



**ESCUELA DE POSGRADO**

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Programa de desarrollo personal para mejorar las habilidades sociales en los docentes de la I. E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:  
Maestro(a) en Administración de la Educación**

**AUTORES:**

Br. Mercedes Violeta, HUAMÁN CUNYA  
Br. Ryder, MENDOZA DE LA CRUZ

**ASESOR:**

Mg. Silvia, HUAMÁN MUNARRIZ

**SECCIÓN:**

Administración Educativa

**LÍNEA DE INVESTIGACION**

Gestión de la Calidad Educativa

**PERÚ – 2018**

De manera muy especial dedico a mis padres a mi familia, esposo, hijos por el apoyo incondicional.

**Mercedes**

De manera muy especial mis sincera apreciación y dedicación a mi familia, esposa, hijos por todo el apoyo incondicional ofrecido.

**Ryder**

## **AGRADECIMIENTO**

Nuestros agradecimientos en primer lugar a Dios el padre y su hijo Jesús por la bendición que nos da día a día, a nuestra familia por todo el apoyo incondicional que nos ofreció siempre para ser lo que somos hoy en día.

Asimismo, nos sentimos muy agradecidos por el apoyo que nos brindó nuestros compañeros y director de la Institución Educativa "José Antonio Encinas Franco" – Acoria, Huancavelica. Asimismo, le agradecemos a la asesora Mg. Huamán Munarriz, Silvia, por el dictado de las clases y el constante asesoramiento sobre la investigación.

Sobre todo manifestamos nuestros agradecimientos a nuestra casa superior de estudios la Universidad Cesar Vallejo, a su Escuela de Postgrado por brindarme la oportunidad de prepararme y perfeccionarme en la mención de la maestría que fui capacitada con todo sus profesionales idóneos.

**Los autores.**

## PRESENTACIÓN

Señores jurados con el debido respeto, presento la investigación titulada: —Programa de desarrollo personal para mejorar habilidades sociales en los docentes de la I. E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018II, con el objetivo: Determinar la influencia del Programa de desarrollo personal para mejorar habilidades sociales en los docentes de la I. E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018; a fin de cumplir con lo establecido dentro del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Cesar Vallejo para optar el Grado Académico de Maestro(a), mención Administración de la Educación.

Hoy en día se observa el escaso desarrollo de habilidades sociales en profesionales, que poco o nada les interesa este tema; sin embargo si es de su interés los conocimientos y la obtención de títulos descuidando lo más importante de su desarrollo personal y profesional que es las actitudes, habilidades y destrezas para interrelacionarse con los demás, en este caso con sus colegas, sus estudiantes y padres de familia. Frente a esta problemática se decidió diseñar y ejecutar el programa de desarrollo personal a fin de contribuir en las habilidades sociales de los docentes.

Dicha investigación siguió una serie de pasos metodológicos: Capítulo I Introducción, Capítulo II método, Capítulo III resultados, discusión de resultados, conclusiones sugerencias o recomendaciones y finalmente se presenta las fuentes bibliográficas, según las normas del APA, utilizadas durante todo el proceso, así como las tablas y respectivas figuras y anexos.

Los autores

## ÍNDICE

<b>PÁGINAS PRELIMINARES</b>	<b>1</b>
Página del jurado .....	2
Dedicatoria .....	3
Agradecimiento .....	4
Declaratoria de autenticidad .....	5
Declaratoria de autenticidad .....	6
Presentación .....	7
Índice .....	8
<b>ABSTRACT</b>	<b>13</b>
<b>I. INTRODUCCION</b>	<b>14</b>
1.1. Realidad problemática.....	15
1.2. Trabajos previos.....	17
1.3. Teorías relacionadas al tema .....	25
1.4. Formulación del problema.....	38
1.5. Justificación del estudio .....	39
1.6. Hipótesis .....	41
1.7. Objetivos .....	42
<b>II. MÉTODO</b>	<b>44</b>
2.1. Diseño de investigación .....	45
2.2. Variables, operacionalización.....	46
2.3. Población y muestra.....	46
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad .....	47
2.5. Métodos de análisis de datos .....	49
2.6. Aspectos éticos .....	50
<b>III. RESULTADOS</b>	<b>510</b>
<b>IV. DISCUSIÓN</b>	<b>70</b>
<b>V. CONCLUSIONES</b>	<b>72</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES</b>	<b>74</b>
<b>VIII.REFERENCIAS</b>	<b>79</b>
<b>ANEXOS</b>	<b>79</b>
Referencias	



## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Resultados de las habilidades sociales en el pre test.	12
Tabla 2 Resultados de las habilidades sociales según dimensiones en el pre test.	12
Tabla 3 Resultados de las habilidades sociales en el post test.	12
Tabla 4 Resultados de las habilidades sociales según dimensiones en post test.	12
Tabla 5 Resultados comparativos de las habilidades sociales en el pre y post test.	12
Tabla 6 Resultados del impacto del programa de desarrollo personal en las habilidades sociales.	15
Tabla 7 Estadísticas para la verificación de las hipótesis específicas	16

## ÍNDICE DE GRAFICOS

Gráfico 1 Diagrama de pescado para la relación de las variables y dimensiones.	12
Gráfico 2 Diagrama de resultados de las habilidades sociales en el pre test.	12
Gráfico 3 Diagrama de las habilidades sociales en el pre test.	12
Gráfico 4 Diagrama de resultados de las habilidades sociales en el post test.	12
Gráfico 5 Estadísticas descriptivas en el pre test.	12
Gráfico 6 Estadísticas descriptivas en el post test.	12
Gráfico 7 Diagrama de cajas para determinar la influencia del programa de desarrollo personal en las habilidades sociales.	12
Gráfico 8 Diagrama de la distribución —t para $gl=8$ .	12

## RESUMEN

Esta investigación pretende aplicar un Programa de desarrollo personal para mejorar habilidades sociales en los docentes, cuyo objetivo fue determinar la influencia del Programa de desarrollo personal para mejorar las habilidades sociales en los docentes de la Institución Educativa "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018. Su hipótesis planteada corresponde que, El Programa de desarrollo personal influye significativamente en la mejora de las habilidades sociales de los docentes. Se trabajó con un muestreo censal de nueve docentes que laboran en dicha institución. La investigación emplea el método científico, de tipo experimental, su diseño pre experimental; se empleó la técnica psicométrica y un test de habilidades sociales validado por Goldstein. Seguidamente se recurrió a la prueba estadística paramétrica de la t de Student la cual se ha determinado que el programa de desarrollo personal influye de forma positiva en las habilidades sociales de los docentes de la Institución Educativa José Antonio Encinas Franco – Acoría, 2018.

Palabras clave:

Programa de desarrollo personal y habilidades sociales

## **ABSTRACT**

This research intends to apply a "Personal development program to improve social skills in teachers", whose objective was to determine the influence of the personal development program to improve social skills in teachers of the Educational Institution "José Antonio Encinas Franco" - Acoria , 2018. His hypothesis is that the Personal Development Program has a significant influence on improving the social skills of teachers. We worked with a census sample of nine teachers who work in that institution. The research uses the scientific method, of experimental type, its pre experimental design; The psychometric technique and a social skills test validated by Goldstein were used. Next, the parametric statistical test of the Student "t" was used, which determined that the personal development program has a positive influence on the social skills of the teachers of the Educational Institution "José Antonio Encinas Franco" - Acoría, 2018

Keywords:

Personal development and social skills program

## **I. INTRODUCCION.**

## 1.1. Realidad problemática

En la actualidad la gran mayoría de las personas no se relacionan de forma constructiva con los que le rodean, por ser: permisivos, agresivos, intransigentes, por los chismes, por no saber manifestar sentimientos, dificultada para mantener o conectar una cita entre otros. En definitiva, existen dificultades en las habilidades sociales. Pues estas deficiencias pueden ocasionarles problemas dentro de su institución, sea en el ámbito laboral o clima familiar. Es por ello que, hoy en día el aprendizaje de habilidades sociales es un tema de suma importancia para cualquier ser humano, ya que la mayoría de los problemas de relaciones interpersonales con quienes nos relacionamos tiene que ver con la práctica del mismo, toda vez que nos permite un incremento en nuestro bienestar emocional, físico y sobre todo llevar una calidad de vida adecuada con todos. (Roca, 2014).

Veamos también, que no es un secreto que millones de personas en la sociedad occidental no son felices en su vida social. Y si no son felices en su vida social difícilmente lograrán ser felices en su vida en general. (Fordyce, 1984 ), se basa en estudios experimentales, ha propuesto los siguientes 14 fundamentos: (a) ser mas activo y mantenerse ocupado; (b) pasar mas tiempo en actividades sociales; (c) ser productivo en un trabajo recompensante; (d) organizarse mejor; (e) dejar de preocuparse; (disminuir las expectativas y aspiraciones; desarrollar un pensamiento positivo y optimista; (f) orientarse hacia el presente; (g) conocimiento, aceptación e imagen buenos de uno mismo; (h) desarrollar una personalidad social y extravertida; (i) ser uno mismo; (j) eliminar las tensiones; (k) las relaciones intimas son importantes; y (l) valorar y comprometerse con la felicidad.

Por lo tanto el hablar de habilidades, nos referimos a un conjunto de conductas aprendidas. Son algunos ejemplos: decir que no, hacer una petición, responder a un saludo, manejar un problema con una amiga,

empatizar o ponerte en el lugar de otra persona, hacer preguntas, expresar tristeza, decir cosas agradables y positivas a los demás. Así, la asertividad es un concepto restringido, un área, muy importante desde luego, que se integra dentro del concepto más amplio de habilidades sociales. La conducta asertiva es un aspecto de las habilidades sociales; es el —estiloll con el que interactuamos.

Veamos que las habilidades sociales desde hace mucho tiempo son considerados como un conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas. (Kelly, 1992). Y que hasta la actualidad se observa en diferentes instituciones sobre habilidades sociales para mejorar el clima institucional entre otras.

Sin embargo a pesar de la gran importancia que es practicar las habilidades sociales en nuestro entorno, muchas personas o profesionales no prestan interés o relevancia en aplicarlos en sus vidas, de manera específica los docentes de las instituciones quienes deberían ser ejemplo de impartir actividades de habilidades sociales para garantizar una buena interacción con sus colegas y demás estudiantes, toda vez que en nuestro país se están dando transformaciones en las políticas educativas y cambios estructurales que buscan lograr aprendizajes de calidad. Así, desde el Ministerio de Educación se ha emprendido la reforma de las instituciones educativas para transformar su manejo y generar condiciones que contribuyan a la mejora a nivel de gestión escolarll (MINEDU, 2016, pág. 7)

En un sentido más concreto, podemos ser testigos de que las instituciones educativas en general sobre todo desde la parte directiva y docentes necesitan de un buen desarrollo y práctica de habilidades sociales, por poco compromiso y corresponsabilidad de los actores educativos por emprender el bienestar profesional.

Asimismo, a nivel de la Institución Educativa "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, a pesar de contar con un poca cantidad de ocho docentes y un director, se observa con claridad dificultades en la práctica de habilidades sociales, toda vez que entre ellos mantiene relaciones con enemistad, envidia, chismes, entre otros que hacen ver mala imagen a la misma institución. Motivos por el cual se decidió realizar una investigación aplicada para contribuir en la mejora de las habilidades sociales a través del Programa Desarrollo Personal.

## **1.2. Trabajos previos**

### **Trabajos Internacionales**

Méndez y Najarro, (2016), realizaron un estudio que se relaciona con la variable de estudio actual, que se titula: *"Fortalecimiento del liderazgo como habilidad social para el grupo juvenil de una parroquia de la arquidiócesis de Bucaramanga"* presentado en la Universidad Cooperativa de Colombia. Cuyo objetivo formulado fue Fortalecer el liderazgo como parte de la habilidad social en la interacción de los jóvenes del grupo juvenil de una Parroquia de Bucaramanga. La investigación fue de tipo cualitativa, el método utilizado fue el análisis y síntesis, inducción y deducción, modelación. Asimismo dicho estudio trabajo con 17 jóvenes del sexo masculino y jóvenes del sexo femenino entre 1 a 23 años de edad. La técnica de estudio empleado fue la observación que corresponde a una entrevista como su instrumento. Quienes llegaron a concluir de la siguiente manera:

(a) la familia influye en los pre saberes de los jóvenes, convirtiéndose en el primer sistema que moldea la conducta del objeto de estudio; (b) la estrategia pedagógica de intervención grupal es asertiva para el fortalecimiento del liderazgo como habilidad social, porque está construida de acuerdo a las necesidades del grupo juvenil de una Parroquia de Bucaramanga; (c) se debe continuar con las estrategias para seguir fortaleciendo el liderazgo de los jóvenes del grupo juvenil de una Parroquia de Bucaramanga; y (d) se hace necesario implementar con

los líderes de los grupos juveniles de la Arquidiócesis de Bucaramanga, la estrategia de intervención grupal propuesta para el fortalecimiento del liderazgo en cada uno de los jóvenes.

Oyarzún, Estrada, Pino, & Oyarzún, (2012), realizaron un estudio que se relaciona con la variable de estudio actual titulado: *“Habilidades sociales y Rendimiento académico”*. Una mirada desde el género. La investigación fue desarrollada en la Universidad de Magallanes, Punta Arenas – Chile. El estudio es no experimental transversal correlacional, con una muestra de universitarios (n = 200). Participaron 200 estudiantes (50% mujeres y 50% varones) universitarios de segundo y tercer año de diferentes carreras profesionales. Fueron seleccionados mediante un muestreo estratificado. El diseño no experimental transversal correlacional recogió información sobre las habilidades sociales y el rendimiento académico de los participantes. La edad promedio fue de 21, 45 años. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Habilidades Sociales para Adolescentes (Adaptado de Inderbitzen y Foster, 1992, en Arón y Milicic, 1994): Para medir el rendimiento se utilizaron las notas globales del año anterior. Se expresan en una escala de 1 a 7 donde 4,5 es el punto de aprobación. Donde concluyeron de la siguiente manera:

(a) los resultados revelan que los géneros exhiben perfiles diferentes de asociación entre las variables que indicarían que las habilidades interpersonales positivas se asocian al rendimiento académico particularmente en el caso de las mujeres; y (b) estas evidencias son discutidas en torno al potencial impacto de los roles de género sobre la adaptación académica.

Contini de González, (2012), realizó la investigación titulada: *“Habilidades interpersonales y éxito personal y social”* El objetivo de este trabajo es determinar el grado de correlación entre las habilidades sociales y el éxito personal, el cual parece estar más vinculado con las habilidades interpersonales, que con las habilidades cognitivas expresadas en medidas sintéticas de coeficiente intelectual (CI); constituyen una de las mayores fuentes de autoestima y bienestar

personal. Se deslindan los conceptos de inteligencia social, habilidades sociales, competencia social, asertividad y comportamiento adaptativo. La autora concluye que:

Las HHSS operan como un recurso salugénico en la adolescencia temprana en el marco de la Psicología Positiva.

Lacunza (2010), realizó la investigación titulada: *“Las habilidades sociales en niños preescolares en contextos de pobreza”*. Cuyo objetivo fue describir una serie de habilidades sociales en 318 niños de 3 a 5 años de S.M. de Tucumán (Argentina) en situación de pobreza. Se aplicó una Escala de Habilidades Sociales a los padres y una encuesta sociodemográfica, considerándose el nivel socioeconómico. Los resultados no identificaron diferencias estadísticas significativas según los niveles de pobreza y el sexo de los niños. Posteriormente se analizó la cualidad de las habilidades sociales. Los resultados a los que arribó la autora fue:

Que a pesar del contexto de pobreza, los niños participantes mostraron una serie de habilidades sociales positivas, por lo que se las considera un recurso de salud.

Cohem, Chein, Lacunza, Valeria, & Martinenghi, (2012), realizaron la investigación titulada: *“Habilidades sociales y contexto sociocultural, un estudio con adolescentes”* Argentina. Cuyo objetivo fue describir las habilidades sociales en adolescentes. Trabajaron con una muestra de 194 adolescentes de 11 y 12 años escolarizados de contextos de pobreza. Aplicaron una encuesta sociodemográfica elaborada por el equipo de investigación. Quienes concluyeron que:

Respecto de las características de la familia, sólo se encuentra una relación negativa entre números de hermanos y la escala de Liderazgo. No se registran diferencias con respecto a las otras características del grupo familiar.

## Trabajos Nacionales

Arellano, (2012), realizó la investigación titulada: *“Efectos de un programa de intervención psicoeducativa para la optimización de las habilidades sociales de alumnos de 1er. Grado de Educación secundaria del C.E. Diocesano “El Buen pastor”*. Cuyo objetivo fue determinar los Efectos de un programa de intervención psicoeducativa para la optimización de las habilidades sociales de alumnos de 1er. Grado de Educación secundaria. Corresponde al diseño cuasi experimental; se trabajó con una población de 225 alumnos. Llegó a las siguientes conclusiones:

(a) los sujetos del grupo experimental mejoraron sus habilidades de interacción social y adicionalmente incrementaron su motivación y rendimiento académico, presumiendo que podría ser un efecto colateral del programa de intervención psicoeducativa; y (b) en las mujeres hubo un mayor incremento en las habilidades sociales con respecto a los varones.

Velazquez, (2013), publicaron en la revista del Instituto de investigaciones psicológicas de la UNMSM, la investigación titulada: *—Habilidades sociales y filosofía de vida en alumnos de secundaria – Lima—*, Cuyo objetivo fue: identificar los efectos de las Habilidades sociales y filosofía de vida en alumnos de secundaria. Como resultados demostraron que:

(a) existe una relación baja y positiva entre las variables, donde los pre adolescentes presentan un mejor manejo de las habilidades para hacer peticiones oportunas que los adolescentes. Igualmente su comportamiento se orienta por el amor mientras que los adolescentes por el poder, y (b) en cuanto al lugar donde viven los alumnos sólo el Factor FV1 muestra diferencias, donde lo predominante en el Cono Centro de la capital es el poder, en comparación con los otros sectores.

Molocho, (2013), desarrollo la investigación: Influencia del clima laboral en la gestión institucional de la sede administrativa UGEL N° 01-

Lima Sur - Perú. Cuyo objetivo fue determinar la influencia del clima laboral en la gestión institucional de la sede administrativa UGEL N° 01. El tipo de estudio fue descriptivo- explicativo , diseño correlacional; el muestreo no probabilístico se eligió una muestra de 07 integrantes del órgano de dirección, 19 del órgano de línea, 02 del órgano de asesoría, 24 órganos de apoyo y 04 del órgano de control. Donde concluyó que:

El clima laboral influye en la gestión de La sede administrativa de la Unidad de gestión local N° 01. Significa que es importante considerar un buen clima para dar resultados óptimos en la gestión administrativa.

Pecho (2015), desarrolló la investigación titulada: *“Habilidades sociales, autoestima y percepción de autoritarismo en niños y adolescentes de condición socio económica baja”*. Cuyo objetivo fue describir las habilidades sociales, autoestima y percepción de autoritarismo en niños y adolescentes de condición socio económico baja. Como muestreo fue no probabilístico intencional: 96 niños y 69 adolescentes. El método fue el descriptivo – comparativo. Se concluye:

(a) Los adolescentes tienen mayores habilidades sociales que los niños; (b) los niños tienen mayor nivel de autoestima que los adolescentes; (c) existe relación significativa entre los componentes —relación con padresll y —agresividadll de la autoestima y habilidades respectivamente; y (d) no existen correlaciones significativas entre habilidades sociales y autoritarismo paterno.

Gonzalez & Huaman, (2016), realizaron la investigación titulada: *Influencia del programa “Habilidades Socioemocionales” para mejorar el clima laboral en los docentes de la institución educativa N° 30175 huamanmarca – chilca 2016*. La investigación se ejecutó con el propósito de mejorar el clima laboral basado en talleres sobre habilidades socioemocionales, se planteó el objetivo: Determinar la influencia del programa —habilidades socioemocionalesll en la mejora del clima laboral de los docentes de la Institución Educativa N° 30175 Huamanmarca – Chilca, 2016, su hipótesis: El programa —habilidades socioemocionalesll

influiría positivamente en la mejora del clima laboral en los docentes de la Institución Educativa N° 30175 Huamanmarca – Chilca, 2016. Se utilizó el método científico, tipo de investigación experimental, diseño pre experimental; con una población y muestra de 12 docentes, elegido con el muestreo no probabilístico por conveniencia; la técnica fue la encuesta, el instrumento dos cuestionarios sobre habilidades socioemocionales y clima laboral, dichos instrumentos recibieron la validez y confiabilidad a través de juicio de expertos con la prueba de V de Ayken y KR.20 de Richardson, los resultados fueron procesados con el programa estadístico SPSS 21, Word y Excel 2010.

