



ESCUELA DE POSTGRADO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

El programa “Encuentro” en la mejora de habilidades sociales en estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución educativa Santo Tomás de Aquino- Lima, 2016

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:
MAGÍSTER EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

AUTOR:

Br. Dilmer Huamán Gálvez

ASESORA:

Dra. Estrella Esquiagola Aranda

SECCIÓN:

Educación e idiomas

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Innovaciones pedagógicas

PERÚ - 2017

Dr. Mitchell Alarcón Díaz
Presidente

Mg. Mercedes Nagamine Miyashiro
Secretaria

Dra. Estrella Esquiagola Aranda
Vocal

Dedicatoria

A mi madre, fuente insigne de sabiduría, amor y bondad que durante este tiempo me fortaleció con su cercanía y consejo.

A mis hermanos que me acompañaron y animaron en mi formación.

A Claudio, Aleida, Gisella y Gladys porque me enseñaron a interiorizar el valor de la amistad.

Agradecimiento

A todos mis maestros de la UCV que con sus conocimientos y cercanía me alentaron a continuar y lograr mi objetivo. De manera especial a la Dra. Estrella, Esquiagola Aranda que con su paciencia, temple e inteligencia me ayudó a reflexionar en cada etapa de la investigación.

Declaración de autoría

Yo, Dilmer Huamán Gálvez, estudiante de la Escuela de Postgrado, Maestría en Psicología Educativa, de la Universidad César Vallejo, Sede Lima; declaro el trabajo académico titulado “El programa “Encuentro” en la mejora de habilidades sociales en estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución educativa Santo Tomás de Aquino”, presentada, en 133 folios para la obtención del grado académico de Magister en Psicología Educativa, es de mi autoría.

Por tanto, declaro lo siguiente:

- He mencionado todas las fuentes empleadas en el presente trabajo de investigación, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes, de acuerdo con lo establecido por las normas de elaboración de trabajos académicos.
- No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquellas expresamente señaladas en este trabajo.
- Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado completa ni parcialmente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
- Soy consciente de que mi trabajo puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagios.
- De encontrar uso de material intelectual ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones que determinen el procedimiento disciplinario.

Lima, 27 de febrero del 2017

Dilmer Huamán Gálvez
DNI.42980419

Presentación

Se presenta la tesis titulada “Programa “Encuentro” para la mejora de las habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino, Lima- 2016”, con la finalidad de determinar si el programa tiene efecto en al mejora de las habilidades sociales en los estudiantes del tercer año de secundaria.

En cumplimiento del Reglamento de Grados y Titulos de la Universidad César Vallejo para obtener el grado académico de Magister en Psicología Educativa.

El documento consta de siete capítulos: en el capítulo I de la introducción se detallan los antecedentes, la fundamentación científica, justificación, problema hipótesis y objetivos. En el capítulo II del Marco metodológico hace referencia a las variables, metodología, tipo de estudio, diseño y métodos de análisis de datos. En el capítulo III se presenta los resultados descriptivos e inferenciales. En el capítulo IV discusion de resultados. En el capítulo V se señala las conclusiones. En el capítulo VI las recomendaciones que se originan del estudio. En el capítulo VII, se señala también las referencias bibliográficas y anexos.

El autor

Lista de contenido

Carátula	i
Página del jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaratoria de autoria	v
Presentacion	vi
Lista de contenidos	vii
Lista de tablas	ix
Lista de figuras	x
Resumen	xi
Abstract	xii
I. INTRODUCCION	
1.1 Antecedentes	14
1.2 Fundamentación científica, técnica o humanística	19
1.2.1 Bases teóricas de la variable 1	19
1.2.2 Bases teóricas de la variable 2	33
1.3 Justificacion	48
1.4 Problema	49
1.5 Hipótesis	53
1.6 Objetivos	54
II. MARCO METODOLÓGICO	
2.1 Variables	57
2.2 Operacionalización de variables	57
2.3 Metodología	58
2.4 Tipos de estudio	59

2.5	Diseño	59
2.6	Población, muestra y muestreo	60
2.7	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	62
2.7.1	Validez del instrumento	66
2.7.2	Confiabilidad del instrumento	66
2.8	Métodos de análisis de datos	67
III. RESULTADOS		
3.1	Presentación de resultados descriptivos	69
3.2	Presentación de resultados inferenciales	80
3.2.1	Hipótesis general de la investigación	80
3.2.2	Hipótesis específicas de la investigación	81
IV. DISCUSIÓN		87
V. CONCLUSIONES		94
VI. RECOMENDACIONES		97
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS		99
VIII. ANEXOS		104

Lista de tablas

Tabla 1. Características de los programas de intervención	21
Tabla 2. Esquema de las habilidades agrupadas del programa PEHIS	29
Tabla 3. Operacionalización de las habilidades sociales	57
Tabla 4. Muestra utilizada en el programa	61
Tabla 5. Baremo de los niveles de habilidades sociales	65
Tabla 6. Juicio de expertos	66
Tabla 7. Coeficiente de confiabilidad de la variable habilidades sociales	67
Tabla 8. Niveles de habilidades sociales en estudiantes del 3er año del colegio Santo Tomás de Aquino	69
Tabla 9. Niveles de las primeras habilidades en estudiantes del 3er año del colegio Santo Tomás de Aquino	73
Tabla 10. Niveles de habilidades sociales avanzadas en estudiantes del 3er año del colegio Santo Tomás de Aquino	74
Tabla 11. Niveles de habilidades relacionadas con los sentimientos en estudiantes del 3er año del colegio Santo Tomás de Aquino	75
Tabla 12. Niveles de habilidades alternativas a la agresión en estudiantes del 3er año del colegio Santo Tomás de Aquino	76
Tabla 13. Niveles de habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes del 3er año del colegio Santo Tomás de Aquino	77
Tabla 14. Niveles de habilidades de planificación en estudiantes del 3er año del colegio Santo Tomás de Aquino	79
Tabla 15. Nivel de significación de las habilidades sociales	80
Tabla 16. Nivel de significación de las primeras habilidades	81
Tabla 17. Nivel de significación de las habilidades sociales avanzadas	82
Tabla 18. Nivel de significación de las habilidades relacionadas con los sentimientos	83
Tabla 19. Nivel de significación de las habilidades alternativas a la agresión	84
Tabla 20. Nivel de significación de las habilidades para hacer frente al estrés	85
Tabla 21. Nivel de significación de las habilidades de planificación	86

Lista de figuras

Figura 1. Gráfica comparativa de habilidades sociales en el pre y postest- grupo control y experimental	69
Figura 2. Gráfica comparativa de las primeras habilidades sociales en el pre y postest- grupo control y experimental	73
Figura 3. Gráfica comparativa de las habilidades sociales avanzadas en el pre y postest- grupo control y experimental	74
Figura 4. Gráfica comparativa de las habilidades relacionadas a los sentimientos en el pre y postest- grupo control y experimental	75
Figura 5. Gráfica comparativa de las habilidades alternativas a la agresión en el pre y postest- grupo control y experimental	76
Figura 6. Gráfica comparativa de las habilidades para hacer frente al estrés en el pre y postest- grupo control y experimental	78
Figura 7. Gráfica comparativa de las habilidades de planificación en el pre y postest- grupo control y experimental	80

Resumen

La investigación tuvo como propósito mejorar las habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino. Lima. Para lograrlo se diseñó el Programa “Encuentro” en el que se desarrollaron sesiones para mejorar las dimensiones de las primeras habilidades sociales, habilidades avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés y habilidades de planificación utilizando estrategias activas con la que los adolescentes pudieron mejorar los niveles de sus habilidades sociales para poder afrontar los desafíos de la vida y lograr una educación que integre la parte socioemocional y cognitiva.

La investigación utilizó el método hipotético deductivo, es de tipo aplicada con diseño cuasi experimental con pre prueba y post prueba. Se utilizó el instrumento de escala de las habilidades sociales de A. Goldstein (1983) que fue aplicado a veintiun estudiantes en el grupo control y a veintiun en el grupo experimental.

La conclusión a la que se llegó en la investigación evidencia que el programa “Encuentro” si ha producido efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de la Institución Santo Tomás de Aquino- Lima, que se puede verificar en los resultados de la U de Mann Whitney, en la que se obtuvo $Z = -3,423$, que es menor a $-1,96$ y el $p = 0,001$ menor al $\alpha 0,05$. Esto implica que el programa tiene una importancia significativa en la mejora de las habilidades sociales y puede ser aplicado en estudiantes adolescentes del nivel secundario.

Palabras claves: *Habilidades sociales, asertividad y empatía*

Abstract

The research had a purpose improving social skills in the 3rd year students of the Educational Institution Santo Tomas Aquino in Lima. To achieve this, the Encounter Program was designed with sessions that were developed to improve the dimensions of early social skills, advanced skills, feelings-related skills, alternative skills to aggression, stress skills, and planning skills using active strategies which adolescents were able to improve the levels of their social skills to face the challenges of life and to achieve an education that integrates the social-emotional and cognitive.

The research used a deductive hypothesis method, is of an applied type with quasi-experimental design with pretest and posttest. Used the social skills scale instrument of A. Goldstein (1983) which was applied to twenty-one students in the control group and to twenty-one in the experimental group.

The conclusion reached in the research shows that the "Encounter" program has had significant effects on the improvement of social skills in the 3rd year students of the Institution Santo Tomás de Aquino-Lima, which can be verified in the results of the Mann Whitney U, where $Z = -3.423$, which is less than -1.96 and $p = 0.001$ less than $\alpha 0.05$ is obtained. This implies that the program is of significant importance in improving social skills and can be applied to adolescent students at the secondary level.

Key words: Social skills, assertiveness and empathy

I. Introducción

1.1 Antecedentes

1.1.1 Antecedentes internacionales

Cabrera (2013) en la tesis *Desarrollo de Habilidades Sociales en adolescentes varones de 15 a 18 años del Centro Municipal de Formación Artesanal Huancavilca de la ciudad de Guayaquil-2012* se propuso determinar cuánto era el logro desarrollado en las habilidades sociales de estudiantes de sexo masculino del centro municipal de Huancavilca. El tipo de investigación fue no experimental transversal, de metodología mixta que se orientó hacia la investigación procesal del desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes. La muestra utilizada fue no probabilística a la que se le aplicó los instrumentos de Goldstein y el Test de Rathus. Se llegó a la conclusión de que los adolescentes varones presentaban un nivel bajo en el logro de sus habilidades sociales y no lograron un nivel alto en lo relativo a la asertividad.

Peres (2008) investigó las *Habilidades sociales en adolescentes institucionalizadas para el afrontamiento de su entorno inmediato*, tuvo como propósito acrecentar y ejecutar un proyecto en el que se instruya en habilidades sociales a estudiantes que viven en instituciones para lograr mejoras en las maneras de confrontar el medio con el que conviven. La población estuvo conformada por 70 adolescentes institucionalizadas, de sexo femenino, con un rango de edad entre los 17 y 19 años. El enfoque de esta investigación fue el diseño pre-post test, con un rango de control y otro experimental, con 35 sujetos en cada grupo a las que se les aplicó el instrumento de intervención en habilidades sociales. Las conclusiones de este trabajo de investigación fueron que la participación cada más resaltante de los adolescentes en distintos roles, permite su mayor reconocimiento como personas, sujetos individuales y colectivos. Además se debe impulsar la práctica de habilidades sociales porque ayuda a potenciar la dignidad de la persona como única e irrepetible.

Ortiz (2015) en la tesis *Efectos del entrenamiento en habilidades sociales en la intervención en adolescentes con fobia social generalizada* tuvo como objetivo recabar estudios sobre la importancia de métodos clínicos y estadísticos de la carencia de habilidades sociales en adolescentes y cuánto el entrenar las habilidades sociales favorece a los adolescentes tratados de fobia social generalizada mediante el programa IAFS. La muestra estudiada fue de 108 adolescentes entre 14 y 17 años a los que se les diagnosticó aversión social generalizada. El modelo de la investigación fue cognitivo conductual. Las conclusiones a las que se llegó en la presente investigación fueron que entrenar las habilidades sociales genera resultados positivos y significativos en adolescentes diagnosticados.

Contini (2014) en la investigación *Las habilidades sociales en la adolescencia temprana: perspectivas de la psicología positiva* se planteó como objetivo referenciar las habilidades sociales de los adolescentes en edad temprana. La investigación se origina debido a que se presume que lograr triunfos personales y sociales se vincula mejor al desarrollo de habilidades para relacionarse con los demás que al logro de habilidades intelectuales que se miden a través del CI. Se ha estudiado principalmente a las habilidades sociales referenciales de los adolescentes tempranos. El enfoque de este trabajo de investigación es desde la psicología positiva, ésta tiene el interés de valorar el capital psíquico del sujeto. La investigación concluye que las habilidades sociales sirven como un mecanismo salugénico, frente a las patologías en los adolescentes haciendo referencia a la psicología positiva.

Betina (2013) en las *intervenciones en habilidades sociales: revisión y análisis desde una mirada salugénica* planteó como objetivo estudiar los diferentes diseños de intervención en las habilidades sociales. Para realizar la investigación se examinó los diversos aspectos conceptuales y metodológicos y se detallaron las distintas experiencias en las que se intervino en la población infantil y juvenil y también se revisaron los estudios empíricos que se realizaron en diferentes países de Latinoamérica, publicados entre los años 2005-2011. Se halló que en los diseños mostraban cambios en las habilidades sociales de los

participantes, sobre todo en los que tenían déficits en habilidades sociales. Se concluyó además que las experiencias empíricas aportaron en el logro del desarrollo de comportamientos sociales saludables.

1.1.2 Antecedentes nacionales

Alanya (2012) investigó las *Habilidades sociales y actitud emprendedora en estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa del distrito del Callao* planteándose la finalidad de estudiar la vinculación existente entre habilidades sociales y capacidad de emprender de los alumnos de la institución. La investigación fue descriptiva correlacional y se utilizó como muestra a 151 estudiantes de quinto de secundaria a la que se aplicó como instrumento el cuestionario perfil del potencial emprendedor de García (2001) adaptado por Peralta (2010), y la escala de habilidades sociales de Gismero (2000). El producto de las evaluaciones demostró que hubo una correlación moderada entre la actitud emprendedora y las habilidades sociales y una de las conclusiones a las que se llegó en este estudio fue que existe relación entre las habilidades sociales y la capacidad de realizarse socialmente, razón por la que se deben desarrollar estrategias para estimular la capacidad de persuasión, para que los estudiantes logren sus objetivos personales y laborales y puedan comunicarse afectivamente de forma efectiva.

Galarza (2012) en la tesis *Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes de la I.E.N Fe y Alegría 11, Comas-2012*, formuló como fin precisar correspondencias existentes en la escala lograda de habilidades sociales y la situación del ambiente familiar. Fue un estudio cuantitativo en la que se usó el método descriptivo correlacional transversal. La población fue de 485 alumnos de secundario del centro educativo Fe y Alegría 11 a la que se le aplicó el cuestionario de Habilidades Sociales y la Escala de Clima Social Familiar. Ambos fueron los instrumentos utilizados y como resultado se obtuvo que el mayor porcentaje de alumnos mostraron una escala de mediana a baja en las habilidades sociales, tales mediciones significarían a largo plazo problemas al relacionarse con otras personas, y que no podrán afrontar

apropiadamente los problemas que se les presente en su vida cotidiana. La conclusión a la que se llegó en este estudio fue que la mayor parte de los alumnos obtiene un logro mediano a inferior en sus habilidades sociales, ello origina alumnos con evidentes comportamientos violentos, no enfrenten de forma positiva sus problemas, no tengan una buena percepción de si mismos, logren inadecuados vínculos entre sus pares, les falte asertividad, la consecución de sus metas se dificulte y por ello su rol como miembros activos de la sociedad.

Santos (2012) estudió *El clima social familiar y las habilidades sociales de los alumnos de una institución educativa del Callao* teniendo como fin principal estudiar el nexo entre el ambiente familiar y las habilidades sociales de los estudiantes. El tipo de investigación fue descriptivo correlacional y la población estuvo conformada por 255 estudiantes entre los 11 y los 17 años que fueron escogidos a través del muestreo no probabilístico. Se aplicó dos instrumentos, la escala de clima social en la familia de Moos, Moos y Trickett (2001) y el cuestionario de habilidades sociales de Golsdtein, Sprafkin, Gershaw y Klein (1989) para medir las habilidades sociales. Ambos se aplicaron siendo adaptados por el tesista. El producto de la investigación indicó que existe relación positiva y de significancia entre las dos variables. Una de las conclusiones a las que se llegó al terminar el estudio que existe vínculo entre el clima social familiar y las habilidades sociales de los estudiantes de secundaria y que también se observa existe una asociación entre la dimensión del clima social familiar y las habilidades sociales de los estudiantes de secundaria del Callao.

Orellano (2012) en la tesis *Efectos de un Programa de Intervención Psicoeducativa para la Optimización de las Habilidades Sociales de Alumnos de Primer Grado de Educación Secundaria del Centro Educativo Diocesano El Buen Pastor* centró su propósito en describir resultados que se obtuvieron a través del programa de mejora de habilidades sociales y factores que la que componen, el programa fue dirigido a estudiantes de ambos sexos del primer grado de secundaria. El estudio cuasi experimental seleccionó una muestra de 54 alumnos a los que se les aplicó instrumento de Inés Monjas Casares referente al desarrollo de las habilidades sociales en sus seis áreas. Con los resultados obtenidos en

esas evaluaciones se llegó a determinar la importancia de que las personas que acompañan el proceso educativo tengan las habilidades sociales desarrolladas, que sean ejemplos dignos de imitar y propicien el logro de una educación importante en lo relativo a lo social. Además, se concluyó que hay un proceso de socialización que se da en la familia de forma natural así como en la escuela y la comunidad y si este proceso se interrumpe propiciará dificultades al adquirir las habilidades sociales. También se afirma que al lograr un incremento en las habilidades de interacción social se refuerza la motivación para realizar actividades académicas y enfrentar los desafíos escolares escolar, al mismo tiempo que se reducen comportamientos violentos.

Cárdenas (2013) investigó la *Asociación entre estilos de socialización parental y habilidades sociales del adolescente en una Institución Educativa Nacional -V.M.T* planteó como propósito principal establecer correlación de tipos de socialización de los padres con las habilidades sociales de los adolescentes. El tipo de investigación fue cuantitativo, correlacional, de corte transversal. La población fueron estudiantes del 4to y 5to conformada por 121 estudiantes. Se utilizó como instrumento de evaluación la Escala de habilidades sociales de Gismero y para estilos de socialización parental la Escala de socialización parental en adolescentes de Musitu. Los resultados que se obtuvieron en la socialización parental de la madre resultaron que a 56, 99% (53) se les catalogó como negligentes; en la socialización parental paterna 52, 96% (49) fue autoritativo. Cincuenta estudiantes presentaron habilidades sociales medias y Veinticuatro la tuvieron debajo del límite; por lo que existe una relación importante entre la manera materna y paterna de establecer socializaciones y las habilidades sociales logradas por los estudiantes. La conclusión a la que llegó es que existe asociación significativa entre estilos de socialización parental y habilidades sociales que favorecen su desarrollo académico de los estudiantes

1.2 Fundamentación científica, técnica o humanística

1.2.1 Bases teóricas de la variable Programa “Encuentro”

Definición de programa

Existen distintos programas de intervención que proponen como finalidad alternativas de prevención y mejoramiento del nivel conductual y académico de los estudiantes en los diferentes niveles de formación.

Programa educativo es el conjunto o secuencia de actividades educativas organizadas para lograr un objetivo predeterminado, es decir, un conjunto específico de tareas educativas. Un objetivo puede ser, por ejemplo, la preparación para estudios más avanzados, la calificación para un oficio o conjunto de oficios, o bien sencillamente el aumento de conocimientos y de comprensión (Unesco, 2007, p. 11).

Programa hace referencia a un conjunto de actividades que previenen y cuidan a los alumnos dentro de las instituciones educativas, estas medidas se planifican desde un sustento teórico, sistemático y requiere la participación de especialistas profesionales que de forma consensuada procuran lograr objetivos en respuesta a las urgencias detectadas en un grupo dentro de un contexto educativo, comunitario, familiar o empresarial.

Por lo tanto al referirnos a programa lo conceptuamos como un plan de acción o actuación sistemática y organizada que está al servicio de objetivos educativos.

Tipos de programa de intervención

En los tipos de programas por intervención se pueden distinguir varios tipos (Bisquerra, 2006):

Modelo de consejería en el que se atiende de forma personal e individual, entrevistando al paciente y siendo él, el centro de atención; modelo de programas, ésta intervención está caracterizada por prever problemas, anticipándolo mediante el crecimiento integral y personal y modelo de consulta a personas que estén interesados en mediar o realizar programas orientadores, sean docentes, padres o instituciones

Castellano, diferencia los siguientes modelos:

Modelo de counseling: se centra en la acción directa sobre el individuo.

Modelo de consulta: centrado en la acción indirecta sobre grupos o individuos.

Modelo tecnológico: este modelo, que pretende informar experiencias.

Modelo de servicios: se centra en parte de la población en situaciones de riesgo o déficit.

Modelo de programas: Le brinda un carácter educativo a la orientación psicoeducativa.

Modelo de servicios actuando por programas: considera el análisis de necesidades como paso previo a cualquier planificación (citado en Bausela, 2004, p. 6)

Modelo de intervención por programas.

La presente investigación tiene como modelo el de intervención por programas, este modelo va aportando en el campo educativo resultados positivos y ha propiciado una serie de reflexiones y aportes significativos para la mejora del desarrollo de enseñanza- aprendizaje y favorecer el aspecto conductual erradicando conductas violentas en los estudiantes de los distintos niveles.

Bausela citando a Cybest y More (1981) señala que ambos mencionan que en los primeros años de la década del 70 surge el modelo de intervención por programas, esto se da frente a la urgencia de hallar alternativas orientadas a la adaptación, a intervenir terapéuticamente y de manera administrativa.

Estos alcances históricos nos muestran el valor del programa, y su eficiente intervención en ámbitos educativos. Esto se reflejará más claramente con el siguiente cuadro realizado con los aportes de Rodríguez Espinar (1992) y Sanz Oro (1990), que señalan las características de la intervención por programas especificando su intervención y profundizando su alcance social y educativo.

Tabla 1.

Características de los programas de intervención

Rodríguez Espinar	Sanz Oro
1. Se encamina a la consecución de objetivos de desarrollo en los alumnos.	1. Se concibe como un programa educativo en el que están implicados no sólo los orientadores sino todos los profesionales de educación y otros.
2. Integra la intervención a las experiencias cotidianas de aprendizaje.	
3. Todos los agentes educativos participan y tienen funciones claramente delimitadas.	2. Persigue objetivos centrados en el desarrollo de competencias mediante una intervención planificada, ejecutada y evaluada.
4. Exige la creación de un vitae propio de orientación.	
5. Se desarrolla durante la toda la etapa escolar	3. El programa es una “propuesta de equipo”.
6. Evalúa los efectos y resultados de la intervención ejecutada.	
7. Atiende las necesidades de formación para los propios ejecutores de la intervención.	

Fuente: citado en Bausela, 2004, p. 208.

Cabe recalcar que el modelo por programas está encaminado a favorecer el desarrollo de competencias, habilidades y aprendizajes a lo largo de la toda la vida escolar. Su ejecución y evaluación tiene que realizarse con mucho cuidado, responsabilidad y coordinando grupalmente con el compromiso de toda la comunidad educativa.

Repetto, Rus y Puig (1995) destacan las siguientes ventajas del desarrollo sistemático de los programas: el énfasis en el desarrollo, el uso efectivo de los recursos disponibles, sensibilidad para el cambio y la innovación, promoción de los esfuerzos de la comunidad, entusiasmo por la autorrenovación, enfoque hacia el futuro, plataforma para el aprendizaje, atención a la comunidad y a las unidades familiares y a los grupos, uso más intensivo y extensivo de la tecnología, cambio en el papel del orientador y facilidad de la evaluación. (Citado en Bausela, 2004, p. 209)

Estos aportes motivaron para que la presente investigación tome este modelo de intervención por programas porque se adapta fácilmente al enfoque pedagógico del colegio Santo Tomás de Aquino, en la que se va aplicar la investigación y, además responde a la idiosincrasia de los estudiantes del tercer año del nivel secundario, porque contamos con los materiales, herramientas y el potencial humano para lograr los objetivos que se han planteado en la mejora de las habilidades sociales.

