



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

Diseño de un Programa de Habilidades sociales dirigido a padres de familia para reducir el Maltrato Pasivo, Chiclayo 2020.

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciado en Psicología

AUTORES:

Bravo Villa, Yennifer Fabiola (ORCID: 0000-0003-4069-2497)

Campos Parrilla, Rubén (ORCID: 0000-0003-3547-2449)

ASESORES:

Mg. Chunga Pajares Luis Alberto (ORCID: 0000-0002-6424-9695)

Mg. Idrogo Cabrera Mary Cleofé (ORCID: 0000-0002-3671-975X)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN :

Violencia

CHICLAYO-PERÚ

2021

Dedicatoria

Dedico este trabajo a Dios por haber bendecido mi vida y a mi madre por ser ejemplo de rectitud y honestidad.

Dedicado a Dios por haberme guiado en todo, a mis padres por su amor y apoyo incondicional en el proceso de elaboración, a mi hijo por ser mi motivo para lograr mis objetivos y a personas especiales en mi vida que siempre se preocuparon por no decaer y seguir adelante.

Agradecimiento

En primer lugar, agradecemos a Dios por darnos la vida y poder lograr nuestros anhelos y éxitos propuestos al inicio de nuestra carrera universitaria.

A nuestros asesores por su oportuno y acertado asesoramiento, la cual contribuyó enormemente en la culminación de nuestro proyecto.

Índice de Contenidos

Dedicatoria	I
Agradecimiento.....	II
Resumen.....	V
Abstract.....	VI
I. INTRODUCCIÓN:	1
II. MARCO TEÓRICO:	4
III. METODOLOGÍA:	12
3.1. Tipo y diseño de investigación:	12
3.2. Variables y Operacionalización:.....	12
3.3. Población, muestra y muestreo:	13
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos:	13
3.5. Procedimientos:.....	13
3.6. Métodos de análisis de datos:	14
3.7. Aspectos éticos:.....	15
IV. RESULTADOS	16
V. DISCUSIÓN.....	26
VI. CONCLUSIONES.....	30
VII. RECOMENDACIONES	31
REFERENCIAS	32
ANEXOS.....	39

Índice de Tablas

<u>Tabla 1</u>	17
Análisis Teórico de las Variables De Estudio	17
<u>Tabla 2</u>	19
Análisis Teórico de las Variables De Estudio	19
<u>Tabla 3</u>	19
Análisis Teórico de las Variables De Estudio	19
<u>Tabla 4</u>	21
Análisis Teórico de las Variables De Estudio	21
<u>Tabla 5</u> Diseño del programa	22
<u>Tabla 6</u> Validez del programa de Habilidades Sociales	25
<u>Tabla 7</u>	42
Operacionalización de la Variable Habilidades Sociales	42
<u>Tabla 8</u>	43
Operacionalización de la Variable Maltrato Pasivo	43

Resumen

La presente investigación denominada “Diseño de un programa de habilidades sociales dirigido a padres de familia para reducir el maltrato pasivo, Chiclayo 2020”, tuvo como objetivo crear un programa de Habilidades Sociales dirigido a padres de familia para reducir el maltrato pasivo, Chiclayo 2020

Respecto a la metodología utilizada en la investigación elaborada es de tipo cuantitativo – aplicada. El diseño de investigación es no experimental - transeccional, explicativo y propositivo.

Como resultados se obtuvo lo siguiente; de acuerdo al análisis bibliográfico de las variables de estudio se creó una propuesta de programa, conteniendo 17 sesiones, con una duración de 45 minutos por sesión, sobre temáticas relacionadas con las Habilidades sociales de la Teoría de Goldstein, a fin de poder reducir el maltrato pasivo, además de ello dicho programa ha sido validado mediante criterio de jueces. Así mismo se concluye que de acuerdo al análisis realizado a los antecedentes de investigación, se evidencia la importancia de trabajar en programas basado en habilidades sociales a fin de evitar un aumento de la problemática antes mencionada.

Palabras claves: Habilidades sociales, maltrato pasivo, propuesta.

Abstract

The present investigation called "Design of a social skills program aimed at parents to reduce passive abuse, Chiclayo 2020", aimed to create a Social Skills program aimed at parents to reduce passive abuse, Chiclayo 2020

Regarding the methodology used in the research, it is quantitative - applied. The research design is non-experimental - transectional, explanatory, and purposeful.

As results the following was obtained; According to the bibliographic analysis of the study variables, a program proposal was created, containing 17 sessions, with a duration of 45 minutes per session, on topics related to the social skills of the Goldstein Theory, in order to reduce abuse passive, in addition, said program has been validated by judges' criteria. Likewise, it is concluded that according to the analysis carried out on the research background, the importance of working in programs based on social skills is evidenced in order to avoid an increase in the aforementioned problem.

Keywords: Social skills, passive abuse, proposal.

I. INTRODUCCIÓN:

Cuando nos referimos al tema de familia, hablamos de un grupo que está unido por lazos consanguíneos, además de ser la base principal del entorno social, donde gracias a ella se aprenden muchos valores que se pone en práctica en la vida habitual de los individuos. Al referirnos que una familia es estable, esta va a desarrollarse de manera adecuada; sin embargo, es todo lo contrario a una familia disfuncional, ya que no hay una apropiada relación entre ellos, afectando física y emocionalmente la salud de sus hijos; usando frases como: “el niño está que llora, velo tú”, “no necesitas ir al colegio porque eres un burro”, “cómo no sabes hacer esto, pareces tonta(o)”. Estas frases son utilizadas frecuentemente por los padres, para dirigirse hacia sus pequeños hijos, tal vez sin darse cuenta que están recurriendo a un tipo de maltrato pasivo.

Por ende, cuando hablamos de maltrato pasivo se refiere a aquellos padres que no pueden ocuparse de sus niños y dejan que ellos mismos se vean como pueden. (Alarcón y Contreras, 2011; citado por Dávila y Ramos, 2015). Además, Bastida (2011; citado por Dávila y Ramos, 2015), indica que los ataques físicos, emocionales y sexuales son muy destacados pero no frecuentes, puesto que el maltrato por abandono corresponde al 70% del total, sin embargo esta cantidad puede que este aún lejos de la situación, ya que la investigación de Bernedo y Fuentes (2010), refiere que el 95,8% de estos niños, presentaron cierto tipo de maltrato por parte de sus papás, el 82.9% sufren de maltrato pasivo; mientras que el 12.9% un maltrato activo.

Según, datos del Instituto Nacional de Salud del Niño (citado por Larico y Zuel, 2013), muestran a un 40% de niños que sufren maltrato psicológico y físico, es producido por la progenitora, señalando que de entre 350 a 400 procesos de violencia infantil, se estipula que la madre es la responsable de casos de abandono (31%), violencia física (11%) y violencia psicológica (12%). Por otro lado, la UNICEF (2003, citado por Fernández, 2014) manifestó que cerca de 3500 menores, fallecían cada año a causa del abuso físico o negligencia en el mundo industrializado. UNICEF consideró que España es el país desarrollado con menos muertes por maltrato. Otros estudios

de la UNICEF (2013), evidencian que el 71% de niños interrogados, han sido víctima de violencia por parte de sus padres y un 51% ha sido por maltrato físico. Recalca que las cifras han ido aumentando a diferencia de otros años.

Pérez y Sandoval (2011, citado por Dávila y Ramos, 2015), refieren que el maltrato pasivo está unido con el abandono emocional ya que el pequeño carece de afecto, de cuidados y de motivación por parte de sus padres; ocurriendo una falta de soporte y amparo hacia el avance de sus etapas personales, formándose personas con carencias afectivas, baja autoestima y poca autonomía para la toma de decisiones; pudiendo generar incluso algún tipo de trastorno, donde ocasionen daños a la sociedad como la delincuencia, violencia entre otras problemáticas, posiblemente producto de familias disfuncionales, que no son capaces de llenar vacíos y satisfacer necesidades primarias de sus integrantes. A raíz de lo observado como practicantes del área de psicología y la información recolectada del personal administrativo y docente, de un centro de estudios en Chiclayo, fuimos testigos de la existencia de esta situación conflictiva entre padres e infantes, en lo que refiere al maltrato pasivo.

Las habilidades sociales son un conjunto de conductas expresadas por todos los seres humanos, donde hablan de sus emociones, cualidades, alianzas o derechos, de una manera apropiada al ambiente, considerando esas conductas en los demás, y solucionando dificultades más próximas (Caballo, p.26, 1986; citado por Martín y Flores, 2016). He ahí la importancia de dicho programa hacia los padres de familia, donde ayudaremos a que estos puedan escuchar con atención, que cuando se brinde un consejo sea de forma positiva, mostrarles cuán importante es ponerse en el lugar del niño y proporcionarles confianza dentro del círculo familiar; esto les ayudará a entenderse de manera adecuada con sus hijos, a poder establecer relaciones adecuadas y mejorar la relación entre cada uno de sus miembros, minimizando la probabilidad de futuros conflictos.

Según el análisis de la realidad problemática se ha enunciado la siguiente interrogante: ¿Cómo el diseño de un programa de habilidades sociales dirigido a padres de familia servirá para reducir el maltrato pasivo, Chiclayo 2020? Además, como hipótesis tenemos: H1 Si se diseña un programa de habilidades sociales

dirigidos a padres de familia servirá como propuesta para reducir el maltrato pasivo y H2 Si se diseña un programa de habilidades sociales dirigidos a padres de familia no servirá como propuesta para reducir el maltrato pasivo.

La ejecución de la investigación se explica por los siguientes conocimientos:

El presente estudio planteó como propósito, la elaboración y diseño de este programa para reducir el maltrato pasivo, fundamentado en la teoría de habilidades sociales, donde se busca poder potencializar y fomentar las mismas, de esta forma se pretende que los padres puedan interrelacionarse con sus hijos de manera positiva y saludable.

En cuanto a la importancia de dicha indagación seguirá vigente, ya que actualmente se evidencia un aumento de maltrato pasivo por parte de los padres, lo que puede ocasionar daños en sus procesos cognitivos, y también en su entorno familiar, escolar y social; la cual interfieren en su pleno desarrollo personal y académico. Del mismo modo, esta investigación puede ser tomada como antecedentes para futuras investigaciones, tanto por la importancia de su contenido como por la esencia del tema.

El trabajo tuvo como base la teoría cognitivo conductual (Mohoney y Arnkoff, 1978, citado por Corte, 2013), puesto que se pretende mejorar ciertas conductas y maneras de pensar en los padres de familia, algunos de ellos son: mejorar la comunicación de padre e hijo, fortalecer la empatía, escucha activa entre otros. En base a esta teoría, se pretende aplicar reforzadores para motivar el cambio en estos padres, así como la concientización y el uso de material didáctico que genere interés y sensibilización en dicha población. También es valioso recalcar, que la creación del programa, pretende reducir el maltrato pasivo de la población con la cual se trabajará.

Por otro lado, como objetivo general se planteó diseñar un programa de Habilidades Sociales dirigido a padres de familia para reducir el maltrato pasivo, Chiclayo 2020. En cuanto a los objetivos específicos se propuso: realizar el análisis teórico de las variables de estudio; crear sesiones de habilidades sociales para reducir el maltrato pasivo y establecer la validez del programa de habilidades sociales.

II. MARCO TEÓRICO:

Como parte fundamental de nuestra investigación, es importante nombrar referencias a nivel mundial y nacional ya que encontraremos investigaciones que nos ayudarán con el desarrollo de nuestro trabajo.

Como antecedente a Nivel mundial, Cabrera y Rivera (2015) en su tesis, Maltrato infantil intrafamiliar en niños de educación general básica, tiene como propósito comprobar la superioridad del Maltrato infantil, fijando la repetición con la que se da este maltrato. El trabajo es de tipo cuantitativo, exploratorio descriptivo, no probabilístico, siendo evaluados a 66 infantes por medio de un cuestionario que fue utilizado por la UNICEF; donde se ha encontrado que un 45,27% sufren de maltrato, y que es la madre quien genera con más frecuencia conductas desagradables hacia el niño y en cuanto al Maltrato Negligente, la participación es pequeña dentro de la casa con el 5,97%, donde los padres no muestran interés por los estudios de sus hijos.

Palma (2017), en su investigación denominada deprivación afectiva paterna y su incidencia en el desarrollo emocional de los infantes. Es de tipo cuali-cuantitativo, descriptiva y bibliográfica, donde se trabajó con 37 personas, utilizando como instrumentos la observación y conversación con los educadores. Se concluye que la deprivación afectiva paterna, incide en el desarrollo emocional de los infantes. Es por ello que se propone elaborar una guía para el desarrollo emocional de estos menores ya que el deficiente emocional impide un buen desenvolvimiento escolar y crea niños rebeldes y/o infelices.

Díaz (2014), en su tesis Niños y adolescentes víctimas de abandono en el hogar Miguel Magone, tiene como fin establecer las causas de abandono en los infantes y adolescentes. Es de tipo no experimental, cualitativa, donde se trabajó con una población de 8 profesionales, a quienes se aplicó una entrevista semiestructurada y se obtuvieron los principales resultados: que los infantes y adolescentes, reciben cuidado integral adecuada, de acuerdo a los diferentes programas y casos de abandono que se comprobaron en la investigación. El resultado final señala que el abandono se da a consecuencia de varios factores de riesgo y para poder reducir este problema se debe aplicar adecuadamente las normas empleadas en el cuidado de la integridad del menor.

Zamora (2015), en su tesis Negligencia parental y su influencia en la ansiedad en niños, tiene como propósito establecer la influencia que tiene ambas variables. Se trabajó con 40 niños, utilizando como instrumento el test de Cas, la cual mide los niveles de ansiedad y también se aplicó un cuestionario elaborado por la investigadora con la finalidad de medir los niveles de negligencia parental. En cuanto a los resultados, se demostró que la negligencia parental influye directamente en la ansiedad de los infantes, es por eso que se realizó una propuesta de solución que ayude a obtener resultados positivos, donde se planteó talleres de psicoeducación y de estilos de crianza en los padres, las cuales servirán para disminuir la negligencia y por ende la reducción de síntomas de ansiedad.

Ordoñez (2016), en su tesis Análisis sistémico estructural sobre la negligencia intrafamiliar y sus consecuencias psicosociales hacia niños. Es de tipo cualitativo y cuantitativo, se utilizó como instrumento una encuesta, donde 17 casos sirvieron para el análisis estructural familiar de alumnos vulnerados. Se interrogó en una primera sesión para descubrir posible negligencia; consecutivamente se intervino con terapia individual y familiar, donde se halló límites internos y externos en la familia. Se concluye un sin número de factores causales de la negligencia hacia menores de edad siendo algunos de ellos el uso excesivo de sustancias psicoactivas, maltrato físico y psicológico, entre otras problemáticas; fueron estudiadas con el fin de proponer un programa adecuado y pueda mitigar este comportamiento en la omisión de obligaciones y de derechos de los menores.

En cuanto al nivel nacional, Narciso (2019) , su tesis la realizó con la finalidad de analizar la influencia del soporte familiar en el desarrollo de las habilidades sociales en los escolares y los resultados alcanzados evidenciaron que si las familias brindan apropiada información y apoyo en aspectos y situaciones que el menor atraviesa durante el proceso de crecimiento, esto ayuda a que mantengan un adecuado desenvolvimiento en el uso de sus habilidades sociales, mostrándolos más comunicativos y así poder entablar relaciones más duraderas y saludables.

Trigoso (2017), en su tesis tipos de maltrato infantil que presentan los estudiantes de la Institución Educativa Pedro Castro, tiene como fin establecer los tipos

de maltrato infantil que manifiestan los escolares. Tipo cuantitativo; nivel descriptivo; observacional, prospectivo, transversal y de análisis univariado, donde trabajaron con 63 estudiantes. Los resultados afirman que el 50.8% de los infantes soportan maltrato físico, el 38.1% de emocional, el 39.7% de Abandono y el 19% de maltrato sexual. También del 100% de niños el 38.1% tienen maltrato físico severo, el 11.12% maltrato psicológico activo, el 9.5% maltrato pasivo. Mientras que el 39.7% abandono, el 11.1% maltrato sexual con contacto físico y el 7.9% sin contacto físico. En conclusión, el maltrato físico fue el más sobresaliente, seguido del emocional y del abandono.

Suca (2017), en su tesis influencia del abandono familiar en el aprendizaje de los estudiantes del cuarto grado de educación primaria, tiene como fin establecer la influencia del abandono familiar emocional en la enseñanza de los educandos. Es de tipo aplicada y descriptiva. Asimismo, se trabajó con 25 niños, donde utilizaron instrumentos como encuestas, cuestionarios, registros de notas e historia de vida. En conclusión, si existe relación entre ambas variables, ya que el abandono familiar afecta negativamente en el ámbito escolar, debido a la falta de uno de los progenitores.

Aclla y Carhuallanqui (2018), en su tesis Abandono paterno filial en los infantes colegiales, tiene como propósito identificar a todos los niños de la Institución que se hallan en un periodo de abandono paterno filial. El estudio es de tipo básico, descriptivo y diseño cualitativo Etnográfico. Se trabajó con 60 niños, pero su muestra fue de 10; a quienes se les aplicaron técnicas de entrevista y observación; teniendo como resultado que los menores poseen una incorrecta alimentación. Respecto al bienestar de los infantes están siendo abandonados debido a que sus progenitores trabajan en la agricultura y en cuanto a la enseñanza es limitada ya que estas personas no comprenden las clases y no tienen ayuda de sus papás. Varios de los niños revelaron que sus papás no les inculcan valores, sino que lo estudiaron dentro de su institución. Se concluye que los menores se hallan en una etapa de abandono material y moral que es realizado por sus progenitores.

Según, Ynfante (2019) en su tesis programa para fortalecer habilidades sociales en un grupo de padres del A.H. El indio, tiene como fin evaluar la significancia del programa en el proceso de fortalecimiento de las habilidades sociales. Se trabajó con

30 padres, un programa de 12 sesiones, donde se observó que los progenitores desarrollan aspectos significativos para su vida, como son la comunicación, autoestima y toma de decisiones, enfocados a alcanzar aquellas metas determinadas a partir de las necesidades de los padres. Es un programa de actividades donde se va enseñar a pensar, a convivir y a comportarse, mejorando así las habilidades sociales de los padres. Finalmente muestran una valoración positiva en los progenitores, recalcando su interés para seguir formándose y así obtener actitudes y conductas más apropiadas.

De la Torre y Baltazar (2014), en su tesis *Correlación entre el maltrato psicológico de los padres y el desarrollo emocional de los infantes*, tuvo como objetivo detallar las características de las dos variables y al mismo tiempo establecer la correlación existente. Es de tipo descriptivo correlacional, diseño transversal, la cual se trabajó con 68 estudiantes, a quienes se aplicaron las técnicas: observación directa; encuesta y lista de cotejo; cuyos resultados fueron: hay un 58,3% de infantes que no intervienen en las actividades de la clase; por motivo de que han sido víctimas de ofensas y términos humillantes en sus viviendas. Mientras que el 41,7% de los infantes participan de manera correcta. Se concluye que mayor maltrato psicológico de los progenitores, mínimo será el desarrollo emocional de los infantes; perjudicando el desarrollo del aprendizaje del niño, su bienestar socio afectivo y su autoestima.

Nomberto (2016), en su tesis *estilos de socialización parental y las habilidades sociales en estudiantes de secundaria*, tiene como fin establecer la relación que hay entre ambas variables. Se trabajó con 190 colegialas, a quienes se aplicó los siguientes instrumentos: Escala de Estilos de Socialización Parental y la escala de Habilidades Sociales de Elena Gismero, donde el resultado fue que existe correlación explicativa entre las dos variables estudiadas $P > 0.05$.

A continuación, se presentarán definiciones de las variables de estudio, para su correcto entendimiento y profundización del contenido, y establecer así las posibles relaciones que puedan existir entre ellas. Así como, la teoría que fundamenta al estudio para darle su respectiva contextualización en una determinada área científica.

Barreto (2017) lo define como un conjunto de habilidades conductuales que amplían las posibilidades de mantener una adecuada relación social, son asertivos y

mejoran el concepto personal. Asimismo, Monjas (1993, p. 18; citado por Hernández, 2014) lo define como conductas necesarias para interrelacionarse con los demás de manera positiva y para Garrido y Ortega (2005, citado por Núñez, 2016); son comportamientos manifestados por el sujeto en un entorno de interacción, donde existe necesidad de expresar pensamientos a los demás.

Para Pedraza et al. (2014, Citado por Machaca, 2018) señala que las habilidades sociales son un modo de como el ser humano se desarrolla en su ambiente social y que, si estas habilidades son manejadas de forma adecuada, esta tendrá una percepción excelente de sí misma. Por su parte, Ribes (2011, citado por Saldaña y Reátegui, 2017) indica que las habilidades se clasifican en: según la *escala de observación*: comprende las habilidades básicas de las relaciones interpersonales, habilidades al inicio de una interacción, de ayuda y cooperación, habilidades relacionadas con los sentimientos y *según el fin*, se menciona a las que facilitan el construir las relaciones interpersonales, por el ejemplo el elogio y recreación.

González (2015) define algunas funciones que cumplen las habilidades sociales: *El conocimiento de sí mismo y de los demás*, se identifica con sus propias habilidades. *Desarrollo de aspectos del conocimiento social, de conductas y estrategias*; habla acerca de la reciprocidad de lo que uno pueda ofrecer y de lo que adopte en esta relación son sus semejantes. *Autocontrol y autorregulación de la conducta*, es decir las acciones que se puedan realizar en el transcurso de las relaciones interpersonales.

Monjas (1993, citado por Cari y Zevallos, 2017), señala las siguientes funciones: *Adopción de roles*: cada sujeto deberá desenvolver un papel dentro de la interacción con los demás. *Control de situaciones*: las habilidades ayudan a poder manejar situaciones conflictivas de su entorno. *Comportamientos de cooperación*: el sujeto realiza acciones de trabajo en equipo. *Apoyo emocional de los iguales*: expresión de sentimientos y emociones en la interacción social

Según, Hurtado (2018) explica las habilidades sociales en diferentes modelos teóricos con sus respectivos autores, que son las siguientes:

Caballo (1996) en su teoría, define a las habilidades sociales en tres componentes: *Dimensión conductual*, serie de habilidades y acciones que tiene cada ser humano como la expresión de opiniones personales y mantener una comunicación adecuada. *La situacional*, refiere al lugar y el contexto donde se va a desarrollar la comunicación entre amigos, familiares y otros. *La Personal*, se refiere a que cada individuo presenta sus propios aspectos cognitivos y ellos mismos ven la manera cómo interactuar con los demás.

Hidalgo y Abarca (2009), ambos autores hablan del Modelo Cognitivo, señalan que estas habilidades están establecidas por procesos cognitivos intrínsecos, donde cada ser humano lo posee, con la finalidad que puedan relacionarse de manera apropiada con los demás y también puedan alcanzar sus objetivos propuestos.

Gismero (1997; citado por Pinedo, 2018), considera que las habilidades sociales forman una herramienta primordial para fomentar, potencializar y desarrollar las relaciones de cualquier persona. Además, menciona que las habilidades sociales básicas son: *Autoexpresión*, expresarse en diferentes ámbitos de su vida. *Defensa de los propios derechos como consumidor*, mostrar conductas positivas, para hacer prevalecer sus derechos. *Expresión de enfado*, demostrar los sentimientos negativos y oposiciones hacia los demás. *Decir no y cortar interacciones*, evitan relaciones interpersonales que generan problemas. *Hacer peticiones*, proceso recíproco, el sujeto demuestra sentimientos, deseos y espera que sean recepcionados de manera adecuada y devueltos con el mismo grado que fueron manifestados.

Por otro lado, Goldstein (1980, p. 26; citado por Figueroa, 2015) plantea un enfoque, donde destaca 6 dimensiones: *Primeras habilidades sociales*, nombrada como no verbales o de contacto, interés por escuchar y prestar atención a los demás, dar iniciativa para establecer una conversación, formular y plantear una pregunta, expresar agradecimiento cuando se solicite, ejecutar un cumplido; *Habilidades sociales avanzadas*, capacidad de saber pedir ayuda, involucrarse en la participación de actividades, capacidad para instruir y seguir instrucciones, momentos donde se requiera expresar disculpas y se pueda manifestar; *Habilidades relacionadas con los sentimientos*, capacidad que tiene todo ser humano para obtener conocimientos sobre

sus propios sentimientos, expresar y demostrar afecto, alcanzando con facilidad resolver el temor, lo cual permite tener un alto grado de confianza, seguridad e incremento del amor propio por medio de los halagos y recompensas, de esta manera se fortalece la capacidad de empatía. Por otro lado hay manejo y dominio de emociones, el cual le permite saber enfrentarse y afrontar con el enfado de otro; *Habilidades alternativas a la agresión*, habilidad para negociar, con el propósito de evitar entrar en conflictos con el resto, lo cual indica y favorece al autocontrol cuando se requiera responder a las bromas de los demás; *Habilidades para hacer frente al estrés*, aquella destreza es muy necesaria para formular y responder ante una queja, saber afrontarse a los mensajes contradictorios, capacidad para reconocer y responder a la persuasión, buscar soluciones cuando le dejan de lado, proteger a un amigo, estar listo para establecer un diálogo complicado y afrontar la presión grupal y *Habilidades de planificación*, constituir y llevar a cabo un objetivo claro y que se pueda alcanzar, comprender la causa de una dificultad, almacenar información y tomar decisiones.

Sauceda y Maldonado (2016) conceptualizan al maltrato pasivo como maltrato psicológico/emocional del menor, son acciones realizadas por sus progenitores, que de algún modo evitan al desarrollo adecuado del mismo, obstaculizando sus necesidades emocionales y físicas, no son aceptados dentro del círculo familiar y son rechazados por algún problema que se haya tenido durante el proceso de su crecimiento.

La UNICEF (2006, p 10; citado por Cimpoes, 2014) define al maltrato y abandono como aquella violencia física, sexual y emocional que sufren los menores por parte de su entorno familiar o por instituciones que se supone que están a cargo del cuidado del menor, sin embargo, incurren en la omisión e incumplimiento de los derechos que les corresponde al menor, dejándolos a su suerte y sin atención alguna.

En cuanto a las dimensiones del maltrato pasivo, según Casado y Martínez (citado por Dávila y Ramos, 2015), menciona: *Abandono Físico*, acto que puede ser realizado por los progenitores, quienes deslindan sus responsabilidades a un pariente cercano, o en la mayoría de los casos dejándolos abandonados. La segunda dimensión es la *Negligencia*; según, acto cruel realizado por parte de los padres donde

se priva al niño de ciertas necesidades básicas evitando el desarrollo de un estilo de vida sana, generando en un futuro enfermedades físicas o socioemocionales en el menor. Además, es importante los siguientes criterios: *cronicidad*, presencia de una alteración neuronal del progenitor y esa sea la causal de que se de este tipo de abuso. *Omisión*, es la falta de satisfacción de las necesidades básicas en el menor. *Higiene*, cuando se observa al menor con ropa sucia, mal oliente e incluso con enfermedades relacionadas a la piel. *Alimentación*, se puede notar una malnutrición, pudiendo ocasionar trastornos alimenticios. La tercera dimensión es la *Carencia Afectiva*, se aprecia un rechazo, a través de críticas, bromas, sarcasmo, por parte de los progenitores hacia sus hijos, ocasionando que estos crezcan con una ausencia de habilidades sociales y trastornos de personalidad, cabe recalcar que en ocasiones esto sucede dentro de familias con padres con enfermedades cerebrales o adicciones.

