



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE HUMANIDADES

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

“Efecto de un programa de desarrollo de habilidades sociales sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.”

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTORA:

Gladys Andrea Monzen Tenorio

ASESOR:

Mg. Lazarte Aranguren, Luis Antonio

LINEA DE INVESTIGACIÓN

Violencia

LIMA – PERÚ

2018



ACTA DE APROBACIÓN DE LA TESIS

Código : F07-PP-PR-02.02
Versión : 09
Fecha : 23-03-2018
Página : 1 de 1

El Jurado encargado de evaluar la tesis presentada por don
(a) Glady's Andrea Manzen Tenorio
cuyo título es: Efecto de un programa de desarrollo de habilidades
sociales sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año
de secundaria de una institución educativa pública - San Juan
de Lurigancho, Lima, 2018.

Reunido en la fecha, escuchó la sustentación y la resolución de preguntas por
el estudiante, otorgándole el calificativo de: 13 (número)
Trece (letras).

Lima, San Juan de Lurigancho 01 de 10 del 2018

PRESIDENTE

SECRETARIO

VOCAL



Elaboró

Dirección de
investigación

Revisó

Representante del SGC



Aprobó

Vicerectorado de
Investigación

Dedicatoria

Dedico este trabajo principalmente a Dios por bendecirme y haberme permitido llegar hasta aquí en mi formación profesional. A mis padres por inculcarme en alcanzar mis objetivos como estudiante.

Agradecimientos

En primer lugar doy gracias a Dios por haberme dado el coraje y fuerza para culminar este trabajo de Investigación. Agradezco también a mi familia por la confianza y el apoyo brindado, corrigiendo mis faltas y celebrando mis triunfos y finalmente a todas las personas que creyeron en mí para culminar este proyecto anhelado que siempre quise desarrollarlo.

DECLARATORIA DE AUTENCIDAD

Yo, Gladys Andrea Monzen Tenorio, con DNI 70056553, a disposición de cumplir con lo que dispone la vigencia considerada en el reglamento de la Universidad Cesar Vallejo, Facultad de Humanidades, Escuela de Psicología, declaro bajo juramento que la presente documentación es verídica y original.

Asimismo, declaro bajo juramento que tanto los datos e informaciones de esta tesis son auténticos y verídicos.

Por ello, acepto la responsabilidad que compete ante cierto tipo de falsedad, encubrimiento u omisión de los documentos así como respecto a la información brindada por lo cual me supedito a lo habilitado en las reglas académicas de la Universidad Cesar Vallejo.



Gladys Andrea Monzen Tenorio

DNI: 70056553

PRESENTACION

Señores miembros del jurado

Presento la tesis titulada “Efecto de un programa de desarrollo de habilidades sociales sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.” Cuyo objetivo es determinar el efecto de un programa de desarrollo de habilidades sociales sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa.

Esta investigación se presenta con la finalidad de obtener el título profesional de Licenciada en Psicología

La autora



Gladys Andrea Monzen Tenorio

DNI: 70056553

ÍNDICE

	Pag.
Página del jurado	Ii
Dedicatoria	Iii
Agradecimiento	Iv
Declaratoria de Autenticidad	V
Presentación	Vi
Índice	Vii
Índice de tablas	Viii
Índice de figuras	Ix
Resumen	X
Abstract	Xi
I. INTRODUCCIÓN	14
1.1 Realidad problemática	15
1.2 Trabajos previos	17
1.2.1 Antecedente internacional	17
1.2.2 Antecedente Nacional	19
1.3 Teorías relacionas al tema	22
1.3.1 Habilidades sociales	22
1.3.2 Acoso Escolar	28
1.4 Formulación del problema	33
1.5 Justificación del estudio	34
1.6 Hipótesis	35
1.7 Objetivo	37
1.7.1 Objetivo General	37
1.7.2 Objetivo Específico	37
II. MÉTODO	
2.1 Diseño de Investigación	41
2.2 Variable, Operalización	42
2.2.1 Variable	42
2.2.2 Operalización de la variable	43

2.3	Población y muestra	46
2.3.1	Muestreo	47
2.4	Técnica e Instrucción	48
2.4.1	Técnica	48
2.4.2	Instrucción	48
2.5	Método de análisis de datos	50
2.6	Aspecto éticos	50
III.	RESULTADOS	52
IV.	DISCUSIÓN	71
V.	CONCLUSIONES	74
VI.	RECOMENDACIONES	77
VII.	REFERENCIAS	79
VIII.	ANEXOS	85
8.1	Matriz de consistencia	86
8.2	Instrumento	90
8.3	Programa de Intervención	92
8.4	Formato de validación	131
8.5	Asentimiento informado	134
8.6	Constancia	136
8.7	Cualquier otra información adicional	135

Índice de tablas

		Pag.
Tabla 1.	<i>Operalización de la variable de estudio</i>	45
Tabla 2.	<i>Población de estudio</i>	46
Tabla 3.	<i>Juicio de experto</i>	49
Tabla 4.	<i>Análisis de confiabilidad</i>	50
Tabla 5.	<i>Prueba de normalidad grupo Experimental</i>	53
Tabla 6.	<i>Prueba de normalidad grupo Control</i>	54
Tabla 7.	<i>Comparación de medias entre pre y post test del grupo Experimental</i>	54
Tabla 8.	<i>Comparación de rangos con signo de Wilcoxon entre pre y post test del grupo experimental.</i>	55
Tabla 9.	<i>Comparación de medias entre pre y pos test de la dimensión desprecio y Ridiculización.</i>	56
Tabla 10.	<i>Comparación de rango con signo de Wilcoxon entre pre y pos test de la dimensión desprecio y Ridiculización.</i>	57
Tabla 11.	<i>Comparación de medias entre pre y post test de la dimensión Intimidación- Amenazas.</i>	58
Tabla 12	<i>Comparación de rangos con signo de Wilcoxon entre pre y post test de la dimensión Intimidación- Amenazas.</i>	59
Tabla 13	<i>Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión coacción del grupo experimental.</i>	59
Tabla 14	<i>Comparación de rangos con signo de Wilcoxon entre pre y post test de la dimensión Coacción.</i>	60
Tabla 15	<i>Comparación de medias entre pre y post test de la dimensión Restricción de la comunicación.</i>	61
Tabla 16	<i>Comparación de rangos con signo de</i>	62

Wilcoxon entre pre y post test de la dimensión Restricción de la comunicación.

<i>Tabla 17.</i>	<i>Comparación de medias entre pre y post test de la dimensión Exclusión y Bloqueo social.</i>	63
<i>Tabla 18.</i>	<i>Comparación de rangos con signo de Wilcoxon entre pre y post test de la dimensión Exclusión y Bloqueo social.</i>	63
<i>Tabla 19.</i>	<i>Comparación de medias entre pre y post test de la dimensión Hostigamiento Verbal.</i>	64
<i>Tabla 20.</i>	<i>Comparación de rangos con signo de Wilcoxon entre pre y post test de la dimensión Hostigamiento Verbal.</i>	65
<i>Tabla 21.</i>	<i>Comparación de medias entre pre y post test de la dimensión Agresiones.</i>	66
<i>Tabla 22.</i>	<i>Comparación de rangos con signo de Wilcoxon entre pre y post test de la dimensión Agresiones.</i>	67
<i>Tabla 23.</i>	<i>Comparación de medias entre pre y post test de la dimensión Robos</i>	68
<i>Tabla 24</i>	<i>Comparación de rangos con signo de Wilcoxon entre pre y post test de la dimensión Robos</i>	68
<i>Tabla 25</i>	<i>Prueba T-Student de muestras pareadas grupo Control</i>	69

Índice de figuras

	Pag.
<i>Figura 1. Comparación de medias de los totales del Acoso Escolar, Pre y Post Test del grupo experimental</i>	55
<i>Figura 2. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión Desprecio y Ridiculización del grupo experimental.</i>	56
<i>Figura 3. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión intimidación -amenazas del grupo experimental.</i>	58
<i>Figura 4. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión coacción del grupo experimental.</i>	60
<i>Figura 5. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión Restricción de la comunicación del grupo experimental.</i>	61
<i>Figura 6. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión Exclusión- Bloqueo Social del grupo experimental.</i>	63
<i>Figura 7. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión Hostigamiento verbal del grupo experimental.</i>	65
<i>Figura 8. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión Agresiones del grupo experimental.</i>	66
<i>Figura 9. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión Robos del grupo experimental.</i>	67

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Su diseño de estudio fue de tipo cuasi experimental, constituido por dos grupos de control y experimental a quien se realizó un pre y post test. Se utilizó el instrumento Auto Test de Cisneros de Acoso Escolar. La muestra estuvo conformada por 50 estudiantes de primer año de secundaria, 25 en el grupo de control y 25 grupo experimental, sus edades oscilan de 11 a 13 años de edad. En cuanto al resultado del grupo experimental, se utilizó el estadístico no paramétrico Wilcoxon, obtuvo una significancia $p= 0.016$ aceptando la hipótesis del estudio, es decir los efectos del desarrollo del programa disminuye el acoso escolar en los estudiantes de Institución Educativa Pública ya mencionada. En cambio, para el grupo control se utilizó el estadístico paramétrico T- Student donde se obtuvo la significancia $p= 0.066$, no se encontró un efecto significativo en el mencionado grupo.

Palabras claves: Programa, Habilidades Sociales y Acoso Escolar.

ABSTRACT

The objective of this research was to identify the effects of a social skills development program in the dimension of contempt and ridicule in freshman students of a public educational institution - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Their study design was of quasi-experimental type, constituted by two control and experimental groups to whom a pre and post test was carried out. The instrument Auto Test de Cisneros Escobar Escolar was used. The sample consisted of 50 freshmen students, their ages range from 11 to 13 years of age. The non-parametric statistic Wilconxon was used as a result of the group experiment, it obtained a significance $p = 0.016$ accepting the study hypothesis, that is to say, the effects of the development of the program diminish the bullying in the students of Public Education institution already mentioned. On the other hand, for the control group we used the parametric statistical T-Student where the significance was obtained $p = -0.066$, no significance was shown in this group.

Keywords: Program, Social Skills and School Harassment.

I.INTRODUCCIÓN

1.1 Realidad Problemática

En la actualidad es muy importante el desarrollo adecuado de las habilidades sociales en distintos contextos sea familiar, social y escolar, es cada vez más necesaria, ya que en los salones de clases se observa que los estudiantes carecen de capacidad para poder interactuar entre ellos; muchas veces manifiestan una comunicación agresiva o pasiva, limitándose a comunicarse asertivamente, respetando a los demás y de igual manera respetándose así mismo; al no contar con adecuadas habilidades sociales genera conflictos y problemas en la convivencia escolar, como rechazo, desadaptación de los estudiante y también se puede conllevar a problemas sociales como el pandillaje, la drogadicción, el alcoholismo en un futuro. Por esta razón que es importante inculcarles desde niños el progreso adecuado de las habilidades sociales a los alumnos y esto va a generar beneficios a corto o largo plazo, ya que estas habilidades nos ayudan a relacionarnos, integrarnos y comunicarnos con las demás personas de manera efectiva.

A modo internacional la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2010) menciona que “Un estudiante sufre de acoso cuando es objeto, repetidas veces a lo largo del tiempo, de un comportamiento agresivo que le causa intencionalmente heridas o malestar por medio del contacto físico, las agresiones verbales, las peleas o las manipulaciones psicológicas” (p. 11).

Así mismo, en un estudio realizado por la Organización de Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE) (2017), mediante un estudio proporcionado por el Programa para la Evaluación Internacional de Alumnos (PISA), se obtuvieron los resultados que 540,000 estudiantes de 15 años de edad en 72 países, 11% de los alumnos revelo que, al menos en varias ocasiones al mes, fueron víctimas de las burlas de otros compañeros, mientras que el 4% afirmó haber sido golpeado o empujado por otros estudiantes, por lo menos varias veces al mes, de igual manera se obtiene el resultado que las niñas son víctimas con más frecuencia que los niños, siendo el 9,2% de niñas y un 7,6% de los niños mencionaron ser víctimas.

Mientras que en una encuesta, el Instituto Nacional de Estadística e Informática y el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (2015) obtuvo como resultado que de 100 estudiantes 75 de ellos son víctimas de agresión física, verbal y psicológica por parte de sus compañeros [...] el acoso escolar repercute directamente con un efecto negativo en

el rendimiento escolar, autoestima y en las relaciones interpersonales de la víctima, hasta llegar a presentar pensamientos suicidas.

Según Ministerio de Educación del Perú (2011) se decretó la Ley N°29719, estatuto que fomenta las relaciones interpersonales sin violencia en los centros educativos, siendo su objetivo principal implantar mecanismos, diagnosticar, prevenir, sancionar, erradicar la violencia, el hostigamiento, la intimidación y cualquier acto considerado como acoso entre alumnos.

Esta realidad de dificultades en el contexto escolar se evidencia en la institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, con comportamientos violenta ya sea dentro o fuera de las aulas, siendo el primero grado de secundaria el que muestra mayor dificultad y problemas en cuanto al manejo de sus habilidades sociales y evidenciando acoso escolar entre los alumnos, esta información fue corroborada por el registro de faltas e incidencias que maneja la dirección del colegio. Hoy en día las únicas soluciones antes los problemas de conducta de los estudiantes son sanciones, anotación en el cuaderno de control, baja calificaciones, pero eso no garantiza que las conductas inadecuadas disminuya o desaparezcan, por tal motivo es posible que este comportamiento negativo perdure en el tiempo y perjudique sus relaciones interpersonales, por esta razón necesario realizar programas psicológicos para así desarrollar de forma adecuadas las habilidades sociales, de igual manera anticiparnos a evitar efectos perjudicial y dañinas en el fututo del alumno.

Finalmente la presente investigación pretende determinar los efectos de programa de intervención de habilidades sociales y acoso escolar en la institución educativa Manuel Gonzales Prada en donde se cuenta con un porcentaje significativo de alumnos de nivel secundaria que se encuentran en riesgo y vulnerabilidad social, en los cuales se puede observar un mal manejo de sus habilidades sociales y que esto hace que se refleje en el acoso escolar, donde también influye una comunicación agresiva dentro de su contexto educativo como familiar. Al fortalecer sus vínculos interpersonales como su autoestima, la comunicación, toma de decisiones y asumir sus responsabilidades, va a traer como consecuencia que al momento de interactuar lo realice con respeto y confianza promoviendo una convivencia pacífica, que es importante para lograr un adecuado desarrollo de la personalidad del estudiante, también mejorar su ambiente escolar.

1.2 Trabajos previos

1.2.1 A nivel internacional

En Bolivia, Ferreira y Muñoz (2013) realizaron un estudio “Programa de intervención en habilidades sociales para reducir los niveles de acoso escolar entre pares o bullying”, cuyo objetivo fue reducir el acoso escolar en estudiantes de quinto grado de primaria de un colegio particular de la zona sur de la ciudad de La Paz, Bolivia. Es una investigación con diseño cuasi-experimental. La muestra de la investigación se realizó con 40 alumnos de quinto de primaria de ambos sexos, con una edad entre 10 a 12 años. El cuestionario que se aplicó fue el Insebull (Instrumento para la evaluación del Bullying) elaborada por Aviles y Elices, 2003. Se obtuvo como resultado en el grupo de control la mayoría de los casos se dio un posible incremento en el nivel de agresiones entre los compañeros. Los resultados de la T- de Student son de 0.478 aceptándose la hipótesis nula; en el caso del grupo experimental se observa que en la mayoría de los casos se produjo una disminución en el nivel de agresión teniendo como resultado de la T- de Student es de ,014., aceptando la hipótesis de la investigación. A modo de conclusión el programa de intervención de habilidades sociales ayudo a resolver los problemas en el aula y disminuir el acoso escolar de estudiantes de quinto grado de primaria de un colegio particular de la zona sur de la ciudad La Paz Bolivia.

Cerezo y Sánchez (2013) en España realizaron su artículo científico “Eficacia del programa CIP para la mejora de convivencia escolar y la prevención del bullying en alumnos de Educación Primaria”. La investigación adquiere los resultados de un programa ya establecido que tiene como título Propuesta del Programa CIP (concienciar, informar y prevenir) en un centro educativo. Utilizó el diseño de tipo Pre experimental, solo trabajó con grupo para la investigación a quien se le aplicó el pre y post test. La muestra estuvo constituida por 23 alumnos del tercer año de primaria, entre las edades de 8 a 10 años y de cuarto año de primaria entre las edades 10 y 11 años. Se utilizó como instrumento el Test Bull-S, para la prevención e intervención en situaciones de abuso entre escolares. Los resultados fueron que la diferencia en el rango de la ampliación del acoso escolar antes y después de la aplicación del programa de intervención, se consideró el estadístico de la prueba Chi Cuadrado no se evidencia significancia ($1.026 p < 0.003$) ya que el grupo de investigación es muy pequeño, para la dimensión agresivo su nivel de significancia fue 0.036, en la dimensión Víctimas su significancia es de 0.004 es decir, mediante la

aplicación del programa CIP un grupo de alumnos del nivel primaria se obtuvo un efecto de disminución de acoso escolar y se mostró un eficacia en las relaciones sociales.

Remedios e Inmaculada (2014) realizaron su artículo de investigación “Intervención en habilidades sociales para la educación de los estudiantes de nivel primaria en colegios públicos de Alcasser, valencia 2014”. Su objetivo principal de la investigación fue analizar el efecto de la intervención en habilidades sociales en el desarrollo del niño en la etapa escolar, adecuada técnicas para las habilidades sociales en los estudiantes de nivel primario en colegios públicos de Alcasser, Valencia 2014. El programa se aplicó a dos colegios siendo la muestra 137 alumnos de nivel primaria con edades que oscilan entre 6 12 años, los alumnos proceden de colegios públicos. El tipo de investigación es experimental. El instrumento utilizado es el cuestionario de habilidades sociales. Los resultados fueron estadísticamente significativos en la interacción tiempo o intervención por colegio en el área $p=0.008$, efecto positivo de la intervención por si sola en las habilidades $p=0.024$. En conclusión se mostró una efectividad en la intervención psicológica para el mejoramiento en el desarrollo de las habilidades sociales de los niños en la etapa escolar.

En Chile Livacic, Espinoza y Ugalde (2014) en su artículo denominado “Intervenciones psicológicas basadas en la evidencia para la prevención de la delincuencia juvenil. Un programa de entrenamiento en habilidades sociales en ambientes educativos”. Su objetivo principal es delimitar la efectividad de la intervención de modificación de conducta y habilidades sociales de menores que presentan problemas con la justicia. Se utilizó un diseño experimental. Su muestra estuvo conformada por un grupo de 6 jóvenes entre las edades de 13 a 18 años. Obtuvo como resultados de la investigación valores significativos para el grupo experimental del pre al post test un valor de $p=0.787$ para el tamaño del efecto observado es de $=0.787$ y la potencia de prueba es de 1.00. Como conclusión este programa reporta resultados estadísticamente significativos, ya que se evidenció posibles modificaciones positivas en las conductas de los estudiantes principalmente en el área de lenguaje (reducción de grosería), la integración a grupo sociales, la ejecución completa de las actividades educativas y la suma del interés por el estudio.

Borda, Savedra (2017) su artículo de investigación tiene como título “Diseño y aplicación de un programa de autoeficacia para prevenir el acoso escolar en adolescentes

de 11 a 14 años en una unidad educativa de la ciudad de La Paz. Su objetivo principal diseñar y aplicar un programa de autoeficacia para prevenir el acoso escolar en alumnos de una institución educativa de La paz. La metodología fue pre experimental utilizando un pre y post test. Su muestra estuvo conformada por 36 alumnos del primer grado secundaria. Utilizó los siguientes instrumentos, para el acoso escolar Cuestionario para Estudiantes de Acoso Escolar y la Escala de Autoeficacia de Schwaarzer y Jerusalem. Obtuvo como resultado en el pre test un porcentaje de 10% de autoeficacia, sin embargo, tras la aplicación del programa se obtuvo un porcentaje en el post test de 33%, es decir si se presentó efectividad en el programa de intervención para la prevención del acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa de La Paz.

1.2.3 A nivel nacional

Gastulo (2013) en su investigación titulada “Programa de habilidades sociales en conductas agresivas en la institución Educativa Rosa Irene Infantes de San Miguel Lima-2013”. El objetivo principal fue determinar la relación entre las habilidades sociales y la agresión en estudiantes de la Institución Rosa Irene Infantes de San Miguel, Lima. 2013. Con un diseño de investigación cuasi experimental. La muestra estuvo constituida por 40 alumnos del nivel de secundaria conformada por dos sesiones 1 A con 20 estudiantes y 1c con 20 estudiantes. El instrumento utilizado para la evaluación fue los ítems de Agresividad Física y Verbal por Coprera y Pastorelli (1993), aplicando un pre test y al final del programa se le aplicó el post test. Se obtuvo como resultado que si existe una relación muy significativa entre ambas variables de estudio habilidades sociales y conductas agresivas ($p > 0.01$), donde se concluyó que luego de la aplicación del programa de habilidades sociales, se logró disminuir la conducta agresiva en los estudiantes, se obtuvo que el grupo experimental tiene una significancia $p = 0.004 < 0.05$ cumpliéndose con la hipótesis alterna por tanto se rechaza la hipótesis nula.

Moreno (2013) en su trabajo de investigación titulado: “Programa de habilidades sociales y la agresividad en los estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución Educativa Juana Infantes Vera, Cercado de Lima, 2013”. Tuvo como objetivo determinar los efectos que produce la aplicación del programa de habilidades sociales en el control de la agresividad en los estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución Educativa Juana Infante Vera, Cercado de Lima, 2013. El diseño de investigación es cuasi experimental. La población con la que se trabajo estuvo formada por 73 estudiantes de

ambos sexos de primer grado de secundaria seleccionando las tres secciones (A/ B/ C), teniendo 24 estudiantes por salones, en cuanto a la muestra se seleccionó a los estudiantes de las secciones “B” y “C” siendo escogidas intencionalmente, el grupo de control estaba conformada por la sección “B” y el grupo experimental por la sección “C”. Se usó como instrumento el Cuestionario de cólera, irritabilidad y agresividad (CIA) para el pre test y post test. Se obtuvo como resultado que la aplicación del programa de habilidades sociales influye significativamente en el control de la agresividad en los alumnos de primer grado de secundaria, observándose que a través del desarrollo y práctica de las habilidades sociales mejoran las relaciones con su entorno de los alumnos y se da un adecuado clima en el salón de clases y en la escuela de la Institución Educativa Juana Infante Vera.

Zavaleta (2017) en su tesis denominada Programa “Aprendamos a convivir democráticamente” para fortalecer las habilidades sociales en los niños y las niñas del sexto grado de educación primaria de la institución educativa” Luis Alberto Sánchez” n°88298 – H.U.P. David Dasso Hocke – Nuevo Chimbote, 2014. El objetivo fue determinar la eficacia del programa del trabajo mencionado para el fortalecimiento de las habilidades sociales. Empleó una metodología cuasi experimental aplicando un pre y post test. Su muestra estuvo constituida por dos grupos de investigación de control y experimental, siendo alumnos de 6to grado de primaria entre 11 a 13 años de edad. El instrumento aplicado fue el cuestionario de Habilidades de Interacción Social de Monjas. Los resultados fueron que la intervención del programa “Aprendamos a convivir democráticamente” progresó de forma muy significativa el reforzamiento de habilidades sociales en los estudiantes de la institución mencionada, a través de la prueba T-Student se obtuvo que $t = 5,013$ con un nivel de significancia valor $0,000$ siendo menor al nivel de significancia $p > 0,05$, se acepta la hipótesis del estudio.

