean los principios de la asertividad. – Se sortean situaciones distintas: padre – hijo; el adolescente debe informar la nota desaprobatoria de su examen. Tanto el padre como el hijo deben actuar asertivamente, cambiando los roles - Con ayuda de un organizador visual se presentan los 4 principios de la asertividad	25min	Plumón Pizarra
Cierre	Los adolescentes se expresan asertivamente con sus compañeros diciéndoles palabras agradables, ejemplo: eres un buen compañero, mejora en tu comportamiento, puedes cambiar esto, etc. y luego anotarán el tema en sus cuadernos.	10min	Papelotes Plumones
Después de la hora de Tutoría	Metacognición: ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo me sentí? ¿Qué fue lo que más me gusto? ¿Qué fue lo que menos me gusto?  Elaborar un afiche con imágenes sobre el tema		

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 14

## DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022

Nivel : Secundaria

Ciclo / Grado : 2do año

Tema : Somos capaces de responder con asertividad.

Investigadora/Tutor : Br. Jessica Valdivia Palacios Tutor de AULA: Vladimir Buendia

Capacidad: Reconocen la importancia de brindar una respuesta hasta que nos sintamos relajados y podamos responder con claridad y de forma correcta.

## DESARROLLO DE LA SESIÓN:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	<p>Al ingresar la responsable saluda, y le indica la siguiente actividad se pondrán en práctica las técnicas de la pregunta asertiva, el aplazamiento asertivo y el acuerdo asertivo. Para ello se dividirá a la clase por parejas, quienes deberán simular las siguientes situaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Un amigo le reprocha a otro que no se haya acordado de esperarlo para ir juntos a casa después de clase.</li> <li>- Un compañero recrimina al otro por llegar media hora tarde de la hora acordada.</li> <li>- Un familiar reprende contra otro argumentando que está siempre malhumorado y solo piensa en sí mismo.</li> <li>- Un amigo acusa a otro de dejarlo de lado por comenzar a conocer a gente nueva.</li> </ul>	10min	Pizarra Plumones
Desarrollo	<p>Cada miembro de la pareja asumirá un papel, uno de ellos realizará la crítica y el otro deberá contestar utilizando las diferentes técnicas asertivas. Se irán intercambiando los papeles para que ambos puedan practicar estas técnicas en las diferentes situaciones sugeridas.</p> <p>Tras pasar 15 minutos toda la clase se reunirá de nuevo y en grupo se comentará la actividad.</p>	25min	Pizarra Plumones
Cierre	<p>Cada pareja explicará de qué manera ha utilizado las técnicas asertivas y que dificultades ha observado, y podrá realizar las sugerencias o aportaciones que considere oportunas.</p>	10min	Cuaderno de trabajo
Después de la hora de Tutoría	Elabora un afiche con imágenes y mensajes del tema tratado.		

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESIÓN 15

## DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022  
 Nivel : Secundaria  
 Ciclo / Grado : 2do año  
 Tema : Como ser asertivo  
 Responsable : Investigadora Bach. Jessica Valdivia Palacios Tutor de aula: Vladimir Buendia

Capacidad : Reconoce la importancia de la ASERTIVIDAD para mejorar sus relaciones interpersonales y por ello la importancia de la aplicación del programa.

## II. DESARROLLO DE LA SESIÓN:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	La responsable en compañía del tutor del aula, luego de saludar, ponen de manifiesto la importancia de mejorar la forma como se interrelacionan y se comunican entre pares y se les sensibiliza del por qué no debe haber tanta violencia por ello la importancia del desarrollo de asertividad.	10min	Pizarra Plumón
Desarrollo	Se establece un dialogo sobre la importancia de respetarnos en todo momento y a su vez respetar a los demás. Se les hace ver el video <a href="https://www.yoiutube.com/watch?v=h01QzV3sjDI">https://www.yoiutube.com/watch?v=h01QzV3sjDI</a>  Se les pide hacer un comentario y sacar conclusiones en la pizarra.	25min	Plumones Pizarra
Cierre	Realizan un organizador visual, explicando cómo ser asertivo. Se agradece la participación y el entusiasmo de los estudiantes y el docente tutor del aula.	10min	Papelotes Hojas de colores
Después de la hora de Tutoría	Se les pide que dialogue en casa de la importancia de ser asertivos.		