Murueta y Orozco (citado por Dávila y Ramos, 2015) plantea una cuarta dimensión: *Atestiguamiento de violencia*; donde los niños son testigos o espectadores de los problemas que atraviesan sus padres, en la cual muchas veces estos están envueltos en violencia física y psicológica, donde ciertas agresiones involucran a los menores y desfogan castigándolo por haber hecho una pequeña travesura.

Para Tonon G. (2003, citado por Resurrección, 2018) el maltrato es omisión, y lo clasificaba en: *Negligencia psicológica*: el menor no recibe ayuda ante situaciones emocionales conflictivas, falta de afecto por parte de los padres, dificultándolo de poder llevar una vida sana. *Negligencia física*: los padres quitan al menor los recursos que lo ayudarían a mantenerse corporalmente sano, como la alimentación, la vestimenta, etc.

Para Sanín (2013, citado por Agresta, 2015) el abandono y la negligencia forman parte del maltrato infantil, debido a que existe una evidente falta de responsabilidad por parte de los progenitores, ya que omiten ciertos alimentos del día, no les brindan ropa adecuada, etc.

III. METODOLOGÍA:

3.1. Tipo y diseño de investigación:

El presente trabajo de investigación es de tipo cuantitativo - aplicada. Para Hernández, Fernández, Baptista (2014) definen el enfoque cuantitativo como la recopilación de información, para comprobar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con la finalidad de decretar patrones de conductas y probar teorías. Por otro lado, Lozada (2014), refiere que la investigación aplicada, busca la generación de conocimientos con aplicación directa a los problemas de la sociedad o el sector productivo. El análisis a realizar en esta indagación se basa en la teoría de Habilidades sociales de Goldstein (1980), donde las define como un conjunto de estrategias de conductas y capacidades. Por su parte el maltrato pasivo forma parte del contexto de violencia; para Casado y Martínez (1997; citado por Dávila y Ramos, 2015) señala al maltrato pasivo como un tipo de violencia donde existe omisión, negligencia y abandono, privando al niño de sus derechos. Entonces trabajar con la teoría de Goldstein ayudaría a la consecución de buenas acciones a fin de establecer una adecuada convivencia dentro del seno familiar de los menores de edad.

El diseño de investigación es no experimental – transeccional, explicativo y propositivo. Para Hernández, Fernández, Baptista (2014, p.155) afirman que la investigación no experimental son estudios que se ejecutan sin la necesidad de manipular una variable. También es transeccional porque describe, analiza y recolecta información de las variables en un único y específico momento (Hernández, Fernández, Baptista; 2014). Por otro lado, el diseño es explicativo debido a que estos estudios son los encargados de explicar porque ocurre uno o más fenómenos, además de las condiciones en las que este fenómeno se presenta y las variables que se puedan relacionar (Hernández, Fernández, Baptista, 2014, p.95). Finalmente es de tipo propositivo porque se diseñará un programa como una propuesta de plan estratégico, con la finalidad de reducir el maltrato pasivo en dicha población de estudio.

3.2. Variables y Operacionalización:

Variable: Programa de Habilidades Sociales. (Anexo 1)

Variable: Maltrato pasivo (Anexo 1)

3.3. Población, muestra y muestreo:

En cuanto a la población, Sánchez (2013) define que está formada por un conjunto de elementos, individuos, objetos que participan del fenómeno que fue determinado y concreto en el análisis del problema de investigación.

El programa “Una dosis de habilidades sociales, para formar familias saludables” podrá ser aplicado a padres de familia con hijos menores de edad de educación básica regular. Los beneficiarios podrán ser padres de ambos sexos del nivel inicial, primario y secundario, que firmen el consentimiento informado y que se comprometan a llevar las 17 sesiones establecidas. Por otro lado, se excluirá a padres de familia con algún tipo de alteración cerebral y/o patología y con quienes se rehusaron a participar en los talleres.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos:

Arias (2006; citado por Contreras y Roa, 2015), define a las técnicas como la recolección de datos, procedimientos y forma particular de obtener información; mientras que el instrumento es cualquier dispositivo o formato que se maneja para adquirir, o recopilar información.

Las técnicas que se trataron en el presente trabajo son: la observación, puesto que como practicantes del área de psicología de dicho centro de estudios se ha observado la existencia de esta situación conflictiva entre padres e hijos. Otra técnica de las utilizadas fue la entrevista, puesto que la recolección de información se dio por medio del personal administrativo y docentes, a través de preguntas estructuradas, la cual nos ha dado un mayor alcance de la problemática en mención. Por último, se realizó una revisión bibliográfica, recopilando información teórica de entidades internacionales y nacionales, haciendo uso de distintas bases de datos electrónicos como revistas, libros virtuales y fuentes lincográficas de teorías y enfoques que sustenten la elaboración del marco teórico de las variables de esta investigación.

3.5. Procedimientos:

Fase de elección del tema: se hizo una observación de las variables y de la población, con la finalidad de seleccionar un tema que sea de interés, como son las habilidades sociales, implementándola ya no en los adolescentes sino en padres de familia, para buscar mejorar la relación intrafamiliar entre padres e hijos, a fin de reducir una problemática poco estudiada como es el maltrato pasivo.

Fase de recolección de datos: a partir de la revisión bibliográfica, se recopiló información teórica de entidades internacionales y nacionales, haciendo uso de distintas bases de datos electrónicos como revistas, libros virtuales y fuentes lincográficas de teorías y enfoques que sustentan la elaboración del marco teórico de las variables de esta investigación. Esta búsqueda preliminar ayuda a tener definida nuestras variables de estudio.

Fase de análisis y síntesis de datos: clarificamos todos los puntos necesarios, tomando la información relevante y necesaria para plantear distintas teorías que avalen nuestra investigación.

Fase de diseñar y validación del programa: a partir de la indagación lograda, se planteó un marco teórico que valdrá como base para la creación de nuestro programa de habilidades sociales dirigido a padres de familia con la finalidad de reducir el maltrato pasivo y por ende se buscará la validación del mismo a través del criterio de jueces siguiendo formatos ya establecidos.

Fase presentar el programa: Por último, se expondrá el producto realizado, esperando obtener buenos resultados y que este logré su cometido y pueda servir de mucha ayuda para poblaciones vulnerables, que estén padeciendo de maltrato pasivo y así puedan distinguir dicha problemática.

3.6. Métodos de análisis de datos:

Para el diseño de este programa se hizo uso de Excel 2016 que permitió estructurar de forma adecuada toda la información extraída de antecedentes y que esta pueda ser de mayor entendimiento para los lectores. Además, se utilizó otros formatos para la validación de dicho programa, a través de criterio de jueces, donde dichos formatos permitieron que los jueces realicen un mejor análisis acerca de lo que

se pretendió realizar con la creación de un Programa de habilidades sociales dirigido a padres de familia para reducir el maltrato pasivo. A lo que Escobar y Cuervo (2008; citado por Galicia, Balderrama y Navarro, 2017) construyeron un registro de cuatro categorías: claridad, coherencia, relevancia y suficiencia; además, puntualizaron la validez de contenido por criterio de especialistas como "un veredicto de individuos con experiencia en el tema y que estos logren dar apreciaciones acerca de lo que estén valorando.

3.7. Aspectos éticos:

Según el Código de Ética del Psicólogo Peruano (2017) y American Psychological Association (APA, 2010) se han considerado los siguientes aspectos:

Principio de beneficencia y no maleficencia: Los psicólogos se esfuerzan profesionalmente por el bienestar de las personas con las que interactúan y asumen la responsabilidad de no hacer daño, así mismo, según el artículo 25 del Colegio de Psicólogos del Perú, el psicólogo en una investigación debe tener como objetivo principal el bienestar de los participantes. Este aspecto ético se utilizó en este estudio, ya que los investigadores fueron responsables de garantizar el bienestar de todos los participantes, y de manera similar, el cuestionario se ejecutó sin daño ético y físico a todos los que desearon participar en el mismo.

Principio de responsabilidad: El psicólogo construye una relación de confianza, teniendo en cuenta sus responsabilidades profesionales y científicas con las personas con las que interactúa, así como su investigación que realiza y el artículo 52 del Colegio de Psicólogos del Perú, establece que los psicólogos conservan secretos profesionales y solo puede proporcionar información si la persona u organización que proporciona la información autoriza. Por lo tanto, en el desarrollo de la investigación, se actuó con un espíritu profesional, realizando los deberes necesarios de un investigador, y la relación establecida con las personas involucradas en la investigación y el desarrollo no se destruyó, es decir, no se realizó ninguna declaración sin autorización previa.

Consentimiento informado: después de obtener el consentimiento informado de todos los términos necesarios, el psicólogo debe informar a la persona que participará en el estudio, el contenido del mismo, el momento y los procedimientos. Como se establece en el Artículo 24 del código de ética del psicólogo peruano, en cualquier trabajo de investigación con personas, el psicólogo debe obtener el consentimiento informado. En el estudio se cumplió, dado que todos los participantes fueron informados del propósito de la evaluación y también se les informó que dicha evaluación será completamente confidencial, y se realizó de manera ética.

Confidencialidad: Todo psicólogo tiene como obligación, tomar precaución con la información recolectada a través de evaluaciones e investigaciones con personas, ya que debe proteger la información obtenida teniendo en cuenta la existencia de reglas institucionales, profesionales y científicas. En el artículo 57, La exposición oral, escrita de investigaciones deberá hacerse de modo que no sea posible la identificación de la persona, grupo o institución de que se trate sin esta no ha dado su autorización.

IV. RESULTADOS

Tabla 1

Análisis teórico de las variables de estudio

AUTOR / AÑO	PROCEDENCIA	Nº DE PARTICIPANTES	DESCRIPCIÓN	RESULTADOS
Cabrera y Rivera (2015)	Cuenca – Ecuador Manabí, Ecuador.	66 niños de entre 8 a 10 años 37 niños de 5 años.	Superioridad del Maltrato infantil.	Encontraron que el 45,27% sufren de maltrato, el 5,97 % presenta Maltrato Negligente.
Palma (2017)	Ambato – Ecuador	37 niños de 5 años.	Indagar la incidencia de la privación afectiva paterna en el desarrollo emocional de los pequeños.	Propuso elaborar una guía para el desarrollo emocional ya que el déficit emocional impide un buen desenvolvimiento escolar y crea niños rebeldes y/o infelices
Zamora (2015)	Cuenca – Ecuador	40 niños de entre 6 a 8 años.	Establecer la influencia que tiene la negligencia parental en la ansiedad.	La negligencia parental influye directamente en la ansiedad. Por la cual se elaboró una propuesta de solución basado en la psicoeducación sobre el buen trato.

Ordoñez (2016)	Cuenca – Ecuador Manabí, Ecuador.	17 casos de menores de entre 10 a 14 años	Descubrir la negligencia intrafamiliar hacia los infantes y sus efectos psicosociales.	Se propone un programa adecuado a fin de mitigar un comportamiento inadecuado en la omisión de obligaciones y derechos de los menores.
Narciso (2019),	Ambato – Ecuador	27 estudiantes de entre 13 a 15 años	Analizar la influencia del soporte familiar en el desarrollo de las habilidades	Evidenciaron que si las familias brindan apropiada información y apoyo en situaciones que el menor atraviesa, ayuda al buen uso de sus habilidades sociales.

Fuente: elaboración propia

Según lo que se observa en la tabla N° 1, los autores Cabrera y Rivera (2015) identificaron a un 45,27% de menores de edad que padecen de maltrato. Del mismo modo, Palma (2017) menciona que la carencia afectiva impide un buen desenvolvimiento escolar y crea niños rebeldes. Asimismo, Zamora (2015) por su parte propuso talleres de psicoeducación sobre estilos de crianza en padres para así mejorar el buen trato en menores de edad. De la misma forma Ordoñez (2016) propuso un programa a fin de aminorar la omisión de obligaciones y derechos de los menores. Por último, Narciso (2019) señaló que un correcto acompañamiento de las familias durante el proceso de crecimiento del menor, ayuda a un adecuado uso de sus habilidades sociales.

Tabla 2

Análisis teórico de las variables de estudio

AUTOR / AÑO	PROCEDENCIA	Nº DE PARTICIPANTES	DESCRIPCIÓN	RESULTADOS
Ynfante (2019)	Piura – Perú	30 padres de familia de 25 a 45 años	Evaluar la significancia del programa de fortalecimiento de las habilidades sociales	Los progenitores desarrollaron aspectos significativos para su vida, como son la comunicación asertiva, autoestima y toma de decisiones.

Fuente: Elaboración propia

En la anterior tabla se muestra a Ynfante (2019), fue el único que realizó una investigación donde trabajo habilidades sociales con padres de familia. Por lo cual señala que con la creación de su programa los progenitores desarrollaron aspectos significativos para su vida, como la comunicación, autoestima y toma de decisiones, además de ello los padres, evidencian un gran interés para seguir formándose y así obtener actitudes y conductas más apropiadas.

Tabla 3

Análisis teórico de las variables de estudio

AUTOR / AÑO	TEMA	CONCEPTO
Barreto (2017)	Habilidades sociales	Conjunto de habilidades conductuales que aumentan las posibilidades de mantener una adecuada relación social de

		manera satisfactoria y productiva, son asertivos y mejoran el concepto personal.
Monjas (1993)	Habilidades sociales	Son conductas necesarias para comunicarse y relacionarse con los seres humanos de manera positiva.
Garrido y Ortega (2005, citado por Núñez, 2016)	Habilidades sociales	Comportamientos manifestados por el sujeto en un entorno de interacción, donde existe necesidad de expresar pensamientos, ideas y acciones sin transgredir a los demás.
Pedraza et al. (2014, citado por Machaca, 2018)	Habilidades sociales	Las habilidades sociales son un modo de como el ser humano se desenvuelve en su ambiente social y que, si estas son manejadas adecuadamente, tendrá una percepción excelente de sí misma.

Fuente: Elaboración propia

De acuerdo a lo que se observa en la tabla tres, autores como Barreto (2017) y Pedraza (2014, citado por Machaca, 2018) señalaron que, si la persona desarrolla sus habilidades sociales podrá tener un mejor concepto de sí mismo. Por otro lado, Monjas (1993), Garrido y Ortega (2005, citado por Núñez, 2016) aclaran que las habilidades sociales ayudan al ser humano a mejorar la relación con su entorno.

Tabla 4

Análisis teórico de las variables de estudio

TEMA	AUTOR/ AÑO	DESCRIPCIÓN
TEORÍA DE HABILIDADES SOCIALES	Caballo (1996)	Señala tres componentes: conductual, situacional y personal.
	Hidalgo y Abarca (2009)	Hablan del Modelo Cognitivo, que estas habilidades están establecidas por procesos cognitivos intrínsecos, donde cada ser humano lo posee, con la finalidad que puedan relacionarse de manera apropiada con los demás.
	El Enfoque de Gismero (1997, p 19- 20; citado por Pinedo, 2018),	Menciona que las habilidades sociales básicas son: autoexpresión, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado, Decir no y cortar interacciones y por último Hacer peticiones.
	Goldstein (1980, p. 26; citado por Figuroa, 2015)	Destaca 6 dimensiones que decretan las habilidades sociales: Primeras habilidades sociales, Habilidades sociales avanzadas; Habilidades relacionadas con los sentimientos; Habilidades alternativas a la agresión, Habilidades para hacer frente al estrés y Habilidades de planificación.

Fuente: Elaboración propia

En la tabla anterior observamos cuatro teorías de habilidades sociales, autores como Caballo (1996) las numero en tres componentes; la dimensión conductual, situacional y personal. Por otro lado, Hidalgo y Abarca (2009) hablan del Modelo Cognitivo, señalando que estas habilidades están establecidas por procesos cognitivos intrínsecos, permitiéndole al individuo a relacionarse de manera adecuada. Por su parte Gismero (1997, p 19-20; citado por Pinedo, 2018), las clasifico de la siguiente forma: la autoexpresión, defensa de los propios derechos, la expresión de enfado o disconformidad, el decir no y cortar interacciones y el hacer peticiones. Por ultimo Goldstein (1980, p. 26; citado por Figueroa, 2015) destaco 6 dimensiones las cuales han sido mencionadas anteriormente.

Tabla 5
Creación de las sesiones del programa

N°	NOMBRE DE SESIÓN	TEMA	OBJETIVO
1	“Conociéndonos”	Introducción y bienvenida (aplicación del pre test)	Establecer rapport entre las personas implicadas en el programa.
2	“Aprendiendo”	Habilidades Sociales	Realizar psicoeducación de habilidades sociales a los padres de familia.
3	“Evaluándonos”	Autoconocimiento	Generar autoconocimiento y aceptación hacia uno mismo
4	“Vales más de lo que crees”	Autoestima	Tomar conciencia de la imagen que tenemos de nosotros mismos.
5	“Yo controlo mi mundo”	Reconocimiento de emociones	Reconocer las propias emociones y sus efectos.

6	“Todos sabemos oír, pero muy pocos sabemos escuchar”	Escucha activa	Potenciar una escucha activa
7	“Siente con el corazón de otro”	Empatía	Potenciar la capacidad empática en los padres de familia.
8	“Extrae de tu interior todos los valores que buscas”	Valores	Promover la práctica de valores morales.
9	“Aprendiendo sobre los estilos de comunicación”	Estilos de Comunicación	Conocer los estilos de comunicación.
10	“Me respeto, Te respeto”	Asertividad	Fomentar adecuadas relaciones interpersonales, basadas en la comunicación asertiva.
11	“El control de mi vida lo hago yo”	Autocontrol	Controlar reacciones externas ante conflictos familiares.
12	“Familia unida, jamás será vencida”	Trabajo en equipo	Forjar lazos de solidaridad y unión familiar

13	“Haciendo las paces”	Resolución de conflictos	Buscar soluciones más adecuadas ante situaciones conflictivas.
14	“En medio de toda dificultad, siempre hay una oportunidad”	Resiliencia	Desarrollar la capacidad resiliente en los padres de familia.
15	“Recibe opiniones, pero toma tus propias decisiones”	Toma de decisiones	Perfeccionar la toma de decisiones.
16	“El ganador jamás se rinde y el que se rinde jamás gana”	Pensamiento positivo	Reducir los pensamientos negativos y mantener los positivos
17	“Despedida”	Cierre (aplicación de pos test)	Culminar de forma satisfactoria el programa de habilidades sociales.

Fuente: Elaboración propia

En la tabla N° 5, se creó 17 sesiones, se ejecutará una sesión por semana con una duración de 45 minutos, se deberá aplicar un pre test y un post test, del mismo modo podrá ser aplicado por profesionales en psicología, psicopedagogos e instituciones que cuenten con la asesoría de profesionales anteriormente mencionados. Por ultimo las sesiones contienen diversas temáticas que están relacionadas con las dimensiones de la Teoría de Goldstein, puesto que es de

mucha importancia para que puedan resolver conflictos y sobre todo comunicarse de manera asertiva y empática entre padres e hijos. (Anexo 2)

Tabla 6
Validez del programa de habilidades sociales

NOMBRE	GRADO	ÁREAS DE EXPERIENCIA PROFESIONAL	DESCRIPCIÓN
Miguel Armando Paz Delgado	Magíster en Psicología	Docencia universitaria, practica particular	Aplica
Amalita Isabel Maticorena Barreto	Magíster en Psicología	Psicología Educativa y Sexóloga	Aplica
Paula Elena Delgado Vega	Magíster en Psicología	Docencia universitaria	Aplica

Fuente: Elaboración propia

En la tabla N° 6 se encuentra la validación del programa “Una dosis de habilidades sociales, para formar familias saludables” se observa el nombre de los tres expertos, quienes evaluaron los criterios de claridad, relevancia y pertinencia, luego de levantar las observaciones, indicaron de manera unánime que el programa puede ser aplicado. (Anexo 3)

V. DISCUSIÓN

En la presente investigación se propuso diseñar un programa de habilidades sociales dirigido a padres de familia para reducir el maltrato pasivo

Según los resultados del análisis realizado a los antecedentes de investigación, encontramos que los autores Cabrera y Rivera (2015) plantearon la necesidad de crear una guía que ayude a mejorar el estado emocional de los menores y la relación con su entorno familiar, en relación a la idea anterior, Goldstein (1980, p. 26; citado por Figueroa, 2015) fundamenta en una de sus dimensiones, que trabajar en las habilidades relacionadas con los sentimientos, el ser humano adquiere la capacidad para obtener conocimientos sobre sus propios sentimientos, expresar y demostrar afecto, permitiéndole de esta manera fortalecer la capacidad de empatía. Del mismo modo, tanto Zamora (2015) como Ordoñez (2016) elaboraron una propuesta de programa basado en talleres de psicoeducación dirigido tanto a padres como a niños a fin de mejorar la relación entre ellos y pueda mitigar un mal comportamiento evidente en los padres con respecto a la omisión de obligaciones y de derechos de los menores. Visto de esta forma Hernández, y González (2015) estipulan que desarrollar habilidades sociales ayudaría a comunicarse y relacionarse con los seres humanos de manera positiva; desarrollando conductas empáticas y de colaboración a fin de ayudar con las necesidades de las personas que se encuentren en su entorno. Por su parte Narciso (2019) manifiesta que, si las familias acompañan en distintas situaciones que el menor este atravesando durante el proceso de crecimiento, ayudaría a que mantengan un adecuado desenvolvimiento en el uso de sus habilidades sociales, pudiendo así, mantener relaciones más duraderas y saludables. Lo mismo es señalado por Ynfante (2019) donde sus resultados evidenciaron una optimización de su autoestima, toma de decisiones, empatía, asertividad y comunicación.

Referente al análisis conceptual de la variable Habilidades sociales; Monjas (1993) las define como conductas necesarias para comunicarse y relacionarse con los seres humanos de manera positiva a lo que Garrido y Ortega (2005, citado por Núñez, 2016) ratifican, señalando a las habilidades como comportamientos manifestados por

el sujeto en un entorno de interacción, donde existe la necesidad de expresar pensamientos, ideas y acciones sin transgredir a los demás. Ahora bien, Barreto (2017) manifiesta que las habilidades sociales son fundamentales para mejorar el concepto personal de cada individuo. En relación a la idea anterior Pedraza et al. (2014, citado por Machaca, 2018) aclara que, si estas habilidades son manejadas de forma adecuada, el individuo tendrá una percepción excelente de sí misma.

En cuanto al análisis de las teorías que fundamentan esta investigación, Caballo (1996) menciona tres componentes que son las siguientes: dimensión conductual, situacional y personal. En la primera nos menciona una serie de habilidades y acciones que posee cada persona como la expresión de opiniones personales y mantener una comunicación adecuada. En la segunda se refiere al lugar y el contexto en donde se va a desarrollar la comunicación entre ellos ya sea con amigos, familiares y otros. La tercera dimensión se refiere a que cada individuo presenta sus propios aspectos cognitivos y ellos mismos ven la manera en cómo interaccionar con los demás. Dentro de este orden de ideas con respecto al último componente de Caballo; autores como Hidalgo y Abarca (2009) también hacen referencia al modelo cognitivo, donde aclaran que estas habilidades están regidas por procesos cognitivos intrínsecos, donde cada ser humano lo posee, con la finalidad que puedan relacionarse de manera apropiada con los demás y puedan alcanzar sus objetivos propuestos. Por otro lado, el enfoque Gismero (1997, p 19-20; citado por Pinedo, 2018), menciona que las habilidades sociales básicas son las siguientes: autoexpresión, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, Decir no y cortar interacciones y por último Hacer peticiones. De allí que para González (2015) señala algunas funciones que cumplen las habilidades sociales siendo las siguientes: Conocimiento de sí mismo y de los demás, en la relación de las personas con sus iguales aprenden muchos aspectos y cualidades propias, acerca de lo que los identifica y de lo que puede ser capaz con este autoconocimiento. Desarrollo de aspectos del conocimiento social, de conductas y estrategias; cuando nos referimos a este punto se habla acerca de la reciprocidad de lo que uno pueda ofrecer y de lo que adopte en esta relación son sus semejantes, como la empatía, la colaboración,

cooperación, el trabajo en equipo, etc. Así mismo una de las terceras funciones que cumple las habilidades sociales es de autocontrol y autorregulación de la conducta, es decir de las acciones que se puedan realizar en el transcurso de las relaciones interpersonales, por último, las habilidades sociales sirven como soporte emocional logrando que las relaciones resulten ser satisfactorias. Finalmente, nuestra investigación se basó en la teoría de Goldstein (1980, p. 26; citado por Figueroa, 2015) quien destaca 6 dimensiones que engloban a las habilidades sociales, Primeras habilidades sociales, Habilidades sociales avanzadas; Habilidades relacionadas con los sentimientos; Habilidades alternativas a la agresión, Habilidades para hacer frente al estrés y Habilidades de planificación. A lo que es respaldado por Ribes (2011, citado por Saldaña y Reátegui, 2017) quien indica que las habilidades sociales pueden clasificar de dos formas: según el nivel de análisis y según el objetivo que presentan. La primera abarca las habilidades básicas de las relaciones interpersonales, habilidades de iniciación de la interacción y habilidades conversacionales, habilidades de cooperación y compartir, habilidades relacionadas con los sentimientos y las emociones, y habilidades de autoafirmación. Dentro del ámbito de las habilidades sociales, según el objetivo, se menciona a las habilidades que facilitan el establecimiento y el desarrollo de las relaciones interpersonales, como las conversacionales, de elogio y juego.

Por consiguiente, se creó un programa basado en las dimensiones de Goldstein, contando con diecisiete sesiones para padres donde se fortalezca sus habilidades sociales, a fin de mejorar la relación con sus menores hijos y que estos no sean sometidos a un tipo de maltrato pasivo, la cual es fundamentado por Barreto (2017) quien señala que las habilidades sociales son un conjunto de conductas que aumentan las posibilidades de mantener una adecuada relación social de manera satisfactoria y productiva, mostrándose asertivos, en la medida que el concepto de sí mismos y de su entorno mejore.

De acuerdo al tercer objetivo, se estableció la validez del programa de Habilidades Sociales dirigido a padres de familia para reducir el maltrato pasivo, Chiclayo 2020, levantando las observaciones de 3 expertos en salud mental, teniendo

en cuenta el grado académico, años de experiencia y dominio del tema sobre habilidades sociales. A lo que Escobar y Cuervo (2008; citado por Galicia, Balderrama y Navarro, 2017) construyeron un registro de cuatro categorías: claridad, coherencia, relevancia y suficiencia; además, puntualizaron la validez de contenido por criterio de especialistas como "un veredicto de individuos con experiencia en el tema y que estos logren dar apreciaciones acerca de lo que estén valorando.