Reyes y Soto (2014) en su investigación denominada programa de habilidades sociales “Fortaleciendo lazos de Amistad” para disminuir el nivel de agresividad en los niños del 6to grado de educación primaria de la institución Educativa Augusto Alberto Alva Ascurra de la ciudad de Trujillo, 2014. El objetivo fue reducir los niveles de agresividad por medio de la aplicación del programa de habilidades. El diseño establecido fue el cuasi experimental, trabajó con grupo de control y grupo experimental. La muestra estuvo constituida por 48 estudiantes divididos en dos aulas. Se obtuvo como resultado que del grupo experimental en el pre test 4% los estudiantes muestran un nivel de agresividad

alto y 96% de ellos mostraron un nivel medio; sin embargo después de la intervención del programa de habilidades sociales “Fortaleciendo Lazos de Amistad” se evidenció nivel bajo de agresión 100% de los estudiantes, mediante un análisis estadístico $p= 0.000$ siendo menor a la significancia 0.05, por lo tanto en la investigación se rechazó la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis del estudio. En conclusión mediante el programa se logró una posible disminución en el nivel de agresividad.

Cruz y Vásquez (2015) en la investigación titulada “Programa de habilidades sociales y su influencia en las relaciones interpersonales de los estudiantes del 1er Grado, nivel secundaria, Institución Educativa N° 80129 Virgen del Carmen, Trujillo, 2015”. El objetivo general fue determinar el grado de influencia del programa de habilidades sociales en las relaciones interpersonales de los estudiantes de la investigación. Se utilizó un diseño experimental, un solo grupo, contando con una muestra de 30 alumnos del primer grado de secundaria de la institución educativa Virgen del Carmen. Se aplicó el instrumento Relaciones interpersonales en la familia, sociedad y escuela de los estudiantes. Se concluyó que en el pre test el 93% de los estudiantes presentaron dificultades en relacionarse socialmente con otras personas, en cambio en la evaluación de post test se obtuvo un porcentaje de 100% de estudiantes que si presentaron adecuadas relaciones interpersonales. De igual manera se concluyó que se rechaza la hipótesis nula $p<0,05$ y se afirma la hipótesis del estudio, es decir la aplicación del programa de intervención de las habilidades sociales significativamente influye en el contacto social y relaciones interpersonales de los alumnos de la instituciones educativa Virgen del Carmen.

Jaime (2017) en su investigación “Efecto de un programa de Habilidades Sociales en el Acoso Escolar en estudiantes de Chiclayo”. Su objetivo principal fue determinar el efecto del programa de habilidades sociales en un grupo de alumnos que muestran acoso escolar. Se contó con un diseño cuasi experimental participando un grupo control y experimental. La muestra estuvo conformada por 62 alumnos, 30 en el grupo control y 30 de grupo experimental, estudiantes que cursan el segundo grado de secundaria cuyas edades oscilas entre 12 y 16 años. Se utilizó el instrumento Escala de Bullying versión escolar de Maximiliano Plaza y Rubén a Toro. Los resultado obtenidos fueron significativos, tras la aplicación del programa se alcanzó una disminución con un promedio en la media de 9.13 en el pre test y 3.23 en el post test, con una significancia $p=0.000$ ($p<0.05$), por consiguiente se acepta la hipótesis del estudio es decir que si se manifestó

efecto en el programa de habilidades sociales con una disminución del acoso escolar en estudiantes de la institución educativa de la investigación.

1.3 Teorías relacionadas al tema

1.3.1 Habilidades sociales

Definición conceptual de las habilidades sociales

Muñoz, Crespi y Angrehs (2011) definen las habilidades sociales como “Aquellos comportamientos o conductas específicas y necesaria para interactuar y relacionarse con los demás de forma efectiva, satisfactoria y exitosa socialmente” [...] son comportamientos observables tanto emocionales como cognitiva a través de la conducta verbal y no verbal” (p.45).

Caballo (1993) considera a las habilidades sociales conductas y comportamiento que realiza el individuo en un contexto social donde expresa sus pensamientos, sentimientos, opiniones, deseos y actitudes de una forma adecuada, de igual manera respetar las conductas de las demás personas y eso hace que su ambiente se torne agradable y para evitar futuros problemas.

Para Monjas (1993) las habilidades sociales se basan en las capacidades determinadas que son requeridas para ejecutar eficientemente una actividad de condición interpersonal, siendo comportamientos indispensables para poder relacionarse e interactuar con su entorno social, familiar, y este vínculo se realiza de forma efectiva y satisfactoria.

Según Dongil y Cano (2014) menciona que las habilidades sociales son todo un conglomerado de destrezas y capacidades interpersonales que posibilita la interacción con los demás individuos de su entorno de una manera adecuada, teniendo pensamientos, opiniones y sentimientos positivos en diferentes contextos, sin experimentar ansiedad o conductas negativas que puede afectar a su socialización.

Con este autor se puede dar a entender y considerar que las habilidades sociales es toda destreza que tiene el individuo para poder desenvolverse y expresarse con su entorno con espontaneidad y naturalidad, así poder ser entendido por los demás y también entender el mensaje de las demás personas de una forma adecuada; lo mencionado dependerá de sus

recursos personales que tenga el individuo, contando con una adecuada autoestima, comunicación asertiva, resiliencia, empatía.

Para Jeffrey (2002) afirma que las habilidades sociales son un conjunto de conductas y comportamientos aprendidos o adquiridos que presenta las personas ante situaciones interpersonales para obtener o mantener el reforzamiento del ambiente; es por ellos que puede denominarse como medio para el logro de los objetivos de un individuo.

Se llega a coincidir con los diferentes autores ya mencionados que las habilidades sociales, permite la interacción entre los individuos siendo estas relaciones positivas respetando los derechos de los demás eso hace que el individuo realice acciones que sea aceptados por la sociedad, para que se produzca un cálido ambiente de relaciones personales va a depender de los recursos que tenga el individuo principalmente una buena autoestima, comunicación asertiva, etcétera. De igual manera estas habilidades sociales son muy importantes ya que influye en el aspecto personal, afectivo, social y cognitivo que tiene una persona.

Características de las habilidades sociales:

Según Monjas (2000, p.34) “Las habilidades sociales son conductas manifestadas, observables en las distintas situaciones de interacción donde se adquiere a través del trabajo social o como consecuencia de un entrenamiento específico”. El autor considera las destrezas sociales en tres importantes componentes:

- Componente fisiológico: Se basa en la consideración de los sentimientos y emociones, puesto que son reacciones del organismo frente a situaciones o eventos.
- Componente cognitivo: Está conformada por la percepción y los pensamientos, que viene hacer las interpretaciones de las distintas y diferentes situaciones que la persona pase con su entorno.
- Componente conductual: Se basa a todas acciones concretas como el hablar, moverse, hacer, ya sea verbal o no verbal.

Habilidades sociales en el ambiente o contexto escolar:

Verdugo (2002) menciona que los estudiantes dentro de un contexto escolar tienen la facilidad de compartir y comunicarse entre ellos, dentro de esa interacción presentan habilidades sociales positivas como la comunicación asertiva, escucha activa, empatía, de

igual manera habilidades sociales negativas como desprecio, agresión, intimidación, esta última no permite al estudiante poder relacionarse de manera adecuada con sus compañeros influyendo en su convivencia escolar, sin embargo no solo perjudica a su conducta sino también al aprendizaje del alumno y al futuro a problemas psicosociales.

Teorías de Habilidades Sociales

Teoría de Inteligencia Múltiples

Según Gardner (2005) en su teoría Inteligencia Múltiples, reconoce el aspecto cognitivo de la persona, valorando sus potenciales en cuanto a sus habilidades y pensamientos, siendo esto un aporte esencial para que así se pueda cumplir los objetivos de vida y siendo capaces de socializarse con su entorno de forma constructiva.

Todas las personas somos diferentes, en cuanto a la forma de pensar, actuar, capacidades, en aprender, esto se debe a que cada persona tiene diferentes tipos de inteligencias y el desarrollo de cada una de ella va a depender de sus recursos personales para que así pueda desenvolverse de una forma adecuada con su entorno.

Este autor considera siete tipos de inteligencias, las que más guardan relación con las habilidades sociales son dos: la inteligencia intrapersonal, nos permite comprendernos y controlarnos, teniendo la capacidad de reflexionar sobre nuestros sentimientos y emociones ante diferentes situaciones, en cuanto a la inteligencia interpersonal, nos permite comprender y socializarnos de una forma adecuada con el entorno, empatizando con los demás, detectando problemas de otras personas y buscando posibles soluciones. Estas dos inteligencias son de gran importancia para el desenvolvimiento y adaptación del ser humano, pero muchas veces son las que menos se desarrollan en el contexto escolar, por eso se requiere disciplina y una organización en los niveles curriculares.

Continuando con el autor la inteligencia interpersonal muestra cuatro características:

- Capacidad de liderazgo, iniciativa en tomas de decisiones, organizar, promover y fomentar actividades.
- Capacidad de empatía, muestra preocupación por los demás, solidaridad, interpreta emociones y sentimientos de otros.

- Capacidad para la resolución de conflicto buscando la unión y convivencia pacífica en su entorno social.
- Capacidad para la comunicación asertiva, respetando las opiniones de los demás, presentando un análisis social, para ser entendido y comprendido.

Teoría aprendizaje estructurado

Goldstein (2009) refiere que el aprendizaje se da por medio de una enseñanza planificada y sistémica de comportamientos determinados, que son requeridos por la persona, con el propósito de obtener una respuesta efectiva y satisfactoria en su contexto social perdurando en el tiempo. Los métodos específicos de enseñanza que componen el entrenamiento de habilidades sociales, refleja en su conjunto la moderna teoría psicológica de aprendizaje social y los principios y procedimiento pedagógico.

Este aprendizaje estructurado se constituye en técnicas específicas siendo cuatros: el primero es el modelamiento, el aprendizaje se da a través de la imitación u observación de otras conductas. Segundo el juego de roles, la ejecución de las actividades que observa de su figura modelo, su finalidad es la práctica y logro de la conducta observada. Como tercero está el reforzamiento social se basa en la retroalimentación y evaluación que recibe la persona entrenada por los demás, reuniendo opiniones, sugerencia con el objetivo de reforzar la relación conductual, para así esos entrenamientos adquiridos llevarlos a la realización en la vida cotidiana. La última técnica agrupa a las anteriores fases de entrenamiento de las habilidades sociales, el modelamiento determina las condiciones en las que el comportamiento debe emitirse y el conjunto de las señales y eventos que lo enmarcan. El juego de roles constituye en sí mismo la emoción conductual, misma que se fortalecerá por acción del reforzamiento social (retroalimentación), para mantenerse óptimamente en el ambiente natural por influencia del procedimiento que favorece la transferencia.

Según Goldstein (2009) menciona que las habilidades sociales se presentan por ciertas conductas que son realizadas por los individuos en determinadas situaciones. Esas conductas ayudan a la persona a contar con la capacidad de afrontar de forma adecuada las dificultades, retos o exigencias cotidianas. El autor menciona las habilidades sociales por áreas.

Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldestein:

Habilidades sociales básicas:

- Escuchar: Es de gran importancia en una comunicación asertiva. Escuchar y entender las opiniones, comentarios de otras personas, presentando cierta capacidad de empatía, como también enfocarse en como los demás se están expresando, sentimientos, pensamientos que subyacen lo que ellos mencionan.
- Iniciar y mantener conversaciones: Es esencial para un persona establecer una conversación para eso se debe contar con temas de interés por los demás, preocuparse por la forma como le llega el mensaje a los demás para saber si esta siendo entendido.
- Formular preguntas: En situaciones se tiene la necesidad de preguntar, ya que se presentan dudas e incógnitas, de igual manera en momentos no se tiene la necesidad de consultar ya que se ignora la situación.
- Dar las gracias: Al recibir un objeto, un gesto de atención, de ayuda o de delicadeza de otra personas, es recomendable tener en cuenta dar las gracias para que la persona encuentre sentido a su gesto, de lo contrario la persona parecerá ser descortés, y en el futuro perderá esa posibilidad de seguir teniendo atenciones de parte de otras personas.
- Hablar en público: Esta habilidad facilitará al hablante destacar en la relación con los demás, al expresar sus conocimientos y opiniones respecto al tema que se está tratando en la exposición. además esto demostrará que la persona tiene un buen nivel de seguridad.
- Presentarse: Es una muestra de educación, toma de iniciativa para el contacto con otras personas, muestra seguridad.
- soporte a la crítica: saber recibir y asimilar estas críticas, analizando el contexto en que se dice la crítica, obteniendo lo negativo para modificar y lo positivo para reforzar en cuanto a su conducta.

Habilidades sociales avanzadas

- Hacer un elogio: resulta ser un gesto de delicadeza o reconocimiento a otra.
- Disculparse: en la vida diaria, estamos expuestos a tener dificultades, así como cometer errores, por eso es importante de tener autocritica y pedir disculpas.

- Pedir ayuda: las personas por más independientes que seamos, necesitaremos de ayuda en algún momento, por eso tendremos que saber que hay que hacerlo de manera humilde y apropiada.
- Participar: somos partícipes de un grupo familiar, comunal, local, así también formaremos parte de un grupo deportivo o profesional.

Habilidades alternativas a la agresión:

- No entrar en peleas: en circunstancias adversas podemos exponernos a una situación de serio conflicto. Si está al alcance nuestro es recurrir al diálogo o a la precaución, sería mucho; para así evitar el riesgo a que alguien salga herido.
- Saber negociar: es una situación asertiva en donde las partes en conflictos exponen sus puntos de vista, lo discuten, lo confrontan y llegan acuerdos.
- Practicar el autocontrol: capacidad del control de impulsos, búsqueda del equilibrio de los pensamientos, emociones y comportamiento frente a situaciones adversas a un momento de crisis para la resolución de ellas y la toma adecuada de decisiones.
- Defender los derechos propios: los derechos de cada uno hay que defenderlos de manera honesta, consecuente y digna.

1.3.2 Acoso escolar

Definición conceptual de acoso escolar

Ortega (2004) refiere que el acoso escolar, es un fenómeno de agresión interpersonal injustificada que emite un individuo o un grupo contra otra persona y que tiene efecto de víctima en quien lo recibe. Se establece mayormente como un abuso de poder de iguales.

Cerezo (2009) definen el acoso escolar como un conjunto de comportamientos agresivos y repetitivos, que se produce en un tiempo prologando, donde su objetivo principal es intimidar, hundir, humillar, amedrantar y someter emocional e intelectualmente a su víctima, esto quiere decir tener poder de ella en cuanto a lo que piense y sienta para así conseguir el poder de dominar, agredir y muchas veces destruir a sus víctimas.

También se considera al acoso escolar un conjunto de acciones que intimidan, agreden o manipulan por parte de un individuo o varias personas hacia otro individuo,

durante un tiempo prolongado, demostrándose de una forma ofensiva y dañina para los demás (Sullivan, Cleary y Sullivan, 2005).

Para los autores Fernández y Palomero (2001) este término de acoso escolar se manifiesta con un comportamiento de agresión física, psicológica o moral que realiza un alumno o un grupo de ellos en la institución educativa sobre otro, con una frecuencia retirada y constante, con el fin de ofenderla y dañarla.

Para el autor Olweus (2004) el acoso escolar se da cuando un estudiante es expuesto reiteradamente a conductas agresivas o acciones negativas que realiza otro estudiante o un grupo de ellos, y esto se da en un tiempo extendido. Esta acción desfavorable se ocasiona cuando se busca dañar a otras, como amenazar, burlarse, menospreciar, humillar, es en cuanto a lo verbal; para lo físico: empujar, golpear, arañar, pellizcar; también se considera acciones negativas de tipo gestual: muecas, gestos obscenos, y finalmente la exclusión o despido de un alumno de un grupo sin ninguna explicación.

Se puede deducir que para estos autores el término de acoso escolar es todo acto de agresión, violencia y daño que puede realizar un estudiante o un grupo de ellos hacia otra persona, estableciendo un desequilibrio emocional, dando lugar a la victimización, lo cual se realizan en un tiempo prolongado y de forma intencionada.

Según Piñuel y Oñate (2005) mencionan que existen diferentes tipos de acoso escolar, entre ellos están:

- Desprecio y ridiculización: se pretende presentar una imagen hostil, distorsionada y con mucha negatividad hacia la víctima. De igual manera no importan las acciones que realice el niño sean buenas o malas eso inducirá al desprecio y rechazo de los demás. Muchas veces terceras personas se suman a este tipo de violencia.
- Intimidación y amenaza: se constituye por aquellas conductas de minimizar, empequeñecer, disminuir su autoestima del niño y amedrentar emocionalmente, buscando el miedo en los demás. En esta dimensión se muestra las acciones de amenaza, hostigamiento físico, también se puede llegar a amenazar a la familia de la víctima.
- Agresiones: conjunto de conductas violentas que puede darse de forma física o psicológica. El autor menciona esta es una dimensión que mide la agresión más

directa contra el alumno, esta escala se presenta por medio de las agresiones físicas, la violencia, el robo, los gritos, los insultos.

- Coacción: se manifiesta conductas donde el niño víctima va a realizar acciones o actividades contra su voluntad, presentando al agresor como un ser poderosos que va a influir en el comportamiento de los demás y limitando a la otra persona a realizar sus actividades con espontaneidad.
- Restricción de la comunicación: son acciones donde se impide que la víctima pueda socializarse o involucrarse a otros grupos sociales, así como prohibir que pueda jugar, conversar o relacionarse, para así generar aislamiento del estudiantes.
- Exclusión y bloqueo social: se presenta con conductas que buscar apartar la víctima de cualquier actividad que intente realizar. Frecuentemente se ve las acciones de ningunearlo, o tratarle como si no estuviera presente, ignorándolo por completo en los juegos del colegio o en los trabajos grupales antes las tareas, buscando un aislamiento social en su entorno.
- Hostigamiento verbal: se da mediante acciones de hostigamiento psicológico, manifestando desprecio, ridiculización, humillación e imitaciones burlescas.
- Robos: conjunto de conductas que se basan en apoderarse de pertenencias de la víctima que se manifiesta de forma directa o también con chantajes.

Teorías de Acoso Escolar

Teorías de aprendizaje social de Bandura

Bandura (1973) Conceptualiza la conducta agresiva como una forma destructiva socialmente perjudicando a las personas. De igual manera, para el autor una conducta agresiva se asemeja a distintos tipos de comportamientos sociales, las cuales se obtiene por medio de la imitación u observación. La conducta modelo es emitida cuando por intermedio hay una admiración hacia una persona; es ahí donde los niños imitan comportamientos violentos de aquellas personas que despiertan importancia. Si este patrón admirado es agresivo, el niño optará por el mismo comportamiento agresivo en situaciones similares.

Por otra parte, Morris y Maisto (2001) expresan que esta teoría se basa en que aprendemos no solo mediante las experiencias directas, sino observando y escuchando los eventos que corresponden a las demás personas; es decir, podemos aprender sin

experimentarlas o sin que nos refuercen por realizarlas. Este tipo de aprendizaje por observación o vicario es usual, ya que al observar modelos aprendemos diferentes aspectos, al igual que aprender a mostrar amor, respeto e interés, también a mostrar hostilidad y agresión.

Los autores Bandura y Ribes (1975) señalan el aprendizaje se da a través de la imitación por medio de modelos que despierten importancia o admiración, lo que es ejecutado por intermediarios sociales y sus influencias. Esto último se presenta de tres tipos: En primer lugar tenemos la que ejercen los familiares, se da con los integrantes de la familia, siendo personas significativas como padres, hermanos mayores, ya que presenta mayor finalidad, este vínculo es importante para que las personas tengan la capacidad de relacionarse con los demás. En segundo lugar las influencias subculturales, la que alude a la cultura, evidenciando ser el grupo de individuos con diferentes creencias, actitudes, costumbres entre otras formas de conductas opuestas frente a la sociedad, quienes van a influir en la adquisición de patrones agresivos. La última influencia se da por modelamiento simbólico, los estudios revelan que no solo por observación y experiencias directas provocan o componen la agresión, debido a que toda imagen también puede entrometerse como estímulo atrayente en un determinado ambiente.

Teorías de la frustración –Agresión

Según Dollard, Dood, Miller, Mowrer, y Sears, (1939) mencionan que las teorías del aprendizaje social se da con la hipótesis de frustración y agresión, pues consideran al comportamiento agresivo como consecuencia de una frustración previa, es decir, cuando se impide o interrumpe al individuo en la realización de un objetivo. Esto se diferencia del acto puro de la agresión, el cual solo busca ocasionar un daño a otro individuo.

La frustración surge al impedir que una conducta alcance su meta; al ser impedida, esta va a ocasionar algún tipo de agresión, de lo contrario, se antepondrá la frustración. Los que defienden esta teoría mencionan que la frustración y la ira son innatas, mientras que la relación entre frustración y agresión son aprendidas. En este sentido, los niños, cuando se sienten frustrados, reaccionan mediante golpes, los niños cuyos arranques son controlados y direccionados, disminuyen su sensación de frustración.

Por lo tanto, la agresión es posiblemente la reacción natural ante una situación frustrante. Cuando la frustración activa el impulso agresivo, este solo se reducirá a través

de alguna forma de respuesta agresiva. Por consiguiente, la agresión es el resultado irrevocable de la frustración. Una persona que tenga metas y una dirección establecida hacia la cual dirigirse, va a reaccionar con violencia al ser obstaculizada. Esto quiere decir que la unión entre la frustración y la agresión son aprendidas, tal como lo refieren los autores citados (Trujillo y Martín, 2010).

Teoría ecológica del acoso escolar

Esta teoría es utilizada muy frecuente para así explicar el fenómeno del acoso escolar y ha sido aceptado por la Organización Mundial de la Salud “OMS” (Gallardo, 2016).

Bronfenbrenner (1987) propone esta teoría, donde se basa en que las personas están interconectadas y organizadas en un mismo contexto; es decir, que el desarrollo de la conducta del ser humano está influenciado de una u otra manera por su entorno, y la violencia es un comportamiento aprendida por diversos niveles. Tener una visión acerca del acoso escolar teniendo como base el modelo ecológico nos asegura un trabajo integral, que busca intervenir de forma conjunta en donde se desarrolla la persona (Benites, Carozzo, Horna, Palomino, Salgado, Uribe y Zapata, 2012)

Díaz, Martínez y Vásquez (2011) mencionan que el modelo ecológico busca analizar la violencia escolar donde existe la interacción de los estudiantes y la familia; asimismo, la influencia de los medios de comunicación, las creencias de valores y la estructura social. En este caso Bronfenbrenner menciona cuatro niveles el microsistema, el mesosistema, el exosistema y el macrosistema.

- Microsistema, constituido por la familia, el colegio y los ámbitos cercanos a la persona; asimismo, por las relaciones interpersonales que establezca con los otros. Es llamado también la base donde el individuo participa activamente; en el caso de los estudiantes el microsistema está constituido por sus compañeros del colegio, vecindario y los padres de familia.
- Mesosistema, comprende la interacción de dos o más entornos (microsistemas) como la familia, el colegio los amigos, etc. Situación donde la persona desarrolla participación. Por ejemplo, los adolescentes coordinan con los padres mejorar las estrategias de aprendizaje en casa.

- Exosistema, se refiere cuando el sujeto no participa socialmente o de forma activa, pero se ve afectada por los hechos que ocurren en sus contextos más cercanos, tales como la comunidad, los medios de comunicación, etc.
- Macrosistema, se refiere a los contextos culturales o ideologías que pueden afectar a los niveles menores (micro, meso y exo); es decir, comprende al sujeto cuando vive en base a su cultura e ideología y convive en un momento histórico social.