Estrategias del programa

Las estrategias que se aplicarán en el Programa de investigación están en función de las dinámicas grupales y metodología activa que favorecen positivamente el desarrollo de habilidades sociales. Enseguida se mencionarán las que ayudarán a conseguir el propósito:

Lluvia de ideas: es una estrategia que se realiza en grupos que logra que los alumnos indaguen y obtengan información acerca de lo que conocen sobre un tema determinado. Pimienta (2008) señala como características de estrategias: “se parte de una pregunta central, la participación puede ser oral o escrita, debe existir un moderador para ordenar la participación” (p.7).

Panel: esta estrategia reúne a varias personas para exponer sus ideas sobre un

determinado tema. Rodríguez (2007) señala que en esta técnica los panelistas dialogan, debaten el tema propuesto desde el punto de vista de su especialización. La organización del panel puede ser de cuatro a seis integrantes que tratan de desarrollar desde la conversación todas las soluciones posibles al tema propuesto.

Juego de roles: Rodríguez (2007) señala que “es una técnica a través de la cual se simula una situación en la real. Al practicar esta técnica el alumno debe adoptar el papel de un personaje concreto y crear una situación como si tratara de la vida real” (p.44).

Mesa redonda: Pimienta (2012) señala “las mesas redondas son un espacio que permite la expresión de puntos de vista divergentes sobre un tema por parte de un equipo de expertos. Son dirigidas por un moderador y su finalidad es obtener información especializada y actualizada sobre un tema” (p. 115).

El foro: Pimienta (2012) refiere “presentación breve de un orador en este caso un alumno, seguida por preguntas, comentarios y recomendaciones. Carece de formalidad que caracterizan al debate y al simposio” (p. 119).

Simulación: Pimienta (2012) menciona “es una estrategia que pretende representar situaciones de la vida real en la que participan los alumnos actuando roles, con la finalidad de dar solución a un problema o simplemente, para experimentar una situación determinada” (p. 130)

El debate. Según señala Rodríguez (2007) “consiste en un intercambio formal de ideas e información sobre un tema, realizado por un grupo, bajo la conducción estimulante y dinámica de una persona de guía e interrogador” (p. 39).

Enfoque del programa

El programa a desarrollar en esta investigación sigue el enfoque cognitivo conductual, que se precisa teóricamente a continuación:

El enfoque conductista desde su aparición se concentra en la conducta observable, teniendo como modelo de estudio las bases empíricas e intentando predecir y controlar la conducta de las personas. Esta teoría tiene el propósito de conseguir conductas observables y objetivas, pero no se ocupa de las actividades mentales que ocurren en estos procesos mentales.

El conductismo se desarrolla en EEUU gracias a la influencia de Watson (1878-1958) el propósito de sus investigaciones están asociadas al comportamiento humano, es decir a las conductas psíquicas observables y empíricas que manifiesta todo sujeto frente a las distintos estímulos externos. Por eso esta teoría afirma que el comportamiento de los seres humanos está condicionada por un conjunto de estímulos que es producido por varios factores externos.

Esta teoría conductista ha convivido con varios investigadores tal es el caso de Thorndike, que plantea que el proceso de aprendizaje se constituye a partir de una serie de enlaces entre un estímulo y una respuesta, que se vigorizaban cada vez que generaban un estado de cosas agradables para el organismo. Hay que recalcar dos investigaciones que aparecen en esa corriente psicológica como son el condicionamiento clásico fundado por el ruso Ivan Pavlov, y el condicionamiento operante iniciado por B.F Skinner. Ambas corrientes tienen el propósito de modificar las conductas de las personas, pero cabe recalcar que existe entre ambas algunas diferencias. El condicionamiento clásico involucra comportamientos que se forman al combinarse dos estímulos, este condicionamiento describe una respuesta automática o involuntaria cuando se presenta un estímulo específico.

El condicionamiento operante se diferencia con respecto al condicionamiento clásico, se debe que el logro de una conducta es mediante la lógica de recompensa y castigo. La misma terminología operante hace referencia que las

personas actúan gracias a los estímulos que les brinda el contexto en el que viven y se desarrollan dentro de su ambiente.

Por otra parte hay que considerar el aporte de la psicología cognitiva, aparece como contraposición al pensamiento conductista de atribuir a la mente como una caja negra imposible de entender y estudiar. Este planteamiento psicológico tiene muchos exponentes, en lo que si convergen es que su tarea investigadora consiste en explorar el funcionamiento de los procesos cognitivos internos que se producen en el cerebro. Los autores de esta corriente psicológica consideran dos perspectivas de estudio: la primera perspectiva es estudiar cómo las personas entienden el mundo en el que viven y también como procesan, transforman, sintetizan toda la información sensorial y el uso que hacen de ese proceso sensorial. La segunda perspectiva es verificar como el proceso cognitivo se pragmatiza en conductas observables. Para estos psicólogos cognitivistas, todo acto humano está supeditado principalmente por las ideas de las personas, por ende defiende que los actos humanos son producto de la reflexión y del pensamiento.

Por eso este paradigma cognitivo afirma que todas las emociones y comportamientos de los sujetos están motivadas por su percepción de los factores externos, por eso todos los sentimientos es una interpretación cognitiva de los eventos que ocurren en el contexto en el que vive.

En esta misma de pensamiento es válido interpretar que los agentes sociales y cognitivos como el comportamiento, representan un protagonismo esencial en el aprendizaje. Esta teoría señala que tanto los componentes interiores como los exteriores son de importancia y que el entorno, el ambiente, lo personal y conductual tiene relevancia en el proceso de aprendizaje. La actividad mental a pesar de ser un proceso individual, pero requiere ser compartido dentro de un grupo humano, porque como afirma Bruner somos la única especie que enseña de forma significativa dentro de una comunidad. Por eso el colegio constituye un espacio oportuno para desarrollar los procesos cognitivos y que los códigos mentales adquieren cuerpo cuando es comunicada y se perfecciona con la ayuda

de códigos culturales y gracias al aporte de las tradiciones.

Estas teorías clarifican el enfoque de esta investigación y además proporcionan los elementos para sacar conclusiones en desarrollo educativo de los estudiantes. Lo más significativo en el proceso de aprendizaje es el cambio en la conducta observable de un sujeto, cómo éste actúa ante una situación particular o problemática. La actividad cognitiva por más que se produzca internamente, pero por nuestra composición única y significativa se desarrolla con los componentes culturales y sociales.

Estos alcances teóricos conclusivos para la investigación que se hará toma fuerza, ya que el mejoramiento de las distintas habilidades sociales implica el incremento y la potenciación de estímulos internos y externos, respuestas maduras, procesos cognitivos y capacidad socializadora.

Programas de habilidades sociales

Manual de habilidades sociales en adolescente escolares. Instituto de salud mental

Este manual fue elaborado en el 2005 por el Ministerio de Salud con el propósito de ayudar a que los estudiantes adolescentes en edad escolar tengan una herramienta de apoyo para el mejoramiento de sus habilidades sociales. Esta herramienta está dividida en cinco áreas: comunicación, autoestima, control de ira, valores y toma de decisiones. Cada una de ellas tiene sesiones, mínimo dos máximo cinco. El objetivo es fortalecer y desarrollar, en los estudiantes adolescentes las distintas las habilidades sociales que les posibiliten una mejor interacción dentro de la familia, la escuela y comunidad.

Las sesiones pedagógicas que se ofrecen en este manual ayudan al docente mediante una guía que especifica la ejecución de cada sesión propuesta. Esta herramienta está proyectada para ser utilizado en el salón de clase,

aproximadamente en una hora pedagógica, con un número promedio de treinta participantes de educación secundaria.

La metodología presenta los siguientes pasos:

Saludo: se promueve un ambiente de afectividad, se brinda seguridad, se motiva a que todos participen activamente y sean solidarios entre compañeros.

Establecimiento de reglas para el desarrollo de la actividad: serán elaboradas por los propios adolescentes, lo que les permitirá un trabajo colaborativo y se desarrollará la responsabilidad, se buscará que cooperen entre ellos, sean eficientes al realizar sus trabajos.

Problematización y exploración de conocimientos previos: al presentar el tema los estudiantes exponen lo que saben sobre lo que se va a tratar, ello reafirma sus conocimientos y su estima personal al utilizar lo aprendido previamente como base para ir construyendo un nuevo aprendizaje.

Exteriorización - reflexionamiento: al recordar los sentimientos e ideas acerca del tema y evocarlos mediante expresiones de juegos de situaciones, relatos orales o escritos.

Formación de conocimientos y actitudes nuevas: acciones que se diseñan para que se dejen de lado los antiguos conocimientos y se logren unos mejorados, sin tabués, creencias prejuiciosas, temores. Hacia ese nuevo y moderno conocimiento deben ser guiados los que participan del programa mediante la profundización de actividades de clasificación, seriación, descubrimiento y crítica.

Práctica de lo que se aprendió: es cuando de forma vivencial y utilizando diversas estrategias y poniendo de manifiesto su habilidad incorporan a su vida lo que aprendieron, para que se manifieste en situaciones beneficiosas tanto para el

participante como para los que lo rodean.

Evaluación: que se realizará al comienzo y al final de aplicado el programa, y se realiza mediante dos instrumentos, la lista de chequeo de Habilidades Sociales y el cuestionario de cólera, irritabilidad y agresividad, estos dos para comprobar que tan efectiva resultó la aplicación. Además se realiza individualmente una conversación con los participantes para saber sobre los momentos familiares por los que atraviesan.

Programa de entrenamiento de Habilidades sociales (PEHIS) En la promoción de la competencia social. (Monjas 1998, p.34)

Es un programa de enfoque cognitivo-conductual para aplicar las habilidades sociales en niños y adolescentes. La meta principal que se propone es el mejoramiento de habilidades y competencias sociales en la infancia y adolescencia. Los puntos más relevantes de este programa son:

El objetivo del programa, es el mejoramiento de las habilidades sociales en escolares de edad infantil y adolescente desarrollando interrelaciones con sus pares y adultos en el medio donde viven. Se orienta al aprendizaje de comportamientos que se manifiestan de forma social y se puede medir lo logrado a través de conductas verbales, formas de comunicarse gestualmente, conocimientos, lenguaje, afectos, emociones. Para lograr tales aprendizajes se usan métodos y estrategias conductuales y cognitivos.

Se utiliza un método para entrenar las diversas habilidades de los participantes, mediante actividades planificadas y metódicas que supone desarrollar acciones con una intención clara de aprendizaje que apunten a lograr el fin deseado. Lo que se procura es que a la vez que se enseñan comportamientos deseados se disminuyan los inadecuados y se reduzca al mínimo aquello que obstaculice la adecuada conducta entre pares.

Su diseño está dirigido para que docentes puedan utilizarlo en niños de

educación inicial, primaria y secundaria y padres y madres en el seno familiar, contiene métodos y sesiones simples, de poca duración y fáciles de dominar y aplicar. Los materiales utilizados en la aplicación del programa son treinta fichas que deben de trabajar los estudiantes con la ayuda del profesor.

El programa de PEHIS comprende treinta habilidades agrupadas en seis áreas:

Tabla 2.

Esquema de habilidades agrupadas del programa PEHIS

<p>Área 1. Habilidades básicas de interacción social</p> <p>1.1 Sonreír y reír</p> <p>1.2 Saludar</p> <p>1.3 Presentaciones</p> <p>1.4 Favores</p> <p>1.5 Cortesía y Amabilidad</p>	<p>Área 2. Habilidades para hacer amigos</p> <p>2.1 Alabar y reforzar a los otros</p> <p>2.2 Iniciaciones sociales</p> <p>2.3 Unirse al juego con otros</p> <p>2.4 Ayuda</p> <p>2.5 Cooperar y compartir</p>
<p>Área 3. Habilidades conversacionales</p> <p>3.1 Iniciar conversaciones</p> <p>3.2 Mantener conversaciones</p> <p>3.3 Terminar conversaciones</p> <p>3.4 Unirse a la conversación de otros</p> <p>3.5 Conversaciones de grupo</p>	<p>Área 4. Habilidades relacionadas con los sentimientos y emociones</p> <p>4.1 Expresar autoafirmaciones positivas</p> <p>4.2 Expresar emociones</p> <p>4.3 Recibir emociones</p> <p>4.4 Defender los propios derechos</p> <p>4.5 Defender las opiniones</p>
<p>Área 5. Habilidades para afrontar y resolver problemas interpersonales</p> <p>5.1 Identificar problemas interpersonales</p> <p>5.2 Buscar soluciones</p> <p>5.3 Anticipar consecuencias</p> <p>5.4 Elegir una solución</p> <p>5.5 Probar la solución</p>	<p>Área 6. Habilidades para relacionarse con los adultos</p> <p>6.1 Cortesía con el adulto</p> <p>6.2 Refuerzo al adulto</p> <p>6.3 Conversar con el adulto</p> <p>6.4 Solucionar problemas</p>

Fuente: (Monjas, 1998, p. 36)

Este programa tiene la finalidad de mejorar las habilidades sociales en niños y adolescentes para mejorar los comportamientos y erradicar las conductas violentas en la interrelación de los estudiantes. Este programa puede aplicarse en el nivel primario, secundario y en el hogar, por eso cuenta con una didáctica bastante sencilla para su ejecución.

Programas de reforzamiento en habilidades sociales, autoestima y solución de problemas. Valles (1994)

El propósito del programa es desarrollar el fortalecimiento de habilidades sociales, autoestima y solución de problemas, por tanto, refuerza a que los alumnos aprendan a ser personas, aprendan a convivir y aprendan a reflexionar en el momento de darle solución a la problemática que supone su percepción personal así como la interacción social. Esta investigación propone un trabajo en el cual se integran los contenidos actitudinales los cuales van a favorecer en la mejora de la comunicación. Los beneficiarios de este programa son estudiantes comprendidos entre los ocho y dieciséis años.

La estrategia del programa está distribuida en tres cuadernos de trabajo, el primero va dirigido a niños entre ocho a once años, el segundo cuadernillo a niños entre diez a doce años y el tercer cuadernillo a niños entre los doce y los dieciséis años. Todos estos cuadernillos tienen el mismo propósito.

Los contenidos de este programa son: Conocimiento personal, reconocimiento de emociones propias y ajenas y saberlas expresar de forma adecuada, participación en diálogos e interactuar con sus pares haciendo uso de la escucha activa, uso de comunicación no verbal efectiva, fortalecer la cooperación, solidaridad, respeto a las normas de convivencia y trabajo grupal, solucionar eficazmente los problemas de relación social, reforzamiento social entre individuos, expresar lo que uno desea o solicita siendo cortés y amable hacia los demás, diferenciar entre comentarios justos e injustos, orientar las emociones negativas para no menoscabar la estima personal y la habilidad de carácter social, darles los principios de técnicas para aprender a relajarse respirando y controlando los músculos de forma sencilla.

La metodología aconsejada en el programa es utilizar estrategias activas y grupales en la que los que participan realicen escenificaciones de hechos indicados en las sesiones. También se pueden utilizar técnicas conductuales, actividades para ejecutar en acciones familiares, así como la entrevista personal

como técnica tutorial.

Programa vivir con otros. Arón y Milicic (1996)

Este programa cuenta con una serie de actividades que deben realizarse una vez por semana. Para trabajar estas actividades es necesario que se formen grupos de trabajo. En cada una de las sesiones señaladas lo fundamental es el cumplimiento de los objetivos propuestos, de tal forma que las actividades indicadas son solo sugerencias que el profesor puede adecuar de acuerdo a las características del curso y a su propia creatividad. El programa es flexible de acuerdo a la realidad y puede cambiar considerando algunas situaciones problemáticas que se quiera abordar. A continuación, presentamos las actividades que plantea el programa vivir con otros.

Descongelamiento. Consiste en instrucciones para el profesor: formación de los grupos y pautas normativas que faciliten el funcionamiento del grupo.

Perdiendo el miedo a hablar en grupo (1y 2). Esta actividad cuenta con los siguientes objetivos: aumentar en el adolescente la autoconfianza para hablar en público y generar actitudes positivas para superar los obstáculos. Esta actividades cuentan con las siguientes dinámicas adivina quién soy y la presentación. Estas dinámicas tienen el propósito de generar las condiciones necesarias para crear un clima de confianza en que se facilite una relación de intimidad.

Aprendiendo a mirar y decir lo positivo. El objetivo de esta actividad es crear un clima que facilite el desarrollo de emociones positivas y desarrollar habilidades para describir la realidad en términos positivos. La dinámica grupal propuesto para este trabajo es “lo que me gusta de mí” este ejercicio motiva a que los estudiantes piensen en experiencias positivas que favorecen actitudes buenas y positivas para lograr su desarrollo.

Intimidad aprendiendo a estar con los otros. Mediante la comunicación transmitimos ideas, emociones y sentimientos. Una buena comunicación entre dos

personas es cuando hay coherencia y entendimiento entre dos personas. Por eso la comunicación es un proceso dinámico en que roles deben ser recíprocamente intercambiables. El objetivo de esta actividad consiste en reflexionar acerca de las dificultades que acarrearán en los problemas de comunicación en las relaciones con otros. La dinámica a utilizar en esta actividad es “el teléfono” a través de esta se hace reflexionar a los estudiantes para aprender a comunicarnos correctamente.

Programa de aprendizaje estructurado de Goldstein (1983)

Este programa de aprendizaje estructurado fue desarrollado por Goldstein y tiene el objetivo de modificar las dificultades en habilidades personales, prosociales y cognitivas. La metodología estructura este programa de aprendizaje utilizando técnicas didácticas como el juego de roles, el modelado, la retroalimentación, y la universalización de lo aprendido.

Esta propuesta programática tiene cincuenta cuestionarios de habilidades sociales organizadas en seis grupos (Goldstein, 1983):

Primeras habilidades sociales, son aquellas que dan inicio y sirven de base para facilitar los primeros vínculos grupales.

Habilidades sociales avanzadas, compuestas por competencias para lograr sostener nexos grupales.

Habilidades relacionadas con los sentimientos, logran que cada uno sepa cuáles son sus emociones y sepan expresarlas pertinentemente.

Habilidades alternativas a la agresión, integradas por competencias que nos facilitan aprendizajes acerca de cómo manejar la regulación controlando impulsos.

Habilidades que nos permiten hacer frente al estrés, aquí se incorporan diversas estrategias para aprender cómo resolver conflictos interpersonales.

Habilidades de planificación, son superiores e implican aprender cómo solucionar situaciones, siempre teniendo en cuenta los hechos y las diferentes maneras de poder solucionarlos.

Para esta propuesta de investigación se ha de considerar las habilidades sociales propuestas en el programa de Goldstein

1.2.2 Bases teóricas de la variable Habilidades sociales

Orígenes y desarrollo de las habilidades sociales

La capacidad de sociabilizar es una condición inherente al ser humano, esta se manifiesta antes y después del parto, considerándose que los vínculos afectivos y emocionales más significativos en los seres humanos favorecen los aspectos cognitivos, el equilibrio emocional y el desarrollo moral. Hay que considerar que las habilidades sociales brindan un aporte provechoso no solo en el ámbito de la psicología, sino también que sus propuestas favorecen el ámbito educativo aportando enfoques e instrumentos que potencian la capacidad socializadora, crean conductas asertivas en los estudiantes y dinamizan los aprendizajes cooperativos.

Caballo (1993) sostiene que el término ha ido evolucionando para concluir en el de “habilidades sociales”. Al inicio Salter se refirió a las habilidades sociales como “personalidad excitatoria”. Luego Wolpe la sustituyó por “conducta asertiva”. Mas adelante, luego de algunas investigaciones se propuso “libertad emocional” Lazarus “efectividad personal” Liberman “competencia personal”, etc. Esas terminologías no progresaron por lo que en década de los setenta, la expresión “habilidades sociales” empezó a ser escuchada sustituyendo la de “conducta asertiva”. Aún cuando ambas expresiones han sido usadas por algún periodo refiriéndose a lo mismo, inclusive hasta el día de hoy.

Para lograr una definición clara de lo que es una “conducta socialmente habilidosa” ha habido grandes problemas. Se han dado numerosas definiciones, no habiéndose llegado todavía a un acuerdo explícito sobre lo que constituye una conducta socialmente habilidosa. “Meichenbaum, Butler y Grudson afirman que es imposible desarrollar una definición consistente de competencia social puesto que es parcialmente dependiente del contexto cambiante” (Camacho y Camacho, 2005, p.3)

Camacho y Camacho (2005) sostiene que la habilidad social debe enmarcarse

en un contexto sociocultural así como modelos de comunicación fluctúan según los grupos sociales y están integrados al medio cultural donde uno se desenvuelve, también se debe considerar los elementos: edad, sexo, nivel social y educación, los cuales también van a condicionar nuestro desenvolvimiento social. La efectividad del comportamiento personal va depender de lo que se quiera obtener en un momento determinado, no siempre una conducta va ser apropiada en todos los casos. Las personas actúan en un contexto determinado según su actitud, creencia, inteligencia, valor moral, ético y un referente determinado de comportamiento, por lo que no existe un “criterio” total de lo que es una habilidad social.

Por otro lado, Caballo (2007) “explica que el movimiento de las habilidades sociales ha tenido una serie de raíces históricas, algunas de las cuales no han sido reconocidas suficientemente” (p. 45)

Diversos investigadores estudiaron conductas sociales en niños lo que en ese tiempo, la década del cuarenta, se asociaba al término de las habilidades sociales, ya que no se utilizaba esa denominación de las habilidades sociales

El origen del enfoque de las habilidades sociales ha sido ignorado por muchos años. Caballo (2007) destaca también que la evolución del concepto de habilidades sociales ha tenido tres fuentes significativas:

La primera: deriva de las investigaciones acerca de los reflejos condicionados de Salter respaldados por Paulov son su investigación de actividades nerviosas. Más adelante fue Wolpe en la década de los 60 quien acuño por primera vez la terminología “asertivo” al elaborar diversas programaciones para entrenar y reducir deficiencias en las habilidades sociales.

La segunda: inspirada en los estudios sobre “competencia social” realizados a personas mayores que viven en instituciones lo que concluyo que mientras mayores sean los conocimientos anteriores referentes a su competencia social es de menor duración su estadía de internamiento y su probabilidad de recaer en su tratamiento.

La tercera: Se refiere ya a cuando el término de habilidades sociales se aplica a la interrelación ser humano- máquina relacionado a como se procesa la información. Con el transcurrir del tiempo esta analogía derivó en abundantes sobre el término de “habilidad” que fueron utilizados en la capacidad de relacionarse entre los individuos.

En EEUU e Inglaterra el origen del término ha sido diferente, la importancia de la conceptualización ha sido distinta también, pero ha habido coincidencia en metodologías, estudios y resultados en ambos. La razón que motiva la investigación de las habilidades sociales se fundamenta en los siguientes campos:

Desde el punto de vista psicológico las habilidades sociales van a permitir optimizar un desarrollo vital y con salud, para lograr interrelaciones sociales favorables. A través de la educación las habilidades sociales deben implementarse mediante programas para entrenar docentes y estudiantes porque propiciará e influirá en diversos factores educativos como el desempeño académico y la autoestima. En el aspecto social, un déficit en habilidades sociales deriva en situaciones de riesgo social, adicciones, delincuencia, conductas violentas y agresivas lo que perjudicará al desarrollo de la sociedad.

Las habilidades sociales tienen la siguiente funcionalidad (Monjas, 1998): permiten aprender como ser recíprocos al haber interrelación social al dar y recibir, adoptar modelos asumiendo roles y poniéndose en el lugar del otro siendo empáticos, controlar los hechos siendo líder y siguiendo las normas de interacción, ser cooperativos y trabajar en equipo, teniendo normas de convivencia y expresando opiniones, manifestar soporte a las emociones entre iguales, dando afecto ayudando y apoyando al compañero y aprendiendo sobre conducta sexual para desarrollar sobre valores y moralidad.

Por ende, tras revisar el origen de las habilidades sociales se concluye que han aportado en el progreso conductual y cognitivo de las personas, permitiendo la integración de sus dimensiones afectivas y sociales que les permitirán desarrollarse, vivir felices y saludablemente como miembros activos de la

sociedad.

Concepto de habilidades sociales

En este recorrido por conceptualizar el término habilidades sociales encontramos diversas definiciones de habilidad social. A continuación, se presentará las definiciones de autores que trascienden por su seriedad argumentativa y aporte para la concretización de las habilidades sociales en espacios de desarrollo escolar en adolescentes.

Las habilidades sociales son “como un conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa sus sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que, generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas” (Caballo, 2007, p. 556).