VI. CONCLUSIONES

- 1.** Se logró diseñar el programa, titulado: “Una dosis de habilidades sociales, para formar familias saludables”, donde muchos autores han dado su aporte a la causa, sin embargo, hemos considerado la teoría de Goldstein como la más completa para poder realizar nuestro diseño del programa de habilidades sociales a fin de reducir el maltrato pasivo en menores de edad.
- 2.** Se estableció que si se realizan programas basados en habilidades sociales se puede reducir el maltrato pasivo.
- 3.** En el análisis conceptual de distintos autores de la variable Habilidades sociales, se coincide que son necesarias para el individuo a fin de que este pueda desarrollarse y desenvolverse de forma saludable con su entorno, ayudándolo a que pueda mejorar la concepción que tenga hacia su persona.
- 4.** Por último, se estableció la validez del programa de habilidades sociales por medio del juicio de tres expertos profesionales pertenecientes a la carrera de psicología, siendo su labor fundamental eliminar aspectos irrelevantes, incorporar los que son imprescindibles y/o modificar aquellos que lo requieran.

VII. RECOMENDACIONES

- Referente a la validez, es necesario escoger expertos en la temática en la que se está enfocando la investigación, ya que ellos tendrán los conocimientos necesarios para poder hacer que el instrumento sea consistente y coherente con lo que se está investigando, además se recomienda que sean profesionales con amplia experiencia en el tema en cuestión.
- Para una adecuada aplicación del programa de habilidades sociales, se recomienda, dar las instrucciones de forma clara para que todos los evaluados comprendan y si es que existieran dudas resolverlas, asimismo, se debe evitar la presencia de distractores, el ambiente debe tener buena iluminación y ventilación, de esta manera los resultados requeridos sean positivos.
- Se recomienda continuar con más investigaciones referentes a este tema, puesto que cada día existen nuevos avances que pueden ayudar a solucionar dicha problemática, además pueden dar una explicación más científica de las causas y posibles alternativas de solución.

REFERENCIAS

Aclla, N. y Carhuallanqui, R. (2018). *Abandono paterno filial en los infantes estudiantes- Institución Educativa N° 31940- comunidad San Antonio – distrito Orcotuna*. Tesis de Licenciatura. Universidad de Perú. Repositorio UNCP.

<http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/UNCP/4530/Allca%20Poma-Carhuallanqui%20Gaspar.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Agresta, C. (2015). *Efectos Del Abandono Temprano En La Estructuración Psíquica*. Universidad de la Republica. Repositorio EDU.

https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/tfg_camila_agresta.pdf

Barreto, S. (2017). *School for parents program in the social skills of fifth grade students of Virgen de Fátima, Ventanilla - Callao 2016*. Master's Thesis. University of Peru. Repository UCV.

<http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/14516>

Cabrera, C. y Rivera, C. (2015). *Intrafamily child abuse in educational children general basic*. Undergraduate thesis, University of Cuenca. Repository UDC.

<http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/23628>

Cari, E. y Zevallos, N. (2017). *Funcionamiento Familiar Y Habilidades Sociales En Adolescentes De 3ro A 5to Grado De Secundaria De La Institución Educativa José Antonio Encinas Juliaca*. Tesis de licenciatura. Repositorio UNAS.

<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/3635/Pscazaee.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cimpoes, A. (2014). *Risk factors and prevention of child maltreatment*.

<http://repositori.uji.es/xmlui/handle/10234/103037?locale-attribute=en>

Coronel, P. (2017). *Síndrome de carencia afectiva y sus repercusiones en el crecimiento y desarrollo de niños menores a cuatro años del Centro Infantil del Buen Vivir Catamayo*. Universidad de Ecuador. Repositorio UNL.

<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/19587/1/TESIS%20PAMELA%20CORONEL.pdf>

Contreras, Y. y Roa, M. (2015). *Técnicas e instrumentos de investigación*.

<http://tecnicasdeinvestigacion2015.blogspot.com/>

Corte, V. (2013). *Intervención grupal cognitivo-conductual basada en la Psicología Positiva para niños con problemas externalizados*. Universidad de Mexico. Repositorio UNAM.

<http://132.248.9.195/ptd2013/septiembre/0701076/0701076.pdf>

Dávila, J. y Ramos, R. (2015). *Maltrato pasivo y depresión infantil en Estudiantes del nivel primario de los Colegios públicos del distrito la Victoria, 2015*. Tesis de pre grado. Universidad de Perú. Repositorio USS.

<http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/4294/Davila%20Arenas%20-%20Ramos%20Cuzque.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

De la Torre, A. y Trujillo, S. (2014). *The correlation between the psychological abuse of the parents and the emotional development of the children in the early education room Angelitos De Jesús of the El Agustino district in 2012*. Repository UCV

<http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/14223?locale-attribute=en>

Díaz, A. (2014). *Niños, niñas y adolescentes víctimas de abandono en el hogar Miguel Magone*. Tesis de posgrado. Universidad de Guatemala.

<http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/67/Diaz-Anabella.pdf>

Fernandez, M. (2014). *Child maltreatment: an empirical study on psychopathological variables in supervised minors*. Doctoral thesis. University of Murcia. Repository UM.

<https://digitum.um.es/digitum/handle/10201/39453>

Figuroa, A. (2015). *Los niveles de ansiedad en el desarrollo de las habilidades sociales de las ppl del Centro de Privación de Libertad de Personas Adultas Femenino Quito*. Titulación de psicólogo. Universidad central de Ecuador. Repositorio UCE.

<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/7184/1/T-UCE-0007-140c.pdf>

Galicia, L.; Balderrama, J. y Edel, N. (2017). *Validez de contenido por juicio de expertos: propuesta de una herramienta virtual*. Vol.9 no.2 Guadalajara, Repositorio SCIELO.

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-61802017000300042&fbclid=IwAR1oKBKilFu66Js3_HxGwCvW5GwB0OLjZIY2nF60ZEsGotVa-DFIV094LUQ

González, A. (2015). *Las habilidades sociales en los fenómenos de violencia y Acoso escolar*. Monografía para obtención de título. Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Repositorio UNAD.

<https://repository.unad.edu.co/handle/10596/3498>

Patricia de Miguel. (2014). *Teaching social interaction skills in children at risk of exclusion*. Vol. 1, Nº. 1, 2014, págs. 17-26. Repository DIALNET.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4696236>

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación de la 5ta edición*. Repositorio ESUD.

https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf

Hurtado, R. (2018). *Habilidades sociales en estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa particular de Lima Metropolitana, 2017*. Tesis de Licenciatura. Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Repositorio UIGV http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2210/TRAB.SUF.PR_OF._Rocio%20del%20Milagro%20Karla%20Hurtado%20Vidarte.pdf?sequence=2

- Junco, J. (2014). *Psychosocial analysis of child abuse*. Vol. 22 Núm. 2 Repository UNIFE. <http://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/188>
- Larico, Y. y Zuel, D. (2013). *Maltrato Infantil Y Niveles De Autoestima En Escolares Del 1ro Al 3ro Año De Educación Secundaria En La I.E Señoritas "Arequipa"*. Tesis de licenciatura. Universidad San Agustín. Repositorio UNAS. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/2310/ENlafay.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Larraín, S. y Bascuñan, C. (2008). *Maltrato infantil y relaciones familiares en Chile1. Análisis comparativo. 1994-2000-2006*. Repositorio SCIELO. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062008000700011
- Lozada, J. (2014). *Investigación aplicada*. Vol. 3, Nº. 1, 2014, págs. 47-50. Repositorio DIALNET. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6163749>
- Machaca, K. (2018). *Clima Sociofamiliar Y Habilidades Sociales De Los Estudiantes De La Institución Educativa Secundaria Inca Garcilaso De La Vega, Juliaca 2017*. Tesis de licenciatura. UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO. Repositorio UNAP. http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/7236/Machaca_Condori_Karina.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Martín, M. y Flores, F. (2016). Multivariate modal typologies in social skills in the framework of effective personality in Chilean and Spanish secondary education contexts. Doctoral thesis. Complutense University of Madrid. Repository UCM <https://eprints.ucm.es/40551/>
- Narciso, V. (2019). Influencia del deficiente soporte familiar en las habilidades sociales de los adolescentes de 2° "B" Institucion Educativa Gustavo Ríes, 20185. Tesis de licenciatura. Universidad de Trujillo. Repositorio UNITRU.

<http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/12545/VANESSA%20NARCISO%20RUIZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Nomberto, F. (2016). *Parental socialization styles and social skills in high school students from private female educational institutions in the city of Trujillo*. Bachelor thesis. Northern Private University. Repository UPN. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/10042>

Núñez, L. (2016). *Relación entre el clima social familiar y habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de cuarto y quinto grado de la I. E Federico Helguero seminario. Piura, 2015*. Tesis de licenciatura. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Repositorio ULADECH.

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/119/NU%D1EZ_FLORES_LUZBEY_CLIMA_SOCIAL_FAMILIAR_HABILIDADES_SOCIALES.pdf?sequence=4

Ordoñez, M. (2016). Structural systemic analysis on intra-family neglect and its psychosocial consequences, towards boys and girls of the seventh grade at the Ignacio Escandón school in the city of Cuenca; Yanuncay parish, during the 2011-2012 school year. Master's thesis. University of Cuenca. Repository UDC.

<http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/24329?locale=es>

World Health Organization (2020). Child maltreatment. Recovered from:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/child-maltreatment>

Palma, A. (2017). *The paternal affective deprivation and its incidence in the emotional development of the boys and girls of the 1st year of basic general education of the educational unit "Alida Zambrano García" of the canton in Carmen, province of Manabí, 2016-2017 school period*. Bachelor thesis. Eloy Alfaro Lay University of Manabi. Repository ULEAM.

<https://repositorio.uleam.edu.ec/handle/123456789/162>

Pinedo, M. (2018). *Niveles de habilidades sociales en estudiantes de quinto grado de secundaria de una Institución Educativa, Belén 2018*. Tesis de licenciatura. Universidad Científica del Perú. Repositorio UCP.

<http://repositorio.ucp.edu.pe/handle/UCP/601>

Resurrección, L. (2018). *The abuse caused by parents in relation to the level of self-esteem of the adolescent hospitalized in the Pediatric Emergency Hospital in 2016*. Thesis to Opt for the Therapy Specialist Title. Federico Villareal National University. Repository UNFV.

<http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/2395>

Saldaña, C. y Reátegui, S. (2017). *El rol de las habilidades sociales en la aplicación de un método para desarrollar el aprendizaje cooperativo: el aprendizaje basado en proyectos*. Tesis de licenciatura. Universidad Católica del Perú. Repositorio PUCP.

http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/8917/SALDA%C3%91A_AZABACHE_REATEGUI_RODAS_EL_ROL_DE_LAS_HABILIDADES_SOCIALES_EN%20LA%20APLICACION%20DE_UN_METODO_PARA_DESARROLLAR_EL_APRENDIZAJE.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Sánchez, M. (2013). Población y muestra seminario de tesis. Recuperado de:

<https://es.slideshare.net/melissasanchezromero5/poblacin-y-muestra-seminario-de-tesis>

Sauceda, J. y Maldonado, J. (2016). *El abuso psicológico al niño en la familia*. México. Vol. 59 no.5. Repositorio SCIELO.

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422016000500015

Suca, B. (2017). *Influencia del abandono familiar en el aprendizaje de los estudiantes del cuarto grado de educación primaria de la institución educativa particular señor de la caña distrito de cerro colorado*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Repositorio UNAS.

<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/3601/Edsupabr.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Trigoso, LL. (2017). *Tipos de maltrato infantil que presentan los estudiantes de la institución educativa primaria pedro castro Alva N° 18006, Chachapoyas - 2017*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazona. Repositorio UNTRM

<http://repositorio.untrm.edu.pe/handle/UNTRM/1245#:~:text=Los%20resultados%20evidencian%20que%20el,el%2019%25%20de%20maltrato%20sexual.>

Unicef (2013). *Detección y primera respuesta a niños, niñas y adolescentes víctimas de maltrato por parte de familiares o cuidadores*.

https://www.unicef.org/chile/media/1336/file/victimas_de_maltrato_por_parte_de_familiares_o_cuidadores.pdf

Ynfante, F. (2019). *Programa para fortalecer habilidades sociales en un grupo de padres del A.H el indio, Castilla-Piura, 2018*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional de Piura. Repositorio UNP.

<http://repositorio.unp.edu.pe/handle/UNP/1893>

Zamora, D. (2015). *Parental neglect and its influence on anxiety in children from 6 to 8 years old at the Young Foundation for the future of the city of Ambato*. Bachelor Thesis. Technical university of Ambato. Repository U

<https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/10306?mode=full>

ANEXOS

Tabla 7

OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE HABILIDADES SOCIALES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES
HABILIDADES SOCIALES	Para Goldstein (1980; citado por Andujar, 2018), define a las habilidades sociales como un conjunto de habilidades y capacidades (variadas y específicas) para el contacto interpersonal y la solución de problemas de índole interpersonal y/o socio-emocional.	Las Habilidades Sociales son competencias y destrezas necesarias para un desarrollo pleno, con la realización de un programa basado en esta temática, nos ayudara a reducir el maltrato pasivo en menores de edad	Primeras habilidades sociales	Escuchar Dar las gracias Dar un elogio
			Habilidades sociales avanzadas	Pedir ayuda dar instrucciones disculpase
			Habilidades relacionadas con los sentimientos	Expresar los sentimientos Comprender los sentimientos de los demás Expresar afecto
			Habilidades alternativas a la agresión	Pedir permiso. Compartir algo. Ayudar a los demás. Negociar. Empezar el auto-control. No entrar en peleas
			Habilidades para hacer frente al estrés	Responder a una queja. Enfrentarse a los mensajes contradictorios. Responder a una acusación. Prepararse para una conversación difícil. Hacer frente a las presiones del grupo.

Fuente: elaboración propia

Tabla 8
OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE MALTRATO PASIVO

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES
MALTRATO PASIVO	Para Casado y Martínez (1997; citado por Dávila y Ramos, 2015) lo define al maltrato pasivo como omisión, negligencia y abandono, se priva al niño de sus derechos y bienestar y se interfiere en su ordenado desarrollo físico, psíquico y social.	El maltrato pasivo es considerado como un maltrato silencioso que se da dentro del círculo familiar, que está afectando en su mayoría a menores de edad, he de ahí la importancia de trabajar en un programa de habilidades sociales a fin de mejorarlas y así haya una adecuada interrelación familiar.	Abandono físico	Los padres están el mayor tiempo fuera de casa.
			Negligencia	Supervisión de la higiene Protección Salud Alimentación
			Carencia afectiva	Falta de empatía No acude al llamado de auxilio No expresan afecto No comprenden los sentimientos de sus hijos
			Atestiguamiento de violencia	Abuso de poder Dificultad en el control de impulsos Agresión psicológica Agresión física

Fuente: elaboración propia

Ψ



**PROGRAMA DE
HABILIDADES
SOCIALES PARA
PADRES DE
FAMILIA**

AUTORES: Bravo Villa Yennifer Fabiola y Campos Parrilla Ruben.

PROGRAMA “UNA DOSIS DE HABILIDADES SOCIALES, PARA FORMAR FAMILIAS SALUDABLES”

I. INTRODUCCIÓN

El programa de intervención titulado “**Una dosis de habilidades sociales, para formar familias saludables**” el cual pretende, mejorar conductas y formas de pensar de los progenitores, y así lograr que lleven una relación adecuada con sus menores hijos, es por ello que se educará y reforzará las habilidades sociales en los progenitores; puesto que ninguna persona surge con habilidades, sino las va desarrollando de acuerdo a distintas situaciones por las que atraviese, el individuo va experimentando a ser de una forma definitiva. Por lo tanto, Bravo y Campos (2020), menciona que las habilidades sociales no es un rasgo natural del individuo, sino conductas que, pueden formarse o variar, permitiendo la relación con sus semejantes de manera apropiada, mejorando así su destreza para poder manifestar sus emociones, acuerdos, aspiraciones o insuficiencias en otros escenarios, sin sentir nerviosismo, angustia o alguna que otro desconcierto.

Caballo (1983), menciona que son un acumulado de conductas expresadas por el sujeto en un momento de interacción, que formula sus conmoviones, cualidades, pretensiones, sentires o derechos de un carácter conveniente a la realidad, admirando esas acciones en los otros y que, habitualmente soluciona los inconvenientes contiguos del entorno mientras disminuye la posibilidad de futuras complicaciones.

Las habilidades sociales son un conjunto de conductas expresadas por todos los seres humanos, donde hablan de sus emociones, cualidades, anhelos, alianzas o derechos, de una manera apropiada al ambiente, considerando esas conductas en los demás, y solucionando dificultades más próximas (Caballo, p.26, 1986; citado por Martín y Flores, 2016).

El trabajo tiene como base la teoría cognitivo conductual, puesto que se pretende mejorar ciertas conductas y maneras de pensar en los padres de familia, algunos de ellos son: mejorar la comunicación de padre e hijo, fortalecer la empatía, la escucha activa entre otros. En base a esta teoría, se pretende aplicar algunos reforzadores para motivar el cambio, así como la concientización y el uso de material didáctico que genere interés y sensibilización en dicha población.

Dentro del programa, por medio de la psi coeducación se expondrán los contenidos que se van a desarrollar y se efectuará una introducción teórica de las nociones primordiales, de manera que los progenitores relacionen la definición de las habilidades sociales, así como sus beneficios y contribuciones efectivas para su día a día. Luego de ello, se pondrá estas habilidades en práctica, a través de dinámicas y acciones en las que estarán todos los padres involucrados. Se pretende de esta forma que, a través de la interacción con sus pares, el aprendizaje por observación, el feedback que puedan recibir unos de otros, además del uso de material didáctico

que genere sensibilización en dicha población y por ende la constante práctica de las habilidades sociales, resulte un aprendizaje completo y beneficioso. Para ello se tocarán temas como la escucha activa, la empatía, autoconocimiento, autoestima, valores, resolución de conflictos, toma de decisiones, asertividad entre otros, todo esto, les ayudará a entenderse de manera adecuada con sus hijos.

Para poder crear este programa, nos hemos documentado sobre la temática de las habilidades sociales a través de distintos autores y estudios, así como revisado diversos programas de intervención relacionados con el mismo tema.

Finalmente, se busca poder potencializar y fomentar las habilidades sociales, de esta forma se pretende que los padres puedan interrelacionarse con sus menores hijos de manera positiva y saludable.

II. ALCANCE DEL PROGRAMA

El programa está dirigido a padres de familia de ambos sexos con hijos menores de edad del nivel inicial, primario o secundario. Asimismo, es necesario contar con grupos de entre 15 y 30 padres de familia que hayan manifestado su deseo de participar voluntariamente. Los padres de familia con algún tipo de alteración cerebral y/o patología no podrán participar.

III. PERFIL DEL FACILITADOR

Para la ejecución del programa, se requiere que el facilitador pueda guiar a los padres en un proceso de aprendizaje por medio de la información brindada, del mismo modo incentivar o animar a los integrantes a participar de las sesiones de trabajo y colaborar con lo que se les pide, para ello los encargados deberán tener conocimiento técnico del tema a ser tratado, en este caso acerca de habilidades sociales. Asimismo, se requiere las siguientes características, pensar y actuar creativamente, además saber manejarse ante los sentimientos de los participantes como la empatía, amabilidad y respeto con los padres de familia, al brindar las sesiones.

IV. ANTECEDENTES

Según Ynfante (2019) en su tesis "Programa para fortalecer habilidades sociales en un grupo de padres del A.H. El Indio- Piura". Se trabajó con 30 padres de familia, un programa de 12 sesiones, con una duración de aprox. una hora, donde se observó que los progenitores desarrollan aspectos significativos para su vida, como son la comunicación, asertividad, autoestima y toma de decisiones, enfocados a alcanzar aquellas metas determinadas a partir de las necesidades de los progenitores. Es un programa de una serie de actividades con la finalidad de enseñar a pensar, a ser persona, a convivir y enseñar a comportarse, mejorando así las habilidades sociales. Finalmente muestran una valoración positiva en los progenitores, recalcando su interés para seguir formándose y así obtener actitudes y conductas más apropiadas.

Barreto (2017) en su Programa “Escuela de padres en las habilidades sociales de los estudiantes de quinto grado de primaria”, tiene como fin establecer la influencia del programa escuela de padres en las habilidades sociales de los colegiales. Se trabajó con una población de 60 estudiantes y se utilizó como herramienta una ficha de observación de una escala politómica. Finalmente se concluye que el programa escuela de padres influye significativamente en las habilidades sociales de los estudiantes de quinto grado.

Nomberto (2016), en su tesis titulada “Estilos de socialización parental y las habilidades sociales en estudiantes de secundaria de instituciones educativas femenina privada de la ciudad de Trujillo”. Se trabajó con una muestra de 190 colegialas, a quienes se aplicaron los siguientes instrumentos: la Escala de Estilos de Socialización Parental en la Adolescencia y la escala de Habilidades Sociales de Elena Gismero, donde el resultado fue que existe relación significativa entre los estilos de socialización parental y las habilidades sociales (Autoexpresión en situaciones sociales, decir no y cortar interacciones, expresar enfado o disconformidad, hacer peticiones e iniciar interacciones con el sexo opuesto) a $P > 0.05$

González (2015), en su tesis titulada “Habilidades sociales en los fenómenos de violencia y acoso escolar”, tiene como resultado que el comportamiento y la conducta de los padres, influyen significativamente en las actitudes de sus hijos, por ello es importante que los primeros sean conscientes de sus actuaciones y no promuevan en sus hijos un modelo de conducta que afecte sus relaciones interpersonales con los demás miembros de su familia y con los demás.

V. OBJETIVOS:

OBJETIVO GENERAL

- Determinar el impacto del programa de habilidades sociales, para formar familias saludables en instituciones educativas

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Establecer rapport entre las personas implicadas en el programa.
- Realizar psicoeducación de habilidades sociales a los padres de familia.
- Generar autoconocimiento y aceptación hacia uno mismo.
- Tomar conciencia de la imagen que tenemos de nosotros mismos.
- Reconocer las propias emociones y sus efectos.
- Potenciar una escucha activa
- Potenciar la capacidad empática en los padres de familia.

- Promover la práctica de valores morales.
- Fomentar adecuadas relaciones interpersonales, basadas en la comunicación asertiva.
- Controlar reacciones externas ante conflictos familiares.
- Forjar lazos de solidaridad y unión familiar
- Buscar soluciones más adecuadas ante situaciones conflictivas.
- Desarrollar la capacidad resiliente en los padres de familia.
- Perfeccionar la toma de decisiones.
- Reducir los pensamientos negativos y mantener los positivos
- Culminar de forma satisfactoria el programa de habilidades sociales.

VI. MARCO CONCEPTUAL:

Para la realización de este programa, se fundamentó en diversas teorías, no obstante, se ha decidido trabajar específicamente en la teoría de Goldstein.

TEORÍA DE GOLDSTEIN (1980, p. 26; citado por Figueroa, 2015)	
Primeras habilidades sociales	Nombrada como habilidades no verbales o de contacto, que explica lo siguiente: la persona obtendrá y tendrá un interés por escuchar y prestar atención a los demás, asimismo dar la iniciativa a establecer una conversación, formular y plantear una pregunta, expresar agradecimiento cuando se solicite, mostrarse al resto por sí solo, presentar a otras personas y ejecutar un cumplido.
Habilidades sociales avanzadas	Reside en la capacidad de saber pedir ayuda, involucrarse en la presencia y participación de actividades, teniendo la capacidad para instruir y seguir instrucciones, con el propósito de convencer al resto para beneficio mutuo, y en momentos donde se requiera expresar disculpas, se pueda manifestar.

Habilidades relacionadas con los sentimientos	<p>Capacidad que tiene todo ser humano para obtener conocimientos sobre sus propios sentimientos, expresar y demostrar afecto, alcanzando con facilidad resolver el temor, lo cual permite tener un alto grado de confianza, seguridad e incremento del amor propio por medio de los halagos y recompensas, de esta manera se fortalece la capacidad de empatía. Por otro lado, obtendrá un manejo y dominio de emociones, el cual le permite saber enfrentarse y afrontar con el enfado de otro.</p>
Habilidades alternativas a la agresión	<p>Habilidad para negociar, con el propósito de evitar entrar en conflictos con el resto, lo cual indica y favorece al autocontrol cuando se requiera responder a las bromas de los demás; siendo beneficiario para la defensa de los propios derechos y ayuda mutua.</p>
Habilidades para hacer frente al estrés	<p>Aquella destreza que es muy necesaria para formular y responder ante una queja, saber afrontarse a los mensajes e ideas contradictorios, capacidad para reconocer y responder a la persuasión, manifestar deportividad luego de efectuar un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas y buscar soluciones cuando le dejan de lado, defender, proteger a un amigo, estar listo para establecer un diálogo complicado y afrontar la presión grupal.</p>

VII. METODOLOGÍA

7.1. Ruta de implementación del programa:

Consiste en primer lugar, aplicar el Cuestionario de Maltrato Pasivo CMP (anexo, 27) a manera de tamizaje para así identificar si la población está siendo víctima de dicha problemática, para luego hacer uso de un Pre-test de habilidades sociales encuesta para recolectar datos si existe o no carencia de dichas habilidades. Según la información n obtenida en cuanto a la estructura de un programa se ha decidido desarrollar 17 sesiones en cada semana con una duración de 45 minutos por cada sesión, sobre diversas temáticas que están relacionadas con las dimensiones de la Teoría de Goldstein, puesto que es de mucha importancia para que puedan resolver conflictos y sobre todo comunicarse de manera asertiva y empática entre padres e hijos. Finalmente, para evaluar la eficacia de la intervención, se aplicará al finalizar un Pos-test a los padres de familia.

SESIONES	TIEMPO	TEMA
“Conociéndonos”	Primera semana	Introducción y bienvenida (aplicación del pre test)
“Aprendiendo”	Segunda semana	Habilidades Sociales
“Evaluándonos”	Tercera semana	Autoconocimiento
“Vales más de lo que crees”	Cuarta semana	Autoestima
“Yo controlo mi mundo”	Quinta semana	Reconocimiento de emociones
“Todos sabemos oír, pero muy pocos sabemos escuchar”	Sexta semana	Escucha activa
“Siente con el corazón de otro”	Séptima semana	Empatía
“Extrae de tu interior todos los valores que buscas”	Octava semana	Valores
“Aprendiendo sobre los estilos de comunicación”	Novena semana	Estilos de Comunicación
“Me respeto, Te respeto”	Décima semana	Asertividad
“El control de mi vida lo hago yo”	Decima primera semana	Autocontrol
“Familia unida, jamás será vencida”	Décima segunda semana	Trabajo en equipo
“Haciendo las paces”	Décima tercera semana	Resolución de conflictos
“En medio de toda dificultad, siempre hay una oportunidad”	Decima cuarta semana	Resiliencia
“Recibe opiniones, pero toma tus propias decisiones”	Décima quinta semana	Toma de decisiones

“El ganador jamás se rinde y el que se rinde jamás gana”	Decima sexta semana	Pensamiento positivo
“Despedida”	Décima séptima semana	Cierre (aplicación de pos test)

7.2. Recursos materiales

Materiales	Total
Papel bond	50.00 soles
Fosforo	4.00
Globos	30.00 soles
Hojas de color	60.00 soles
Lápices	65.00 soles
Usb	70.00
Parlante pequeño	60.00
Trípticos /Dípticos	420.00 soles
Cartulinas	80.00 soles
Plumones acrílicos	40.00 soles
Papelógrafos	70.00 soles
phomix	80.00 soles
Impresiones	150.00 soles
Cinta	10.00 soles
Limpiatipos	10.00
Colores	30.00 soles
Servicios de Internet	50. 00 soles
Cajas sorpresa	450.00
Golosinas	150.00
Canastas de vivires	200.00

El presente programa tendrá un presupuesto total de 2079.00 soles y deberá ser ejecutado por profesionales en psicología, psicopedagogos e instituciones que cuenten con la asesoría de profesionales anteriormente mencionados.