1.4 Formulación del problema

Problema principal

¿Cuál es el efecto de un programa de desarrollo de habilidades sociales sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho? Lima, 2018. ?

1.4.2 Problema específicos

Problema específico 1

¿Cuál es el efecto de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de desprecio y ridiculización en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho? Lima, 2018. ?

Problema específico 2

¿Cuál es el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de la intimidación y amenaza en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho? Lima, 2018.?

Problema específico 3

¿Cuál es el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de la coacción en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho? Lima, 2018.?

Problema específico 4

¿Cuál es el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de restricción de la comunicación en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho? Lima, 2018.?

Problemas específicos 5

¿Cuál es el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de la exclusión y bloqueo social en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho? Lima, 2018.?

Problema específico 6

¿Cuál es el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de hostigamiento verbal en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho? Lima, 2018.?

Problema específico 7

¿Cuál es el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de conducta agresivas en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho? Lima, 2018.?

Problema específico 8

¿Cuál es el efecto de programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de robos en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho? Lima, 2018.?

1.5 Justificación del estudio

El presente trabajo de investigación tiene como justificación a nivel teórico, brindar conocimientos e información de las variables: habilidades sociales y acoso escolar, sus conceptos, características, importancia, factores de protección, factores de riesgo de cada una de ellas; de igual manera aportar en el campo de la investigación y así poder ser tomada en cuenta en futuros trabajos de investigación.

A nivel práctico y a partir de los resultados encontrados del programa de intervención, presenta pertinencia aplicativa, ya que se podrá generar aportes a nivel educativo para la mejora de aspectos relacionados al futuro psicosocial; así mismo se puede aplicar charlas y talleres, u otras iniciativas para fomentar relaciones sociales

saludables en el ámbito escolar, como por ejemplo, adoptando estilos de comunicación asertivo, escucha activa. Además, siendo el caso de este estudio de investigación, otorga la posibilidad de disminuir la incidencia de acoso escolar y poder establecer relaciones sociales saludables en el ámbito educativo.

Por otro lado a nivel metodológico, el programa de intervención permite implementar acciones conductuales para que los alumnos logren controlar la situación problemática, haciéndolo más sociable con su entorno bien sea en el contexto escolar o cotidiano y así mejorar sus niveles de participación e integración con el entorno social. Por esta razón el hecho de realizar el programa de intervención de habilidades sociales para disminuir el acoso escolar en los estudiantes de la institución educativa, radica en que, los alumnos que muestran estas conductas se debe a que no cuentan o carecen de destreza social y por ende son rechazados por niños de su misma edad como también por los adultos, y de una u otra manera influyen en su rendimientos académico.

En lo que respecta a la relevancia social, esta investigación revela su importancia en la medida de que se desarrolla en un contexto educativo, donde se evidencia acoso escolar en los estudiantes y que es posible que traiga graves consecuencias en su formación integral del alumno y en su personalidad futura como adulto y esto afecte a las relaciones con su sociedad.

1.6 Hipótesis

Hipótesis general

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye el acoso en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Hipótesis específicas

Hipótesis específicas 1

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de desprecio y ridiculización en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de desprecio y ridiculización en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Hipótesis específicas 2

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de intimidación y amenaza en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de intimidación y amenaza en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Hipótesis específica 3

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de coacción en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de coacción en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Hipótesis específicas 4

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de restricción de la comunicación en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de restricción de la comunicación en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Hipótesis específicas 5

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de exclusión y bloqueo social en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de exclusión y bloqueo social en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Hipótesis específicas 6

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de hostigamiento verbal en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de hostigamiento verbal en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Hipótesis específicas 7

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de agresión en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de agresión en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Hipótesis específicas 8

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de robos en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de robos en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

1.7 Objetivos:

1.7.1 Objetivo General

Determinar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

1.7.2 Objetivo Específicos:

Objetivos específico 1

Identificar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de desprecio y ridiculización en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Objetivo específico 2

Identificar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión intimidación y amenaza en acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Objetivo específico 3

Precisar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de coacción en acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Objetivo específico 4

Comprobar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión restricción de la comunicación en acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Objetivo específico 5

Identificar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión exclusión y bloqueo social en acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Objetivo específico 6

Indicar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión hostigamiento verbal en acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Objetivo específico 7

Detallar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales sobre la dimensión agresión en acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Objetivo específico 8

Identificar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión robos en acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

II. MÉTODO

2.1 Diseño de Investigación

El presente trabajo de investigación obtiene un diseño de tipo cuasi experimental, ya que se da una manipulación en las variables y realizan intervención para la investigación. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014) es necesario que se realice una o dos manipulaciones en las variables de una forma intencionada para así producir una respuesta y poder descubrir los resultados.

Una investigación cuasi experimental consiste en que es necesaria una variable independiente, para observar su efecto sobre uno o más variables dependientes; los sujetos no se asignan al azar a los grupos ni se emparejan, sino que dichos grupos ya están conformados antes del experimento como grupos intactos. (Hernández et al. ,2014, p. 151).

En un investigación con diseño de tipo cuasi experimental se utiliza dos grupos siendo uno de control y otro experimental, siendo este último el que recibe la intervención y quien se denomina variable independiente, mientras que el grupo control interviene por medio de la realización del pre y post pero no recibe el estímulo experimental, sin embargo eso no quiere decir que no está participando en la investigación (Hernández et al. ,2014). Para el autor el programa de intervención lo realiza solo un grupo siendo esta la de experimental. Asimismo la aplicación del cuestionario Auto Test Cisneros de Acoso Escolar lo realiza los dos grupos el experimental y control, en un inicio como también al final de haber concluido con el programa de intervención.

La presente investigación se considera de tipo aplicada cuyo nombre que recibe es “Investigación práctica o empírica” siendo su objetivo la ejecución y utilización de los estudios o conocimientos adquiridos. Según el autor Olano (2008) una investigación de tipo aplicada se enfoca en la realización de los conocimientos y estudios teóricos para una situación específica y de los resultados que se obtengan por medio de ella. Esto quiere decir que la investigación aplicada se basa en descubrir y conocer para luego así poder realizar, actuar y modificar. Este tipo de investigación le da un énfasis en la aplicación continua sobre una situación circunstancial antes que el incremento de uno conocimiento de valoración global.

Esquema de diseño cuasi Experimental

G. E.:	O1	X	03
G.C.:	O2	---	04

Dónde:

G.E.: Grupo experimental (alumnos E)

G.C.: Grupo de control (Alumnos A)

O1 y O2: Resultados del Pre prueba

O3 y O4: Resultados del Post prueba

X: Variable Experimental (Efectos del programa de Habilidades Sociales)

Fuente: Hernández, Fernández y Baptista, 2014.

2.2 Variable, Operacionalización

2.2.1 Variable

Según Behar (2008) “La variable es un objeto, un atributo que puede variar de una o más maneras y sintetiza conceptualmente lo que se requiere conocer acerca del objetivo de investigación”. (p.54) Considera a las variables discusiones que pueden darse entre individuos u conjunto, que significa características, aspectos, propiedad o dimensión de un fenómeno y puede asumir distintos valores.

Variable Habilidades Sociales

Definición conceptual

Las habilidades sociales son un conjunto de conductas y comportamiento que realiza una persona en una situación social donde manifiesta sus pensamientos, sentimientos, opiniones y actitudes adecuadamente, de igual manera respeta las conductas los demás personas y eso hace que su contexto se torne agradable y evite futuros problemas. (Caballo ,1993).

Definición operacional

El programa se basa en 16 sesiones, que tiene como finalidad desarrollar las habilidades sociales en los estudiantes del grupo experimental. La duración de las sesiones es de 45 minutos realizándose 2 veces por semana. Este programa tuvo como base el manual de habilidades sociales propuesto por la Dirección General de Promoción de la Salud Ministerio de Salud (2005).

Variables Acoso Escolar

Definición conceptual

Según Piñuel y Oñate (2005) definen el acoso escolar como un maltrato verbal, físico y mental que se da de forma continua e intencional que recibe un alumno por parte de otro o de un grupo de ellos, teniendo como objetivo principal menospreciarlo, asustarlo, opacarlo. Es decir es toda conducta repetitiva de violencia física o psicológica que ejecuta un individuo hacia otro al que asigna como víctima de acoso escolar,

Definición operacional

El instrumento Auto Test de Cisneros Acoso Escolar, presenta una escala de medición ordinal con categorías en niveles de rango, siendo:

De 84 a más: muy alto

Entre 75-80 alto

Entre 62-67 8 medio

Entre 59-61 casi alto

Entre 53-58 bajo

Menos de 54 muy bajo

2..2.2 Operacionalización de la variable

Según el autor Sabino (1986) la operacionalización de las variables “Es el proceso que sufre una variable (o un concepto en general) de modo tal que a ella se le encuentran los correlatos empíricos que permiten evaluar su comportamiento en la práctica” (p.113).

Variable independiente:

La variable independiente es aquella que, dentro de una investigación no va a depender de otra, la que va a explicar la variación de la dependiente en otro problema de investigación [...]. Los cambios en los valores de la variable independiente de igual manera producen cambios en los valores de la variable dependiente, también se le denomina como la causa, como antecedente que hace variar a la variable dependiente (Landerero y Gonzales, 2006). Para la presente investigación se considera como variable independiente al programa de “habilidades sociales”.

Variable dependiente:

La variable dependiente es todo resultado medido que se utiliza para determinar si los cambios en la variable independiente han producido un efecto. [...] También se le denomina como el efecto de la variable independiente, para así generar cambios en dependiente. (Landerero y Gonzales, 2006). La variable dependiente en la investigación es el acoso escolar, que se medirá con la escala Auto Test Cisneros de Acoso Escolar.

En la tabla 1

Operalización de las variables de estudio

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
Acoso Escolar	Según Piñuel y Oñate (2008) el acoso escolar como un maltrato verbal, físico y mental que se da de forma continua e intencional que recibe un alumno por parte de otro o de un grupo de ellos, teniendo como objetivo principal menospreciarlo, asustarlo, opacarlo.es decir e toda conducta repetitiva de violencia física o psicológica que ejecuta un individuo hacia otro al que asigna como víctima de acoso escolar.	Variable cuantitativa en escala de medición ordinal que se categoriza en niveles de rangos: de 84 a mas (muy alto) Entre 75-80 (alto) Entre 62-67 8medio) Entre 59-61 (casi alto) Entre 53-58 (bajo) Menos de 54 (muy bajo)	Desprecio y ridiculización	Toda acción que pretende distorsionar la imagen social de la persona con los demás.	3.9.20, 27,32,33, 34,35,36, 44,46 y 50	Ordinal El cuestionario está conformado por 50 preguntas de opción múltiple, en forma positiva y tres posibilidad de respuesta: Nunca = 1 Pocas veces=2 Muchas veces =3
			Intimidación- Amenazas	Acción de perseguir, amedrantar a la persona por medio de la intimidación	28-39-40, 41-48 - 49	
			Coacción	Se pretende que la persona realice acciones contra su voluntad.	7-8-11 -12	
			Restricción de la comunicación	Todo accionar de otros que pretende bloquear socialmente a la persona.	1-2-4 5-31	
			Exclusión – Bloqueo Social	Buscan excluir de participar en actividades a la persona acosado.	10-17-18 21-22	
			Hostigamiento verbal	Acciones que expresan desprecio y de consideración por la dignidad de la persona	25-26-30 37-38-45	
			Agresiones	Conductas directas de agresión ya sea física o psicológica.	6-19-23 24-29	
			Robos	Conductas de apropiación de las pertenencias de la persona.	13-14- 15-16	

2.3 Población y muestra

2.3.1 Población

Valderrama (2002) define la población como un conjunto total de las medidas de las variables utilizadas en un determinado estudio, asimismo, cada variable tendrá un valor específico que le brindará una determinada unidad en el estudio.

Según Tamayo y Tamayo (1997) “La población se define como la totalidad del fenómeno a estudiar donde las unidades de población posee una característica común la cual se estudia y da origen a los datos de la investigación” (p. 114).

La población de la presente investigación está conformada por 640 de secundaria pertenecientes a una institución educativa Pública del distrito de San Juan de Lurigancho en el año 2018.

2.3.2 Muestra

Según el autor Behar (2008) la muestra “Es un subconjunto de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus necesidades al que llamamos población” (pág. 51).

La muestra es la esencia. Un subgrupo de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus características al que se llama población” (Hernández et al, 2014, p. 175).

Monje (2002) la muestra es un conjunto de sujetos y objetos pertenecientes a un subgrupo de la población donde, se debe definir cada uno de los elementos que cumplen con las determinaciones específicas.

La muestra fue seleccionada por dos grupos que son similares entre ellos, conformada por 50, dividida 25 en la sesión A (grupo de control) y 25 estudiantes en la sesión E (grupo experimental).

Tabla 2
población de estudio

Seccion-Condicion	Femenino	Masculino	total
1ro A (G.Control)	15	10	25
1ro E(G.Experiemtnal)	13	12	25
Total	28	22	50

Fuente: Elaboración propia

2.3.2 Muestreo

En la investigación el muestreo es de tipo no probabilístico adjuntando criterios de inclusión y exclusión. Para Hernández et.al. (2014) el muestreo es selección de los elementos depende del motivo relacionado con las características de la investigación o los objetivos que presente el investigador. Es decir el proceso de elección no solo depende de la fórmula de probabilidad, sino más bien de la toma de decisiones de un investigador.

En la investigación los integrantes fueron escogidos aleatoriamente en números no mayor a 30 para que así sean equivalente los dos grupos tanto de experimental como de control. De los 30 estudiantes escogidos, fueron asignados al azar a 25 al grupo de control y 25 al grupo experimental. Por ende el presente trabajo cuenta con una muestra no probabilístico, siendo los estudiantes de una Institución Educativa Pública del distrito de San Juan de Lurigancho.

Criterio de inclusión

- Que asistan el día de las evaluaciones.
- Alumnos matriculados en la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada
- Alumnos que estén cursando el primer año de secundaria.
- Alumnos que tengan nacionalidad peruana.

Criterio de exclusión

- Que no asistan el día de las evaluaciones.
- Alumnos no matriculados en la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada.
- Alumnos que no estén cursando el primer año de secundaria.
- Alumnos que no tenga nacionalidad peruana.

2.4 Técnica e Instrumento de recolección de datos, validez y confiabilidad

2.4.1 Técnica

La técnica utilizada en la presente investigación es la encuesta conformada por preguntas que los alumnos deben de responder. Según Hernandez et.al.(2014) la encuesta es un instrumento que permite obtener información a través de preguntas formuladas o interrogantes que se administran directa o indirectamente a los participantes de la investigación realizada.

La encuesta que se aplicó es el Auto test Cisneros de Acoso Escolar, que con anterioridad ha sido validados y estandarizados, para así medir el nivel de acoso escolar que existe en el centro educativo.

2.4.2 Instrumento

Nombre	: Auto- Test Cisneros de Acoso Escolar
Procedencia	: España
Autor	: Iñaky Piñuel y Araceli Oñate
Año	: 2005
Administración	: Individual y Colectiva
Tiempo de Aplicación	: 30
Objetivos	: Evalúa el índice global de Acoso Escolar
Componentes	: Desprecio y ridiculización, Intimidación-Amenaza, Coacción, Restricción de la comunicación, Exclusión-bloqueo social, Hostigamiento verbal, Agresiones y Robos.

Características

El cuestionario está conformada por 50 preguntas de opción múltiple, en forma positiva y tres posibilidades de respuesta: (nunca) (pocas veces) y (muchas veces), cada uno con un valor 1, 2, 3 respectivamente. La prueba está conformada por 8 dimensiones: Desprecio y Ridiculización, Intimidación y Amenaza, Coacción, Restricción de la comunicación, Exclusión y Bloqueo Social, Hostigamiento Verbal, Agresiones y robos.

Validez

La escala original del Auto Test Cisneros de Acoso Escolar, obtuvo como resultado significativo una valor $p < 0.05$ y un coeficiente de correlación significativo y mayor a 0.20 en la validez de constructo.

Se estandarizó en Perú por Ucañan (2014) en su trabajo obtuvo la valides por medio de la correlación Escala – Test por medio de la correlación de Spearman Bronw, para las dimensiones de la prueba de auto test de Cisneros se consiguió una correlación mayor a

0.20 es decir con una significancia alta. Según el autor Ucañan, estos resultados se asemejan a la investigación den España de Piñuel y Oñate.

El instrumento ha sido revisado para el presente estudio, en la validez de contenido se recurrió al criterio de jueces, presentando el protocolo de validación, se obtuvo como resultado .977 con un nivel alto en calificar como bueno con respecto a su pertenecía, relevancia y claridad.

Tabla 3

juicio de experto

Apellidos y Nombres	Especialidad	Valoracion
Mg. Pipa Huisa Guadalupe Teresa	Psicología Educativa	Aplicable
Mg. Salazar Ramírez Desire	Psicología Clínica	Aplicable después de corregir
Mg. Sairitupac Santana Sofía	Psicología Educativa	Aplicable después de corregir
Lic. Huamán Canchari Giannina	Psicología Clínica	Aplicable después de corregir

Descriptivo

El programa de Habilidades sociales fue validado a través de juicio de experto. Para el criterio de jueces se entrevistó a profesionales con especialidad en psicología clínica y educativa.

Confiabilidad:

En la prueba original realizada en España por Piñuel y Oñate su muestreo estuvo conformado en 222 aulas, presentando un total de 4600 encuesta efectivas, su intervalo de confianza y su consistencia interna fue de 95.5%, con una confiabilidad de Alfa de Cronbach de α 0.9621.

La prueba validada en el Perú por Ucañan en el 2014, su población estuvo conformada por 338 estudiantes, obtuvo como resultado una confiabilidad de consistencia interna según Alfa de Cronbach de α =,990. Siendo correlaciones significativas a ($p < 0.1$).

Para la presente investigación la confiabilidad que se puedo obtener mediante el auto test Cisneros de acoso escolar fueron confiables

Tabla 4

Análisis de confiabilidad

Auto Test Cisneros de Acoso Escolar	Alfa de Cronbach
Prueba original	0.962
Adaptación	0.99
Grupo experimental Pre	0.905
Grupo experimental Post	0.877
Grupo Control Pre	0.938
Grupo Control Post	0.944

Fuente: Elaboración propia

2.5 Método de análisis de datos

En la presente investigación se utilizó Excel para pasar los datos del pre y post test, al grupo de control y grupo experimental, de igual manera se utilizó el programa estadístico SPSS en su versión 22 y el programa Jamovi Star Open Now, para analizar los datos obtenidos en el cuestionario Auto Test Cisneros de Acoso Escolar. En la prueba de normalidad se utiliza la prueba de Shapiro Wilk, ya que cada grupo experimental y de control está conformada por 25 estudiantes, por otro lado se determinó la estadística de tipo no paramétrica con una sig. <0.00 por esa razón se tomó la prueba estadística de Wilconxon para el grupo experimental, sin embargo se utilizó la prueba de T de Student en el grupo control ya que la significancia fue mayor a 0.05.

2.6 Aspectos éticos

Para la presente investigación se solicitó a los directivos la autorización de ingreso al centro educativo Manuel Gonzales Prada, para la realización del programa de intervención y las evaluaciones correspondientes, además se tomó en cuenta el respeto y la dignidad de las personas mediante la autorización de los alumnos evaluados, por medio de un documento de autorización (asentimiento informado); así también antes de evaluar se especificó que todo resultado que se obtendrá mediante las evaluaciones, se dará de forma confidencial (anonimato de la persona). Los resultados obtenidos se presentarán a la institución educativa pero de forma general para que así ellos como directivas tomen medias de cambio.

Según el código de ética del Colegio de Psicólogos en el título XI Actividad de Investigación en el artículo 81 menciona que el investigador debe informar a los participantes la metodología de la investigación, de igual manera respondiendo cualquier

duda que ellos presenten. El no revelar resultados o información incrementa valor a la responsabilidad del investigador. En el artículo 83 menciona que el investigador debe de considerar la libertad de elegir participar o no de la investigación por parte del individuo.

III. RESULTADOS

3.1 Descripción de resultados

3.1.1 Análisis de los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria en el grupo experimental y Grupo Control

Tabla 5

Pruebas de normalidad grupo Experimental

	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.
Pre Desprecio Ridiculización	.745	25	.000
Post Desprecio Ridiculización	.676	25	.000
Pre Intimidación Amenazas	.537	25	.000
Post Intimidación Amenazas	.401	25	.000
Pre Coacción	.497	25	.000
Post Coacción	.308	25	.000
Pre Restricción comunicación	.666	25	.000
Post Restricción comunicación	.626	25	.000
Pre Exclusión Bloqueo	.651	25	.000
Post Exclusión Bloqueo	.684	25	.000
Pre Hostigamiento Verbal	.776	25	.000
Post Hostigamiento Verbal	.510	25	.000
Pre Agresiones	.709	25	.000
Post Agresiones	.718	25	.000
Pre Robos	.671	25	.000
Post Robos	.629	25	.000
Pre Total	.853	25	.002
Post Total	.705	25	.000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Interpretación:

La tabla 5 presenta los datos de la prueba de normalidad del total y de las respectivas dimensiones y así elegir la prueba estadística apropiada para comprobar la hipótesis de la investigación. Se procede a utilizar la prueba con el estadístico Shapiro-Wilk ya que la muestra es menor a 50 sujetos siendo esta de 25 alumnos. Se observa una significancia menor a 0.05, por esta razón se concluye que la distribución no es normal, eso quiere decir que los datos serán considerados por la prueba no paramétrica de Willxcom para precisar la significancia del programa entre el grupo experimental.

Tabla 6

Prueba de Normalidad (Shapiro-Wilk) grupo Control

Pre test	Post test	W	p
Desprecio_ Ridiculización	- Desprecio_ Ridiculización	0.976	0.795
Intimidación_ Amenazas	- Intimidación_ Amenazas	0.943	0.174
Coacción	- Coacción	0.922	0.058
Restricción_ comunicación	- Restricción_ comunicación	0.946	0.205
Exclusión_ Bloqueo	- Exclusión_ Bloqueo	0.966	0.551
Hostigamiento_ Verbal	- Hostigamiento_ Verbal	0.976	0.789
Agresiones	- Agresiones	0.973	0.728
Robos	- Robos	0.958	0.381
Total	- Total	0.981	0.895

Nota. Los resultados significativos sugieren una desviación de la normalidad.

Interpretación:

La tabla 6 presenta la prueba de normalidad del total y de las respectivas dimensiones del Acoso Escolar del grupo control y así elegir la prueba estadística apropiada para comprobar la hipótesis de la investigación. Se procede a utilizar la prueba con el estadístico Shapiro-Wilk ya que la muestra es menor a 50 sujetos siendo, ésta de 25 alumnos. Se observa una significancia mayor a 0.05, por tanto se concluye que la distribución es normal, es decir los datos serán analizados por la prueba paramétrica T de Student para determinar la significancia del programa entre los grupo de estudio.