En esta definición claramente podemos notar la conexión profunda entre el individuo con habilidades emitidas y una estrecha relación con el contexto en el que va expresar sus sentimientos, actitudes, deseos, etc. Estas habilidades favorecen en las personas la capacidad de mejorar cada día en la resolución de problemas.

Considera que “las habilidades sociales son capacidades específicas requeridas para ejecutar efectivamente una tarea. Son conductas necesarias para interactuar y relacionarse con otros iguales y con adultos de forma efectiva y mutuamente satisfactoria. Esta autora denomina a estas habilidades como: habilidades de interacción social”. (Monjas, 1998, p. 18).

En esta definición hay estrecha relación entre habilidades sociales y la forma efectiva de desarrollar un objetivo, además las habilidades propician mecanismos

para relacionarse y formar grupos que fomenten tareas en común.

León Rubio y Medina Anzano definen a la habilidad social como “la capacidad de ejecutar aquellas conductas aprendidas que cubren nuestras necesidades de comunicación interpersonal y/o responde a las exigencias y demandas de las situaciones sociales de forma efectiva” y les confieren cuatro características principales “su carácter aprendido, la complementariedad e interdependencia de otro sujeto, la especificidad situacional y la eficacia del comportamiento interpersonal” (citado en Contini, 2014,p 51)

Alberti y Emmons consideran la habilidad social como “la conducta que permite a una persona actuar según sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad inapropiada, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales sin negar los derechos de los demás” (citado en Caballo, 1993, p. 6).

Kelly (2002) define a las habilidades sociales “como un conjunto de conductas aprendidas, que emplean los individuos en las situaciones interpersonales para obtener o mantener el reforzamiento de su ambiente” (citado en Contini y Betina p. 164). Además señala tres aspectos fundamentales: se es hábil socialmente cuando se asocia con el reforzamiento del contexto, al tener presente los hechos e interrelaciones en las que se manifiestan las conductas sociales y al ser capaz de señalar objetivamente las habilidades sociales.

Cabe resaltar que muchos autores mencionados enfatizan que el aspecto determinante al conceptualizar las habilidades sociales se genera porque el comportamiento debe ser eficaz al interactuar socialmente, considerando que el actuar correctamente va estar vinculado al contexto y al hecho vital.

La definición utilizada en este trabajo de investigación es el siguiente: Goldstein (1983) “Las habilidades sociales son un conjunto de habilidades y capacidades (variadas y específicas) para el contacto interpersonal y la solución de problemas de índole interpersonal y/o socioemocional. Estas habilidades y

capacidades se aplican en actividades desde básicas hasta avanzadas e instrumentales". (p. 74).

Componentes de las habilidades sociales

Se presenta enseguida elementos que componen las habilidades sociales enfatizados por distintos autores.

Caballo (2007) señala tres componentes esenciales de las habilidades sociales (p. 19).

Los componentes conductuales. Comunicación no verbal, paralingüística y la verbal.

Los componentes cognitivos. Que dan a través de las percepciones sobre el contexto en el que uno se comunica y los factores intelectuales de las personas.

Los componentes fisiológicos. La tasa cardiaca, la presión sanguínea, el flujo sanguíneo, las respuestas electrodermales, las respuestas miográficas y la respiración. (Caballo, 2007, p. 94)

Monjas (1998) clasifica tres tipos de conductas enfatizando el componente conductual mencionando que "las habilidades sociales son comportamientos específicos de la situación que maximizan la probabilidad de asegurar o mantener el reforzamiento o decrecer la probabilidad de castigo o extinción contingente sobre el comportamiento social propio" (p. 18).

La conducta pasiva. Es un estilo de huida. Implica la violación de los propios derechos al no ser capaz de expresar honestamente sentimientos, pensamientos y opiniones y, por consiguiente, permitiendo a los demás que atrofen las emociones y maneras de pensar. Los sujetos pasivos se muestran inhibidos, introvertidos y frustrados al no lograr sus metas personales y al dejar que sean otros que tomen decisiones por ellos.

La conducta agresiva. Es la que se refiere a defender los derechos y expresar emociones y formas de sentir de manera inconsecuente e incorrecta violando el derecho ajeno. Los sujetos agresivos no respetan el derecho de otras personas eligen por ellas y tienen una conducta humillante, despreciativa con los demás, siendo agresivos y autoritarios.

La conducta asertiva es mediante la cual uno expresa emociones, lo que necesita y sus comentarios sin atropellar el derecho de los otros. Alguien asertivo toma sus propias decisiones, hace respetar sus derechos y logra metas personales sin desfavorecer y lastimar a otros. Tiene una autoestima apropiada, confianza personal, carismática socialmente y siempre confía en sus capacidades.

Goldstein (1989) en su libro de habilidades sociales y auto control en la adolescencia al hablar de componentes de las habilidades sociales hace referencia al componente conductual y cognitivo porque su programa tiene el objetivo de hacer que la educación que se les da a los adolescentes con deficiencia en su comportamiento y en el desarrollo de sus capacidades cognitivas que favorezca un éxito académico. Por eso en su libro se propone programas correctivos que ayudan a incrementar las capacidades de los jóvenes al resolver conflictos interpersonales, fomentar una mejor autoestima e, indirectamente, aportar a que en el aula se le de mayor atención a las asignaturas que al comportamiento conflictivo entre estudiantes.

El componente conductual. Este autor utiliza el término adolescentes con habilidades diferenciadas y deficientes. Se ha intentado mucho producir un sistema de clasificación que describa de forma precisa a niños y adolescentes que presenten trastornos conductuales. Tal sistema útil con el que se pueda clasificar de forma eficaz surgió cuando aparecieron técnicas estadísticas y tecnología informática compleja y sofisticada. Al existir esta moderna tecnología, las investigaciones pudieron ser llevadas a cabo con información aportada por un grupo de estudiantes en edad adolescente con dificultades en su conducta.

Goldstein a su vez enfatiza reiteradas veces en su libro las dificultades con el

componente conductual: violencia, trastornos, etc. Para esta investigación es relevante considerar sus aportes porque nos proporciona conceptos e instrumentos para favorecer la mejora de habilidades sociales de los estudiantes adolescentes del tercero de secundaria.

El componente cognitivo. Se denomina también aprendizaje estructurado.

Es la enseñanza planeada y sistemática de las conductas específicas conscientemente requeridas por el individuo con el fin de lograr un funcionamiento efectivo y satisfactorio, durante el mayor tiempo posible, en una amplia y variedad de contextos interpersonales, positivos, negativos y neutros. Este aprendizaje estructura se compone de cuatro técnicas: modelamiento, el juego de roles o ensayo conductual, el reforzamiento social o retroalimentación y el entrenamiento por la transferencia (Goldstein, 1989, p.29).

Dimensiones de habilidades sociales

Goldstein (1983) propone 50 habilidades agrupadas en seis dimensiones:

Primeras Habilidades sociales

Como ya se había explicado con anterioridad estas primeras habilidades sociales básicas inician, ayudan y concretizan que los integrantes de grupo puedan relacionarse. Todas estas habilidades sociales primeras son fundamentales para que haya un funcionamiento adecuado del grupo y por ende ayudan a que los integrantes de grupo comiencen a interrelacionarse en base al respeto y a la confianza. A continuación se presenta las primeras habilidades sociales señaladas por Goldstein (1983): “escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse, presentar a otras personas y hacer un cumplido” (p. 77).

Habilidades sociales avanzadas

Estas habilidades propician el desarrollo del individuo y aportan elementos para que éste pueda relacionarse satisfactoriamente en distintos entornos sociales. Las

habilidades sociales avanzadas se componen de un conjunto de habilidades que favorecen y ayudan a mantener las buenas relaciones con los otros miembros del grupo, estas habilidades son: “pedir ayuda, participar, dar instrucciones, seguir instrucciones, disculparse y convencer a los demás” (Goldstein, 1983, p. 86).

Habilidades relacionadas con los sentimientos

Este grupo de habilidades propician un conocimiento más sincero y profundo de las emociones personales para expresarlas adecuadamente y de forma respetuosa en la integración grupal. Es vital conocer nuestras emociones y sentimientos ya que este hecho nos ayudará a actuar con mucho respeto frente a los sentimientos de los demás. En seguida presentamos las habilidades correspondientes a este grupo según Goldstein (1986): “conocer los propios sentimientos, expresar los sentimientos, comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado de otro, expresar afecto, resolver el miedo y autorrecompensarse” (p. 91).

Habilidades alternativas a la agresión

Este grupo de habilidades tienen como objetivo ayudar a tomar decisiones acertadas, favorecer un equilibrio, tener autodominio y fortalecer la capacidad resolutoria de situaciones problemáticas: “Pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, empezar el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás y no entrar en peleas”. (Goldstein, 1983, p. 98).

Habilidades para ser frente al estrés

Este grupo de habilidades se generan en momentos de crisis emocional, van a favorecer a que la persona desarrolle mecanismos de afrontamiento oportuno de sus dificultades, en estas habilidades esta inmersa la enseñanza de estrategias que mejoren las relaciones interpersonales en situaciones conflictivas y conlleva a que las personas aprendan a conciliar sus diferencias. (Goldstein, 1983, p. 102)

Estas habilidades son: formular una queja, responder a una queja, demostrar deportividad después de un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le

dejan de lado, defender a un amigo, responder a la persuasión, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a una acusación, prepararse para una conversación difícil, hacer frente a las presiones del grupo (Goldstein, 1983, p. 107).

Habilidades de planificación

Se relacionan a la habilidad de lograr autocontrol y ser empáticos al estar en situaciones de enojo, y se consideran más desarrolladas porque permiten ayudar a las personas a descubrir y resolver problemas, teniendo en cuenta que pueden significar una posibilidad de madurez y desarrollo personal, lo que revertirá en una madurez grupal. Son las siguientes según Goldstein (1983): “Tomar decisiones, discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar las propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según su importancia, tomar una decisión, concentrarse en una tarea” (p. 119)

Características de las habilidades sociales en adolescentes

La adolescencia es un periodo en el que se desarrolla la persona y está marcado por cambios físicos, fisiológicos, sociales y psíquicos que influyen sustancialmente en el comportamiento de las personas. Hay puntos de cohesión y divergencias en referencia al inicio y término de esta etapa, pero lo más resaltante para los estudiosos es los cambios de conducta y pensamiento que se van dando en los adolescentes. La adolescencia es el paso entre ser infante y adulto.

La adolescencia está llena de oportunidades de crecimiento físico, cognitivo y psicosocial, pero también de riesgos para el desarrollo sano. Los patrones de comportamientos de riesgo, como alcoholismo, consumo de drogas, participación en actividad sexual y delictiva, y uso de armas de fuego, se establecen al inicio de la adolescencia. Cerca de cuatro de cada cinco jóvenes no experimentan problemas importantes (Papalia, Wendkos y Duskin, 2005, p. 486).

Ser adolescente implica pasar por un periodo dramático y tormentoso en el que

se evidencia momentos tensos e inestables en los que los jóvenes se encuentran entre dos opciones opuestas. La adolescencia como una etapa importante y diferente a la niñez, no es su continuación.

Los riesgos y los estados cambiantes que sufre el adolescente en esta etapa, esto se refleja en las decisiones oportunas o erradas que invaden sus pensamientos frente a los desafíos o situaciones problemáticas que el adolescente enfrenta cotidianamente en su crecimiento

Por otro lado hay varios autores que coinciden en conceptualizar la adolescencia como el paso a la juventud en el que el pensamiento conceptual está completamente formado, las actividades y experiencias sociales se vuelven mayores y diversas, existen perspectivas de cómo será insertarse al mundo de los adultos, sucede un crecimiento importante de la identidad propia y la conciencia personal, los valores y normas morales se analizan y asumen desde una óptica personal y profunda. En esta etapa aparece la concepción del yo de forma personal teniendo clara conciencia de uno mismo y encontrando el horizonte concreto de la vida

Estas definiciones y perspectivas dan referencias claves y profundas para entender a los estudiantes adolescentes como personas en constante dinamismo físico, cognitivo, afectivo y social, por eso resulta de gran importancia orientar sus cambios desde el desarrollo de habilidades sociales, esto con el fin de mejorar sus comportamientos y erradicar toda acción violenta que pueda afectar su entorno familiar, escolar y social. A continuación, se presentará las distintas perspectivas que influyen significativamente en la vida del adolescente.

Perspectiva biológica

En la adolescencia ocurren los primeros cambios físicos (aumento de la estatura y forma del cuerpo) y fisiológicos (desarrollo de los órganos reproductivos) culmina cuando los órganos sexuales han alcanzado su madurez reproductiva, es decir, cuando las personas tienen condiciones físicas para procrear. El desarrollo

biológico repercute sustancialmente en el autoconcepto y autoconsciencia que el adolescente piensa de sí mismo. Este hecho puede fortalecer su autoestima cuando el adolescente cuenta con buen soporte afectivo o en caso contrario debilitarla cuando no existe buenas bases afectivas y ausencia de referentes familiares que fortalezcan su madurez.

Los adolescentes desde lo señalado por la biología se caracterizan por los cambios que atraviesan en el cuerpo, lo veloz del crecimiento, el funcionamiento pleno del aparato respiratorio, circulatorio y reproductivo, el desarrollo de caracteres sexuales secundarios, logran una madurez física completa.

En este contexto de cambio biológico los adolescentes se encaminan hacia su madurez física logrando el desarrollo de sus órganos sexuales que determinan una identidad de género que los integra a los grupos donde encuentran sus espacios de sociabilización y crecimiento personal. Estos cambios biológicos se dividen en dos grupos:

Cambios somáticos

Papalia, Wendkos y Duskin (2005) nos hablan de los principales cambios somáticos de la adolescencia, éstos son el crecimiento físico y la maduración sexual, tanto las mujeres como los varones sufren diversos cambios. En las mujeres: la aparición del acné, ensanchamiento de las caderas, crecimiento del busto y crecimiento del vello axilar. En los varones: cambio de voz, aparición del acné, crecimiento de los músculos. Estos cambios producen efectos importantes en la vida de los adolescentes aumentan la necesidad de desarrollar hábitos de higiene en las partes del cuerpo que sufren más cambios: cabello, cara, cuello, pies, genitales. Los adolescentes de sexo masculino logran un visible incremento de la fuerza física, que es de menor visibilidad en las mujeres. Los huesos engrosan y se anchan por lo que la totalidad del esqueleto acelera su crecimiento en la adolescencia.

Cambios fisiológicos

Los cambios fisiológicos que ocurren en los adolescentes tienen que ver con la

menarquia y espermaquía se presenta aproximadamente entre los 12-14 y se produce forma involuntaria en los sueños y de forma voluntaria. En el caso de las mujeres tiene que ver con el inicio del ciclo menstrual.

El primer período menstrual llamado menarquía señala que la mujer ha madurado, lo que no significa que se sea fértil desde el primer periodo. Esa madurez fisiológica equivale en los hombres a la aparición del esperma pero al no ser visible o percible no tiene el mismo significación simbólica que se le otorga a la menstruación.

Perspectiva Psicológica

Aspecto cognitivo

La maduración de la cognición es señalada como ser capaces de pensar abstractamente y es un hecho que generalmente se logra siendo adolescente, esta habilidad de pensar independiente a lo observable, es pasar de la concreción a la abstracción. Con esa base, se puede representar un sinfín de variadas posibilidades, imaginarse escenarios probables, considerando diversos matices aspectos de un hecho y buscar diversos planteamientos a una problemática mental.

Aspecto moral

La tarea más importante de un adolescente es la búsqueda de su identidad, resolver la cuestión “quién soy en realidad”. Esta cuestión no se resuelve plenamente en la adolescencia, sino que se repite a lo largo de toda la vida. Erik Erikson (1968) describe esta búsqueda en su quinta crisis: identidad frente a confusión de roles. Los repentinos cambios a los que se enfrentan los adolescentes les hacen preguntarse qué personas han sido hasta ahora y en quiénes se están convirtiendo. Las concepciones acerca de lo “bueno” y lo “malo”, como nociones reguladoras del comportamiento, permiten que reconozcan en ellos cuando una conducta tiene resultados positivos o negativos.

Aspecto afectivo.

Alvarez (2010) sostiene que en este aspecto el adolescente busca su

intimidad personal construyendo y elaborando la imagen de sí mismo y el autoconcepto personal. Es en este periodo cuando el ser humano comienza a tener historia, memoria biográfica, interpretación de las pasadas experiencias y aprovechamiento de las mismas para afrontar los desafíos del presente y las perspectivas del futuro. De tal manera, se reconoce que existe en el adolescente una creciente autonomía emocional y el vehemente deseo de adoptar decisiones importantes sobre trabajo, estudios, valores, comportamiento sexual, entre otros (citado en Cabrera, 2012, p. 20)

Perspectiva social

En la adolescencia la búsqueda de los espacios de interacción social, se vuelve imperativa, poniendo en un plano secundario al entorno familiar.

Coleman (1990) La emancipación respecto a la familia no se produce por igual en todos los adolescentes; la vivencia de esta situación va a depender mucho de las prácticas imperantes en la familia. Junto a los deseos de independencia, el adolescente sigue con una enorme demanda de afecto y cariño por parte de sus padres, y estos a su vez continúan ejerciendo una influencia notable sobre sus hijos (Cabrera, 2012, p. 21)

El adolescente comienza a tener opciones estilos y caminos de vida, logra tener ideas personales y propias y tiene una actitud personal, logra mayor afinidad con su grupo social y alguna emancipación familiar.

Por lo general el adolescente observa el criterio de los padres en materias que atañan a su futuro, mientras que sigue más el consejo de sus compañeros en opciones de presente. El adolescente no sólo tiene la necesidad de encontrar un amigo, sino, alguien que este con él en todo momento, acompañándolo en sus necesidades internas.

El grupo o colectivo social va a ejercer una importante influencia en los que desean o necesitan en la adolescencia y señala algunas normas y

predisposiciones en la sociedad, que muchas veces el joven sigue para no dejar de pertenecer al grupo. El deseo de ser aceptado en el medio social, es lo que muchas veces hace que en la adolescencia se inicien conductas sociales negativas o poco asertivas.

Luego de hacer este breve recorrido podríamos concluir en las siguientes afirmaciones: los adolescentes en todo su proceso de cambio biológico, afectivo y social manifiestan conductas de admiración, miedo, autonomía, acierto, desacierto, reconocimiento, valoración, desprecio, dudas, motivación, incertidumbre.

1.3 Justificación

Los motivos para realizar la presente investigación radican en que cada vez las habilidades sociales se tornan de vital importancia en el desarrollo académico y conductual de los estudiantes de la educación básica regular, y una muestra de ello son los aportes que autoridades en el tema aportan para la mejora de las habilidades sociales en los estudiantes adolescentes.

La educación secundaria aspira a promover el desarrollo integral de las personas, por ello debemos intentar potenciar todo tipo de capacidades, no sólo las cognitivas o intelectuales, sino también las que hacen referencia a la inserción social, al equilibrio personal o afectivas y a las relaciones interpersonales (Coronil, 2008, p.5).

En esta definición se nota la importancia de mejorar las habilidades sociales en los adolescentes en edad escolar a los cuales va dirigida la investigación y quienes son potencialmente sujetos a mejorar sus habilidades.

Las habilidades sociales son conductas o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea de índole personal. Implica un conjunto de comportamientos adquiridos y aprendidos y no un rasgo de personalidad. Son un

conjunto de comportamientos interpersonales complejos que se ponen en juego en la interacción con otras personas (Monjas, 1998, p.18).

Las habilidades sociales son importantes para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje y sobre todo sirven para desarrollar los comportamientos empáticos y asertivos de los estudiantes, por tanto, eso es lo que se pretende mejorar con el proyecto de investigación, porque en la currícula que actualmente rige por parte del Ministerio de Educación no se le da la importancia necesaria al estar diseminada en el resto de áreas, motivo por el que no se puede planificar su enseñanza de forma adecuada.

El presente proyecto fija de vital importancia que las instituciones educativas son los espacios más idóneos para la aplicación de programas de enseñanza aprendizaje en la mejora de las habilidades sociales. Esta investigación no solo servirá para detectar el escaso aprovechamiento de las habilidades sociales en los estudiantes del tercer año del nivel secundaria de la Institución educativa Santo Tomás de Aquino-2016, sino sobre todo mejorar la práctica de las habilidades para el contacto interpersonal y la solución de problemas entre pares y personas adultas; y todo esto redundará en un clima institucional favorable lo que beneficiará también a la comunidad.

La presente investigación se justifica teóricamente porque se revisarán y analizarán los diferentes aportes teóricos existentes sobre las habilidades sociales, lo cual beneficiará a la propuesta curricular y a los docentes que deseen replicar el proyecto ya que en el país solamente se considera como un tema que los docentes deben enseñar o del que los estudiantes deben aprender, pero sobre el cual no tienen conocimiento teórico.

El estudio servirá, para mejorar la práctica de las habilidades sociales identificando las debilidades y deficiencias que los estudiantes presentan en esa capacidad, lo cual ayudará a solucionar el problema planteado y los estudiantes podrán reorientar su conducta de forma apropiada.

1.4 Problema

Realidad problemática

Los psicólogos del centro de atención Aarón Beck de Granada afirman que las personas con déficit de habilidades sociales experimentan aislamiento social, rechazo y una baja autoestima, como consecuencia de esto se perciben incompetentes socialmente por un lado y por otro, cuando las habilidades sociales son apropiadas, el resultado es un mayor sentido de autoeficacia y un mayor reforzamiento social positivo, tanto a corto como a largo plazo, por eso es fundamental proyectar el mejoramiento de las habilidades sociales en los estudiantes en etapa adolescente porque favorece su desarrollo social y afectivo.

En el Perú los desafíos con respecto al mejoramiento de habilidades sociales son importantes ya que cada vez con más fuerza se habla de que los adolescentes y jóvenes practican una lejanía emocional, esto en palabras del escritor español Enrique Rojas (1992). Sería la prefiguración del hombre light, este hombre es indiferente, individualista, materialista y hedonista. Este hombre vive sus días en la realidad, alejado emocional y físicamente del otro. Por eso la lejanía emocional no hay que entenderla como la distancia geográfica que nos separa los unos de los otros, sino es la lejanía afectiva y de pertenencia. Por lo tanto, el resultado actitudinal de este hombre está centrado más en comportamientos egocéntricos, narcisistas y violentos.

Según el Manual de habilidades sociales (2005), publicado por el Ministerio de salud, en las últimas investigaciones nacionales de salud mental nuestro país presenta un incremento de la población de adolescentes con conductas violentas, accidentes de tránsito por consumo de alcohol y de conductas suicidas. Esto obliga a los que trabajan en salud mental con la comunidad a elaborar propuestas técnicas que permitan afrontar esta situación y contribuir a estilos de vida más saludables.

Esta realidad individualista se evidencia en los estudiantes del tercer año del nivel secundario de nuestra institución educativa Santo Tomás de Aquino del centro de

Lima. Es cuestionante esta situación porque es una institución regentada por una orden religiosa que este año cumple ochocientos años de fundación, además esta Orden tuvo un aporte académico, cultural y religioso en el Perú, y la institución está a punto de cumplir 125 años de existencia. Se ha notado un fenómeno de ruptura emocional y de fe entre los estudiantes de primaria y secundaria, esto se da más plausiblemente en el tercero de secundaria. Estos cambios crean actitudes que se pueden notar en comportamientos individualistas, frente a circunstancias que realmente son para reconocer al otro como prójimo. En el peor de los casos se pierde la empatía y sentido de pertenencia teniendo como resultado estudiantes indiferentes e indolentes frente a la necesidad y dificultad del otro. También nos preocupa la desacralización de los referentes religiosos, que se evidencia más claramente cuando los estudiantes no respetan ni participan en las celebraciones religiosas. Otra conducta que se hace visible es el comportamiento agresivo, que se manifiesta en peleas y vocabulario soez en los momentos recreativos, campeonatos deportivos y a veces hasta en el aula.

Por último, estos últimos años hemos notado el cinismo de estos estudiantes cuando no reconocen sus indisciplinas o cuando lo llegan a hacer, minimizan la práctica de las normas de convivencia. Frente a estos problemas planteados y a la necesidad de buscar soluciones que puedan mejorar el desarrollo de las habilidades sociales en estos estudiantes se plantea la siguiente pregunta como un hilo conductor de los propósitos.

¿Por qué mejorar las habilidades sociales en los estudiantes de la institución Santo Tomás de Aquino?