7.3. Estrategias, técnicas e instrumentos:

Para la ejecución del programa se hará uso del siguiente instrumento, que es el test de Habilidades Sociales de Goldstein, la cual será aplicada a padres de familia. Así mismo utilizará la psicoeducación, por intermedio de charlas informativas, videos motivacionales, dinámicas de unificación y material didáctico (imágenes) con el propósito de consagrar destrezas útiles para desarrollar las habilidades sociales.

7.4. Seguimiento, monitoreo y evaluación

En este proceso se hará uso de un registro de asistencia para poder anotar la concurrencia de los participantes a cada una de las sesiones, además para la evaluación del programa, se aplicará un cuestionario de 6 preguntas abiertas con el propósito de identificar la opinión de los padres respecto al diseño y desarrollo del programa (encuesta de satisfacción, Anexo 26). Por último, se deberá aplicar el test adaptado DE LA ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES DE GOLDSTEIN que funcionará a manera de pre test (sesión introductoria) y post test (sesión final) esta información contribuirá al análisis de los resultados del programa.

8. EJECUCIÓN

8.1. Sesión introductoria

SESIÓN INTRODUCTORIA “Conociéndonos”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Establecer rapport entre las personas implicadas en el programa.
Materiales	Laptop, material Audiovisual, cajas de fosforo, cajas de lapiceros de colores, hojas bond, impresiones, globos, hojas de colores, cartulinas.
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

En cuanto a esta sesión introductoria se realizará la bienvenida a los padres de familia a través de una dinámica rompe hielo con la finalidad de entablar cierta confianza con los participantes, por consiguiente se explicará de manera breve en lo que consistirá la realización del programa, del mismo modo se utilizará la técnica de encuadre, logrando así dejar en claro el tiempo que tomará la realización y ejecución de dicho programa, además de explicar la importancia y los beneficios del mismo. Por otro lado, se llevará a cabo la aplicación de un pre test donde se puedan obtener información y resultados acerca de cómo se encuentran las habilidades sociales en esta población de padres de familia. Por último, al término de esta sesión se despejarán ciertas dudas que tengan los asistentes.

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

El encargado iniciará presentándose hacia los padres de familia y realizará la bienvenida. Asimismo, se explicará la importancia de dicho programa y de las sesiones que se aplicarán cada semana.

DINÁMICA DE INICIO: “EL JUEGO DEL FÓSFORO”

Para esta dinámica se les brindará a cada participante cajitas de fosforo, ya que servirá para su presentación de ellos mismos y de sus hijos. Primero empezará el facilitador a modo de ejemplo; prenderá un fósforo y tiene tiempo para presentarse el mismo tiempo que dure la llama del fósforo, y así continuarán hasta que se presenten todos, se darán sugerencias para la presentación, cómo se llaman, papás de quién son, cómo son sus hijos, serán características breves hasta cuanto dure la llama del fosforo.

DESARROLLO DEL TEMA: PRE TEST

El representante de la sesión, les explicará el desarrollo del pre test y se les brindará un tiempo para que ellos puedan responder de manera adecuada y tranquila. Asimismo, se les comentará que cualquier pregunta que no entiendan, lo comenten para que así sea explicada. (Anexo 01)

CIERRE:

Para culminar la sesión el encargado dará las gracias a los integrantes por la participación que ha realizado, haciendo la invitación para que puedan asistir en la siguiente sesión. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan en duda y se brindará como agradecimiento frases motivadoras. Finalmente se ofrecerá como reconocimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas. (Chocolates)

SESIÓN INTRODUCTORIA:	“Conociéndonos”		
OBJETIVO	Establecer rapport entre las personas implicadas en el programa.		
ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material

BIENVENIDA	10 min	El encargado iniciará presentándose hacia los padres de familia y será el representante de dar la bienvenida. Asimismo, se explicará la importancia de dicho programa y de las sesiones que se aplicarán cada semana.	Globos, Cartulinas, Hojas de colores
DINÁMICA DE INTEGRACIÓN “EL JUEGO DEL FÓSFORO”	15 min	Esta dinámica permite crear un grupo de mayor confianza la cual puedan identificarse entre todos los participantes. Del mismo modo fomentar la cooperación y participación de los padres de familia.	5 cajas de fósforos
DESARROLLO DEL PRE TEST	15 min	El facilitador les enviará el cuestionario que se aplicará a los padres de familia para poder recolectar datos importantes de su problemática. (anexo 01)	Hojas bond Lapiceros Impresiones
CIERRE	05 min	Para culminar la sesión el encargado dará las gracias a los integrantes por la participación que ha realizado, haciendo la invitación para que puedan asistir en la siguiente sesión. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan en duda y se brindará como agradecimiento frases motivadoras. Finalmente se ofrecerá como reconocimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas. (Chocolates)	Frases motivadoras

8.2. SESIÓN 01: HABILIDADES SOCIALES

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Realizar psicoeducación de habilidades sociales a los padres de familia.
------------------------------	--

Materiales	Material Audiovisual, Imágenes, papelotes, plumones, Hojas bond,
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

En esta primera sesión hablaremos de las habilidades sociales, pero ¿Qué son las habilidades sociales? Para teóricos como Goldstein (1987) definen las habilidades sociales como un “conjunto de comportamiento eficaces en las relaciones interpersonales”.

Según este autor, estas conductas son aprendidas, facilitan la relación con los otros, la reivindicación de los propios derechos, sin negar los derechos de los demás, evita la ansiedad en situaciones difíciles o novedosas, además de facilitar la comunicación y la resolución de problemas.

Existen un conjunto de habilidades sociales tales como la empatía, asertividad, la toma de decisiones, autoestima, entre otros. La cual ayudan a mantener relaciones interpersonales saludables y que mejor que sean aprendidas y/o fortalecidas por los padres de familia.

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

Se iniciará dando una bienvenida a la población, con la cual se trabajará. Asimismo, se explicará cual es la finalidad de dicha sesión, motivando a los padres de familia que participen y colaboren con la sesión programada. Además, se les expondrá un video motivador sobre el tema a tratar.

DINÁMICA DE INICIO: “ESTOY FUERTE, SANO Y FELIZ”

El facilitador les pedirá a los progenitores que puedan ponerse de pie y formen un círculo, para realizar las siguientes frases y así estar con energías al momento de comenzar la sesión: ESTOY FUERTE, SANO Y FELIZ; TRABAJARÉ, FUERTE, SANO Y FELIZ; ESCRIBIRÉ, FUERTE, SANO Y FELIZ; COMERÉ, FUERTE, SANO Y FELIZ; COCINARÉ, FUERTE, SANO Y FELIZ; ENSEÑARÉ, FUERTE, SANO Y FELIZ y CAMINARÉ, FUERTE, SANO Y FELIZ. Finalmente, se les pide que puedan sentarse y responder a la siguiente pregunta: ¿Cómo se sintieron con la dinámica?

DINÁMICA DE DESARROLLO: “REFLEXIONAMOS

El encargado les pedirá a los progenitores responder algunas preguntas, que se les brindará a modo de reflexión, para después ser comentadas en equipo (Anexo 02).

DESARROLLO DEL TEMA:

Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión. (Anexo 03)

CIERRE Y TAREA:

Para culminar la sesión se les agradecerá a la población por su participación; invitándolos a que asistan la próxima sesión programada. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes y también se les hará entrega de una tarea de autoevaluación para presentarlo la próxima sesión, que tiene como título Identificación y descripción de sus habilidades sociales (Anexo 04); donde tendrán que escribir durante la semana con que habilidades sociales se identifican y cuáles deberían mejorar. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de sorpresas (caramelos).

SESIÓN 01:	“Aprendiendo”		
OBJETIVO	Realizar psicoeducación de habilidades sociales a los padres de familia.		
ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material
BIENVENIDA	05 min	Se iniciará dando una bienvenida a la población, con la cual se trabajará. Asimismo, se explicará cual es la finalidad de dicha sesión, motivando a los padres de familia que participen y colaboren con la sesión programada. Además, se les expondrá un video motivador sobre el tema a tratar.	Video: https://www.youtube.com/watch?v=3oSbuLJ404Q&feature=youtu.be Imágenes, papelotes , plumones

DINÁMICA DE INICIO “ESTOY FUERTE, SANO Y FELIZ”	05 min	Esta dinámica permite que los participantes puedan entrar en confianza con ellos mismos y con los encargados de la sesión. Del mismo modo se espera la cooperación y participación de todos los padres de familia.	Ninguno
DINÁMICA DE DESARROLLO “REFLEXIONAMOS”	15 min	El facilitador les pedirá a los padres de familia responder algunas preguntas que se les brindará a modo de reflexión, para después comentarlo en equipo. (anexo 02)	Hojas bond Impresiones
DESARROLLO DEL TEMA	15 min	Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de la sesión; donde encontraremos definición, importancia, tipos, funciones, así como también las estrategias que deben tener en cuenta. (anexo 03)	Hojas bond, Impresiones Trípticos
CIERRE Y TAREA	05 min	Para culminar la sesión se les agradecerá a la población por su participación; invitándolos a que asistan la próxima sesión programada. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes y también se les hará entrega de una tarea de autoevaluación para presentarlo la próxima sesión, que tiene como título Identificación y descripción de sus habilidades sociales (Anexo 04); donde tendrán que escribir durante la semana con que habilidades sociales se identifican y cuáles deberían mejorar. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de sorpresas (caramelos).	Frases motivadoras Bolsa de caramelos.

8.3. SESIÓN 02 “AUTOCONOCIMIENTO”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Generar autoconocimiento y aceptación hacia uno mismo.
Materiales	Laptop, PPTS, Material Audiovisual

Duración de la sesión	45 min
------------------------------	--------

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

Con lo que respecta a la segunda sesión, se tocará el tema del autoconocimiento, donde los padres reflexionen y realicen una autocrítica sobre qué aspectos o acciones pueden seguir practicando en la interacción con sus menores hijos, pero ¿por qué hablar de autoconocimiento en un programa sobre habilidades sociales? El psicólogo Daniel Goleman, dice que el autoconocimiento es como “conocer los propios cambios intrínsecos, lo que uno prefiere, sus medios y percepciones”.

Esta ilustración sitúa más hincapié en la habilidad de guiar nuestra naturaleza interna, nuestras inclinaciones y emociones de acuerdo a como estas emergen. El conocerse implica tener conocimiento de quién eres, qué es lo que se siente y cómo manifestamos las emociones.

La persona que se auto conoce tiene la habilidad de observar de manera interna y externa, lo que siente y lo que realiza; además hace uso de lo que le agrada para guiar la toma de decisiones y así encuentre sus destrezas y restricciones.

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

El encargado realizará la bienvenida. Asimismo, explicará la importancia y el objetivo de dicha sesión. Por otro lado, se realizará un feedback del tema anterior, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa. Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.

DINÁMICA DE INICIO: “INTERPRETACIÓN DE SÍMBOLOS”

Se les pedirá a los padres de familia que saquen una hoja bond y que dibujen un símbolo con el cual se sientan identificados; ya sea una flor, un animal o cualquier forma; asimismo mientras realizan su actividad se les pondrá una canción de fondo. Finalmente, se les preguntará por qué se sienten identificados con esos símbolos y que compartan sus respuestas con todos los participantes.

DINÁMICA DE DESARROLLO “EL AUTORRETRATO”

El facilitador les brindará una hoja en blanco, para que así los padres de familia puedan dibujar en ella una persona, que ocupe la gran parte de la hoja. Luego, en forma personal y durante 15 minutos se realiza el siguiente trabajo:

- ┌ Frente a la cabeza, cada uno escribe tres ideas que no se dejará quitar por ningún motivo.
- ┌ Frente a la boca, escribe tres expresiones de las que ha tenido que arrepentirse en su vida.
- ┌ Frente a los ojos, escribe cuáles son las cosas que ha visto y que más le han impresionado.
- ┌ Frente al corazón, cuáles son los tres amores que nadie le arrancará.
- ┌ Frente a las manos, qué acciones buenas imborrables ha realizado en su vida.
- ┌ Frente a los pies, cuáles han sido las peores “metidas de pata” que ha tenido.

Después del trabajo personal, el facilitador elegirá a varias personas para que puedan compartir sus respuestas.

DESARROLLO DEL TEMA:

Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión. (Anexo 05)

CIERRE Y TAREA:

Para culminar la sesión se les agradecerá a los participantes por su participación; invitándolos a que asistan la próxima sesión programada. Además se aclararan algunas preguntas que tengan los participantes y también se les hará entrega de una tarea de autoevaluación para presentarlo la próxima sesión, que tiene como título FODA PERSONAL; donde tendrán que escribir sus fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas (anexo 06) . Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas (bombones).

SESIÓN 02:	“Evaluándonos”		
OBJETIVO	Generar autoconocimiento y aceptación hacia uno mismo.		
ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material

BIENVENIDA	05 min	El encargado realizará la bienvenida. Asimismo, explicará la importancia y el objetivo de dicha sesión. Por otro lado, se realizará un feedback del tema anterior, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa. Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.	Video: https://www.youtube.com/watch?v=Bc-afawJVw&feature=youtu.be Papelotes
DINÁMICA DE INICIO “INTERPRETACIÓN DE SÍMBOLOS”	10 min	Esta dinámica permite que los padres de familia puedan expresar a través de un símbolo que piensan de ellos mismos.	Hoja bond, Lapiceros, Música de fondo.
DINÁMICA DE DESARROLLO “EL AUTORRETRATO”	10	Se les pedirá a los padres de familia que saquen una hoja bond y puedan dibujar una persona completa, seguido de eso se les pedirá que presten atención a las siguientes premisas y así puedan responder a ella.	Papel bond Lapiceros
DESARROLLO DEL TEMA	15 min	Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión.; encontraremos la definición, importancia, así como también las estrategias que deben tener en cuenta. (anexo 05)	Trípticos Impresiones Imágenes
CIERRE Y TAREA	05 min	El representante aclarará algunas preguntas que tengan sobre el tema explicado y también se les hará entrega de una tarea de autoevaluación para que presenten la siguiente semana. FODA PERSONAL (anexo 06). Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas (bombones).	Frases motivadoras Bolsa de bombones

8.4. SESIÓN 03 “AUTOESTIMA”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Tomar conciencia de la imagen que tenemos de nosotros mismos.
Materiales	Cartulinas, hojas de colores bond, hojas bond, globos y plumones.
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

En la tercera sesión se desarrollará un tema fundamental para tener buenas relaciones interpersonales, ya que, al hablar de autoestima, hace referencia al concepto que tiene cada individuo de sí mismo y la que creamos que tengan otras personas de nosotros y esto va depender de las valoraciones que imperen en cada contexto social. Para ello los siguientes autores como:

Robles (2011) señala que: La autoestima, es la percepción que poseemos de nuestra valía y se fundamenta en todos las reflexiones, emociones, impresiones y costumbres que s mismos hemos ido acumulando día a día; pretendemos que somos capaces o tontos, muchas valoraciones y prácticas así unidos se agrupan en un sentimiento real hacia nosotros mismos o, aunque en ocasiones podría convertirse en una incómoda sensación.

Así mismo Branden (1995), indica: “la esencia de la autoestima es la confianza en la validez de la oportuna percepción, en la destreza de recapacitar, de tomar decisiones de vida y de exploración de la tranquilidad”.

Finalmente, lo que pretendemos es instruir acerca de lo que abarca el concepto de autoestima y cuán importante es mantenerla como esencia de nuestro ser, todo esto haremos con el apoyo de distintos materiales y diferentes recursos.

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

El facilitador será el indicado de dar inicio a la sesión, explicando de manera clara su finalidad. Por otro lado, se realizará un feedback de la sesión pasada, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa.

DINÁMICA DE INICIO “RESPONDIENDO CON CARTELES”

Se les entregará a los padres de familia dos pedazos de papeles bond, donde en uno va escribir la palabra SI y en el otro la palabra NO; luego el encargado lanzará varias preguntas la cual ellos tienen que responder con sus carteles, sin tener que hablar.

¿QUIEREN A SUS HIJOS?

¿HOY SE BAÑARON?

¿YA COMIERON?

¿TIENEN MIEDO A PERDER A SUS HIJOS?

¿QUIEREN QUE SUS HIJOS SEAN MEJOR QUE USTEDES?

¿JUEGAS CON TUS HIJOS?

¿TIENEN GANAS DE REÍR?

¿TIENE CONFIANZA CON SUS HIJOS?

DINÁMICA DE DESARROLLO: “CONCURSO DE BELLEZA”

Se explicará a los participantes que el ejercicio consistirá en que cada uno de ellos deberá desfilan por la pasarela la cual va ser decorada con globos, promoviendo y destacando en forma humorística aspectos importantes y pocos aceptados de su físico o personalidad. Al finalizar el facilitador los invita a que comenten como se sintieron y cuál fue su experiencia.

DESARROLLO DEL TEMA:

Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión. (Anexo 07)

CIERRE Y TAREA:

Al culminar la sesión el encargado les agradecerá por su participación y también se les hará invitación para la siguiente sesión. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes y también se les hará entrega de una tarea de

autoevaluación para presentarlo la próxima sesión, que tiene como título FRASCO DE LA FELICIDAD (anexo 08); donde tendrán que escribir en las noches, cualquier frase positiva que ayude a mantener una autoestima adecuada y lo peguen en el frasco de la felicidad. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas (chupetines).

SESIÓN 03:		“Vales más de lo que crees”		
OBJETIVO		Tomar conciencia de la imagen que tenemos de nosotros mismos.		
ACTIVIDAD		Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material
BIENVENIDA		05 min	El facilitador será el indicado de dar inicio a la sesión, explicando de manera clara su finalidad. Por otro lado, se realizará un feedback de la sesión pasada, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa.	Cartulina, hojas de colores bond y plumones.
DINÁMICA DE INICIO “RESPONDIENDO CON CARTELES”		10 min	Esta dinámica permite que los participantes puedan entretenerse y divertirse entre todos y así lograr un clima de confianza.	Hojas bond Plumones.
DINÁMICA DE DESARROLLO “CONCURSO DE BELLEZA”		10 min	Esta dinámica consiste en que los participantes puedan sentirse seguros de sí mismo y analizar aquellos temores que tengan. Además de la aceptación que tienen hacia su físico.	Música Globos
DESARROLLO DEL TEMA		15 min	Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión; encontraremos definición, características de alta y baja autoestima, así como también las estrategias que deben tener en cuenta. (anexo 07)	Trípticos Imágenes

CIERRE Y TAREA	05 min	Al culminar la sesión el encargado les agradecerá por su participación y también se les hará invitación para la siguiente sesión. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes y también se les hará entrega de una tarea de autoevaluación para presentarlo la próxima sesión, que tiene como título FRASCO DE LA FELICIDAD (anexo 08); donde tendrán que escribir en las noches, cualquier frase positiva que ayude a mantener una autoestima adecuada y lo peguen en el frasco de la felicidad. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas (chupetines).	Frases motivadoras Bolsa de chupetines.
-----------------------	--------	---	--

8.5. SESIÓN 04 “RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Reconocer las propias emociones y sus efectos.
Materiales	Material Audiovisual, globos, cartulinas, plumones y hojas de colores bond.
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

Mediante las emociones obtenemos una comprensión realmente única sobre nosotros mismos, ya que simbolizan una parte esencial de nuestra identidad y nos ayuda a lograr nuestro bienestar. Para guiar las emociones involucra instruirse a explorar e identificarlas. ¿Cómo lo lograremos? a través de la ejecución de esta sesión pretendemos poder informar y lograr que los padres de familia puedan tener conocimiento de sus propias emociones e identifiquen las emociones de sus menores hijos, puesto que Las emociones están firmemente en su día a día, y en cualquier tipo de situación. Casi siempre viven sin ser sensatos de sus emociones, no profundizan en lo que le sucede y cómo se sienten, esto sucede porque de alguna forma han tenido poca o nula enseñanza de cómo gestionar sus emociones.

Según Bisquerra (2000) la conciencia emocional implica observar lo que sucede a nuestro alrededor además de poder comprender las propias emociones y la de nuestros semejantes, y de tal forma que podamos expresarnos con nuestras emociones

Lograr la regulación y la adecuada expresión de las emociones se cree que se está logrando un buen equilibrio en nuestras interacciones. Es por eso la necesidad de aprender a reconocer nuestras propias emociones y la de nuestro entorno y poder lograr una adecuada relación con el mismo

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

El facilitador será el indicado de dar inicio a la sesión, explicando de manera clara cuál es su finalidad. Por otro lado, se realizará un feedback de la sesión pasada, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa.

DINÁMICA DE INICIO: “SIMÓN DICE”

Se les pedirá a los participantes que tienen que estar atentos y obedecer a lo que solamente SIMON DICE:

SIMON DICE LEVANTA LA MANO DERECHA

SIMON DICE TOQUEN PALMAS

SIMON DICE TOCA EL PIE DERECHO CON LA MANO IZQUIERDA

SIMON DICE TOQUENSE LA CABEZA

SIMON DICE CIERREN LOS OJOS

SIMON DICE QUE GRITES

DINÁMICA DE DESARROLLO “MEJORANDO MI MUNDO”

El facilitador le ofrecerá un globo a cada padre de familia, para después dar la siguiente instrucción: “A continuación imaginaremos una situación que nos genere emociones y sentimientos negativos y/o desagradables, y entonces inflaremos un poco el globo” y esa instrucción se repetirá hasta que el globo tenga un tamaño considerable. Luego se les pedirá que

aten el globo, y que junto a nosotros puedan repetir la siguiente frase: “Yo soy más fuerte que los problemas, y puedo controlar mi mundo”; para finalmente aplastar el globo con ambas manos hasta lograr romperlo.

DESARROLLO DEL TEMA:

Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión. (Anexo 09)

CIERRE Y TAREA:

Al culminar la sesión el facilitador felicitará a los progenitores por su participación; invitándolos a que asistan la siguiente sesión. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes y también se les hará entrega de una tarea de autoevaluación para presentarlo la próxima sesión, que tiene como título MIS EMOCIONES A DIARIO (anexo 10); donde se les pedirá que identifique y marque a través de las imágenes que emoción fue la que sintió durante los siguientes días de la semana. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas (paletas).

SESIÓN 04:	“Yo controlo mi mundo”		
OBJETIVO	Reconocer las propias emociones y sus efectos.		
ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material
BIENVENIDA	05 min	El facilitador será el indicado de dar inicio a la sesión, explicando de manera clara cuál es su finalidad. Por otro lado, se realizará un feedback de la sesión pasada, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa.	Video: https://www.youtube.com/watch?v=4_6Cp043qQg&feature=youtu.be Cartulinas, hojas de colores

			y plumones.
DINÁMICA DE INICIO “SIMÓN DICE”	10 min	Esta dinámica permite que los participantes puedan realizar de una manera positiva y efectiva el juego, con la finalidad que puedan entretenerse y divertirse antes de realizar el tema a tratar.	Ninguno
DINÁMICA DE DESARROLLO “MEJORANDO MI MUNDO”	10 min	Los participantes deberán inflar el globo acorde a sus emociones negativas, seguidamente el encargado les hará repetir una frase. Finalmente aplastarán el globo con ambas manos y romperlo.	Globos
DESARROLLO DEL TEMA	15 min	Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión; encontraremos definición, componentes, así como también las estrategias que deben tener en cuenta. (anexo 09)	Trípticos Impresiones Imágenes

CIERRE Y TAREA	05 min	Al culminar la sesión es facilitador felicitará a los progenitores por su participación; invitándolos a que asistan la siguiente sesión. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes y también se les hará entrega de una tarea de autoevaluación para presentarlo la próxima sesión, que tiene como título MIS EMOCIONES A DIARIO (anexo 10); donde se les pedirá que identifique y marque a través de las imágenes que emoción fue la que sintió durante los siguientes días de la semana. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas (paletas).	Frases motivadoras Paletas.
-----------------------	--------	---	--------------------------------

8.6. SESIÓN 05 “ESCUCHA ACTIVA”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Potenciar una escucha activa.
Materiales	Material Audiovisual, cartulina, hojas de colores, plumones.
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

Actualmente La escucha activa es un elemento esencial para comunicarnos de manera oportuna. Involucra brindar atención a nuestro semejante, con respecto a sus opiniones y emociones. He de ahí la importancia de esta técnica para así poder apoyar a los que nos rodean en diferentes conflictos que se les presenten. He de ahí la finalidad de aplicar esta sesión titulada “haz algo más que escuchar” y que ayudaría a que los padres muestren interés, a lo que sus menores hijos le están contando.

Daniel Goleman identificó “el arte de saber escuchar” a una persona que mantiene una adecuada inteligencia emocional, y que esta técnica la van aprendiendo de acuerdo a como se relacionen con su entorno, así mismo la escucha activa ayudara a uno mismo a mejorar situaciones conflictivas a prever lo que sucede a nuestro alrededor

Finalmente, con la escucha activa, los progenitores aprenden que el trabajar la escucha activa prepara e incrementa las relaciones con nuestro entorno. También a que tomen razón de que el considerarse atendido da paso a acciones adecuadas.

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

El facilitador será el indicado de dar inicio a la sesión, explicando de manera clara cuál es su finalidad. Por otro lado, se realizará un feedback del tema anterior, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa. Además, se expondrá un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.

DINÁMICA DE INICIO: “CONTAR UN CUENTO”

El representante empezará inventando un cuento ya sea de una familia, de niños o de cualquier personaje que pueda imaginarse, seguido de eso le pasara su cuento a otra persona que está escuchándolo, la cual ella le va añadir otro estilo y así sucesivamente van a ir formando el cuento de una manera muy divertida y tranquila hasta llegar a un final feliz.

“DINÁMICA DEL JOP”

Se les pedirá a los progenitores que presten atención a lo que van a realizar; primero se les dice que cada vez que el encargado diga alguna fruta o una verdura tienen que decir toda la palabra JOP. Sin embargo el facilitador también pondrá a prueba a los padres y tratará de confundirlos diciendo otras palabras que no seas frutas ni verduras.

DESARROLLO DEL TEMA:

Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión.

CIERRE:

Al culminar la sesión el facilitador felicitará a los progenitores por su participación; invitándolos a que asistan la siguiente sesión. Así como también se explicarán algunas dudas que tengan los participantes. Por su participación se brindará como reconocimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.

SESIÓN 05:	“Todos sabemos oír, pero muy pocos sabemos escuchar”		
OBJETIVO	Potenciar una escucha activa.		
ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material

BIENVENIDA	05 min	El facilitador será el indicado de dar inicio a la sesión, explicando de manera clara cuál es su finalidad. Por otro lado, se realizará un feedback del tema anterior, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa. Además, se expondrá un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.	Video: https://www.youtube.com/watch?v=Tt2J6KLPvnU Hojas de colores, y plumones cartulinas.
DINÁMICA DE INICIO “CONTAR UN CUENTO”	10 min	Esta dinámica permite que los participantes puedan involucrarse entre todos y así participar de la mejor manera; divirtiéndose y formando un cuento hasta el final.	Ninguno
“DINÁMICA DEL JOP”	10 min	Los participantes tendrán que poner mucha atención y escuchar al ejecutor en las palabras que él utiliza.	Ninguno
DESARROLLO DEL TEMA	15 min	Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión; encontraremos definición, importancia, así como también las estrategias que deben tener en cuenta.	Trípticos Imágenes
CIERRE	05 min	Al culminar la sesión es facilitador felicitará a los progenitores por su participación; invitándolos a que asistan la siguiente sesión. Así como también se explicarán algunas dudas que tengan los participantes. Por su participación se brindará como reconocimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas. (galletas rellenas)	Frases motivadoras Bolsa galletas rellenas.