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 16

## DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022  
 Nivel : Secundaria  
 Ciclo / Grado : 2do año  
 Tema : Relacionándonos socialmente y positivamente  
 Responsable : Br. Jessica Valdivia Palacios Tutor de Aula: Vladimir Buendia  
 Capacidad : Reconocen la importancia de establecer nuestras relaciones interpersonales como una socialización positiva.

## DESARROLLO DE LA SESIÓN:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	La responsable Saluda, y luego pide a través de lluvia de ideas a los estudiantes den a conocer sus concepto de relacionarse y como lo hacemos en el aula y en los patios de su I.E.	10min	Pizarra Plumones
Desarrollo	Se dialoga el porqué de la importancia de tener amigos y porque es importante para sentirnos bien, con nosotros mismos. Mediante el juego de roles realizaremos la siguiente dinámica Primero: Se invita a los estudiantes a caminar al ritmo del fondo música, y se les indica como saludarnos, con una mirada, un gesto, dando las manos y un abrazo. Segundo: Haremos que estamos de visita en un circo, y mientras caminamos representaran: primero se convertirán en un elefante, luego un gorila, una paloma. Finalmente entre todos en un avión transforme. Tercero Se forma grupos de cinco estudiantes y realizaran un afiche con dibujos pintados y mensajes sobre lo que es la amistad.	25min	Pizarra Plumones Papel craf
Cierre	Se hace una exposición grupal de los afiches elaborados y se pide que escriban en la pizarra una conclusión por grupo sobre porque es importante la amistad.	10min	Limpiatipo
Después de la hora de Tutoría	Se les pide que elaboren u collage sobre la amistad y lo pegaran en los patios de la I.E.		

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 17

## I.DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022  
 Nivel : Secundaria  
 Ciclo / Grado : 2do año  
 Tema : Cuanto nos conocemos  
 Responsable : Bach. Jessica Valdivia Palacios Tutor de Aula: Vladimir Buendia  
 Capacidad : Reconoce y valora sus cualidades personales y comprenden como estas construyen su autoestima.

Reconocen la importancia de establecer nuestras relaciones interpersonales como una socialización positiva.

## III. DESARROLLO DE LA SESIÓN:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	Al ingresar y saludar se les pide a los estudiantes que vean algunos pasajes de la biografía de Maria Teresa de Calcuta, Barack Obama, Cesar Vallejo. Luego se les pide mencionen algunas cualidades que puedan resaltar de ellos.	10min	Proyector multimedia
Desarrollo	Se les entrega una hoja de trabajo donde tienen las siguientes preguntas: ¿Cómo soy? ¿Cómo creo que soy? ¿Cómo dicen que soy? Y se les invita a responder individualmente. A continuación se formaran parejas teniendo en cuenta que tengan afinidad, y luego con el o ella compartirán sus respuestas leerán en silencio y con respeto de lo escrito en cada una de sus hojas. Después de leer cada una de sus hojas ellos escribirán cualidades que no han escrito su compañero o su compañera y que si lo observan. Luego cada uno toma su hoja y en ella dibujaran un logotipo o escudo que les represente y dentro del dibujo escribirán sus cualidades positivas donde se resalte el respeto que se tienen y el respeto que tiene a los demás y lo pegaran en la pared.	25min	Plumones Pizarra Hojas Lápices de colores
Cierre	Con la información recogida, y la participación de todos, se extraerán conclusiones acerca del significado de autoestima y la importancia para su vida.	10min	Plumón Pizarra
Después de la hora de Tutoría	Se les indica a los estudiantes que durante la semana muestren sus hojas trabajadas en la sesión, a alguien de confianza puede ser su papá, su mamá, hermano o hermana u amigo(a) para que les dé una opinión de que necesitan mejorar para tener un desarrollo más pleno y feliz. Luego escribirán un compromiso con esa persona para mejorar y sentirse más feliz.		

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 18

## .DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022

Nivel : Secundaria

Ciclo / Grado : 2do año

Tema : El buen trato

Responsable : Bach. Jessica Valdivia Palacios Tutor de Aula: Vladimir Buendía

CAPACIDAD : Reconoce y valora sus cualidades personales y comprenden como estas construyen su autoestima.

Reconocen la importancia de establecer nuestras relaciones interpersonales como una socialización positiva.