Porque a través de la mejora de habilidades sociales los estudiantes serán capaces de mejorar el desarrollo de su alteridad, empatía, asertividad y sentido de pertenencia al otro. Está comprobado que la mejora de las habilidades sociales reduce comportamientos agresivos y violentos en los estudiantes. Se pretende desterrar comportamientos individualistas e indiferentes y potenciar conductas asertivas, participativas, dialogantes, valorativas y empáticas. Las habilidades sociales con sus componentes conductuales y cognitivos ayudarán a lograr el propósito. Además las

habilidades sociales guardan una relación intrínseca con la propuesta pedagógica dominicana que se caracteriza por dinamizar la dimensión *personal* en lo referente a autoestima y autoconcepto; la dimensión *profética*, cuando se refiere al desarrollo de la persona en coherencia con sus actitudes; y la *comunitaria*, que refleja actitudes proactivas, asertivas y *contemplativas* en la sociedad al desarrollar un sentido crítico de los pensamientos para transformar la realidad.

La investigación tiene una relevación social porque contribuirá a que los estudiantes sean protagonistas de una sociedad dialogante, democrática e inclusiva. En las implicancias prácticas ayudará a que los estudiantes desarrollen mejor su autoestima y asertividad para desterrar toda actitud de indiferencia e individualismo y el valor teórico de esta investigación permitirá crear ejes transversales desde el desarrollo de las habilidades sociales que permitan formar a estudiantes resolutivos, resilientes, cristianos y con capacidad de trascendencia, además de favorecer sustancialmente el desarrollo cognitivo de los adolescentes. Por todo lo mencionado toma fuerza el propósito de la investigación de mejorar las habilidades sociales en los estudiantes del 3er año del nivel secundario de la institución educativa Santo Tomás de Aquino del centro de Lima. La definición que se manejará durante este estudio, es la que ofrece Goldstein (1983), quien señala que “las habilidades sociales son un conjunto de habilidades y capacidades (variadas y específicas) para el contacto interpersonal y la solución de problemas de índole interpersonal y/o socioemocional”. Estas habilidades y capacidades se aplican en actividades desde básicas hasta avanzadas e instrumentales.

1.4.1 Problema general

¿Qué efectos tiene el programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016?

1.4.2 Problemas específicos

¿Qué efectos tiene el Programa “Encuentro” en la mejora de las primeras habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016?

¿Qué efectos tiene el Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016?

¿Qué efectos tiene el Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016?

¿Qué efectos tiene el Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016?

¿Qué efectos tiene el Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades que nos permiten hacer frente al estrés en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016?

¿Qué efectos tiene el Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades de planificación en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016?

1.5 Hipótesis

1.5.1 Hipótesis general

El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución

Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

1.5.2 Hipótesis específicas

El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las primeras habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades que nos permiten hacer frente al estrés en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades de planificación en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

1.6 Objetivos

1.6.1 Objetivo general

Determinar el programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016

1.6.2 Objetivos específicos

Determinar el efecto del Programa “Encuentro” en la mejora de las primeras habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016

Determinar el efecto del Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016

Determinar el efecto del Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016

Determinar el efecto del Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016

Determinar el efecto del Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades que nos permiten hacer frente al estrés en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016

Determinar el efecto del Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades de planificación en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016

II. Marco metodológico

2.1 Variables

La variable dependiente: Habilidades sociales

Son un conjunto de habilidades y capacidades (variadas y específicas) para el contacto interpersonal y la solución de problemas de índole interpersonal y/o socioemocional. Estas habilidades y capacidades se aplican en actividades desde básicas hasta avanzadas e instrumentales (Goldstein, 1983, p 74).

2.2 Operacionalización de variables

Tabla 3.

Operacionalización de las habilidades sociales

Dimensiones	Indicadores	Item	Escalas	Niveles
1. Primeras habilidades sociales: son aquellas que inician y facilitan las primeras relaciones entre los miembros del grupo.	Escuchar	1	1= nunca	Deficiente 0-25
	Iniciar una conversación	2	2=pocas veces	
	Mantener una conversación.	3	3=Alguna vez	Bajo 25-77
	Formular una pregunta.	4	4= a menudo	
	Dar las «gracias».	5	5=siempre	Normal 78-156
	Presentarse	6		
	Presentar a otras personas.	7		Bueno 157- 204
	Hacer un cumplido	8		
2. Habilidades sociales avanzadas. Compuesto por un grupo de habilidades que nos permiten mantener las relaciones con los otros miembros del grupo.	Pedir ayuda.	9		Excelente 205-250
	Participar	10		
	Dar instrucciones	11		
	Seguir instrucciones	12		
	Disculparse.	13		
	Convencer a los demás	14		
3. Habilidades relacionadas con los sentimientos. Son aquellas que nos permiten conocer nuestros propios sentimientos y posteriormente expresarlos de la forma más adecuada.	Conocer propios sentimientos	15		
	Expresar los sentimientos.	16		
	Comprender los sentimientos de los demás.	17		
	Enfrentarse al enfado de otro.	18		
	Expresar afecto	19		
	Resolver el miedo.	20		
	Autorrecompensarse	21		
4. Habilidades alternativas a la agresión. Este grupo de habilidades nos ha de permitir aprender técnicas de autocontrol y de control de la impulsividad.	Pedir permiso.	22		
	Compartir algo.	23		
	Ayudar a los demás.	24		
	Negociar	25		
	Empezar el autocontrol.	26		
	Defender los propios derechos.	27		
	Responder a las bromas.	28		
	Evitar los problemas con los demás.	29		
	No entrar en peleas	30		
	Formular una queja.	31		
5. Habilidades que nos permiten hacer frente al estrés. En este grupo se incluye el aprendizaje de técnicas que facilitan la relación con otras personas en situaciones de conflicto.	Responder a una queja	32		
	Demostrar deportividad después de un juego.	33		
	Resolver la vergüenza.	34		
	Arreglárselas cuando le dejan de lado.	35		
	Defender a un amigo.	36		
	Responder a la persuasión.	37		
	Responder al fracaso.	38		
	Enfrentarse a los mensajes contradictorios.	39		
	Responder a una acusación.	40		
	Prepararse para una conversación difícil.	41		
	Hacer frente a las presiones del grupo	42		
6. Habilidades de planificación. Son aquellas habilidades más avanzadas que permiten a las personas conocer y resolver problemas, teniendo en cuenta la importancia de la situación y las posibilidades que tenemos que dar una respuesta.	Tomar decisiones.	43		
	Discernir sobre la causa de un problema.	44		
	Establecer un objetivo	45		
	Determinar las propias habilidades	46		
	Recoger información.	47		
	Resolver los problemas según su importancia.	48		
	Tomar una decisión.	49		
	Concentrarse en una tarea.	50		

Fuente: adaptado de Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Goldstein (1980)

2.3 Metodología

Según Carrasco (2006) el método “son los modos, las formas, las vías o caminos más adecuados para lograr objetivos previamente definidos” (p. 269).

El método a utilizar en la presente investigación es hipotético deductivo que según Ñaupas et al (2013) consiste en “ir de la hipótesis a la deducción para determinar la verdad o falsedad de los hechos, procesos o conocimientos mediante la experimentación” (p.136).

2.4 Tipos de estudio

La presente investigación es de tipo aplicada porque al ejecutar el programa *Encuentro* se busca solucionar el problema planteado y lograr efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales; y como señala Santillana (2001) “la investigación aplicada trata de solucionar un problema práctico concreto” (p. 827).

Añade también Carrasco (2006) que “la investigación aplicada se distingue por tener propósitos prácticos, inmediatos, definidos, se investiga para actuar, transformar, modificar o producir cambios en un determinado sector de la realidad” (p. 25).

2.5 Diseño

Esta investigación es de diseño experimental, porque pretende dos respuestas fundamentales: manipular y medir la variable independiente, que es el Programa “Encuentro” para lograr un efecto sobre la variable dependiente, que es habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de la Institución educativa Santo Tomás de Aquino 20016-Lima.

Según Cabanillas (2011) “los experimentos auténticos o puros manipulan variables independientes para ver sus efectos sobre variables dependientes en una situación de control” (p.114).

Añade Carrasco (2006) que se denomina “tipos de diseño experimental a las diferentes formas de resolver problemas de interés científico en el campo experimental. Tenemos el preexperimento, el experimento puro y el cuasi experimento” (p.62).

Se denomina “diseño cuasi experimental a aquellos que no asignan al azar sujetos que forman parte del grupo de control y experimental, ni son emparejados, puesto que los grupos de trabajo están formados, es decir, ya existen previamente al experimento” (Carrasco, 2006, p.70)

El esquema que presenta el diseño es la siguiente:

G ₁	O ₁	X	O ₂
G ₂	O ₃	-	O ₄

G₁ Grupo experimental

G₂ Grupo control

O₁ Preprueba Grupo experimental

O₂ Postprueba Grupo experimental

O₃ Preprueba Grupo control

O₄ Postprueba Grupo control

X Aplicación del programa

--- Sin aplicación del programa

Este proyecto sigue el modelo cuasi experimental con preprueba y posprueba porque no escoge al azar los grupos de estudiantes de control ni experimental. Este modelo se realizó con dos grupos, al experimental se le dio el estímulo del programa y el otro no recibió estímulo. La preprueba que se tomó a ambos grupos determinó el nivel con el que inician los dos grupos y la posprueba midió cómo la variable independiente influyó sobre la variable dependiente.

2.6 Población, muestra y muestreo

Según Mejía (2013) “a la población también se llama universo y su estudio se realiza mediante el censo, es decir mediante el conteo, uno a uno de todos los elementos del conjunto” (p. 170). En el presente proyecto de investigación la población son los estudiantes del sexto y séptimo ciclo del nivel secundario, que suman 200 alumnos del colegio Santo Tomás de Aquino.

La muestra es un subconjunto de la población, para que un sector de la población sea considerado como muestra es necesario que todos los elementos de ella pertenezcan a la población, por eso se dice que una muestra debe ser representativa de la población, es decir debe tener las mismas características generales de la población (Mejía, 2013, p.170).

El muestreo no probabilístico se realiza cuando el investigador por las características de su estudio, necesita incorporar la muestra a sujetos que posean características deseadas por él. Este es un tipo de muestreo en el que la probabilidad no es necesaria y, por el contrario, se trata de identificar a los sujetos de la muestra con criterios intencionados, es decir, identificándolos en base a criterios previamente establecidos (Mejía, 2013, p. 192).

Según Hernández (2014) “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 selección” (p.189).

En este trabajo de investigación se ha escogido a 44 estudiantes, de dos aulas del tercer año del nivel secundario, tercer año “A” para el grupo experimental y tercer año “B” otra para el grupo de control. Estos estudiantes adolescentes tienen características muy parecidas porque provienen del mismo distrito, sus edades oscilan entre 14-15 años, están en el mismo grado y sobre todo todos estos estudiantes pertenecen al colegio Santo Tomás de Aquino y además está enmarcado dentro del muestreo no probalístico.

Tabla 4.

Muestra utilizada en el programa

Grupos	Aula	Cantidad de niños
Grupo Experimental	Aula 3ero "A"	21 estudiantes
Grupo Control	Aula 3ero "B"	21 estudiantes

2.7 Técnicas de observación e instrumentos de recolección de datos

El instrumento aplicado para la recolección de datos es el cuestionario aprendizaje estructurado de Goldstein, que ayudará a saber el manejo de habilidades sociales en los estudiantes del tercero de secundaria. La técnica utilizada para el recojo de los resultados fue el cuestionario, que según refiere Ñaupas et al. (2013) "una modalidad de la técnica de la encuesta que consiste en formular un conjunto sistemático de preguntas escritas relacionadas a hipótesis de trabajo y por ende a las variables de la investigación" (p. 211).

Ficha técnica del instrumento

El instrumento se elaboró tomando como base el cuestionario de habilidades sociales de Goldstein (1983) El cuestionario consta de 6 secciones: la primera para medir las primeras habilidades, la segunda para habilidades sociales avanzadas, la tercera para habilidades relacionadas con los sentimientos, la cuarta para medir habilidades alternativas, la quinta para medir las habilidades para hacer frente al estrés y la sexta habilidades para la planificación. En total estas 6 secciones constan de 50 cuestionarios.

Cuestionario de las habilidades sociales

Primeras habilidades

Ficha Técnica

Nombre : Primeras habilidades sociales

Autor : Arnold P. Goldstein

Año : 1983

Administración : Individual

Tiempo de aplicación : Aproximadamente 20 a 25 minutos

Ámbito de aplicación : Estudiantes escolares del tercero de secundaria

Objetivo : facilitar las primeras relaciones en los grupos mediante la escucha, iniciando una conversación, formulando preguntas, agradeciendo, presentándose y haciendo cumplidos.

Habilidades sociales avanzadas

Nombre : Habilidades sociales avanzadas

Autor : Arnold P. Goldstein

Año : 1983

Administración : Individual

Tiempo de aplicación : Aproximadamente 20 a 25 minutos

Ámbito de aplicación : Estudiantes escolares del tercero de secundaria

Objetivo : Propiciar el desarrollo del individuo y aporta elementos para que éste puede relacionarse en distintos entornos sociales.

Habilidades relacionadas con los sentimientos

Nombre : Habilidades relacionadas con los sentimientos

Autor : Arnold P. Goldstein

Año : 1983

Administración : Individual

Tiempo de aplicación : Aproximadamente 20 a 25 minutos

Ámbito de aplicación : Estudiantes escolares del tercero de secundaria

Objetivo : Propiciar un conocimiento más sincero y profundo de nuestros propios sentimientos y posteriormente expresarlos de la forma más adecuada y respetuosa en la integración grupal.

Habilidades alternativas a la agresión

Nombre : Habilidades alternativas a la agresión

Autor : Arnold P. Goldstein

Año : 1983

Administración : Individual

Tiempo de aplicación : Aproximadamente 20 a 25 minutos

Ámbito de aplicación : Estudiantes escolares del tercero de secundaria

Objetivo : Ayuda a tomar decisiones acertadas, favorecer un equilibrio, tener autodominio y fortalecer la capacidad resolutive de situaciones problemáticas.

Habilidades para ser frente al estrés

Nombre : Habilidades para ser frente al estrés

Autor : Arnold P. Goldstein

Año : 1983

Administración : Individual

Tiempo de aplicación : Aproximadamente 20 a 25 minutos

Ámbito de aplicación : Estudiantes escolares del tercero de secundaria

Objetivo : Favorecer a que la persona desarrolle mecanismos de afrontamiento oportuno de sus dificultades

Habilidades de planificación

Nombre	: Habilidades de planificación
Autor	: Arnold P. Goldstein
Año	: 1983
Administración	: Individual
Tiempo de aplicación	: Aproximadamente 20 a 25 minutos
Ámbito de aplicación	: Estudiantes escolares del tercero de secundaria
Objetivo	: Desarrollo del autocontrol y empatía en momentos de enfado
Significación	: Este grupo de habilidades sociales está referido a evaluar la mejora de las habilidades en adolescente en edad escolar

Estructura:

La puntuación máxima a obtener en un items es 5 y el valor mínimo es 1. Es posible obtener los siguientes puntajes de medidas de uso competente o deficiente de las habilidades sociales al usar la escala. El puntaje total, que varía en función al número de items que responde el sujeto en cada valor de 1 a 5. Este puntaje como mínimo es 50 y como máximo 250 puntos:

- Marca 1 si nunca utilizas bien la habilidad.
- Marca 2 si utilizas muy pocas veces la habilidad.
- Marca 3 si utilizas alguna vez bien la habilidad.
- Marca 4 si utilizas a menudo bien la habilidad.
- Marca 5 si utilizas siempre bien la habilidad.

Tabla 5.

Baremos de los niveles de las habilidades sociales según Goldstein

Categoría	Puntaje directo
Excelente nivel	205 a+
Buen nivel	157 a 204
Normal Nivel	78 a 156
Bajo Nivel	26 a 77
Deficiente nivel	0 a 25

2.7.1 Validez del instrumento

El análisis de la validez de contenido se llevará a cabo con las calificaciones obtenidas en la tabla de evaluación de los juicios de expertos. Asimismo, a través del SPSS y mediante la prueba binomial, se determinará si las preguntas tienen relación con los elementos de los indicadores.

Según Carrasco (2006) “La validez es un atributo de los instrumentos de investigación, consiste en que estos miden con objetividad, precisión, veracidad y autenticidad aquello que se desea medir de la variable o variables de estudio. Un instrumento es válido cuando nos permite extraer datos que podemos conocer” (p. 336).

Tabla 6.

Juicio de expertos

Expertos	Aplicabilidad del instrumento
Mg. Estrella, Esquiagola Aranda	Aplicable

2.7.2 Confiabilidad del Instrumento de medición

El test estimado de homogeneidad usado para el presente instrumento que tiene formato de respuestas de escala Likert es el alfa de Cronbach.

Según Carrasco (2006) “la confiabilidad es la cualidad o propiedad de un instrumento de medición, que le permite obtener los mismos resultados, al aplicarse una o más veces a la misma persona o grupos de personas de diferentes periodos de tiempo” (p. 339)

Tabla 7.

Coefficiente de confiabilidad de la variable: habilidades sociales

Alfa de Cronbach	N de elementos
,990	50

Como se observa en la tabla el indicador del alfa de Cronbach es ,990 por tanto se afirma que el instrumento según los rangos establecidos tiene alta confiabilidad.

2.8 Métodos de análisis de datos

Se procesaron los datos obtenidos en la investigación de campo mediante el Software estadístico SPSS versión 22, este análisis se realizó utilizando la estadística descriptiva y la inferencial.

En la estadística descriptiva se utilizaron los diagramas de cajas y bigotes, las tablas cruzadas y los gráficos de pirámide. Refiere Ñaupas (2009) que la estadística descriptiva sirve para procesar y analizar datos que se han obtenido

de las variables de estudio, utiliza estadígrafos para comprender las variables estudiadas.

En la estadística inferencial se utilizó la prueba no paramétrica del test U de Mann Whitney, que permite conocer el nivel de significancia estadística para comprobar las hipótesis de investigación al comparar dos grupos de datos. Según Ñaupas (2009) la estadística inferencial “pretende inferir generalizar las cualidades observadas en una muestra a toda una población; para ello se vale de procedimientos y técnicas estadísticas” (p. 177).

III. Resultados

3.1 Presentación de resultados descriptivos

Tabla 8.

Niveles de las habilidades sociales en estudiantes de 3er año de secundaria del colegio Santo Tomas de Aquino- 2016.

		HABILIDADES SOCIALES					Total
		DEFICIENTE	MALO	NORMAL	BUENO	EXCELENTE	
Precontrol	Recuento	0	5	13	2	1	21
	% dentro de TEST	0,0%	23,8%	61,9%	9,5%	4,8%	100,0%
Preexperimental	Recuento	1	5	12	3	0	21
	% dentro de TEST	4,8%	23,8%	57,1%	14,3%	0,0%	100,0%
Postcontrol	Recuento	0	5	12	3	1	21
	% dentro de TEST	0,0%	23,8%	57,1%	14,3%	4,8%	100,0%
Postexperimental	Recuento	0	1	2	14	4	21
	% dentro de TEST	0,0%	4,8%	9,5%	66,7%	19,0%	100,0%
Total	Recuento	1	16	39	22	6	84
	% dentro de TEST	1,2%	19,0%	46,4%	26,2%	7,1%	100,0%

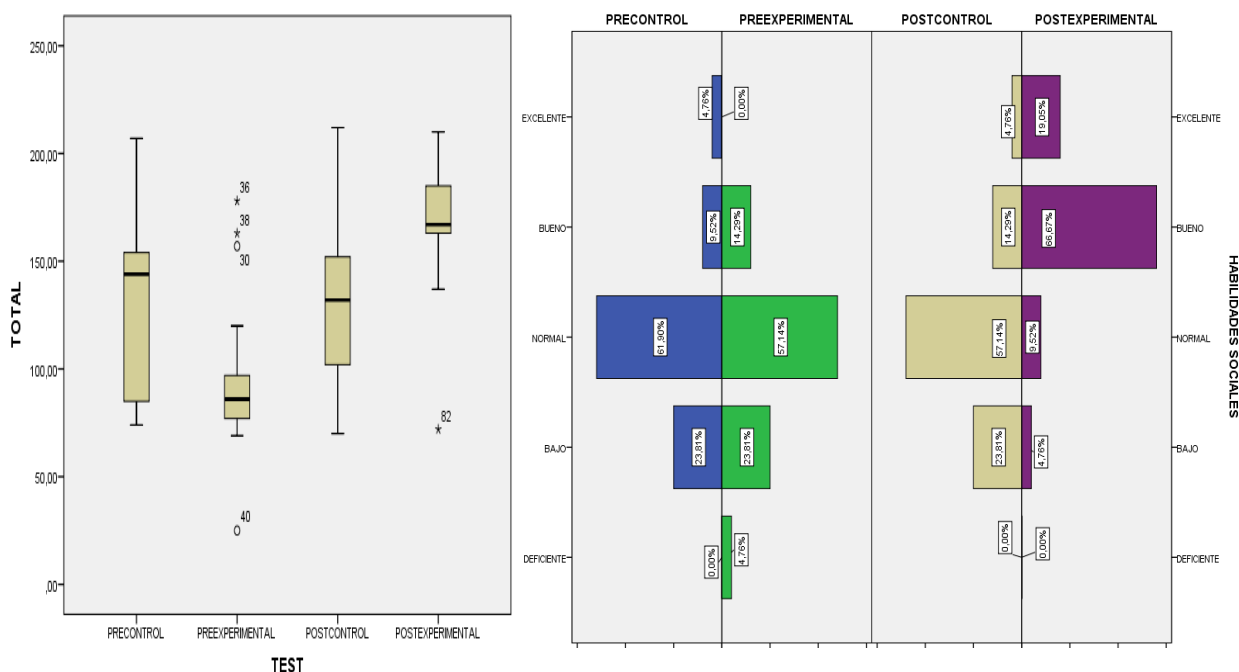


Figura 1. Gráfica comparativa de estudiantes en los niveles de las habilidades sociales en el pretest y postest de los grupos control y experimental.

En el pretest: Como se muestra en la tabla 8, el grupo control evidenció un nivel excelente en Habilidades Sociales en un 5%, en un nivel bueno 10%, en un nivel normal el 62% y en un nivel bajo 24% y finalmente en un nivel deficiente se obtuvo 0%; del mismo modo el grupo experimental, obtuvo un 0% en el nivel excelente, 14% en el nivel bueno, en el nivel normal 57%, en el nivel bajo 24% y en el nivel deficiente 5%. Estos niveles de Habilidades sociales indican que en la fase del pretest existen diferencias no sustanciales en los niveles: excelente, bueno, normal y deficiente de las habilidades sociales.

A partir de los datos que se expresan en el gráfico se considera los porcentajes más altos y más bajos.

En el nivel normal se encuentran la gran mayoría de los estudiantes del grupo control (62%) y experimental (57%). Este nivel se caracteriza porque los estudiantes con cierta frecuencia plantean temas de conversación y la mantienen siempre y cuando el tema sea de su agrado, pero pasa lo contrario cuando los temas no son “relevantes o atractivos” según su lógica, también en oportunidades aprecian las cualidades de sus compañeros, pero no dejan de lado la sátira y las bromas al momento de apreciar las virtudes del otro, forman círculos entre los que consideran que comparten las mismas ideas, bromas y tareas, en este contexto algunos se apoyan entre ellos para resolver inquietudes que surgen en sus vidas, pero les cuesta expresar sus sentimientos fuera de su círculo por temor a que los critiquen o se burlen y muchas veces ante las presiones de grupo se limitan pueden reaccionar de forma violenta.

En el nivel deficiente se encontró solo un estudiante del grupo experimental (5%), según los informes de la psicóloga y sus padres esta en tratamiento porque presenta adicción a los videojuegos y conducta bipolar. Por eso la conducta que se notó es que le cuesta mantener una conversación, porque considera que todos son hipócritas y para lo único que sirven sus compañeros es para burlarse y molestarlo, en sus momentos de arranque no mide el peligro, tiene gestos, palabras y conductas violentas y las pocas veces que responde lo hace con cabeza baja, se desmotiva con los temas académicos, y al momento de aplicar las sesiones del proyecto solo participó de las dinámicas para moverse, saltar,

pintar; pero no así con los videos y en los espacios de compartir experiencias.