Se concluyó que el programa —habilidades socioemocionalesII influye significativamente en la mejora del clima laboral en los docentes de la Institución Educativa N° 30175 Huamanmarca.

### **Trabajos locales**

Cencia, (2014), realizó la investigación titulada: *“Módulo de afianzamiento de habilidades sociales y su influencia en la actitud de adolescentes frente al consumo de alcohol del 4to. Año del Colegio La Victoria de Ayacucho 2002II*. La investigación se realizó en estudiantes del 4to. Año de nivel secundario del Colegio —La Victoria de Ayacucholl de Huancavelica, fue de tipo explicativo con diseño cuasi experimental con grupo de control no equivalente. El objetivo fue determinar la influencia de la aplicación de un módulo de afianzamiento de habilidades sociales en la actitud de los adolescentes frente al consumo de alcohol. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario de tamizaje a todos los estudiantes del 4to. Año a fin de seleccionar las muestras en dos grupos homogéneos de 72 estudiantes distribuidos en dos aulas y el test de aptitudes y habilidades sociales utilizado para el pre y post test.

La aplicación del módulo de afianzamiento de habilidades sociales influye positivamente en la actitud de los adolescentes frente al consumo de alcohol, fue comprobada a un nivel de confianza de 95%, por lo tanto

existe un alto grado de eficacia del Módulo de afianzamiento de habilidades sociales en la actitud de los estudiantes frente al consumo de alcohol.

Belito, (2016), realizó la investigación titulada: —*Relación entre el nivel de asertividad y el rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad de enfermería de la UNH – 2005.*” El estudio fue realizado en los estudiantes de la Facultad de Enfermería, con una población de 388 estudiantes y una muestra de 151, extraída probabilísticamente con un muestreo de tipo estratificado. La técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento, el cuestionario de Autoinforme de conducta asertiva (ADCA - 1) de Manuel García Pérez y Ángela Magaz Lago, (1991). Los investigadores concluyeron en lo siguiente:

El 54.9% (83) estudiantes se encuentran en un nivel de asertividad bajo, seguido del 25.2% (38) en un nivel medio y el 19.9% (30) en un nivel alto. Con respecto al rendimiento académico el 62% (94) estudiantes evidencian un rendimiento académico regular, el 35.8 (54), un rendimiento académico bajo y el 1.9 (3) un rendimiento académico alto. En cuanto a la relación entre ambas variables, del 100% (151), el 54.9% (83), se encuentran en nivel de asertividad bajo, de los cuales el 0.6% (1), tiene rendimiento académico alto y el 39.1% (59) rendimiento académico regular y el 15.2% (23) rendimiento académico bajo. El 25.2% (38), nivel de asertividad medio, de los cuales el 1.3% (2) tiene un rendimiento académico alto, el 10.6% (16), regular y el 13.3% (20) bajo. El 19.9% (30) nivel de asertividad alto, de los cuales el 0% (0), evidencia rendimiento académico alto, el 12.6% (19) regular y el 7.3% (11), bajo. No existe relación significativa positiva entre el nivel de asertividad y el rendimiento académico en los estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de Huancavelica – 2005. El nivel de asertividad predominante en la Facultad de Enfermería es bajo con un rendimiento académico regular con tendencia a bajo.

De la Cruz & Valdivia, (2012), realizaron la investigación titulada: *—Nivel de desarrollo de las habilidades sociales de los alumnos del 4to grado de secundaria de las instituciones educativas San Martín de Porres – Yauli y Ramón Castilla Marquesado – Huancavelica—*. La investigación se realizó en dos instituciones educativas de la provincia de Huancavelica: San Martín de Porres – Yauli y Ramón Castilla Marquesado – Huancavelica, con un diseño descriptivo – comparativo, con una muestra de 30 estudiantes distribuidos en dos grupos correspondiente a cada una de las instituciones, (13 y 17 estudiantes respectivamente).

Se trabajó con un sistema de hipótesis, concluyéndose, según la prueba de hipótesis, que: No existe diferencia significativa entre el nivel de desarrollo de las habilidades sociales de los alumnos del 4to grado de secundaria de las IE San Martín de Porres – Yauli y la I. E. Ramón Castilla Marquesado – Huancavelica, ya que la diferencia hallada es de  $1,303 < 5\%$  a un nivel de confianza del 95%. El nivel de desarrollo de las habilidades sociales que muestran los alumnos del 4to. Grado de secundaria de la I.E. San Martín de Porres – Yauli, se encuentra: en un nivel bajo, en un 3,3% (1 caso), en el nivel medio un 26.7% (8) y en el nivel alto 13% (4 casos), de un total de 13 alumnos. Y en la I. E. Ramón Castilla Marquesado – Huancavelica, se ubican en el nivel bajo en un 3.3% (1 caso), en nivel medio 36% (11 casos) y en el nivel alto, un 16.7% (5 casos), de un total de 17 casos.

(Huamán, 2010), realizó la investigación titulada: *—Las habilidades sociales de los estudiantes del II y X Ciclo de la EAP de Educación Primaria de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de Huancavelica – 2009II*. El problema motivo de investigación fue: *¿Existe diferencia significativa en las habilidades sociales de los estudiantes del II y X ciclo de la EAP de Educación Primaria de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de Huancavelica?*, el objetivo fue: Reconocer

e identificar las diferencias significativas en cuanto a las habilidades sociales en estudiantes del II y X ciclo de la EAP de Educación Primaria de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de Huancavelica 2009. El tipo de investigación básica, diseño descriptivo comparativo. El instrumento utilizado fue el Test de habilidades sociales de Golstein, la población asciende a la cifra de 156 estudiantes de la EAP de Educación Primaria de la cual se extrajo una muestra de 81 estudiantes, distribuidos en el II y X ciclo de ambos sexos. En la investigación se concluye:

Que no existe diferencia significativa en el nivel de habilidades sociales de los estudiantes del II y X ciclo, rechazándose la hipótesis alterna y aceptándose la hipótesis nula a un nivel de confianza del 95% y error del 5%.

### **1.3. Teorías relacionadas al tema**

#### **Programa de desarrollo personal**

##### **Definición programa**

En el ámbito de la enseñanza, Morrill (1990) citado por (Huaman & Gonzalez, 2016), expresa que el programa, es una experiencia de aprendizaje planificada, estructurada, y diseñada para satisfacer las necesidades de los estudiantes.

Desde un enfoque más centrado en la orientación, para Rodríguez (1999) citado por (Huaman & Gonzalez, 2016), un programa es un instrumento rector de principios que contiene en su estructura elementos significativos que orientan la concepción del hombre que queremos formar. Desde el punto de vista de la orientación, los programas son acciones sistemáticas, cuidadosamente planificadas orientadas a unas metas, como respuesta a las necesidades de los estudiantes.

Seguidamente hay que llevar a cabo una intervención cognitivo emocional con el fin de eliminar el problema que subyace a las

limitaciones de interacción social que presente la persona. Por ejemplo, determinadas ideas irracionales, como —debo agradar a todo el mundo, o atribuciones inadecuadas como —no tengo suerte o la gente es mala, o problemas de baja autoestima como —soy inferior, lo que yo opino no importa, o exceso de empatía como —no defenderse por miedo a que el otro se sienta mal, aprendizajes tempranos inadecuados como —haber sido castigado alguna vez por haber sido asertivo o haber tenido modelos familiares inhibidos o sumisos, etc. II, distorsiones cognitivas como —es mejor quedarse callado que cometer un error o prefiero no caer mal a nadie o no tener problemas, etc. II (Dongil & Cano, 2014)

Finalmente una vez se hayan trabajado todos sus sesgos cognitivos y emocionales se iniciará un entrenamiento en técnicas específicas. Debe tenerse en cuenta también que ninguna técnica es infalible, ni siempre resultan útiles con todas las personas y en todos los contextos. (Dongil & Cano, 2014)

### **Desarrollo personal**

En un estudio realizado, se conceptualiza el desarrollo personal de la siguiente manera:

El desarrollo personal es un concepto que se refiere a la actualización de todas las potencialidades afectivas e intelectuales de una persona, así como al desarrollo de sus talentos específicos. Es un concepto integrador, que supone el conocimiento de la persona acerca de sí misma y de su unicidad, el planteamiento de metas personales, el reconocimiento de los propios talentos y la formulación de objetivos coherentes con su sistema de valores. En este sentido, el desarrollo personal está íntimamente ligado al concepto de formación afectiva y valórica y al de inteligencia emocional. (Arón & Milicic, 2004, pág. 17). A este concepto se le puede agregar, que se encuentra marcado por la cultura, clase social, género, etapa de vida, condición socioeconómica, entre otras variables importantes.

Se desprende de lo anterior, que el desarrollo personal se divide en varias áreas, tales como: **Socio-afectiva, cognoscitiva y psicomotora.** (Campos, y otros, 2002)

**En el área socio-afectiva:** se circunscribe la dimensión vocacional que, a su vez, incluye los intereses, aptitudes, valores, toma de decisiones, elección vocacional, proyecto de vida y metas. En el ámbito emocional, se toman en cuenta la identidad, autoconcepto, autoimagen, autonomía, autoestima, iniciativa, creatividad y flexibilidad. En la parte social, las habilidades para la comunicación interpersonal, solidaridad, cooperación, respeto, tolerancia, organización y participación. Por último en el aspecto ético-espiritual; los valores personales, morales, laborales, familiares y espirituales,

En síntesis, el desarrollo personal, es un proceso de construcción continuo que toda persona experimenta, en el cual la identidad genérica, juega un papel importante para la conformación personal, ya que afecta todas las áreas de vida. El desarrollo personal está, igualmente muy relacionado, con fuerzas constructivas internas poseídas por cada persona de ahí que encierra el crecimiento emocional y social. Para enriquecerse, requiere, especialmente, de la habilidad de la comunicación.

Podemos definir el desarrollo personal como un proceso mediante el cual las personas intentamos llegar a acrecentar todas nuestras potencialidades o fortalezas y alcanzar nuestros objetivos, deseos, inquietudes, anhelos, etc., movidos por un interés de superación, así como por la necesidad de dar un sentido a la vida. (Dongil & Cano, 2014). Conseguir desarrollarnos plenamente en todos y cada uno de los aspectos de la vida (familiar, social, laboral, íntimo, personal, etc.) es muy difícil y poco probable que lo alcancemos. Por ejemplo, probablemente a la mayoría de las personas nos gustaría ser más atractivos o más inteligentes, hablar varios idiomas, tocar con maestría varios

instrumentos, viajar más a menudo, conocer todo el mundo, tener más éxito, alcanzar más objetivos, cometer menos errores, no enfermarse nunca, ser más correspondidos, etc.

Un desarrollo personal sano lleva implícito la necesidad de realizar actividades relevantes en las áreas más importantes de la vida, tener objetivos, ilusionarse por ellos, conseguir metas y saber valorar todo el proceso. El ser humano necesita un cierto grado de actividad para sentirse bien, pues cuando le falta actividad laboral, social, física o en otras áreas de la vida, tiende a entristecer o incluso a deprimirse. Cuando estamos estresados por exceso de actividad, pensamos que la felicidad consistiría en no hacer nada, pero nos equivocamos. Algunas personas que no tienen obligaciones, con frecuencia buscan la felicidad en temas banales como el consumo u otras acciones que proporcionan satisfacción inmediata, lo que tiene un costo alto y corta duración. (Dongil & Cano, 2014).

### **Estructura del programa de desarrollo personal**

El programa ha tomado en cuenta la secuencia metodológica de Carrió (1991) citado por (Huaman & Gonzalez, 2016):

Presentación: sección para presentar el contenido en general del programa.

Objetivos: es el propósito que busca el programa.

Contenidos: sección para establecer las actividades de acuerdo a los objetivos de acuerdo al tema.

Secuencia metodológica: son las estrategias constantes que toma en cuenta el desarrollo del programa.

Sesiones estratégicas: consiste en cumplir tres procesos (orientaciones, desarrollo de la sesión y cierre de la sesión)

Evaluación: se realiza una evaluación para ver la efectividad del programa.

(Dongil & Cano, 2014), ambos autores manifiestan que todo programa de entrenamiento de desarrollo personal o habilidades sociales incluye primero una evaluación exhaustiva e individualizada de cada uno de los participantes que permita conocer con exactitud sus dificultades, así como las capacidades concretas que necesitará desarrollar. Y es lo que se realizó con los docentes de la institución educativa que fue intervenido.

### **Teorías de desarrollo personal**

Corriente psicoanalítico: Por todos los autores es admitido que el concepto de sí mismo queda contenido en la expresión —das ichll de la Teoría psicoanalítica de FREUD, considerándose a dicha teoría como fuente del conocimiento de sí mismo. Como señala (L'euyer, 1975), la teoría psicoanalítica se centra más en los procesos inconscientes y en el análisis de Ello, Ego y el Superego, quedando poco lugar para un elemento como el concepto de sí mismo, entidad dependiente del ámbito de la conciencia.

Desde el origen del psicoanálisis se ha evolucionado reconsiderando los procesos conscientes y los procesos activos de la personalidad, para retomar el concepto de sí mismo, olvidado en muchas ocasiones. Para ello se ha progresado desde una corriente neofreudiana (Erikson, Fromm, Addler y otros) a la llegada de una corriente psicoanalítica y psiquiátrica inspirada en las Teoría Sociales (Homey, Sulliv An). Se constata que la organización de la Teoría Psicoanalítica descansa sobre tres instancias psíquicas que constituyen la base de la organización de la personalidad: el ello, el yo y el superyo (id, ego, superego). Para Freud, el ego es el que está regido por el principio de realidad y el mediador entre el id y el superego, busca siempre un equilibrio, implica una dimensión perceptual, incluye el sentido de la percepción de sí mismo. (L'euyer, 1975)

Enfoque social: En este enfoque a lo que se le da mayor importancia en el proceso de construcción de la imagen o concepto de sí mismo es al medio, así como al papel de la comunicación inte/personal, a la reacción de las personas significativas o personas criterio y al aprendizaje de los papeles o roles sociales. El enfoque subraya la importancia de los distintos papeles impuestos por la sociedad y por nosotros mismos en la configuración del sí mismo. Dentro d este enfoque consideramos al modelo de C. (Gordon, 1968), —*las configuraciones del sí mismoll* Para Gordon el concepto de sí mismo es un sistema organizado de una multitud de elementos (percepciones o concepciones) en constante interacción recíproca. Este autor habla de «estructuras de significacionesll, es decir, de organizaciones jerárquicas de los distintos elementos del concepto de sí mismo, los cuales se pueden modificar a través del tiempo, destacando la importancia del carácter multidimensional del sí mismo. Para él los elementos del sí mismo se forman desde la infancia a través del proceso de socialización y particularmente vía personas significativas. Su modelo se divide en ocho apartados principales y éstos a su vez en un número variable de elementos que él denomina —categoríasll:

Seguidamente el Modelo de (Rodríguez, 1972): —*El yo y el prójimoll*. Rodriguea Tomé, para la elaboración de su modelo se basa principalmente en dos fuentes; la corriente norteamericana, que subraya la importancia del papel de la Sociedad en la formación del individuo y la corriente europea, que enfatiza en los procesos ontogenéticos dela formación del sí mismo, acusando esta última una influencia más individualista. Este autor pretendía elaborar una teoría del desarrollo de la identidad personal a través del proceso de diferenciación yo-otro, adoptando una postura intermedia entre el enfoque social y el individualista. Para él, el concepto de sí mismo no se puede disociar de la representación del prójimo, es decir, de la manera según la cual los otros perciben al individuo en cuestión, estableciéndose esta interdependencia mediante la comunicación bien gestual o verbal y realizándose en el medio donde la persona se desenvuelve a través de los papeles o roles

desempeñados por esta persona en la sociedad. Así dirá Tomé que se va moldeando el concepto de sí mismo de la persona en vías de formación.

Asimismo para explicar cómo el prójimo influye en la manera según la cual la persona se percibe, Rodríguez Tomé señala dos tipos de representación: La «imagen propia», percepción de sí mismo, referido a sus rasgos de personalidad, de carácter, gustos, aptitudes ...a través de un cuestionario ¿quién soy yo para mí mismo? y la «imagen social», la persona según los demás (el prójimo), es decir, como se percibe la persona en procedencia del prójimo, ¿quién soy yo para el prójimo, para los demás?, esta imagen social a su vez se dividirá en subimágenes sociales, la imagen social según el impuesto criterio del padre.

## **Habilidades sociales**

### **Definición**

Las habilidades sociales se pueden definir como un conjunto de capacidades y destrezas interpersonales que nos permiten relacionarnos con otras personas de forma adecuada, siendo capaces de expresar nuestros sentimientos, opiniones, deseos o necesidades en diferentes contextos o situaciones, sin experimentar tensión, ansiedad u otras emociones negativas. (Dongil & Cano, 2014)

Tal como plantea (Fernández, 1994), existe acuerdo entre los autores con respecto a la dificultad, e incluso imposibilidad de dar una definición de las habilidades sociales es abundante; en la literatura especializada suele encontrarse términos tales como habilidades de interacción social, habilidades para la interacción, habilidades interpersonales, habilidades de relación interpersonal, destrezas sociales, intercambios sociales, conductas de intercambio social, entre otros. (Iruarrizaga, Gomez, Criado, Zuazo, & Sastre, 1999), consideran que la dificultad en establecer una definición radica en la conexión de ésta con el contexto. Igualmente, debe pensarse en los recursos cognitivos con que

cuenta el sujeto y que van a incidir en la expresión de sus habilidades sociales.

(Caballo, 1993), resume que los problemas para definir una habilidad social son básicamente de tres tipos. El primero, remite a la cantidad de investigaciones y publicaciones en las que se han empleado términos diversos para referirse a un mismo concepto; sobre todo el uso del término —conducta asertiva, reemplazado a mediados de los años setenta por el término —habilidades sociales. En segundo lugar, la dependencia de los comportamientos sociales al contexto cambiante (Meichenbaum, Butler, & Gruson, 1981). Aquí es relevante el marco cultural, las particularidades dentro de una misma cultura (subculturas), el nivel social, educativo y económico, que junto a las diferencias individuales (capacidades cognitivas, afectividad, sistema de valores, entre otros) imposibilitan establecer un criterio único de lo que se considera una habilidad social. De este modo, dos personas pueden comportarse de un modo diferente en una misma situación social, tener respuestas dispares ante una misma circunstancia y considerarse que sus comportamientos sociales son igualmente efectivos. Y en tercer lugar, las revisiones sobre la temática indican que las definiciones sobre habilidades sociales se han centrado más en las descripciones de las conductas que dan cuenta de esas capacidades o en las consecuencias que tiene la ejecución de dichos comportamientos.

Según (Caballo, Manual de Evaluación y entrenamiento de las habilidades Sociales, 2005), las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten al individuo desarrollarse en un contexto individual o interpersonal expresando sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación. Generalmente, posibilitan la resolución de problemas inmediatos y la disminución de problemas futuros en la medida que el individuo respeta las conductas de los otros.

De este concepto se desprenden cuatro características centrales de las habilidades: a) su carácter aprendido, b) la complementariedad e

interdependencia de otro sujeto, c) la especificidad situacional y d) la eficacia del comportamiento interpersonal. Por su parte, (Kelly J. , 2002), define a las habilidades sociales como un conjunto de conductas aprendidas, que emplean los individuos en las situaciones interpersonales para obtener o mantener el reforzamiento de su ambiente. Según este autor, esta definición presenta tres aspectos fundamentales: a) el hecho de que un comportamiento es socialmente hábil en la medida que implique consecuencias reforzantes del ambiente, b) tener en cuenta las situaciones interpersonales en las que se expresan las habilidades sociales y c) la posibilidad de describir las habilidades sociales de modo objetivo. De este modo, (Kelly J. , 2002), sostiene que las habilidades sociales son medios que tiene un sujeto para alcanzar sus objetivos.

### **Características de las habilidades sociales**

Considerando estas apreciaciones, (Fernández, 1994), ha señalado algunas características que presentan las habilidades sociales:

***Heterogeneidad***, ya que el constructo habilidades sociales incluye una diversidad de comportamientos en distintas etapas evolutivas, en diversos niveles de funcionamientos y en todos los contextos en los que puede tener lugar la actividad humana.