8.7. SESIÓN 06 “EMPATÍA”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Potenciar la capacidad empática en los padres de familia.
Materiales	Material Audiovisual, cartulina, hojas de colores, zapatos.
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

En la sociedad actual los conflictos interpersonales son muy latentes, principalmente en el seno familiar, puesto que muchas veces los padres tuvieron estilos de crianza un tanto rigurosos y carecen de empatía, donde estos buscan su propio beneficio sin importar si pasan sobre los demás, no logran entender y ponerse en lugar de otros. En algunos casos esta pobre educación en valores y habilidades sociales viene desde casa, donde la familia influye en el desarrollo de sus menores hijos tanto de manera personal como académica y es ahí donde se deben profundizar estos temas para que cuando el menor decida salir de su zona de confort pueda poner en práctica esta habilidad social en la convivencia diaria en su entorno.

Debido a la presencia de dicha problemática, esta sesión tiene como propósito mejorar las habilidades sociales de los padres, especialmente ahondar el tema de empatía, brindando información y pautas tanto para mejorar como para desarrollarla, todo ello a través de diversas técnicas e instrumentos.

Vicente. B (2014), refiere que la empatía es cuando una persona se pone en el lugar de la otra y tiene un sentimiento de participación afectiva en la realidad de otra persona, saber “leer” al otro.

En conclusión, es de gran relevancia brindar información y concientizar al alumnado sobre este tema, para lo cual se usará información sencilla y fácil de comprender, con el fin de desarrollar en todos los padres un perfil de la persona empática, mejorando así sus relaciones intrafamiliares.

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

El representante dará inicio a la sesión, explicando el objetivo de ello. Por otro lado, se realizará un feedback del tema pasado, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa. Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.

DINÁMICA DE INICIO: “EL REY MANDA”

El encargado empezará comentándoles que en esta dinámica pueden incluir a sus hijos, para que así también ellos estén involucrados en el juego y se haga más divertido, debido a que habrá una interacción entre todos.

EL REY MANDA QUE el papa haga caricias al hijo.

EL REY MANDA QUE el hijo toque su hombre de su mama.

EL REY MANDA QUE se dé un abrazo.

EL REY MANDA QUE se haga muecas.

EL REY MANDA QUE el hijo le diga te amo a papa o mama.

EL REY MANDA QUE ambos griten de felicidad.

DINÁMICA DE DESARROLLO “EN TUS ZAPATOS”

Los participantes deberán traer zapatos de otras personas ya sea de sus hijos o también de diferentes tamaños; ahí analizarán cómo se camina con unos zapatos demasiado grandes o pequeños. Asimismo, se les mostrará un video para que puedan comentar acerca del tema de la empatía.

DESARROLLO DEL TEMA:

Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión. (Anexo 11)

CIERRE Y TAREA:

Para culminar la sesión se les agradecerá a los progenitores por su participación; invitándolos a que asistan la siguiente sesión. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes y también se les hará entrega de una tarea de autoevaluación para presentarlo la próxima sesión, que tiene como título CAMINA UN RATO CON MIS ZAPATOS (anexo 12); donde tendrán que realizar ejercicios que le permita reconocer su capacidad empática en su día a día; la tarea consta

que deberá redactar una situación diaria, en la relación con su hijo. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.

SESIÓN 06:		“Siente con el corazón de otro”	
OBJETIVO		Potenciar la capacidad empática en los padres de familia.	
ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material
BIENVENIDA	05 min	El representante dará inicio a la sesión, explicando el objetivo de ello. Por otro lado, se realizará un feedback del tema pasado, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa. Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.	Video: https://www.youtube.com/watch?v=DyMA5CjBPp4&feature=youtu.be cartulinas, hojas de colores bond y plumones
DINÁMICA DE INICIO “EL REY MANDA”	10 min	Esta dinámica permite que los participantes puedan involucrar a sus hijos y así haya una adecuada interacción entre ellos.	Recursos humanos
DINÁMICA DE DESARROLLO “EN TUS ZAPATOS”	10 min	Los participantes deberán utilizar los zapatos de otras personas. Se pedirá que traigan zapatos de sus hijos y que comprueben cómo se camina con unos zapatos demasiado grandes o pequeños.	Video https://youtu.be/SolGBZ2f6L0 Zapatos

DESARROLLO DEL TEMA	15 min	Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión; encontraremos definición, importancia, ventajas, así como también las estrategias que deben tener en cuenta (Anexo 11).	Impresiones Imágenes
CIERRE Y TAREA	05 min	Para culminar la sesión se les agradecerá a los progenitores por su participación; invitándolos a que asistan la siguiente sesión. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes y también se les hará entrega de una tarea de autoevaluación para presentarlo la próxima sesión, que tiene como título CAMINA UN RATO CON MIS ZAPATOS (anexo 12); donde tendrán que realizar ejercicios que le permita reconocer su capacidad empática en su día a día; la tarea consta que deberá redactar una situación diaria, en la relación con su hijo. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.	Frases motivadoras Bolsa de gomitas.

8.8. SESIÓN 07 “VALORES”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Promover la práctica de valores morales.
Materiales	Cartulina, plumones, hojas de colores, papel bond
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

En la realidad social actual, los valores han ido perdiendo importancia y participación en la interacción mutua, esto se evidencia sobre todo en los estudiantes y adolescentes en general, quienes toman como irrelevante el ejercicio de algunos valores, los

cuales son muy importantes para una comunicación y desarrollo personal adecuado. Debido a ello la presente sesión tiene como finalidad que los padres puedan aclarar cuáles son los valores principales que se deben practicar dentro de su entorno familiar y cuál es su importancia; para así poder potenciar o mejorar el ejercicio de los mismos.

Para poder desarrollar, mejorar o potenciar la práctica de valores, se debe tener conocimiento sobre el significado de los mismos; entonces se puede decir que son las cualidades que presenta cada sujeto, o también se puede denominar como, agregados a las características físicas y psicológicas tangibles del sujeto; es decir son atributos dados por otro o por un grupo social. Así también, es importante reconocer la clasificación de los valores, la definición de cada uno y el rol tan importante que cumple cada uno en las relaciones interpersonales y sociales.

Entonces, para poder cumplir con los objetivos trazados y la finalidad de este taller, se utilizarán algunos materiales y recursos humanos (expositores y padres), así mismo se realizarán dinámicas, charla informativa, con el fin de lograr la reflexión de los participantes sobre el tema, y finalmente se brindarán las conclusiones del taller y se despejarán las dudas que se tenga respecto a lo desarrollado a lo largo del mismo.

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

El representante dará inicio a la sesión, explicando el objetivo de ello. Por otro lado, se realizará un feedback del tema pasado, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa.

DINÁMICA DE INICIO: “TIERRA, MAR Y AIRE”

Se les pedirá a los participantes que se pongan de pie y formen una columna para poder hacer una dinámica de coordinación y así puedan relajarse antes que se iniciara la sesión. Les pedirá a los padres de familia que presten mucha atención, que cuando ella diga MAR, todos den un paso a la derecha; cuando diga TIERRA regresan al centro y cuando diga AIRE vayan todos a la izquierda y así sucesivamente se realizará la dinámica, hasta que haya solo un ganador. Finalmente se conversará con los participantes para preguntarles cómo es que se sintieron con la dinámica.

DINÁMICA DE DESARROLLO “EL ÁRBOL DE LOS VALORES”

El representante les ofrecerá a los padres de familia una hoja bond y les pedirá que dibujen un árbol con todas sus raíces, ramas y tronco, seguido de eso se les pedirá que identifiquen y piensen en 10 valores importantes, para que lo coloquen en cada una de sus partes. Se les indicará que tienen que pensar en valores que tengan relación con ellos mismos, con la

familia, con la pareja, amistades y con la sociedad. Por otro lado, se le recomendará poner en práctica esos valores ya que serán importante para ellos mismos.

DESARROLLO DEL TEMA:

Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión. (Anexo 13).

CIERRE Y TAREA:

Para culminar la sesión se les agradecerá a los progenitores por su participación; invitándolos a que asistan la siguiente sesión. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes y también se les hará entrega de una tarea de autoevaluación para presentarlo la próxima sesión, que tiene como título ELABORACIÓN DE NORMAS DE CONVIVENCIA EN FAMILIA; donde tendrán que realizarlo en una cartulina, para luego ser pegadas en algún lugar de la casa y puedan cumplir con ellas. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.

SESIÓN 07:	“Extrae de tu interior todos los valores que buscas”		
OBJETIVO	Promover la práctica de valores morales.		
ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material
BIENVENIDA	05 min	El representante dará inicio a la sesión, explicando el objetivo de ello. Por otro lado, se realizará un feedback del tema pasado, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa.	Imágenes Cartulinas, plumones Hojas de colores.
DINÁMICA DE INICIO “TIERRA, MAR Y AIRE”	10 min	Esta dinámica permite que los padres de familia puedan participar activamente con la finalidad de establecer un clima de confianza y cohesión grupal.	Ninguna

DINÁMICA DE DESARROLLO “EL ÁRBOL DE LOS VALORES”	10 min	El encargado les pedirá a los padres de familia que puedan dibujar un árbol con todas sus raíces, ramas y tronco, seguido de eso se les pedirá que piensen e identifiquen sus valores más importantes para que lo pongan en práctica junto con el resto de la familia.	Papel bond Colores
DESARROLLO DEL TEMA	15 min	Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión; encontraremos definición, elementos, así como también las estrategias que deben tener en cuenta. (Anexo 13)	Impresiones Imágenes
CIERRE Y TAREA	05 min	Para culminar la sesión se les agradecerá a los progenitores por su participación; invitándolos a que asistan la siguiente sesión. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes y también se les hará entrega de una tarea de autoevaluación para presentarlo la próxima sesión, que tiene como título ELABORACIÓN DE NORMAS DE CONVIVENCIA EN FAMILIA. Finalmente se brindará como reconocimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.	Frases motivadoras Sorpresas

8.9. SESIÓN 08 “ESTILOS DE COMUNICACIÓN”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Conocer los estilos de comunicación.
Materiales	Material Audiovisual, cartulinas, hojas de colores,
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

Actualmente la falta de comunicación o la comunicación inadecuada es un problema latente en nuestra sociedad, especialmente en la etapa adolescente donde muchas veces usan la agresión y/o sumisión como medio de comunicación. Además, su estilo comunicativo muy pocas veces es acertado, ya que no se tratan con respeto o usan sobrenombres para comunicarse, en donde muchas veces impera “la ley del más fuerte”; es decir quien grita, usa términos groseros o cree ser superior a los demás, es quien domina a sus pares, haciendo que adopten de manera errada una comunicación pasiva.

Debido a esta problemática social, el presente taller pretende informar a los padres todo lo referente a los estilos comunicación y la importancia de la misma en la convivencia intrafamiliar en el día a día, se utilizarán diversas técnicas y herramientas con el fin de evaluar el estilo de comunicación que presentan los estudiantes, con el fin desarrollar una comunicación eficaz entre pares evitando el desarrollo o aparición de problemas mucho más graves, como agresión y/o bullying, pandillaje, adicciones, conflictos interpersonales, problemas en el seno familiar y social, y en el peor de los casos, puede acabar con la vida de las personas.

Referente a los estilos de comunicación, La Universidad de Valencia (2012) describe a tres: comunicación asertiva, con un lenguaje claro ayuda a evitar conflictos o mal entendidos; comunicación pasiva, estilo usado por individuos que no desean entrar en conflictos sometiéndose a situaciones poco agradables; finalmente la comunicación agresiva, donde lo único que se busca es la satisfacción propia haciendo que la situación se vuelva aún más conflictiva.

En conclusión, es muy importante informar a los padres de familia sobre este tema, usando información sencilla, clara y comprensible, así como la presentada por los autores mencionados anteriormente. Tanto las técnicas en instrumentos a aplicar, así como la información y pautas que se brindarán son de gran valor, con la finalidad de lograr el desarrollo de una comunicación eficaz y adecuada, para una convivencia social, sana y estable.

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

El facilitador iniciará la sesión, explicando su objetivo principal con la finalidad de que los padres puedan entender el tema. Por otro lado, se realizará un feedback del tema pasado, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa. Además, se les colocará para que observen, un video motivador.

DINÁMICA DE INICIO “MÍMICAS”

Se les pedirá a los padres de familia que formen 2, luego uno de cada grupo realizará movimientos con las manos, de algunos personajes, artistas, profesión, cosas o de lo que se esté haciendo en ese momento para que los progenitores puedan adivinar y así puedan pasar un momento agradable.

DINÁMICA DE DESARROLLO “ROLE PLAYING”

Se les pedirá a todos los participantes que se formen en grupos para que así puedan participar de una dramatización, donde a cada persona se les enseñará a través de un papel un estilo de comunicación para que así puedan dramatizarlo y puedan entender cómo es que deben comunicarse de manera positiva.

DESARROLLO DEL TEMA:

Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión. (Anexo 15)

CIERRE Y TAREA:

Para culminar la sesión se les agradecerá a los progenitores por su participación; invitándolos a que asistan la siguiente sesión. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes y también se les hará entrega de una tarea de autoevaluación para presentarlo la próxima sesión, que tiene como título ME EXPRESO Y SOY FELIZ (anexo 14); donde tendrán que indicar 3 situaciones en las que demuestren su comunicación asertiva en la relación con sus hijos. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.

SESIÓN 08:	“Aprendiendo sobre los estilos de comunicación”		
OBJETIVO	Conocer los estilos de comunicación.		
ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material

BIENVENIDA	05 min	El facilitador iniciará la sesión, explicando su objetivo principal con la finalidad de que los padres puedan entender el tema. Por otro lado, se realizará un feedback del tema pasado, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa. Además, se les colocará para que observen, un video motivador.	Video: https://www.youtube.com/watch?v=OsYfp4YXnl Imágenes, cartulinas y hojas de colores.
DINÁMICA DE INICIO “MÍMICAS”	10 min	Esta dinámica permite que los padres de familia puedan entretenerse, a través del juego de las mímicas y así puedan tener un inicio adecuado para la sesión.	Recursos humanos
DINÁMICA DE DESARROLLO “ROLE PLAYING”	10 min	Se les pedirá a todos los participantes que se formen en grupos para que así puedan participar de una dramatización, donde a cada persona se les enseñará a través de un papel un estilo de comunicación para que así puedan dramatizarlo y puedan entender cómo es que deben comunicarse de manera positiva.	Ninguno
DESARROLLO DEL TEMA	15 min	Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión; encontraremos definiciones, tipos, estilos, así como también las estrategias que deben tener en cuenta (Anexo 15)	Trípticos o Dípticos Impresiones Imágenes
CIERRE Y TAREA	05 min	Para culminar la sesión se les agradecerá a los progenitores por su participación; invitándolos a que asistan la siguiente sesión; así mismo se les hará entrega de una tarea de autoevaluación para presentarlo la próxima semana, ME EXPRESO Y SOY FELIZ (anexo 14). Finalmente se brindará como reconocimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.	Frases motivadoras Cajas de sorpresas

8.10. SESIÓN 09 “ASERTIVIDAD”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Fomentar adecuadas relaciones interpersonales, basadas en la comunicación asertiva.
Materiales	Material Audiovisual, hojas bond, lapiceros, cartulinas, hojas de colores.
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

La asertividad es un componente fundamental dentro de las actividades que se puedan realizar dentro de un grupo ayudando a mejorar la relación con cada uno de sus miembros. La asertividad nos ayuda a poder expresar nuestras opiniones y emociones sin lastimar a las personas con la que en ese instante nos estemos comunicando. Muchas indagaciones dentro de los campos de la educación y la psicología han mostrado la gran importancia de esta herramienta y como es que puede mejorar las relaciones y la libre expresión entre uno y otro, es por ello que los padres deben aprender a poner en práctica esta habilidad ya que les ayudaría a poder mejorar su comunicación con sus menores hijos y que así estos no sientan que de algún modo estén siendo víctimas de algún tipo de maltrato.

Alberty y Emmons (1978), la conceptualizan como: "la manera de comunicarse tratando de expresar nuestros propios derechos, emociones, opiniones sin dañar los derechos de los demás o abolir sus sentimientos."

Entonces en esta sesión, analizaremos cuáles son las razones por las cuales algunas personas son poco asertivas, y desarrollaremos actividades sobre asertividad para que los padres puedan aprender a defender nuestros derechos y opiniones ante situaciones que se nos plantean en nuestra vida diaria, sin lastimar a los demás, sobre todo que este tipo de comunicación sea aplicada a sus menores hijos.

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

El facilitador realizará la bienvenida. Asimismo, explicará la importancia y el objetivo de dicha sesión. Por otro lado, se realizará un feedback del tema anterior, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa. Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.

DINÁMICA DE INICIO “BAILAR ES MÁS DIVERTIDO”

Se les explicará que este es una dinámica de baile, la cual tendrán que realizar movimientos únicos y que no deben repetirse. Empezaran diciendo su nombre, para después poner la canción y seguida de eso realizar sus pasos. Se les explica que esta dinámica les ayudará a relajarse y a divertirse sanamente. Finalmente, se les pregunta ¿Cómo es que se sintieron al realizar la dinámica?

DINÁMICA DE DESARROLLO “RESUELVO MI DIFICULTAD ASERTIVAMENTE”

Se les brindará a los padres de familia una hoja de papel bond, donde tendrán que redactar una situación conflictiva que hayan pasado ya sea familiar, laboral para después darle una solución asertiva a la misma. Después de manera voluntaria opinaran de aquellas situaciones que han pasado o han vivido.

DESARROLLO DEL TEMA:

Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión. (Anexo 15).

CIERRE:

Para culminar la sesión el encargado, agradecerá a los participantes por su asistencia y colaboración; invitándolos a que asistan la próxima sesión programada. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.

SESIÓN 09:	“Me respeto, Te respeto”		
OBJETIVO	Fomentar adecuadas relaciones interpersonales, basadas en la comunicación asertiva.		
FASE O ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material

BIENVENIDA	05 min	Se realizará la bienvenida. Asimismo, se explicará la importancia y el objetivo de dicha sesión y se realizará un feedback del tema anterior, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa. Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.	Video: https://www.youtube.com/watch?v=0nLyn2HPLic Cartulina, imágenes y papel de colores.
DINÁMICA DE INICIO “BAILAR ES MÁS DIVERTIDO”	10 min	Es una dinámica de integración que permite que los padres de familia puedan entretenerse y relajar sus músculos a través del baile.	Fondo de la canción
DINÁMICA DE DESARROLLO “RESUELVO MI DIFICULTAD ASERTIVAMENTE”	10 min	El encargado les pedirá a los padres de familia que saquen una hoja bond, y redacten una situación conflictiva que hayan pasado ya sea familiar, laboral para después darle una solución asertiva a la misma.	Papel bond Lapiceros
DESARROLLO DEL TEMA	15 min	Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión; encontraremos definición, elementos, así como también las estrategias que deben tener en cuenta (Anexo 15)	Impresiones Imágenes Trípticos
CIERRE	05 min	El facilitador aclarará algunas preguntas que tengan sobre el tema explicado y se les agradecerá por su participación; invitándolos a que puedan asistir la próxima sesión. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.	Frases motivadoras Hojas bond Sorpresa (ole ole)

8.11. SESIÓN 10 “AUTOCONTROL”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Controlar reacciones externas ante conflictos familiares.
Materiales	Material Audiovisual, Cartulinas, imágenes, hojas de colores, hojas bond, plumones.
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

En muchas ocasiones como seres humanos hemos actuado de manera equivocada, la cual nos hemos lamentado por ello: reacciones exageradas, descontrol emocional, entre otros. Situaciones como éstas nos pueden revelar en qué grado ejercemos control sobre nuestros impulsos, la cual se presenta de manera consecutiva en el entorno familiar, donde los progenitores a veces sobrecargados por tantas emociones que le causan distintas situaciones, tanto dentro como fuera del hogar, le generan muchas emociones que llegan en un instante salir a flote, a veces suelen desahogarse con sus menores hijos generando así situaciones conflictivas. La realización de esta sesión se basa en fomentar el control de emociones ante situaciones que generan situaciones adversas

El autocontrol emocional es la habilidad que nos ayuda a regular las emociones, reprimiendo que estas nos dominen, si tenemos un adecuado autocontrol, nos permitirá lograr mantener adecuadas relaciones con nuestro entorno ya sea familiar laboral, académico, entre otros. va a depender de nosotros al elegir la emoción adecuada para cada situación, podemos mostrar optimismo y felicidad en problemas o conflictos que creíamos eran sofocantes.

Finalmente, todos somos capaces de poder sentir y expresar libremente nuestros sentimientos, no obstante, sin que estos terminen dañando a las demás personas.

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

Se les realizará la bienvenida a los padres de familia. Asimismo, explicará la importancia y el objetivo de dicha sesión. Por otro lado, se realizará un feedback del tema anterior. Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.

DINÁMICA DE INICIO ¡EL QUE SE LA CREE LO LOGRA!

Se les pedirá a los padres de familia que se relajen y cierren sus ojos; se concentren en la música y en las palabras que les va estar diciendo el facilitador. Además, que se encuentren tranquilos y cómodos para realizar esta técnica.

DINÁMICA DE LLUVIA DE IDEAS

Los participantes tendrán que responder a las preguntas que se les brindará en el momento; para después compartirlo con los demás.

DESARROLLO DEL TEMA:

Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión (Anexo 16).

CIERRE Y TAREA:

Para culminar la sesión el representante agradecerá a los participantes por su asistencia y colaboración; invitándolos a que asistan la próxima sesión programada. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes y también se les hará entrega de una tarea de autoevaluación para presentarlo la próxima sesión, que tiene como título YO CONTROLLO MI MUNDO (anexo 17); donde deberá redactar aquellas emociones positivas que reconozca en ellos mismos, en este momento. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas; del mismo modo se les pedirá que traigan a sus niños y que alisten en una bolsa la mayor cantidad de prendas para la siguiente sesión (Max 10).

SESIÓN 10:	“El control de mi vida lo hago yo”		
OBJETIVO	Controlar reacciones externas ante conflictos familiares.		
ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material

BIENVENIDA	05 min	El representante realizara la bienvenida. Asimismo, explicará la importancia y el objetivo de dicha sesión. Por otro lado, se realizará un	Video:
		feedback del tema anterior. Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.	https://www.youtube.com/watch?v=azJzCmFUJpA Cartulinas, imágenes, hojas de colores.
DINÁMICA DE INICIO ¡EL QUE SE LA CREE LO LOGRA!	10 min	Se les pedirá a los padres de familia que cierren sus ojos y se concentren en la música y en las palabras que se les va estar diciendo. Además, que se encuentren tranquilos y cómodos.	Video https://www.youtube.com/watch?v=3Kmr1HVnuCk&feature=youtu.be
“DINÁMICA DE LLUVIA DE IDEAS	10 min	Los participantes tendrán que responder a las preguntas que se les brindará en el momento; para después compartirlo con los demás.	Cartulina Plumones
DESARROLLO DEL TEMA	15 min	Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión; así como también las estrategias que deben tener en cuenta (Anexo 17).	Impresiones Imágenes
CIERRE Y TAREA	05 min	Se agradecerá a los participantes por su asistencia y colaboración; invitándolos a que asistan la próxima sesión programada. Asimismo se les brindará una tarea para que lo presenten en la sesión siguiente. Tarea: YO CONTROLLO MI MUNDO (anexo 16). Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de	Frases motivadoras Sorpresa

		pequeñas sorpresas. Del mismo modo se les pedirá que traigan a sus niños y que alisten en una bolsa la mayor cantidad de prendas para la siguiente sesión (Max. 10).	
--	--	--	--

8.12. SESIÓN 11 “TRABAJO EN EQUIPO”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Forjar lazos de solidaridad y unión familiar
Materiales	Material Audiovisual, cartulina, hojas de colores, plumones
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

Tras las investigaciones realizadas, se ha constatado el aumento de los problemas que surgen a partir de una mala convivencia dentro del seno familiar, se aprecia dificultades para ejercer actividades de un adecuado trabajo en equipo que involucran la integración de todos los integrantes; debido a ello, consideramos necesario el desarrollo, la utilización de procedimientos y estrategias de intervención-enseñanza de la conducta interpersonal en los padres de familia, ya que es con ellos con quienes los menores crean vínculos afectivos y aportan al desarrollo de las habilidades sociales.

Díaz, S. refiere que son un total de personas que poseen distintas habilidades, que buscan llegar a un fin en común. La siguiente sesión titulada "familia unida, jamás será vencida" quiere lograr una mejor convivencia entre padres e hijos con respecto a la resolución de una situación que demande un trabajo unificado

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

El facilitador realizará la bienvenida. Asimismo, se explicará la importancia y el objetivo de dicha sesión y se realizará un feedback del tema anterior, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa.

Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.

DINÁMICA DE INICIO “ACCIONES”

El encargado les explicará que esta dinámica se realizará con sus hijos, y así puedan divertirse todos en equipo; se les brindará una serie de acciones la cual ellos tienen que cumplirlas.

ACCIONES:

Escuchar y prestar atención

Besar y abrazar

Jugar en ese instante

Decirle algo bonito a tu niño

Reír juntos

Expresar una emoción al niño

DINÁMICA: “MÁS ROPA”

Se les comentará a los padres de familia que pondrá una canción durante 1min y que, en el transcurso de ese tiempo, los padres deben ayudar a sus niños a poner la mayor cantidad de ropa, luego al llegar al tiempo que se le pedía el encargado cortará la música y tiene que parar de vestirse, para después los padres ayuden a contar a sus hijos cuantas prendas se habían puesto. Finalmente, se le pregunta cómo se sintieron al trabajar en equipo.

DESARROLLO DEL TEMA:

Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión (Anexo 18).

CIERRE:

Para culminar la sesión el facilitador agradecerá a los participantes por su asistencia y colaboración; invitándolos a que asistan la próxima sesión programada. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.

SESIÓN 11:	“Familia unida, jamás será vencida”		
OBJETIVO	Forjar lazos de solidaridad y unión familiar		
ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material
BIENVENIDA	05 min	Se les realizará la bienvenida a los padres de familia. Asimismo, se explicará la importancia y el objetivo de dicha sesión y se realizará un feedback del tema anterior, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa. Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.	Video: https://www.youtube.com/watch?v=fULBjv0fS2A cartulina, hojas de colores, plumones
DINÁMICA DE INICIO “ACCIONES”	10 min	El encargado les explicará que esta dinámica se realizará con sus hijos, y así puedan divertirse todos en equipo; les brindará una serie de acciones la cual ellos tienen que cumplirlas.	Ninguno
“DINÁMICA MÁS ROPA”	10 min	Se les pedirá a los padres de familia que en este juego sigan incluyendo a sus hijos y así puedan darse cuenta que el trabajo en equipo es importante en una familia.	Cualquier ropa que tengan en casa.
DESARROLLO DEL	15 min	Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión;	Trípticos Impresiones

TEMA		encontraremos definición, características, ventajas, así como también las estrategias que deben tener en cuenta (Anexo 18).	Imágenes
CIERRE	05 min	Se agradecerá a los participantes por su asistencia y colaboración; invitándolos a que asistan la próxima sesión programada. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.	Frases motivadoras Sorpresa.