En el posttest: Se aprecia luego de la aplicación del programa “Encuentro” en los estudiantes del tercer año de secundaria que los resultados finales de los niveles de Habilidades sociales tanto para el grupo control como para el grupo experimental son muy diferentes, en el grupo control el 5% se ubicó en el nivel excelente, en el experimental (19%), en el nivel bueno hay una notable diferencia: el grupo control (10%) el grupo experimental (67%) de la misma manera ocurre en el nivel normal, el grupo control (62%) y el grupo experimental (10%) y en el nivel bajo tanto control como experimental (5%) y por último en el nivel deficiente ambos grupos(0%) Por lo tanto, se puede concluir que el grupo control y experimental tienen diferencias en las puntuaciones logradas referidas a los niveles de las Habilidades sociales.

A partir de los datos que nos presenta el gráfico se considera los porcentajes más altos y bajos.

En el nivel excelente He considerado este nivel porque en el pretest el grupo experimental (0%) en cambio en el posttest el grupo experimental alcanzó (19%) gracias a la ejecución del programa “Encuentro” para la mejora de las habilidades sociales. Estos estudiantes se caracterizan por ser personas que tienen capacidad de escucha, mantienen prolongadamente una conversación sobre cualquier tema, con frecuencia saben valorar las virtudes de sus compañeros y les hacen elogios de cualidades que va encontrando en la sociabilización, no dudan en pedir ayuda en circunstancias en que creen conveniente hacerlo de la misma manera ayudan sin ningún interés, al momento de compartir y expresar sus sentimientos lo hacen de forma madura y asimismo escuchan, comprenden y respetan los sentimientos de los otros, por lo general son reflexivos y al momento de plantear sus respuestas lo hacen asertivamente, esto puede verse reflejado frente a las circunstancias de fracaso o presiones de grupo, son estudiantes que determinan eficazmente sus propias habilidades al momento de ejecutar un proyecto y ponen toda su concentración en la realización del proyecto.

En el nivel bueno se nota una diferencia entre el pretest del grupo experimental (14%) y el posttest del grupo experimental (67%). Esta notable diferencia es gracias a la ejecución del programa “Encuentro” para la mejora de las habilidades sociales. Estos estudiantes están preparados para escuchar, y conversar por espacio prolongado sobre diversos temas, aprecian con menos vacilación las cualidades de sus compañeros y en oportunidades destacan cualidades que fortalecen los trabajos grupales, esto ayuda a que se apoyen en sus compañeros cuando se sienten la necesidad de darle solución a un problema, saben reconocer y valorar sus propios sentimientos y el de los otros, esto se pudo notar al momento en que compartían y por último frente a las presiones de grupo responden asertivamente y en muchas oportunidades ayudando o corrigiendo a los más revoltosos

En el nivel bajo hubo diferencia en el pretest del grupo experimental (24%) y en el posttest (5%) este cambio significativo es gracias al aporte del programa “Encuentro” y lo que caracteriza a estos estudiantes es que sus conversaciones entre compañeros aunque con frecuencia son temas banales y cambiantes, pero se atreven a fomentar esta habilidad comunicativa, le cuesta mucho confiar por temor a que descubran sus carencias y debilidades afectivas. Viven angustiados en el presente y por su futuro, ya que siempre se comparan con el logro que van alcanzando los otros y la gran mayoría de ellos consideran que no han logrado nada significativo hasta hoy.

A su vez se puede observar que por dimensiones existen resultados importantes del posttest con respecto al pretest.

Tabla 9.

Niveles de la dimensión de primeras habilidades sociales en estudiantes de 3er año de secundaria del colegio Santo Tomas de Aquino- 2016.

		PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES					Total
		DEFICIENTE	BAJO	NORMAL	BUENO	EXCELENTE	
Precontrol	Recuento	0	3	6	3	9	21
	% dentro de TEST	0,0%	14,3%	28,6%	14,3%	42,9%	100,0%
Preexperimental	Recuento	1	3	13	2	2	21
	% dentro de TEST	4,8%	14,3%	61,9%	9,5%	9,5%	100,0%
Postcontrol	Recuento	0	6	5	4	6	21
	% dentro de TEST	0,0%	28,6%	23,8%	19,0%	28,6%	100,0%
Postexperimental	Recuento	0	5	1	2	13	21
	% dentro de TEST	0,0%	23,8%	4,8%	9,5%	61,9%	100,0%
Total	Recuento	1	17	25	11	30	84
	% dentro de TEST	1,2%	20,2%	29,8%	13,1%	35,7%	100,0%

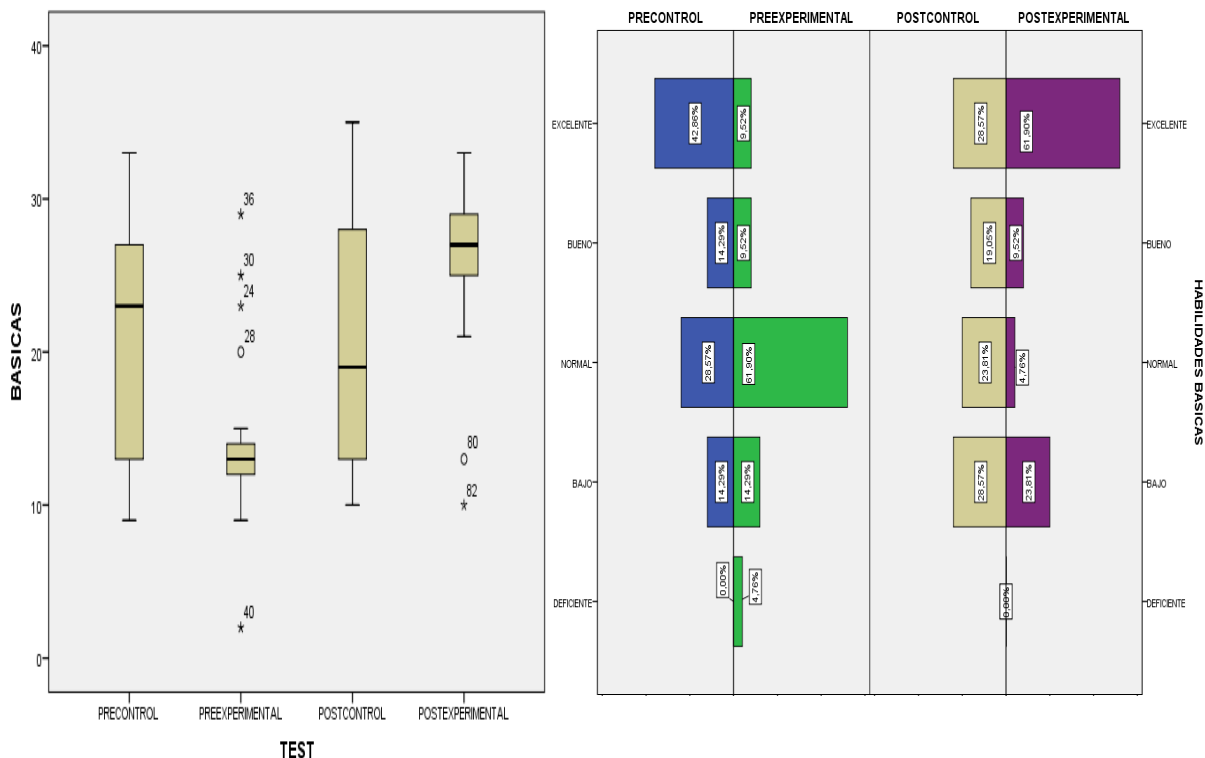


Figura 2. Gráfica comparativa de los niveles de la dimensión de primeras habilidades sociales en el pretest y postest de los grupos de control y experimental.

Como se observa en la tabla 9 hubo cambios considerables en el grupo experimental entre el pretest y postest. Muestra de esto ocurre en nivel normal(69%) en el pretest, pasó a un nivel excelente(69%) en el postest. Esto significa que los estudiantes pasaron de la capacidad de escucha a realizar espontáneamente cumplidos y agradecimientos por acciones que ayudaron a la sociabilización.

Tabla 10.

Niveles de la dimensión de habilidades sociales avanzadas en estudiantes de 3er año de secundaria del colegio Santo Tomas de Aquino- 2016.

		HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS					
		DEFICIENTE	BAJO	NORMAL	BUENO	EXCELENTE	Total
Precontrol	Recuento	0	7	7	6	1	21
	% dentro de TEST	0,0%	33,3%	33,3%	28,6%	4,8%	100,0%
Preexperimental	Recuento	1	11	7	2	0	21
	% dentro de TEST	4,8%	52,4%	33,3%	9,5%	0,0%	100,0%
Postcontrol	Recuento	0	7	7	5	2	21
	% dentro de TEST	0,0%	33,3%	33,3%	23,8%	9,5%	100,0%
Postexperimental	Recuento	0	1	1	18	1	21
	% dentro de TEST	0,0%	4,8%	4,8%	85,7%	4,8%	100,0%
Total	Recuento	1	26	22	31	4	84
	% dentro de TEST	1,2%	31,0%	26,2%	36,9%	4,8%	100,0%

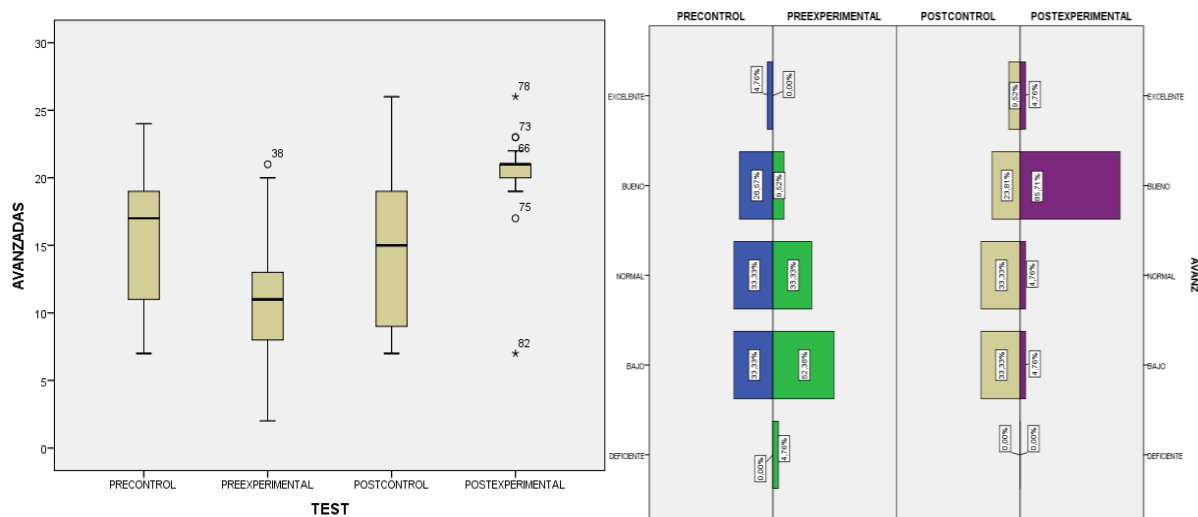


Figura 3. Gráfica comparativa de los niveles de la dimensión de habilidades sociales avanzadas en el pretest y postest de los grupos de control y experimental.

Como se visualiza en la tabla 10 hay una notable diferencia en el grupo experimental entre pretest y el postest, en el nivel bueno (10%) y (86%) respectivamente. Esto significa que los estudiantes saben dar instrucciones y son coherentes en su cumplimiento, saben reconocer sus errores y disculparse con las personas afectadas y tienen la capacidad persuasiva para convencer sobre las decisiones buenas que beneficien al grupo.

Tabla 11.

Niveles de la dimensión de habilidades relacionadas con los sentimientos en estudiantes de 3er año de secundaria del colegio Santo Tomas de Aquino- 2016.

		HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS					Total
		DEFICIENTE	BAJO	NORMAL	BUENO	EXCELENTE	
Precontrol	Recuento	0	4	4	9	4	21
	% dentro de TEST	0,0%	19,0%	19,0%	42,9%	19,0%	100,0%
Preexperimental	Recuento	1	9	8	2	1	21
	% dentro de TEST	4,8%	42,9%	38,1%	9,5%	4,8%	100,0%
Postcontrol	Recuento	0	4	9	6	2	21
	% dentro de TEST	0,0%	19,0%	42,9%	28,6%	9,5%	100,0%
Postexperimental	Recuento	0	1	2	11	7	21
	% dentro de TEST	0,0%	4,8%	9,5%	52,4%	33,3%	100,0%
Total	Recuento	1	18	23	28	14	84
	% dentro de TEST	1,2%	21,4%	27,4%	33,3%	16,7%	100,0%

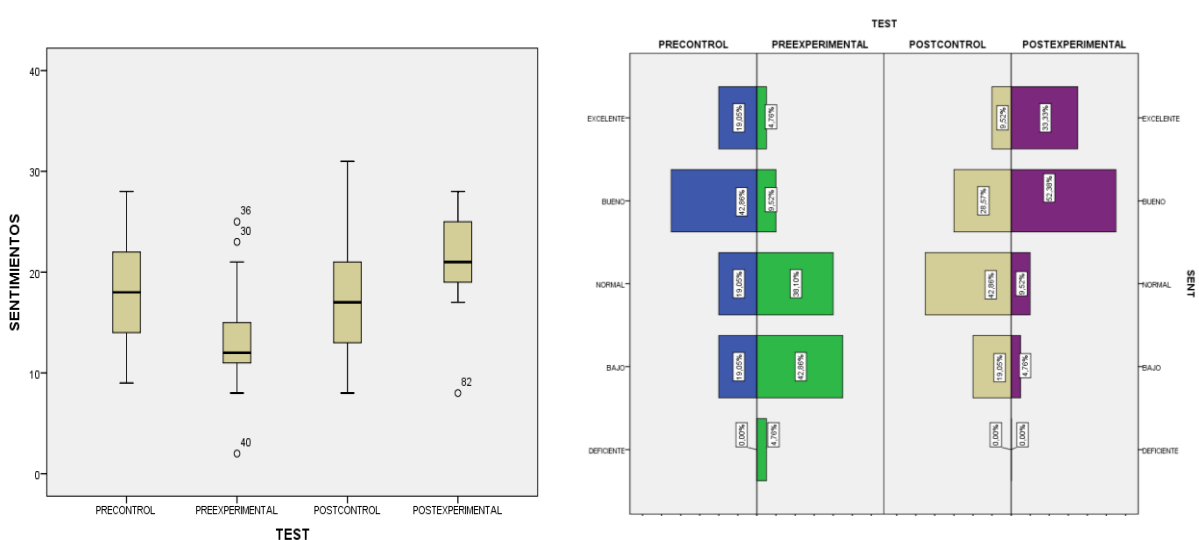


Figura 4. Gráfica comparativa de los niveles de la dimensión de habilidades relacionadas a los sentimientos en el pretest y postest de los GC y GE.

Como se observa en la tabla 11 hay una notable diferencia en el grupo experimental entre el pretest y posttest sobre todo en los niveles bueno (52%) y excelente (32%). Esto significa que los estudiantes reconocen sus sentimientos y lo expresan con madurez y responsabilidad, saben tener actitudes empáticas para ponerse en el lugar del otro y expresan sus afectos y se automotivan para alcanzar sus objetivos y resolver sus problemas.

Tabla 12.

Niveles de la dimensión de habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de 3er año de secundaria del colegio Santo Tomas de Aquino- 2016.

		HABILIDADES ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN					
		DEFICIENTE	BAJO	NORMAL	BUENO	EXCELENTE	Total
Precontrol	Recuento	0	7	2	10	2	21
	% dentro de TEST	0,0%	33,3%	9,5%	47,6%	9,5%	100,0%
Preexperimental	Recuento	1	13	4	3	0	21
	% dentro de TEST	4,8%	61,9%	19,0%	14,3%	0,0%	100,0%
Postcontrol	Recuento	0	6	6	7	2	21
	% dentro de TEST	0,0%	28,6%	28,6%	33,3%	9,5%	100,0%
Postexperimental	Recuento	0	1	2	11	7	21
	% dentro de TEST	0,0%	4,8%	9,5%	52,4%	33,3%	100,0%
Total	Recuento						84
	% dentro de TEST	1	27	14	31	11	100,0%

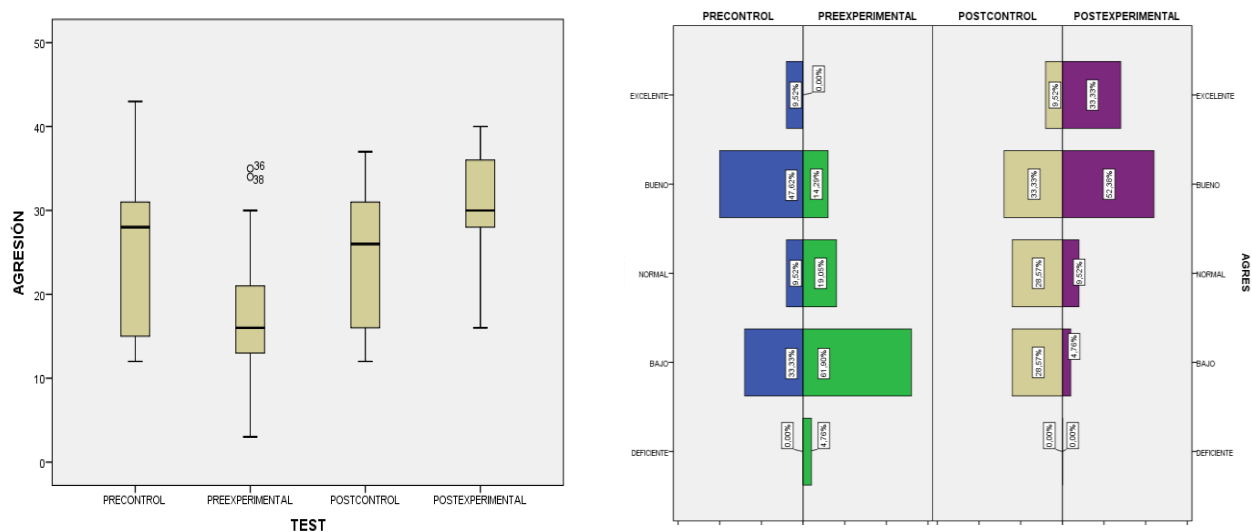


Figura 5. Gráfica comparativa de los niveles de la dimensión de habilidades alternativas a la agresión en el pretest y posttest de los grupos de control y experimental.

Como se observa en la tabla 12 en el total del promedio del grupo experimental en el posttest se reparte entre los niveles bueno (54%) y excelente (33%). Esto significa que los estudiantes tienen la capacidad de negociar frente a situaciones conflictivas, saben regular su temperamento frente a situaciones incómodas y tensas, se alejan de los problemas y defienden con prudencia y temple sus derechos y el de los demás.

Tabla 13.

Niveles de la dimensión de habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes de 3er año de secundaria del colegio Santo Tomas de Aquino- 2016.

		HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS					Total
		DEFICIENTE	BAJO	NORMAL	BUENO	EXCELENTE	
Precontrol	Recuento	0	2	6	7	6	21
	% dentro de TEST	0,0%	9,5%	28,6%	33,3%	28,6%	100,0%
Preexperimental	Recuento	0	5	11	2	3	21
	% dentro de TEST	0,0%	23,8%	52,4%	9,5%	14,3%	100,0%
Postcontrol	Recuento	0	3	3	10	5	21
	% dentro de TEST	0,0%	14,3%	14,3%	47,6%	23,8%	100,0%
Postexperimental	Recuento	0	1	0	1	19	21
	% dentro de TEST	0,0%	4,8%	0,0%	4,8%	90,5%	100,0%
Total	Recuento	0	11	20	20	33	84
	% dentro de TEST	0,0%	13,1%	23,8%	23,8%	39,3%	100,0%

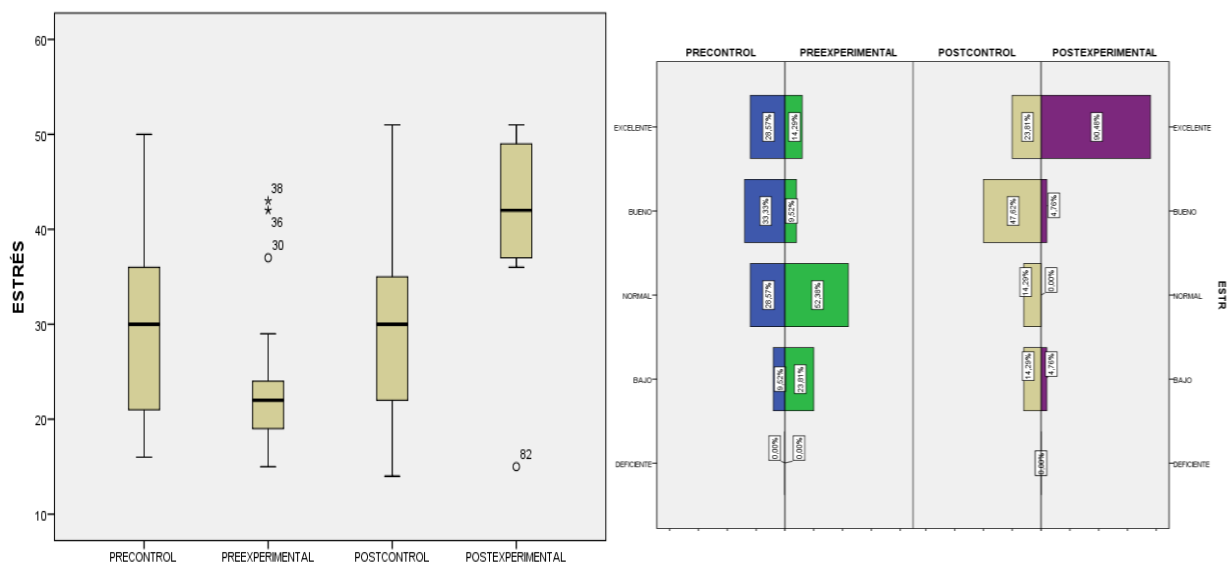


Figura 6. Gráfica comparativa de los niveles de la dimensión de habilidades para hacer frente al estrés en el pretest y posttest de los grupos de control y experimental.

Como se observa en la tabla 13 hay una diferencia sustancial dentro del grupo experimental entre el pretest (14%) y posttest (91%) en el nivel excelente. Esto significa que los estudiantes luego del programa saben expresar su molestia, saben perder en jornadas deportivas, hacen frente a las presiones grupales y ante situaciones engorrosas saben salir airosos.

Tabla 14.

Niveles de la dimensión de habilidades de planificación en estudiantes de 3er año de secundaria del colegio Santo Tomas de Aquino- 2016.

		HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN					Total
		DEFICIENTE	MALO	NORMAL	BUENO	EXCELENTE	
Precontrol	Recuento	1	8	8	3	1	21
	% dentro de TEST	4,8%	38,1%	38,1%	14,3%	4,8%	100,0%
Preexperimental	Recuento	1	15	3	2	0	21
	% dentro de TEST	4,8%	71,4%	14,3%	9,5%	0,0%	100,0%
Postcontrol	Recuento	0	8	9	4	0	21
	% dentro de TEST	0,0%	38,1%	42,9%	19,0%	0,0%	100,0%
Postexperimental	Recuento	0	1	4	12	4	21
	% dentro de TEST	0,0%	4,8%	19,0%	57,1%	19,0%	100,0%
Total	Recuento	2	32	24	21	5	84
	% dentro de TEST	2,4%	38,1%	28,6%	25,0%	6,0%	100,0%

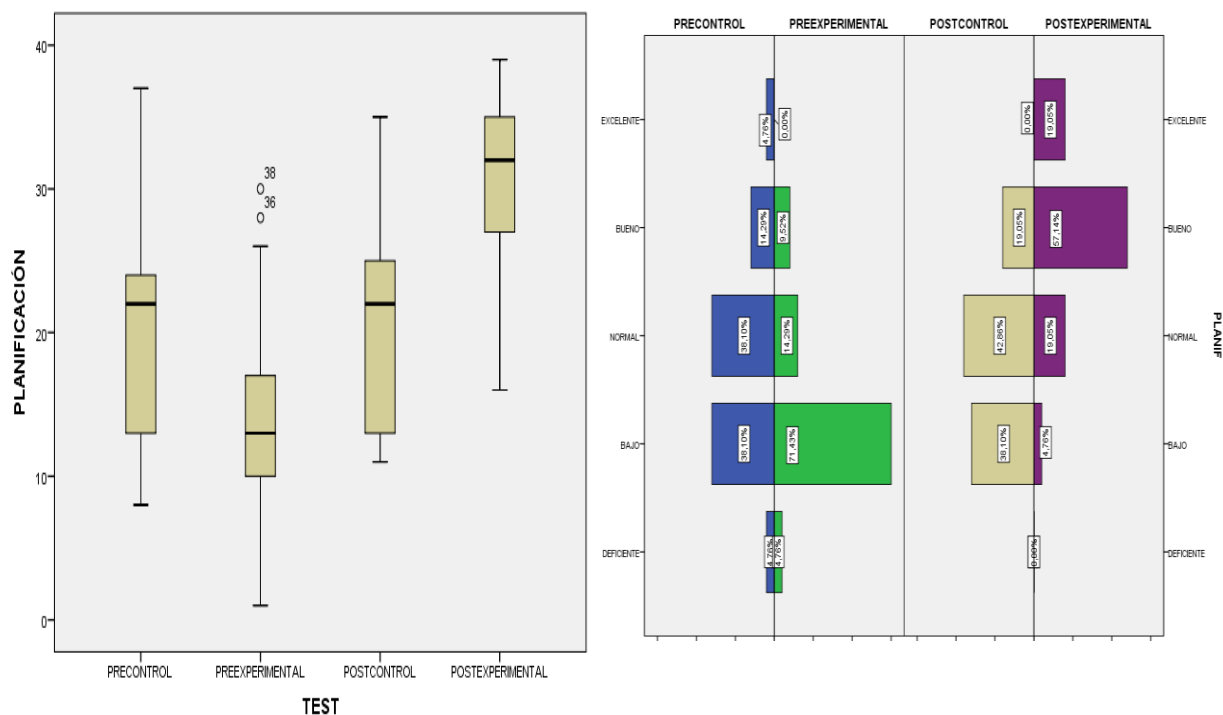


Figura 7. Gráfica comparativa de los niveles de la dimensión de habilidades de planificación en el pretest y postest de los grupos de control y experimental.