***Naturaleza interactiva del comportamiento social***, al tratarse de una conducta interdependiente ajustada a los comportamientos de los interlocutores en un contexto determinado. El comportamiento social aparece en una secuencia establecida y se realiza de un modo integrado.

***Especificidad situacional del comportamiento social***, por lo que resulta imprescindible la consideración de los contextos socioculturales.

## **Como enseñan y se desarrollan las habilidades sociales**

Las habilidades sociales se aprenden, al igual que otras conductas, a través de los siguientes mecanismos:

Dichos mecanismos serán mencionados por (Peñafiel & Serrano, 2009, pág. 47)

**Aprendizaje por experiencia directa:** las conductas interpersonales están en función de las consecuencias de cada comportamiento social. Si cuando un niño sonríe a su madre, ella le gratifica, esta conducta tenderá a repetirse y entrará con el tiempo a formar parte del repertorio de conductas del niño. Si la madre ignora la conducta, esta se extinguirá y si, por el contrario, la madre le castiga (por ejemplo, le riñe), la conducta tenderá a extinguirse pudiendo aparecer, además, respuestas de ansiedad condicionada que probablemente interferirán con el aprendizaje de otras nuevas conductas. (Peñafiel & Serrano, 2009)

**Aprendizaje por observación:** el niño y la niña aprenden conductas de relación como resultado de la exposición ante modelos significativos. Por ejemplo, si una niña observa en clase que la profesora felicita a su compañera por terminar la tarea, esta tratará de repetir la conducta. Los modelos a los que el niño y la niña se ven expuestos a lo largo de su desarrollo son muy variados y entre ellos están hermanos, primos, vecinos, amigos, padres, profesores y adultos en general. También es importante tener en cuenta la gran influencia de los modelos simbólicos, como, principalmente, la televisión. (Peñafiel & Serrano, 2009)

**Aprendizaje verbal o instruccional:** niñas y niños aprenden a través de lo que se les dice, mediante el lenguaje oral, con preguntas, instrucciones, incitaciones, explicaciones o sugerencias verbales. Es una forma no directa de aprendizaje. En el ámbito familiar, esta instrucción es informal, pero en el ámbito escolar suele ser sistemática y directa. Por ejemplo, una situación de aprendizaje verbal se da cuando los padres le

dicen a su hijo que debe pedir las cosas por favor y, después, dar las gracias. (Peñañiel & Serrano, 2009)

Aprendizaje por retroalimentación interpersonal: consiste en la información por medio de la cual la persona con la que se interactúa comunica su reacción ante nuestra conducta. Esto ayuda a la corrección del mismo sin necesidad de ensayos. Si un niño está pegando a otro y el educador pone cara de enfado, seguramente el niño cesará de hacer eso. Así, la retroalimentación puede entenderse como refuerzo social (o su ausencia) administrado por la otra persona durante la interacción.

Las habilidades sociales van a ir adquiriéndose a lo largo del proceso de socialización del niño/a. Este comienza en primer lugar en la familia, donde se inicia el proceso para la formación de habilidades sociales, y continúa en la escuela, que enfatiza y ayuda a desarrollar habilidades más complejas y específicas. Simultáneamente a la escuela, las relaciones con el grupo de amigos se irán desarrollando, lo que reforzará este tipo de aprendizaje.

## **Historia de las habilidades sociales**

La historia de la conceptualización del término —habilidades sociales— tuvo mayor difusión a mediados de los años 70; Sin embargo, hasta la actualidad se sigue investigando y re direccionando el concepto y las conductas que involucran a este término. A (Salter, 2002), se le atribuyen los primeros conceptos sobre habilidades sociales, haciendo uso de este término en su libro *Condition Reflex Therapy* (1949), donde describe seis técnicas que promueven y aumentan el nivel de expresividad de las personas.

Las seis técnicas anteriormente mencionadas reflejan que, para (Salter, 2002), la modificación de conducta se basa principalmente en el

trabajo de las emociones, estas expresadas en todas las dimensiones que el ser humanos puede lograr expresar, tales como gestuales y verbales.

En su cita Salter menciona a Wolpe, (1958), quien utiliza por primera vez la terminología —conducta asertiva, la cual posteriormente sería reemplazada por el término —habilidades sociales. También definió la conducta asertiva no sólo como una conducta agresiva sino como la expresión de todo tipo de sentimientos de amistad, cariño y otros distintos de ansiedad.

Estos fueron los comienzos de la investigación en habilidades sociales dentro del campo de terapias de conducta.

Como señala (Gismero, 2000), los orígenes históricos del estudio de las habilidades sociales se remontan a los años 30. En esta época, según (Phillips, 1985), varios autores (especialmente en el ámbito de la psicología social) estudiaban la conducta social en niños bajo distintos aspectos, que actualmente podríamos considerar dentro de las habilidades sociales. Por ejemplo, nos encontramos con (Williams, 1935), estudiando el desarrollo social de los niños, que hoy día podríamos englobar dentro del término de asertividad (buscar aprobación, ser simpático, responsable, etc.).

Según (Salter, 2002) menciona que los estudiosos insertan el término —habilidad social a partir de los años 60 y 70 se empieza utilizar las diferentes denominaciones como libertad emocional, (Lazarus: 1971), Eficacia personal (Lieberman y otros: 1975), Structers learning therapy (Goldstein: 1976) Social skills training (Tower y otros: 1976). Paralelamente, crece el interés por los aprendizajes sociales, surgiendo la teoría del aprendizaje social. Según el enfoque de Bandura, proponiendo la regulación del comportamiento humano a partir de los estímulos externos que recibe el niño a lo largo de su desarrollo.

## **Dimensiones de medición de las habilidades sociales**

Peñañiel y Serrano, (s/f), las dimensiones están basadas de acuerdo al sustento de Goldstein y otro (1980), las habilidades sociales, según su tipología son. (p.45).

**Dimensión primeras habilidades sociales**, son ocho aspectos importantes donde se considera: (a) escuchar; (b) iniciar una conversación; (c) mantener una conversación; (d) formular una pregunta; (e) dar las gracias; (f) presentarse; (g) presentar a otras personas; y (h) hacer un cumplido.

**Dimensión habilidades sociales avanzadas**, son seis aspectos a trabajar: (a) pedir ayuda; (b) participar; (c) dar instrucciones; (d) seguir instrucciones; (e) disculparse; y (f) convencer a los demás

**Dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos**, conformado por ocho habilidades: (a) conocer los propios sentimientos; (b) expresar los sentimientos; (c) comprender los sentimientos de los demás; (d) enfrentarse con el enfado de otro; (e) expresar afecto; (f) resolver el miedo; y (g) autorrecompensarse.

**Dimensión habilidades alternativas a la agresión**, está conformado por nueve habilidades: (a) pedir permiso; (b) compartir algo; (c) ayudar a los demás; (d) negociar; (e) empezar el autocontrol; (f) defender los propios derechos; (g) responder a las bromas; (h) evitar los problemas con los demás; e (i) no entrar en peleas.

**Dimensión habilidades para hacer frente al estrés**, está conformada por doce habilidades a desarrollar: (a) formular una queja; (b) responder a una queja; (c) demostrar deportividad después de un juego; (d) resolver la vergüenza; (e) arreglárselas cuando le dejan de lado; (f) defender a un amigo; (g) responder a la persuasión; (h) responder al fracaso; (i) enfrentarse a los mensajes contradictorios; (j) responder a una acusación;

(k) prepararse para una conversación difícil; y (l) hacer frente a las presiones del grupo.

**Dimensión habilidades de planificación**, está conformada por ocho habilidades de trabajo: (a) tomar iniciativas; (b) discernir sobre la causa de un problema; (c) establecer un objetivo; (d) determinar las propias habilidades; (e) recoger información; (f) resolver los problemas según su importancia; (g) tomar una decisión; y (h) concentrarse en una tarea.

#### **1.4. Formulación del problema**

##### **Problema general**

¿Cómo influye el Programa de desarrollo personal en la mejora de las habilidades sociales en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018?

##### **Problema específico 1.**

¿Cómo influye el Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión primeras habilidades sociales en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018?

##### **Problema específico 2.**

¿Cómo influye el Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión habilidades sociales avanzadas en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018?

##### **Problema específico 3.**

¿Cómo influye el Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018?

#### **Problema específico 4.**

¿Cómo influye el Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión las habilidades alternativas a la agresión con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" – Acoria, 2018?

#### **Problema específico 5.**

¿Cómo influye el Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión las habilidades para hacer frente al estrés con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" – Acoria, 2018?

#### **Problema específico 6.**

¿Cómo influye el Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión las habilidades de planificación con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018?

### **1.5. Justificación del estudio**

La investigación se justifica en varios ámbitos importantes:

En el aspecto teórico, el desarrollo personal es clave para alcanzar el éxito en cualquier ámbito de nuestras vidas en general, que nos permitirá a la vez desarrollar las habilidades sociales para relacionarnos con los demás de manera fácil y práctico, son consideradas como estrategias que el ser humano debe desarrollar. Según Beland (2014) —Son las destrezas necesarias para producir una conducta que satisfaga los objetivos de una determinada tarea. En este caso es un enfoque socio afectivo que permitirá al trabajador o servidor practicar nuevas

estrategias de afrontar problemas estableciendo soluciones: (a) el aspecto afectivo: permite la obtención de consecuencias gratificantes y facilitan el mantenimiento de relaciones sociales satisfactorias; y (b) el aspecto instrumental: facilita el éxito en las tareas acometidas y son fuente de poder en los más diversos ámbitos (laboral, social o afectivo), teniendo mayor valor predictivo sobre el éxito que la brillantez laboral u otras capacidades habitualmente más consideradas. (Beland, 2014)

En el aspecto social la investigación se justifica ya que en la actualidad observamos dificultades de sociabilidad y de relaciones interpersonales con los demás, sobre todo las conductas y comportamientos inadecuados de acuerdo a su nivel profesional, puesto que estamos en una época en que la sociedad está cada vez más violenta y con problemas sociales; partiendo de este punto se producen cambios en varios aspectos, debido a ello consideramos que se debe propiciar ambientes agradables y positivos, basado en las relaciones de confianza y respeto, autocontrol previniendo así que diversos factores del desarrollo o entorno sociocultural afecten negativamente; teniendo en cuenta las necesidades, inquietudes y deseos de los estudiantes, para así formar seres integrales, con sentido común y de ayuda mutua. Es por ello que esta propuesta de investigación es pertinente porque desarrolla habilidades de relación consigo mismo y con los demás entre los trabajadores para su desarrollo y el crecimiento personal.

En el aspecto metodológico, la investigación fomentó los talleres interactivos, prácticos y aplicativos que garantizaron el desarrollo personal en temas de habilidades sociales que les permitieron comunicarse, elevar su autoestima, empatía y cortesía y sobre todo mantener un buen clima laboral. Es decir garantizar personas que resuelven sus propios problemas y se renuevan a sí mismos a través de estrategias lúdicas diseñadas de acuerdo a las necesidades.

De este modo, la presente investigación ha tomado a la Institución Educativa "José Antonio Encinas Franco" – Acoria, Huancavelica, como escenario de estudio en su sentido humano, donde se desarrolló talleres

desarrollo personal para formar habilidades sociales entre los docentes para mejorar aspectos personales de cada uno de ellos, obteniendo buenos resultados al final del proceso.

## **1.6. Hipótesis**

### **Hipótesis general.**

El Programa de desarrollo personal influye significativamente en la mejora de las habilidades sociales en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018

### **Hipótesis específico 1.**

El Programa de desarrollo personal influye directamente en la mejora de la dimensión primeras habilidades sociales en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018.

### **Hipótesis específico 2.**

El Programa de desarrollo personal influye directamente en la mejora de la dimensión habilidades sociales avanzadas en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018

### **Hipótesis específico 3.**

El Programa de desarrollo personal influye directamente en la mejora de la dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018.

### **Hipótesis específico 4.**

El Programa de desarrollo personal influye directamente en la mejora de la dimensión las habilidades alternativas a la agresión con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" – Acoria, 2018.

#### **Hipótesis específico 5.**

El Programa de desarrollo personal influye directamente en la mejora de la dimensión las habilidades para hacer frente al estrés con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" – Acoria, 2018.

#### **Hipótesis específico 6.**

El Programa de desarrollo personal influye directamente en la mejora de la dimensión las habilidades de planificación con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018.

### **1.7. Objetivos**

#### **Objetivo general.**

Determinar la influencia del Programa de desarrollo personal en la mejora de las habilidades sociales en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018

#### **Objetivo específico 1.**

Determinar la influencia del Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión primeras habilidades sociales en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018.

#### **Objetivo específico 2.**

Determinar la influencia del Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión habilidades sociales avanzadas en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018.

**Objetivo específico 3.**

Determinar la influencia del Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018.

**Objetivo específico 4.**

Determinar la influencia del Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión las habilidades alternativas a la agresión con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" – Acoria, 2018.

**Objetivo específico 5.**

Determinar la influencia del Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión las habilidades para hacer frente al estrés con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" – Acoria, 2018.

**Objetivo específico 6.**

Determinar la influencia del Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión las habilidades de planificación con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018.

## **II. MÉTODO**

## 2.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación **ES EXPERIMENTAL** porque el uso del término es bastante coloquial; así, hablamos de —experimentarll cuando mezclamos sustancias químicas y vemos la reacción provocada, o cuando nos cambiamos de peinado y observamos el efecto que suscita en nuestras amistades dicha transformación. Es decir esta vez manipularemos la variable riesgos de salud mental (Hernández, Fernández, & Baptista, 1994)

## 2.2. Diseño de investigación

El diseño que corresponde al presente estudio es **CUASI EXPERIMENTAL**, porque estos diseños utilizan cuando no es posible asignar al azar a los sujetos a los grupos que recibirán los tratamientos experimentales, conformado por un grupo experimental y un grupo control (Hernández, Fernández, & Baptista, 1994).

### Diseño:

G.E:	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
G.C:	O <sub>3</sub>		O <sub>4</sub>

Donde:

G.E: Grupo experimental

G.C: Grupo control

O<sub>1</sub>, O<sub>3</sub>: pre test

O<sub>2</sub>: O<sub>4</sub> post test

X: Representa la manipulación de la variable independiente.

### **2.3. Variables, operacionalización**

(Ver en anexos)

### **2.4. Población y muestra**

#### **2.4.1. Población:**

La población —es un conjunto finito e infinito de elementos, seres o cosas, que tienen atributos o características comunes susceptibles de ser observados (Valderrama, 2013, p. 182). Al respecto, la población de presente estudio está conformada por todos los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018

#### **2.4.2. Muestra:**

La muestra es, en esencia, un subgrupo de la población. Digamos que es un subconjunto de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus características al que llamamos población. Al respecto, la muestra de presente estudio está conformada por 9 docentes como grupo experimental y 9 docentes como grupo control de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018 – Huancavelica.

**2.4.3. El muestreo:** el muestreo será **EL NO PROBABLISTICO**, la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características de la investigación o de quien hace la muestra. Aquí el procedimiento no es mecánico ni con base en fórmulas de probabilidad, sino que depende del proceso de toma de decisiones de un investigador o de un grupo de investigadores y, desde luego, las muestras seleccionadas obedecen a otros criterios de investigación. (Hernández, Fernández, & Baptista, 1994). Los criterios que se tomó en cuenta para la selección de muestra fue:

**Criterios de inclusión:** todos los docentes contratados y nombrados de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018

**Criterios de exclusión:** Docentes que no participaron al 100% en el programa de desarrollo personal y Docentes que no llenaron correctamente y completo el cuestionario o test de evaluación inicial y final

## **2.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad**

**2.5.1.** La técnica que se utilizará será una encuesta, que nos permitirá recoger datos sobre habilidades sociales de Goldstein.

**2.5.2.** El instrumento que permitirá medir las habilidades sociales antes y después será la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein.

### **Ficha técnica de la lista de chequeo sobre habilidades sociales de goldstein, Nueva York, 1978.**

Para Goldstein (1980), las habilidades sociales son un conjunto de habilidades y capacidades (variadas y específicas) para el contacto interpersonal y la solución de problemas de índole interpersonal y/o socioemocional. Estas habilidades y capacidades se aplican en actividades desde básicas hasta avanzadas e instrumentales.

**Traducción:** Esta prueba fue traducida y adaptada al español por Ambrosio Tomás (1994-1995) en Perú.

**Objetivos.**

Este test proporciona información precisa y específica acerca del nivel de habilidades sociales del evaluado. Sus objetivos son:

Determinar las deficiencias y competencias que tiene una persona en sus habilidades sociales.

Identificar el uso de la variedad de habilidades sociales, personales e interpersonales.

Evaluar en qué tipo de situaciones las personas son competentes o deficientes en el empleo de una habilidad social.

### **Datos generales**

El tiempo de aplicación es aproximadamente 15 minutos y es aplicable individual y colectivamente a personas a partir de 12 años.

### **Naturaleza de los ítems**

Las preguntas de esta prueba se derivan de diferentes estudios acerca de cuáles son las conductas específicas que hacen que las personas de desenvuelvan correctamente (en un plano social) en la escuela, la casa, el ambiente con los compañeros, la universidad, etc.

Está compuesto de 50 ítems, que se agrupan en 6 áreas:

Primeras Habilidades Sociales Habilidades Sociales Avanzadas  
Habilidades Relacionadas con los Sentimientos Habilidades  
Alternativas a la Agresión Habilidades para hacer frente al estrés  
Habilidades de Planificación.

### **Corrección**

La corrección de esta prueba se realiza mediante una sumatoria con los valores de los ítems (0 para «nunca», 1 para «a veces» y 2 para «siempre»), aunque en el ámbito terapéutico (en especial en el área cognitivo-conductual) se hacen análisis de los

ítems particulares para indagar en los pensamientos y conductas específicos del paciente con relación a su desempeño social.

## **2.6. Métodos de análisis de datos**

Se siguió una serie de procedimientos estadísticos para el análisis e interpretación de los datos recolectados y procesados se realizaron de los cuadros estadísticos y gráficos, en las mismas que se dio énfasis a los datos obtenidos más relevantes.

Se especifican como van a ser tratados los datos. Esta tarea puede hacerse mediante tablas de frecuencia y gráficos con sus correspondientes análisis e interpretaciones.

Tablas de frecuencia: Dichas tablas fueron elaboradas teniendo en cuenta el estilo APA.

Gráficos: son formas visibles de presentar los datos. Permiten que en forma simple y rápida se observen las características de los datos o las variables. De acuerdo con su presentación, los gráficos pueden ser: lineales, diagramas superficiales, pirámide de edad, representaciones cartográficas o mapas, pictogramas.

Como técnicas de la estadística inferencial se ha utilizado la estadística paramétrica y específicamente la prueba  $t$  de Student por tener mejores propiedades en cuanto a las estimaciones a fin de obtener la significancia de la influencia de la variable independiente sobre la variable dependiente, la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov – Smirnov; finalmente el esquema clásico de Karl Pearson para la verificación de la significancia estadística de las hipótesis.

Como herramienta de apoyo se han utilizado los programas estadísticos IBM SPSS versión 25 (programa estadístico para las ciencias sociales) y el Lenguaje de Programación Estadístico R 3.5.

## **2.7. Aspectos éticos**

La investigación es inédito hecho con planificación de acuerdo a las normas vigentes de la Universidad Cesar Vallejo, por lo tanto manifestamos que está libre de plagio o copia, toda vez que se trabajó paso a paso utilizando las reglas APA.

### **III. RESULTADOS**

En este capítulo se presenta los resultados de la investigación, se tiene en cuenta fundamentalmente el diseño pre experimental de la investigación y el nivel de medición de las variables de tal manera que se cumplan el objetivo general y específicos planteados en la investigación.

Considerando a Hernández (2014) los instrumentos que fueron elaborados utilizando la escala de Likert se trabajan generalmente como variables de tipo escalar y se han utilizado el mismo instrumento en los dos momentos de la medición de la variable dependiente referido a las habilidades sociales.