8.13. SESIÓN 12 “RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Buscar soluciones más adecuadas ante situaciones conflictivas.
Materiales	Material Audiovisual, cartulina, papel de colores, plumones, Papelografos.
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

En la actualidad se acepta que los conflictos son de naturaleza humana, ya que en la naturaleza no existen conflictos. Igualmente, un conflicto puede existir entre opciones de una misma persona (conflicto interno) y no necesariamente entre dos adversarios distintos (conflicto externo).

Por lo que en el presente taller titulado “Haciendo las paces” pretende informar a los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa “Diego Ferré Sosa” se pretende informar a los alumnos, sobre la resolución de conflictos y su importancia, en el cual permita adquirir una mayor competencia social en los mismos.

El conflicto estará presente siempre en nuestras vidas, que puede ocasionar malos entendidos, ocasionando malestar dentro de nuestras relaciones sin embargo si un conflicto es manejado de manera adecuada ayudaría a fortalecer las relaciones interpersonales. Por lo tanto Cardona, O. (2014) señala que existen antecedentes que para el surgimiento de conflictos siempre había la necesidad de que existan dos individuos que participen de algún tipo de confrontación

Finalmente, para el desarrollo de este taller se utilizarán técnicas e instrumentos como charlas, dinámicas y material informativo, con la finalidad de que el tema sea fácil de comprender y que los alumnos puedan ponerlo en práctica en su vida diaria.

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

El encargado realizara la bienvenida. Asimismo, explicará la importancia y el objetivo de dicha sesión. Por otro lado, se realizará un feedback del tema anterior. Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.

DINÁMICA DE INICIO “LLUVIA DE IDEAS”

Se les preguntará acerca del tema a tratar; la pregunta será ¿Qué entiendes por resolución de conflictos?, luego les dará un tiempo para que piensen y les pedirá que se paren a escribir en el papelote sus ideas principales.

DINÁMICA “DRAMATIZANDO”

Se pedirá la participación de los padres de familia para que puedan dramatizar distintas situaciones conflictivas y puedan reflexionar acerca de lo escenificado. El facilitador les dará un tiempo limitado para que puedan pensar en un caso y darle solución a ello. Finalmente se conversará acerca de cómo se sintieron y que opinan sobre los casos.

DESARROLLO DEL TEMA:

Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión (Anexo 19).

CIERRE:

Para culminar la sesión el facilitador agradecerá a los participantes por su asistencia y colaboración; invitándolos a ingresar la próxima sesión programada. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.

SESIÓN 12:	“Haciendo las pases”
-------------------	----------------------

OBJETIVO	Buscar soluciones más adecuadas ante situaciones conflictivas.		
ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material
BIENVENIDA	05 min	El facilitador realizara la bienvenida. Asimismo, explicará su finalidad de la sesión. Por otro lado, se realizará un feedback del tema anterior. Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.	Video https://www.youtube.com/watch?v=LiEs6c0uFAA Cartulina, papel de colores y plumones.
DINÁMICA DE INICIO “LLUVIA DE IDEAS”	10 min	El encargado les preguntará acerca del tema, la cual les pedirá que se paren a escribir en la pizarra acerca de que entienden por resolución de conflictos.	Papelografos Plumones
DINÁMICA “DRAMATIZANDO”	10 min	Se pedirá la participación de los padres de familia para que puedan dramatizar distintas situaciones conflictivas y puedan reflexionar acerca de lo escenificado	Recursos humanos
DESARROLLO DEL TEMA	15 min	Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión; encontraremos definición, importancia, así como también las estrategias que deben tener en cuenta (Anexo 19).	Diapositivas Impresiones Imágenes

CIERRE	05 min	Para finalizar la sesión el encargado agradecerá a los participantes por su asistencia y colaboración; invitándolos a participar en la siguiente sesión. También se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes y se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.	Frases motivadoras Sorpresas
---------------	--------	--	---------------------------------

8.14. SESIÓN 13 “RESILIENCIA”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Desarrollar la capacidad resiliente en los padres de familia.
Materiales	Material Audiovisual, cartulinas, hoja bond, papel de colores, plumones.
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

La resiliencia está siendo trascendental hoy en día dentro de los estudios de la Salud mental, puesto que se asocia está relacionado a varios aspectos como el poder percibir las distintas situaciones de manera positiva, he de ahí la importancia de que los progenitores puedan convertirse en personas resilientes y hacer que los problemas del hogar no afecten a mayor grado en sus menores hijos, y que puedan conservar un estilo de vida saludable. En la sociedad la resiliencia tiene una mayor relevancia debido a que la persona afronta situaciones adversas, y si goza de esta habilidad podrá salir victorioso de cada una de estas situaciones, y si no logra ser una persona resiliente, podría que termine fracasando en el intento de querer mejorar distintas problemáticas, causándole estrés, depresión, entre otros y es que la resiliencia es algo que nace de nuestras propias características intrínsecas, que se van fortaleciendo de acuerdo a nuestras relaciones interpersonales

El presente trabajo titulado “transformando el fracaso en éxito “, pretende ser una guía para favorecer y hacer posible que los padres vean el mundo con otros ojos, que incrementen su motivación y sus ganas de salir adelante a pesar de los obstáculos que se les presentan, además de mejorar las destrezas sociales y solucionar problemas individuales de manera rápida y eficiente.

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

Se les realizará la bienvenida a los padres de familia. Asimismo, explicará la importancia y el objetivo de dicha sesión. Por otro lado, se realizará un feedback del tema anterior. Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.

DINÁMICA “UNA VEZ QUE HAS ELEGIDO LA ESPERANZA, TODO ES POSIBLE”

El expositor explicará algunas técnicas de afrontamiento ante situaciones adversas. Luego, se expondrá el siguiente caso:

“Sara es una mujer de 45 años y acaba de perder a su esposo con el cual llevaba 20 años de matrimonio, por lo que se siente muy triste y sin ánimos de seguir adelante a pesar de que tiene una hija de 14 años y otra de 8, quienes necesitan de ella”; y en base a este, se les pedirá a los padres que de manera individual tomen como suyo el caso expuesto y a su vez imaginen como lo enfrentarían. Finalmente, se pedirá algunos voluntarios para que expresen como enfrentaron esa situación y como se sintieron ante ello.

DESARROLLO DEL TEMA:

Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión (Anexo 22)

CIERRE Y TAREA:

Para culminar la sesión el encargado agradecerá a los participantes por su asistencia y colaboración; invitándolos a que participen la próxima sesión programada. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes y también se les hará entrega de una tarea de autoevaluación para presentarlo la próxima sesión, que tiene como título. PASE LO QUE PASE, NO ES EL FIN (anexo 21); donde se les explicara a los padres que, si en el transcurso de la semana tengan alguna situación difícil, sería importante que pueda utilizar las técnicas de afrontamiento y las anoten. Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.

SESIÓN 13:	“En medio de toda dificultad, siempre hay una oportunidad”		
OBJETIVO	Desarrollar la capacidad resiliente en los padres de familia.		
ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material
BIENVENIDA	10 min	El encargado realizara la bienvenida. Asimismo, explicará la importancia y el objetivo de dicha sesión. Por otro lado, se realizará un feedback del tema anterior. Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.	Video: https://www.youtube.com/watch?v=8BWzzR_0Rzs&feature=youtu.be Cartulina, plumones, hoja de colores
DINÁMICA “UNA VEZ QUE HAS ELEGIDO LA ESPERANZA, TODO ES POSIBLE”	15 min	Se les comentará una situación real; donde los asistentes tendrán que escuchar las técnicas de afrontamiento que brindará el facilitador, para después escoger uno de ellos y fundamentar por qué eligen esa técnica. (anexo 20)	Ninguno
DESARROLLO DEL TEMA	15 min	Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión; definición, características, así como también las estrategias que deben tener en cuenta (Anexo 22).	Trípticos Impresiones
CIERRE	05 min	Se agradecerá a los participantes por su asistencia y colaboración; invitándolos a ingresar la próxima sesión programada. Asimismo, se les brindará una tarea para que puedan poner en práctica y sepan del tema brindado. Tarea: PASE LO QUE PASE, NO ES EL FIN (anexo 21) Finalmente se brindará como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.	Frases motivadoras Sorpresa

8.15. SESIÓN 14 “TOMA DE DECISIONES”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Perfeccionar la toma de decisiones.
Materiales	Material Audiovisual, cartulinas, hojas de colores y plumones.
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

El tomar una decisión muchas veces puede tornarse tedioso y estresante, ya que no se está seguro de lo que se desea o muchas veces por evitar tener problemas, esto sucede principalmente con los jóvenes de la actualidad ya que en ocasiones suelen tomar decisiones erradas, las que pueden deberse a diversas causas tales como la presión de grupo, el miedo o la “rebeldía”, pero también suele suceder en padres de familia al no saber cómo actuar con sus hijos, al sentirse tan diferentes o al creer erróneamente que son superiores; pretendiendo ser respetado a través de la imposición del miedo y no del amor.

Gutiérrez (s.f) Señala que la toma de decisiones es la elección que se toma en base a varias opciones que se presentan en el día a día, ya sea en el trabajo, en la escuela, en el hogar entre otros; y que esta decisión tomada sea la adecuada y oportuna para resolver algún desacuerdo hacia una situación o individuo. Por ello, esta sesión denominada “Recibe opiniones, pero toma tus propias decisiones” busca fomentar la capacidad la mejor opción entre varias alternativas, reflexionando sobre la importancia de pensar en el bienestar personal y común antes de tomar una decisión.

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

El representante realizará la bienvenida. Asimismo, se explicará la importancia, el objetivo de dicha sesión y se realizará un feedback del tema anterior, como también se les pedirá las evidencias de las tareas que se dejaban para hacerlas en casa.

Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.

DINÁMICA DE INICIO: “LO QUE NUNCA HE HECHO”

El encargado les comentara que esta dinámica consta en recordar experiencias o cosas que nunca han hecho y pueda comentar sus motivos o razones. Por ejemplo, empezará el facilitador diciendo, yo nunca me he metido a un río, por miedo a ahogarme.

DINÁMICA “LA DECISIÓN

Se les informara a los padres de familia que realizarán una actividad donde deberán resolver una situación problemática con resultados positivos. Deberán tomar una decisión, aunque no compartan del todo la solución propuesta.

A cada participante se le presenta el siguiente problema: Estás conduciendo tu coche en una noche de tormenta terrible.

Pasas por una parada de autobús donde se encuentran tres personas esperando:

- Una anciana que parece a punto de morir.
- Un viejo amigo que te salvó la vida una vez.
- El hombre ideal o la mujer ideal para acompañarte toda la vida.

Finalmente tomaran una decisión y lo escribirán en un papel bond y se conversará con todos los padres de familia a cerca de la respuesta que brinden ¿A quién llevarías en el coche, teniendo en cuenta que sólo tienes sitio para un pasajero?

Podrías llevar a la anciana, porque va a morir y por lo tanto deberías salvarla primero; o podrías llevar al amigo, ya que él te salvó la vida una vez y estas en deuda con él. Sin embargo, tal vez nunca vuelvas a encontrar al amante ideal para acompañarte en la vida.

DESARROLLO DEL TEMA:

Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión (Anexo 23).

CIERRE:

Para culminar la sesión se les agradecerá a los participantes por su asistencia y colaboración; invitándolos a que puedan asistir en la siguiente sesión. Asimismo, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes, para después brindar como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.

SESIÓN 14:		“Recibe opiniones, pero toma tus propias decisiones”	
OBJETIVO		Perfeccionar la toma de decisiones.	
ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material
BIENVENIDA	05 min	El representante realizará la bienvenida. Asimismo, explicará la importancia y el objetivo de dicha sesión. Por otro lado, se realizará un feedback del tema anterior, como también se les pedirá sus evidencias de las tareas a través de alguna red social que este a su disposición.	Video: https://www.youtube.com/watch?v=cHo5A9amaFI Cartulinas, hojas de colores y plumones.
DÍNAMIKA DE INICIO: “LO QUE NUNCA E HECHO	10 min	El ejecutor de la sesión les comentara que esta dinámica consta en recordar experiencias o cosas que nunca han hecho y pueda comentar sus motivos o razones. Por ejemplo, empezará el facilitador diciendo, yo nunca me he metido a un rio, por miedo a ahogarme.	Ninguno
“LA DINÁMICA DECISIÓN”	10 min	Se les informara a los padres de familia que realizarán una actividad donde deberán resolver una situación problemática con resultados positivos.	Hojas bond.
DESARROLLO DEL	15 min	Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión;	Trípticos Impresiones

TEMA		encontraremos definición, factores, así como también las estrategias que deben tener en cuenta (Anexo 23 y 24).	
CIERRE	05 min	Para culminar la sesión se les agradecerá a los participantes por su asistencia y colaboración; invitándolos a que puedan asistir en la siguiente sesión. Asimismo, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes, para después brindar como agradecimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.	Frases motivadoras Sorpresas

8.16. SESIÓN 15 “PENSAMIENTO POSITIVO”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Promover pensamientos positivos ante circunstancias complicadas de la vida diaria.
Materiales	Material Audiovisual
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

Probablemente tenga alguien que le haya dicho que piense de manera positiva al enfrentar una situación. Esto se debe a que el poder del pensamiento positivo es algo que es una creencia generalizada.

Las influencias positivas están en todo lo que nos rodea. Estas existen porque a la gente le encanta sentirse bien. La gente prefiere lo positivo a lo negativo. Usted puede fácilmente referirse a esto. Probablemente prefiera tener a alguien cercano a usted que es optimista y lleno de energía que alguien que está deprimido y abatido.

Hoy en día el Pensamiento Positivo se ha convertido en parte fundamental a la hora de realizar diversas actividades o al pasar distintas situaciones que demanden un grado de complejidad

El pensamiento positivo funciona de tres maneras diferentes. En primer lugar, esto trabaja en usted y su actitud general. En segundo lugar, esto trabaja sobre las cosas que le rodean. Por último, tiene una forma de influenciar su entorno. Entonces hemos tomado este tema para crear esta sesión titulada “el ganador jamás se rinde y el que se rinde jamás gana” con la

finalidad de que los padres de familia puedan lograr promover actitudes positivas ante circunstancias complicadas de la vida todo con la finalidad de poder ayudar a sus menores hijos en los problemas que también ellos estén atravesando.

El individuo que mantiene un pensamiento positivo irradiara felicidad en su vida, vera las situaciones de manera optimista, vive el presente, en lo que puede suceder, vive con expectativas altas referente a su entorno

Hugo Hirsch, director del Centro Privado de Psicoterapias (CPP), menciona que como individuos podemos observar lo positivo de los escenarios, además de ello señala que hay personas que pueden lograr este tipo de pensamiento con más facilidad que otros, es debido a que presentan estrategias que posiblemente han sido aprendidas en diversas experiencias de la vida.

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

El encargado realizará la bienvenida. Asimismo, se explicará la importancia, el objetivo de dicha sesión y se realizará un feedback del tema anterior. Además, se les mostrará un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.

DINÁMICA “SOY EL INVENTOR DE MIS PENSAMIENTOS”

El facilitador brindara una ficha (anexo 25), para que los padres de familia puedan llenarlo. Les pedirá que lean con atención y respondan de manera sincera la ficha, dándoles un tiempo de 5 minutos. Finalmente se conversará de aquellos pensamientos negativos que puedan estar pasando para cambiarlos a pensamiento positivos.

DESARROLLO DEL TEMA:

Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión.

CIERRE:

Para culminar la sesión el encargado dará las gracias a los integrantes por la participación que ha realizado, haciendo la invitación para que puedan asistir en la siguiente sesión. Finalmente se ofrecerá como reconocimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.

SESIÓN 14:	“El ganador jamás se rinde y el que se rinde jamás gana”
-------------------	--

OBJETIVO	Promover pensamientos positivos ante circunstancias complicadas de la vida diaria.		
ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material
BIENVENIDA	10 min	Se les realizará la bienvenida a la población con la población que se trabajará. Asimismo, se explicará la finalidad de dicha sesión y se realizará un feedback del tema anterior. Además, se expondrá un video motivador sobre el tema a tratar antes de realizar la sesión.	Video: https://www.youtube.com/watch?v=DFZkdnya0&feature=youtu.be
DINÁMICA “SOY EL INVENTOR DE MIS PENSAMIENTOS”		El encargado brindara una ficha (anexo 25), para que los padres de familia puedan llenarlo. Les pedirá que lean con atención y respondan de manera sincera la ficha, dándoles un tiempo de 5 minutos.	Hoja bond
DESARROLLO DEL TEMA	15 min	Se hará una pequeña ilustración acerca del tema en mención, de las diferentes pautas que se deban tomar en cuenta dentro de esta sesión; así como también las estrategias que deben tener en cuenta.	Trípticos Impresiones Imágenes
CIERRE	05 min	Para culminar la sesión el encargado dará las gracias a los integrantes por la participación que ha realizado, haciendo la invitación para que puedan asistir en la siguiente sesión. Finalmente se ofrecerá como reconocimiento frases motivadoras, acompañado de pequeñas sorpresas.	Frases motivadoras

8.17. SESIÓN FINAL: “Despedida”

Datos informativos:

Objetivo de la sesión	Culminar de forma satisfactoria el programa de habilidades sociales.
Materiales	Material Audiovisual, hojas bond,
Duración de la sesión	45 min

INTRODUCCIÓN A LA SESIÓN

Finalmente hemos llegado a la última etapa de este programa, por lo que esperamos que este programa haya servido de mucha ayuda tanto para quienes hayan decidido aplicarlo con la finalidad de trabajar las habilidades sociales en los padres de familia siendo una población donde muy poco se ha trabajado este tema, cabe recalcar que este programa tuvo un trasfondo donde la intención era mejorar la relación que tengan los progenitores con sus menores y que por otro lado que conozcan y puedan ser conscientes si sus menores hijos están siendo víctimas de un tipo de violencia silenciosa, como lo es el maltrato pasivo

PROCEDIMIENTO DE LA SESIÓN

INICIO:

El facilitador iniciará presentándose hacia los padres de familia y será el encargado de dar la bienvenida. Asimismo, se explicará la importancia de dicho programa y de las sesiones que se aplicarán cada semana.

DINÁMICA DE INICIO: “EL PAPEL FINAL”

Se les informa que con ayuda de la hoja se realizará una retrospectiva del curso para dar cuenta de la experiencia vivida. Primero deberán agitar la hoja de papel, comenzar lentamente y aumentar progresivamente lo más rápido posible sin que la hoja se rompa.

A continuación, se hace una pausa para descansar y se les consulta sobre la sensación que les generó el ruido y el esfuerzo físico. La idea es pedirles que relacionen la sensación actual con la del inicio del curso.

Luego se les pide que empiecen a darle forma diferente a la hoja sin romperla, pueden arrugarla o hacerle varios pliegues. Cada modificación que realicen en el papel será un logro personal y/o grupal, o una situación significativa.

La forma del papel podrá ir mutando porque cada pedazo de la hoja arrugada representa el nivel de conciencia que cada uno fue adquiriendo. Para concluir, se les solicita que alisen la hoja sin romperla.

Nuevamente deberán agitar el papel, comenzar lentamente y aumentar progresivamente lo más veloz que se pueda. Se descansa y se les pide que intenten comparar el ruido y el cansancio que sintieron al empezar la actividad con esta última experiencia.

¿Fue el mismo ruido, la sensación de cansancio les generan las mismas sensaciones? ¿Qué sintieron de diferente al agitar la hoja lisa y arrugada? ¿Creen que la actividad refleja de alguna manera lo que han aprendido con este programa, por qué?

DESARROLLO DEL POST TEST

El facilitador les explicará el desarrollo del post test y se enviará el cuestionario para que ellos puedan responder de manera adecuada y tranquila. Asimismo, se les comentará que cualquier pregunta que no entiendan, lo comenten para que así sea explicada.

CIERRE:

Para culminar la sesión el encargado dará las gracias a los integrantes por la participación que ha realizado a lo largo de cada una de las sesiones. Además, se aclararán algunas preguntas que tengan los participantes y se brindarán algunos incentivos como agradecimiento.

SESIÓN FINAL:	“La despedida”		
OBJETIVO	Culminar de forma satisfactoria el programa de habilidades sociales”		
ACTIVIDAD	Tiempo (Min)	Descripción de actividades	Material
BIENVENIDA	10 min	El encargado empezara informando el término de este programa.	Ninguno

DINÁMICA DE CIERRE “EL PAPEL FINAL”	15 min	Esta dinámica permite que los propios participantes puedan ser conscientes de cuanto han ido aprendiendo durante cada una de las sesiones	Hojas bond, lapiceros
DESARROLLO DEL POST TEST	15 min	Se les brindará el cuestionario, que se aplicará a los padres de familia para poder recolectar información y poder analizar los efectos de este programa y verificar si hubo o no mejorías.	Hojas bond Lapiceros
CIERRE	05 min	El facilitador se encargará de brindar las conclusiones del tema y también de aclarar algunas preguntas que tengan los participantes. Finalmente, para la despedida se le agradecerá por su participación y se le brindará diplomas a cada uno de los participantes y un gran incentivo (canasta de víveres) para el papa o mama más proactivo, y que haya llegado a todas las sesiones.	Diplomas y canasta de víveres

ANEXOS

Anexo 1: Lista de chequeo de habilidades sociales

LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES

Nombre:..... Edad:.....

Año de estudio:..... Centro Educativo:.....

INSTRUCCIONES

Las proposiciones de la presente lista se refieren a experiencias de la vida diaria, de tal modo que describan como Ud. se comporta, siente, piensa y actúa. No es un test clásico, dado que no hay respuestas correctas ni incorrectas, todas las respuestas son validas.

Encierra en un círculo la respuesta que más crea conveniente:

Marque 1 si su respuesta es NUNCA.

Marque 2 si su respuesta es MUY POCAS VECES.

Marque 3 si su respuesta es ALGUNA VEZ.

Marque 4 si su respuesta es A MENUDO.

Marque 5 si su respuesta es SIEMPRE.

Responda rápidamente y recuerde de contestar todas las preguntas.

Items	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
1. ¿Presta atención a la persona que le está hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que le están diciendo?	1	2	3	4	5
2. ¿Habla con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes?	1	2	3	4	5
3. ¿Habla con otras personas sobre cosas que le interesan a los demás?	1	2	3	4	5
4. ¿Determina la información que necesita y se la pide a la persona adecuada?	1	2	3	4	5
5. ¿Permite que los demás sepan que agradece los favores, etc.?	1	2	3	4	5
6. ¿Se da a conocer a los demás por propia iniciativa?	1	2	3	4	5
7. ¿Ayuda a que los demás se conozcan entre sí?	1	2	3	4	5
8. ¿Le gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza?	1	2	3	4	5
9. ¿Pide ayuda cuando tiene alguna dificultad?	1	2	3	4	5
10. ¿Elige la mejor forma para integrarse en un grupo o para participar en una determinada actividad?	1	2	3	4	5
11. ¿ Explica con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	4	5

12. ¿Presta atención a las instrucciones, pide explicaciones, lleva adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	4	5
13. ¿Pide disculpas a los demás por haber hecho algo mal?	1	2	3	4	5
14. ¿Intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona?	1	2	3	4	5
15. ¿Intenta reconocer las emociones que experimenta?	1	2	3	4	5
16. ¿Permite que los demás conozcan lo que siente?	1	2	3	4	5
17. ¿Intenta comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	4	5
18. ¿Intenta comprender el enfado de la otra persona?	1	2	3	4	5
19. ¿Permite que los demás sepan que se interesa o se preocupa por ellos?	1	2	3	4	5
20. ¿Piensa por qué está asustado y hace algo para disminuir su miedo?	1	2	3	4	5
21. ¿Se dice a sí mismo o hace cosas agradables cuando se merece una recompensa?	1	2	3	4	5
22. ¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pide a la persona indicada?	1	2	3	4	5
23. ¿Se ofrece para compartir algo que es apreciado por los demás?	1	2	3	4	5
24. ¿Ayuda a quien lo necesita?	1	2	3	4	5
25. ¿Llega a establecer un sistema que le satisfaga tanto como a quienes sostienen posturas diferentes?	1	2	3	4	5
26. ¿Controla su carácter de modo que no se le "escapan las cosas de la mano"?	1	2	3	4	5
27. ¿Defiende sus derechos dando a conocer a los demás cual es su postura?	1	2	3	4	5
28. ¿Se las arregla sin perder el control cuando los demás le hacen bromas?	1	2	3	4	5
29. ¿Se mantiene al margen de situaciones que le puedan ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30. ¿Encuentra otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearse?	1	2	3	4	5
31. ¿Les dice a los demás cuando han sido ellos los responsables de originar un determinado problema e intenta encontrar solución?	1	2	3	4	5
32. ¿Intenta llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien?	1	2	3	4	5
33. ¿Expresa un cumplido sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34. ¿Hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2	3	4	5
35. ¿Determina si lo han dejado de lado en alguna actividad y, luego, hace algo para sentirse mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36. ¿Manifiesta a los demás que han tratado injustamente a un amigo?	1	2	3	4	5

37. ¿Considera con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hará?	1	2	3	4	5
38. ¿Comprende la razón por la cual ha fracasado en una determinada situación y que puede hacer para tener más éxito en el futuro?	1	2	3	4	5
39. ¿Reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa pero dicen o hacen otras que se contradicen?	1	2	3	4	5
40. ¿Comprende lo que significa una acusación y por qué se la han hecho y, luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que le ha hecho la acusación?	1	2	3	4	5
41. ¿Planifica la mejor forma para exponer su punto de vista antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5
42. ¿Decide lo que quiere hacer cuando los demás quieren que haga otra cosa distinta?	1	2	3	4	5
43. ¿Resuelve la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante?	1	2	3	4	5
44. ¿Reconoce si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo su control?	1	2	3	4	5
45. ¿Toma decisiones realistas sobre lo que es capaz de realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46. ¿Es realista cuando debe dilucidar como puede desenvolverse en una determinada tarea?	1	2	3	4	5
47. ¿Resuelve que necesita saber y como conseguir la información?	1	2	3	4	5
48. ¿Determina de forma realista cual de los numerosos problemas es el más importante y el que debería solucionar primero?	1	2	3	4	5
49. ¿Considera las posibilidades y elige la que le hará sentirse mejor?	1	2	3	4	5
50. ¿Se organiza y se prepara para facilitar la ejecución de su trabajo?	1	2	3	4	5

Fuente: Lista de chequeo de habilidades sociales. Rivas Romero Natali

Anexo 02: Reflexionemos

Ejercicio:

A manera de reflexión responde las siguientes preguntas:

1. ¿Has sonreído esta mañana? ¿Por qué motivo?

.....

.....

.....

.....

2. ¿En qué ocasiones acostumbras sonreír?

.....

.....

.....

.....

3. ¿Cómo enseñarías a tus hijos a sonreír?