Como se observa en la tabla 14 hay una notable diferencia en el pretest y el posttest del grupo experimental porque en el pretest la mayor puntuación se concentró en el nivel bajo (71%) mientras que en el posttest el mayor puntaje estuvo en el nivel bueno (57%). Esto significa que después del programa lograron ser capaces de determinar sus habilidades personales, tomar decisiones acertadas, tienen la capacidad de concentrarse al realizar una tarea y establecen objetivos grupales para fines reales

3.2 Resultados inferenciales

3.2.1 Hipótesis general de la investigación

Ho: El Programa “Encuentro” no tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H1: El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016

$$H_0: \mu_1 > \mu_2.$$

Tabla 15.

Nivel de significación de las habilidades sociales

TEST	N	Rango promedio	Suma de rangos	Test U de Mann-Whitney
POSTCONTROL	21	15,02	315,50	U= 84,50
POSTEXPERIMENTAL	21	27,98	587,50	Z= -3,423
Total	42			Sig. asintótica (bilateral)= 0,001

De los resultados y valores inferenciales que se muestran en la tabla del post test, podemos observar que el valor de la $z = -3,423$ por lo que se encuentra por debajo

del nivel crítico $z_c < -1,96$ y el $p=0,001$ menor al valor de la significancia ($p < 0,05$), lo que significa rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna que sostiene que el Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016, en vista que existe diferencia significativa en los niveles de las habilidades sociales en los grupos control y experimental luego de manipular la variable independiente.

3.2.2 Hipótesis específicas de la investigación

Hipótesis específica 1

Ho: El Programa “Encuentro” no tiene efectos significativos en la mejora de las primeras habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H1: El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las primeras habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

$$H_0: \mu_1 > \mu_2.$$

Tabla 16.

Nivel de significación de las primeras habilidades sociales

TEST	N	Rango promedio	Suma de rangos	Test U de Mann-Whitney
POSTCONTROL	21	17,43	366,00	U= 135,00
POSTEXPERIMENTAL	21	25,57	537,00	Z= -2,157
Total	42			Sig. asintótica (bilateral)= 0,031

De los resultados y valores inferenciales que se muestran en la tabla del post test, podemos observar que el valor de la $z_c=-2,157$ y se encuentra por debajo del

nivel crítico $z_c < -1,96$ y el $p=0,031$ menor al $\alpha 0,05$, lo que significa rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna que sostiene que el Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las primeras habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016, en vista que existe diferencia significativa en los niveles de las primeras habilidades sociales en los grupos control y experimental luego de manipular la variable independiente.

Hipótesis específica 2

Ho: El Programa “Encuentro” no tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016

$$Ho: \mu_1 = \mu_2.$$

H1: El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016

$$Ho: \mu_1 > \mu_2.$$

Tabla 17.

Nivel de significación de las habilidades sociales avanzadas

TEST	N	Rango promedio	Suma de rangos	Test U de Mann-Whitney
POSTCONTROL	21	15,43	324,00	U= 138,00
POSTEXPERIMENTAL	21	27,57	579,00	Z= -2,080
Total	42			Sig. asintótica (bilateral)= 0,038

De los resultados y valores inferenciales que se muestran en la tabla del post test, podemos observar que el valor de la $z_c = -2,080$ por lo que se encuentra por debajo del nivel crítico $z_c < -1,96$ y el $p=0,038$ menor al $\alpha 0,05$, lo que significa rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna que sostiene que el Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del 3er año de secundaria de

la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016, en vista que existe diferencia significativa en los niveles de las habilidades sociales avanzadas en los grupos control y experimental luego de manipular la variable independiente.

Hipótesis específica 3

Ho: El Programa “Encuentro” no tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H1: El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

$$H_0: \mu_1 > \mu_2.$$

Tabla 18.

Nivel de significación de las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos

TEST	N	Rango promedio	Suma de rangos	Test U de Mann-Whitney
POSTCONTROL	21	17, 57	369,00	U= 93,00
POSTEXPERIMENTAL	21	25, 43	534,00	Z= -3,240
Total	42			Sig. asintótica (bilateral)= 0,001

De los resultados y valores inferenciales que se muestran en la tabla del post test, podemos observar que el valor de la $z_c = -3,240$ se encuentra por debajo del nivel crítico $z_c < -1,96$ y el $p=0,001$ menor al $\alpha 0,05$, lo que significa rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna que sostiene que el Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016, en vista que existe diferencia significativa en los niveles de las habilidades relacionadas con los sentimientos en los grupos control y experimental luego de manipular la variable independiente.

Hipótesis específica 4

Ho: El Programa “Encuentro” no tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H1: El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

$$H_0: \mu_1 > \mu_2.$$

Tabla 19.

Nivel de significancia de las habilidades alternativas a la agresión

TEST	N	Rango promedio	Suma de rangos	Test U de Mann-Whitney
POSTCONTROL	21	15,95	335,00	U= 104,00
POSTEXPERIMENTAL	21	27,05	568,00	Z= -2,934
Total	42			Sig. asintótica (bilateral)= 0,003

De los resultados y valores inferenciales que se muestran en la tabla del post test, podemos observar que el valor de la $z_c = -2,934$ se encuentra por debajo del nivel crítico $z_c < -1,96$ y el $p = 0,003$ menor al $\alpha 0,05$, lo que significa rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna que sostiene que el Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016, en vista que existe diferencia significativa en los niveles de las habilidades alternativas a la agresión en los grupos control y experimental luego de manipular la variable independiente

Hipótesis específica 5

Ho: El Programa “Encuentro” no tiene efectos significativos en la mejora de las

habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H1: El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016

$$H_0: \mu_1 > \mu_2.$$

Tabla 20

Nivel de significancia de las habilidades para hacer frente al estrés

TEST	N	Rango promedio	Suma de rangos	Test U de Mann-Whitney
POSTCONTROL	21	14, 36	301,50	U= 70, 50
POSTEXPERIMENTAL	21	28, 64	601, 50	Z= -3,779
Total	42			Sig. asintótica (bilateral)= 0,000

De los resultados y valores inferenciales que se muestran en la tabla del post test, podemos observar que el valor de la $z_c = -3,779$ se encuentra por debajo del nivel crítico $z_c < -1,96$ y el $p = 0,000$ menor al $\alpha 0,05$, lo que significa rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna que sostiene que el Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016, en vista que existe diferencia significativa en los niveles de las habilidades para hacer frente al estrés en los grupos control y experimental luego de manipular la variable independiente.

Hipótesis específica 6

H₀: El Programa “Encuentro” no tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades de planificación en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H1: El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las

habilidades de planificación en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016

$$H_0: \mu_1 > \mu_2$$

Tabla 21

Nivel de significancia de habilidades de planificación

TEST	N	Rango promedio	Suma de rangos	Test U de Mann-Whitney
POSTCONTROL	21	13, 79	289, 50	U= 58, 50
POSTEXPERIMENTAL	21	29, 21	613, 50	Z= -4,084
Total	42			Sig. asintótica (bilateral)= 0,000

De los resultados y valores inferenciales que se muestran en la tabla del post test, podemos observar que el valor de la $z_c = -4,084$ se encuentra por debajo del nivel crítico $z_c < -1,96$ y el $p = 0,000$ menor al $\alpha 0,05$, lo que significa rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna que sostiene que el Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades de planificación en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016, en vista que existe diferencia significativa en los niveles de las habilidades de planificación en los grupos control y experimental luego de manipular la variable independiente.

IV. Discusión

La investigación realizada tuvo como objetivo determinar la eficacia del programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades sociales en los estudiantes, las cuales se dimensionaron en seis para favorecer la mejor interpretación de los resultados. Estas habilidades desde la propuesta de Arnold Goldstein (1983) se dividen en primeras habilidades, habilidades avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés y habilidades de planificación. En las líneas siguientes discutiremos los principales hallazgos de la investigación.

En la prueba de hipótesis general realizada con la prueba de la U de Mann Whitney en las pruebas de postest del grupo control y experimental se obtuvo el valor de la $Z = -3,423$ que se encuentra por encima del nivel crítico $z_c < -1,96$ y el $p = 0,000$ menor al $\alpha 0,05$, significa que se acepta la hipótesis alterna que sostiene que el Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

Como resultado general luego de la aplicación del programa “Encuentro” se obtuvo que el 67% tiene un “nivel bueno” de habilidades sociales. Uno de los factores que favorecieron el logro fue la empatía establecida entre el investigador y los estudiantes del grupo experimental, porque tal como sostuvo Orellano (2012) en *Efectos de un Programa de Intervención Psicoeducativa para la Optimización de las Habilidades Sociales de alumnos de primer grado de Educación Secundaria del Centro Educativo Diocesano El Buen Pastor*, es necesario que los acompañantes del proceso educativo cuenten con habilidades sociales desarrolladas, que les permitan ser modelo a imitar y favorezcan la adquisición de aprendizajes sociales significativos. Asimismo concluyó que la mejora en las habilidades de interacción social potencia la motivación para realizar actividades académicas y enfrentar el reto escolar y se reducen comportamientos violentos en el área personal tal como sea comprobado en el colegio mediante los resultados obtenidos.

Otro de los factores que influyó en el efecto significativo del programa “Encuentro” fue que se aplicaron estrategias de participación activa, juego de roles, dinámicas individuales y grupales, visualización de videos que permitieron que los estudiantes tengan disposición para participar, actitud y motivación al momento de realizar las sesiones.

Con respecto a los resultados de la dimensión de las primeras habilidades sociales se obtuvo en la prueba no paramétrica de la U de Mann-Whitney tanto para el grupo control y experimental según el posttest que el valor $z_c = -2,157$, por lo que resulta menor a $-1,96$, que es el valor crítico de z , y el $p = 0,031$ menor al $\alpha 0,05$, lo que significa aceptar la hipótesis alterna que sostiene que el Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las primeras habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016 al existir diferencia significativa en la dimensión de las primeras habilidades sociales entre los grupos control y experimental luego de manipular la variable independiente.

En la evaluación del grupo experimental en el pretest de un nivel normal (69%) pasó en el posttest a un nivel excelente (69%). Esto significa que tras el programa los estudiantes pasaron del simple hecho de oír, hacer silencio a la capacidad de escuchar, realizar espontáneamente cumplidos y agradecimientos por acciones que ayudaron a la sociabilización entre sus pares. Se puede considerar dos factores importantes que ayudaron al desarrollo de este nivel de habilidades sociales, el primer factor es que la gran mayoría de los estudiantes de este grado son muy expresivos y espontáneos. Esta personalidad contagió al resto para provocar un mejor aprendizaje y práctica de sus habilidades sociales. El segundo factor es la implementación dentro del programa de dinámicas activas que favorecieron romper con miedos, temores, burlas que ayudaron a liberar su energía adolescente para lograr un mejor desarrollo de sus primeras habilidades sociales.

En relación a los resultados de las habilidades avanzadas podemos constatar en los resultados y valores inferenciales hallados en el post test tanto para el

grupo control y experimental, mediante la prueba no paramétrica de la U de Mann-Whitney se halló que $Z = -2,080$ por lo que resulta menor a $-1,96$ que es el valor crítico de z , y el $p = 0,038$ menor al $\alpha 0,05$, lo que significa que el Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del 3er año de secundaria al existir diferencia significativa entre los grupos control y experimental luego de manipular la variable independiente.

Después de la aplicación del programa se obtuvo en el postest del grupo experimental 86% en el nivel bueno, que es superior al 10% del mismo nivel hallado en la evaluación del pretest. Esto significa que los estudiantes aprendieron a ser responsables de la moralidad de sus actos, se vivenció también a través de la capacidad de dar y practicar instrucciones, desarrollaron la inteligencia intrapersonal para reconocer acciones erróneas y lograron disculparse con las personas afectadas y por último varios de los estudiantes han descubierto un tipo de liderazgo positivo, democrático y dialogando que se puede notar en su capacidad persuasiva y de convencimiento para tomar buenas decisiones que beneficiaron al grupo.

Contribuyó al logro de esta habilidad que el programa estaba diseñada con varios videos motivacionales de líderes mundiales que con sus actividades reflexivas y humildes lograron cambiar la mentalidad y comportamiento de muchas personas en el mundo, además se hizo debates, sociodramas, juego de roles que permitieron que los estudiantes mejoraran su perfil de líderes. Además se incluyó en el programa, un intercambio de experiencia vivencial tanto en el colegio y el hogar San Camilo donde los estudiantes recibieron charlas motivacionales que favorecieron el desarrollo de su liderazgo.

Con respecto a las habilidades relacionadas con los sentimientos evidenciados mediante la prueba no paramétrica de la U de Mann-Whitney se halló que el valor de $z = -3,240$ menor a $-1,96$ valor crítico de z , y el $p = 0,001$ menor al $\alpha 0,05$, lo que significa que el Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades relacionados con los sentimientos

en los estudiantes del 3er año de secundaria, lo que se ve reflejado en los porcentajes logrados en el postest del grupo experimental en el que el nivel bueno tuvo 52% y el excelente 33%. Esto significa que los estudiantes lograron la práctica de las habilidades intrapersonales mediante el conocer y regular sus sentimientos y emociones, además desarrollaron la capacidad interpersonal al compartir con madurez, respeto y responsabilidad sus sentimientos. Los estudiantes aprendieron a tener comportamientos empáticos lo que significó solidarizarse ante las situaciones de dificultad que pasaba el otro, también se notó que varios estudiantes se automotivaron para alcanzar sus metas y objetivos grupales saliendo airoso de los problemas, tal como lo refirió Peres (2008) la participación cada vez más resaltante de los adolescentes en distintos roles, permite su mayor reconocimiento como personas, sujetos individuales y colectivos. Además se debe impulsar la práctica de habilidades sociales porque ayuda a favorecer la dignidad de la persona como única e irrepetible.

Con respecto a los resultados de las habilidades alternativas a la agresión evidenciados mediante la prueba no paramétrica de la U de Mann-Whitney se obtuvo el resultado del valor de $z = -2,934$ menor a $-1,96$, valor crítico de z , y el $p = 0,003$ menor al $\alpha 0,05$, lo que significa que el Programa "Encuentro" tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

Como se observó en el postest del grupo experimental hubo un reparto de los porcentajes mayores en los niveles bueno (54%) y excelente (33%). Esto se manifestó en conductas resilientes de los estudiantes ante la necesidad de superar situaciones incómodas o difíciles, además propiciaron el mecanismo de la negociación para hacer frente a situaciones conflictivas, aprendieron a regular su temperamento y evitaron las conductas violentas, expresaron con prudencia y temple sus derechos y el de los demás. Porque tal como se señalaba en el Manual de habilidades sociales (2005) en las últimas investigaciones nacionales de salud mental nuestro país presenta un incremento de la población de adolescentes con conductas violentas, accidentes de tránsito por consumo de

alcohol y de conductas suicidas, por lo que hay una necesidad que obliga a los que comparten su tiempo con estudiantes en edad adolescente a trabajar con propuestas técnicas que permitan afrontar esta situación y contribuir a estilos de vida saludables, fraternos e inclusivos en la sociedad.

Con respecto a los resultados de las habilidades para hacer frente al estrés de los grupos control y experimental en el post test comprobados mediante la prueba no paramétrica de la U de Mann-Whitney, podemos observar que el valor de la $z = -3,779$ por lo que se encuentra por encima del nivel crítico de $-1,96$ y el $p = 0,000$ menor al $\alpha 0,05$, lo que significa que el Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

Como se observó en los resultados, hubo una notable diferencia en el grupo experimental entre el pretest (14%) y posttest (91%) en el nivel excelente. Esto significa que los estudiantes gracias al aporte del programa saben expresar su molestia, superan fácilmente frustraciones que se generaron en los espacios lúdicos, actuaron correctamente y sin exaltarse u ofuscarse ante las presiones grupales, también salieron airoso frente a situaciones embarazosas. Tal como lo plantea Coronil (2008), la educación secundaria aspira a promover el desarrollo integral de las personas, por ello debemos intentar potenciar todo tipo de capacidades, no sólo las cognitivas o intelectuales, sino también las que hacen referencia a la inserción social, al equilibrio personal o afectivas y a las relaciones interpersonales.

Con respecto a las habilidades de planificación tal como se evidenció mediante la prueba no paramétrica de la U de Mann de Whitney el valor de $z = -4,084$ que se encuentra por encima del nivel crítico $z < -1,96$ y el $p = 0,000$ menor al $\alpha 0,05$, lo que significa que el programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades de planificación en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016.

Hubo un incremento en los resultados del pretest y el posttest del grupo experimental, la mayor puntuación en el pretest se concentró en el nivel bajo (71%) mientras que en el posttest el mayor puntaje estuvo en el nivel bueno (57%). Esto significa que gracias a la aplicación del programa los estudiantes son capaces de reconocer y expresar sus habilidades personales, lograron tomar decisiones acertadas, aprendieron a concentrarse y determinar con eficacia una meta que desearon lograr y establecieron objetivos grupales para fines reales. Un factor que influyó de forma positiva fue la coincidencia con los juegos florales organizados en el colegio en el que se enfatizó un trabajo en conjunto para lograr ganar los distintos concursos programados, este hecho facilitó la mejora de saber planificar objetivos en común considerando las distintas habilidades que cada estudiante posee. Gracias a esta feliz coincidencia los estudiantes creyeron en sus capacidades sociales y lograron ganar muchos concursos.

V. Conclusiones

Primera: Los resultados de la investigación evidencian que el programa “Encuentro” si ha producido efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de la Institución Santo Tomás de Aquino- Lima, debido a las estrategias activas de las sesiones del programa, lo que valida la hipótesis, el objetivo y la metodología de la investigación. Esto se puede verificar en los resultados de la U de Mann Whitney, en la que se obtuvo $Z = -3,423$, que es menor a $-1,96$ y el $p = 0,001$ menor al $\alpha 0,05$.

Segunda: En referencia a las primeras habilidades sociales, se concluye, que a través del programa “Encuentro” se obtuvieron efectos significativos en la mejora de estas habilidades. Esto se puede comprobar mediante la prueba de U de Mann Whitney, en la que se obtuvo $Z = -2,157$, que es menor a $-1,96$ y el $p = 0,031$ menor al $\alpha 0,05$.

Tercera: En referencia a las habilidades sociales avanzadas a través del programa “Encuentro” se obtuvieron efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales avanzadas. Esto se puede comprobar mediante la prueba de U de Mann Whitney, en la que se obtuvo $z = -2,080$ por lo que es menor al nivel crítico $z_c < -1,96$ y el $p = 0,038$ menor al $\alpha 0,05$.

Cuarta: En referencia a las habilidades relacionadas con los sentimientos mediante el programa “Encuentro” se obtuvieron efectos significativos para mejorar estas habilidades. Esto se puede comprobar mediante la prueba de U de Mann Whitney en la que el valor de la $z = -3,240$ se encuentra por debajo del nivel crítico $z_c < -1,96$ y el $p = 0,001$ menor al $\alpha 0,05$.

Quinta: En referencia a las habilidades alternativas a la agresión que mediante el programa “Encuentro” se obtuvieron efectos significativos para mejorar estas habilidades. Esto se puede comprobar mediante la prueba de U de Mann Whitney en la que el valor de $z = -2,934$ se

encuentra por debajo del nivel crítico $z_c < - 1,96$ y el $p=0,003$ menor al $\alpha 0,05$.

Sexta: En referencia a las habilidades para hacer frente al estrés que a través del programa “Encuentro” se obtuvieron efectos significativos para mejorar estas habilidades. Esto se puede comprobar mediante la prueba de U de Mann Whitney en la que el valor de $z= -3,779$ se encuentra por debajo del nivel crítico $z_c < - 1,96$ y el $p=0,000$ menor al $\alpha 0,05$.

Séptima: En referencia a las habilidades de planificación que a través del programa “Encuentro” se obtuvieron efectos significativos para mejorar estas habilidades. Esto se puede comprobar mediante la prueba U de Mann Whitney en la que el valor de $z= -4,084$ se encuentra por debajo del nivel crítico $z_c < - 1,96$ y el $p=0,000$ menor al $\alpha 0,05$.

VI. Recomendaciones

Primera: Se recomienda que el programa se diseñe para todo el nivel secundario y por edades para que los estudiantes desde que inician la secundaria puedan mejorar sus habilidades sociales y se reduzcan los índices de impulsividad y agresividad en la Institución.

Segunda: Que los alumnos cuenten con el apoyo constante del área de tutora y la psicóloga del colegio para que los casos más graves que se detectaron durante la aplicación del programa, reciban un monitoreo más personalizado que ayude a mejorar sus dificultades de socialización.

Tercera: Los padres de familia deben apoyar y acompañar las distintas actividades de sus hijos para mejorar las habilidades sociales y para que en también se practiquen éstas en su hogar y de esta manera fortalecer el vínculo escuela-familia.

Cuarta: Que el programa tenga mayor duración a las doce sesiones que se programaron para que se puedan observar resultados más favorables en los estudiantes y por ende en la sociedad.

VII. Referencias bibliográficas

- Alanya, S. (2012). *Habilidades sociales y actitud emprendedora en estudiantes de quinto de secundaria de una educación del distrito del Callao*. Tesis para optar la Maestría en Educación, Universidad San Ignacio de Loyola. Recuperado <http://repositorio.usil.edu.pe/>
- Arellano, M. (2012). Efectos de un Programa de Intervención Psicoeducativa para la Optimización de las Habilidades Sociales de Alumnos de Primer Grado de Educación Secundaria del Centro Educativo Diocesano El Buen Pastor. Tesis para optar el grado de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Recuperado <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/>
- Bausela, E. (2004). Modelos de orientación e intervención psicopedagógica; modelo de intervención por programas. *Revista de psicología y psicopedagogía*, 3, 2, 201-216.
- Betina, A. (2013). *Las intervenciones en habilidades sociales: revisión y análisis desde una mirada salugénico*. Universidad de Palermo. Recuperado <http://www.palermo.edu/>
- Bisquerra, R. (2006). Orientación psicopedagógica y educación emocional. *Estudio sobre educación*, 11, 9-25.
- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de habilidades sociales*. Madrid: Méndez Pidal.
- Cabanillas, G. (2011). *Metodología de la investigación pedagógica*. Huamanga: Universidad Nacional San Cristobal de Huamanga
- Cabrera, V. (2012). *Desarrollo de Habilidades Sociales en adolescentes varones de 15 a 18 años del Centro Municipal de Formación Artesanal Huancavilca de la ciudad de Guayaquil-2012*". Tesis para optar el grado Universidad de Guayaquil. Recuperado [https://www.google.com.pe/#q=Cabrera+\(2013\)](https://www.google.com.pe/#q=Cabrera+(2013))

- Camacho, C. y Camacho, M. (2005). Habilidades sociales en adolescencia: un programa de intervención. *Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual*, 3, 1-27.
- Carrasco, S. (2006). *Metodología de la investigación científica*. Lima: San Marcos.
- Cárdenas, K. (2013). *Asociación entre estilos de socialización parental y habilidades sociales del adolescente en una Institución Educativa Nacional -V.M.T.* Tesis para optar el grado, Universidad Ricardo Palma
Recuperado <http://cybertesis.urp.edu.pe/>.
- Coronil, A. (2008). *El desarrollo de habilidades sociales como estrategia para la integración en el grupo-clase en la educación secundaria*. Recuperado en <http://www.cprceuta.es/PublicPR/Archivos/CE07-050.pdf>
- Contini, N. (2014). *Las habilidades sociales en la adolescencia temprana: perspectivas de la psicología positiva*. Universidad de Palermo.
Recuperado <http://www.palermo.edu/>
- Contini, N. y Betina, A. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidad*, XII (23), 159-182.
- Galarza, C. (2012). *Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes de la I.E.N Fe y Alegría 11, Comas-2012*. Tesis de grado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Recuperado. <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/>
- Goldstein, A. (1983). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*. Madrid: Martinez Roca.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, L. (2013). *Metodología de la*

Investigación. Ciudad de México: McGraw Hill Education.