## DESARROLLO DE LA SESIÓN:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	Al ingresar y saludar se les pide, reconocer el maltrato, hay que tener claro cuáles son nuestros derechos y nuestros deberes. Por ello, la responsable repartirá a los estudiantes la información sobre "Nuestros Derechos y Deberes", que leerán entre todos. (Ver anexo materiales).	10 min	Pizarra Plumones
Desarrollo	Después les pedirá que opinen sobre lo que acaban de leer. Además formulará varias preguntas, para facilitar el diálogo. a. ¿Cumplen sus obligaciones? b. ¿Están de acuerdo con ellas? c. ¿Conocen sus derechos? d. ¿Han sentido alguna vez que no han respetado sus derechos? e. ¿Alguna vez no han respetado los derechos de otros? Más tarde, dispondrá a los alumnos/as en grupos de trabajo de 5-6 personas, y realizarán un mural con los diferentes derechos y deberes que hemos trabajado. Además deberán acompañar cada frase con un dibujo que lo identifique.	30min	Papel craft Plumones Revistas
Cierre	Una vez terminados los murales, los colgarán entre todos en las paredes de la clase. El docente tutor reforzará la importancia de reconocer nuestros derechos y deberes y que estos deben ser respetados siempre.	5min	Limpiatipo
Después de la hora de Tutoría	<b>Los estudiantes elaboraran con sus padres un álbum donde se represente los deberes y derechos Que todas las personas tenemos.</b>		

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 19

## .DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022  
 Nivel : Secundaria  
 Ciclo / Grado : 2do año  
 Tema : No al abuso, si al buen trato  
 Responsable : Bach. Jessica Valdivia Palacios Tutor de Aula: Vladimir Buendía

CAPACIDAD : Reconoce y valora sus cualidades personales y comprenden como estas construyen su autoestima.

Reconocen la importancia de establecer nuestras relaciones interpersonales como una socialización positiva.

## DESARROLLO DE LA SESIÓN:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	Al ingresar y saludar. Se realiza una dinámica para conformar dos grupos (la dinámica a elección de la Responsable), Se le presenta dos casos mediante un video, a los estudiantes, uno que refleje abuso y otro que no refleje Abuso. Se les pide que identifiquen cada caso para luego definan ¿Qué es abuso?	5 min	Proyector multimedia Pizarra Plumones
Desarrollo	Una vez que se conformó los dos grupos. Unos crearán un mural mostrando varias situaciones de la escuela en las que se muestran situaciones de abuso. Deben dibujar globos de diálogo que muestren lo que los personajes dirían o pensarían. En el centro aparecerá un gran "NO" en color rojo. Los otros dibujarán situaciones contrarias a las abusivas, incluyendo también globos de diálogo. En este mural en cambio, aparecerá en el centro un "SI" de color azul. Podemos leer estas situaciones a los alumnos, para ayudarles a crear unas nuevas:  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unos estudiantes están jugando al fútbol y un compañero de clase le pide jugar. Ellos se ríen de él y le dicen que no puede jugar que es muy malo jugando fútbol.</li> <li>• Unas estudiantes juegan vóley, cuando una de ellas empieza a jugar se tropieza. Las demás se ríen de ella y la dicen que eso la pasa por ser gorda</li> <li>• Un estudiante de clase, suele equivocarse al leer porque le cuesta más que a los demás. Los demás en vez de entenderlo se dedican a reírse y a burlarse de él.</li> <li>• Un grupo de alumnos se dedican a ir por el patio quitando el Refrigerio a los compañeros amenazándoles con pegarles.</li> </ul>	30min	Papeles de colorees Plumones
Cierre	Una vez terminados los murales, el responsable reforzara la importancia de no al abuso entre compañeros y si de mantener una relación con buen trato, luego colgarán entre todos en las paredes de la clase los murales elaborados.	10min	Papel craft
Después de la hora de Tutoría	Los estudiantes compartirán con sus padres lo aprendido el día de hoy identificando situaciones en la familia donde se esté dando acciones de maltrato o abuso y en las que se dé un buen trato.		

## PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES "TRATEMONOS"

## SESION 20

## DATOS INFORMATIVOS:

Institución Educativa : "Sinchi Roca" 2022

Nivel : Secundaria

Ciclo / Grado : 2do año

Tema : Resolvemos conflictos y manejamos nuestras emociones

Responsable : Bach. Jessica Valdivia Palacios

Tutor de Aula: Vladimir Buendia

**APRENDIZAJE ESPERADO** Reconocer las dimensiones en las cuales se demuestra la asertividad

## DESARROLLO DE LA SESIÓN:

MOMENTOS	PROCEDIMIENTO /ESTRATEGIAS	TIEMPO	RECURSOS
Inicio	Saludo de la responsable -Presentación del objetivo del día -Asistencia de los participantes -Se les pide que comenten en pares acerca de la siguiente pregunta ¿sientes que tienes enemigos? ¿Qué emociones sientes con más frecuencias?	5 min	Pizarra Papelotes Plumones
Desarrollo	-A través de la dinámica del conteo se forman 4 grupos. -Leen la ficha técnica entregada -Por sorteo 2 grupo trabaja con la dimensión habilidad para resolver conflictos y los otros 2 grupos trabajan la dimensión habilidad para manejar conflictos. -Cada grupo nombre a 2 integrantes y se reúnen los 4 participantes que tienen el mismo tema y preparan la socialización de los dos temas (habilidad para resolver conflictos y habilidad para manejar emociones) para el plenario general. Luego harán una representación de roles del tema que les toco. Se pedirá a cada grupo escribir una conclusión de cada grupo.	30min	Pizarra Plumones
Cierre	Una vez terminado, el responsable reforzara la importancia de resolver conflictos y como controlar nuestras emociones De manera individual en una cuarta parte de papel de color escriben un compromiso que asumen para ser más asertivos. Pegan sus compromisos en un papelote que esta en un lugar visible del aula.	10min	Papel de colores Plumones
Después de la hora de Tutoría	Los estudiantes compartirán con sus padres lo aprendido el día de hoy identificando situaciones en la familia donde se esté dando acciones de como resolver conflictos y como controlamos nuestras emociones en nuestra familia.		

## Lectura: "El caracolito amigable"

Joaquín era un niño caracol. Un día quiso celebrar su cumpleaños y salió a invitar a muchos caracolitos para ir a su fiesta.

En su camino encontró a un caracolito que usaba un bastoncito y le preguntó: ¿quieres ir a mi fiesta?

El caracolito que usaba bastoncito muy contento dijo: ¡claro que sí! Y muy emocionado le dijo: "nunca me habían invitado a una fiesta porque tengo bastón". Siguió caminando y se encontró a un caracolito negrito y le preguntó: ¿Quieres ir a mi fiesta?

El caracolito de color negrito le dijo: ¡Sí! Y muy emocionado le contó que a veces no lo invitan a las fiestas por su color.

Siguió caminando y se encontró otro caracolito que era sordito y valiéndose de muchas señales se comunicó con él y le dijo: ¿Quieres ir a mi fiesta?

El caracolito que era sordito sacó un cartel que decía muy grande: ¡sí!, y abrazó a su amigo de todo corazón,

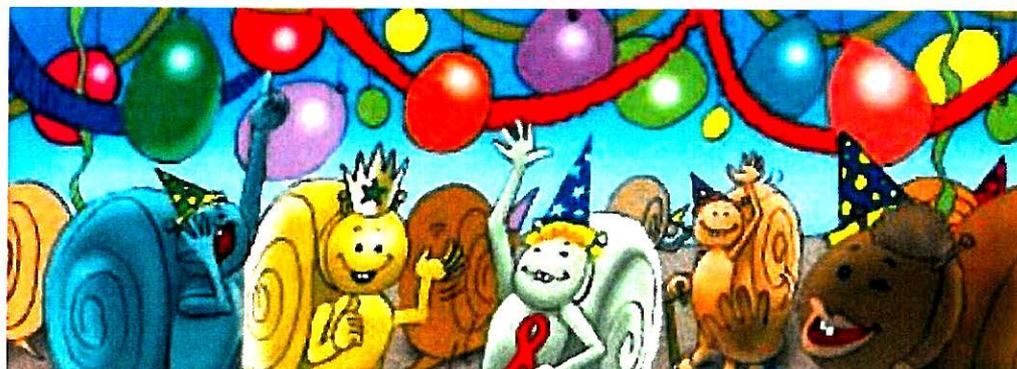
Siguió caminando y se encontró a un caracolito que tenía su cuerpo muy gordito. Joaquín lo miró y le preguntó: ¿Quieres ir a mi fiesta?