.....

.....

.....

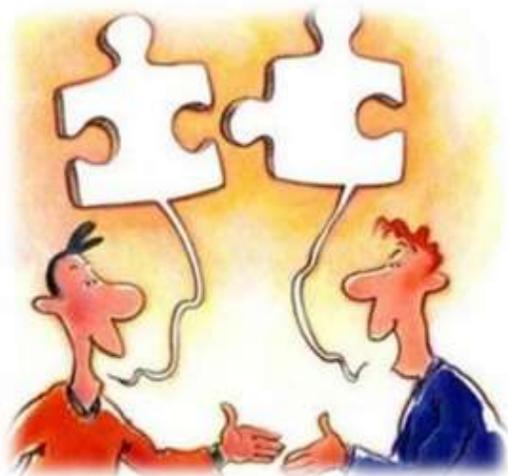
.....

Fuente: Guía para padres de familia. Educación especial

Anexo 03: Tríptico de Habilidades sociales.

Funciones:

- ✓ Son reforzadores en situaciones de interacción social.
- ✓ Mantienen o mejoran la relación interpersonal con otros individuos.
- ✓ Disminuye el estrés y la ansiedad ante determinadas situaciones sociales.
- ✓ Mantiene y mejora tanto la autoestima como el autoconcepto.



Un padre con habilidades sociales es capaz de afrontar una situación conflictiva de forma pacífica, aportando alternativas que faciliten la solución del problema, manteniéndose fiel a sus ideas y proyectos sin entrar en conflicto con su entorno.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA PROFESIONAL PSICOLOGÍA

“Aprendiendo”



HABILIDADES SOCIALES

Definición:

Las habilidades sociales son las capacidades que nos permite relacionarnos libremente con los demás de una manera beneficiosa, socialmente aceptado y valorado



Importancia:

- ✓ Son necesarias porque necesitamos resolver situaciones conflictivas y respetar las ideas de los demás.
- ✓ Se refiere a la destreza para actuar socialmente. Son aprendidas y facilitan la relación con los otros.
- ✓ Es también el manejo de emociones que permite manejar con gran éxito las demandas, desafíos de la vida actuando competentemente y contribuyendo al desarrollo humano.

Tipos:

Primeras habilidades sociales:

- Escuchar
- Iniciar una conversación
- Formular una pregunta.
- Dar las gracias.
- Presentar a otras personas.
- Hacer un cumplido.

Habilidades sociales avanzadas:

- Pedir ayuda.
- Interés por participar.
- Dar instrucciones.
- Saber pedir disculpas.
- 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.
- Resolver el miedo.

Habilidades alternativas a la agresión:

- Compartir algo.
- Ayudar a los demás.
- Negociar.
- Empezar el autocontrol.
- No entrar en peleas.
- Evitar los problemas con los demás.

Habilidades frente al estrés:

- Formular una queja.
- Defender a un amigo.
- Responder al fracaso.
- Prepararse a una conversación difícil.
- Responder a una acusación.

Habilidades de planificación:

- Tomar decisiones.
- Recoger información.
- Establecer un objetivo
- Determinar las propias habilidades.
- Resolver los problemas según su importancia.

¿Cómo mejorar tus habilidades sociales?

- Comprende tus miedos sociales.
- Interésate por los demás
- Aprende a escuchar y se mas asertivo
- Utiliza tu empatía
- Comunícate de forma emocional.



Anexo 04: Identificación y descripción de mis habilidades sociales

IDENTIFICACION Y DESCRIPCIÓN DE MIS HABILIDADES SOCIALES

IDENTIFICACION DE MIS HABILIDADES SOCIALES	¿QUE HABILIDADES LE FALTA POR MEJORAR?

Anexo 05: Tríptico de Autoconocimiento

IMPORTANCIA

- Es la base de la inteligencia emocional en la cual tiene 2 vertientes: intrapersonal e interpersonal.
- La confianza en sí mismo.
- Es la clave para el bienestar psicológico de las personas.
- Es el punto de partida para poder convertirse en una persona emocionalmente inteligente.
- Nos ayuda a planificar porque también nos permite conocer los movimientos y las acciones que debemos hacer para llegar a donde deseamos.



ESTRATEGIAS PARA MEJORAR EL AUTOCONOCIMIENTO

- Crea tu **FODA** personal.
- Analiza las distintas actividades de tu vida.
- Hablar con conocidos.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO



ESCUELA PROFESIONAL

PSICOLOGÍA

“Evaluándonos”



AUTOCONOCIMIENTO

Es una de las claves del desarrollo personal y, a la vez, es uno de los principios básicos para poder regular las emociones, relacionarse con los demás y luchar por nuestros objetivos.



El autoconocimiento, herramienta que te da la información básica para progresar en todos los aspectos:

- Implica que te **identifiques**.
- Conocerse es entender que eres **único e irreplicable**.
- Hacerte la pregunta **¿Quién soy?**
- Lo importante en la vida es ser **feliz**.
- Cuando mejoras tu conocimiento personal y

El autoconocimiento es clave para el bienestar psicológico de las personas, puesto que aquellas que se conocen mejor saben lo que quieren en la vida, no solo en los grandes proyectos sino en las cosas cotidianas de la vida.

ES EL PRIMER PASO AL ÉXITO

Autoconocimiento



ACCIONES PARA MEJORAR EL AUTOCONOCIMIENTO

- **Escribe un diario:** puede ayudarte a conocerte a ti mismo. Es bueno porque nos hace pensar qué es lo que hemos hecho durante el día, y puede ayudarnos a entender cómo nos hemos sentido.
- **Anota tus virtudes y tus defectos:** reflexionar sobre sus virtudes y defectos.
- **Anota tus pasiones:** Conoce tus pasiones ayuda a mejorar tu automotivación y nuestra felicidad.
- Asiste a un **taller de inteligencia emocional**.



PUNTOS QUE DEBES EXAMINAR DENTRO DE TI

- **Valores:** principios que te representan, son un conjunto de sueños, ideales y aspiraciones.
- **Competencias:** van de la mano con el conocimiento que tengas, con tus habilidades y actitudes personales.
- **Visión:** es una fuente de inspiración, proyecta lo que quieres para tu vida y sirve para mantener el enfoque en momentos difíciles.



Anexo 06: FODA PERSONAL

NOMBRE: _____
Identifique en el siguiente cuadro, 5 fortalezas, 5 oportunidades, 5 debilidades y amenazas en su familia:

FORTALEZAS	OPORTUNIDADES
DEBILIDADES	AMENZAS

Anexo 07: Tríptico de Autoestima

Técnicas para fortalecer más nuestra autoestima:

Muchas veces recordamos las críticas, las cosas que hacemos mal, las ofensas; pero nos olvidamos de recordar nuestros éxitos, elogios, halagos. Para ello vamos a hacer una recopilación de los mismos, es una forma de darles más peso: Busca una libreta para trabajar y realiza tres listas:

- En una recopilas los elogios que recuerdes que te hayan dicho otras personas a lo largo de tu vida
- En otra enumera las capacidades y fortalezas que tú consideras que posees.
- En un tercer listado enumera cosas que te hagan sentirte orgulloso de ti mismo (logros, actitudes ante alguna situación, etc.)



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

“Vales más de lo que crees”



¿Qué es la autoestima?

- La capacidad que tiene la persona de valorarse, amarse, apreciarse y aceptarse a sí mismo.
- Es el amor que cada persona tiene de sí mismo.

Tipos de Autoestima

La autoestima se puede desarrollar en las personas de tres formas

- Autoestima Alta (Normal): La persona se ama, se acepta y se valora tal cual es.
- Autoestima Baja: La persona no se ama, no se acepta y no se valora en sus cualidades.
- Autoestima Inflada: La persona se ama más que a los demás y valora exageradamente sus cualidades.



Autoestima es...



Autoestima
y qué pueden

- ✓ Se sienten bien consigo mismos.
- ✓ Expresan su opinión.
- ✓ No temen hablar con otras personas.
- ✓ Saben identificar y expresar sus emociones a otras personas.
- ✓ Les gusta los retos y no les temen.
- ✓ Tiene consideración por los otros, sentido de ayuda y están dispuestos a colaborar con las demás personas.
- ✓ Son creativas y originales, inventan cosas, se interesan por realizar tareas desconocidas, aprenden actividades nuevas.
- ✓ Luchan por alcanzar lo que quieren.
- ✓ Se aventuran en nuevas actividades.
- ✓ Son organizados y ordenados en sus actividades.
- ✓ Preguntan cuándo algo no lo saben.

Personas con Autoestima Baja

- ✓ No valoran sus talentos. Miran sus talentos pequeños, y los de los otros los ven grandes.
- ✓ Le tienen miedo a lo nuevo y evitan los riesgos.
- ✓ Son muy ansiosos y nerviosos, lo que los lleva a evadir situaciones que le dan angustia y temor.
- ✓ Son muy pasivos, evitan tomar la iniciativa.
- ✓ Son aisladas y casi no tienen amigos.
- ✓ No les gusta compartir con otras personas.

Anexo 08: Frasco de la felicidad



Anexo 09: Tríptico de Manejo de emociones

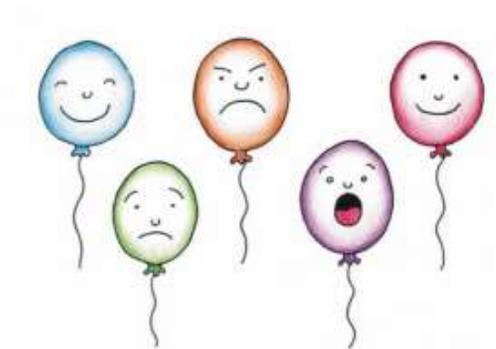
COMUNICACIÓN:

- Expresión saludable de nuestras emociones, deseos e interacciones.
- **Asertividad:** la capacidad de expresarnos con respeto hacia los demás y hacia nosotros mismos.



TIPS PARA DESARROLLAR TU INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Duerme suficiente.
2. Aliméntate y haz ejercicios.
3. Mantén relaciones familiares y con amigos.
4. Ten confianza en sí mismo.
5. Concéntrate siempre en tus fortalezas.
6. Infórmate sobre la situación que te toca enfrentar.
7. Piensa antes de actuar.
8. Diviértete en tu tiempo libre.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

“YO CONTROLO MI MUNDO”.



¿QUE SON LAS EMOCIONES?

Son reacciones que todos experimentamos, conocidas por todos nosotros, pero no por ello dejan de tener

- ✓ **Conductuales:** Provoca un cambio en el comportamiento: los gestos de la cara, el movimiento del cuerpo.

NIVEL FISIOLÓGICO

- ✓ Aprender a relajarte.
- ✓ Cerrar mis ojos e imaginarme un

Anexo 10: Mis emociones a diario:

EJERCICIO

Nombre: _____

Identifica y marque a través de las imágenes que emoción fue la que sintió durante los siguientes días:

Viernes:



Sábado:



Domingo:



Lunes:



Martes:



Miércoles:



Jueves:



Anexo 11: Tríptico de Empatía

EMPATÍA

1. Definición:

Es la intención de comprender los sentimientos y emociones, intentando experimentar de forma objetiva y racional lo que siente otro individuo.

Llevándolo a la relación padre-hijo, la empatía es el arte que tiene el padre de familia, de comprender el mundo interior de sus hijos.

2. Importancia:

La empatía es importante para tener unas relaciones de calidad con terceras personas; desarrollar unas relaciones más respetuosas y saludables con las amistades, los compañeros y compañeras de trabajo. También nos ofrece la oportunidad de conocernos más a nosotros mismos y nuestro entorno cercano (familiares y amigos).

3. Para qué sirve ser más empático:

Empatizar con alguien es simplemente lograr que esa persona se sienta comprendida. Si lo consigues, serás capaz de cambiar el rumbo de una relación en un instante. El efecto de las neuronas espejo provoca que tu interlocutor se sienta en deuda contigo y quiera entenderte a ti también cuando reflejas sus emociones o le dices que entiendes lo que siente.

4. Ventajas:

- ✓ Caerás mejor a la gente.
- ✓ Serás mucho más persuasivo.
- ✓ Te convertirás en el centro de atención y te harás escuchar.
- ✓ Mejorarás tu capacidad de liderazgo y motivación.
- ✓ Comprenderás rápidamente qué les pasa a los demás.

5. Técnicas para mejorar la empatía:

a. Personalmente:

- Escuchar con la mente abierta y sin prejuicios. Ser respetuosos con los demás.
- Prestar atención y mostrar interés por lo que nos están contando.
- Practica la escucha activa.
- Aprende a escuchar lo que los demás te dicen sin palabras.
- Aprender a descubrir, reconocer y recompensar las cualidades y logros de los demás

b. En la relación padre – hijo:

• El redescubrimiento del padre:

“En la mayoría de las sociedades, la implicación del padre en la crianza de los hijos ha estado tradicionalmente encuadrada dentro del papel de ‘sustentador’, mientras la madre realizaba casi todas las tareas orientadas a cuidar y alimentar a los hijos”. Por ello, la presente técnica pretende involucrar al padre en el mundo interior de sus hijos, para poder entenderlos y ayudarlos si es que la situación lo amerita.

• Semilla de un diálogo auténtico entre padre e hijo:

“La calidad de la relación vivida con los padres durante la infancia permite al hijo mostrar su consideración y su capacidad de comunicarse en el plano empático, un aspecto que influye fuertemente en las relaciones con sus compañeros y en su comportamiento social en general”.

Esta técnica busca fomentar el dialogo activo y asertivo en la relación padre e hijo, con el fin de mejorar las relaciones interpersonales, basadas en el fortalecimiento de su capacidad empática.

- **Manifestación de cohesión en la familia:**

“Una mayor implicación paterna puede también conducir a una familia feliz y cohesionada, y esto redunda en beneficio de los hijos”.

Una adecuada relación padre e hijo, es el pilar fundamentales en la cohesión familiar.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

“Siente con el corazón de otro”



Anexo 12: Camina un rato con mis zapatos.

Nombre: _____

De lo aprendido en la sesión, a continuación, se realizará un ejercicio que le permita reconocer su capacidad empática en su día a día.

En los siguientes recuadros deberá redactar una situación diaria, en la relación con su hijo, que responda a lo planteado.

Puse en práctica mi capacidad empática:

DÍA	SUPERÉ	ESTOY ORGULLOSO (a)	SOLUCIÓN
Lunes			
Martes			
Miércoles			
Jueves			
Viernes			
Sábado			

Anexo 13: Tríptico de Valores.

SEGUIR ESTOS PASOS SON IMPORTANTES

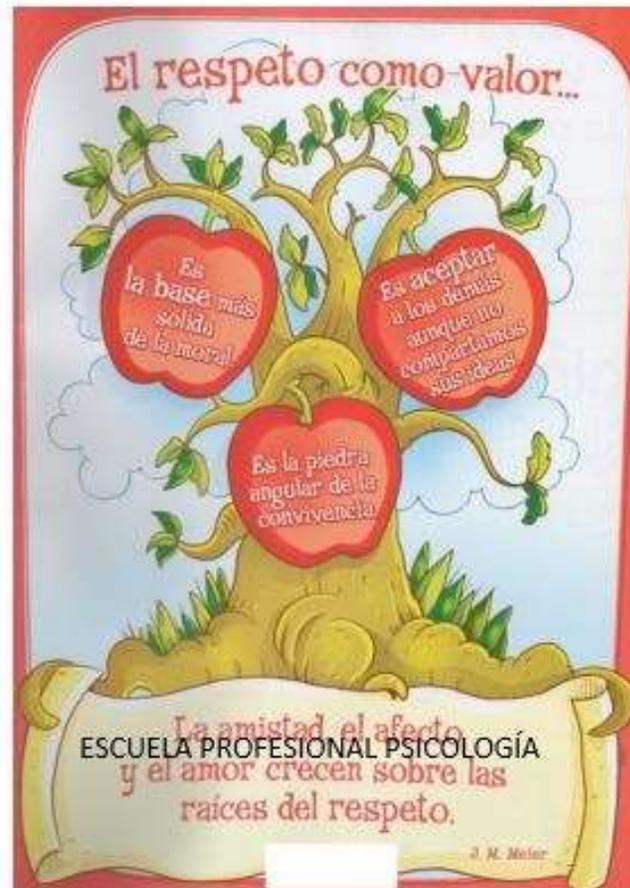
- Compartir el tiempo y los objetos con los otros para desarrollar la generosidad.



- Es importante escuchar las opiniones de todos y respetar sus puntos de vista.



- La comunicación es fundamental, así como la verdad y la comprensión.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

“Extrae de tu interior todos los valores que buscas”



¿NORMAS DE CONVIVENCIA?

- Son reglas básicas de conducta que determinan cuál es el comportamiento adecuado en un lugar específico, para convivir pacíficamente con los demás.
- Comprenden una serie de deberes y normas de obligado cumplimiento, fundamentadas en el respeto mutuo, la tolerancia y el desempeño compartido de los deberes.

CARACTERÍSTICAS

- ✓ Deben ser aprendibles, comunicables, comprensibles.
- ✓ Deben ser ciertas, válidas.
- ✓ Deben ser obligatorias y coercitivas: de no cumplirse, deben acarrear sanciones de algún tipo.
- ✓ Deben estar establecidas de manera escrita y oral.
- ✓ Deben ser concretas, específicas, puntuales.

- ✓ Deben estar pensadas tomando en cuenta la armonía y el respeto entre las personas.

ELEMENTOS PARA UNA BUENA CONVIVENCIA

- **El respeto:** Cuando establecemos cualquier tipo de comunicación con otra persona, debemos aceptar la dignidad de esta persona como tal, sin prejuicios ni discriminaciones, y entender que puedan tener pensamientos y opiniones distintos a los nuestros.

- **La inteligencia:** Para tratar con inteligencia a los demás, es importante saber escuchar e intentar conocer a la otra persona.

- **La educación:** Es una de las bases de una buena convivencia, y la podemos considerar como un compendio de los puntos anteriores

**Ante un problema
no debemos pelear
ni insultar, al
contrario dialogar.**



CLAVES PARA LOGRAR UNA BUENA CONVIVENCIA

- Comunicarse de forma adecuada.
- Expresar las emociones.
- No juzgar o etiquetar.
- Evitar las comparaciones.
- Usar el sentido del humor.
- Respetar el espacio de cada uno.
- Mostrar cariño.
- Dedicarse tiempo unos a otros.
- Celebrar los logros de los miembros.
- Distribuir las tareas del hogar.



Anexo 14: Me expreso y soy feliz

“Me expreso y soy feliz

NOMBRE: _____

Indicaciones: Indique tres situaciones en las que demuestre su comunicación asertiva en la relación con sus hijos.

1).....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2).....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

3).....
.....
.....
.....
.....
.....

Anexo 15: Tríptico de Estilos de comunicación

COMUNICACIÓN PASIVA: acepta todo lo que el interlocutor le dice sin hacer respetar sus propias opiniones, sus propios derechos. No expresa de un modo directo a los demás sus pensamientos, sentimientos o necesidades, de manera que, al no comunicar sus deseos, no consigue resolver las situaciones de manera satisfactoria.

COMUNICACIÓN AGRESIVA: los padres intentan imponer sus criterios a los hijos sin tener en consideración la opinión de éstos. Existe un abuso de autoridad y dominio sobre los suyos generando confrontación entre padres e hijos.



TÉCNICAS DE COMUNICACIÓN EFICAZ

Escucha activa:

Elementos que facilitan la escucha activa:

- Disposición psicológica: prepararse interiormente para escuchar.
- Observar al otro: identificar el contenido de lo que dice, los objetivos y los sentimientos.
- Expresar al otro que le escuchas; con comunicación verbal y no verbal.

Habilidades para la escucha activa:

- Mostrar empatía.
- Parafrasear.

Algunos aspectos que mejoran la comunicación:

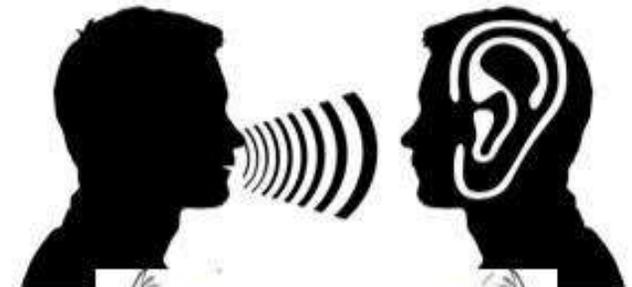
- Al criticar a otra persona, hablar de lo que hace, no de lo que es.
- Discutir los temas de uno en uno.
- No ir acumulando emociones negativas sin comunicarlas.
- No hablar del pasado.
- Ser específico, breve y evitar las generalizaciones.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA PROFESIONAL PSICOLOGÍA

“Aprendiendo sobre los estilos de comunicación”



Sin agredir a los demás y a la vez sin someterse a la voluntad ajena.



www.alimentatubienestar.es

COMUNICACIÓN FAMILIAR

- La familia constituye la primera escuela de comunicación para las personas; es un proceso por el cual construyen y comparten entre sí una serie de significados que les permite interactuar y comportarse en su vida cotidiana.
- Dentro de la familia se menciona que existe una transacción de ideas, sentimientos, elementos que les permita comprenderse unos con



TIPOS

- **Comunicación verbal:** se efectúa mediante palabras, es decir cómo cada miembro de la familia construye verbalmente los mensajes, y es la más utilizada por los seres humanos ya que por medio de las palabras dan a conocer lo que piensan y sienten.



- **Comunicación no verbal:** proceso de comunicación mediante el cual se envía y recibe mensajes a través de gestos, expresión facial, ademanes y símbolos.



ESTILOS DE COMUNICACIÓN

COMUNICACIÓN

ASERTIVA: permite a que tanto los padres como sus hijos no se inhiban a la hora de manifestar sus opiniones con respecto a cualquier tema a tratarse, transfiriendo información de manera mutua e igualitaria, donde las dos partes reciben y proporcionan información sin causar daño a ninguna de las



Anexo 15: Tríptico de Asertividad

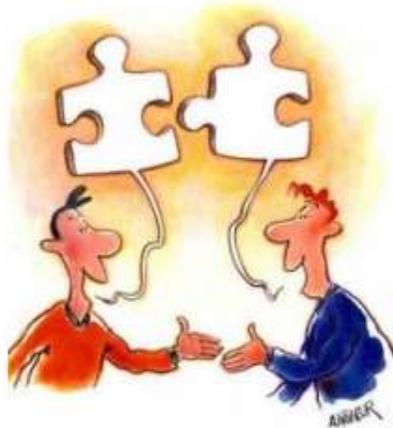
- TÉCNICA DE LA PREGUNTA ASERTIVA.

Consiste en incitar a la crítica para obtener información que podrá utilizar en su argumentación. (Entiendo que no te gustó el modo en que actué la otra noche en la reunión. ¿Qué fue lo que te molestó de él?, ¿Qué es lo que te molesta de mí que hace que no te guste?, ¿Qué hay en mi forma de hablar que te desagrada?)

- TÉCNICA DEL BANCO DE NIEBLA

Consiste en encontrar algún punto limitado de verdad en el que puedes estar de acuerdo con lo que tu antagonista está diciendo. Reconocer que se está de acuerdo en que la otra persona tiene motivos para mantener su postura pero sin dejar de expresar que mantendremos la nuestra, puesto que también tenemos motivos.

Ejemplo: Muéstrase de acuerdo con el argumento de la otra persona pero no consienta en cambiar de postura.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO



“Me respeto, Te respeto”



¿Qué es la Comunicación?

La comunicación es el proceso más importante de la interacción del ser humano.

Es el intercambio de ideas, sentimientos y experiencias que han ido moldeando las actitudes, conocimientos, sentimientos y conductas ante la vida.

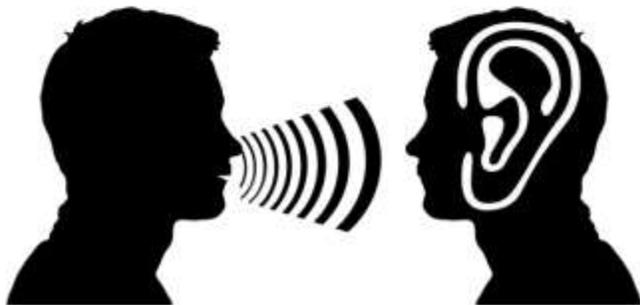
¿Qué es comunicación asertiva?

La comunicación asertiva es aquella comunicación en la que está presente un adecuado equilibrio entre la agresividad en un extremo y la no afirmatividad en el otro. En la comunicación asertiva se integra el respeto por sí mismo y por los demás.

El objetivo de la conducta asertiva o afirmativa es comunicarse honesta y directamente con los demás.

CARACTERÍSTICAS DE LA COMUNICACIÓN ASERTIVA:

- Volumen
- Velocidad
- Tono
- Ritmo
- Entonación



ELEMENTOS DE LA COMUNICACIÓN ASERTIVA:

- Ser directo con lo que se requiere expresar.
- Enfrentarse al problema no a la persona.
- Tratar lo específico, no lo general.
- No dar excesivas explicaciones.
- No disculparse más de lo necesario.



UNA PERSONA ASERTIVA SE CARACTERIZA POR:

- Tener una comunicación intrapersonal efectiva.
- Encontrar el valor que se tiene por quien se es.
- Saber y sentirse bien por las cualidades que uno tiene.
- Saber reconocer; virtudes y defectos.
- Es la disposición de lograr lo que deseamos manteniéndonos conscientes.
- Asumir riesgos calculados.
- La asertividad es innata pero puede ser aprendida.

Anexo 16: Yo controlo mi mundo

“Yo controlo mi mundo”

NOMBRE: _____

En el siguiente cuadro deberá redactar aquellas emociones positivas que reconozca en usted mismo, en este momento:

EMOCIÓN	¿CÓMO LA PUDE RECONOCER?

Anexo 17: Tríptico de Autocontrol.

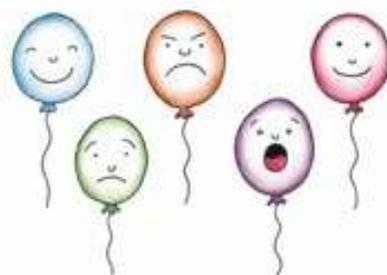
• **TÉCNICA DE PENSAMIENTO POSITIVO:** esta técnica se centra en el control del pensamiento. Para ponerlo en práctica debes seguir los siguientes pasos:

- ✓ Cuando te empieces a encontrar incomoda o alterado préstale atención al tipo de pensamiento que estas teniendo e identifica todos aquellos con connotaciones negativas.
- ✓ Di para ti mismo ¡BASTA!
- ✓ Sustituye esos pensamientos por otros más positivos.

Pensamientos negativos	Pensamientos positivos
Soy un desastre.	Si puedo superar esta situación.
No puedo soportarlo.	Si me esfuerzo, tendré éxito.
Estoy desbordado	Agobiarme no facilita las cosas.
Todo va salir mal	Esto no va a ser tan terrible.
Lo hacen adrede	Estar enfadado no me ayuda.

• **TÉCNICA DEL VOLUMEN FIJO:** si eres consciente de que estas gritando, en el momento que te das cuenta de que estas subiendo el volumen de voz, debes bajarlo y quedarte estático en un volumen normal.