Mejía, E. (2013). *La investigación científica en educación 2013*. Lima: San Marcos.

Monjas, M. (1998). *Las habilidades sociales en el currículo*. Valladolid: Secretaria general técnica.

Minsa (2005). *Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares*. Lima: Ministerio de Salud

Ñaupas, H., Mejía, E., Novoa, E. & Villagómez, A. ((2013). *Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de tesis*. Bogotá: Ediciones de la U.

Ortiz, P. (2015). *Efectos del entrenamiento en habilidades sociales en la intervención en adolescentes con fobia social generalizada*. Tesis para optar el doctorado, Universidad de Murcia. Recuperado <https://digitum.um.es/>

Pimienta, J. (2008). *Constructivismo Estrategias para aprender a aprender*. México: Pearson

Pimienta, J (2012). *Estrategia de enseñanza y aprendizaje*. México: Pearson

Papalia, D., Wendkos y Duskin (2005). *Psicología del desarrollo. De la infancia a la adolescencia*. México: McGraw-Hill.

Peres, M. (2008). *Habilidades sociales en adolescentes institucionalizadas para el afrontamiento de su entorno inmediato*. Tesis para optar el grado de doctorado, Universidad UGR. Recuperado <http://digibug.ugr.es/>

- Rodriguez, R. (2007). *Compendio de estrategias bajo en el enfoque por competencias*. Obregón: Instituto tecnológico de Sonora.
- Rojas, E. (1992). *El hombre Light, una vida sin valores*. Buenos Aires: Planeta
- Santos, L. (2012). *El clima social familiar y las habilidades sociales de los alumnos de una institución educativa del Callao*. Tesis para optar la Maestría en Educación, Universidad San Ignacio de Loyola. Recuperado <http://repositorio.usil.edu.pe/>
- Diagonal/Santillana (2001). *Diccionario de las ciencias de la educación*. Madrid: Santillana.
- Unesco (2013). *Clasificación internacional normalizada de la educación*. Quebec: Unesco-UIS.
- Valles, A. (1994). *Programa de habilidades sociales*. Madrid: EOS.

Anexos

Matriz de consistencia

Título: El programa “Encuentro” en la mejora de habilidades social en estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución educativa Santo Tomás de Aquino- Lima, 2016

Autor: Dilmer Huamán Gálvez

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores				
			Variable 1:	Variable 2: Habilidades sociales			
			Dim.	Indicadores	Ítems	Escala de valores	Niveles o rangos
<p>Problema General: ¿Qué efectos tiene el programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016?</p> <p>Problemas Específicos: ¿Qué efectos tiene el Programa “Encuentro” en la mejora de las primeras habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016?</p> <p>¿Qué efectos tiene el Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016?</p>	<p>Objetivo general: Determinar el programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016</p> <p>Objetivos específicos: Determinar el efecto del Programa “Encuentro” en la mejora de las primeras habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016</p> <p>Determinar el efecto del Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016</p>	<p>Hipótesis general: El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016</p> <p>Hipótesis específicas: El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las primeras habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016</p> <p>El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016</p>					
			Primeras habilidades sociales	Escuchar.	1	<p>1 = si nunca utilizas bien la habilidad.</p> <p>2= si utilizas muy pocas veces la habilidad.</p> <p>3 = si utilizas alguna vez bien la habilidad.</p> <p>4 = si utilizas a menudo bien la habilidad.</p> <p>5 = si utilizas siempre bien la habilidad.</p>	<p>Deficiente 0-25</p> <p>Bajo 25-77</p> <p>Normal 78-156</p> <p>Bueno 157- 204</p> <p>Excelente 205-250</p>
				Iniciar una conversación	2		
				Mantener una conversación.	3		
				Formular una pregunta.	4		
				Dar las «gracias».	5		
				Presentarse	6		
				Presentar a otras personas.	7		
				Hacer un cumplido	8		
			Habilidades sociales avanzadas.	Pedir ayuda.	9		
				Participar	10		
				Dar instrucciones.	11		
				Seguir instrucciones.	12		
				Disculparse.	13		
				Convencer a los demás	14		
			Habilidades relacionadas con los sentimientos.	Conocer los propios sentimientos.	15		
				Expresar los sentimientos.	16		
				Comprender los sentimientos de los demás.	17		
				Enfrentarse con el enfado de otro.	18		
	Expresar afecto.	19					

¿Qué efectos tiene el Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016?	Determinar el efecto del Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016	El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016	Habilidades alternativas a la agresión.	Resolver el miedo.	20			
				Autorrecompensarse	21			
				Pedir permiso	22			
				Compartir algo	23			
				Ayudar a los demás.	24			
				Negociar	25			
				Empezar el autocontrol	26			
				Defender los propios derechos	27			
				Responder a las bromas	28			
				Evitar los problemas con los demás	29			
			No entrar en peleas	30				
¿Qué efectos tiene el Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016?	Determinar el efecto del Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016	El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016	Habilidades que nos permiten hacer frente al estrés.	Formular una queja.	31			
				Responder a una queja.	32			
				Demostrar deportividad después de un juego.	33			
				Resolver la vergüenza.	34			
				Arreglárselas cuando le dejan de lado.	35			
				Defender a un amigo.	36			
				Responder a la persuasión.	37			
				Responder al fracaso.	38			
				Enfrentarse a los mensajes contradictorios.	39			
				Responder a una acusación.	40			
¿Qué efectos tiene el Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades que nos permiten hacer frente al estrés en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016?	Determinar el efecto del Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades que nos permiten hacer frente al estrés en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016	El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades que nos permiten hacer frente al estrés en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino-2016	Habilidades de planificación	Prepararse para una conversación difícil.	41			
				Hacer frente a las presiones del grupo	42			
				Tomar decisiones.	43			
				Discernir sobre la causa de un problema.	44			
				Establecer un objetivo.	45			
				Determinar las propias habilidades.	46			
¿Qué efectos tiene el Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades de planificación en los	Determinar el efecto del Programa “Encuentro” en la mejora de las habilidades de planificación en los	El Programa “Encuentro” tiene efectos significativos en la mejora de las habilidades de planificación en los				47		



PROGRAMA “ENCUENTRO” PARA LA MEJORA DE HABILIDADES SOCIALES

1. Denominación

El programa “Encuentro” para la mejora de las habilidades sociales de los estudiantes del 3ero de secundaria de la institución educativa Santo Tomás de Aquino- Lima 2016

2. Fundamentación

El programa “Encuentro” es un conjunto o secuencia de actividades educativas organizadas con el propósito de mejorar las habilidades sociales en los estudiantes del tercer año del nivel secundario. Este programa afianza su desarrollo en la propuesta de las habilidades sociales de Goldstein, que tiene el objetivo de modificar las dificultades en habilidades personales, prosociales y cognitivas, este programa utiliza técnicas metodológicas como el modelado, el role playing, el proceso de feedback, y por último la generalización del aprendizaje. Este programa está estructurado en seis habilidades sociales y se desarrolla mediante sesiones activas que mejoraran las habilidades sociales desde las básicas hasta las avanzadas en los estudiantes del tercer año del nivel secundario de la institución educativa Santo Tomás de Aquino

3. Duración. 12 sesiones, dos por cada una de las habilidades sociales (2 meses aproximadamente)

4. Destinatario: 21 estudiantes adolescente entre 14-15 años

5. Objetivo:

- Mejorar de las habilidades sociales en los estudiantes adolescentes
- fortalecer las habilidades sociales en los estudiantes adolescentes
- Desarrollar las relaciones interpersonales con sus semejantes y con los adultos
- Reforzar las habilidades sociales, autoestima y solución de problemas.
- Modificar las dificultades en habilidades personales, prosociales y cognitivas.

6. Contenidos

El programa está estructurado en seis grupos con un total de 50 habilidades sociales:

- *Primeras habilidades:* escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, formular una pregunta, dar las «gracias», presentarse, presentar a otras personas y hacer un cumplido
- *Habilidades sociales avanzadas:* pedir ayuda, participar, dar instrucciones, seguir instrucciones, disculparse y convencer a los demás
- *Habilidades relacionadas con los sentimientos:* conocer los propios sentimientos, expresar los sentimientos, comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado de otro, expresar afecto, resolver el miedo y autorrecompensarse
- *Habilidades alternativas a la agresión:* pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, empezar el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás y no entrar en peleas
- *Habilidades para ser frente al estrés:* formular una queja, responder a una queja, demostrar deportividad después de un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le dejan de lado, defender a un amigo, responder a la persuasión, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a una acusación, prepararse para una conversación difícil, hacer frente a las presiones del grupo.
- *Habilidades de planificación:* Tomar decisiones, discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar las propias

habilidades, recoger información, resolver los problemas según su importancia, tomar una decisión, concentrarse en una tarea.

7.- Estrategias metodológicas del programa

El programa “Encuentro” va desarrollar la metodología activa participativa y las estrategias que se aplicarán están en función de las dinámicas grupales que favorecen positivamente el desarrollo de habilidades sociales. Estas dinámicas son: lluvia de ideas, panel, juego de roles, el foro, mesa redonda, el debate y Phillips 66.

8. El enfoque del programa:

Este programa sigue el enfoque cognitivo conductual

DIMENSIONES	INDICADORES	SESIONES	OBJETIVOS
Primeras habilidades sociales	Aprender a escuchar, conversar y en el grupo	1. "Imitando a los gansos" 12/09/16	- Aprender a escuchar y conversar en el grupo - Mantener una conversación con respeto
		2. Somos comunicadores 16/09/16	- Identificar temas que nos unen - Conocer nuevas personas y agradecer por la ayuda que te ofrecen
Habilidades sociales avanzadas	Participar, respetar y convencer a los demás	3. Encuentro 19/09/16	- Propiciar el respeto y valoración - Aprender a dar las instrucciones en el grupo
		4. Somos campeones 23/09/16	- Seguir instrucciones para lograr nuestra tarea - Convencer a los demás para el logro de nuestra tarea
Habilidades relacionadas con los sentimientos	Reconocer mis sentimientos y de los demás	5. Expresando mis sentimientos 16/09/16	- Conocer mis sentimientos en distintos contextos - Expresar mis sentimientos en los distintos contextos
		6. La máquina de romper miedos 03/10/16	- Comprender los sentimientos del otro - Resolver el miedo y autorrecompensarse
Habilidades alternativas a la agresión	Autocontrol y capacidad resolutiva	7. Mi amigo las normas 07/10/16	- Regular las actitudes - Desarrollar como un hábito el autocontrol
		8. La tortuga 17/10/16	- Evitar los problemas con los demás
Habilidades que nos permiten hacer frente al estrés	Regular emociones y capacidad resiliente	9. ¡Yo Puedo! 21/10/16	- Formular un reclamo con asertividad - Demostrar caballerosidad después de un juego
		10. ¡Renacer! 24/10/16	- Enfrentar con acierto a los mensajes contradictorios - Prepararse para hacer frente a las presiones del grupo
Habilidades de planificación	Organizar y ejecutar soluciones prácticas	11. ¿Y, ahora? 28/10/16	- Discernir sobre las causas de un problema. - Determinar las propias habilidades
		12. Construyendo 31/10/16	- Tomar decisiones - Concentrarse en un objetivo



PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES

SESIÓN DE APRENDIZAJE 1

“Imitando a los Gansos”

Objetivo: - Aprender a escuchar y conversar en el grupo

- Mantener una conversación con respeto

	Tiempo	Actividades	Observaciones
Actividades de motivación	10 min	<ul style="list-style-type: none"> - Dinámica de las estaciones: verano= amarillo, Invierno= azul, otoño=celeste y primavera=verde - Describe brevemente una emoción que se relacione con el color que caracteriza a la estación 	hojas de colores
Actividades de desarrollo	20 min	<ul style="list-style-type: none"> - El profesor indica algunas normas de trabajo: todos tienen que participar, no interrumpir la participación y respetar el turno de cada uno. - A cada grupo se le reparte la lectura <i>el vuelo de los gansos</i> - El profesor plantea las siguientes preguntas grupales: ¿Estás atento y escuchas la participación de los integrantes de grupo? ¿Cómo te sientes al ser escuchado por los demás? ¿Por qué? ¿Cuándo debemos continuar o no una conversación? - Los estudiantes luego de escuchar y conversar; crean una frase a manera de conclusión 	Fichas de preguntas Papelógrafo Plumones
Actividades de salida	5min	<ul style="list-style-type: none"> - ¿Por qué es importante valorar a la participación de todos los integrantes de grupo? - ¿Qué valores necesitamos para realizar un buen trabajo de grupo? 	Ficha de cuestionario



PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES

Somos comunicadores

SESIÓN DE APRENDIZAJE- 02

Objetivo: Identificar temas en común y preguntar la información que necesitas saber

Conocer nuevas personas y agradecer por la ayuda que te ofrece

Grado: 3ero de Secundaria

	Tiempo	Actividades	Observaciones
Actividades de motivación	10 min	<ul style="list-style-type: none"> - Dinámica grupal: <i>dinámica de Listones</i> - A través de esta dinámica se coordina uno mismo propósito 	Listones
Actividades de desarrollo	20 min	<ul style="list-style-type: none"> - En los mismos grupos los estudiantes hacen la dinámica de la fotografía: - <i>Se fotografía un salón de clase</i>, esta imagen ayuda que los estudiantes ubiquen su contexto - <i>Se fotografía un gol de la selección</i>: esta imagen permite identificar temas en común - <i>Fotografía cuando conoces a un amigo(a) mediante esta fotografía los estudiantes descubren su rol socializador</i> - <i>Se fotografía un enamorado</i>: esta imagen se relaciona con los sentimientos de su etapa como adolescentes - <i>Se fotografía un hombre pidiendo ayuda</i>: mediante esta imagen se desarrolla la capacidad de ayudar y ser agradecido 	
Actividades de salida	5min	Mediante el papelógrafo crea algo (imagen, figura, etc.) que identifica el mismo propósito de grupo	Papelógrafo y plumones



SESIÓN DE APRENDIZAJE- 03

“ENCUENTRO”

DESARROLLO DE HABILIDADES AVANZADAS

Objetivo: Propiciar el respeto y valoración
Aprender a dar las instrucciones en el grupo

Grado: 3ero de Secundaria

	Tiempo	Actividades	Observaciones
Actividades de motivación	10 min	<ul style="list-style-type: none"> - Se proyecta un video: <i>fragmento de la película en búsqueda de la felicidad</i> - ¿Cuál es el mensaje del video? 	Salón multimedia
Actividades de desarrollo	25min	<ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes forman grupos de cuatro y se eligen los responsables por grupo. La persona elegida indica que el estudiante que genere indisciplina, tendrá que someterse a una acción reparadora - Los estudiantes elaboran cuatro normas para propiciar el respeto y la valoración - Los responsables indican, compañeros dialoguen acerca de una persona de su entorno familiar o amical al cual respetan mucho. Ojo consideren cualidades, ejemplos y éxitos - Enseguida los responsables entregan un papelógrafo e indican a los estudiantes que dibujen una silueta de una persona y escriban alrededor las cualidades, ejemplo o éxitos de esa persona que valoran 	Hojas bond papelógrafo plumones
Actividades de evaluación	15min	<ul style="list-style-type: none"> - Los responsables indica que creen un slogan que integre la participación del grupo. 	Cartulina



SESIÓN DE APRENDIZAJE- 04

“SOMOS CAMPEONES”

DESARROLLO DE HABILIDADES AVANZADAS

Objetivo: - Seguir instrucciones para lograr nuestra tarea
 - Convencer a los demás para el logro de nuestra tarea

Grado: 3ero de secundaria

	Tiempo	Actividades	Observaciones
Actividades de motivación	20 min	- Se presenta un video: sobre el documental de España campeón mundial del 2010	Salón multimedia
Actividades de desarrollo	20min	<ul style="list-style-type: none"> - Se agrupan en tres grupos de siete, cada grupo elige un técnico. - El técnico a sus grupos les propone lograr una tarea (ganar un título, construir, etc.) - El técnico indica que mediante un sociodrama representarán su logro 	Hojas bond Hojas plumones Cartulina
Actividades de evaluación	15min	- Crean grupalmente a través de un material reciclable un signo que simbolice su logro	Materiales reciclables



SESIÓN DE APRENDIZAJE 05

HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS

“EXPRESANDO MIS SENTIMIENTOS”

Objetivo: Conocer mis sentimientos en distintos contextos

Expresar mis sentimientos en los distintos contextos

Grado: 3ero de Secundaria

	Tiempo	Actividades	Observaciones
Actividades de motivación	15 min	- Se proyecta un video: <i>el circo de las mariposas</i>	Salón multimedia
Actividades de desarrollo	15min	<ul style="list-style-type: none"> - Se organiza grupos de cuatro integrantes y se informa sobre el trabajo a realizar - Enseguida se pide a los estudiantes que ocupen todo el espacio del salón y respondan las preguntas planteadas del video: ¿Cómo son los sentimientos antes y después de Bill? - El profesor entrega una ficha con dos caritas; en la cara triste los estudiantes escriben sus sentimientos de tristeza y en la cara feliz sentimientos de alegría y luego comparten sus sentimientos de alegría y tristeza - Se les entrega una tarjeta a cada grupo y los estudiantes escriben los nuevos sentimientos que han encontrado en el compartir 	Fichas con las caritas plumones Tarjetas
Actividades de salida	5min	- Escriben grupalmente una brevemente una historia positiva con tus sentimientos	Papelógrafo



SESIÓN DE APRENDIZAJE 06

“EXPRESANDO NUESTROS SENTIMIENTOS”

HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS

Objetivo: -Comprender los sentimientos del otro
 - Resolver el miedo y autorrecompensarse

Grado: 3ero de Secundaria

	Tiempo	Actividades	Observaciones
Actividades de motivación	15 min	<ul style="list-style-type: none"> - Se realiza la dinámica “Chicho me dijo” - Esta dinámica sirve para comprender los sentimientos del otro 	
Actividades de desarrollo	20min	<ul style="list-style-type: none"> - Se reparte una ficha con el cuento: “La máquina de romper miedos” - A continuación se les reparte una tarjeta, se les pide que escriban sus miedos - El profesor pone en frente de los estudiantes la máquina de romper miedos, los estudiantes depositan expresándolo fuertemente cada uno de sus miedos - Luego se presente una nueva máquina de fabricar felicidad, del cual los estudiantes extraen frases que motivacionales que ayudan a superar los miedos 	Ficha con el cuento Tarjeta Una caja (máquina de romper miedos) Una caja (máquina de fabricar felicidad)
Actividades de salida	5min	<ul style="list-style-type: none"> - Escriben brevemente compromisos para romper sus miedos y ser felices 	Hoja



SESIÓN DE APRENDIZAJE- 07

“MI AMIGO LAS NORMAS”

HABILIDADES SOCIALES ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN

Objetivo: Regular las actitudes
 Desarrollar como un hábito el autocontrol

Grado: 3ero de Secundaria

	Tiempo	Actividades	Observaciones
Actividades de motivación	10 min	- Se presenta un video “ <i>el puente</i> ” corto sobre la violencia en los jóvenes	Salón multimedia
Actividades de desarrollo	25min	<ul style="list-style-type: none"> - Se explica la dinámica de la serpiente brincadora - Enseguida se organizan cinco grupos - Luego los estudiantes representan a través de mimos una situación violenta de los estudiantes adolescentes - Luego los estudiantes dan solución a esas actitudes, mediante el uso de mimos 	Pañueletas plumones
Actividades de salida	15min	- Se pega un carita feliz, y por cada grupo a manera de conclusión se les pide que formulen dos normas de convivencia pacífica, para armar el decálogo	Hojas bond



SESIÓN DE APRENDIZAJE- 08

“LA TORTUGA”

HABILIDADES SOCIALES ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN

Objetivo: Evitar los problemas con los demás

Grado: 3ero de Secundaria

	Tiempo	Actividades	Observaciones
Actividades de motivación	10 min	- Se realiza la dinámica de la <i>Tortuga</i> , es una dinámica de autocontrol	Salón multimedia
Actividades de desarrollo	25 min	<ul style="list-style-type: none"> - Enseñada en grupos de siete integrantes los estudiantes se organizan para crear un dinámica de autocontrol - Crear una dinámica frente al acoso de las compañeras a un estudiante - Crear una dinámica frente al consumo de sustancias tóxicas - Crear una dinámica frente al bullying 	Papelógrafo y plumones
Actividades de salida	10 min	- Creen un cuento corto para sensibilizar el autocontrol	Hojas bond



SESIÓN DE APRENDIZAJE- 09 ¡YO PUEDO!

HABILIDADES QUE NOS PERMITEN HACER FRENTE A ESTRÉS

Objetivo: Formular un reclamo con asertividad
 Demostrar caballerosidad después de un juego

Grado: 3ero de Secundaria

	Tiempo	Actividades	Observaciones
Actividades de motivación	10 min	<ul style="list-style-type: none"> - Se presenta un video para disminuir el Estrés - Los estudiantes ponen en práctica los ejercicios planteados en el video 	Salón multimedia
Actividades de desarrollo	30 min	<ul style="list-style-type: none"> - Se forman dos grupos de trabajo: - <u>El grupo de los asertivos:</u> representan mediante el juego de roles dos situaciones en los que se ponen en práctica la capacidad asertiva. - <u>El grupo de los caballerosos:</u> representan mediante sociodramas dos situaciones de la vida escolar en el que se practique la caballerosidad 	Periódicos, plumones, temperas, etc.
Actividades de salida	5min	<ul style="list-style-type: none"> - Crean un signo de asertivos y caballerosidad que los caracterice 	Hojas de colores



SESIÓN DE APRENDIZAJE- 10
¡RENACER!
HABILIDADES QUE NOS PERMITEN HACER FRENTE A ESTRÉS

Objetivo: Enfrentar con acierto a los mensajes contradictorios
 Prepararse para hacer frente a las presiones del grupo

Grado: 3ero de Secundaria

	Tiempo	Actividades	Observaciones
Actividades de motivación	10 min	- Video <i>el puente</i> , se dialoga referente al video observado	Sala audiovisual
Actividades de desarrollo	25min	<ul style="list-style-type: none"> - Se forman grupos de siete integrantes, se explica el tema y luego se realiza la siguiente dinámica: - Dinámica "<i>píntale con cuidado</i>" - Los estudiantes dibujan con el dedo y en las espaldas de sus compañeros imágenes que se les va mostrando - Las imágenes que dibujan son: León cazando su presa, Trompa de un Elefante, Persona en la computadora, un gatito saltando y un perro comiendo 	Plumones Pizarra
Actividades de salida	15min	- Cada grupo elabora algunos mensajes para superar sus dificultades.	Papel Craf



SESIÓN DE APRENDIZAJE- 11
¿Y, AHORA?
HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN

Objetivo: Discernir sobre las causas de un problema.
 Determinar las propias habilidades

Grado: 3ero de Secundaria

	Tiempo	Actividades	Observaciones
Actividades de motivación	10 min	- Video de Derek Redmond.	Sala audiovisual
Actividades de desarrollo	25min	<ul style="list-style-type: none"> - En grupos de cinco comparten las escenas del video y dialogan - En los mismos grupos se les asigna distintos trabajos grupales y escriben las siguientes causas: - La causa del consumo de droga - La causa de los embarazos en la adolescencia - La causa del Bullying - La causa de las asignaturas desaprobadas 	Papelógrafos Plumones Limpiatipo Goma
Actividades de salida	15min	<ul style="list-style-type: none"> - Las habilidades que requiero para superar estas causas: - Consumo de drogas, embarazo, Bullying y asignaturas desaprobadas 	Hojas de colores Plumones



SESIÓN DE APRENDIZAJE- 12
“CONSTRUYENDO”

HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN

Objetivo: Tomar decisiones
Concentrarse en un objetivo

Grado: 3ero de Secundaria

	Tiempo	Actividades	Observaciones
Actividades de motivación	10 min	- Se presenta un video: show de sombras	Salón audiovisual
Actividades de desarrollo	25min	<ul style="list-style-type: none"> - En grupos de cinco se conversa referente al video observado. - Los estudiantes representan mediante un grafiti una característica de la adolescencia: - Cambios físicos - Nuevas amistades - Enamoramiento - Metas alcanzadas 	Plumones Colores Papel Craf
Actividades de salida	15min	- Exponen sus trabajos	



Colegio "Santo Tomás de Aquino"
Padres Dominicanos



CONSTANCIA

El que suscribe, Juan Samuel de la Gala Hidalgo, Director de la Institución Educativa "Santo Tomás de Aquino"- Padres Dominicanos deja constancia que el Sr. Dilmer, Huamán Gálvez ha realizado el programa: "Encuentro" para la mejora de las habilidades sociales en nuestros estudiantes del tercer año del nivel secundario.