Tabla 7

Comparación de medias entre pre y post test del grupo Experimental

	Media	N
Pre Total	59.68	25
Post Total	55.88	25

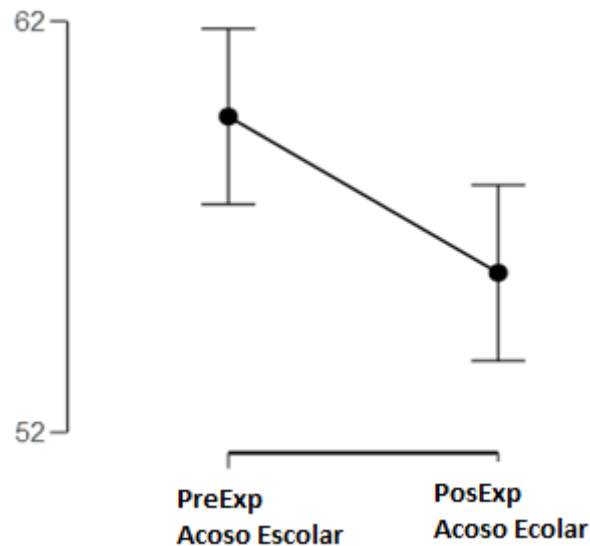


Figura 1. Comparación de medias de los totales del Acoso Escolar, Pre y Pos Test del grupo experimental

Interpretación:

La tabla 7 y figura 1 muestra el análisis descriptivo utilizando las comparaciones de las medias del total de acoso escolar del grupo experimental, al verificar las medias antes y después de la aplicación del programa, se obtuvo un puntaje de 59.68 en el pre test y 55.88 en el post test, es decir, existe una diferencia notoria entre el pre test experimental y el pos test del mismo grupo, el cual fue tomado después de la aplicación del programa de habilidades sociales.

Tabla 8

Comparación de rangos con signo de Wilcoxon entre pre y pos test del grupo experimental

	Z	Sig. asintótica (bilateral)	d de Cohen's
Pre test			
Post test	-2,407 ^b	0.016	0.52

En la tabla 8 se aprecia el análisis inferencial a efecto de contrastar las hipótesis de investigación:

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye el acoso en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Partiendo del total se obtuvo una significancia $p= 0.016$, es decir que si se manifestó un valor significativo del pre al post test, con un rango de medida 0.52, interpretándose como efecto de tamaño grande; por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de estudio, lo cual manifiesta que el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye el acoso escolar en estudiantes de la población de estudio.

Tabla 9

Comparación de medias entre pre y post test de la dimensión desprecio y Ridiculización.

	Media	N
Pre Desprecio-Ridiculización	8.8	25
Post Desprecio-Ridiculización	8.28	25

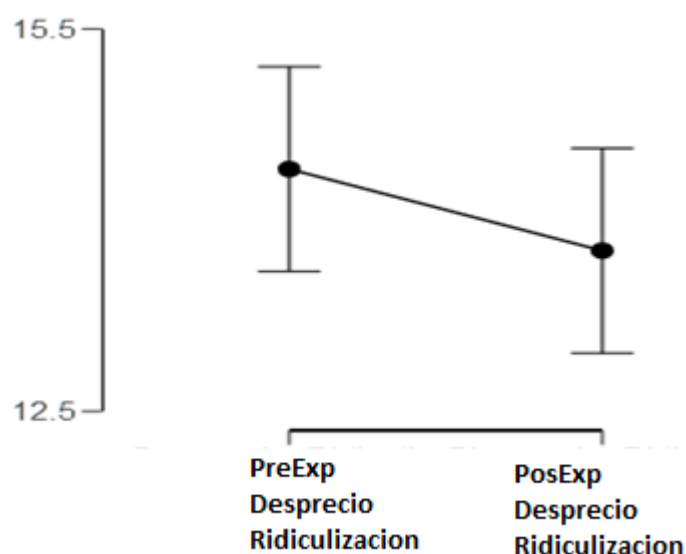


Figura 2.

Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión Desprecio y Ridiculización del grupo experimental

Interpretación:

La tabla 9 y la figura 2 muestra el análisis descriptivo utilizando las comparaciones de las medias del pre y pos test de la dimensión de desprecio y ridiculización, al verificar las medias antes y después de la aplicación del programa, se obtuvo un puntaje de 14.4 en el pre test y 13.76 en el post test, es decir si hubo disminución sin embargo no presenta valores significativos estadísticamente interpretados.

Tabla 10

Comparación de rango con signo de Wilcoxon entre pre y pos test de la dimensión desprecio y Ridiculización.

	Z	Sig. asintótica (bilateral)	d de Cohen
Pre Desprecio- Ridiculización			
Post Desprecio- Ridiculización	-1,326 ^b	0.185	0.233

En la tabla 10 se aprecia el análisis inferencial a efecto de contrastar la hipótesis de investigación:

Hipótesis específicas 1

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de desprecio y ridiculización en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de desprecio y ridiculización en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Interpretación:

Los resultados de la dimensión de desprecio y ridiculización, se evidencia un puntaje de p= 0.185, es decir que no se mostró un valor significativo del pre al pos test, tras esos valores

obtenidos se rechaza la hipótesis de estudio aceptan la hipótesis nula, lo cual indica que el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de desprecio y ridiculización en estudiantes de la población de estudio.

Tabla 11

Comparación de medias entre pre y post test de la dimensión Intimidación y Amenazas.

	Media	N
Pre Intimidación - Amenazas	8.8	25
Post Intimidación - Amenazas	8.28	25

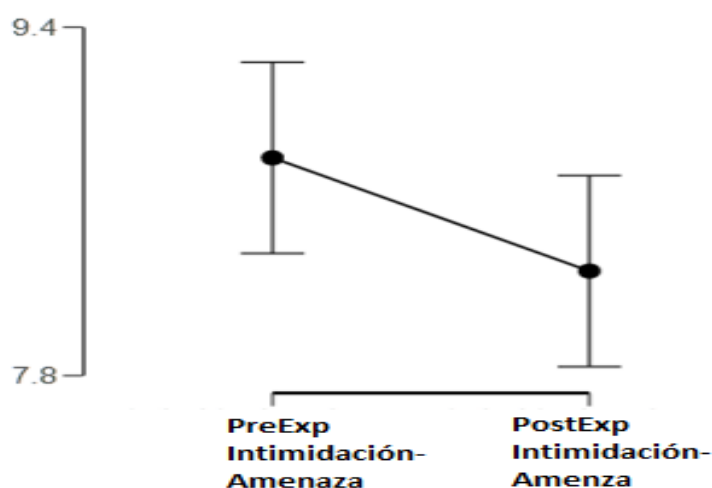


Figura 3. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión intimidación - amenazas del grupo experimental.

Interpretación:

La tabla 11 y la figura 3 muestra el análisis descriptivo utilizando las comparaciones de las medias del pre y post test de la dimensión intimidación y amenaza, al verificar las medias antes y después de la aplicación del programa, se obtuvo un puntaje de 8.8 en el pre test y 8.28 en el post test, es decir los puntajes se mantienen, aunque los valores son similares existe una diferencia a pesar de ser mínimas.

Tabla 12

Comparación de rangos con signo de Wilcoxon entre pre y post test de la dimensión Intimidación y Amenaza.

	Z	Sig. asintótica (bilateral)	d de Cohen
Pre Intimidación- Amenazas	-1,715 ^b	0.086	0.346
Post Intimidación- Amenazas			

En la tabla 12 se aprecia el análisis inferencial a efecto de contrastar la hipótesis de investigación:

Hipótesis específicas 2

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de intimidación y amenaza en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de intimidación y amenaza en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Los resultados obtenidos en la dimensión de intimidación y amenaza, se evidenció un puntaje de $p= 0.086$, es decir que no se mostró un valor significativo del pre al post test, por tanto se rechaza la hipótesis del estudio, de manera que se acepta la hipótesis nula, en otras palabras el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de intimidación y amenaza en estudiantes de la población de estudio.

Tabla 13

Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión coacción del grupo experimental.

	Media	N
Pre Coacción	4.44	25
Post Coacción	4.16	25

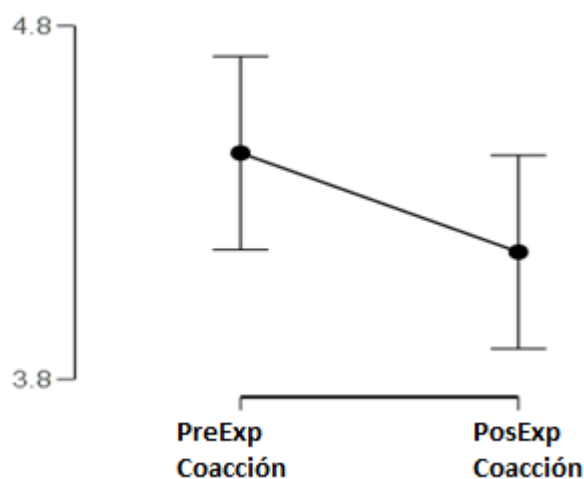


Figura 4. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión coacción del grupo experimental.

Interpretación:

La tabla 13 y la figura 4 muestra el análisis descriptivo utilizando las comparaciones de las medias del pre y post test de la dimensión coacción, al verificar las medias antes y después de la aplicación del programa, se obtuvo una puntuación de 4.44 en el pre test y 4.16 en el post test respectivamente, es decir los puntajes se mantienen, aunque los valores son similares existe una diferencia a pesar de ser mínimas.

Tabla 14

Comparación de rangos con signo de Wilcoxon entre pre y pos test de la dimensión Coacción.

	Z	Sig. asintótica (bilateral)	d de Cohen
Pre Coacción			
Post Coacción	-1,511 ^b	0.131	0.299

En la tabla 14 se aprecia el análisis inferencial a efecto de contrastar la hipótesis de investigación:

Hipótesis específica 3

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de coacción en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de coacción en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Los resultados obtenidos en la dimensión de coacción, se evidencia un puntaje de $p=0.131$, es decir que no se mostró un valor significativo del pre al post test, por tanto se rechaza la hipótesis de estudio de manera que se acepta la hipótesis nula, en otras palabras el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de coacción en estudiantes de la población de estudio.

Tabla 15

Comparación de medias entre pre y pos test de la dimensión Restricción de la comunicación.

	Media	N
Pre Restricción comunicación	6.36	25
Post Restricción comunicación	5.96	25

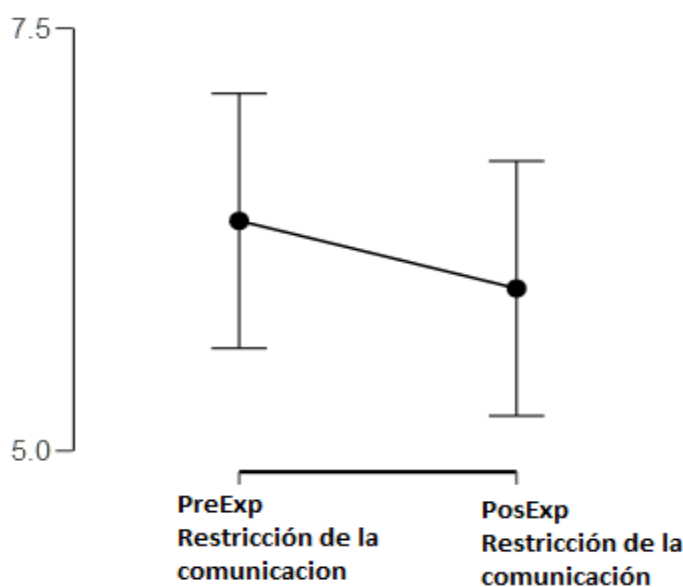


Figura 5. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión Restricción de la comunicación del grupo experimental.

Interpretación:

La tabla 15 y la figura 5 muestra el análisis descriptivo utilizando las comparaciones de las medias en la comparación del pre y post test de la dimensión restricción de la comunicación, al verificar las medias antes y después de la aplicación del programa, se

obtuvo una puntuaciones de 6.36 en el pre test y 5.96 en el post test, es decir los puntajes se mantienen, aunque los valores son similares existe una diferencia a pesar de ser mínimas.

Tabla 16

Comparación de rangos con signo de Wilcoxon entre pre y post test de la dimensión Restricción de la comunicación.

	Z	Sig. asintótica (bilateral)	d de Cohen
Pre Restricción comunicación			
Post Restricción comunicación	-,712 ^b	0.476	0.155

En la tabla 16 se aprecia el análisis inferencial a efecto de contrastar la hipótesis de investigación:

Hipótesis específicas 4

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de restricción de la comunicación en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de restricción de la comunicación en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Los resultados obtenidos en la dimensión de restricción de la comunicación, se evidencia un puntaje de $p = 0.476$, es decir que no se mostró un valor significativo del pre al post test, por tanto se rechaza la hipótesis de estudio, de manera que se acepta la hipótesis nula, en otras palabras el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de restricción de la comunicación en estudiantes de la población de estudio.

Tabla 17

Comparación de medias entre pre y post test de la dimensión Exclusión y Bloqueo social.

	Media	N
Pre Exclusión- Bloqueo Social	5.08	25
Post Exclusión- Bloqueo Social	4.64	25

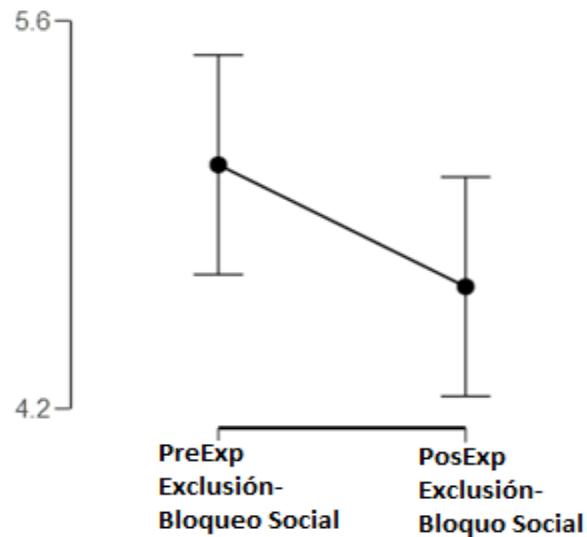


Figura 6. *Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión Exclusión y Bloqueo Social del grupo experimental.*

Interpretación:

La tabla 17 y la figura 6 muestra el análisis descriptivo utilizando las comparaciones de las medias del pre y post test de la dimensión Exclusión y Bloqueo Social, al verificar las medias antes y después de la aplicación del programa, se obtuvo una puntuación de 5.08 pre test y 4.64 post test, es decir si hubo disminución sin embargo no presenta valores significativos estadísticamente interpretados.

Tabla 18

Comparación de rangos con signo de Wilcoxon entre pre y post test de la dimensión Exclusión y Bloqueo social.

	Z	Sig. asintótica (bilateral)	d de Cohen
Pre Exclusión- Bloqueo Social	-1,556 ^b	0.120	0.324
Post Exclusión- Bloqueo Social			

En la tabla 18 se aprecia el análisis inferencial a efecto de contrastar las siguientes hipótesis de investigación:

Hipótesis específicas 5

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de exclusión y bloqueo social en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de exclusión y bloqueo social en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Los resultados obtenidos en la dimensión de exclusión y bloqueo social, se evidencio un puntaje de $p= 0.120$, es decir que no se mostró un valor significativo del pre al post test, por tanto se rechaza la hipótesis de estudio de manera que se acepta la hipótesis nula, en otras palabras el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de exclusión y bloqueo social en estudiantes de la población de estudio.

Tabla 19

Comparación de medias entre pre y post test de la dimensión Hostigamiento Verbal.

	Media	N
Pre Hostigamiento Verbal	7.4	25
Post Hostigamiento Verbal	6.44	25

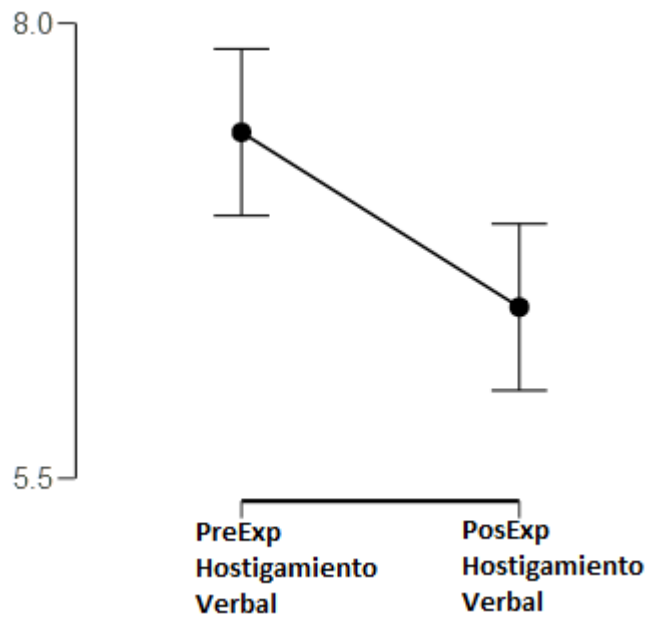


Figura 7. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión Hostigamiento verbal del grupo experimental.

Interpretación:

La tabla 19 y la figura 7 muestra el análisis descriptivo utilizando las comparaciones de las medias del pre y pos test de la dimensión Hostigamiento Verbal, al verificar las medias antes y después de la aplicación del programa, se obtuvo una puntuación de 7.40 en el pre test y 6.44 en el post test, es decir si hubo disminución sin embargo no presenta valores significativos estadísticamente interpretados.

Tabla 20

Comparación de rangos con signo de Wilcoxon entre pre y post test de la dimensión Hostigamiento Verbal.

	Z	Sig. asintótica (bilateral)	d de Cohen
Pre Hostigamiento Verbal			
Post Hostigamiento Verbal	-2,857 ^b	0.004	0.612

En la tabla 20 se aprecia el análisis inferencial a efecto de contrastar la hipótesis de investigación:

Hipótesis específicas 6

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de hostigamiento verbal en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de hostigamiento verbal en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Los resultados obtenidos en la dimensión de hostigamiento verbal, se evidencio un puntaje de $p=0.004$, es decir que si se manifestó un valor significativo del pre al post test, con un rango de medida 0.612, siendo su efecto de tamaño grande; por tanto se rechaza la hipótesis de nula, de manera se acepta la hipótesis de estudio, en otras palabras el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de hostigamiento verbal en estudiantes de la población de estudio.

Tabla 21

Comparación de medias entre pre y post test de la dimensión Agresiones.

	Media	N
Pre Agresiones	6.12	25
Post Agresiones	5.96	25

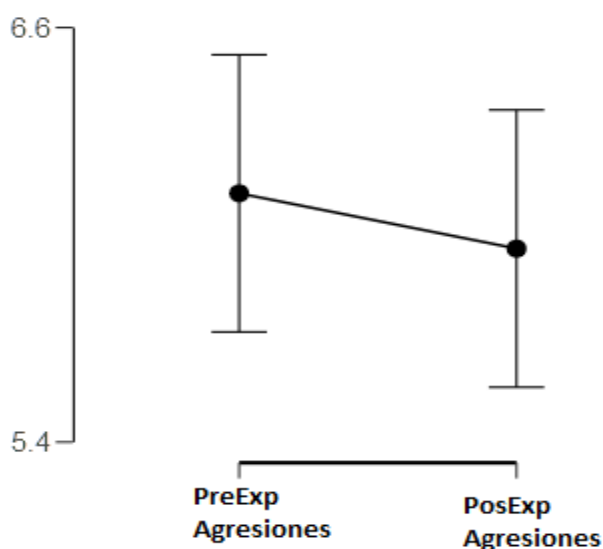


Figura 8. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión Agresiones del grupo experimental.

Interpretación:

La tabla 21 y la figura 8 muestra el análisis descriptivo utilizando las comparaciones de las medias del pre y pos test de la dimensión Agresiones, al verificar las medias antes y después de la aplicación del programa, se obtuvo una puntuación de 7.40 en el pre test y 6.44 en el post test respectivamente, es decir si hubo disminución sin embargo no presenta valores significativos estadísticamente interpretados.

Tabla 22

Comparación de rangos con signo de Wilcoxon entre pre y post test de la dimensión Agresiones.

	Z	Sig. asintótica (bilateral)	d de Cohen
Pre Agresiones			
Post Agresiones	-,632 ^b	0.528	0.116

En la tabla 22 se aprecia el análisis inferencial a efecto de contrastar la hipótesis de investigación:

Hipótesis específicas 7

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de agresión en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de agresión en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Los resultados obtenidos en la dimensión de agresión, se evidenció un puntaje de 0.528, es decir que no se mostró un valor significativo del pre al post test, por tanto se rechaza la hipótesis del estudio, de manera que se acepta la hipótesis nula, en otras palabras el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de agresión en estudiantes de la población del estudio.

Tabla 23

Comparación de medias entre pre y post test de la dimensión Robos

	Media	N
Pre Robos	4.88	25
Post Robos	4.56	25

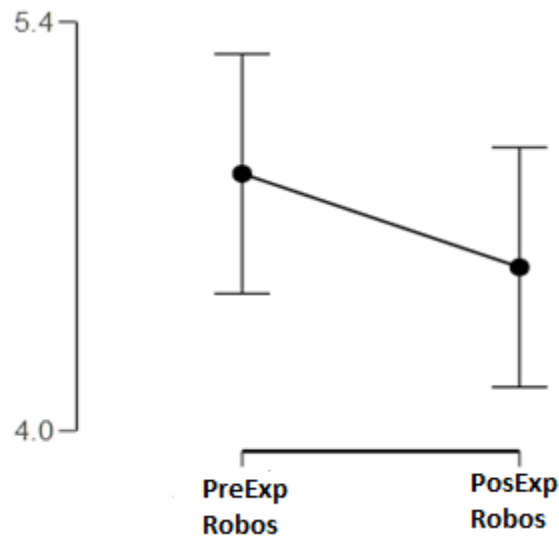


Figura 9. Comparación de medias del Pre y Pos Test de la dimensión Robos del grupo experimental.

Interpretación:

La tabla 23 y la figura 9 se muestra el análisis descriptivo utilizando las comparaciones de las medias del pre y pos test del grupo experimental, en cuanto a la dimensión Robos, al verificar las medias antes y después de la aplicación del programa, se obtuvo una puntuación de 4.88 en el pre test y 4.56 en el post test, es decir los puntajes se mantienen, aunque los valores son similares existe una diferencia a pesar de ser mínimas.

Tabla 24

Comparación de rangos con signo de Wilcoxon entre pre y post test de la dimensión Robos

	Z	Sig. asintótica (bilateral)	d de Cohen
Pre Robos	-1,328 ^b	0.184	0.228
Post Robos			

En la tabla 24 se aprecia el análisis inferencial a efecto de contrastar hipótesis de investigación:

Hipótesis específicas 8

H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de robos en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de robos en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Los resultados obtenidos en la dimensión de robos, se evidencio un puntaje de $p=0.184$, es decir que no se mostró un valor significativo del pre al pos test, por tanto se rechaza la hipótesis de estudio, de manera que se acepta la hipótesis nula, en otras palabras el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de robos en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

En la tabla 25 muestra el análisis descriptivo utilizando las comparaciones de las medias en el pre y post test del grupo control, se obtuvo como resultado que no hubo mucha diferencia entre las dimensiones (Desprecio - ridiculización, Intimidación - Amenaza, Coacción, exclusión – bloqueo Social, hostigamiento verbal, agresiones y robos), ya que los valores son similares o se mantienen, a excepción de la dimensión Restricción de la comunicación que si presentó una diferencia significativa en el pre y post test .

De igual manera, en la tabla 25 se aprecia el análisis inferencial para los resultados de la prueba T de Student ($p>0.05$) en muestras independientes, nos indica que según los resultados totales y de las dimensiones del acoso escolar para el grupo control en las condiciones de pre y pos test no se mostró significancia considerando que al grupo control no se realizó el programa de habilidades sociales, sin embargo, en una dimensión si se mostró un nivel de significancia en Restricción de la comunicación.