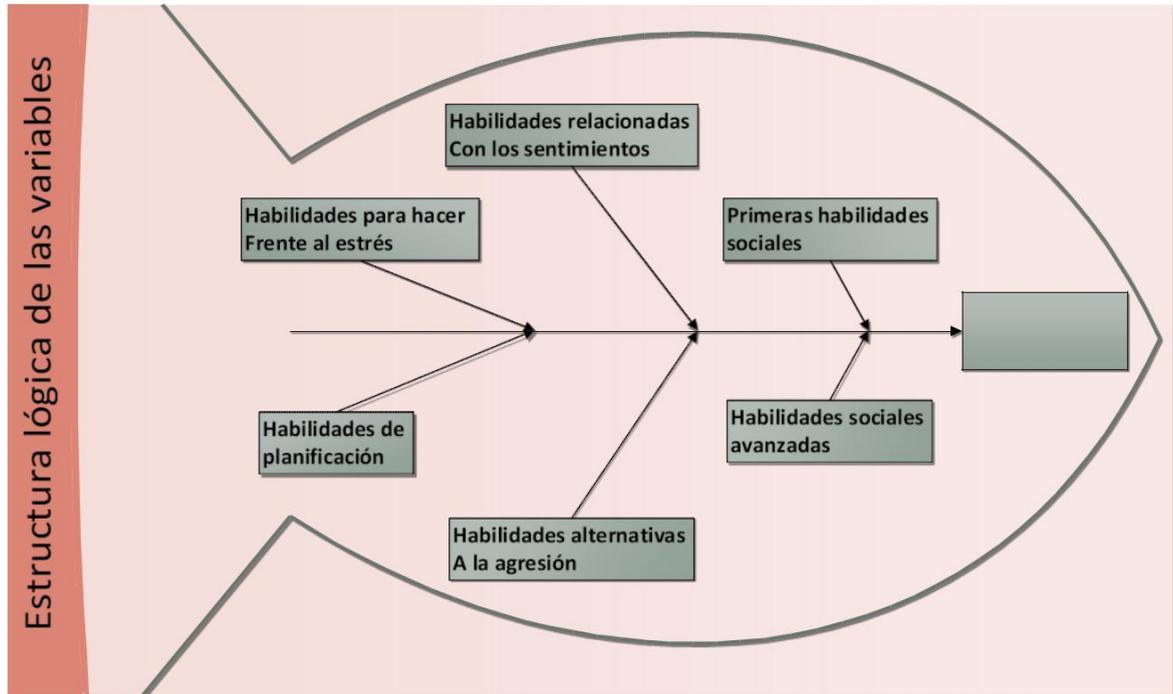
Como técnicas de la estadística descriptiva, se utilizó las tablas de frecuencia simple y de doble entrada, los diagramas de barras, diagramas de pescado, diagramas de cajas, medidas de tendencia central como la media, medidas de dispersión como la desviación estándar, la varianza y los valores extremos, como medidas de posición.

Como técnicas de la estadística inferencial se ha utilizado la estadística paramétrica y específicamente la prueba *t* de Student por tener mejores propiedades en cuanto a las estimaciones a fin de obtener la significancia de la influencia de la variable independiente sobre la variable dependiente, la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov – Smirnov; finalmente el esquema clásico de Karl Pearson para la verificación de la significancia estadística de las hipótesis.

Como herramienta de apoyo se han utilizado los programas estadísticos IBM SPSS versión 25 (programa estadístico para las ciencias sociales) y el Lenguaje de Programación Estadístico R 3.5.

Gráfico 9

Diagrama de pescado para la relación de las variables y dimensiones.



Fuente: *Software estadístico.*

En el gráfico 1 se muestra la estructura lógica de las variables en estudio; se observa que la variable independiente está referida al *programa de desarrollo personal*; la variable dependiente está referida a las *habilidades sociales* que está formada por seis dimensiones: primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés, habilidades de planificación.

### 3.1 Resultados a nivel descriptivo

#### 3.1.1 Resultados de las habilidades sociales en el pre test

Tabla 8

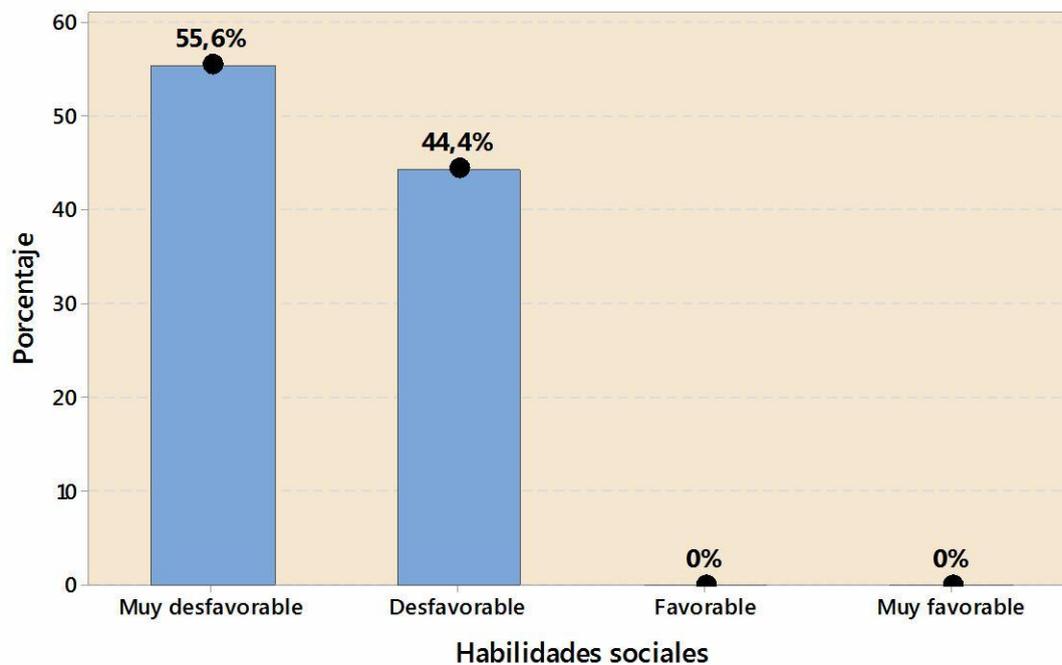
*Resultados de las habilidades sociales en el pre test.*

Habilidades sociales	f	%
Muy desfavorable	5	55,6
Desfavorable	4	44,4
Favorable	-	-
Muy favorable	-	-
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100,0</b>

Fuente: *Cuestionario de encuesta aplicado.*

Gráfico 10

*Diagrama de resultados de las habilidades sociales en el pre test.*



Fuente: *Cuestionario de encuesta aplicado.*

La tabla 1 muestra el resultado de las habilidades sociales en el pre test, podemos observar que el 55,6% (5) de los docentes tienen habilidades sociales muy desfavorables, el 44,4% (4) tienen habilidades sociales desfavorables.

Tabla 9

*Resultados de las habilidades sociales según dimensiones en el pre test.*

Dimensiones de las habilidades sociales	Muy desfavorable		Desfavorable		Favorable		Muy favorable		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
[1] Primeras habilidades...	5	55,6	3	33,3	1	11,1	-	-	9	100,0
[2] Habil. Soc. avanzadas	4	44,4	4	44,4	1	11,1	-	-	9	100,0
[3] Habil. Rel. con los sent....	5	55,6	3	33,3	1	11,1	-	-	9	100,0
[4] Habil altern. a la agres...	4	44,4	5	55,6	-	0,0	-	-	9	100,0
[5] Habil. para hacer frente ...	5	55,6	3	33,3	1	11,1	-	-	9	100,0
[6] Habil. de planificación	4	44,4	5	55,6	-	0,0	-	-	9	100,0

**Fuente:** *Cuestionario de encuesta aplicado.*

**[1] Primeras habilidades sociales:** El 55,6% (5) considera que es muy desfavorable, el 33,3% (3) considera que es desfavorable, el 11,1% (1) considera que es favorable.

**[2] habilidades sociales avanzadas:** El 44,4% (4) considera que es muy desfavorable, el 44,4% (4) considera que es desfavorable, el 11,1% (1) considera que es favorable.

**[3] Habilidades relacionadas con los sentimientos:** El 55,6% (5) considera que es muy desfavorable, el 33,3% (3) considera que es desfavorable, el 11,1% (1) considera que es favorable.

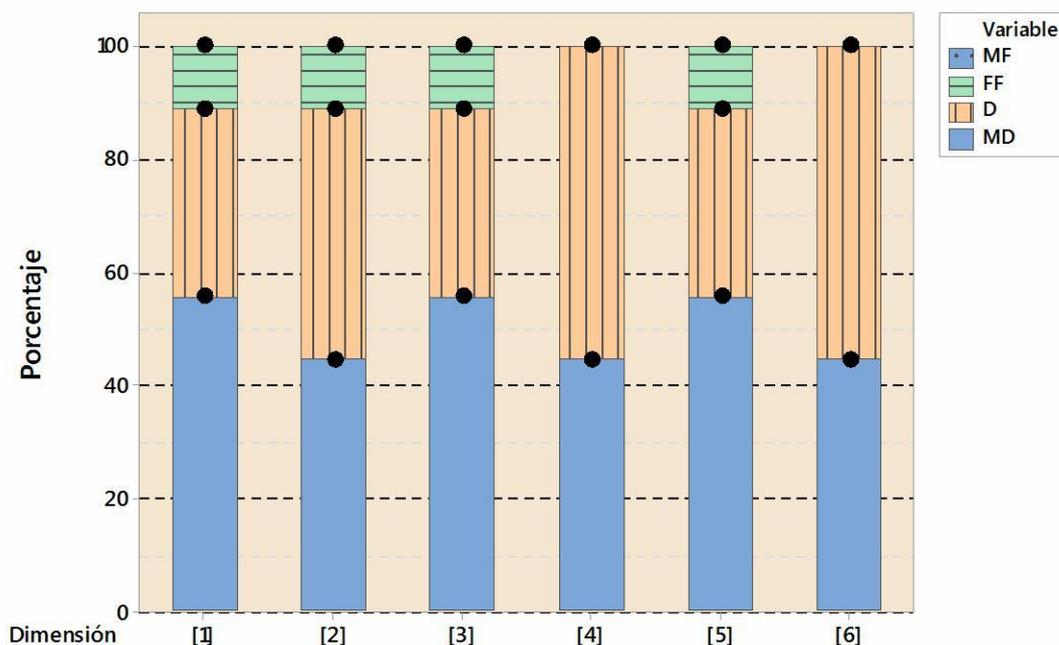
**[4] Habilidades alternativas a la agresión:** El 44,4% (4) considera que es muy desfavorable, el 55,6% (5) considera que es desfavorable.

**[5] Habilidades para hacer frente al estrés:** El 55,6% (5) considera que es muy desfavorable, el 33,3% (3) considera que es desfavorable, el 11,1% (1) considera que es favorable.

**[6] Habilidades de planificación:** El 44,4% (4) considera que es muy desfavorable, el 55,6% (5) considera que es desfavorable.

Gráfico 11

Diagrama de las habilidades sociales en el pre test.



Fuente: Cuestionario de encuesta aplicado.

### 3.1.2 Resultados de las habilidades sociales en el post test

Para la fase del post test se ha tenido en cuenta la aplicación de la variable independiente referida al programa de desarrollo personal y medir su efecto en el desarrollo de las habilidades sociales de los docentes.

Tabla 10

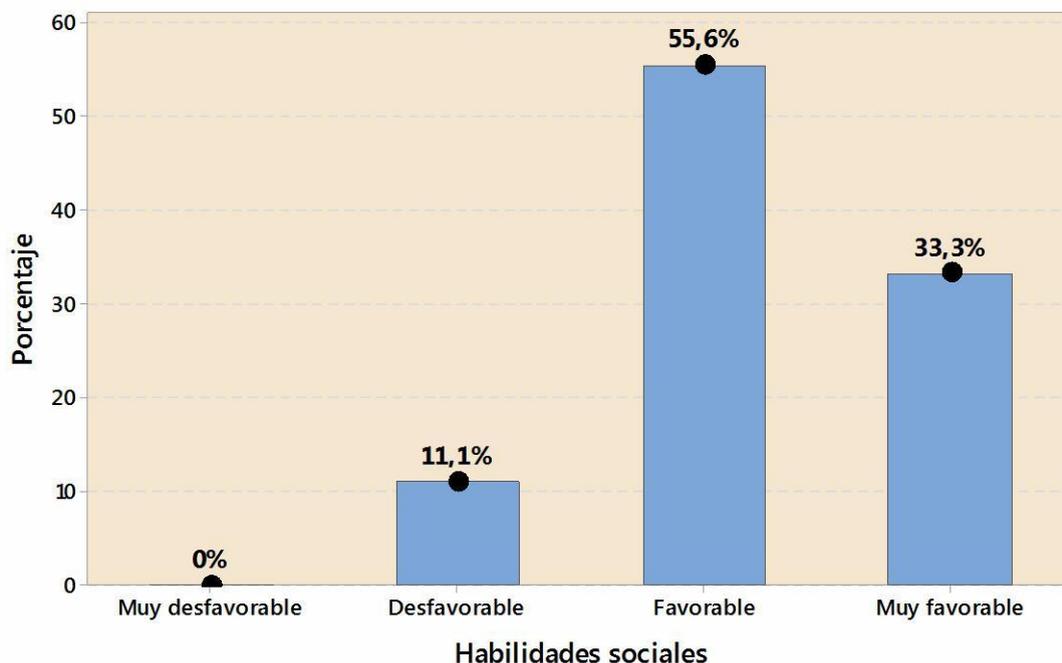
Resultados de las habilidades sociales en el post test.

Habilidades sociales	f	%
Muy desfavorable	-	-
Desfavorable	1	11,1
Favorable	5	55,6
Muy favorable	3	33,3
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Cuestionario de encuesta aplicado.

Gráfico 12

Diagrama de resultados de las habilidades sociales en el post test.



Fuente: *Cuestionario de encuesta aplicado.*

La tabla 3 muestra el resultado de las habilidades sociales en el post test, podemos observar que el 11,1% (1) de los docentes tienen habilidades sociales muy desfavorables, el 55,6% (5) tienen habilidades sociales favorables y el 33,3% (3) tienen habilidades muy favorables. Evidentemente el nivel favorable está prevaleciendo en los resultados.

Además, este es un primer indicador para determinar que la variable independiente referido al programa de desarrollo personal ha tenido un efecto positivo en las habilidades sociales de los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria.

Tabla 11

*Resultados de las habilidades sociales según dimensiones en post test.*

Dimensiones de las habilidades sociales	Muy desfavorable		Desfavorable		Favorable		Muy favorable		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
[1] Primeras habilidades...	0	0,0	2	22,2	3	33,3	4	44,4	9	100,0
[2] Habil. Soc. avanzadas	0	0,0	1	11,1	4	44,4	4	44,4	9	100,0
[3] Habil. Rel. con los sent....	0	0,0	2	22,2	4	44,4	3	33,3	9	100,0
[4] Habil altern. a la agres...	0	0,0	2	22,2	4	44,4	3	33,3	9	100,0
[5] Habil. para hacer frente ...	0	0,0	2	22,2	4	44,4	3	33,3	9	100,0
[6] Habil. de planificación	0	0,0	1	11,1	5	55,6	3	33,3	9	100,0

Fuente: *Cuestionario de encuesta aplicado.*

**[1] Primeras habilidades sociales:** El 22,2% (2) considera que es desfavorable, el 33,3% (3) considera que es favorable, el 44,4% (1) considera que es muy favorable.

**[2] habilidades sociales avanzadas:** El 11,1% (1) considera que es desfavorable, el 44,4% (4) considera que es favorable, el 44,4% (1) considera que es muy favorable.

**[3] Habilidades relacionadas con los sentimientos:** El 22,2% (2) considera que es desfavorable, el 44,4% (4) considera que es favorable, el 33,3% (3) considera que es muy favorable.

**[4] Habilidades alternativas a la agresión:** El 22,2% (2) considera que es desfavorable, el 44,4% (4) considera que es favorable, el 33,3% (3) considera que es muy favorable.

**[5] Habilidades para hacer frente al estrés:** El 22,2% (2) considera que es desfavorable, el 44,4% (4) considera que es favorable, el 33,3% (3) considera que es muy favorable.

**[6] Habilidades de planificación:** El 11,1% (1) considera que es desfavorable, el 55,6% (5) considera que es favorable, el 33,3% (3) considera que es muy favorable.

### 3.1.2 Resultados comparativos de las habilidades sociales del pre test y post test

Procedemos a realizar la comparación de los niveles de las habilidades sociales del pre test y post test, la información la extraemos de los cuadros anteriores.

Tabla 12

*Resultados comparativos de las habilidades sociales en el pre y post test.*

Categoría	Pre test		Post test		Diferencia	
	f	%	f	%	f	%
Muy desfavorable	5	55,6	-	-	-5	-55,6
Desfavorable	4	44,4	1	11,1	-3	-33,3
Favorable	-	-	5	55,6	5	55,6
Muy favorable	-	-	3	33,3	3	33,3
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100,0</b>	<b>9</b>	<b>100,0</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

Fuente: *Cuestionario de encuesta aplicado.*

La tabla 5 muestra el resultado de la variabilidad de las habilidades sociales en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria 2018. Observamos que en el nivel muy desfavorable existe una disminución del 55,6% de casos, en el nivel desfavorable existe una disminución del 33,3% de casos; sin embargo, en el nivel favorable existe un incremento del 55,6% de casos y en el nivel muy favorable existe un incremento del 33,3% de casos.

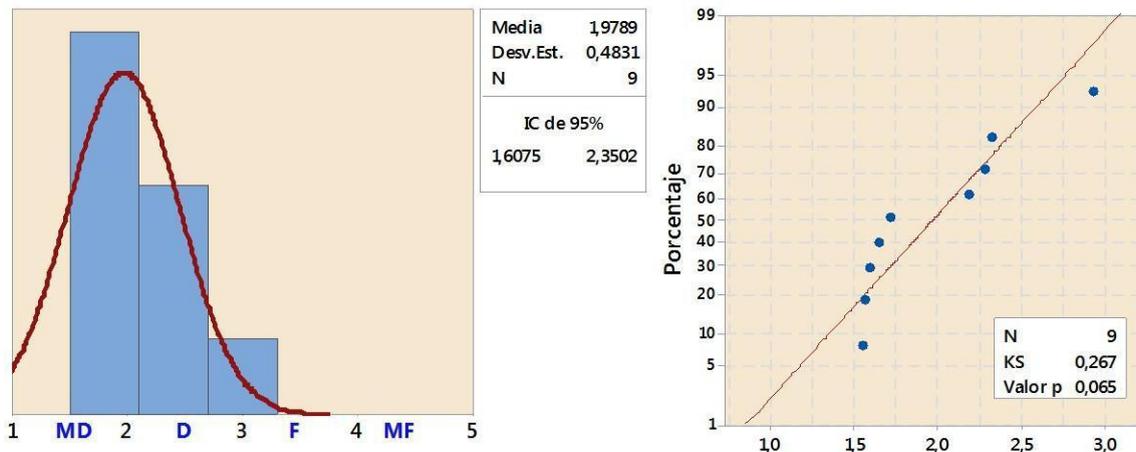
## 3.2 Resultados a nivel inferencial

### 3.2.1 Pruebas de normalidad de las mediciones

Las puntuaciones obtenidas lo tipificamos en la escala de uno a cinco que nos propone Likert y procedemos a determinar su distribución normal, usamos la estadística de bondad de ajuste K-S de Kolmogorov – Smirnov.

### Gráfico 13

Estadísticas descriptivas en el pre test.



Fuente: Software estadístico.