Dicho programa se realizó en 12 sesiones desde el 12 de setiembre hasta el 31 de octubre del presente año.

Se expide la presente constancia a solicitud de la parte interesada, para los fines que estime pertinente.

Lima, 30 de Noviembre del 2016.




Juan Samuel de la Gala Hidalgo
Director



CARTA DE PRESENTACIÓN

Señor(a)(ita): Estrella, Esquiagola Aranda

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Nos es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de maestría con mención en psicología educativa de la UCV, en la sede los Olivos, promoción 2015, aula 606, requerimos validar los instrumentos con los cuales recogeremos la información necesaria para poder desarrollar nuestra investigación y con la cual optaremos el grado de Magister.

El título nombre de nuestro proyecto de investigación es: *El programa "Encuentro" en la mejora de habilidades social en estudiantes del 3er año de la Institución Educativa Santo Tomás de Aquino- 2016* y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, hemos considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y/o investigación educativa.

El expediente de validación, que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.


Firma
Huamán Gálvez, Dilmer
D.N.I: 42980419

DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES

Variable: Habilidades sociales

La definición que se manejará durante este estudio, es la que ofrece Goldstein (1986) quien señala que “las habilidades sociales son un conjunto de habilidades y capacidades (variadas y específicas) para el contacto interpersonal y la solución de problemas de índole interpersonal y/o socioemocional”. Estas habilidades y capacidades se aplican en actividades desde básicas hasta avanzadas e instrumentales. (p.74)

Dimensiones de las variables:

Dimensión 1

Goldstein (1986) **Primeras habilidades sociales:** reflejan habilidades sociales básicas para interactuar con los demás tales como escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, formular una pregunta, dar las «gracias», presentarse, presentar a otras personas y hacer un cumplido (p. 75)

Dimensión 2

Goldstein (1989) **Habilidades sociales avanzadas:** muestran un nivel avanzado de interacción social, que tiene que ver con pedir ayuda, participar, dar instrucciones, seguir instrucciones, disculparse y convencer a los demás (p.75)

Dimensión 3

Goldstein (1989) **Habilidades relacionadas con los sentimientos:** se refiere al nivel de comprender sus propios sentimientos, expresar los sentimientos, comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado de otro, expresar afecto, resolver el miedo y autorrecompensarse (p. 75)

Dimensión 4

Goldstein (1989) **Habilidades alternativas a la agresión:** referidas a las habilidades para emplear como pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, empezar el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás y no entrar en peleas (p.75)

Dimensión 5

Goldstein (1989) **Habilidades para hacer frente al estrés:** referidas al nivel para responder al fracaso como formular una queja, responder a una queja, demostrar deportividad después de un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le dejan de lado, defender a un amigo, responder a la persuasión, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a una acusación, prepararse para una conversación difícil, hacer frente a las presiones del grupo (p.76)

Dimensión 6

Goldstein (1989) **Habilidades de planificación:** habilidades tomar decisiones, discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar las propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según su importancia, tomar una decisión, concentrarse en una tarea (p. 76)

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variable: Habilidades sociales

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles o rangos
<p>Primeras habilidades sociales</p>	<p>Escuchar.</p> <p>Iniciar una conversación</p> <p>Mantener una conversación.</p> <p>Formular una pregunta.</p> <p>Dar las «gracias».</p> <p>Presentarse</p> <p>Presentar a otras personas.</p> <p>Hacer un cumplido</p> <p>Pedir ayuda.</p>	<p>¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?</p> <p>¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?</p> <p>¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?</p> <p>¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?</p> <p>¿Dices a los demás que tú estás agradecida (o) con ellos por algo que hicieron por ti?</p> <p>¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?</p> <p>¿Presentas a nuevas personas con otros (as)?</p> <p>¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?</p> <p>¿Pides ayuda cuando la necesitas?</p>	<p>Deficiente 0-25</p> <p>Bajo 26-77</p> <p>Normal 78-156</p> <p>Buena 157-204</p> <p>Excelente 205-250</p>
<p>Habilidades sociales avanzadas</p>	<p>Participar</p> <p>Dar instrucciones.</p> <p>Seguir instrucciones.</p>	<p>¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?</p> <p>¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?</p> <p>¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?</p>	

	<p>Disculparse.</p> <p>Convencer a los demás</p>	<p>¿Pides disculpas a los demás cuando haz echo algo que sabes que está mal?</p> <p>¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?</p>	
<p>Habilidades relaciona-das con los sentimientos.</p>	<p>Conocer los propios sentimientos.</p> <p>Expresar los sentimientos.</p> <p>Comprender los sentimientos de los demás.</p> <p>Enfrentarse con el enfado de otro.</p> <p>Expresar afecto.</p> <p>Resolver el miedo.</p> <p>Autorrecompensarse</p>	<p>¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?</p> <p>¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?</p> <p>¿Intentas comprender lo que sienten los demás?</p> <p>¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?</p> <p>¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?</p> <p>¿Cuándo sientes miedo, piensas porqué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?</p> <p>¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?</p>	
<p>Habilidades alternativas a la agresión</p>	<p>Pedir permiso</p> <p>Compartir algo</p> <p>Ayudar a los demás.</p> <p>Negociar</p> <p>Empezar el autocontrol</p> <p>Defender los propios derechos</p> <p>Responder a las bromas</p>	<p>¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a las personas indicadas?</p> <p>¿Compartes tus cosas con los demás?</p> <p>¿Ayudas a quien lo necesita?</p> <p>¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?</p> <p>¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?</p> <p>¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?</p> <p>¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?</p>	

<p>Habilidades que nos permiten hacer frente al estrés.</p>	<p>Evitar los problemas con los demás</p> <p>No entrar en peleas</p> <p>Formular una queja.</p> <p>Responder a una queja.</p> <p>Mostrar deportividad después de un juego.</p> <p>Resolver la vergüenza.</p> <p>Arreglárselas cuando le dejan de lado.</p> <p>Defender a un amigo.</p> <p>Responder a la persuasión.</p> <p>Responder al fracaso.</p> <p>Enfrentarse a los mensajes contradictorios.</p>	<p>¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?</p> <p>¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?</p> <p>¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?</p> <p>¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?</p> <p>¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?</p> <p>¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?</p> <p>¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?</p> <p>¿Manifiestas a los demás cuando sientes que un amigo no ha sido tratado de manera justa?</p> <p>¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?</p> <p>¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?</p> <p>¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen</p>	
--	--	--	--

	<p>Responder a una acusación.</p> <p>Prepararse para una conversación difícil.</p> <p>Hacer frente a las presiones del grupo</p>	<p>otra?</p> <p>¿Comprendes de qué y por qué has sido acusada (o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?</p> <p>¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?</p> <p>¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?</p>	
<p>Habilidades de planificación</p>	<p>Tomar decisiones.</p> <p>Discernir sobre la causa de un problema.</p> <p>Establecer un objetivo.</p> <p>Determinar las propias habilidades.</p> <p>Recoger información.</p> <p>Resolver los problemas según su importancia.</p> <p>Tomar una decisión.</p> <p>Concentrarse en una tarea</p>	<p>¿Si te sientes aburrida, intentas encontrar algo interesante que hacer?</p> <p>¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?</p> <p>¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?</p> <p>¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?</p> <p>¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?</p> <p>¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?</p> <p>¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?</p> <p>¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?</p>	

Fuente: Elaboración propia.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE HABILIDADES SOCIALES

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias	
		SI	No	SI	No	SI	No		
1	DIMENSION 1 ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	X		X		X			
2	¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	X		X		X			
3	¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	X		X		X			
4	¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	X		X		X			
5	¿Dices a los demás que tú estás agradecida (o) con ellos por algo que hicieron por tí?	X		X		X			
6	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	X		X		X			
7	¿Presentas a nuevas personas con otros (as)?	X		X		X			
8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	X		X		X			
9	DIMENSION 2 ¿Pides ayuda cuando la necesitas?	SI	No	SI	No	SI	No		
10	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	X		X		X			
11	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	X		X		X			
12	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	X		X		X			
13	¿Pides disculpas a los demás cuando haz echo algo que sabes que está mal?	X		X		X			
14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	X		X		X			
15	DIMENSION 3 ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	SI	No	SI	No	SI	No		
16	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	X		X		X			
17	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	X		X		X			
18	¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	X		X		X			
19	¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	X		X		X			
20	¿Cuándo sientes miedo, piensas porqué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	X		X		X			
21	¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?	X		X		X			
22	DIMENSION 4 ¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a las personas indicadas?	SI	No	SI	No	SI	No		
23	¿Compartes tus cosas con los demás?	X		X		X			
24	¿Ayudas a quien lo necesita?	X		X		X			
25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	X		X		X			
26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	X		X		X			
27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	X		X		X			
28	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	X		X		X			
29	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	X		X		X			
30	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	X		X		X			

DIMENSIÓN 5		SI	No	SI	No	SI	No
31	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	X				X	
32	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por tí?	X		X		X	
33	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	X		X		X	
34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	X		X		X	
35	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	X		X		X	
36	¿Manifiestas a los demás cuando sientes que un amigo no ha sido tratado de manera justa?	X		X		X	
37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	X		X		X	
38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	X		X		X	
39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	X		X		X	
40	¿Comprendes de qué y por qué has sido acusada (o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	X		X		X	
41	¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	X		X		X	
42	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	X		X		X	
DIMENSIÓN 6		SI	No	SI	No	SI	No
43	¿Si te sientes aburrida, intentas encontrar algo interesante que hacer?	X		X		X	
44	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	X		X		X	
45	¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	X		X		X	
46	¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	X		X		X	
47	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	X		X		X	
48	¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	X		X		X	
49	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	X		X		X	
50	¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): aplicable

Opinión de aplicabilidad: Aplicable No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Edulena DNI: 033 97305

Especialidad del validador: Mg. en Educación con mención en el área de aprendizaje

Firma del Experto Informante:

CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES DE A. GOLSDTEIN (1983)

Escoge y marca con alguno de los números en las alternativas que se presentan:

- Marca 1 si nunca utilizas bien la habilidad.
- Marca 2 si utilizas muy pocas veces la habilidad.
- Marca 3 si utilizas alguna vez bien la habilidad.
- Marca 4 si utilizas a menudo bien la habilidad.
- Marca 5 si utilizas siempre bien la habilidad.

GRUPO I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
1. ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?					
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?					
3. ¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?					
4. ¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?					
5. ¿Dices a los demás que tú estás agradecida (o) con ellos por algo que hicieron por ti?					
6. ¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?					
7. ¿Presentas a nuevas personas con otros (as)?					
8. ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?					

GRUPO II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
9. ¿Pides ayuda cuando la necesitas?					
10. ¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?					
11. ¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?					
12. ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?					
13. ¿Pides disculpas a los demás cuando haz echo algo que					

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
sabes que está mal?					
14. ¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?					

GRUPO III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
15. ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?					
16. ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?					
17. ¿Intentas comprender lo que sienten los demás?					
18. ¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?					
19. ¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?					
20. ¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?					
21. ¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?					

GRUPO IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS A LA AGRESION

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
22. ¿Sabes cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?					
23. ¿Compartes tus cosas con los demás?					
24. ¿Ayudas a quien lo necesita?					
25. ¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?					
26. ¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapan las cosas de la mano?					
27. ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?					
28. ¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?					
29. ¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?					
30. ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?					

GRUPO V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
31. ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?					
32. ¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?					
33. ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?					
34. ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?					
35. ¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?					
36. ¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?					
37. ¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?					
38. ¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?					
39. ¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?					
40. ¿Comprendes de qué y porqué has sido acusada (o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?					
41. ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?					
42. ¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?					

GRUPO VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
43. ¿Si te sientes aburrida, intentas encontrar algo interesante que hacer?					
44. ¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?					
45. ¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?					
46. ¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar					

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
antes de comenzar una tarea?					
47. ¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?					
48. ¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?					
49. ¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?					
50. ¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?					

Base de datos postest grupo experimental

NUMEROS	PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES								HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS							HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS							HABILIDADES ALTERNATIVAS							HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS							HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN							TOTAL	NIVELES														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43			44	45	46	47	48	49	50							
1	4	3	4	3	5	3	2	3	21	3	4	3	4	4	3	21	3	2	3	3	4	2	2	19	3	4	4	3	4	3	3	3	3	30	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	40	3	4	4	4	3	3	2	3	26	163	BUENO	
2	3	2	2	2	3	3	3	5	23	4	3	3	3	3	5	21	5	2	5	3	3	3	2	23	5	2	5	5	3	5	3	3	5	36	5	5	4	3	5	3	5	5	3	3	4	4	49	5	5	5	5	5	5	4	39	191	BUENO		
3	5	4	4	5	5	3	3	4	33	4	4	4	4	5	2	23	4	4	4	4	5	4	3	28	5	4	4	4	5	4	5	5	40	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	50	5	4	5	5	5	4	4	36	210	EXCELENTE		
4	4	3	4	3	5	4	3	3	24	3	4	4	4	4	2	21	4	2	4	3	3	4	3	23	3	4	4	4	3	4	3	3	2	30	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	2	41	4	3	4	4	4	3	5	3	30	174	BUENO	
5	4	3	4	4	5	3	3	2	24	3	4	3	3	4	4	21	3	2	3	4	2	4	2	20	3	3	3	3	2	3	2	2	2	24	3	4	2	2	3	3	4	5	3	3	3	2	37	5	4	4	4	4	4	5	5	35	165	BUENO	
6	5	3	3	3	4	3	1	3	25	4	3	2	4	4	2	19	5	2	5	5	3	5	2	27	5	3	4	3	2	4	1	4	3	26	2	4	3	3	2	4	3	4	3	2	3	4	37	4	4	4	3	4	2	4	2	27	164	BUENO	
7	5	3	4	4	5	4	4	3	32	3	5	4	4	4	2	22	4	5	3	5	3	4	3	27	5	5	4	4	4	5	4	4	39	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5	50	5	4	5	4	5	5	4	4	36	206	EXCELENTE		
8	4	3	3	4	3	3	2	3	25	3	3	3	3	4	3	19	4	2	3	3	3	3	3	21	4	3	3	3	4	3	4	3	27	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	26	154	NORMAL		
9	4	4	4	3	3	3	3	3	27	3	3	4	5	3	2	20	5	4	4	4	3	4	2	26	4	4	3	4	4	4	4	4	35	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	34	185	BUENO	
10	4	5	4	5	3	4	4	3	32	3	4	4	5	4	3	23	4	3	4	4	3	4	3	25	5	4	5	5	3	5	5	4	40	4	4	3	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	38	209	EXCELENTE		
11	5	4	4	3	3	3	2	2	26	4	3	3	5	5	1	21	2	3	3	2	2	4	1	17	3	4	3	3	5	3	5	4	34	3	4	2	2	2	5	3	3	4	2	3	4	37	4	4	5	3	4	5	4	3	32	167	BUENO		
12	2	3	2	3	2	3	3	2	21	3	3	3	3	3	2	17	2	2	3	4	3	4	4	22	4	4	4	3	4	5	5	3	36	2	3	3	5	3	4	3	4	3	4	5	4	4	3	2	5	5	4	3	5	32	171	BUENO			
13	3	3	4	3	2	3	3	4	25	3	4	3	3	4	4	21	3	1	2	3	3	3	3	18	4	3	2	3	3	3	5	3	28	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	28	162	BUENO	
14	4	4	4	3	5	4	4	2	30	3	5	3	4	4	2	21	3	3	3	2	3	2	3	19	4	4	3	3	3	2	4	3	4	30	4	3	3	3	2	4	2	3	3	3	4	3	37	5	4	4	3	3	3	3	2	27	164	BUENO	
15	5	4	4	3	5	4	4	3	32	5	4	4	4	5	4	26	4	3	4	4	4	3	3	25	5	5	4	4	4	4	4	4	39	4	4	4	5	4	4	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	35	206	EXCELENTE	
16	4	4	3	5	4	4	2	3	29	4	4	3	4	4	2	21	4	3	2	3	2	3	1	18	4	5	3	3	1	3	1	3	1	24	2	3	5	3	2	4	3	4	4	3	5	4	4	2	5	4	4	2	5	3	3	33	167	BUENO	
17	4	3	4	4	4	3	3	2	13	3	4	4	3	4	1	19	2	2	2	3	2	3	3	17	4	2	2	2	3	4	3	4	28	3	4	2	5	2	2	2	3	4	3	4	3	37	5	4	3	3	2	3	2	1	23	137	NORMAL		
18	4	4	4	3	3	5	1	3	27	3	5	3	5	4	2	22	3	4	3	3	4	4	4	25	5	4	3	4	3	3	3	4	3	32	4	3	4	4	3	4	5	5	4	4	3	4	4	47	4	4	4	3	5	4	3	4	31	184	BUENO
19	2	2	1	1	1	1	1	1	10	1	1	1	2	1	1	7	1	1	1	1	2	1	1	8	3	1	1	1	2	3	2	1	16	2	2	2	2	1	1	4	1	1	1	2	2	15	1	4	2	2	1	2	2	2	16	72	BAJO		
20	4	3	3	4	5	3	2	2	24	4	3	4	4	5	1	21	3	2	3	3	3	2	3	19	4	3	4	5	3	4	5	5	3	36	3	3	4	5	5	5	3	4	5	5	3	4	49	4	5	5	3	3	4	5	4	33	184	BUENO	
21	4	4	3	3	3	3	3	2	25	3	4	3	4	3	4	21	2	3	2	2	3	3	4	19	3	4	3	3	4	3	3	2	4	29	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	26	162	BUENO

Base de datos postest grupo control

NUMERO	PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES								HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS						HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS						HABILIDADES ALTERNATIVAS						HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS						HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN						TOTAL	NIVELES																		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38			39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50						
1	1	2	1	1	1	1	1	2	10	1	1	2	1	1	1	7	2	1	1	1	2	1	1	9	1	2	1	2	1	1	1	2	1	12	2	3	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	22	1	2	2	2	1	1	2	2	13	73	BAJO
2	4	3	2	2	1	1	1	2	16	1	1	2	1	1	1	7	1	2	1	1	2	1	1	9	2	1	2	1	1	2	2	1	1	13	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	14	1	2	1	2	1	1	2	1	11	70	BAJO
3	1	2	3	1	2	1	1	3	14	1	1	1	1	3	1	8	3	1	3	3	3	1	3	17	1	3	1	1	3	3	3	1	3	19	1	1	2	1	1	1	3	2	2	3	3	2	22	2	2	3	3	3	1	2	2	22	102	NORMAL
4	1	1	1	2	1	2	2	1	11	1	1	1	1	2	2	8	1	2	2	2	2	2	2	13	2	1	1	1	1	2	2	2	2	14	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	17	2	2	1	2	1	1	2	2	13	76	BAJO
5	1	1	1	2	2	1	1	1	10	2	1	2	1	3	3	12	1	3	3	3	3	3	2	22	2	2	3	3	4	3	4	4	3	28	2	2	2	5	3	2	2	2	2	2	5	2	34	2	4	4	3	5	2	3	3	26	132	NORMAL
6	1	2	1	1	1	3	3	2	14	1	1	3	3	1	3	12	3	1	2	2	2	1	3	14	2	3	3	3	3	2	2	2	2	22	1	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	1	27	2	2	2	2	1	1	1	1	13	102	NORMAL
7	5	5	4	5	4	4	4	4	35	4	5	4	5	5	5	26	4	4	4	4	5	4	3	28	4	5	4	4	4	4	5	4	5	37	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	51	5	4	4	4	5	4	5	4	35	212	EXCELENTE
8	5	4	4	2	2	1	2	2	22	2	1	1	1	3	3	11	3	2	1	2	1	2	1	12	2	3	2	2	2	1	2	2	3	19	3	2	2	2	3	3	2	2	4	3	3	2	31	2	2	2	2	2	2	4	2	18	113	NORMAL
9	1	3	2	2	2	3	3	2	18	2	2	3	3	2	3	15	3	3	1	3	4	2	1	17	4	3	3	1	2	1	2	3	3	22	2	3	2	3	3	3	3	1	3	2	3	2	30	3	3	1	2	2	2	1	2	16	118	NORMAL
10	2	1	1	2	1	1	1	1	10	1	2	1	1	1	2	8	2	1	2	2	1	2	1	12	2	2	2	1	1	1	1	1	1	12	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	15	2	2	2	1	2	1	1	2	13	70	BAJO
11	2	1	2	1	1	1	2	2	12	2	1	1	2	1	2	9	1	2	1	1	1	1	1	8	1	1	1	1	2	1	2	2	2	13	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	18	2	2	2	1	1	2	2	1	13	73	BAJO
12	1	1	2	2	2	1	3	1	13	3	2	3	1	3	2	14	4	2	2	2	2	2	1	15	4	2	2	1	2	2	1	1	1	16	4	2	3	2	2	2	2	4	3	1	1	2	28	2	2	3	1	2	3	1	3	17	103	NORMAL
13	4	4	4	3	4	2	2	2	25	3	3	3	2	3	3	17	4	3	4	4	3	2	3	23	3	4	4	3	3	2	4	2	2	27	3	3	2	4	4	3	3	2	4	3	2	2	35	3	2	2	2	4	4	4	4	25	152	NORMAL
14	4	4	3	4	5	3	2	2	27	3	4	2	3	2	2	16	3	2	2	2	2	3	1	15	3	4	4	4	5	4	4	3	2	33	3	3	2	2	2	2	4	2	2	3	3	2	30	3	4	3	4	2	3	2	3	24	145	NORMAL
15	5	4	3	4	4	3	2	3	28	3	3	4	3	4	5	22	4	3	4	5	4	5	5	30	4	3	4	4	2	4	3	3	4	34	4	4	5	3	3	4	2	4	4	3	4	3	43	5	5	3	4	2	2	4	2	27	181	BUENO
16	4	2	1	2	4	1	1	4	19	4	2	2	4	4	2	18	4	2	5	4	4	1	1	21	4	3	4	4	3	3	3	4	31	4	4	4	3	1	1	4	1	3	1	1	2	29	4	3	2	2	2	2	2	2	19	137	NORMAL	
17	4	4	5	4	5	5	4	4	35	4	4	4	3	5	4	24	4	5	4	5	5	3	5	31	4	3	4	5	4	4	4	4	5	37	4	5	4	4	4	3	4	1	4	1	1	1	36	4	2	5	4	4	4	4	3	30	193	NORMAL
18	5	1	1	3	4	4	3	2	23	4	3	4	2	4	3	20	4	2	1	3	4	4	3	21	4	3	2	4	3	4	2	4	1	27	3	1	1	2	2	2	3	2	4	1	3	3	27	4	2	4	2	4	2	2	2	22	140	NORMAL
19	5	3	4	4	5	3	2	2	28	4	3	4	4	5	1	21	3	2	3	3	3	3	3	20	4	4	4	4	3	4	4	4	35	4	4	4	5	4	3	2	3	4	4	4	4	45	5	4	5	4	4	4	3	4	33	182	BUENO	
20	5	4	4	4	2	2	3	4	28	2	2	3	3	3	3	16	3	1	4	1	3	2	2	16	3	3	4	3	2	2	4	1	4	26	2	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	4	34	1	4	4	2	2	3	2	4	22	142	NORMAL
21	4	2	5	4	5	2	3	3	28	2	3	4	3	5	2	19	3	1	5	4	2	2	2	19	4	4	1	4	2	3	4	3	1	26	4	4	5	3	3	2	4	2	4	3	2	2	38	3	2	3	3	4	2	4	1	22	152	NORMAL