Tabla 25

Prueba T-Student de muestras pareadas grupo Control

	Media	N	t	p	Cohen's d
Pre Desprecio-Ridiculización	16.36	25			
Post Desprecio-Ridiculización	15.72	25	0.542	0.593	0.108
Pre Intimidación-Amenazas	10.52	25			
Post Intimidación-Amenazas	10.2	25	0.459	0.65	0.092
Pre Coacción	4.88	25			
Post Coacción	4.96	25	-0.2	0.843	-0.04
Pre Restricción de la comunicación	7.72	25			
Post Restricción de la comunicación	5.76	25	3.404	0.002	0.681
Pre Exclusión-Bloqueo Social	6.32	25			
Post Exclusión-Bloqueo Social	7.2	25	-1.492	0.149	-0.298
Pre Hostigamiento Verbal	8.76	25			
Post Hostigamiento Verbal	9.08	25	-0.39	0.7	-0.078
Pre Agresiones	7.12	25			
Post Agresiones	7.76	25	-1.004	0.325	-0.201
Pre Robos	5.84	25			
Post Robos	5.6	25	0.489	0.629	0.098
Pre Total	67.52	25			
Post Total	69	25	-0.332	0.743	-0.066

IV. DISCUSIÓN

En relación con la hipótesis de investigación: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018. Se determinó que el efecto del programa de habilidades sociales disminuye el acoso escolar en estudiantes de la institución ya mencionada, mostrando un valor significativo de 0.016 siendo menor a la significancia $p < 0.05$.

También, se concuerda con Reyes y Soto (2014) en su trabajo de investigación Programa de habilidades sociales “Fortaleciendo lazos de Amistad” para disminuir el nivel de agresividad en los niños del 6to grado de educación primaria de la institución Educativa Augusto Alberto Alva Ascurra de la ciudad de Trujillo, 2014. Su objetivo fue minimizar el nivel de agresividad en los estudiantes de una institución educativa mediante un programa de habilidades sociales. Lo realizó con un tipo de estudio cuasi experimental, obtuvo como probabilidad del estadístico $p = 0.000$ siendo menor a 0.05 por lo tanto se aceptó la hipótesis de estudio, es decir la intervención del programa de habilidades sociales influye significativamente en la reducción de la agresividad de los estudiantes de la investigación; al igual, que en este estudio hubo cambios significativos, demostrando que es efectivo la aplicación del programa para así generar cambios en la conducta de acoso escolar.

Por su parte Zavaleta (2017) en su investigación de un Programa “Aprendamos a convivir democráticamente” cuyo objetivo fue establecer la eficacia del programa de intervención para el fortalecimiento de las habilidades sociales en los estudiantes de una institución educativa. Su diseño de investigación fue cuasi experimental. Para los resultados utilizó el estadístico de la prueba T-Student con una significancia $p = 0,000$, aceptando la hipótesis de estudio, quiere decir que la aplicación del programa ayudó significativamente en el fortalecimiento de las habilidades sociales de los estudiantes de esa institución educativa.

De igual manera, concuerda con Jaime (2017), en su investigación titulada Efectos de un programa de Habilidades Sociales en el Acoso Escolar en estudiantes de Chiclayo, cuyo objetivo fue determinar los efectos del programa ya mencionado en estudiantes que presentan acoso escolar, su diseño de investigación fue de tipo cuasi experimental, se encontró como resultado cambios significativos siendo $p = 0.000$ en el grupo experimental luego de la aplicación del programa se estaría observando la disminución de acoso escolar.

Con el programa de habilidades sociales se disminuyó significativamente el acoso escolar siendo estas manifestaciones de conductas agresivas, violentas y daño que puede

realizar un estudiante o un grupo de ellos hacia otra persona, estableciendo un desequilibrio de poder, dando lugar a la victimización, los cuales se realizan en un tiempo prolongado y de forma intencionada.

Como lo menciona el autor Olweus (2004) el acoso escolar se da cuando un estudiante es expuesto reiteradamente en un tiempo prologando a conductas agresivas o acciones negativas como dañar, amenazar, burlarse, menospreciar, humillar, es en cuanto a lo verbal; en lo físico: empujar, golpear, arañar, pellizcar; también se tiene de tipo gestual: muecas, gestos obscenos y finalmente la exclusión o despido de un alumno de un grupo sin ninguna explicación, que realiza otro estudiante o un grupo de ellos.

Se infiere que las manifestaciones de los comportamientos violentos se debe a que los alumnos en la etapa escolar están en un proceso de aprendizaje de sus habilidades sociales, siendo estas influidas por su entorno familiar y social, ya que esta son aprendidas mediante la observación tal y como manifiestan Bandura y Ribes (1975) señalan que aprendemos por intermedio de la observación a través de modelos, al igual que por cualquier entidad de representación, la que se ejecuta a través de agentes sociales y sus diferentes influencias. La principal la que ejercen los familiares, estas ocurren en relación con los miembros del hogar, siendo los padres y las personas mayores lo que tienen mayor proximidad o afecto, los cuales son importantes en la socialización del niño pues influyen en el comportamiento de estos

Los resultados de esta investigación dan cuenta que el efecto de desarrollo de un programa ha servido para que los alumnos del primera grado de secundaria, adquieran habilidades sociales teniendo una comunicación asertiva, poniéndose en lugar de los demás, sabiendo escuchar para que les permite tener un adecuada convivencia con sus compañero de clases, evitando así el acoso escolar, las agresiones verbales, físicas. Como sostiene Dongil y Cano (2014) las habilidades sociales son un conjunto de destrezas y capacidades interpersonales que permite la interacción con los demás individuos de su entorno de una manera adecuada, teniendo pensamientos, opiniones y sentimientos positivos en diferentes contextos, sin experimentar ansiedad o conductas negativas que puede afectar a su socialización. También esto puede ser explicado por una parte porque de acuerdo a los autores Muñoz, Crespi y Angrehs (2011) definen las habilidades sociales como aquellas acciones o conductas específicas que se realiza para interactuar y estar en contacto con los demás de forma satisfactoria, amena, confortable y eficaz socialmente.

V. CONCLUSIONES

Primera:

El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Segunda:

El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de desprecio y ridiculización en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018

Tercera:

El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de intimidación y amenaza en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Cuarta:

El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de coacción en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Quinta:

El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de restricción de la comunicación en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Sexta:

El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de exclusión y bloqueo social en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Séptimo:

El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de hostigamiento verbal en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Octavo:

El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de agresión en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

Noveno

El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de robos en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

VI. RECOMENDACIONES

Primera:

Se sugiere promover el diseño y la aplicación de este programa de intervención de habilidades sociales a la institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, así como otras instituciones educativas y no solo al grado de primer año de secundaria, sino también a otros grados (con los ajustes necesarios), a modo de promoción y prevención, ya que los resultados demuestran posible disminución del acoso escolar y de ese modo mejorar las relaciones interpersonales de los alumnos en los centros educativos.

Segunda:

Se sugiere capacitar a directores, profesores y otros investigadores para que así se pueda, ampliar y profundizar la presente investigación para continuar en un tiempo más prudente, haciendo masiva la práctica del programa y así enriquecer a los estudiantes con el desarrollo de habilidades que permitan disminuir el desprecio-ridiculización, intimidación-amenaza, coacción, restricción de la comunicación, exclusión-bloqueo social, agresiones y robos.

Tercera

Se sugiere a directores, profesores y otros investigadores, incluir dentro del programa de habilidades sociales algunas sesiones que cuente con la participación de los padres de familia, las cuales deben servir para afianzar los cambios de conducta en los alumnos y que puedan mantenerse por mayor tiempo, mejorando también así las relaciones familiares.

IV. REFERENCIAS

- Bandura, A. (1973). *Agresión: A social learning analysis*. Englewood Cliffs, N.J. Prentice: Hall.
- Bandura, A. y Ribes, E. (1975). *Modificación de conductas*. México: D. F. Trillas.
- Behar, D. (2008). *Metodología de la investigación*. Editorial Shalon.
- Benites, L., Carozzo, J., Horna, V., Palomino, L., Salgado, C., Uribe, C. y Zapata, L. (2012). *Bullying y convivencia en la escuela: aspectos conceptuales aplicativos y de investigación*. Lima, Perú: Observatorio Perú.
- Bronfenbrenner, U. (1987). *The ecology of Human Development*. Cambridge, Harvard University Press.
- Caballo, V. (1993) *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI de España. Recuperado de: <http://cideps.com/wp-content/uploads/2015/04/Caballo-V.-Manual-de-evaluaci%C3%B3n-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-ebook.pdf>
- Cerezo, F. (2009). *Bullying: análisis de la situación en las aulas españolas*. España: Murcia.
- Cerezo, F. y Sánchez, C. (2013). *Eficacia del programa CIP para la mejora de la convivencia escolar y prevención del bullying en alumnos de Educación Primaria*. *Apuntes de psicología* 31,173-181. Recuperado de <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/320>.
- Cruz, H. y Vasquez, Y. (2015). *Programa de habilidades sociales y su influencia en las relaciones interpersonales de los estudiantes del 1er Grado, nivel secundaria, Institución Educativa N° 80129 "Virgen del Carmen", Trujillo, 2015*. tesis licenciatura educación).recuperado de <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/8033/CRUZ%20LAIZA-VASQUEZ%20REYES.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Díaz, J., Martínez, M. y Vásquez, L. (2011). *Una educación resiliente para prevenir e intervenir en la violencia escolar*. *Itinerario Educativo*, XXV (57), 121 – 155.

- Dirección General de Promoción de la Salud Ministerio de Salud (2005). *Manual de Habilidades Sociales en Adolescentes Escolares*. Recuperado de: http://bvs.minsa.gob.pe/local/PROMOCION/170_adolesc.pdf.
- Dollard, J. Dood,L., Miller, N., Mowrer,O. y Sears,R. (1939). *Frustracion y agresion*. New Haven: Yale University Press.
- Dongil, E. y Cano, A. (2014) *Habilidades Sociales*. Recuperado: http://www.bemocion.msssi.gob.es/comoEncontrarmeMejor/guiasAutoayuda/docs/guia_habilidades_sociales.pdf.
- Fernández, M. y Palomero, J. (2001). *Para saber más sobre violencia escolar*. Revista Interuniversitaria de formación de profesorado.
- Ferreira, Y. Y Muñoz, P. (2013).*Programa de intervención en habilidades sociales para reducir los niveles de acoso escolar entre pares o bullying*. Recuperado de <http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v9n2/v9n2a4>.
- Gardner, H. (2005) *Inteligencia Múltiples: La teoría en la práctica*. España. Paidós.
- Gastutulo, O. (2013). *Programa de habilidades sociales en conductas agresivas en la institución Educativa Rosa Irene Infantes de San Miguel Lima-2013*.
(Tesis de Doctorado).recuperado de: <http://crai.ucvlima.edu.pe/biblioteca/modulos/PrincipalAlumno.aspx>.
- Goldestein, A. (2009). *Habilidades Sociales y autocontrol*. España: Martínez Rocca.
- Hernández R., Fernández C. y Baptista P. (2014) *Metodología de la Investigación*. (6. ° ed.) México: Mc Graw Hill.
- Blaya.A.(2001). *Programa de entrenamiento en Habilidades Sociales*. Chile: Editorial Alfa y omega.
- Jaime, J. (2017). *Efecto de un programa de habilidades sociales en el acoso esoclar de Chiclayo*. Recuperado de: <http://revistas.uss.edu.pe/index.php/HACEDOR/article/view/743>

- Jeffrey, A. (2002). *Entrenamiento de habilidades sociales*. Madrid, España: Desclée de Brouer. Recuperado de: <https://es.scribd.com/doc/110491582/Entrenamiento-de-Las-Habilidades-Sociales-Jeffrey-a-Kelly>.
- Livacic,P. Espinoza, M.y Ugalde, F. (2014). *Intervenciones psicológicas basadas en la evidencia para la prevención de la delincuencia juvenil. Un programa de entrenamiento en habilidades sociales en ambientes educativos*. Recuperado de: <http://www.reedalyc.org/pdf/785/78522110.pdf>.
- Landero, R. y Gonzales, M.(2006). *Estadística con SPSS y metodología de la investigación*. Mexico : trillass .
- Ministerio de educación (2015). Noticias. Recuperado: <http://www.minedu.gob.pe/n/noticia.php?id=42630>.
- Monjas, I y Gonzales, B. (1993). *Las habilidades sociales en el currículo*. Madrid, España: CEPE.
- Monja, C. (2000). *Programa de enseñanza de Habilidades de Interacción Social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar*. (5ta. ed.). Madrid: Arco Libros.
- Monje, C. (2002). *Metodología de la Investigación Cuantitativa y Cualitativa*. Guía Didáctica. Universidad Sur Colombiana. Recuperado de: <https://carmonje.wikispaces.com/file/view/Monje+Carlos+Arturo++Gu%C3%ADa+did%C3%A1ctica+Metodolog%C3%ADa+de+la+investigaci%C3%B3n.pdf>
- Moreno, Y. (2013). *El programa de habilidades sociales y la agresividad en los estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución Educativa Juana Infantes Vera, Cercado de Lima, 2013*. (Tesis para el grado de magister). Recuperado de: <http://crai.ucvlima.edu.pe/biblioteca/modulos/PrincipalAlumno.aspx>.
- Morris,C. Y Maisto, A.(2001) *Introducción a la psicología* (9na. ed.) recuperado de : https://issuu.com/labibliotecadigital/docs/introducci_n_a_la_psicolog_a__12m
- Muños, C. Crespi, P. y Angrehs, R. (2011). *Habilidades sociales*. Lima: Edición Paraninfo, SA.

- Olweus, D. (2004). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. (2da ed.).Madrid, España: Ediciones Morata, S.L.
- Olano,A. (2008). *Modulo: Seminario en investigación en Educación*. Lima: EPG.UCV. Recuperado de <http://crai.ucvlima.edu.pe/biblioteca/modulos/PrincipalAlumno.aspx>
- Ortega, R. (2004). *Definición de Bullying*. Barcelona, España; Junta de Andalucía.
- Organización de las naciones unidas para la educación, la ciencia y la cultura (2010, pág. 10). *Poner fin a la violencia en la escuela: Guía para docentes*. Recuperado de <http://unesdoc.unesco.org/images/0018/001841/184162s.pdf>.
- Organización de Cooperacion y Desarrollo Economico (2017). *Según los datos ofrecidos por PISA 2015 el acoso escolar es una de las mayores preocupaciones en las escuelas*. Recuperado de: <https://es.unesco.org/news/segun-datos-ofrecidos-pisa-2015-acoso-escolar-es-mayores-preocupaciones-escuelas>.
- Piñuel, I. y Oñate, A. (2005). *Autotest Cisneros de Acoso Escolar*. Instituto de Innovación Educativa y desarrollo Directivo.
- Reyes,M. y Soto, L.(2014). *Programa de habilidades sociales “Fortaleciendo lazos de Amistad” para disminuir el nivel de agresividad en los niños del 6to grado de educación primaria de la institución Educativa Augusto Alberto Alva Ascurra de la ciudad de Trujillo, 2014*.(Tesis licenciatura educación). Recuperado de <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/4697/REYES%20GAMBOA-SOTO%20CRUZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Remedios,A. e Imaculada, J.(2014). *Intervención en habilidades sociales para la educación de los estudiantes de nivel primaria en colegios públicos de Alcasser, valencia 2014”*. Recuperado de http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/1958/0214-9877_2014_1_2_600.pdf?sequence=1
- Sabino, C. (1986). *Proceso de la Investigación*. Bogotá: panamericana. Recuperado de: http://paginas.ufm.edu/sabino/ingles/book/proceso_investigacion.pdf.
- Sullivan, K. Cleary, M. y Sullivan, G. (2005). *Bullying en la enseñanza secundaria, el acoso escolar como se presenta y cómo afrontarlo*. España: Ediciones Ceac.

- Tamayo y Tamayo, M.(1997) *El proceso de la investigación científica*. Editorial Limusa S.A. Mexico
- Trujillo,M. y Martin, V. (2010). *Desarrollo socioafectivo, ciclos formativos*. Recuperado de: <https://books.google.com.pe/books?id>
- Ucañan,J. (2015). *Propiedades psicométricas del autotest Cisneros de acoso escolar en adolescentes del valle chicama*. Recuperado de: <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/JANG/article/view/87>.
- Uribe, R., Escalante, M., Velasquez, W., Ricardi, J., Leguia, G., Cortes, E. (2008) *Ministerio de Salud, Manual de Habilidades para escolares de 8 a 11 años*. Recuperado de <https://es.scribd.com/doc/123143126/MANUAL-de-Habilidades-8-11>.
- Valderrama, S. (2002). *Pasos Para Elaborar Proyectos De Investigación Científica Cuantitativa, Cualitativa Y Mixta* (2.ed).Perú: San Marcos.
- Verdugo,M.(2002).*Programa de habilidades sociales y conductas alternativas*. Recuperado de: <http://www.bienestaryproteccioninfantil.es/fuentes1.asp?sec=27&subs=290&cod=2406&page=>
- Borda,A y Saavedra,Z. (2017). *“Diseño y aplicación de un programa de autoeficiencia para prevenir el acoso escolar en adolescente de 11 a 14 años en una unidad educativa de la ciudad de la Paz”* (Tesis de aestria). Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/440/4401>
- Zavaleta, K. (2017). *Programa “Aprendamos a convivir democráticamente” para fortalecer las habilidades sociales en los niños y las niñas del sexto grado de educación primaria de la institución educativa “Luis Alberto Sánchez” n°88298 – H.U.P. David Dasso Hocke – Nuevo Chimbote, 2014*. (Tesis de Maestria).Recuperado de: <http://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/2848/42851.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

ANEXOS

Anexo 1

Matriz de consistencia

Efecto de un programa de desarrollo de habilidades sociales sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE Y DIMENSIONES	MÉTODOLOGIA
<p>PROBLEMA GENERAL ¿Cuál es el efecto de un programa de desarrollo de habilidades sociales sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho? Lima, 2018. ?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL Determinar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>	<p>HIPOTESIS GENERAL H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye el acoso en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018. H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>	<p>Variable Independiente: PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES</p> <p>Definición conceptual: Habilidades sociales son conductas y comportamiento que realiza el individuo en un contexto social donde expresa sus pensamientos, sentimientos, opiniones, deseos y actitudes de una forma adecuada, de igual manera respeta las conductas de las demás personas y eso hace que su contexto se torna agradable y evita futuros problemas. (Caballo, 1993).</p>	<p>Tipo de Investigación: - Diseño es Cuasi Experimental, debido a que se manipulan las variables.</p> <p>Población y muestra En la investigación, se tomó como población a 640 alumnos de secundaria pertenecientes de la institución educativa Manuel Gonzales Prada del distrito de San Juan de Lurigancho en el 2018</p> <p>La muestra fue seleccionada por dos grupos que son similares entre ellos, conformada por 50, dividida en 25 en la sesión E (grupo de control) y 25 estudiantes en la sesión A (grupo experimental).</p>
<p>PROBLEMA ESPECIFICO 01 ¿Cuál es el efecto de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de desprecio y ridiculización en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho? Lima, 2018. ?</p>	<p>OBJETIVO ESPECIFICO 01 Identificar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de desprecio y ridiculización en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>	<p>HIPOTESIS ESPECIFICA 01 H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de desprecio y ridiculización en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018. H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de desprecio y ridiculización en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>	<p>Definición operacional: El programa se basa en 16 sesiones, que tiene como finalidad desarrollar las habilidades sociales en los estudiantes del grupo experimental. La duración de las sesiones es de 45 minutos realizándose 2 veces por semana.</p> <p>Variable Dependiente ACOSO ESCOLAR</p> <p>Definición conceptual: Un continuado y deliberado maltrato verbal y mental que recibe un niño por parte de otro u otros, que se comportan con el cruelmente con el objetivo de someterlo, opacarlo, asustarlo, amenazarlo y que atente contra la dignidad del niño". Siendo una conducta de agresión física o psicológica que</p>	

<p>PROBLEMA ESPECIFICO 02 ¿Cuál es el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de la intimidación y amenaza en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.?</p>	<p>OBJETIVO ESPECIFICO 02 Identificar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión intimidación y amenaza en acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>	<p>Hipótesis específicas 2 H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de intimidación y amenaza en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018. H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de intimidación y amenaza en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>	<p>realiza un alumno contra otro, al que escoge como víctima de acoso escolar (repetidos ataques).” Piñuel y Oñate (2005).</p> <p>Definición operacional La escala de auto test Cisneros de acoso escolar, muestra los nivel de bullying que tiene los alumnos en el pre test y post test</p>	<p>Método de análisis de datos</p> <p>Para la presente investigación se utilizó Excel para basear los datos que se tomó pre test y post test, al grupo de control y grupo experimental, de igual manera se utilizó el programa, estadístico SPSS (Statistical Productand and Servicie Solutions) en su versión 22, para analizar los datos obtenidos en el cuestionario Auto Test Cisneros de Acoso Escolar. En la prueba de normalidad se utiliza la prueba de Shapiro Wilk, ya que cada grupo experimental y de control está conformada por 25 estudiantes, por otro lado determinó la estadística es no paramétrica la sig. <0.00 por esa razón se tomó la prueba estadística de Wilconxon.</p>
<p>PROBLEMA ESPECIFICO 03 ¿Cuál es el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de la coacción en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.?</p>	<p>OBJETIVO ESPECIFICO 03 Precisar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de coacción en acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>	<p>Hipótesis específica 3 H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de coacción en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018. H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de coacción en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>		
<p>PROBLEMA ESPECIFICO 04 ¿Cuál es el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de restricción de la comunicación en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho? Lima, 2018.?</p>	<p>OBJETIVO ESPECIFICO 04 Comprobar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión restricción de la comunicación en acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>	<p>Hipótesis específicas 4 H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de restricción de la comunicación en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018. H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de restricción de la comunicación en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>		

<p>PROBLEMA ESPECIFICO 05 ¿Cuál es el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de la exclusión y bloqueo social en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho? Lima, 2018.?</p>	<p>OBJETIVO ESPECIFICO 05 Identificar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión exclusión y bloqueo social en acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>	<p>Hipótesis específicas 5 H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de exclusión y bloqueo social en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018. H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de exclusión y bloqueo social en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>		
<p>PROBLEMA ESPECIFICO 06 ¿Cuál es el efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de hostigamiento verbal en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho? Lima, 2018.?</p>	<p>OBJETIVO ESPECIFICO 06 Indicar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión hostigamiento verbal en acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>	<p>Hipótesis específicas 6 H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de hostigamiento verbal en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018. H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de hostigamiento verbal en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>		
<p>PROBLEMA ESPECIFICO 08 ¿Cuál es el efecto de programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión de robos en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.?</p>	<p>OBJETIVO ESPECIFICO 08 Identificar los efectos de un programa de desarrollo de habilidades sociales en la dimensión robos en acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>	<p>Hipótesis específicas 8 H₁: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales disminuye la dimensión de robos en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018. H₀: El efecto del programa de desarrollo de habilidades sociales no disminuye la dimensión de robos en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.</p>		

Anexo 02. Instrumento

AUTOTEST CISNEROS DE ACOSO ESCOLAR

Edad:..... Sexo: Grado: Sección: Numero de orden: Fecha:

INSTRUCCIONES: Lee cada una de las afirmaciones con mucha atención; luego, señale con una X con qué frecuencia se produce estos comportamientos en el colegio. Contesta las preguntas con sinceridad.