Para la fase del pre test la media obtenida es 1,9789 tipificada como desfavorable, además el valor de la desviación estándar es de 0,4831 que nos representa el nivel de dispersión de los datos respecto a la media; asimismo se muestra los límites del intervalo de confianza de la media poblacional al 95% [1,6075-2,3502]. El histograma de frecuencia muestra que los datos siguen distribuciones normales. Procederemos a determinar la normalidad utilizando la estadística K-S de Kolmogorov Smirnov:

- **Hipótesis nula ( $H_0$ )**

La distribución de las habilidades sociales en el pre test no sigue una distribución normal.

$$X = N(0;1)$$

- **Hipótesis alterna ( $H_1$ )**

La distribución de las habilidades sociales en el pre test no sigue una distribución normal.

$$X \neq (0;1)$$

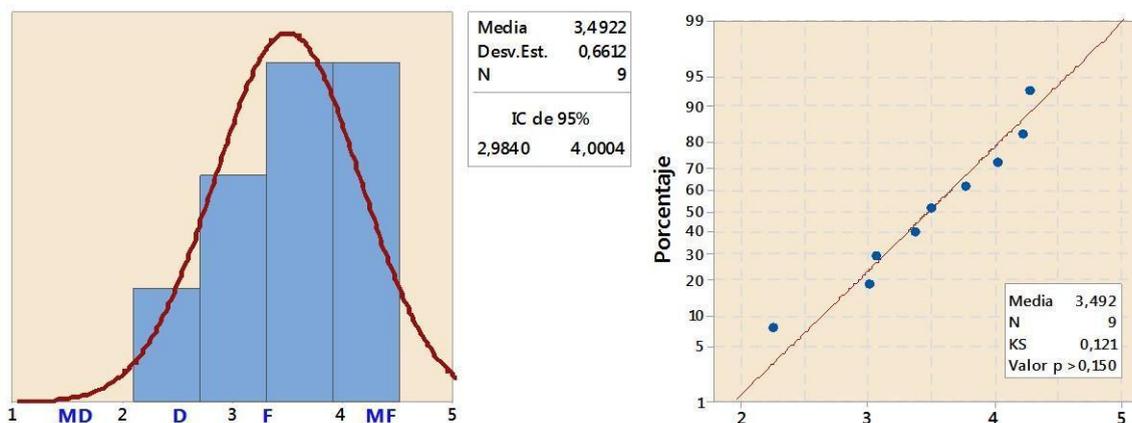
En el gráfico 5 se tienen los resultados de la estadística bondad K-S cuyo valor es:

$$D = \text{Max}|F_n(x) - F_0(x)| = 0,267$$

La misma que tienen un contraste de significancia  $p=0,065>0,05$  por tanto aceptamos la hipótesis nula y concluimos que los datos tienen distribución normal.

Gráfico 14

*Estadísticas descriptivas en el post test.*



Fuente: *Software estadístico.*

Para la fase del post test la media obtenida es 3,4922 tipificada como favorable, además el valor de la desviación estándar es de 0,6612 que nos representa el nivel de dispersión de los datos respecto a la media; asimismo se muestra los límites del intervalo de confianza de la media poblacional al 95% [2,9840-4,0004]. El histograma de frecuencia muestra que los datos siguen distribuciones normales. Procederemos a determinar la normalidad utilizando la estadística K-S de Kolmogorov Smirnov:

- **Hipótesis nula ( $H_0$ )**

La distribución de las puntuaciones de las habilidades sociales en el post test sigue una distribución normal.

$$X = N(0;1)$$

- **Hipótesis alterna ( $H_1$ )**

La distribución de las puntuaciones de las habilidades sociales no sigue una distribución normal.

$$X \neq (0;1)$$

En el gráfico 5 se tienen los resultados de la estadística bondad K-S cuyo valor es:

$$D = \text{Max}|F_n(x) - F_0(x)| = 0,121$$

La misma que tienen un contraste de significancia  $p > 0,15 > 0,05$  por tanto aceptamos la hipótesis nula y concluimos que los datos tienen distribución normal.

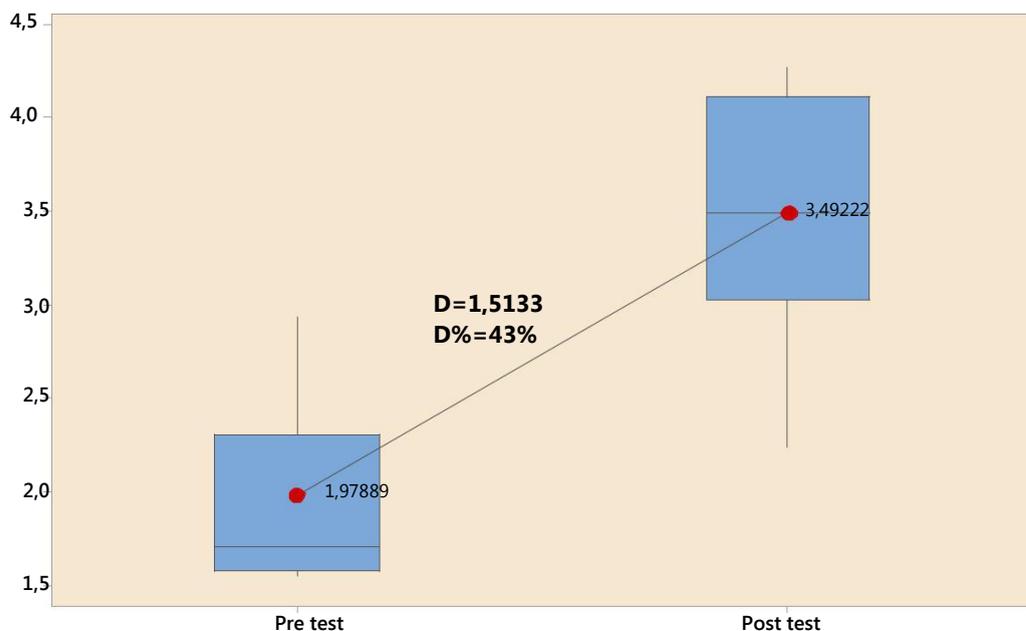
### 3.2.2 Determinación de la influencia de la variable independiente en la dependiente

De las gráficas anteriores deducimos que las medias del pre y post test están generando una diferencia de:

$$D = \mu_{post} - \mu_{pre} = 3,4922 - 1,9789 = 1,5133$$

Esta diferencia positiva que se hay generado es explicada por la influencia positiva de la variable *programa de desarrollo personal* sobre la variable *habilidades sociales*. En diagrama de caja siguiente muestra esta diferencia, además se nota que no existe la presencia de casos atípicos y que las cajas no se traslapan lo cual es una evidencia de la presencia de una diferencia significativa y que la variable independiente ha tenido un efecto positivo. Gráfico 15

*Diagrama de cajas para determinar la influencia del programa de desarrollo personal en las habilidades sociales.*



Fuente: *Software estadístico.*

Para cuantificar el nivel de incidencia tenemos en cuenta a Mallar et al. (1980), Smith et al. (1984) y Bloom (1984) quienes plantean un modelo para identificar el impacto de una variable independiente sobre una dependiente teniendo en cuenta que se tiene un espacio temporal en la cual ha actuado la variable independiente referido al programa de desarrollo personal.

En dicho modelo se asume que la media esperada de la variable resultado de los desertores del pre test y el post test es la misma. Los mencionados autores plantean el siguiente modelo:

$$D_p = \frac{E(Y_{post}) - E(Y_{pre})}{1 - t}$$

Siendo:

$D_p$  : Efecto esperado de la variable dependiente.

$E(Y_{post})$  : Media en el post test.

$E(Y_{pre})$  : Media en el pre test.

$t$  : Tasa de desertores de la muestra.

Los valores de las medias poblacionales lo estimamos con las medias muestrales, de igual manera por el registro de las actividades al desarrollar el programa de desarrollo personal en la Institución Educativa; de los nueve docentes, ninguno de ellos ha desertado, con lo cual el impacto esperado es:

$$D_p = \frac{E(Y_{post}) - E(Y_{pre})}{1 - t} = \frac{3,4922 - 1,5133}{1 - 0} = 1,9789$$

Para la representación porcentual del impacto, utilizamos las especificaciones del instrumento de medición, por tanto, el impacto del *programa de desarrollo personal* en las *habilidades sociales* es:

$$D(\%) = \frac{D_p}{P} \left( \frac{5 - 1,5133}{5 - 1,5133} \right) \times 100\% = 43\%$$

Tabla 13

*Resultados del impacto del programa de desarrollo personal en las habilidades sociales.*

Dimensiones de las habilidades sociales	Estadísticas			
	E(Y <sub>pre</sub> )	E(Y <sub>post</sub> )	1-t	Impacto
[1] Primeras habilidades...	2,01	3,57	1	52,2%
[2] Habil. Soc. avanzadas	2,04	3,67	1	55,1%
[3] Habil. Rel. con los sent....	2,03	3,57	1	51,9%
[4] Habil altern. a la agres...	1,99	3,51	1	50,5%
[5] Habil. para hacer frente ...	2,05	3,52	1	49,8%
[6] Habil. de planificación	1,99	3,58	1	52,8%

Fuente: *base de datos.*

En esta tabla tenemos los resultados del impacto del programa de desarrollo personal en las dimensiones de las habilidades sociales.

### 3.2.3 Verificación de la hipótesis general

Si se tiene la media y desviación estándar en el pre test y post test, estamos en condiciones de realizar la prueba de significancia de la diferencia de medias que se han generado y que nos representa el impacto esperado considerando que se tienen distribuciones normales. Para realizar la verificación de la hipótesis de investigación seguimos el esquema propuesto por Karl Pearson.

#### • Hipótesis Nula (H<sub>0</sub>):

El programa de desarrollo personal no influye significativamente en la mejora de las habilidades sociales en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria, 2018.

$$\mu_D = 0$$

Siendo:

$\mu_D$  : Diferencia de medias del post y pre test.

#### • Hipótesis Alterna (H<sub>1</sub>):

El programa de desarrollo personal influye significativamente en la mejora de las habilidades sociales en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria, 2018.

$$\mu_D > 0$$

Si se considerando un nivel de significancia del  $\alpha=5\%$  utilizamos la estadística —tll de Student para determinar el valor calculado —Vcll:

$$t = \frac{\overline{D}}{\frac{S_D}{\sqrt{n}}} = \frac{1,54 \times}{0,37841} = 11$$

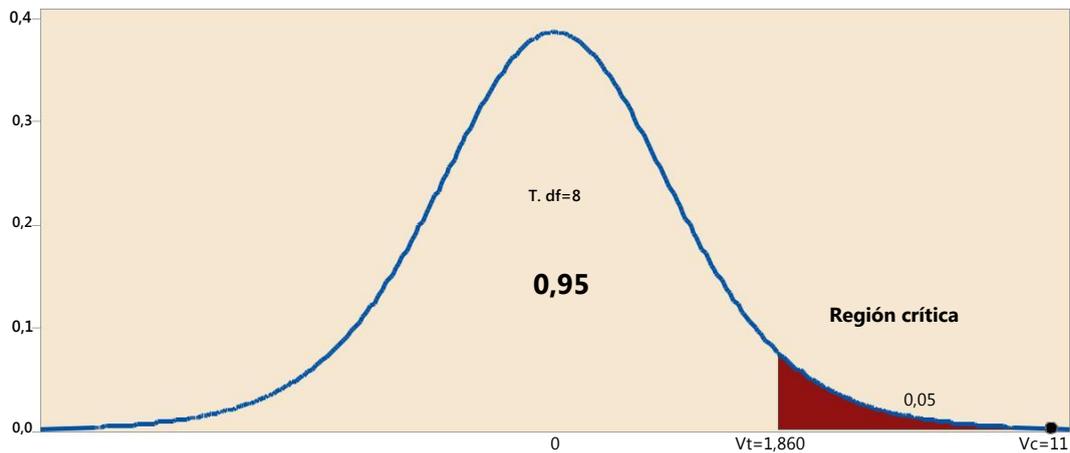
Siendo:

n: Tamaño de la Muestra  
 D: Diferencia del i-ésimo valor de las muestras. S<sub>D</sub>: Desviación Típica.

El valor tabulado lo ubicamos en la distribución —tll con 8 grados de libertad cuyo punto crítico es 1,860 (obtenido de las tablas estadísticas).

Gráfico 16

Diagrama de la distribución “t” para gl=8.



Fuente: *Software estadístico.*

Puesto que el valor calculado se ubica en la región crítica  $V_c > V_t$  ( $11 > 1,860$ ) decimos que se ha encontrado evidencia para rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna, es decir:

El programa de desarrollo personal influye significativamente en la mejora de las habilidades sociales en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria, 2018 con un 95% de confianza.

Asimismo, se deduce que la probabilidad asociado a la prueba de hipótesis:

$$P[t > 11] = 0,00 < 0,05$$

Puesto que esta probabilidad es menor que 0,05 se confirma en rechazar la hipótesis nula y acepta la alterna.

### 3.2.4 Verificación de las hipótesis específicas

En la siguiente tabla se muestra el resumen de las estadísticas para la verificación de las hipótesis específicas de investigación.

Tabla 14

*Estadísticas para la verificación de las hipótesis específicas.*

Dimensiones de las habilidades sociales	Estadísticas de la influencia con la práctica de las relaciones interpersonales					Decisión
	D	S <sub>D</sub>	V <sub>c</sub>	V <sub>t</sub>	V <sub>C</sub> >V <sub>T</sub>	
[1] Primeras habilidades...	1,67	0,707	7	1,860	TRUE	Rechaza Ho
[2] Habil. Soc. avanzadas	1,67	0,500	10	1,860	TRUE	Rechaza Ho
[3] Habil. Rel. con los sent....	1,56	0,527	9	1,860	TRUE	Rechaza Ho
[4] Habil altern. a la agres...	1,56	0,527	9	1,860	TRUE	Rechaza Ho
[5] Habil. para hacer frente ...	1,56	0,527	9	1,860	TRUE	Rechaza Ho
[6] Habil. de planificación	1,67	0,500	10	1,860	TRUE	Rechaza Ho

*Fuente: base de datos.*

#### a) Prueba de la primera hipótesis específica

##### • Hipótesis Nula (H<sub>0</sub>):

El programa de desarrollo personal no influye significativamente en la mejora de la dimensión primeras habilidades sociales en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria, 2018.

##### • Hipótesis Alterna (H<sub>1</sub>):

El programa de desarrollo personal influye significativamente en la mejora de la dimensión primeras habilidades sociales en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria, 2018.

#### Análisis

De la tabla 7 podemos observar que el valor calculado de la  $t_{ll}$  para muestras relacionadas es 7 y el valor crítico o valor tabulado es de 1,860 que se ubica en la región crítica con lo cual al ser comparados resulta  $7 > 1,860$  por lo cual

procedemos a rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna con un 95% de confianza.

#### **b) Prueba de la segunda hipótesis específica**

- **Hipótesis Nula (H<sub>0</sub>):**

El programa de desarrollo personal no influye significativamente en la mejora de la dimensión habilidades sociales avanzadas en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria, 2018.

- **Hipótesis Alterna (H<sub>1</sub>):**

El programa de desarrollo personal influye significativamente en la mejora de la dimensión habilidades sociales avanzadas en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria, 2018.

#### **Análisis**

De la tabla 7 podemos observar que el valor calculado de la  $t_{ll}$  para muestras relacionadas es 10 y el valor crítico o valor tabulado es de 1,860 que se ubica en la región crítica con lo cual al ser comparados resulta  $10 > 1,860$  por lo cual procedemos a rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna con un 95% de confianza.

#### **c) Prueba de la tercera hipótesis específica**

- **Hipótesis Nula (H<sub>0</sub>):**

El programa de desarrollo personal no influye significativamente en la mejora de la dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria, 2018.

- **Hipótesis Alterna (H<sub>1</sub>):**

El programa de desarrollo personal influye significativamente en la mejora de la dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria, 2018.

#### **Análisis**

De la tabla 7 podemos observar que el valor calculado de la  $t_{ll}$  para muestras relacionadas es 9 y el valor crítico o valor tabulado es de 1,860 que se ubica en la

región crítica con lo cual al ser comparados resulta  $9 > 1,860$  por lo cual procedemos a rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna con un 95% de confianza.

#### **d) Prueba de la cuarta hipótesis específica**

- **Hipótesis Nula (H<sub>0</sub>):**

El programa de desarrollo personal no influye significativamente en la mejora de la dimensión habilidades alternativas a la agresión en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria, 2018.

- **Hipótesis Alterna (H<sub>1</sub>):**

El programa de desarrollo personal influye significativamente en la mejora de la dimensión habilidades alternativas a la agresión en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria, 2018.

#### **Análisis**

De la tabla 7 podemos observar que el valor calculado de la  $t_{ll}$  para muestras relacionadas es 9 y el valor crítico o valor tabulado es de 1,860 que se ubica en la región crítica con lo cual al ser comparados resulta  $9 > 1,860$  por lo cual procedemos a rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna con un 95% de confianza.

#### **e) Prueba de la quinta hipótesis específica**

- **Hipótesis Nula (H<sub>0</sub>):**

El programa de desarrollo personal no influye significativamente en la mejora de la dimensión habilidades para hacer frente al estrés en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria, 2018.

- **Hipótesis Alterna (H<sub>1</sub>):**

El programa de desarrollo personal influye significativamente en la mejora de la dimensión habilidades para hacer frente al estrés en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria, 2018.

## **Análisis**

De la tabla 7 podemos observar que el valor calculado de la  $t$ -ll para muestras relacionadas es 9 y el valor crítico o valor tabulado es de 1,860 que se ubica en la región crítica con lo cual al ser comparados resulta  $9 > 1,860$  por lo cual procedemos a rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna con un 95% de confianza.

### **f) Prueba de la sexta hipótesis específica**

#### **• Hipótesis Nula (H<sub>0</sub>):**

El programa de desarrollo personal no influye significativamente en la mejora de la dimensión habilidades para la planificación en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria, 2018.

#### **• Hipótesis Alterna (H<sub>1</sub>):**

El programa de desarrollo personal influye significativamente en la mejora de la dimensión habilidades para la planificación en los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoria, 2018.

## **Análisis**

De la tabla 7 podemos observar que el valor calculado de la  $t$ -ll para muestras relacionadas es 10 y el valor crítico o valor tabulado es de 1,860 que se ubica en la región crítica con lo cual al ser comparados resulta  $10 > 1,860$  por lo cual procedemos a rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna con un 95% de confianza.

## **IV. DISCUSIÓN DE REULTADOS**

En la actualidad la gran mayoría de las personas no se relacionan de forma constructiva con los que le rodean, por ser permisivos, agresivos, intransigentes, por los chismes, por no saber manifestar sentimientos, dificultada para mantener o conectar una cita entre otros. En definitiva, existen dificultades en las habilidades sociales. Pues estas deficiencias pueden ocasionarles problemas dentro de su institución, sea en el ámbito laboral o clima familiar. Es por ello que, hoy en día el aprendizaje de habilidades sociales es un tema de suma importancia para cualquier ser humano, ya que la mayoría de los problemas de relaciones interpersonales con quienes nos relacionamos tiene que ver con la práctica del mismo, toda vez que nos permite un incremento en nuestro bienestar emocional, físico y sobre todo llevar una calidad de vida adecuada con todos. (Roca, 2014).

Para tal caso la investigación se planteó el objetivo de la investigación que fue determinar la influencia del *programa de desarrollo personal* en las *habilidades sociales de los docentes*. Para el cumplimiento de este objetivo general las técnicas de la estadística paramétrica han identificado que existe una diferencia de 1,5133 unidades en cuanto a la media y que representándolo en porcentaje dicha diferencia representa una influencia del 43% en el desarrollo de las habilidades sociales; la prueba de significancia de la hipótesis nos muestra que dicha diferencia si es positiva y significativa al nivel de  $\alpha=0,05$  de significancia. Además, la probabilidad del error de tipo I de acuerdo al siguiente gráfico es  $p<0,001$  por lo que decimos que la variable *programa de desarrollo personal* ha tenido un efecto realmente significativo en el desarrollo de las habilidades sociales de los docentes.

Además, los resultados categóricos muestran que las habilidades sociales se incrementan en un 55,6% en el nivel favorable y un 33,3% en el nivel muy favorable. Los histogramas y diagramas de caja muestran que no existen casos atípicos en las mediciones por lo que tenemos la certeza de haber realizado las mediciones correctas. Estas son las evidencias para decir que se ha cumplido en objetivo general de la investigación.

Tal como corrobora Contini de González, (2012) quien realizó la investigación titulada *Habilidades interpersonales y éxito personal y social*, quien

concluye que las habilidades sociales operan como un recurso salugénico en el marco de la Psicología Positiva. Seguidamente tenemos a Lacunza (2010), quien determina que a pesar del contexto de pobreza, los participantes mostraron una serie de habilidades sociales positivas, por lo que se las considera un recurso de salud.

Para el cumplimiento del primer objetivo específico se ha determinado que el *programa de desarrollo personal* influye de forma positiva y significativa en el desarrollo de las *primeras habilidades sociales* en un 52,2% y la prueba de hipótesis muestra dicha influencia es significativa al nivel del  $\alpha=0,05$ . En el post test el 33,3% de docentes tienen habilidades favorables y el 44,4% tienen habilidades muy favorables. Por tanto, se ha cumplido con el primer objetivo específico de la investigación.