El caracolito gordito, muy contento le dijo: ¡claro que quiero ir!  
A veces no me invitan porque estoy muy gordito

La fiesta del caracolito amigable fue la más bonita de todas las fiestas hechas por algún niño caracol.

Estuvieron todos los amiguitos del caracolito amigable y entre ellos el caracolito que usaba bastoncito, el caracolito de color negrito, el caracolito que era sordito y el caracolito gordito. Todos los caracolitos fueron muy felices en la fiesta.

FIN



## DERECHO A TENER UNA AUTOESTIMA POSITIVA



✓ *¿Qué es Autoestima?*

---

✓ *¿Por qué es importante?*

---

---

✓ *¿De qué depende?*

---

---

### **AUTOCONOCIMIENTO Y AUTOESTIMA**

Una autoestima alta busca el desafío y el estímulo de unas metas dignas y exigentes. El alcanzar dichas metas nutre la autoestima positiva. Una autoestima baja busca la seguridad de lo conocido y la falta de exigencia.

Cuando más sólida es nuestra autoestima, mejor preparados estamos para hacer frente a los problemas que se presentan en nuestra vida privada y nuestro trabajo o estudio.

Es por esta relación entre autoestima y eficacia en la vida que Branden (1995: 35) nos habla de la autoestima como una necesidad básica del ser humano. Si nos falta perjudicaría nuestra capacidad de funcionar.

#### **RASGOS DE LA AUTOESTIMA**

El siguiente listado nos ayudará a saber si nuestra autoestima es alta o baja.

Una persona con autoestima:

- ✓ Actuará independientemente. Elegirá y decidirá cómo emplear el tiempo, el dinero, sus ropas, sus ocupaciones, etc. buscará amigos y entretenimiento por sí solo.
- ✓ Asumirá sus responsabilidades. Actuará con presteza y seguridad en sí mismo.
- ✓ Afrontará nuevos retos con entusiasmo. Le interesará tareas desconocidas, actividades nuevas que aprender y poner en práctica, y se lanzará a ellas con confianza en sí mismo.
- ✓ Demostrará amplitud de emociones y sentimientos. En forma espontánea sabrá reír, sonreír, gritar, llorar y expresar su afecto, y, en general, sabrá pasar por distintas emociones sin reprimirse.
- ✓ Tolerará bien la frustración. Sabrá encarar las frustraciones de distintas maneras, esperando, riéndose de sí mismo, replicando, etc., y será capaz de hablar de lo que le entristece.
- ✓ Se sentirá capaz de influir en otros. Tendrá confianza en las impresiones y en el efecto que él produce sobre los demás miembros de la familia, sobre los amigos, etc.

#### **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- ✓ Morganett R. (1995) Técnicas en intervención Psicológica para adultos. Editora Roca – España.
- ✓ Alforja (1994) Dinámicas Perceptivas.

### FICHA REFLEXIVA

 <p style="text-align: center;"><b>Preguntas</b></p>	Alternativas	
	Sí	No
1. Consideras que eres una persona auténtica.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Respetas a cada uno como es.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Es tus relaciones con las demás predomina la confianza.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Actúas con iniciativa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Trabaja Usted bien sin esperar elogios.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Se expresa Usted libremente sin ningún temor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Es Usted tolerante.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

CONOCIENDO DE MÍ MISMOFÍSICO

Cinco actitudes que me gustan de mí:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Cinco actitudes que no me gustan de mí:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

PSICOLÓGICO

¿En qué ocasiones acostumbro, quiero o puedo demostrar mis conocimientos?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

¿Cuáles son mis temores?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

ESPIRITUAL

¿En qué momentos he manifestado mi esencia no material?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

¿En qué momentos he tenido Contacto con mi yo espiritual?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

SOCIAL

¿Cómo manifiesto mi deseo de compartir con los demás?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

¿Qué clase de personas me molestan?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

¿Qué prejuicios tengo en mis Relaciones?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

PROFESIONAL

Dos experiencias en que obtuvo éxito.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

Dos experiencias en que no haya tenido éxito.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

¿Me gusta trabajar en equipo o solo? ¿Por qué?

*Ficha: "Somos diferentes, somos amigos"*

Une con una flecha a todos aquellos niños que aceptarías como amigos.



**¡Todos somos amigos!**