RESPUESTAS:

1: nunca 2: pocas veces 3: muchas veces

Nº	Preguntas	Nunca 1	Pocas veces 2	Muchas veces 3
1	No me hablan			
2	Me ignoran, me hacen el vacío			
3	Me ponen en ridículo con los demás			
4	No me dejan hablar			
5	No me dejan jugar con ellos			
6	Me llaman por motes			
7	Me amenazan para que haga cosas que no quiero			
8	Me obligan hacer cosas que están mal			
9	Me tienen manía			
10	No me dejan que participe, me excluyen			
11	Me obligan hacer cosas peligrosas para mi			
12	Me obligan hacer cosas que me ponen malo			
13	Me obligan a darle mis cosas o dinero			
14	Rompen mis cosas a propósito			
15	Me escoden las cosas			
16	Roban mis cosas			
17	Les dicen a otros que no estén o que no hablen conmigo			
18	Les prohíbe a otros que no jueguen conmigo			
19	Me insultan			
20	Hacen gesto de burla o desprecio hacia mi			
21	No me dejan que hable o me relacione con otros			
22	Me impiden que juegue con otros			
23	Me pegan collejas, puñetazos, patadas...			
24	Me chillan o gritan			
25	Me acusan de cosa que no he dicho o hecho			
26	Me critican por todo lo que hago			
27	Se ríen de mí cuando me equivoco			
28	Me amenazan con pegarme			
29	Me pegan con objetos			

30	Cambian el significado de lo que digo			
31	Se meten conmigo para hacerme llorar			
32	Me imitan para burlarse de mi			
33	Se meten conmigo por mi forma de ser			
34	Se meten conmigo por mi forma de hablar			
35	Se meten conmigo por ser diferente			
36	Se burlan de mi apariencia física			
37	Van contando por ahí mentiras acerca de mi			
38	Procuran que les caiga mal a otros			
30	Me amenazan			
40	Me esperan a la salida para meterse conmigo			
41	Me hacen gestos para darme miedo			
42	Me envían mensajes para amenazarme			
43	Me zarandean o empujan para intimidarme			
44	Se portan cruelmente conmigo			
45	Intenta que me castiguen			
46	M desprecian			
47	Me amenazan con armas			
48	Amenazan con dañar a mi familia			
49	Intenta perjudicarme en todo			
50	Me odian sin razón			

Anexo 3. Programa

Programa de intervención

Taller de Habilidades Sociales

I. DATOS PRINCIPALES

Nombre del Centro Educativo: Manuel Gonzales Prada

Distrito: Campoy

Nivel: Secundaria 1do grado Sección E

Duración: 45 minutos

Participantes: 25 alumnos

Responsable: Monzen Tenorio Andrea

II. OBJETIVOS

Generales:

Los alumnos desarrollen destrezas para poder relacionarse con las demás personas de una forma positiva y que sea capaz de controlar y expresar adecuadamente sus emociones.

III. METODOLOGÍA:

El programa tuvo como base para su realización el manual de habilidades sociales, propuesto por la dirección Ejecutiva de Educación para la Salud; Instituto Especializado de Salud Mental “Honorio Delgado/ Hideyo Noguchi”: Ministerio de Salud.

Es de características grupal, participativa, dinámica, expresión corporal y técnicas de visualización e imagería.

IV. DURACIÓN

El programa de intervención tiene una duración de 16 sesiones de 45 minutos por cada sesión, se desarrollara con el grupo experimental, con seguimiento constante.

	s de una conducta agresiva																	
1 5	Mensaje internos de la ira													X				
1 6	Identificando situaciones que producen estrés														X			
1 7	Enfrentando la presión de grupo															X		
1 8	Evaluación Post test																	X

VI. Estructura de las sesiones:

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

Según el Manual de Habilidades Sociales, Ministerio de Salud:

1. Sesión 01

Título: Aprendiendo a escuchar

Duración: 45 min

Objetivos:

- Fomentar en los participantes habilidades que les permitan desarrollar una escucha activa
- Concientizando la importancia de tener una escucha activa para una adecuada comunicación.

Materiales:

- Hojas de papel
- Lápices
- presentación Power point
- Cartilla N° 1 y N° 2

Actividades

1. Saludar a los estudiantes, manifestándoles el agrado y satisfacción de trabajar con ellos.
2. Se solicitará a cuatro voluntarios dentro del salón de clases, la actividad se realizará de la siguiente manera:
 - La indicación que se le da es que cada alumno voluntario va a recibir un mensaje y que solo deberá escuchar sin hacer ningún comentario alguno, igual que el narra la historia tampoco puede repetir el mensaje.
 - Se les pide que tres de los voluntarios salgan fuera del aula, quedando solo uno en el salón de clases.
 - El facilitador narra la historia (cartilla N.1), al voluntario que se quedó en el aula, cuando el facilitador termine en contar la historia, se le pide al voluntario que le cuente la narración al segundo voluntario. Seguidamente se solicite que ingrese un tercer voluntario, que recibirá la narración de la historia del segundo voluntario. Por último el cuarto voluntario ingresará al aula para que reciba la información del tercer alumno.
 - El cuarto voluntario será quien informe a todo el salón de clases lo que ha recibido de información sobre la narración inicial. (Es muy probable que la historia haya cambiado).
3. Conformar grupos de 5 a 6 participantes y mencionarles que debatan lo que han podido observar y respondan entre ellos las siguientes preguntas, ¿Por qué se ha modificado el mensaje? ¿sucede lo mismo en el aula?
 - Mencionar que den ejemplos similares que se hayan presentado en el aula.
 - Indicar a uno de los participantes por grupos que mencione los comentarios del grupo.

4. El facilitador, se dirigirá al salón de clases y les mencionara sobre los sentimientos y emociones, frente a esta situación, preguntando ¿Cómo se sentirán las personas cuando no se les entiende sus mensajes?
 - Al término de los comentarios, el facilitador informará que siendo la comunicación oral una de las formas más frecuentes de comunicación, existen algunas habilidades que la fortalecen y nos permiten escuchar mejor y entender el mensaje con mayor precisión.
5. El facilitador leerá la cartilla N° 2 e indicará a los estudiantes que pongan en práctica las habilidades de escuchar. Cuando se termine de leer las cartilla N° 2 el facilitador hará 2 o 3 preguntas (¿A dónde fue Ricardo? ¿Qué le pasó a Ricardo?) En relación a la historia leída, se pedirá a los participantes que lean sus respuestas y discutir si hubo o no con la primera historia.
6. Concluir enfatizando la importancia de saber escuchar y la aplicación de estas habilidades en nuestra vida diaria.

CARTILLA N° 1

El sábado 27 de julio, Manuel nos invitó a celebrar su cumpleaños en la discoteca "Los magnéticos". A esa fiesta asistieron compañeros del 5º "G" y los chicos del 2º "F", durante la fiesta vimos con sorpresa que los mejores bailarines, fueron Sonia con William; a tal punto que, todos los rodeamos y le hicimos barra. De pronto, vimos a Manuel algo incómodo con ellos y le dije al Disk-jockey que cambie de música y... ¡que roche! empezaron a tocar sólo cumbias lo que produjo molestia y aburrimiento en todos.

CARTILLA N° 2

El otro día Ricardo asistió a una pollada que se realizó en el barrio para recaudar fondos porque su vecino estaba internado. En plena fiesta salió a comprar gaseosas que le encargaron, para vender en la pollada. En la esquina se encontró con Mauricio, su compañero de colegio, mientras conversaban vio que la Policía se estaba llevando a unos pandilleros a la Comisaría; y, creyendo que también ellos eran de esos grupos, se los llevaron detenidos. Les explicaron y no les creyeron porque los dos tenían gorros parecidos a los de la pandilla y por eso la Policía los confundió.

Tuvieron que quedarse allí hasta que fueran sus familiares; mientras tanto, en la pollada, creían que Ricardo se había escapado con el dinero y estaban muy molestos.

2. sesión 02

Según el Manual de Habilidades Sociales, Ministerio de Salud:

Título: Conociendo e identificando los estilos de comunicación

Duración: 45 min

Objetivos:

- lograr que los participantes identifiquen los estilos de comunicación: Pasivo, agresivo y asertivo.
- Preparar a los estudiantes en la utilización de la comunicación asertiva.

Materiales:

- presentación de rotafolio
- Lapiceros, plumones

Actividades

1. Saludar a los estudiantes.
2. El facilitador solicitara la participación de 6 voluntarios (formados por parejas), a quienes se les indica, dramatizar la siguiente situación:

- “Pedro llega a su casa y se da cuenta que su hermano Juan se ha puesto su camisa nueva”
 - La indicación para la dinámica es que una pareja voluntaria de la respuesta de forma pasiva, es decir que por más que le enfurezca no va a decir nada; la segunda pareja, dará una respuesta agresiva. “insulta, grita y quiere pegar” La tercera pareja manifestará su molestia en forma adecuada a la situación.
 - El facilitador preguntará al salón ¿Qué observamos en estas situaciones? ¿Cuáles son las diferencias entre cada una de ellas?
 - Para finalizar la dinámica se indagará situaciones como lo visto en la historia si es que también suceden en casa o en la escuela ¿Qué tipo de respuesta suceden con más frecuencia? se solicita ejemplos.
3. Se explicará a los alumnos acerca de los estilos de comunicación, en donde se señala que existen tres modos de comunicación ante cualquier situación y se les informa la importancia de tener una comunicación asertiva, que será la forma adecuada de interacción.
 4. Se pedirá que formen grupo de 5 personas para entregarles diferentes tipos de casos de la comunicación.
 - Cada grupo analizará 2 situaciones marcando sus registros y convirtiendo las frases pasivas y agresivas en frases asertivas.

El facilitador pedirá a un representante del grupo que presenten sus respuestas.

Finalizar la sesión solicitando comentarios.

El facilitador reforzará la utilización de comunicación asertiva.

3. Sesión 03

Según el Manual de Habilidades Sociales, Ministerio de Salud:

Título: Practicando mi comunicación asertiva

Duración: 45 min

Objetivos:

- Lograr que los alumnos participantes den respuestas asertivas ante diversas situaciones

Materiales:

- Cuaderno de habilidades sociales
- Lapicero, plumones
- Pizarra
- Ficha N°1

Actividades

1. Se saluda a los alumnos y se da a conocer la satisfacción de estar compartiendo esta sesión.
2. El facilitador indicara a los participantes del salón prestar atención al siguiente relato:
“Rodrigo y sus amigos estaban jugando a las “escondidas”, en medio del juego, sin intención Rodrigo empuja a Pamela y ella se cae en un charco de agua.
Rodrigo se empezó a reír
Pamela dijo: ¡Pues yo no le veo la gracia!. Rodrigo no supo que hacer y se fue.
3. El facilitador preguntará: ¿Qué nos llama la atención en el relato que hemos escuchado?, ¿Qué debió haber hecho Rodrigo?
4. El facilitador preguntará luego del debate, ¿situaciones como estas suceden con frecuencia en nuestro barrio, colegio o el hogar?
Se solicita ejemplos a los participantes
5. Se enfatizara a los alumnos que es importante emitir respuestas asertivas ante situaciones que las personas responde de forma agresiva o pasiva. Para el ejemplo desarrollado se dirá que una respuesta adecuada es pedir disculpas, esta es una habilidad social asertiva que permite mejorar las relaciones humanas ayudando a reparar, compensar el daño causado y a que la otra persona pueda sentirse mejor. Las respuesta de Rodrigo seria por ejemplo “Pamela te pido por favor que me disculpes no volverá a suceder”
6. El facilitador escribirá en la pizarra algunas frases asertivas más utilizadas ante diversas situaciones:

- a. Me gustaría que no me molestes...
 - b. Me molesta que no respetes mis cosas...
 - c. Quisiera que me pidas a mi antes de agarrarte mis cosas..
 - d. Me agrada que seas un buen amigo.
7. Luego de explicar estas frases como ejemplo, se dictara las preguntas de la cartilla N°1 pidiendo a los alumnos que escriban la respuesta e forma asertiva.
8. Se preguntara a los estudiante de forma voluntaria sobre sus respuesta y reforzará el estilo asertivo a fin de que los participantes. Así mismo si hubiera tiempo se pedirá con la ayuda del facilitador representaciones a forma de sociodrama.
9. Se terminará con la sesión resaltando la importancia de la comunicación asertiva, y agradeciendo a los niños por atención prestada.

CARTILLA N°1

- 1. Jorge le quita su cuaderno a Carlos**
¿Cómo deberá contestar Carlos asertivamente?
- 2. Tu profesor te llama la atención porque no cumpliste con la tarea**
¿Cómo podría contestar asertivamente a tu profesor?
- 3. Juan rompe la punta de tu lápiz**
¿Cómo podrías contestar asertivamente?

4. sesión 04

Título: pedir ayuda

Duración: 40 min

Objetivos:

- conseguir que los alumnos mantengan un comportamiento asertivo cuando soliciten o pidan alguna ayuda a otras personas.

Materiales:

- imágenes

- lápiz
- hoja bond

Actividades

1. El facilitador explicarla importancia y la utilidad de pedir ayuda a otras personas:
 - resolver los problemas con la ayuda de otras personas.
 - ser escuchado y ayudado por los demás.
 - conseguir relaciones estables con quien nos rodea.

Los demás nos ayudaran siempre y cuando mantengamos una comunicación asertiva, solicitado la ayuda con amabilidad y cordialidad.
2. se le mostrara imágenes de situaciones positivos y negativos de pedir ayuda a los demás, para que asi los alumnos identifiquen.
3. se solicitara a los estudiantes que dramaticen situaciones correctas de pedir ayuda en el aspecto escolar.
4. se le dejara como actividad pendiente recordar que situaciones positivos han pedio ayuda a los demás.

Cartillas :





5. Sesión 05

Título: Dar las gracias

Duración: 40 min

Objetivos:

- Lograr que los alumnos aprendan a dar las gracias o expresar sentimientos de gratitud ante los demás y en diversas situaciones

Materiales:

- lapicero y plumones

Actividades

1. Se saluda a los alumnos del aula y se le menciona lo importante que es decir "gracias" cuando otras personas nos ayudan, nos hacen un favor o nos regalan algo.

Importancia de ser agradecidos

- es bueno porque así las otras personas van a saber lo que han hecho por ti.
 - los demás les gustará ayudarnos.
 - tendremos más grupos para jugar y compartir.
2. se le entrega diferentes fichas para que identifiquen situaciones de agradecimiento (Anexo).

3. Recordar que esta habilidad es importante porque nos permite:
Generar buenos vínculos con otras personas y así contar con ayudas en el futuro.
4. el facilitador deja como actividad pendiente para la siguiente sesión:
Recordar durante la semana situaciones o momentos en las que hemos sido agradecidos.

Cartillas:



6. Sesión 06

Según el Manual de Habilidades Sociales, Ministerio de Salud:

Título: Identificando y expresando mis emociones

Duración: 40 min

Objetivos:

Materiales:

- Cuaderno de Habilidades
- Lapicero o Lápiz
- Colores

Actividades

1. Saludamos a los alumnos demostrando alegría y satisfacción por compartir esta sesión, reforzando la idea principal del Módulo anterior
2. El facilitador solicitará atención a los niños y a las niñas a la lectura de la siguiente situación:
 - *El Profesor se encuentra entregando los exámenes del curso de comunicación, al recibir Alonso su examen observa que tiene 19 como máxima nota del salón, él se siente contento; Nicolás recibe su examen, mira que tenía 04 se siente mal, empieza a llorar y luego manifiesta “ahora mi papá me va a pegar”. Por otro lado Yesenia que tenía 11 en su examen, mira el examen de Alonso se lo quita, lo arruga y lo bota al suelo.*
3. El facilitador preguntará a estudiantes qué ha sucedido en la situación narrada. Se preguntará si todas las personas reaccionan de igual forma. ¿Por qué? ¿Situaciones como esas suceden con frecuencia? Identifiquen qué emociones se han presentado en esta situación anterior.
4. El facilitador explicara que es importante aprender a identificar nuestras emociones y aprendan a controlarlas según las circunstancias o situaciones en que nos encontremos. Las emociones son la alegría, la tristeza, el miedo, la cólera:
 - La alegría se manifiesta cuando nos ocurre algo agradable por ejemplo. : Si te sacas una buena nota, o si ganas un concurso o cuando es tu cumpleaños.
 - La tristeza aparece generalmente cuando nos sucede algo desagradable por ejemplo: si se muere tu mascota, o cuando pierde tu equipo favorito, o si tu amigo se va del colegio.
 - El miedo aparece cuando nos asustamos por algún objeto o situación por ejemplo: cuando vemos una película de terror, o cuando estamos solos en la oscuridad.
 - La cólera es por lo general cuando sentimos disgusto por algún hecho por ejemplo: si un amigo se comió nuestra lonchera, o si nuestro hermano rompió nuestro juguete Estas emociones aparecen a veces en forma inesperada y tiene un significado diferente para cada uno de nosotros, se

caracteriza por ser intensas y breves. Cuando aparece una emoción inmediatamente hay cambios en nuestro cuerpo, como: sudor, calor, temblor, latidos del corazón acelerados, respiración agitada, cara roja, frío, calor, ceño fruncido, cejas levantadas, sonrisa, lágrimas en nuestras manos frías, transpiración.

Emoción: Es el estado físico y mental que se produce en una persona como respuesta a una situación inesperada y que tiene un significado particular para cada persona. La reacción emocional es por lo general, intensa y breve, y se acompaña de una reacción afectiva que puede ser agradable o dolorosa. Las Emociones son capaces de transformar, impulsar ó influenciar nuestros comportamientos.

5. El facilitador dividirá en cuatro grupos (o por filas) a los estudiantes e indicará que en cada grupo los niños en forma individual van a dibujar una situación donde se vea demostrado la expresión de una emoción : alegría, tristeza, miedo y cólera y también escribirán las características físicas que aparecen cuando están sintiendo esa emoción (Ejemplo: se pone rojo, se agita) que pueden ser observadas por el resto de personas.
6. Seguidamente el facilitador solicitará a uno o dos integrantes de cada grupo o fila que muestren su dibujo y que verbalice qué sienten cuando está presente esa emoción, y que hacen.
7. El facilitador felicitará a los alumnos por su participación en la presente sesión y finalizará la sesión con aplausos.

Cartilla 1



7. sesión 07

Según el Manual de Habilidades Sociales, Ministerio de Salud:

Título: Aprendiendo a desarrollar la empatía

Duración: 40 min

Objetivos:

- Lograr que los estudiantes conozcan y desarrollen la habilidad de la empatía para entender mejor a las personas.

Materiales:

- Cuaderno de habilidades
- Lapicero o lápiz

Actividades

1. Saludamos a los alumnos mostrando satisfacción y alegría por compartir la presente sesión, reforzando la idea principal de la sesión anterior.

2. El Facilitador relatará la siguiente historia:

Javier sufrió un accidente teniendo que ser enyesado el brazo derecho, y en esa semana él tenía que participar en el campeonato de básquet representando a la selección del colegio, al encontrarse con Miguel este se sorprende de verlo así y le pregunta ¿qué te paso? y le manifiesta que lo lamenta lo que le ha sucedido y que realmente si a él le sucediera lo mismo también se sentiría muy triste. Y José que es el otro amigo íntimo de Javier, lo miro y solo le dijo, " hola " y siguió caminando

El Facilitador preguntará:

- ¿Qué han observado en esta situación?
- ¿Cómo sentirá Javier ante actitud de Miguel?
- ¿Cómo sentirá Javier ante actitud de José?
- ¿Ustedes han visto o han vivido situaciones similares?

3. El Facilitador explicará que la capacidad de comprender a las personas o ponerse en lugar del otro se llama empatía: La empatía es la capacidad de captar los sentimientos,

necesidades e intereses de los demás y ponerse en el lugar del otro, compartiendo ayudando y siendo tolerantes.

La empatía se va construyendo cuando vamos conociendo a las personas, cuando las escuchamos y cuando nos vamos relacionando con ellas. Los sentimientos que compartimos pueden ser tanto los negativos como (tristeza, cólera) como los positivos (alegrías)

¿Cómo desarrollamos la empatía?

- Teniendo en cuenta que las personas tenemos derechos.
- Teniendo siempre una disposición de ayuda.
- Teniendo disposición a escuchar.
- Siendo cálido y no indiferente.
- Teniendo buen sentido del humor.
- Siendo honesto en tus relaciones.
- Podemos decir que la empatía involucra nuestras propias emociones y de esta manera entendemos los sentimientos de los demás.

8. El Facilitador, solicitará la participación de 5 alumnos para dramatizar la siguiente situación :

Luís y Jaqueline se encontraban jugando en la hora de recreo, cuando de repente observan a Raúl que está sentado en una esquina, callado y con el rostro triste, se le acercan y le preguntan ¿qué le pasa porque no juega si él es inquieto y juguetón?, “Raúl les contesta la verdad es que estoy triste porque han despedido a mi papá del trabajo y no sabemos qué hacer y mi mamá me ha dicho que voy a tener que vender caramelos”. Jacqueline le dice, que es muy triste lo que te está pasando, y le avisan a la profesora para que converse con Raúl.

9. El facilitador solicitará a cada uno de los alumnos que respondan en su cuaderno de habilidades las siguientes preguntas

- ¿Qué pasó en esta situación?
- ¿Qué habilidad de empatía demostró Jaqueline?

7. Pedir a dos o tres de ellos que lean sus respuestas
8. Señalar finalmente que la empatía es importante porque además de compartir los sentimientos con el otro podemos ser más comprensivos y tolerantes.
9. El Facilitador felicitará a los estudiantes por su participación en la sesión y pedirá aplausos, al finalizar la sesión.

8. Sesión 08

Según el Manual de Habilidades Sociales, Ministerio de Salud:

Título: Aprendiendo a valorarme

Duración: 40 min

Objetivos:

- Enseñar a los estudiantes a apreciarse y a comprender que son únicos.

Materiales:

- Cuaderno de habilidades
- Lápiz o lapicero
- Papelógrafo
- Tijeras

Actividades

1. Saludamos a los alumnos mostrando satisfacción y alegría por compartir la sesión, reforzando la idea principal de la sesión anterior.
2. El facilitador pedirá atención a los estudiantes para leer la siguiente situación.
Anita es una niña que estudia en el colegio, generalmente saca buenas notas, se comporta bien y gusta ayudar a sus compañeros. En el colegio han decidido enviar a visitar una fábrica de dulces a un grupo de alumnos y cada salón de clase tiene que elegir a tres alumnos. En el salón de Anita ella ha sido seleccionada, sin embargo ella decide no aceptar porque considera que hay otros niños que merecen ese premio y no ella.
3. El facilitador preguntará a los alumnos lo siguiente:

¿Qué observamos en esta situación?

¿Qué pasa con Anita?

¿Situaciones parecidas nos han sucedido alguna vez?

4. El facilitador explicará la siguiente definición teórica:

La valoración que nos damos a nosotros mismos es conocido como la autoestima que es sentirnos bien con nosotros mismos sin importar necesariamente el grado de nuestros logros. Incluye nuestro reconocimiento como seres únicos, así como la aceptación de uno mismo y lo vamos fortaleciendo conforme crecemos. Es importante saber que una persona que se valora así mismo va a realizar acciones positivas, utilizando los valores de tal manera que no se dañe ella ni dañe a los demás

5. El facilitador indicará a los alumnos que ahora van a trabajar en forma individual: Cada niño recortará una hoja de papel en forma de estrella , en el medio de ella debe colocar su nombre y encada una de sus aristas deberá de escribir sus cualidades positivas y que debe de pintar una de ellas que le hace sentir y más importante y diferente de los demás
6. El facilitador pegará el papelógrafo en la pizarra y señalará que este es el cielo y les pedirá a los alumnos que coloquen su estrella en el cielo, al finalizar les dirá a todos que en el cielo hay muchas estrellas sin embargo cada una de ellas es única y tiene su propio espacio y alumbra diferente y es tan importante como las demás pues así también somos nosotros todos juntos constituyen un gran equipo.
7. El facilitador felicitará a los estudiantes por su participación en la sesión y pedirá aplausos al finalizar la sesión.