Para el cumplimiento del segundo objetivo específico se ha determinado que el *programa de desarrollo personal* influye de forma positiva y significativa en las *habilidades sociales avanzadas* en un 55,1% y la prueba de hipótesis muestra dicha influencia es positiva y significativa al nivel del  $\alpha=0,05$ . En el post test el 44,4% de docentes tienen habilidades favorables y el 44,4% tienen habilidades muy favorables. Por tanto, se ha cumplido con el segundo objetivo específico de la investigación.

Para el cumplimiento del tercer objetivo específico se ha determinado que el *programa de desarrollo personal* influye de forma positiva y significativa en las *habilidades relacionadas con los sentimientos* en un 51,9% y la prueba de hipótesis muestra dicha influencia es positiva y significativa al nivel del  $\alpha=0,05$ . En el post test el 44,4% de docentes tienen habilidades favorables y el 33,3% tienen habilidades muy favorables. Por tanto, se ha cumplido con el tercer objetivo específico de la investigación.

Para el cumplimiento del cuarto objetivo específico se ha determinado que el *programa de desarrollo personal* influye de forma positiva y significativa en las *habilidades alternativas a la agresión* en un 50,5% y la prueba de hipótesis muestra dicha influencia es positiva y significativa al nivel del  $\alpha=0,05$ . En el post test el 44,4% de docentes tienen habilidades favorables y el 33,3% tienen habilidades muy favorables. Por tanto, se ha cumplido con el cuarto objetivo específico de la investigación.

Para el cumplimiento del quinto objetivo específico se ha determinado que el *programa de desarrollo personal* influye de forma positiva y significativa en las *habilidades para hacer frente al estrés* en un 49,8% y la prueba de hipótesis muestra dicha influencia es positiva y significativa al nivel del  $\alpha=0,05$ . En el post test el 44,4% de docentes tienen habilidades favorables y el 33,3% tienen habilidades muy favorables. Por tanto, se ha cumplido con el quinto objetivo específico de la investigación.

Para el cumplimiento del sexto objetivo específico se ha determinado que el *programa de desarrollo personal* influye de forma positiva y significativa en las *habilidades de planificación* en un 52,8% y la prueba de hipótesis muestra dicha influencia es positiva y significativa al nivel del  $\alpha=0,05$ . En el post test el 55,6% de docentes tienen habilidades favorables y el 33,3% tienen habilidades muy favorables. Por tanto, se ha cumplido con el sexto objetivo específico de la investigación.

Arellano, (2012), quien corrobora en términos generales a través de su investigación Efectos de un programa de intervención psicoeducativa para la optimización de las habilidades sociales de alumnos de 1er. Grado de Educación secundaria del C.E. Diocesano —El Buen pastorII; que los sujetos del grupo experimental mejoraron sus habilidades de interacción social y adicionalmente incrementaron su motivación y rendimiento académico, presumiendo que podría ser un efecto colateral del programa de intervención psicoeducativa. Así mismo Gonzalez & Huaman, (2016), en su investigación Influencia del programa —Habilidades SocioemocionalesII para mejorar el clima laboral en los docentes de la institución educativa N° 30175 huamanmarca – chilca 2016. Determinaron que el programa —habilidades socioemocionalesII influye significativamente en la mejora del clima laboral en los docentes de la Institución Educativa N° 30175 Huamanmarca.

## **V. CONCLUSIONES**

1. Se ha determinado que el *programa de desarrollo personal* influye de forma positiva en las *habilidades sociales* de los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoría, 2018. La intensidad de la influencia es del 43% que resulta significativa al nivel del 0,05. En la fase del post test el 11,1% de docentes tienen habilidades sociales desfavorables, el 55,6% favorable y el 33,3% muy favorable.
2. Se ha determinado que el *programa de desarrollo personal* influye de forma positiva en las *primeras habilidades sociales* de los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoría, 2018. La intensidad de la influencia es del 52,2% que resulta significativa al nivel del 0,05. En la fase del post test el 33,3% de docentes han desarrollado sus primeras habilidades sociales de forma favorable y el 44,4% de forma muy favorable.
3. Se ha determinado que el *programa de desarrollo personal* influye de forma positiva en las *habilidades sociales avanzadas* de los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoría, 2018. La intensidad de la influencia es del 55,1% que resulta significativa al nivel del 0,05. En la fase del post test el 44,4% de docentes han desarrollado habilidades sociales avanzadas de forma favorable y el 44,4% de forma muy favorable.
4. Se ha determinado que el *programa de desarrollo personal* influye de forma positiva en las *habilidades relacionadas con los sentimientos* de los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoría, 2018. La intensidad de la influencia es del 51,9% que resulta significativa al nivel del 0,05. En la fase del post test el 44,4% de docentes han desarrollado sus habilidades relacionadas con los sentimientos de forma favorable y el 33,3% de forma muy favorable.
5. Se ha determinado que el *programa de desarrollo personal* influye de forma positiva en las *habilidades alternativas a la agresión* de los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoría, 2018. La intensidad de la influencia es del 50,5% que resulta significativa al nivel del 0,05. En la fase del post test el 44,3% de docentes han desarrollado habilidades alternativas a la agresión de forma favorable y el 33,3% de forma muy favorable.

6. Se ha determinado que el *programa de desarrollo personal* influye de forma positiva en las *habilidades para hacer frente al estrés* de los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoría, 2018. La intensidad de la influencia es del 49,8% que resulta significativa al nivel del 0,05. En la fase del post test el 44,4% de docentes han desarrollado habilidades alternativas al estrés de forma favorable y el 33,3% de forma muy favorable.
7. Se ha determinado que el *programa de desarrollo personal* influye de forma positiva en las *habilidades de planificación* de los docentes de la Institución Educativa —José Antonio Encinas Francoll – Acoría, 2018. La intensidad de la influencia es del 52,8% que resulta significativa al nivel del 0,05. En la fase del post test el 55,6% de docentes han desarrollado habilidades de planificación de forma favorable y el 33,3% de forma muy favorable.

## **VI. RECOMENDACIONES**

1. Dar continuidad a las actividades del programa de desarrollo personal en los docentes que tienen habilidades sociales desfavorables, a fin de contar con profesionales con lato desarrollo personal.
2. Implementar actividades prácticas para repotenciar el desarrollo de sus primeras habilidades y lograr resultados muy favorables.
3. Implementar y reforzar las desarrolladas habilidades sociales avanzadas de forma muy favorable en coordinación con profesionales de salud Mental.
4. Coordinar con el Hospital Regional Zacarías Correa Valdivia para solicitar el apoyo de Salud Mental con talleres que refuercen el desarrollo de habilidades relacionadas con los sentimientos.
5. Organizar evento que fortalezcan actitudes positivas a través de habilidades alternativas a la agresión a fin de mejorar la personalidad en los docentes.
6. Organizar actividades constantes para dar practica constante en las habilidades alternativas al estrés, ya que hoy en día el estrés es causante de muchas enfremedades.
7. De acuerdo a la praxis pedagógica, es necesario implementar actividades sobre habilidades de planificación de forma constante en los docentes, a fin de garantizar.

## REFERENCIAS

- Alfonso, M., & Quispe, E. (2009). *Nivel de desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes de la EAP de Educación Especial de la UNH*. Huancavelica: UNH.
- Antúñez, S. (2007). *Dirección de Centros Escolares y Habilidades Sociales. Temáticos Escuela*.
- Arellano, M. (2012). *Efectos de un programa de intervención psicoeducativa para la optimización de las habilidades sociales de alumnos de 1er. Grado de Educación secundaria del Centro Educativo Diocesano "El Buen pastor"*. Lima: Universidad Nacional de San Marcos.
- Armijo, m. (2005). *Planificación Estratégica e Indicadores de Desempeño en el Sector Público*. Argentina: ILPES-CEPAL.
- Arón, A. M., & Milicic, N. (2004). *Clima social escolar y desarrollo personal: Un programa de mejoramiento*. Santiago: Editorial Andrés Bello.
- Beland, K. (2014). *Iniciativas exitosas para desarrollar habilidades socioemocionales en los jóvenes de 15 a 18 años, School Connect*. Educación Media Superior.
- Belito, J. (2016). *Relación entre el nivel de asertividad y el rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad de enfermería de la UNH*. Huancavelica: UNH.
- Caballo, V. (1993). *Relaciones entre diversas medidas conductuales y de autoinforme de las habilidades sociales*. Madrid: Psicología Conductual.
- Caballo, V. (2005). *Manual de Evaluación y entrenamiento de las habilidades Sociales*. Madrid.
- Campos, A., Castro, M., Chavarría, Y., Gómez, L., Ledezma, V., & Quesada, K. (2002). *Promoción del desarrollo personal de los y las adolescentes escolarizados con discapacidad en el cantón de Montes de Oca*. Costa Rica: Universidad de Costa Rica, San José.
- Cencia, M. (2014). *Módulo de afianzamiento de habilidades sociales y su influencia en la actitud de adolescentes frente al consumo de alcohol del 4to. Año del Colegio La Victoria de Ayacucho*. Huancavelica: Universidad Nacional de Huancavelica.
- Choque, R., Larrauri, J., & Chirinos, L. (2009). *Eficacia de un Programa educativo de habilidades para la vida en el marco de las escuelas promotoras de salud, en adolescentes escolares de una Institución del distrito de Huancavelica, Perú*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

- Cohem, Chein, E. d., Lacunza, Valeria, & Martinenghi. (2010). Habilidades sociales y contexto sociocultural, un estudio con adolescentes a través del BAS-3. *Revista iberoamericana de diagnóstico y evaluación psicológica*.
- Contini de González, N. (2012). *Habilidades interpersonales y éxito personal y social*. Italia: Universidad de Palermo.
- Damas, G. y Oliva, J. (2017). *Gestión educativa institucional y la satisfacción de los estudiantes en las instituciones educativas de la Ugel N° 01, distrito San Juan de Miraflores, Lima, 2015. Tesis para optar Grado de Doctor en Administración de la Educación*. Lima: UCV.
- De la Cruz, F., & Valdivia, G. (2012). *Nivel de desarrollo de las habilidades sociales de los alumnos del 4to grado de secundaria de las instituciones educativas San Martín de Porres – Yauli y Ramón Castilla Marquezado*. Huancavelica.: UNH.
- Dieterich, H. (2013). *Nueva Guía para la Investigación Científica*. México: Grupo Editor Orfila Valentini, S.A. de C.V.
- Dongil, E., & Cano, A. (2014). *Desarrollo personal y bienestar*. Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y Estres.
- Fernández, R. (1994). *Evaluación conductual hoy. Un enfoque para el cambio en psicología clínica y de la salud*. Madrid: Pirámide.
- Fordyce, B. ( 1984 ). *Receive Honorary Degree from Wits University, his Alma Mater*. University of the Witwatersrand.
- Gismero, E. (2000). *Escala de Habilidades Sociales*. Madrid: Editoreal TEA.
- Gonzales, K., & Huamán, S. (2016). *Influencia del programa “Habilidades Socioemocionales” para mejorar el clima laboral en los docentes de la institución educativa N° 30175 huamanmarca – Chilca*. Huancayo: UPLA.
- Gordon, C. (1968). *Self conceptions: configurations of content»*, en GORDON y. New York: Wiley.
- Gutierrez, F. (2009). *La formación profesional en el desarrollo de las habilidades sociales de los egresados 2002 de la Facultad de Educación – UNH*. Huancavelica: UNH.
- Huamán, S. (2010). *Las habilidades sociales de los estudiantes del II y X Ciclo de la EAP de Educación Primaria de la Facultad de Educación*. Huancavelica : Universidad Nacional de Huancavelica .
- Huaman, S., & Gonzalez, K. (2016). *Influencia del programa “habilidades socioemocionales” para mejorar el clima laboral en los docentes de la I.E. 30175 Huamanmarca*. Huancayo: Universidad Peruana Los Andes.

- Iruarrizaga, I., Gomez, J., Criado, T., Zuazo, M., & Sastre, E. (1999). Reducción de la ansiedad a través del entrenamiento en habilidades sociales. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*.
- Kelly, J. (2002). *Entrenamiento de las habilidades sociales*. Bilbao: D.D.B.
- Kelly, J. A. (1992). *Entrenamiento en habilidades sociales*. Bilbao: DDB.
- Lacunza, A. (2010). *Las habilidades sociales en niños preescolares en contextos de pobreza*. S.M. de Tucumán. Argentina.
- L'euyer, R. (1975). *La genése du concept de soi: théorie et recherches. Les transformations des perceptions de soi chez les enfants ages de trois, cinq et huit ans*. Sherbrooke: Editions Naaman.
- Meichenbaum, D., Butler, L., & Gruson, L. (1981). *Toward a conceptual model of social competence*. Social competence.
- Méndez, D. E., & Naranjo, E. (2016). *Fortalecimiento del liderazgo como habilidad social para el grupo juvenil de una parroquia de la arquidiócesis*. Bucaramanga : Universidad Cooperativa de Colombia.
- MINEDU. (2016). *Planificación escolar: La toma de decisiones informadas* . Lima: MINEDU.
- MINEDU. (2015). *Plan Estratégico Sectorial Multianual de Educación (PESEM) 2016-2021. Fase Estratégica del Proceso de Planeamiento Estratégico*. Lima: MINEDU.
- Molocho, L. (2013). *Relación entre las habilidades sociales, estilos de aprendizaje, personalidad y rendimiento académico en estudiantes de psicología de una universidad de Lima*. Lims: Universidad de Lima.
- Oyarzún, G., Estrada, C., Pino, E., & Oyarzún, M. (2012). *Habilidades sociales y rendimiento académico. Una mirada desde el género*. Punta Arenas – Chile: Universidad de Magallnes Escuela de Psicología.
- Pecho, J. (2015). *Habilidades sociales, autoestima y percepción de autoritarismo paterno en función del sexo y el periodo cronológico en niños y adolescentes de condición socio económica baja que reciben apoyo no gubernamental*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Peñafiel, E., & Serrano, C. (2009). *Habilidades sociales*. Editorial EDITEX.
- Philliphs, E. (1985). *Social Skills: History and prospect*. En L.L'Abate y M.A. Milan (Eds.). *Handbook of Social Skills*.
- Roca, E. (2014). *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. Valencia: Acde.
- Rodríguez, H. (1972). *Le moi et !' antre dans conscience de l' adolescent*. Paris: Delachanx; Niestle.
- Salter, A. (2002). *Conditioned Reflex Therapy*.

Velasquez, C. (2013). Habilidades sociales y filosofía de vida en alumnos de secundaria con y sin participación en actos violentos de Lima Metropolitana. *Revista del Instituto de investigaciones psicológicas de la UNMSM*, 17.

Williams, H. (1935). *A factor análisis of Berne's social behavior in Young children. Journal of Experimental Education.*

## **ANEXOS**

## ANEXO 1 MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: Programa de desarrollo personal para mejorar las habilidades sociales en los docentes de la I. E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018

Autor: Br. Mercedes y Ryder

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE MEDICION
<b>Problema General:</b> P.E.1. ¿Cómo influye el Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión primeras habilidades sociales en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018?	<b>Objetivo General:</b> P.G. Determinar la influencia del Programa de desarrollo personal en la mejora de las habilidades sociales en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018	<b>Hipótesis General:</b> H.G. El Programa de desarrollo personal influye significativamente en la mejora de las habilidades sociales en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018	<b>Variable X:</b>  Programa de desarrollo personal (Huaman & Gonzalez, 2016)	Dimensión secuencia metodológica	Tiene una estructura sustentada y sistemática	1,2,3	Escala Ordinal  Escala ordinal  La escala de medición es: 1= Nunca 2= casi nunca 3= A veces 4= Casi siempre 5= Siempre
					Sigue los procedimientos científicos	4,5	
				Dimensión contenido	Presenta los objetivos claros	6,7	
Sigue una secuencia de actividades	8,9						
Dimensión evaluación	Evalúa con claridad	10					
	Presenta objetivos que respondes a la ejecución de las actividades	11,12					

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE MEDICION
P.E.4. ¿Cómo influye el Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión las habilidades alternativas a la agresión con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José	O.E.3. Determinar la influencia del Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos en los docentes de la	H.E.3. El Programa de desarrollo personal influye directamente en la mejora de la dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018	Variable Y:  Habilidades sociales Goldstein, et al; (1980)	Dimensión primeras habilidades sociales	Escuchar Iniciar una conversación Mantener una conversación Formular una pregunta Dar las gracias;	1,2,3,4, 5,6,7,8	

Antonio Encinas Franco" – Acoria, 2018?	I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018				presentarse; presentar a otras personas; Hacer un cumplido.		
P.E.5. ¿Cómo influye el Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión las habilidades para hacer frente al estrés con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" – Acoria, 2018?	O.E.4. Determinar la influencia del Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión las habilidades alternativas a la agresión con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" – Acoria, 2018	H.E.4. El Programa de desarrollo personal influye directamente en la mejora de la dimensión las habilidades alternativas a la agresión con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" – Acoria, 2018		Dimensión habilidades sociales avanzadas	Pedir ayuda Participar Dar instrucciones; Seguir instrucciones Disculparse Convencer a los demás	9.10.11. 12.13.1 4	<b>Escala ordinal</b>  <b>La escala de medición es:</b> <b>1= Nunca</b> <b>2= casi nunca</b> <b>3= A veces</b> <b>4= Casi siempre</b> <b>5= Siempre</b>
P.E.6. ¿Cómo influye el Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión las habilidades de planificación con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018?	O.E.5. Determinar la influencia del Programa de desarrollo personal en la mejora de la dimensión las habilidades para hacer frente al estrés con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" – Acoria, 2018	H.E.5. El Programa de desarrollo personal influye directamente en la mejora de la dimensión las habilidades para hacer frente al estrés con los sentimientos en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco" – Acoria, 2018		Dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos	Conocer los propios sentimientos Expresar los sentimientos Comprender los sentimientos de los demás Enfrentarse con el enfado de otro	15.16.1 7.18,19, 20,21	
				Dimensión habilidades alternativas a la agresión	Pedir permiso Compartir algo Ayudar a los demás; Negociar Empezar el autocontrol	22,23,2 4,25,26, 27,28,2 9,30	
				Dimensión habilidades para hacer frente al estrés	Formular una queja; Responder a una queja; Demostrar deportividad después de un juego Resolver la vergüenza	31,32,3 3,34,35, 36,37,3 8,39,40, 41,42	
				Dimensión habilidades de planificación	Tomar iniciativas Discernir sobre la causa de un problema Recoger información Resolver los problemas según su importancia Tomar una decisión Concentrarse en una tarea.	43,44,4 5,46,47, 48,49,5 0	

MÉTODO Y DISEÑO	POBLACIÓN, MUESTRA Y MUESTREO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p><b>TIPO DE ESTUDIO:</b></p> <p>El tipo de investigación ES EXPERIMENTAL porque el uso del término es bastante coloquial; así, hablamos de “experimentar” cuando mezclamos sustancias químicas y vemos la reacción provocada, o cuando nos cambiamos de peinado y observamos el efecto que suscita en nuestras amistades dicha transformación. Es decir esta vez manipularemos la variable habilidades sociales (Hernández, Fernández, &amp; Baptista, 1994)</p> <p><b>DISEÑO DE ESTUDIO</b></p> <p>El diseño que corresponde al presente estudio es PRE EXPERIMENTAL, porque estos diseños utilizan solo un grupo experimental (Hernández, Fernández, &amp; Baptista, 1994).</p> <p><b>Diseño:</b></p> <p style="text-align: center;">G.E: O<sub>1</sub>      X      O<sub>2</sub></p> <p>Donde:</p> <p style="padding-left: 40px;">G.E: Grupo experimental O<sub>1</sub>: pre test O<sub>2</sub>: post test X: Representa la manipulación de la variable independiente.</p> <p><b>MÉTODOS DE ANÁLISIS DE DATOS</b></p> <p>Para el análisis de datos se tendrá como base la estadística descriptiva e inferencial; se elaboraran las tablas de frecuencias y gráficos estadísticos que respectivamente corresponden a cada indicador, dimensión y variables. El procesamiento de datos se realizará mediante el Programa SPSS-23, para luego determinar el cálculo de las medidas de tendencia central y dispersión.</p> <p>La contrastación de hipótesis se realizará mediante la Prueba t de Student y Prueba de Bondad de ajuste de Chi cuadrado.</p>	<p><b>CARACTERÍSTICAS DE LOS SUJETOS.</b></p> <p>Para el análisis se evaluara el nivel de Gestión de la comunicación asertiva en los docentes de la I. E. "José Antonio Encinas Franco" – Acoria, Huancavelica, cuyas edades fluctúan entre 28 y 50 años contratados y nombrados, quienes recibirán la aplicación de una encuesta a una muestra poblacional de 9 maestros entre hombres y mujeres, los cuales están laborando con frecuencia.</p> <p><b>POBLACIÓN, MUESTRA Y MUESTREO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La población estará conformada por 9 docentes</li> <li>• La muestra será un muestreo censal, ya que se considerará la misma cantidad de la población</li> </ul>	<p><b>Técnicas :</b></p> <p>La técnica utilizada fue una Encuesta para medir la efectividad del programa y la gestión de la comunicación asertiva</p> <p><b>INSTRUMENTO 1:</b> Cuestionario para medir la efectividad del programa fue de (Huaman &amp; Gonzalez, 2016) La estructura de dicho programa fue copiado por Las dimensiones consideradas son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Secuencia metodológica</li> <li>• Contenido</li> <li>• Evaluación</li> </ul> <p>Dichos instrumentos son validados a juicio de expertos</p> <p><b>INSTRUMENTO 2:</b> Escala de habilidades sociales de Goldstein</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dimensión primeras habilidades sociale</li> <li>• Dimensión habilidades sociales avanzadas</li> <li>• Dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos</li> <li>• Dimensión habilidades alternativas a la agresión</li> <li>• Dimensión habilidades para hacer frente al estrés</li> <li>• Dimensión habilidades de planificación</li> </ul> <p>El instrumento es validado por Goldstein (1980) <b>Su escala de medición fue:</b> <b>Escala ordinal</b></p> <p><b>La escala de medición es: 1= Nunca 2= casi nunca 3= A veces 4= Casi siempre 5= Siempre</b></p>