• **TÉCNICA DE RESPIRACIÓN PROFUNDA:** inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4. Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4. Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 8. Y repite el procedimiento anterior.



CONTROLAR TUS EMOCIONES

- Intentar no pensar en lo que te preocupa.
- Relajarte y respirar hondo.
- Liberar la tensión por otras vías.
- Presionarte para tener pensamientos positivos.
- Recordar tus virtudes y éxitos.
- Distrae tu atención hacia un asunto concreto.
- Medita habitualmente.

ESCUELA PROFESIONAL PSICOLOGÍA



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

AUTOCONTROL
EMOCIONAL



APRENDIENDO A
CONTROLAR TUS
EMOCIONES



www.alfonsoelpidio.com

AUTOCONTROL EMOCIONAL

Es la habilidad de una persona para regular sus emociones y comportamientos, así como limitar sus impulsos.

La **autorregulación** es la capacidad de los individuos para modificar su conducta en virtud de las demandas de situaciones específicas



LA PERSONA QUE POSEE ESTA COMPETENCIA EMOCIONAL:

- Maneja adecuadamente los sentimientos impulsivos y las emociones negativas.
- Permanece positivo e inalterable incluso en momentos difíciles.

- Piensa con claridad y permanece concentrado bajo presión

BENEFICIOS DEL AUTOCONTROL

- Permite afrontar las situaciones difíciles con mayor eficiencia.
- Ayuda a mantener la calma.
- Ayuda a tener mayor claridad de pensamiento
- Beneficia la relación con los demás
- Permite controlar el estrés cuando te sientes bajo presión
- Ayuda a tomar mejores decisiones
- Aumenta la capacidad de concentración
- Mejor autoestima
- Mejora el bienestar emocional

ESTRATEGIAS PARA EL MANEJO DE AUTOCONTROL

Es la habilidad de reconocer y tomar conciencia de las propias emociones, con el fin de expresarlas de manera regulada.

- **AUTOVERBALIZACIONES:** frases breves o palabras que te comienzas a decir mentalmente con intención de frenar tus pensamientos de tensión y

poder otorgarse la posibilidad de controlar tus reacciones.

EJEMPLOS:

- “Soy capaz de controlarme”
- “No voy a dejar que esto me domine”
- “Tranquila, relájate”
- “No ha pasado nada, puedo manejar la situación”



• TÉCNICA DE TIEMPO FUERA:

ROJO-STOP: para el enfado, frenar, tranquilizarse. Controlar la emoción cuando alguien nos insulta o se ríe de nosotros y tener ganas de gritar, pegar a alguien o de romper algo.

AMARILLO-PENSAR: hemos parado el primer impulso, sentimos el enfado, lo entendemos, ahora pensamos ¿Cómo solucionar eso? ¿Qué hago a

Anexo 18: Tríptico de Trabajo en equipo

Requisitos

- ✓ Buenas comunicaciones interpersonales.
- ✓ Equipo concentrado en la tarea.
- ✓ Definir la organización del equipo.
- ✓ Establecer la situación, tema o problema a trabajar.
Interés por alcanzar el objetivo.
- ✓ Crear un clima democrático.
- ✓ Ejercitar el consenso en la toma de decisiones.
- ✓ Disposición a colaborar y a intercambiar conocimientos y destrezas.

¿Cómo prevenir los problemas en el equipo?

No sacarle la vuelta a los problemas, siempre se debe enfrentar hablando con el equipo.

¡El éxito de trabajo en equipo es responsabilidad de todos los que lo conforman!

Por lo tanto:

Reunirse en equipo es el principio.

Mantenerse en equipo es el progreso.

Trabajar en equipo asegura el éxito

Henry Ford.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA PROFESIONAL PSICOLOGÍA

“Familia unida, jamás será vencida”



TRABAJO EN EQUIPO

Definición:

“Número reducido de personas con capacidades complementarias, comprometidas con un propósito”.



Características:

- ✓ Es una integración armónica de funciones y actividades.
- ✓ Requiere que las responsabilidades sean compartidas por sus miembros.
- ✓ Actividades que se realizan en forma coordinada.
- ✓ Necesita que los programas que se planifiquen en equipo apunten a un objetivo común.

Ventajas:

- Quienes creen que un equipo de trabajo deben formarlo gente con formas de pensar y actuar

semejantes están equivocados. Lo fundamental es que lo integren personas distintas.

- Cada uno de los miembros del equipo debe aportar ideas diferentes para que las decisiones de carácter intelectual u operativo que tome la organización sean las mejores.
- Cuando hay diferencias y discrepancias surgen propuestas y soluciones más creativas.
- Cada uno ocupa un puesto diferente, pero todos dirigen sus energías hacia la consecución de un mismo objetivo.

Estrategias para fomentar en trabajo en equipo:

- ✓ Entregar toda la información para que el equipo funcione.
- ✓ Generar un clima de trabajo agradable.
- ✓ Definir claramente los tiempos para lograr la tarea.

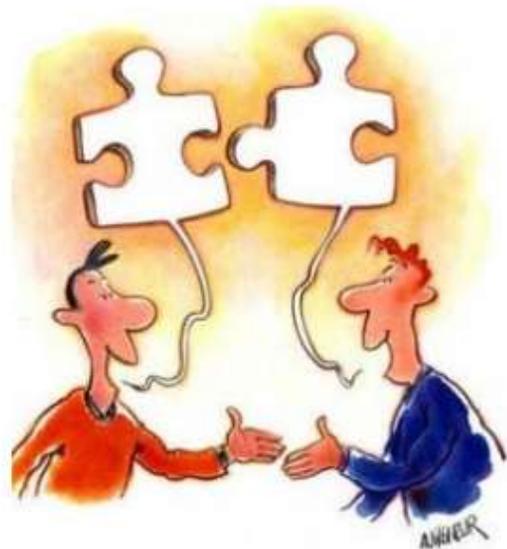


Anexo 19: Tríptico de Resolución de conflictos

La mejor forma de solucionar un conflicto

ASERTIVIDAD

Consiste en expresar nuestras ideas, convicciones o preocupaciones de forma franca, clara, serena y respetuosa, sin necesidad de que nuestras emociones se desborden ni de agredir a los demás.



Qué más puedo hacer en la resolución de conflictos

- ✓ Identificar las situaciones problemáticas.
- ✓ Identificar mis emociones.
- ✓ Examinar las evidencias que apoyan estas creencias.
- ✓ Intentar cambiar mis creencias.
- ✓ Enumerarlos.
- ✓ Ver cuáles son mis alternativas de solución.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO



ESCUELA PROFESIONAL PSICOLOGÍA

“HACIENDO LAS PASES”.



¿QUE ES LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS?

Es el conjunto de técnicas y métodos diseñados para permitir a las partes en conflicto, tomar decisiones que permitan soluciones no violentas y válidas para ambas.



¿Por qué se da un conflicto?

Problemas de disciplina:

- Burlas y menosprecio hacia el educador, o de éste hacia los educandos haciendo ejercicio de su autoridad;
- Ruidos, interrupciones;
- Dificultad al pasar del papel de líder impuesto a líder natural;
- Tratos con los educandos que tienen realidades más conflictivas
- Conductas violentas y delictivas...



Consejos en la resolución de conflictos:

1. **Adelántate** Debemos estar atentos/as a situaciones potencialmente "peligrosas" y adelantarnos, **abordando el tema con antelación para tratarlo antes de que se produzca y lograr evitarlo.**
2. **Cuenta hasta 10** Si te enfadas, **detente y tómate tu tiempo:** respira y cuenta hasta 10.
3. **Dilo con una sonrisa**
4. **Crear un buen clima** hay que **empezar por intentar crear un ambiente lo más pacífico posible: eso implica, también, una estética cálida.**



Anexo 20: Técnicas de afrontamiento

RESILIENCIA

¿Qué es la resiliencia?

La resiliencia es la capacidad que tiene una persona o un grupo de recuperarse frente a la adversidad para seguir proyectando el futuro.

Enfocándonos en la relación padres- hijos la resiliencia actúa como un factor importante para que en conjunto puedan superar las adversidades u dificultades familiares permitiendo fortalecer más su relación.

Beneficios de ser una persona resiliente:

Tienen una mejor autoimagen.

Son más sanas físicamente.

Se critican menos a sí mismas.

Tienen más éxito en el trabajo o estudios.

Son más optimistas.

Están más satisfechos con sus relaciones.

Afrontan los retos.

Están menos predispuestos a la depresión.

Estrategias de afrontamiento:

1. Confrontación: intentos de solucionar directamente la situación mediante acciones directas, agresivas, o potencialmente arriesgadas.

2. Planificación: pensar y desarrollar estrategias para solucionar el problema.

3. Distanciamiento: intentos de apartarse del problema, no pensar en él, o evitar que le afecte a uno.

4. Autocontrol: esfuerzos para controlar los propios sentimientos y respuestas emocionales.

5. Aceptación de responsabilidad: reconocer el papel que uno haya tenido en el origen o mantenimiento del problema.

6. Escape-evitación: empleo de un pensamiento irreal improductivo (p. ej., «Ojalá hubiese desaparecido esta situación») o de estrategias como comer, beber, usar drogas o tomar medicamentos.

7. Reevaluación positiva: percibir los posibles aspectos positivos que tenga o haya tenido la situación estresante.

Características de una persona resiliente:

- Son capaces de controlar sus emociones, sobre todo ante la adversidad y pueden permanecer centrados en situaciones de crisis.
- Tienen un optimismo realista.
- Se consideran competentes y confían en sus propias capacidades.
- Son empáticos. Es decir, tienen una buena capacidad para leer las emociones de los demás y conectar con ellas.
- Son capaces de buscar nuevas oportunidades, retos y relaciones para lograr más éxito y satisfacción en sus vidas.

Anexo 21: Pase lo que pase, no es el fin

"PASE LO QUE PASE, NO ES EL FIN"

EJERCICIO

Nombre: _____

Explique según los días que situación provocó que utilizara las técnicas de afrontamiento:

-LUNES:

-MARTES:

-MIÉRCOLES:

-JUEVES:

-VIERNES:

-SÁBADO:

DOMINGO:

"Cuando todo parezca ir contra ti, recuerda que el avión despegó contra el viento, no a favor de él"

Anexo 22: Tríptico de Resiliencia

FORNAS DE CONSTRUIR RESILIENCIA

- Establezca relaciones.
- Evite ver las crisis como obstáculos insuperables.
- Acepte que el cambio es parte de la vida.
- Muévase hacia sus metas.
- Lleve a cabo acciones decisivas.
- Busque oportunidades para descubrirse a sí mismo.
- Cultive una visión positiva de sí mismo.
- Nunca pierda la esperanza.
- Cuide de sí mismo.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE HUMANIDADES
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL
DE PSICOLOGÍA

**“En medio de toda dificultad,
siempre hay una oportunidad”**



RESILIENCIA

Capacidad que tiene la persona para adaptarse positivamente a cualquier situación desfavorable.



“No puedes controlar todas las situaciones de tu vida, pero recuerda que sí puedes controlar todas tus actitudes hacia esas

CARACTERÍSTICAS DE UNA PERSONA RESILIENTE

- Son creativas.
- Confían en sus capacidades.
- Asumen las dificultades como una oportunidad para aprender.
- Ven la vida con objetividad, siendo optimistas.
- Se rodean de personas que tienen una actitud positiva.
- Buscan la ayuda de los demás y el apoyo social.



¿CÓMO PODEMOS SER UNA PERSONA RESILIENTE?



-La resiliencia no es una cualidad innata, es algo que podemos desarrollar a lo largo de nuestras vidas.

-Esto nos indica que todos podemos ser resilientes, siempre y cuando cambiemos algunos de nuestros hábitos y creencias.

Anexo 23: Tríptico de Toma de decisiones

ESTRATEGIAS PARA UNA BUENA TOMA DE DECISIONES



1. Explora tu toma de decisiones
2. Examina el panorama.
3. Busca información opuesta
4. Practica la plena atención.
5. Cuenta con alguien que te desafíe.
6. Consulta a expertos.

Beneficios de saber tomar decisiones en el trabajo

7. Inspira más confianza hacia los demás.
8. Predispone mejor al trabajo: evita la queja y mueve a la acción
9. Aumenta la autoestima y la buena percepción de tu persona hacia los demás al demostrar seguridad y resolución
10. Las buenas decisiones la mayoría de las veces se basan en buenas intuiciones
11. Si alguna vez te equivocas en la decisión, lo mejor para ti y para los demás, es admitir el error. Descomprime tensiones y facilita el clima para retomar la tarea.



ESCUELA PROFESIONAL PSICOLOGÍA

**“Recibe opiniones, pero toma
tus propias decisiones”**



La toma
de decisiones



TOMA DE DECISIONES

Una decisión es una resolución o determinación que se toma respecto a algo. Se conoce como toma de decisiones al proceso que consiste en realizar una elección entre diversas alternativas.



FACTORES QUE INFLUYEN EN LA TOMA DE DECISIONES

FACTORES EXTERNOS:

El riesgo: Puede ser definido como la posibilidad de que un evento o circunstancia, dañinos o no deseados, se produzcan.

El tiempo: El tiempo del que se dispone para tomar la decisión

Las presiones: Es casi inevitable la existencia de presiones ante ciertas decisiones que implican cambios importantes.



FACTORES INTERNOS:

La actitud: referido a la manera en la que nuestro ánimo o nuestra mente se enfrentan con determinadas circunstancias.

La aptitud: Se conoce con este nombre al conjunto de capacidades físicas, intelectuales o sociales que tenemos cada uno de los seres humanos.

Creatividad: La creatividad supone ver o analizar las cosas desde posiciones diferentes a y que permita crear situaciones que en principio no se esperaban.

La experiencia personal y profesional: influye en gran medida sobre los procesos de toma de decisiones.



Anexo 24: Cosas que los padres deben enseñar sobre la toma de decisiones

Cosas que los padres deben enseñar sobre la toma de decisiones

1. Los padres deben enseñar a los hijos, que, para decidir, se necesita valor, conocimiento, audacia y decisión, pues lo que ellos no hagan, nadie se lo hará por ellos, ya que vencer obstáculos lleva implícito, la necesidad de tomar una o varias decisiones, para alcanzar los objetivos propuestos.
2. Los padres deben enseñar a sus hijos que, si siguen haciendo, lo que están haciendo, seguirán consiguiendo, lo que ya están consiguiendo. Sin decisiones no hay cambio, sin cambio no hay mejora.
3. Los padres deben enseñar a los hijos, que tomar decisiones es un acto de libertad, que se va adquiriendo a medida que se va madurando, pues somos artífices de nuestro destino.
4. Los padres deben enseñar, permitir y fomentar que los hijos, desde temprana edad y mediante su supervisión, vayan tomando sus propias decisiones, para que crezcan aceptando los riesgos de sus equivocaciones y las ventajas de sus aciertos.
5. Los padres deben ayudar a que, en los hijos, desaparezca el miedo a tomar decisiones, por los conceptos del temor al qué dirán, que siempre termina en lo que no han dicho, temor al fracaso, temor a que le dejen solo, temor a que se enfaden sus amigos o familiares, temor a que no les guste a los demás, temor a que lo tomen a mal, etc.
6. Los padres deben enseñar a sus hijos, que cada uno somos los arquitectos de nuestras vidas y artífices de nuestro propio destino, pues con las decisiones, la capacidad se puede desarrollar, la voluntad se puede fortalecer, la inteligencia se puede agudizar y los conflictos se pueden resolver.

Anexo 25: Soy el inventor de mis pensamientos.

SOY EL INVENTOR DE MIS PENSAMIENTOS					
PENSAMIENTOS DE MIS ÚLTIMOS DÍAS			NUEVOS PENSAMIENTOS INVENTADOS		
Pensamiento	Cómo me hacen sentir	Cómo me comporto	Pensamiento nuevo	Cómo me hará sentir	Cómo me comportare

Fuente: Educa y aprende

Anexo 26: Cuestionario de satisfacción

Respondamos

¿Qué le pareció el programa?

¿Qué fue lo que más le gusto del programa?

¿Qué fue lo que menos le gusto?

Sugerencias u opiniones para mejorar

--

Del 1 al 10 ¿qué tan satisfecho se ha sentido con el programa?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Anexo 27: Cuestionario de satisfacción

Cuestionario de Maltrato Pasivo CMP

Nombre y Apellidos: Edad: Sexo: Fecha:

Lee detenidamente y de forma pausada cada oración y luego marca con un aspa (X) "V" de verdadero, si la oración se asemeja o parece a lo que te ocurre; marca "F" de falso si la oración no te describe en nada a ti. No hay respuestas buenas ni malas, no pienses mucho sobre cada pregunta marca la respuesta según lo que te pasa o sientes. Si tienes preguntas para aclarar dudas, puedes hacerlo libremente. Esta prueba es totalmente confidencial.

N°	Item	V	F
1	¿Puedes escuchar o ver cuando tus padres pelean (se golpean)?		
2	¿Tus padres o las personas que te cuidan acostumbran discutir cuando estas presente?		
3	¿Casi todos los días tus padres o familiares no tienen en cuenta tus necesidades de protección y cuidado?		
4	¿Casi nunca te llevan al hospital para a realizarte controles médicos?		
5	¿Tus padres están fuera de casa la mayor parte del día y casi no les ves?		
6	¿Acostumbras ir a comer hamburguesas, pizzas en vez de comida preparada en casa?		
7	¿Vives lejos de tus padres?		
8	¿Tus padres, familiares o personas que te cuidan fuman en tu delante?		

9	¿En tu presencia tus padres o cuidadores, discuten o se agreden verbalmente (gritos insultos)?	
10	¿Estás solo en casa la mayor parte de tiempo?	
11	¿Cuándo te enfermas te dan medicamentos sin haber consultado con un médico?	
12	¿Te sientes asustado o confundido porque ves o escuchas a tus padres o cuidadores pelear, discutir?	
13	¿Cuándo necesitas la ayuda de tu mamá o de la persona más importante para ti, no lo tienes?	
14	¿Cuándo los médicos te dan un tratamiento, lo dejas cuando ya te sientes mejor, aun cuando no haya terminado?	
15	¿Con regularidad puedes ver o escuchar como tus padres o cuidadores se agreden físicamente (golpean)?	
16	¿Tus padres, familiares o cuidadores no te cuidan aun cuando pueden cuidarte?	
17	¿Tus padres o familiares no te cuidan porque están impedidos por enfermedad, alcoholismo u drogadicción?	
18	¿Existen temporadas en la que no ves a tus padres por mucho tiempo?	
19	¿Tus padres te dejan solo?	
20	¿Pasas la mayor parte de tu tiempo libre mirando televisión, jugando play station o en la computadora?	
21	¿El consumo de alcohol, drogas o la enfermedad de tus padres o cuidadores impiden que te cuiden?	
22	¿Tus necesidades de protección y cuidado no son atendidas por tus padres o familiares?	
23	¿Muy pocas veces o nunca tus padres o familiares revisan las tareas que te dejan tus profesores?	

24	¿Cuándo quieres que tus padres o familiares te cuiden, no lo hacen?	
25	¿Actualmente vives sin tus padres?	
26	¿Estás más de una o dos horas diarias mirando televisión, play station o en la computadora?	
27	¿Muy pocas veces o nunca tus padres o familiares revisan las tareas que te dejan tus profesores?	
28	¿Tu papá o mamá se ausentan de casa por largo tiempo (semanas, meses, años)?	
29	¿Regularmente pierdes la asistencia de la figura más importante para ti, por ejemplo de tu mamá?	
30	¿Muchas veces tus padres, familiares o cuidadores no atienden tus necesidades de cuidado?	
31	¿Casi siempre tu casa esta desordenada o tiene poca seguridad (puedes coger fácilmente cuchillos)?	
32	¿Muchas veces has perdido el apoyo de tu mamá o de la persona más importante para ti?	
33	¿Cuándo tus padres o cuidadores pelean (golpes), tú los puedes ver o escuchar?	
34	¿Rara vez estas menos de una hora diaria en la televisión, play station o computadora?	
35	¿Vives actualmente con personas que no son tus familiares directos?	
36	¿Acostumbran tus padres, familiares o cuidadores fumar cuando tu estas presente?	
37	¿Tus padres o familiares te dejan ver televisión, jugar play station o computadora más de una o dos horas diarias?	

XII. REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

Anónimo (s.f). Dinámicas de autoestima.

<https://sites.google.com/site/dinamicasjdq/dinamicas-de-autoestima>

Anónimo (s.f). Dinámicas grupales.

<https://dinamicasgrupales.com.ar/dinamicas/manejo-de-conflictos/dinamica-la-decision/>

Anónimo, (s.f). La importancia del arte de saber escuchar.

<https://cristinabarcelonayasociados.com/2019/07/24/la-importancia-del-arte-del-saberescuchar/>

Belloch, C. (2012). Estilos de comunicación.

<https://www.uv.es/~bellochc/pedagogia/EVA8.wiki?2>

Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado.

<https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927006.pdf>

Bustos, G. (s.f). Juegos para presentarnos en la primera reunión de padres.

<https://www.educacioninicial.com/c/001/907-juegos-primera-reunion-padres/>

Caballo, V (1986) Evaluación de las habilidades sociales. Recuperado de:

https://ocw.unican.es/pluginfile.php/1420/course/section/1836/tema_07.pdf

Consejería de Educación y Ciencia. (2010). Dinámicas de presentación.

https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/2010/10/dinamica_de_presentacion

[1.pdf](#)

Cruz, Y. (2011). Dinámicas grupales UGM.

<http://dinamicasgrupalesugm.blogspot.com/2011/12/el-autorretrato.html>

Dávila, J. y Ramos, R. (2015). *Maltrato pasivo y depresión infantil en Estudiantes del nivel primario de los Colegios públicos del distrito la Victoria, 2015*. Tesis de pre grado. Universidad de Perú. Repositorio USS.

<http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/4294/Davila%20Arenas%20-%20Ramos%20Cuzque.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Dongil, E. (2014) Habilidades sociales.

http://www.bemocion.mscbs.gob.es/gl/comoEncontrarmeMejor/guiasAutoayuda/docs/guia_habilidades_sociales.pdf

Educa y Aprende (2019). Juego educativo para desarrollar el pensamiento positivo.

<https://educayaprende.com/juego-educativo-el-inventor-de-pensamientos/>

Goethe, G. (s.f). *El Trabajo En Equipo y los Sistemas De Gestión*.

https://www.calidadgestion.com.ar/boletin/60_trabajo_en_equipo_y_sistemas_de_gestion.html#:~:text=S eg%C3%BAAn%20el%20reconocido%20especialista%20Jon,y%20con%20responsabilidad%20mutua%20compartida%22

Gutierrez, A. (s.f). Toma de decisiones.

<http://cursos.aiu.edu/Toma%20de%20Decisiones/PDF/Tema%201.pdf>

Glez, M. (s.f). Asertividad definiciones de algunos autores.

https://www.academia.edu/5066326/ASERTIVIDAD_Definiciones_Algunos_autores

IntraMed (2017). El poder del pensamiento positivo.

<https://www.intramed.net/contenidover.asp?contenidoid=49028>

Jalisco, G (2014). Guía para padres de familia Cómo desarrollar habilidades sociales con los hijos.

http://edu.jalisco.gob.mx/educacion-especial/sites/edu.jalisco.gob.mx.educacionespecial/files/guia_habilidadesfinales.pdf

Jalisco, G. (2014). Guía para padres de familia.

http://edu.jalisco.gob.mx/educacion-especial/sites/edu.jalisco.gob.mx/educacion-especial/files/guia_habilidades_finales.pdf

Kelly, J (1992) Entrenamiento en habilidades sociales. Recuperado de:

http://eoepsabi.educa.aragon.es/descargas/H_Recursos/h_1_Psicol_Educacion/h_1.7.Habilidades_sociales/01.Habilidades_sociales.pdf

Mendoza, E. (2014). Importancia De La Práctica De Valores En Los Establecimientos Educativos Para Crear Una Cultura De Paz” (Estudio Realizado En 5 Institutos De Educación Básica Del Casco Urbano, Del Municipio De Santo Tomás La Unión, Suchitepéquez.

<http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/22/Mendoza-Erika.pdf>

Uriarte, J. (s.f). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo.

<https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>

Roca, E. (2014) Habilidades sociales, asertividad y conceptos afines. Recuperado de:

http://www.bemocion.mscbs.gob.es/gl/comoEncontrarmeMejor/guiasAutoayuda/docs/guia_habilidades_sociales.pdf

Anexo 3

CRITERIO DE JUEZ PARA VALIDAR UN PROGRAMA DE APLICACIÓN

Me es grato saludarlo y considerado como juez para evaluar y validar el programa aplicativo, denominado: "Una dosis de habilidades sociales, para formar familias saludables". La evaluación del respectivo programa, será de relevancia para obtener su validez de contenido y que los resultados, a partir de éstos, sean utilizados eficientemente.

Agradezco su aporte.

NOMBRES Y APELLIDOS DEL JUEZ:

___MIGUEL ARMANDO PAZ DELGADO___

FORMACIÓN ACADÉMICA:

___MAGISTER EN PSICOLOGÍA CLÍNICA___

AREAS DE EXPERIENCIA PROFESIONAL:

___DOCENCIA UNIVERSITARIA, PRÁCTICA PARTICULAR___

El presente programa:

Aplica <input checked="" type="checkbox"/>	Modificar <input type="checkbox"/>	No Aplica <input type="checkbox"/>
--	------------------------------------	------------------------------------

Chiclayo 25 de octubre de 2020



44528439

FIRMA Y DNI

CRITERIO DE JUEZ PARA VALIDAR UN PROGRAMA DE APLICACIÓN

Me es grato saludarlo y considerado como juez para evaluar y validar el programa aplicativo, denominado: "Una dosis de habilidades sociales, para formar familias saludables". La evaluación del respectivo programa, será de relevancia para obtener su validez de contenido y que los resultados, a partir de éstos, sean utilizados eficientemente.

Agradezco su aporte.

NOMBRES Y APELLIDOS DEL JUEZ:

Amalita Isabel Maticorena Barreto

FORMACIÓN ACADÉMICA:

Magister en Psicología

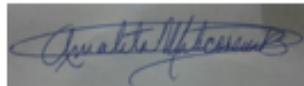
AREAS DE EXPERIENCIA PROFESIONAL:

Psicología Educativa y Sexóloga

El presente programa:

Aplica	Modificar	No Aplica
-------------------	-----------	-----------

Chiclayo, 24 de octubre del 2020



FIRMA Y DNI: 07537447

CRITERIO DE JUEZ PARA VALIDAR UN PROGRAMA DE APLICACIÓN

Me es grato saludarlo y considerado como juez para evaluar y validar el programa aplicativo, denominado: "Una dosis de habilidades sociales, para formar familias saludables". La evaluación del respectivo programa, será de relevancia para obtener su validez de contenido y que los resultados, a partir de éstos, sean utilizados eficientemente.

Agradezco su aporte.

NOMBRES Y APELLIDOS DEL JUEZ:

Paula Elena Delgado Vega

FORMACIÓN ACADÉMICA:

Psicología Educativa

AREAS DE EXPERIENCIA PROFESIONAL:

Docencia Universitaria

El presente programa:

Aplica	Modificar	No Aplica
-------------------	-----------	-----------

Chiclayo, 24 de octubre del 2020


FIRMA Y DNI: 43661974