9. Sesión 09

Según el Manual de Habilidades Sociales, Ministerio de Salud:

Título: pensamiento saludables

Duración: 40 min

Objetivos:

- Que los y las participantes evidencien que cambiando nuestros pensamientos sobre una situación determinada, pueden cambiar nuestras emociones y/o reacciones.
- Que los y las participantes practiquen la aplicación de esta técnica en situaciones provocadoras de ira

Materiales:

- Cartilla1: Hoja de situaciones
- Pizarra
- Cuaderno de trabajo

Actividades

1. Saluda a los participantes expresándoles el agrado de trabajar una nueva sesión.
2. El facilitador solicitará la mayor atención y concentración para realizar el siguiente ejercicio: “Imagínense que se han citado con su mejor amigo(a) y habiendo esperado hasta una hora, no llega”.
3. El facilitador preguntará a 3 ó 4 participantes: ¿Qué pensaste cuando estuviste esperando y no llegó? y ¿Qué sentiste en ese momento?. Así mismo preguntará a todo el salón si esta situación presentada sucede en el colegio o en la casa con frecuencia. Se solicitará ejemplos.
4. El facilitador explicará que son los pensamientos o ideas, que se tienen sobre la persona o situación determinada, los que generan los sentimientos acerca de ellos. Esto se produce en el ámbito individual y se expresa en lo social. Por ejemplo si tenemos la idea de que nuestro barrio es el mejor y que los otros son nuestra competencia y habría de pegarles, para que no se burlen de nosotros, estas ideas condicionaría a enfrentamientos constantes con ellos. Otro ejemplo, si pensamos que los hinchas del equipo contrario a nuestra simpatía son nuestros enemigos, cualquier diferencia con ellos podría incrementar nuestra ira y ocasionar una pelea. Es importante enfatizar que esta respuesta es en el ámbito individual, que depende de la idea o Pensamiento que cada uno tiene sobre alguna persona o situación determinada. Podemos afirmar entonces, que es posible cambiar nuestra respuesta emocional, frente a una situación o hecho

determinado, haciendo uso de pensamientos positivos o saludables. Considerando los ejemplos anteriores, si pensamos que los perros son bravos y siempre muerden, probablemente al tener que pasar delante de un perro vamos a sentir miedo.

A estos pensamientos que nos ocasionan temores o miedos les llamaremos “pensamientos negativos” y a los pensamientos que nos ocasionen confianza o mayor control, los llamaremos “pensamientos positivos”. El propósito de esta sesión es la de identificar nuestros “pensamientos negativos” y convertirlos en “pensamientos positivos”. Aquí se pueden presentar algunos ejemplos de pensamientos positivos y pensamientos negativos (el facilitador pegará su papelógrafo, ver anexo).

5. Se pedirá analizar el siguiente ejemplo” (enseñar el pápelo grafo).

Cartilla 1

¿Qué pasó? Situación	¿Qué pensé? Pensamiento negativo	¿Cómo me sentí?
Mi enamorada me dejó plantado en la cita del día sábado.	No es justo que ella me haga esto, sobre todo a mí.	Con mucha furia, inquieto y no pude dormir esa noche.
	CAMBIANDO MI PENSAMIENTO Pensamientos positivos	CAMBIO DE SENTIMIENTO
	Me desagrada de que no haya asistido a la cita; puede haberle sucedido algo inesperado, es mejor que le pregunte a ella.	Preocupado por lo que podría haberle pasado, con deseos de dialogar.

6. El facilitador pedirá que se formen cuatro o cinco grupos y que en cada uno elijan un coordinador. A continuación se le entregará, al coordinador de cada grupo, una situación (de cartilla 1 para que se analice y responda de acuerdo a las situaciones, con relación al ejemplo anteriormente desarrollado. Podrían utilizarse las autoinstrucciones para no responder agresivamente.

7. El coordinador leerá sus respuestas al grupo en general, el facilitador reforzará las ideas fuerza.

8. Se afirmará que son nuestros pensamientos los que activan e incrementan las emociones. En este sentido debemos buscar pensamientos saludables que nos hagan sentir bien.

9. Es importante informar que para ayudarnos a pensar en positivo, es bueno buscar un estado equilibrado de nuestro cuerpo. Para ello debemos procurar obtener la mayor relajación muscular posible.

Debemos tener presente al decir que cuando se encuentren nervioso(a), irritado(a) o tenso(a), algunos de los músculos están en tensión. Si deliberadamente tensas los músculos de tu cuerpo, identificarás cuáles están en tensión y podrás orientar tu atención a relajarlos.

A continuación presentamos un ejemplo para relajar el grupo muscular del cuello: Se pedirá a los participantes que se pongan en una posición cómoda y que cierren los ojos; luego se solicitará que cumplan con lo que se les indique. Con voz suave, el facilitador, indicará:

- “Tensa los músculos de tu cuello, llevándolo suavemente hacia atrás, concéntrate en los lugares donde notas la tensión (los lados, la nuca).
- Dirige tu atención a esas zonas.
- Relájate, suelta lentamente los músculos de tu cuello.
- Pon atención en las sensaciones en esos músculos mientras se relajan.
- Concéntrate en la diferencia entre tensión y relajación.
- Toma aire profundamente por la nariz, retenlo por unos segundos y vótalo lentamente por la boca.
- Así podemos elegir cualquier parte de nuestro cuerpo tensándolo y luego relajándolo.

Cartilla 2

HOJA DE SITUACIONES			
Situación 1			
Tu mamá te llama la atención delante de tus amigos.			
¿Qué pensarías?	¿Cómo te sentirías?	Cambia tu pensamiento	Cambia tu sentimiento
Situación 2			
Mi hermano menor me interrumpe a cada momento cuando estoy estudiando.			
¿Qué pensarías?	¿Cómo te sentirías?	Cambia tu pensamiento	Cambia tu sentimiento

10. Sesión 10

Según el Manual de Habilidades Sociales, Ministerio de Salud:

Título: Aceptándome

Duración: 40 min

Objetivos:

- Que los y las participantes se acepten físicamente tal como son

Materiales:

- Cartilla n° 1 : Mi cuerpo es valioso
- Cuaderno de trabajo
- Lapiceros
- Tiza

Actividades

1. El facilitador saludará a los y las participantes, se comentará brevemente sobre algunas ideas del módulo anterior.

2. Se iniciará la sesión presentando la siguiente situación:

“Rosa es una adolescente de 14 años, desde niña siempre se avergonzaba de su peso corporal, ella se miraba al espejo y se decía: “estoy gorda, que vergüenza que siento, escucho que mis amigos se burlan de mí, ya no voy a comer para que no se burlen”. Además de esto, Rosa no quería salir de su casa, pensaba que la iban a molestar, no participaba en fiestas y cada vez más se alejaba de sus amistades”.
3. El facilitador realizará las siguientes preguntas: ¿Qué hemos observado en esta narración? ¿Por qué creen que Rosa pensaría de esta manera? ¿Qué pensará Rosa acerca de su cuerpo?. Es importante crear un debate entre los alumnos. Luego de esto se preguntará: ¿Cómo se sentirá una persona que no se acepta físicamente tal como es?
4. El facilitador dialogará sobre la importancia de aceptar nuestro cuerpo, enfatizando en que es importante reconocer nuestras características físicas tal como somos y aceptarlo de manera incondicional, la valoración que le demos a nuestro cuerpo debe ir más allá de las opiniones de otras personas. Un auto concepto positivo de nuestro físico influirá en nuestra estima personal, esto nos evitará crearnos complejos, ansiedades, inseguridades, etc.

También es importante resaltar a los adolescentes que aceptarnos físicamente tal como somos lleva a aceptar incondicionalmente a otros sin dar una valoración de “feo” o “ bonito”, porque estos conceptos son relativos y están influenciadas por la valoración que les da una determinada sociedad. Por ejemplo, algunos adolescentes se pueden sentir mal de tener acné (barritos en el rostro), y sentirse feos por ello, esto les originará limitaciones en su vida social.
5. El facilitador dará ejemplos de personajes célebres, donde resaltaré diciendo que a pesar de tener características físicas limitantes a ellos no le impidieron lograr sus metas, tenemos el caso de Napoleón Bonaparte, que teniendo una talla baja, ésta no lo limitó a ser un gran militar y conquistador, también encontramos en Beethoven, que a pesar de tener limitaciones auditivas ha sido un músico famoso e importante de la música clásica.

6. Seguidamente se reproducirá en la pizarra la cartilla N° 1 “Mi cuerpo es valioso” (imágenes de dos niños) para ser desarrollado individualmente por los participantes, en su cuaderno de trabajo, donde colocaran 3 partes de su cuerpo que le agradan y tres partes de su cuerpo que no le agradan. Se les brindará un tiempo de 5 minutos aproximadamente.
7. Se preguntará cómo se han sentido durante el ejercicio y solicitará comentarios sobre lo realizado. Se preguntará en que área han tenido mayor dificultad.
8. El facilitador reforzará la importancia de aceptarnos tal como somos, decirles que nuestro cuerpo es único que pueden existir aspectos que nos desagraden, pero ello no significa que debemos sentirnos inferiores y avergonzarnos. Por lo tanto, debemos de cuidar nuestro cuerpo aseándolo, nutriéndolo adecuadamente, protegiéndolo de ingesta de sustancias tóxicas, y otros riesgos.
9. Terminando la lectura se pide abrir los ojos y que intercambien abrazos.

Cartilla 1



11. Sesión 11

Según el Manual de Habilidades Sociales, Ministerio de Salud:

Título: Conociéndonos

Duración: 40 min

Objetivos:

- Que los y las participantes identifiquen las características positivas y negativas de su comportamiento.
- Que los y las participantes utilicen sus habilidades para cambiar las características negativas de su comportamiento

Materiales:

- Cuaderno de habilidades sociales
- Cartilla n° 1 : Conociéndonos
- Cuaderno de trabajo
- Lapicero
- Tiza
- Pizarra

Actividades

1. Se saluda a los y las participantes y se expresa satisfacción por estar compartiendo la sesión.
2. Se le comparte la siguiente historia para luego reflexionar con los alumnos:
“Carlos estaba reflexionando sobre su comportamiento, ya que su padre la noche pasada le había llamado la atención, recordaba que su padre le había dicho que era un irresponsable, impuntual y violento con su hermano menor. Así mismo Carlos reconocía que era resentido y celoso. En esos instantes ingresa su madre y ve llorando a Carlos, al preguntarle, él le cuenta que su padre le había llamado la atención, su madre, luego de calmarlo, le dice, “Es importante que te des cuenta que también tienes muchas virtudes entre ellas que eres comprensivo, inteligente y cariñoso”.
3. El facilitador hará a los y las participantes las siguientes preguntas: ¿Qué observamos en esta situación? ¿En qué otras circunstancias los adolescentes pueden evaluar sus virtudes y defectos? ¿Qué sucedió para que Carlos pensara sobre sus defectos y virtudes? Se propiciará un dialogo entre los alumnos. Luego se hará la siguiente pregunta: ¿Qué sentirá una persona cuando evalúa su comportamiento?

4. Luego del debate el facilitador explicará la importancia de reconocer las características positivas y negativas de nuestra conducta. El conocerse implica un proceso reflexivo por el cual la persona adquiere noción de su yo y de sus propias cualidades y características, el autoconocimiento está basado en aprender a querernos y a conocernos a nosotros mismos, supone la madurez de conocer cualidades y defectos y apoyarte en los primeros y luchar contra los segundos.
5. Se definirán como características negativas a toda conducta que atente contra los derechos de sí mismo o contra el derecho de los demás; y, como características positivas a toda conducta que favorezca las relaciones interpersonales.
6. Solicitar a los participantes ejemplos de características negativas y positivas, reforzando los conceptos anteriores.
7. Se copiará en la pizarra el modelo de la cartilla N°1: “Conociéndonos” se indica que la apliquen y desarrollen en su cuaderno. Darles un tiempo de 10 minutos aproximadamente.
8. Formar grupos de 6 participantes, luego el facilitador asignará a cada grupo una característica negativa. Luego, el facilitador hará la siguiente pregunta ¿Cómo se podría cambiar esta característica para que sea positiva? ¿Qué pasos podrían dar?
9. Es importante incentivar la participación, resaltar las respuestas de los alumnos y complementarlas con recomendaciones precisas para cada característica. El coordinador del grupo presentará las respuestas al pleno del aula.
10. Finalizar la sesión preguntando a los y las participantes cómo se ha sentido y solicitando que expresen algún comentario libre.

CARTILLA N 1 CONOCIÉNDONOS

CARACTERISTICAS NEGATIVAS DE MI COMPORTAMIENTO	CARACTERISTICAS POSITIVAS DE MI COMPORTAMIENTO
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
Otras	otras
Características negativas que quisiera cambiar desde ahora:	Mi mejor característica positiva es:

12. Sesión 12

Según el Manual de Habilidades Sociales, Ministerio de Salud:

Título: Orgullosos de mis logros

Duración: 40 min

Objetivos:

- Que los y las participantes identifiquen sus logros alcanzados y estén orgullosos de ellos.

Materiales:

- Cartilla n° 1: Reconociendo mis logros
- Cuaderno de trabajo

Actividades

1. El facilitador dará la bienvenida a los participantes y mostrará su satisfacción por compartir la presente sesión.

2. Se iniciará comentando la siguiente situación: José y Martha son compañeros de clase del tercer año de secundaria, un día él le declara su amor proponiéndole que sea su enamorada, en ese momento ella se sorprende y le da una respuesta negativa, aduciendo que él no es nadie y que todavía no había logrado nada en la vida.
3. El facilitador realizará las siguientes preguntas: ¿Qué observamos en esta situación?, ¿José se habrá dado tiempo para pensar en sus logros?. ¿ Sucede con frecuencia que los adolescentes piensen en los logros obtenidos?. Aquí el facilitador propiciará un debate sobre sus respuestas.
4. Se pedirá ejemplos a los y las participantes de cómo se sentirá una persona que no reconoce sus logros.
5. El facilitador explicará que la autoestima se construye de la valoración que le damos a nuestros objetivos alcanzados, metas, proyectos, deseos, etc. Este grado de satisfacción repercutirá en la seguridad personal para continuar asumiendo nuevos compromisos y retos que la persona se plantee.
6. Se explicará que en nuestra vida hemos alcanzado muchas cosas pero pocas veces hacemos una reflexión sobre ello, una acción positiva realizada puede ser considerado un logro, se dará algunos ejemplos como: concluir la primaria para un niño puede ser un logro alcanzado, haber participado en un campeonato deportivo también puede ser un logro, entre otros.
7. Se le entregará a los participantes la cartilla: N° 1 : “Reconociendo mis logros”, indicándoles que escriban su experiencia de logros en el ámbito de la familia, de la universidad y de la comunidad.
8. Luego que hayan concluido la cartilla el facilitador solicitará a los participantes para que lean sus escritos. Es importante anotar que por cada participación se le reforzará con palabras de felicitación por los logros alcanzados. Finalmente se les indicará que cierren sus ojos y revivan en imágenes lo que han escrito para experimentar la satisfacción de logro.

RECONOCIENDO MIS LOGROS
1.
2.
3.
4.
5.

13. Sesión 13

Según el Manual de Habilidades Sociales, Ministerio de Salud:

Título: Reconociendo las consecuencias de una conducta agresiva

Duración: 40 min

Objetivos:

- Lograr que los estudiantes reconozcan las consecuencias de las conductas agresivas

Materiales:

- Lapicero
- Cartillas de actividades 1 y 2
- Cuaderno de habilidades

Actividades

1. Saludar a los estudiantes amablemente motivándolos para el desarrollo de la sesión. Se dialogara brevemente sobre la sesión anterior, revisando el cuaderno de habilidades
2. .El facilitador solicitará la participación voluntaria de tres niños o niñas para escenificar una situación:

La mamá y dos hijos. Los tres personajes están presentes en la escena. La mamá pregunta en voz alta si alguien ha cogido el dinero (dos soles) que ella había dejado en la mesa de la cocina, uno de sus hijos (Luís) contesta que él no había sido; pero señala a su hermano Raúl como el que cogió el dinero porque lo vio comiendo un helado en la tarde. Al escuchar esto Raúl reacciona golpeando a su hermano muy violentamente por acusarlo.

3. Luego de la escenificación se discutirán la escena con las siguientes preguntas:
¿Qué vieron en esta representación?, ¿Cuáles serán las consecuencias de la reacción de Raúl?
4. Se estimulará la participación de los escolares pidiendo ejemplos:
¿Podrían mencionar situaciones donde se han visto consecuencias negativas a raíz de una agresión?
5. El facilitador definirá el concepto de Agresividad
Hablamos de agresividad cuando provocamos daño a una persona u objeto. La conducta agresiva es intencionada y el daño puede ser físico o psíquico. La agresividad es una conducta adquirida. Según la teoría del aprendizaje social, un niño puede volverse agresivo por el solo hecho de tener modelos agresivos
6. El facilitador explicará las formas de agresión de la siguiente manera: En el caso de los niños la agresividad se presenta generalmente de dos formas

Agresividad directa:

Sea en forma de acto violento físico (patadas, empujones, cachetadas...) como verbal (insultos, burlas, uso de lisuras ó palabrotas, humillaciones).

Agresividad indirecta

Según la cual el alumno arremete contra los objetos de la persona que ha sido el origen del conflicto, o agresividad contenida según la cual el niño gesticula, grita o produce expresiones faciales de frustración. El comportamiento agresivo deteriora las relaciones sociales saludables entre las personas, es decir, cómo nos llevamos con nuestros amigos, compañeros y familiares y dificulta nuestra

correcta integración en cualquier ambiente ya sea en la casa, en el colegio o en otros lugares.

7. Luego de la explicación a los alumnos, se procederá a la realización de la siguiente actividad. Se le entregará a cada estudiante una copia de la Cartilla N° 1, con la siguiente instrucción: “Hay una historieta para completar con un dibujo final, dentro de las tres opciones que se te presentan, tú deberás escoger cuál te parece la más adecuada y explicar por qué”. Luego de que todos los niños y niñas del aula hayan terminado este ejercicio, el facilitador seleccionará al azar 3 niños para que expliquen a sus compañeros qué final escogieron y por qué.
8. Al finalizar de escuchar a los estudiantes, el facilitador explicará cual sería el orden más adecuado de ubicar las figuras, enfatizando que si escogiéramos una conducta agresiva traería como consecuencia más violencia y jamás podríamos entendernos como personas. Dar ejemplos de situaciones de la vida cotidiana para ilustrar mejor a los niños y las niñas.
9. Se finalizará la sesión reforzando algunas ideas principales, por ejemplo decir:
10. Pedir aplausos por el trabajo realizado.

14. Sesión 14

Según el Manual de Habilidades Sociales, Ministerio de Salud:

Título: Mensaje internos de la ira

Duración: 40 min

Objetivos:

- Lograr que los niños y niñas aprendan a brindarse mensajes internos que los ayuden a controlar o disminuir la intensidad de su ira.

Materiales:

- Cuaderno de habilidades
- Pizarra, tiza o plumones

Actividades

1. Saludar a los estudiantes manifestando nuestro agrado por compartir la presente sesión. Se reforzara el tema de la sesión anterior, revisando las tareas para la casa
2. El facilitador solicitará atención a los alumnos para escuchar la siguiente narración:
“José, al regresar al aula, ve que Julio tomó su lapicero sin pedirle permiso. Esto lo molesta mucho, se acerca a él, le quita el lapicero, lo insulta y le tira un puñete.”
3. El facilitador hará las siguientes preguntas a los participantes: ¿Qué opinamos de esta situación? ¿Situaciones como esta le han sucedido a ustedes? ¿De qué otra forma pudo haber reaccionado José? El facilitador dará espacio para las respuestas de los niños y niñas.
4. Seguidamente el facilitador explicará que hay situaciones que realmente provocan ira, cólera y mucho enojo. Frente a lo cual (como en el caso del ejemplo), es importante reconocer que hay ideas o pensamientos que, en vez de ayudar a calmarnos, nos producen deseos de agredir, golpear e insultar.

Por ejemplo si pensamos en lo siguiente:

“ha cogido mi lapicero sólo por fastidiarme, siempre me fastidia”,

“al que agarre mis cosas, lo golpeo”,

“al que no me haga caso, lo insulto”,

“a los chismosos y soplones hay que golpearlos”

Estos pensamientos, favorecen con frecuencia que actuemos agresivamente.

Se debe explicar que existe la posibilidad de que cambiando estas ideas o pensamientos, también cambiemos nuestros sentimientos; es decir, que podamos cambiar esa cólera, molestia o ira, por otros sentimientos más saludables. Para lograr este cambio de pensamientos es necesario controlarnos en el momento que experimentemos la ira, la cólera más intensa, para no llegar a la conducta agresiva. Esto lo podemos lograr cuando identificamos que estamos con ira y nos brindamos mensajes a nosotros mismos para lograr controlarnos.

5. El facilitador escribirá en la pizarra algunos mensajes, para explicar diciendo que existen algunas ideas y pensamientos que pueden ayudarnos a calmar en momentos de mucha cólera y así evitar ser agresivos. A estas ideas las llamaremos

Mensajes que ayudan a calmarnos

- Tranquilo ...María (decir tu nombre)
 - Quiere que me moleste, pero no lo logrará
 - Toma aire, expulsa y cálmate
 - La solución no es pelear
 - Cuenta hasta 5.
 - Cálmate
 - Yo puedo controlarme
6. el facilitador dará algunas situaciones para que los alumnos identifiquen que mensajes que ayuda a calmarse va para cierta situación.
 7. Se culminará enfatizando que haciendo uso de estos mensajes internos nos podemos controlar y lograremos conductas no agresivas cuando experimentemos ira en nuestra vida cotidiana, lo que contribuirá a vivir en un clima de respeto

15. Sesión 15

Según el Manual de Habilidades Sociales, Ministerio de Salud:

Título: Identificando situaciones que producen estrés

Duración: 40 min

Objetivos:

- Que los estudiantes desarrollen la habilidad de identificar situaciones que les produzcan estrés.

Materiales:

- Cuaderno de habilidades
- Papelógrafo
- Plumones

- Cinta maskin tape

Actividades

1. Saludar a los estudiantes manifestando nuestro agrado por compartir la presente sesión. Se reforzara el tema del Módulo anterior, revisando las actividades indicadas para compartir con su familia.
2. Iniciará la sesión pidiendo atención a los niños y niñas al siguiente relato:

Camilo ayer se ha peleado con Pablo su mejor amigo, porque él le quito sus cartas y se puso a jugar y rompió una de ellas, cuando Camilo le pide que le compre una nueva, él le dice que no tiene dinero, Camilo entro en cólera y le dio un golpe en la espalda, Pablo ahora no quiere conversar con él, le ha dicho que ya no quiere ser su amigo nunca más, se junta con otros compañeros, menos con él, Camilo está muy triste, en el recreo está solo, aislado ya no quiere ir a la universidad, sabe que esto no es posible que siga y no sabe qué hacer.

3. El facilitador realizara las siguientes preguntas, motivando la mayor participación posible:

¿Qué podemos comentar de esta situación?, ¿Les ha sucedido a usted eso a algunos amigos o amigas situaciones similares?

El facilitador explicara la importancia de identificar y reconocer que durante nuestra vida existirán situaciones que nos causan preocupación y que puede perturbar nuestras relaciones con los demás y hacernos sentir muy incómodos, incluso presentar malestares físicos como: cambios en el apetito, en el sueño e inclusive en la eliminación. Situaciones que nos producen estrés:

- Ir al colegio por primera vez o vivir situaciones difíciles
- Aumento de las tareas escolares
- Presión de los compañeros.
- Dificultades en las toma de decisiones.
- Una prueba
- Realizar los deberes

- También las experiencias aparentemente buenas y positivas pueden causarnos estrés, como el nacimiento de un hermano, un concurso escolar o sobresalir por un logro personal.
 - Iniciar una nueva actividad
 - Nuevas responsabilidades Ejemplo :Ser policía escolar, brigadier
 - El cumplir años.
4. El facilitador pedirá la participación de 5 voluntarios para representar una situación, les pedirá seguir las indicaciones que a continuación se describen:
- Elegirán una situación de la lista, la representaran y aplicaran los conceptos aprendidos
 - Se premiara con elogios y todos aplaudirán
5. Después de la representación , el facilitador hará las siguiente preguntas al grupo:
- Cómo se han sentido?
 - ¿Les gusta que les pase este tipo de situaciones? ¿Por qué?