ANEXO 02  
MATRIZ OPERACIONAL DE VARIABLE 1

Título: Programa de desarrollo personal para mejorar las habilidades sociales en los docentes de la 1. E. "José Antonio Encinas Franco"- Acoria, 2018  
Autor: Br. Mercedes y Ryder

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	VALORACIÓN					PUNTAJE	ESCALA DE MEDICIÓN
						Nunca (N)	Casi Nunca (CN)	A Veces (AV)	Casi Siempre (CS)	Siempre (S)		
<b>Variable X: Programa de desarrollo personal " (Huaman &amp; Gonzalez, 016)</b> Desde un enfoque más centrado en la orientación, para Rodríguez (1999) citado por (Huaman & Gonzalez, 2016), un programa es un instrumento rector de principios que contiene en su estructura elementos significativos que orientan la concepción del hombre que queremos formar. Desde el punto de vista de la orientación, los programas son acciones sistemáticas, cuidadas, losamente planificadas orientadas a unas metas como en un programa de desarrollo personal. Para medir la efectividad del programa se elaborará un cuestionario que permita a los docentes evaluar marcando un SI en caso el programa es efectivo) y un NO (cuando uno es efectivo) a través de a escala dicotómica.			ECUENIA ETODOLÓGICA	Tiene una estructura sustentada y sistemática	P1. El programa está diseñado con claridad y precisión							Ordinal
					P2. Presenta un diseño sistemático y exacto para lo que se pretende mejorar							Ordinal
					P3. El programa sigue una secuencia metodológica adecuada							Ordinal
				Sigue los procedimientos Cléritíficos	P4. El programa sigue una estructura sustentada científicamente por un autor							Ordinal
					PS. Los procedimientos son claros y precisos							Ordinal
												Ordinal
			CO NIDOS	Presenta los objetivos claros	P6. Los objetivos del programa son directos y están relacionados con las actividades							Ordinal
				Sigue una secuencia de actividades	P6. Presenta actividades que responde a la necesidad							Ordinal
					P7. Las actividades del programa « » sigue una secuencia estructurada							Ordinal
			UACON	Evalúa con claridad	P9. La evaluación de las actividades presenta un instrumento basado en los objetivos							Ordinal
					P10. Los objetivos cumplen la secuencia de la evaluación de resultados							
Presenta objetivos que respondes a la ejecución de las actividades	P11. Las actividades se relacionan con los objetivos planteados									n		

## ANEXO 03

### MATRIZ OPERACIONAL DE VARIABLE 2

**Título:** Programa de desarrollo personal para mejorar las habilidades sociales en los docentes de la I. E. "José Antonio Encinas Franco" - Acoria, 2018  
**Autor:** Br. Mercedes y Ryder

VDIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	VALORACIÓN					PUNTAJE	ESCALA DE MEDICIÓN
						Nunca (N)	Casi Nunca (CN)	A Veces (AV)	Casi Siempre (CS)	Siempre (S)		
<b>Variable Y: Habilidades sociales</b>	Es el conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones los derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación respetando esas conductas de los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos.	La variable habilidades sociales será medido a través de escala de habilidades sociales de (Goldstein, et al; 1980), dicho instrumento ya esta validado	<b>Dimensión primeras habilidades sociales</b>	1. Escuchar.	P1. Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te está diciendo							Ordinal
				2. Iniciar una conversación.	p2 Hablas con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes						Ordinal	
				3. Mantener una conversación.	P.3 Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos						Ordinal	
				4. Formular una pregunta.	P.4 Clarificas la información que necesitas y se la pides a la persona adecuada						Ordinal	
				5. Dar las gracias.	P.5 Permites que los demás sepan que les agradeces los favores						Ordinal	
				6. Presentarse.	P.6 Te das a conocer a los demás por propia iniciativa						Ordinal	
				7. Presentar a otras personas.	P.7 Ayudas a que los demás se conozcan entre sí						Ordinal	
				8. Hacer un cumplido.	P.8 Dices que te gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza						Ordinal	
			<b>Dimensión habilidades sociales avanzadas</b>	9. Pedir ayuda.	P.9 Pides que te ayuden cuando tienes alguna dificultad						Ordinal	
				10. Participar.	P.10 Eliges la mejor forma para integrarte en un grupo o para participar en una determinada actividad						Ordinal	
				11. Dar instrucciones.	P.11 Explicas con claridad a los demás cómo hacer una tarea específica						Ordinal	
				12. Seguir instrucciones.	P.12 Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente						Ordinal	
				13. Disculpase.	P.13 Pides disculpas a los demás por haber hecho algo mal						Ordinal	
				14. Convencer a los demás.	P.14 Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona						Ordinal	
			<b>Dimensión habilidades relacionadas con los</b>	15. Conocer los propios sentimientos.	P.15 Intentas reconocer las emociones que experimentas						Ordinal	
				16. Expresar los sentimientos.	P.16 Permites que los demás conozcan lo que sientes						Ordinal	
				17. Comprender los sentimientos de los demás.	P.17 Intentas comprender lo que sienten los demás						Ordinal	
				18. Enfrentarse con el enfado de otro.	P.18 Intentas comprender el enfado de la otra persona						Ordinal	
				19. Expresar afecto.	P.19 Permites que los demás sepan que te interesas o preocupas por ellos						Ordinal	

				20. Resolver el miedo.	P.20 Piensas porqué estás asustado y haces algo para disminuir tu miedo															Ordinal	
				21. Autorrecompensarse.	P.21 Te dices a ti mismo o haces cosas agradables cuando te mereces una recompensa															Ordinal	
			Dimensión habilidades alternativas a la agresión	22. Pedir permiso.	P.22 Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pides a la persona indicada															Ordinal	
				23.. Compartir algo.	Dpto. de Orientación																Ordinal
				24. Ayudar a los demás.	P.23 Te ofreces para compartir algo que es apreciado por los demás																Ordinal
				25. Negociar.	P.24 Ayudas a quien lo necesita																Ordinal
				26. Empezar el autocontrol.	P.25 Llegas a establecer un sistema de negociación que te satisface tanto a ti mismo como a quienes sostienen posturas diferentes																Ordinal
				27. Defender los propios derechos.	P.27 Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu postura																Ordinal
				28. Responder a las bromas.	P.28 Te las arreglas sin perder el control cuando los demás te hacen bromas																Ordinal
				29. Evitar los problemas con los demás.	P.29 Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas																Ordinal
				30. No entrar en peleas.	P.30 Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte																Ordinal
				Dimensión habilidades para hacer frente al estrés	31. Formular una queja.	P.31 Dices a los demás cuándo han sido los responsables de originar un determinado problema e intentas encontrar una solución															Ordinal
			32. Responder a una queja.		P.32 Intentas llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien																Ordinal
			33. Demostrar deportividad después de un juego.		P.33 Expresas un sincero cumplido a los demás por la forma en que han jugado																Ordinal
			34. Resolver la vergüenza.		P.34 Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido																Ordinal
			35. Arreglárselas cuando le dejan de lado.		P.35 Eres consciente cuando te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en ese momento																Ordinal
			36. Defender a un amigo.		P.36 Manifiestas a los demás que han tratado injustamente a un amigo																Ordinal
			37. Responder a la persuasión.		P.37 Consideras con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hacer																Ordinal
			38. Responder al fracaso.		P.38 Comprendes la razón por la cual has fracasado en una determinada situación y qué puedes hacer para tener más éxito en el futuro																Ordinal
			39. Enfrentarse a los mensajes contradictorios.		P.39 Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa pero dicen o hacen otras que se contradicen																Ordinal
			40. Responder a una acusación.		P.40 Comprendes lo que significa la acusación y por qué te la han hecho y, luego, piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te ha hecho la acusación																Ordinal
			41. Prepararse para una conversación difícil.		P.41 Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista antes de una conversación problemática																Ordinal
			42. Hacer frente a las presiones del grupo.		P.42 Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta																Ordinal
			Dimensión habilida		43. Tomar iniciativas.	P.43 Resuelves la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante															Ordinal
				44. Discernir sobre la causa de un problema.	P.44 Reconoces si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo tu control																Ordinal

			45. Establecer un objetivo.	P.45 Tomas decisiones realistas sobre lo que eres capaz de realizar antes de comenzar una tarea														Ordinal	
			46. Determinar las propias habilidades.	P.46 Eres realista cuando debes dilucidar cómo puedes desenvolverte en una determinada tarea															Ordinal
			47. Recoger información.	P.47 Resuelves qué necesitas saber y cómo conseguir la información															Jrdina I
			48. Resolver los problemas según su importancia.	P.48 Dererminas de forma realista cuál de los numerosos problemas es el más importante y el que deberias solucionar primero															Jrdina I
			49. Tomar una decisión.	P.49 Consideras las posibilidades y eliges la que te hará sentir mejor															Ordinal
				TP.50 te organizas y te preparas oara facilitar la ejecución de tu trabajo															Ordinal

## ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES (Goldstein, et al; 1980)

Sr. Trabajador.

El presente cuestionario tiene por finalidad conocer su opinión sobre la capacidad social, las respuestas de este instrumento sirven únicamente para esta investigación y serán totalmente confidenciales, agradezco por anticipado su colaboración y honestidad al responder.

Nº del Encuestado: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_

Condición Laboral: \_\_\_\_\_ Especialidad: \_\_\_\_\_

La escala de medición es: 1= Nunca 2= casi nunca 3= A veces 4= Casi siempre 5= Siempre

ITEMS	OPCIONES				
	Nunca (N)	Casi Nunca (CN)	A Veces (AV)	Casi Siempre (CS)	Siempre (S)
<b>D1: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES</b>					
P.1. Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te está diciendo					
P.2. Hablas con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes					
P.3. Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos					
P.4. Clarificas la información que necesitas y se la pides a la persona adecuada					
P.5. Permites que los demás sepan que les agradeces los favores					
P.6. Te das a conocer a los demás por propia iniciativa					
P.7. Ayudas a que los demás se conozcan entre sí					
P.8. Dices que te gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza					
<b>D2: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS</b>					
P.9. Pides que te ayuden cuando tienes alguna dificultad					
P.10. Eliges la mejor forma para integrarte en un grupo o para participar en una determinada actividad					
P.11. Explicas con claridad a los demás cómo hacer una tarea específica					
P.12. Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente					
P.13. Pides disculpas a los demás por haber hecho algo mal					
P.14. Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona					
<b>D3: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS</b>					
P.15. Intentas reconocer las emociones que experimentas					
P.16. Permites que los demás conozcan lo que sientes					
P.17. Intentas comprender lo que sienten los demás					
P.18. Intentas comprender el enfado de la otra persona					
P.19. Permites que los demás sepan que te interesas o preocupas por ellos					
P.20. Piensas por qué estás asustado y haces algo para disminuir tu miedo					
P.21. Te dices a ti mismo o haces cosas agradables cuando te mereces una recompensa					
<b>D4: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS</b>					
P.22. Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pides a la persona indicada					
Dpto. de Orientación					
P.23. Te ofreces para compartir algo que es apreciado por los demás					
P.24. Ayudas a quien lo necesita					
P.25. Llegas a establecer un sistema de negociación que te satisface tanto a ti mismo como a quienes sostienen posturas diferentes					
P.27. Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu postura					
P.28. Te las arreglas sin perder el control cuando los demás te hacen bromas					

P.29 Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas									
P.30 Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte									
05: HABIUDES PARA HACER FREMTE At ESTRÉS.									
P.31 Dices a los demás cuándo han sido los responsables de originar un determinado problema < intentas encontrar una solución									
P.32 Intentas llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien									
P.33 Expresas un sincero cumplido a los demás por la forma en que han jugado									
P.34 Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido .									
P.35 Eres consciente cuando te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en ese momento									
P.36 Manifiestas a los demás que han tratado injustamente a un amigo									
P.37 Consideras con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hacer									
P.38 Comprendes la razón por la cual has fracasado en una determinada situación y qué puedes hacer para tener más éxito en el futuro									
P.39 Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa pero dicen o hacen otras que se contradicen									
P.40 Comprendes lo que significa la acusación y por qué te la han hecho y, luego, piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te ha hecho la acusación									
P.41 Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista antes de una conversación problemática									
P.42 Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta									
D6• HABIUDES DE PLANINCAIÓN									
P.43 Resuelves la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante									
P.44 Reconoces si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo tu control									
P.45 Tomas decisiones realistas sobre lo que eres capaz de realizar antes de comenzar una tarea									
P.46 Eres realista cuando debes dilucidar cómo puedes desenvolverte en una determinada tarea									
P.47 Resuelves qué necesitas saber y cómo conseguir la información									
P.48 Determinas de forma realista cuál de los numerosos problemas es el más importante y el que deberías solucionar primero									
P.49 Consideras las posibilidades y eliges la que te hará sentir mejor									
TP.50 te organizas y te preparas para facilitar la ejecución de tu trabajo									

*ffuchas gracias por su colaboración*

## CUESTIONARIO SOBRE LA EFECTIVIDAD DEL PROGRAMA DE DESARROLLO PERSONAL

*Sr. Trabajador.*

*El presente cuestionario tiene por finalidad conocer su opinión sobre la efectividad del Programa de desarrollo personal, las respuestas de este instrumento sirven únicamente para esta investigación y serán totalmente confidenciales, agradezco por anticipado su colaboración y honestidad al responder.*

Nº del Encuestado: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_

Condición Laboral: \_\_\_\_\_ Especialidad: \_\_\_\_\_

La escala de medición es: 1= Nunca 2= casi nunca 3= A veces 4= Casi siempre 5= Siempre

ITEMS	OPCIONES				
	Nunca (N)	Casi Nunca (CN)	A Veces (AV)	Casi Siempre (CS)	Siempre (S)
<b>D1: SECUENCIA METODOLÓGICA</b>					
P1. El programa está diseñado con claridad y precisión	1	2	3	4	5
P2. Presenta un diseño sistemático y exacto para lo que se pretende mejorar	1	2	3	4	5
P3. El programa sigue una secuencia metodológica abierta	1	2	3	4	5
P4. El programa sigue una estructura sustentado científicamente por un autor	1	2	3	4	5
P5. Los procedimientos son claros y precisos	1	2	3	4	5
<b>D2: CONTENIDO</b>					
P6. Los objetivos del programa son directos y están relacionados con las actividades	1	2	3	4	5
P7. Presenta actividades que responde a la necesidad	1	2	3	4	5
P8. Las actividades del programa sigue una secuencia estructurada	1	2	3	4	5
P9. Las actividades presentan tiempo, materiales y secuencia de desarrollo	1	2	3	4	5
<b>D3: EVALUACIÓN</b>					
P10. La evaluación de las actividades presenta un instrumento basado en los objetivos	1	2	3	4	5
P11. Los objetivos cumplen la secuencia de la evaluación de resultados	1	2	3	4	5
P12. Las actividades se relacionan con los objetivos planteados	1	2	3	4	5

*Muchas gracias por su colaboración*

## ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES (Goldstein, et al; 1980)

Sr. Trabajador.

El presente cuestionario tiene por finalidad conocer su opinión sobre la capacidad social, las respuestas de este instrumento sirven únicamente para esta investigación y serán totalmente confidenciales, agradezco por anticipado su colaboración y honestidad al responder.

Nº del Encuestado: 07 Fecha: \_\_\_\_\_ Sexo: MASCULINO

Condición Laboral: NO MÉRADO Especialidad: MATEMÁTICA

La escala de medición es: 1= Nunca 2= casi nunca 3= A veces 4= Casi siempre 5= Siempre

ITEMS	OPCIONES				
	Nunca (N)	Casi Nunca (CN)	A Veces (AV)	Casi Siempre (CS)	Siempre (S)
<b>D1: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES</b>					
P.1. Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te está diciendo	X				
P.2. Hablas con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes		X			
P.3. Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos	X				
P.4. Clarificas la información que necesitas y se la pides a la persona adecuada	X				
P.5. Permites que los demás sepan que les agradeces los favores		X			
P.6. Te das a conocer a los demás por propia iniciativa		X			
P.7. Ayudas a que los demás se conozcan entre sí	X				
P.8. Dices que te gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza			X		
<b>D2: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS</b>					
P.9. Pides que te ayuden cuando tienes alguna dificultad			X		
P.10. Eliges la mejor forma para integrarte en un grupo o para participar en una determinada actividad		X			
P.11. Explicas con claridad a los demás cómo hacer una tarea específica			X		
P.12. Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente		X			
P.13. Pides disculpas a los demás por haber hecho algo mal	X				
P.14. Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona		X			
<b>D3: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS</b>					
P.15. Intentas reconocer las emociones que experimentas		X			
P.16. Permites que los demás conozcan lo que sientes	X				
P.17. Intentas comprender lo que sienten los demás		X			
P.18. Intentas comprender el enfado de la otra persona	X				
P.19. Permites que los demás sepan que te interesas o preocupas por ellos	X				
P.20. Piensas porqué estás asustado y haces algo para disminuir tu miedo		X			
P.21. Te dices a ti mismo o haces cosas agradables cuando te mereces una recompensa			X		
<b>D4: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS</b>					
P.22. Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pides a la persona indicada			X		
Dpto. de Orientación		X			
P.23. Te ofreces para compartir algo que es apreciado por los demás	X				
P.24. Ayudas a quien lo necesita		X			
P.25. Llegas a establecer un sistema de negociación que te satisface tanto a ti mismo como a quienes sostienen posturas diferentes	X				
P.27. Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuáles es tu postura	X				

P.28 Te las arreglas sin perder el control cuando los demás te hacen bromas	X				
P.29 Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas		X			
P.30 Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte			X		
<b>D5: HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS.</b>					
P.31 Dices a los demás cuándo han sido los responsables de originar un determinado problema e intentas encontrar una solución		X			
P.32 Intentas llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien			X		
P.33 Expresas un sincero cumplido a los demás por la forma en que han jugado		X			
P.34 Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido		X			
P.35 Eres consciente cuando te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en ese momento	X				
P.36 Manifiestas a los demás que han tratado injustamente a un amigo		X			
P.37 Consideras con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hacer			X		
P.38 Comprendes la razón por la cual has fracasado en una determinada situación y qué puedes hacer para tener más éxito en el futuro			X		
P.39 Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa pero dicen o hacen otras que se contradicen			X		
P.40 Comprendes lo que significa la acusación y por qué te la han hecho y, luego, piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te ha hecho la acusación			X		
P.41 Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista antes de una conversación problemática		X			
P.42 Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta			X		
<b>D6: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN</b>					
P.43 Resuelves la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante			X		
P.44 Reconoces si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo tu control		X			
P.45 Tomas decisiones realistas sobre lo que eres capaz de realizar antes de comenzar una tarea			X		
P.46 Eres realista cuando debes dilucidar cómo puedes desenvolverte en una determinada tarea		X			
P.47 Resuelves qué necesitas saber y cómo conseguir la información	X				
P.48 Determinas de forma realista cuál de los numerosos problemas es el más importante y el que deberías solucionar primero		X			
P.49 Consideras las posibilidades y eliges la que te hará sentir mejor		X			
TP.50 te organizas y te preparas para facilitar la ejecución de tu trabajo		X			

*Muchas gracias por su colaboración*

Post

## ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES (Goldstein, et al; 1980)

Sr. Trabajador.  
 El presente cuestionario tiene por finalidad conocer su opinión sobre la capacidad social, las respuestas de este instrumento sirven únicamente para esta investigación y serán totalmente confidenciales, agradezco por anticipado su colaboración y honestidad al responder.  
 Nº del Encuestado: 07 Fecha: \_\_\_\_\_ Sexo: MASCULINO  
 Condición Laboral: NOMBRADO Especialidad: MATEMATICA

La escala de medición es: 1= Nunca 2= casi nunca 3= A veces 4= Casi siempre 5= Siempre

ITEMS	OPCIONES				
	Nunca (N)	Casi Nunca (CN)	A Veces (AV)	Casi Siempre (CS)	Siempre (S)
<b>D1: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES</b>					
P1. Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te está diciendo					X
p2 Hablas con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes					X
P.3 Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos					X
P.4 Clarificas la información que necesitas y se la pides a la persona adecuada			X		
P.5 Permites que los demás sepan que les agradeces los favores				X	
P.6 Te das a conocer a los demás por propia iniciativa					X
P.7 Ayudas a que los demás se conozcan entre sí				X	
P.8 Dices que te gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza					X
<b>D2: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS</b>					
P.9 Pides que te ayuden cuando tienes alguna dificultad					X
P.10 Eliges la mejor forma para integrarte en un grupo o para participar en una determinada actividad					X
P.11 Explicas con claridad a los demás cómo hacer una tarea específica				X	
P.12 Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente					X
P.13 Pides disculpas a los demás por haber hecho algo mal			X		
P.14 Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona					X
<b>D3: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS</b>					
P.15 Intentas reconocer las emociones que experimentas					X
P.16 Permites que los demás conozcan lo que sientes					X
P.17 Intentas comprender lo que sienten los demás					X
P.18 Intentas comprender el enfado de la otra persona					X
P.19 Permites que los demás sepan que te interesas o preocupas por ellos				X	
P.20 Piensas por qué estás asustado y haces algo para disminuir tu miedo					X
P.21 Te dices a ti mismo o haces cosas agradables cuando te mereces una recompensa					X
<b>D4: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS</b>					
P.22 Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pides a la persona indicada					X
Dpto. de Orientación				X	
P.23 Te ofreces para compartir algo que es apreciado por los demás				X	
P.24 Ayudas a quien lo necesita					X
P.25 Llegas a establecer un sistema de negociación que te satisface tanto a ti mismo como a quienes sostienen posturas diferentes					X
P.27 Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás <sup>96</sup> cuál es tu postura					X

P.28 Te las arreglas sin perder el control cuando los demás te hacen bromas					X
P.29 Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas					X
P.30 Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte					X
<b>D5: HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS.</b>					
P.31 Dices a los demás cuándo han sido los responsables de originar un determinado problema e intentas encontrar una solución				X	
P.32 Intentas llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien					X
P.33 Expresas un sincero cumplido a los demás por la forma en que han jugado				X	
P.34 Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido				X	
P.35 Eres consciente cuando te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en ese momento					X
P.36 Manifiestas a los demás que han tratado injustamente a un amigo					X
P.37 Consideras con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hacer					X
P.38 Comprendes la razón por la cual has fracasado en una determinada situación y qué puedes hacer para tener más éxito en el futuro				X	
P.39 Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa pero dicen o hacen otras que se contradicen					X
P.40 Comprendes lo que significa la acusación y por qué te la han hecho y, luego, piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te ha hecho la acusación					X
P.41 Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista antes de una conversación problemática					X
P.42 Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta				X	
<b>D6: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN</b>					
P.43 Resuelves la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante					X
P.44 Reconoces si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo tu control				X	
P.45 Tomas decisiones realistas sobre lo que eres capaz de realizar antes de comenzar una tarea				X	
P.46 Eres realista cuando debes dilucidar cómo puedes desenvolverte en una determinada tarea					X
P.47 Resuelves qué necesitas saber y cómo conseguir la información					X
P.48 Determinas de forma realista cuál de los numerosos problemas es el más importante y el que deberías solucionar primero				X	
P.49 Consideras las posibilidades y eliges la que te hará sentir mejor					X
TP.50 te organizas y te preparas para facilitar la ejecución de tu trabajo					X

Muchas gracias por su colaboración

## CUESTIONARIO SOBRE LA EFECTIVIDAD DEL PROGRAMA DE DESARROLLO PERSONAL

Sr. Trabajador.

El presente cuestionario tiene por finalidad conocer su opinión sobre la efectividad del Programa de desarrollo personal, las respuestas de este instrumento sirven únicamente para esta investigación y serán totalmente confidenciales, agradezco por anticipado su colaboración y honestidad al responder.

Nº del Encuestado: 07 Fecha: \_\_\_\_\_ Sexo: MASCULINO  
 Condición Laboral: NOMBRADO Especialidad: MATEMATICA

La escala de medición es: 1= Nunca 2= casi nunca 3= A veces 4= Casi siempre 5= Siempre

ITEMS	OPCIONES				
	Nunca (N)	Casi Nunca (CN)	A Veces (AV)	Casi Siempre (CS)	Siempre (S)
<b>D1: SECUENCIA METODOLÓGICA</b>					
P1. El programa está diseñado con claridad y precisión	1	2	3	4	5
P2. Presenta un diseño sistemático y exacto para lo que se pretende mejorar	1	2	3	4	5
P3. El programa sigue una secuencia metodológica abierta	1	2	3	4	5
P4. El programa sigue una estructura sustentado científicamente por un autor	1	2	3	4	5
P5. Los procedimientos son claros y precisos	1	2	3	4	5
<b>D2: CONTENIDO</b>					
P6. Los objetivos del programa son directos y están relacionados con las actividades	1	2	3	4	5
P7. Presenta actividades que responde a la necesidad	1	2	3	4	5
P8. Las actividades del programa sigue una secuencia estructurada	1	2	3	4	5
P9. Las actividades presentan tiempo, materiales y secuencia de desarrollo	1	2	3	4	5
<b>D3: EVALUACIÓN</b>					
P10. La evaluación de las actividades presenta un instrumento basado en los objetivos	1	2	3	4	5
P11. Los objetivos cumplen la secuencia de la evaluación de resultados	1	2	3	4	5
P12. Las actividades se relacionan con los objetivos planteados	1	2	3	4	5

*Muchas gracias por su colaboración*

## ANEXO 4

### MATRIZ DE VALIDACIÓN A JUICIO DE EXPERTOS DEL INSTRUMENTO 1

Título: Programa de desarrollo personal para mejorar las habilidades sociales en los docentes de la I.E. "José Antonio Encinas Franco"- Acoria, 2018  
 Autor: Br. Mercedes y Ryder

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	Excepción					NIVELES DE CALIFICACIÓN								OBSERVACION
				Nunca (N)	Casi Nunca (CN)	A Veces (AV)	Casi Siempre (CS)	Siempre (S)	RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR		RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ITEM		RELACIÓN ENTRE EL ITEM Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA		
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
e X: Programa de desarrollo personal	SECUENCIA METODOLÓGICAS	Tiene una estructura sustentada y sistemática	P1. El programa está diseñado con claridad y precisión						X		X		X		X		
			P2. Presenta un diseño sistemático y exacto para lo que se pretende mejorar						X		X		X		X		
			P3. El programa sigue una secuencia metodológica adecuada						X		X		X		X		
		Siguen los procedimientos científicos	P4. El programa sigue una estructura sustentada científicamente por un autor						X		X		X		X		
			P5. Los procedimientos son claros y precisos														
	CONTENIDO	Presenta los objetivos claros	P6. Los objetivos del programa son directos y están relacionados con las actividades						X		X		X		X		
			P6. Presenta actividades que responde a la necesidad						X		X		X		X		
		Siguen una secuencia de actividades	P7. Las actividades del programa siguen una secuencia estructurada					"	X		X		X		X		
			P8. Las actividades presentan tiempo, materiales y secuencia de desarrollo						X		X		X		X		
	VALUACIÓN	Evalúa con claridad	P9. La evaluación de las actividades presenta un instrumento basado en los objetivos					"	X		X		X		X		
			P10. Los objetivos cumplen la secuencia de la evaluación de resultados						X		X		X		X		
Presenta objetivos que responden a la ejecución de las actividades		P11. Las actividades se relacionan con los objetivos planteados					"	X		X		X		X			

  
 Silvia Huamán Muro  
 PSICOLOGA  
 C.Ps.P. 31908

  
 Mg. Haydee Chavca Hilario

  
 Mg. Luis A. Gonzalez Campos  
 C.M. N° 1023213487

  
 Mg. Elsa Castro Chavca

## VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO 1

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Cuestionario para evaluar la efectividad del Programa Desarrollo personal-

OBJETIVO: Conocer la efectividad de la aplicación del Programa desarrollo personal.

DIRIGIDO A: Docentes de la 1. E. "José Antonio Encinas Franco"— Acoria.

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:

HUAMÁN MUNARRIZ, Silvia

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:

MAGISTER EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

VALORACIÓN: CUANTITATIVA

El instrumento es:

1	2	3	4
MALO	REGULAR	BUENO	MUY BUENO

Firma del evaluador



Silvia Huamán Munarriz  
PSICOLOGA  
C.Ps.P. 31908

## VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO 1

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** Cuestionario para evaluar la efectividad del Programa Desarrollo personal-

**OBJETIVO:** Conocer la efectividad de la aplicación del Programa desarrollo personal.

**DIRIGIDO A:** Docentes de la I. E. "José Antonio Encinas Franco" – Acoria.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:**

CHAUCA HILARIO, Haydee

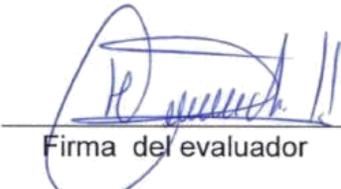
**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:**

MAGISTER EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

**VALORACIÓN:** CUANTITATIVA

El instrumento es:

1	2	3	4
MALO	REGULAR	BUENO	MUY BUENO

  
Firma del evaluador

## VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO 1

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** Cuestionario para evaluar la efectividad del Programa Desarrollo personal-

**OBJETIVO:** Conocer la efectividad de la aplicación del Programa desarrollo personal.

**DIRIGIDO A:** Docentes de la I. E. "José Antonio Encinas Franco" – Acoria.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:**

GONZALES CAMPOS, Luis Alfredo

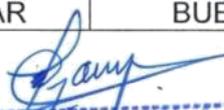
**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:**

MAGISTER EN ADMINISTRACIÓN DE LA EDUCACIÓN

**VALORACIÓN:** CUANTITATIVA

El instrumento es:

1	2	3	4
MALO	REGULAR	BUENO	MUY BUENO

  
Mg. Luis A. Gonzales Campos  
C.M. N° 1023213487  
Firma del evaluador

## VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO 1

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** Cuestionario para evaluar la efectividad del Programa Desarrollo personal-

**OBJETIVO:** Conocer la efectividad de la aplicación del Programa desarrollo personal.

**DIRIGIDO A:** Docentes de la I. E. "José Antonio Encinas Franco" – Acoria.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:**

CASTRO CHAUCA, Elsa

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:**

MAGISTER EN ADMINISTRACIÓN DE LA EDUCACIÓN

**VALORACIÓN:** CUANTITATIVA

El instrumento es:

1	2	3	4
MALO	REGULAR	BUENO	MUY BUENO



Firma del evaluador

**SOLICITA:** Autorización para aplicar encuesta al personal docente

**SEÑORA DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "JOSE ANTONIO ENCINAS FRANCO"-LLAHUEC**

**S.D.**

**Mendoza De La Cruz, Ryder** identificado con **DNI N° 40408496**, con domicilio legal en el Jr. Mercurio N° 110 de la ciudad de Huancavelica, y **Huamán Cunya Mercedes Violeta** con **DNI N° 23274477** y domicilio en el Jr. Pablo B. Solís N°478, Huancavelica; estudiantes de la Escuela de Posgrado de la Universidad Cesar Vallejo filial Huancavelica, ante Ud., con el debido respeto nos presentamos y exponemos:

Que, encontrándonos realizando estudios de Maestría, con Mención en Administración de la Educación en la Universidad César vallejo de Trujillo con sede en la ciudad de Huancavelica y teniendo la necesidad de validar la encuesta dirigida al personal docente que labora en la Institución Educativa; acudimos a su persona a fin de que nos acceda la autorización para la aplicación de la encuesta el día 25 del mes en curso con el instrumento cuestionario para realizar el trabajo de investigación titulado **"Programa de desarrollo personal para mejora las habilidades sociales en los docentes I.E José Antonio Encinas Franco"**, y para mayor referencia adjunto los instrumentos correspondientes.

**POR LO EXPUESTO:**

Señora directora, esperamos alcanzar nuestra solicitud para su ejecución respectiva.

Llahuecc, 25 de junio de 2018



Prof. Ryder Mendoza De La Cruz

DNI N° 40408496

Prof. Mercedes V. Huamán Cunya

DNI N° 23274477

SOLICITA: Constancia de Aplicación de  
Encuesta a docentes

SEÑORA DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "JOSE ANTONIO ENCINAS FRANCO"-  
LLAHUEC

S.D.

Mendoza De La Cruz, Ryder identificado con DNI N° 40408496, con domicilio legal en el Jr. Mercurio N° 110 de la ciudad de Huancavelica, y Huamán Cunya Mercedes Violeta con DNI N° 23274477 y domicilio en el Jr. Pablo B. Solís N°478, Huancavelica; estudiantes de la Escuela de Posgrado de la Universidad Cesar Vallejo filial Huancavelica, ante Ud., con el debido respeto nos presentamos y exponemos:

Que, habiendo realizado la encuesta al personal docente que labora en la Institución Educativa; para su respectiva validación acudimos a su persona a fin de que nos otorgue la constancia de aplicación de la encuesta para realizar el trabajo de investigación titulado "Programa de desarrollo personal para mejora las habilidades sociales en los docentes I.E José Antonio Encinas Franco".

POR LO EXPUESTO:

Señora directora, esperamos alcanzar  
nuestra solicitud.

Llahuecc, 27 de junio de 2018

  
25 JUN 2018  
DIRECTORA  
Xavier Victoria  
DNI N° 40408496  
Prof. Ryder Mendoza De La Cruz  
DNI N° 40408496

  
Prof. Mercedes V. Huamán Cunya  
DNI N° 23274477



INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
**"JOSÉ A. ENCINAS FRANCO"**  
LLAHUECC - ACORIA

**LA DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "JOSÉ ANTONIO ENCINAS FRANCO" DEL CENTRO POBLADO DE LLAHUECC, DISTRITO DE ACORIA, PROVINCIA Y REGIÓN DE HUANCAVELICA, OTORGA LA PRESENTE:**

# CONSTANCIA

A los docentes **Ryder MENDOZA DE LA CRUZ** y **Mercedes Violeta HUAMÁN CUNYA**, estudiantes de la escuela de Post Grado de la Universidad "Cesar Vallejo" filial Huancavelica por haber aplicado un cuestionario encuesta sobre **PROGRAMA DE DESARROLLO PERSONAL PARA MEJORAR LAS HABILIDADES SOCIALES EN LOS DOCENTES DE LA I.E. "JOSÉ ANTONIO ENCINAS FRANCO" DE LLAHUECC- ACORIA 2018** a los docentes trabajadores de esta institución el día 25 de junio del presente año, la cual le sirvió para realizar el trabajo interno, en bien de la mejora de la institución a la que dirijo.

Se le expide la presente constancia a solicitud de los interesados para los fines que crean por conveniente.

Llahuecc, 28 de junio de 2018

Atentamente;

INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
**"JOSÉ A. ENCINAS FRANCO"**  
LLAHUECC - ACORIA  
DIRECCIÓN  
M<sup>te</sup> Mercedes Violeta Huamán Cunya  
DIRECTORA



SE APRECIA LA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO



SE APRECIA LA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO



SE APRECIA LA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO



SE APRECIA LA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO



SE APRECIA LA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO



SE APRECIA LA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO



SE APRECIA LA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO



**ESCUELA DE POSGRADO**  
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**PROGRAMA  
“DESARROLLO  
PERSONAL”**

*Para trabajar con éxito*

# PRESENTACIÓN

*Este Programa “Desarrollo personal”, de manera sencilla y precisa, busca contribuir a la profundización e internalización de conceptos y actitudes que enriquezcan el desarrollo integral de un grupo de jóvenes con la finalidad de fortalecer su autoestima.*

La mejora de las condiciones de vida de las personas no proviene de acciones aisladas o disociadas de su integralidad como seres humanos, por eso, la búsqueda de generación de mayores ingresos, será más efectiva y rápida si las personas involucradas se sienten merecedoras de mejores condiciones de vida, para ellas, sus familias y sus comunidades. Estas mejores condiciones se reflejan, necesariamente, en una comunicación más efectiva, que genera relaciones interpersonales satisfactorias y optimiza los procesos de aprendizajes y cambios.

Este programa aportara estrategias de trabajo por cada dimensión de la autoestima,

Para su selección se ha procurado que cumplan las siguientes condiciones:

- Prácticas.
- Sencillas.
- Fáciles de aplicar.
- Variadas.
- Lúdicas

Los autores.

## 1. OBJETIVO GENERAL

Contribuir en la mejora de habilidades de los docentes a través de actividades vivenciales y lúdicas.

## 2. DESCRIPCION DE LOS SUBPROGRAMAS

SUBPROGRAMAS	CONTENIDO DE ACTIVIDADES	OBJETIVOS
Habilidades de inicio	Ando conociéndome	Ejercitar habilidades de autoconocimiento.  Fomentar una visión realista y positiva de sí mismo / a y de las propias posibilidades.  Descubrir las bases teóricas de la autoestima.
	Acepto mi figura corporal	Conocer el grado de aceptación de la figura corporal y de sus partes.  Reflexionar sobre cómo favorecer la aceptación de la figura corporal.
	Anuncio publicitario de mi persona	Ejercitar habilidades de autoconocimiento y de autorrevelación hacia los demás.  Aumentar la autoestima.
	Yo soy	Tomar conciencia de que nuestra autovaloración será positiva o negativa en función de con quién nos comparemos
Habilidades de	Imagínate a ti mismo	Hacer conscientes a los alumnos de

autoimagen		que la realización de sus proyectos futuros, depende, en gran medida, de ellos mismos.
	Acentuar lo positivo	Lograr que las personas puedan derribar las barreras impuestas por ellas mismas debido a que no les permiten tener un buen concepto propio; mejorar la imagen de ellas mismas mediante el intercambio de comentarios y cualidades personales.
	Caricias por escrito	Propicia el manejo creativo de la comunicación verbal escrita. Permite el intercambio emocional gratificante. ] Ayuda el fortalecimiento de la autoimagen de los participantes.
Habilidades de refuerzo	Un paseo en el bosque	Estimular la acción de autovalorarse en los demás compañeros. Mejorar la confianza y la comunicación del grupo.
	Dando y recibiendo retroalimentación positiva	Desarrollar la conciencia de nuestros propios logros. Practicar mediante el reconocimiento público de otros. Concientizarse de sus propias respuestas en reconocimiento de otros.

	Dar y recibir afecto	Vivenciar los problemas relacionados con dar y recibir afecto.
	Regalar la felicidad <i>“experimentando la retroalimentación”</i>	Procurar un clima de confianza, autoestima y refuerzo positivo dentro de un grupo pequeño.  Experimentar el dar y el recibir retroalimentación positiva de una forma no amenazante.

### 3. SECUENCIA METODOLÓGICA

- a) Se seguirá la siguiente secuencia:
- b) Se ofrece la Bienvenida
- c) Orientaciones de las sesiones
- d) Desarrollo de la sesión
- e) Cierre de la sesión
- f) Cada sub programa durará de entre 20 a 40 minutos aproximadamente, 4 veces al mes.
- g) El grupo de estudiantes se reunirán en un ambiente amplio brindado por la Institución.
- h) Al terminar Cada sub programa, se sugiere deberán para practicar lo que han aprendido.