16. Sesión 16

Según el Manual de Habilidades Sociales, Ministerio de Salud:

Título: Enfrentando la presión de grupo

Duración: 40 min

Objetivos:

- Que los estudiantes aprendan a decir NO ante la presión negativa de grupo

Materiales:

- Cuaderno de habilidades
- Plumones para papel y pizarra.
- Papelografos
- Pizarra

Actividades

1. Saludar a los alumnos manifestándole el agrado y satisfacción de trabajar estas sesiones con ellos; reforzar la idea principal de la sesión anterior y pedir un aplauso para todos
2. Desarrollar un socio drama, para ello se pedirá cuatro voluntarios, donde actuaran la siguiente escena:

Juan, camino al colegio, se encuentra con compañeros de clase; de pronto uno de ellos propone ir a jugar un partido de fútbol. Juan se queda pensando que tendría que faltar a clases y que su padre se molestará. Los amigos insisten, le dicen: “si no vas eres un miedoso”, “todos faltan alguna vez”, “no seas lento”. Finalmente Juan decide ir a jugar.

Luego del partido Juan les reclama a sus compañeros porque lo llevaron a jugar, ha perdido clase del curso en el que tiene notas desaprobatorias. Sus amigos le dicen que él ha ido porque así lo quiso; que nadie lo ha obligado.

3. El facilitador realizara las siguientes preguntas:
 - ¿Qué podemos comentar de esta situación?
 - ¿Has tenido o conoces experiencias similares?
 - ¿Qué debió hacer Juan?
4. El facilitador dialogará sobre el tema:
 - Tus amigos y amigas, tus compañeros u otros alumnos (de tu misma edad), influyen en tus actitudes, tu forma de vestir y de actuar; así como en las actividades en las que participas.
 - En general, las personas se dejan influenciar por sus compañeros porque quieren sentirse que forman parte de un grupo, ser admirados por sus amigos(as), hacer lo que otros hacen y tener lo que otros tiene.
 - Sin embargo es necesario tener presente que así como existen influencias que las tomas con agrado y no constituyen mayor riesgo o peligro, también pueden presionarte para que hagas algo que te hará sentir incomodo(a) como por ejemplo mentir, llevarte cosas de tus compañeros o no asistir a clases.

Este tipo de presión puede ser expresada con frases como por ejemplo "Es solamente una vez y todos lo hacen".

- Ceder a la presión para vestirse de una forma determinada es una cosa, unirse a los hábitos de un grupo que se escapa de clases o que coge cosas de sus compañeros es otra cosa.
 - Las personas pueden sentir presión para ceder a las costumbres de otros, ser aceptados y evitar sentirse incómodos o extraños. Cuando las personas no están seguras de lo que tienen que hacer ante una situación, ellos naturalmente buscan en otras personas señales de lo que es aceptable o no.
 - Las personas que tienen baja confianza son más fácilmente influenciadas en sí mismas son quienes tienden a seguir al grupo en lugar de liderar, pueden ser más propensas a buscar la aprobación de sus compañeros cediendo ante retos o sugerencias arriesgadas. Las personas que no están seguras de sí mismas, nuevas en un grupo, o que no tienen experiencia con la presión de grupo, pueden ser más propensas a ser influenciadas.
- Recomendaciones para prevenir la presión de grupo:
- Rodéate de amigos y amigas que tengan intereses en común. Escoge a aquellos que expresen su opinión cuando te haga falta apoyo, y actúa con rapidez cuando seas tú el que tenga que apoyarlos.
 - Si una situación se torna peligrosa, no dudes en pedir ayuda de un adulto.
 - No siempre es fácil resistir el tipo de presión de grupo negativa, pero cuando lo haces, es fácil sentirse bien después.
 - Es bueno aprender a rechazar peticiones que no nos conviene, por ejemplo puedes decir: "no quiero", "no me gusta", "no voy a hacer lo que ustedes me piden".
 - Si el grupo te presiona para hacer algo incómodo o desagradable, tú puedes retirarte del lugar o decir que la próxima vez lo harás.

Decir NO con firmeza te ayudará a manejar la situación

5. El facilitador representará una situación modelo, para ello se representara la siguiente situación: Los alumnos pedirán al profesor del curso de Lenguaje que no tome examen el día programado, que lo postergue porque no han estudiado. El facilitador (quien representará al profesor de Lenguaje) se negará reiteradas veces, concluirá tomando el examen en la fecha programada.
6. El facilitador formará grupos de 3 a 4 alumnos. Luego, a cada grupo, se le entregará una hoja donde existen situaciones que tendrán que representar, logrando rechazar la presión negativa de grupo.
7. El facilitador servirá de modelo con la primera situación y luego estimulara el desarrollo de las otras situaciones.

Anexo 4. Formato de validación



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCALA DE VALORACIÓN

CATEGORIAS	PUNTAJE	DESCRIPCIÓN
Muy malo	15 - 27	El programa no es aplicable
Malo	28 - 39	
Regular	40 - 51	Deben levantarse las correcciones
Bueno	52 - 63	El programa es aplicable, tener en cuenta las sugerencias
Muy bueno	64 - 75	El programa es aplicable

OBSERVACIONES: Orden

SUGERENCIAS: más claridad y más orden

RESULTADO DE LA VALIDACIÓN

Puntaje obtenido: 60

Nombre del Experto: Giannina Huamán Canchari

DNI: 40038703

FIRMA:

Lic. Giannina Huamán Canchari
 PSICOLOGA
 C.P.S.P. 11083

Psicóloga Clínica.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCALA DE VALORACIÓN

CATEGORIAS	PUNTAJE	DESCRIPCIÓN
Muy malo	15 - 27	El programa no es aplicable
Malo	28 - 39	
Regular	40 - 51	Deben levantarse las correcciones
Bueno	52 - 63	El programa es aplicable, tener en cuenta las sugerencias
Muy bueno	64 - 75	El programa es aplicable

OBSERVACIONES: *Mejorar redacción y estructura*

SUGERENCIAS:

RESULTADO DE LA VALIDACIÓN

Puntaje obtenido:

Nombre del Experto: *Sofía Saizupae Santana*

DNI: *70432346*

FIRMA:

Sofía Saizupae Santana
Licenciada en Psicología
C. P. E. 20039
Matr. en Docencia Universitaria



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCALA DE VALORACIÓN

CATEGORIAS	PUNTAJE	DESCRIPCIÓN
Muy malo	15 - 27	El programa no es aplicable
Malo	28 - 39	
Regular	40 - 51	Deben levantarse las correcciones
Bueno	52 - 63	El programa es aplicable, tener en cuenta las sugerencias
Muy bueno	64 - 75	El programa es aplicable

OBSERVACIONES:

SUGERENCIAS: *Hacer tablas y especificar actividades*

RESULTADO DE LA VALIDACIÓN

Puntaje obtenido: *50 Regular.*

Nombre del Experto: *Salazar Ramirez Desere*

DNI: *09275582*

FIRMA:



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCALA DE VALORACIÓN

CATEGORIAS	PUNTAJE	DESCRIPCIÓN
Muy malo	15 - 27	El programa no es aplicable
Malo	28 - 39	
Regular	40 - 51	Deben levantarse las correcciones
Bueno	52 - 63	El programa es aplicable, tener en cuenta las sugerencias
Muy bueno	64 - 75	El programa es aplicable

OBSERVACIONES: *Aplicar el programa despues de corregir*

SUGERENCIAS:

RESULTADO DE LA VALIDACIÓN

Puntaje obtenido: *53 - buena*

Nombre del Experto: *Guadalupe Taza Pipa Huisa*

DNI: *10385272*

FIRMA: *Guadalupe T. Pipa H*

Mg. Guadalupe Pipa Huisa
C.P.P. 8623

Anexo 5.

Asentimiento Informado

Se presenta Gladys Andrea Monzen Tenorio del XI ciclo de la escuela de Psicología de la Universidad Cesar Vallejo Lima-Este. Estoy llevando a cabo un protocolo de investigación titulada: Efecto de un programa de desarrollo de habilidades sociales sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa publica - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.”

Tu participación en el estudio consistirá en la participación del programa de intervención de habilidades sociales, donde se llenara un cuestionario, se realizará dinámicas, se llenara hojas de trabajo y se aprenderá a mejorar las habilidades sociales. Siendo el procesos estrictamente confidencial; pues su nombre no será usado. Recuerde que la participación es voluntaria; así mismo los resultados generales, están disponibles al finalizar la investigación y serán dados a conocerá la institución educativa.

Por lo que, voluntariamente Yo.....
Estudiante de la presente de la presente casa de estudio, cursando el..... grado de secundaria de la institución educativa “Manuel Gonzales Prada”, acepto voluntariamente, participar en la investigación que se realizara.

Firma

Anexo 6

Cualquier otra información adicional

Consistencia Interna

- Grupo experimental

Tabla 04

Estadísticos de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,908	50

Los resultados mostrados presentados en la Tabla N° 4 indican que el instrumento Auto cuestionario de Cisneros de Acoso escolar, posee confiabilidad por el método de consistencia interna, en el pre test del grupo experimental, pues registra un índice Alfa de Cronbach de 0,908.

Tabla 05

Estadísticos de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,948	50

Los resultados mostrados presentados en la Tabla N° 5 indican que el instrumento Auto cuestionario de Cisneros de Acoso escolar, posee confiabilidad por el método de consistencia interna, en el post test del grupo experimental, pues registra un índice Alfa de Cronbach de 0,948.

- Grupo Control

Tabla 6

Nivel de confiabilidad del pre test Auto Test Cisneros de Acoso Escolar

Alfa de Cronbach	N de elementos
,938	50

Los resultados mostrados presentados en la Tabla N° 6 indican que el instrumento Auto cuestionario de Cisneros de Acoso escolar, posee confiabilidad por el método de consistencia interna, en el pre test del grupo control, pues registra un índice Alfa de Cronbach de 0,938.

Tabla 07

Nivel de confiabilidad del post test Auto Test Cisneros de Acoso Escolar

Alfa de Cronbach	N de elementos
,944	50

Los resultados mostrados presentados en la Tabla N° 7 indican que el instrumento Auto cuestionario de Cisneros de Acoso escolar, posee confiabilidad por el método de consistencia interna, en el post test del grupo control, pues registra un índice Alfa de Cronbach de 0,944.

Figuras de comparación de medias entre pre y post test del grupo control

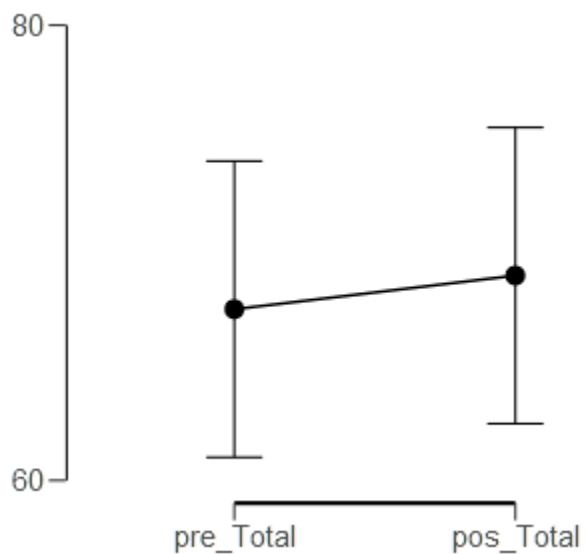


figura 10. *Comparación de medias de los totales del Acoso escolar, Pre y Post Test del grupo control.*

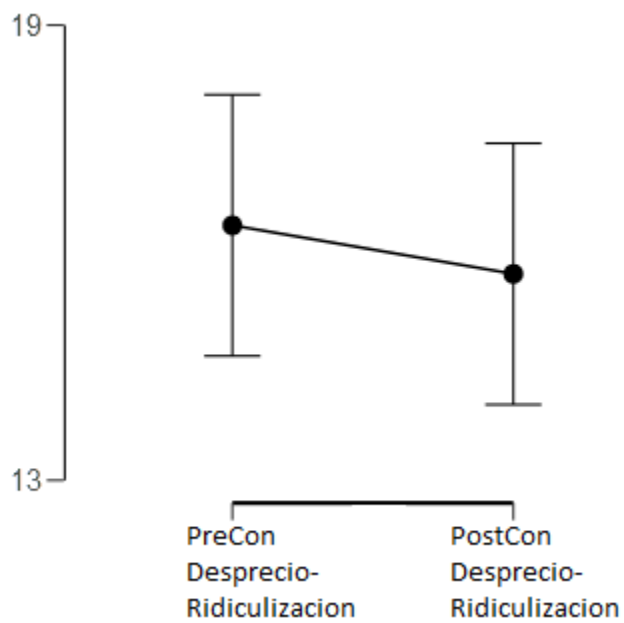


Figura 11. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión Desprecio y Ridiculización del grupo experimental

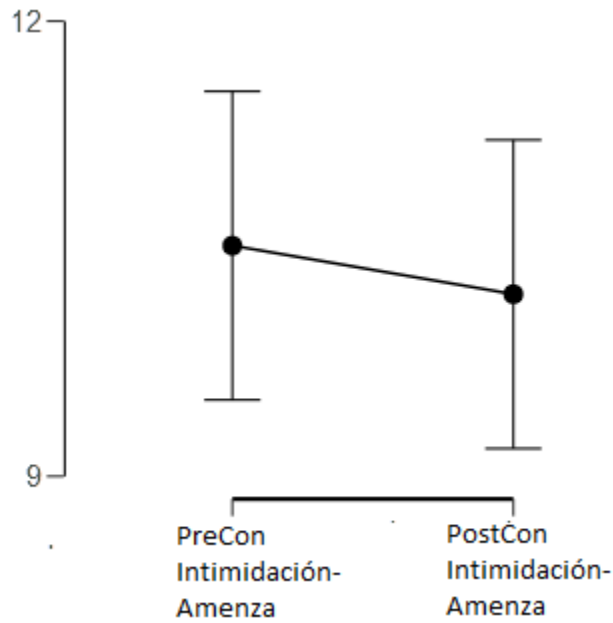


Figura 12. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión intimidación - amenazas del grupo control.

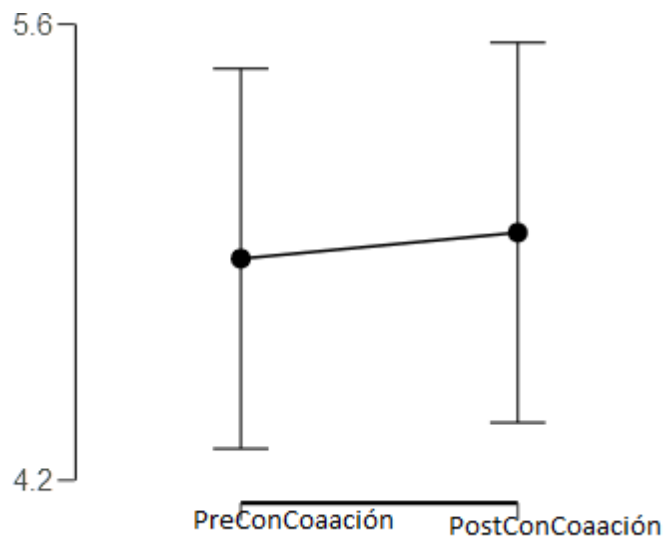


Figura 13. Comparación de medias del Pre y Post Test de la dimensión coacción del grupo control.

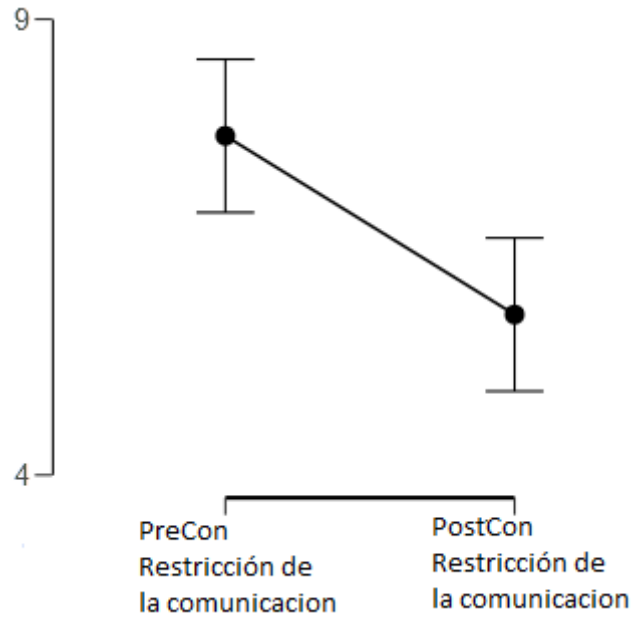


Figura 14. Comparación de medias del Pre y Pos Test de la Restricción de la comunicación del grupo control.

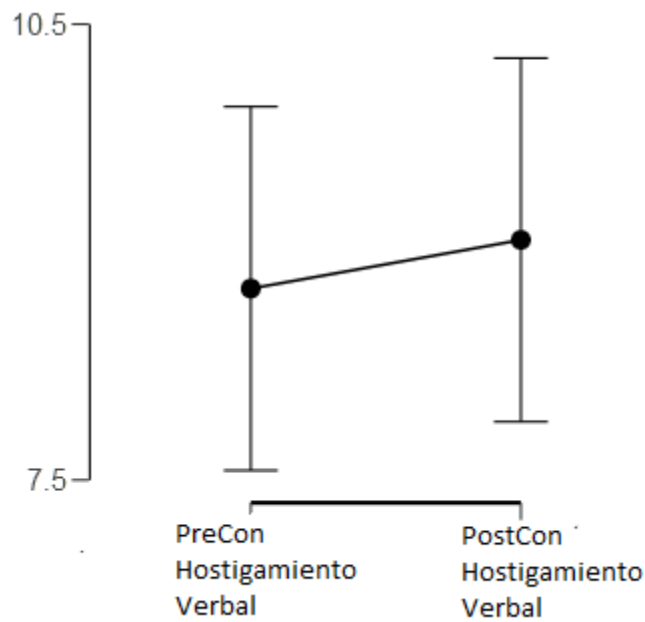


Figura 15. Comparación de medias del Pre y Pos Test de la dimensión Hostigamiento verbal del grupo control.

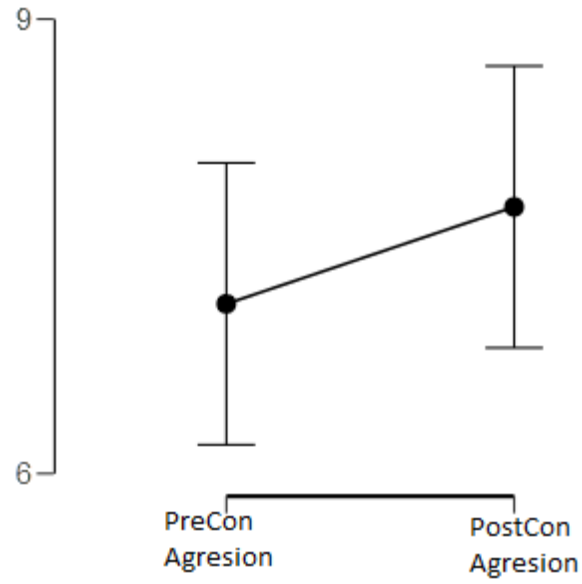


Figura 16. Comparación de medias del Pre y Pos Test de la dimensión Agresiones del grupo control.

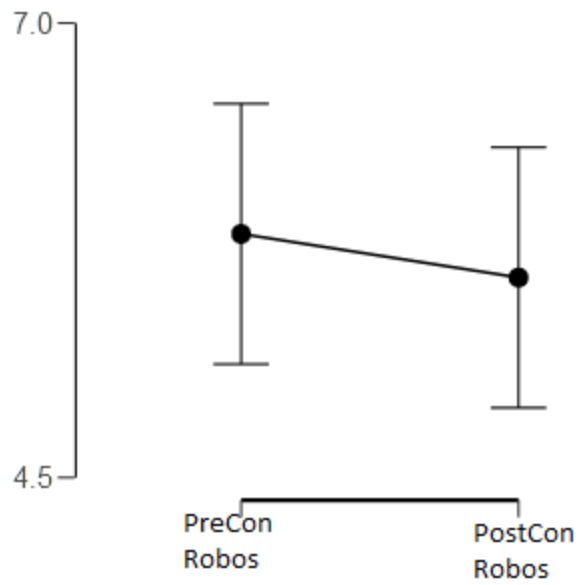



Figura 17. Comparación de medias del Pre y Pos Test de la dimensión Robos del grupo control.

Anexo 7. Acta de aprobación de originalidad de tesis

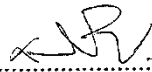
	UCV UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO	ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD DE TESIS	Código : F06-PP-PR-02.02 Versión : 09 Fecha : 23-03-2018 Página : 1 de 1
---	--	---	---

Yo, Luis Antonio Lazarte Aranguren.....
 docente de la Facultad de Humanidades..... y Escuela
 Profesional de psicología..... de la Universidad César Vallejo Lima Este (precisar
 filial o sede), revisor (a) de la tesis titulada

"Efecto de un programa de desarrollo de habilidades sociales...
sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año
de secundaria de una Institución Educativa pública, San Juan,
de Lurigancho, Lima, 2018.....",
 del (de la) estudiante Gladys Andrea Monzon Tenorio.....
 constato que la investigación tiene un índice de
 similitud de 28.% verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin.

El/la suscrito (a) analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las
 coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis
 cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la
 Universidad César Vallejo.





Lugar y fecha 14/09/18 SJL.....



Firma

Luis Antonio Lazarte Aranguren


DNI: 42919187

 Dirección de Investigación	Revisó 	 VICEDIRECTORADO DE INVESTIGACIÓN	
--	---	--	---

Anexo 8. Índice de similitud

Feedback Studio - Google Chrome
https://ev.turnitin.com/app/carta/es/?o=1033564744&u=1073963842&s=1&lang=es

feedback studio | Efecto de un programa de desarrollo de habilidades sociales sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria d



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE HUMANIDADES

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Efecto de un programa de desarrollo de habilidades sociales sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018.”

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTORA:
Gladys Andrea Monzen Tenorio

ASESOR:
Mgtr. Lazarte Aranguren, Luis Antonio

Resumen de coincidencias

28 %

Se están viendo fuentes estándar

Ver fuentes en inglés (Beta)

Coincidencias

1	Entregado a Universida... Trabajo del estudiante	4 %
2	tesis.pucp.edu.pe Fuente de Internet	2 %
3	alicia.concytec.gob.pe Fuente de Internet	2 %
4	dspace.unitru.edu.pe Fuente de Internet	2 %
5	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	2 %
6	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	1 %
7	Cross-Cultural Advance... Publicación	1 %
8	repositorio.uns.edu.pe Fuente de Internet	1 %
9	repositorio.umch.edu.pe Fuente de Internet	1 %
10	www.thechildrenshospi... Fuente de Internet	1 %
11	unicamp.br Fuente de Internet	1 %
12	docplayer.es	1 %

Página: 1 de 149 | Número de palabras: 28669 | Text-only Report | High Resolution | Activado | 1:43 p.m. 29/11/2018

Anexo 9. Autorización de publicación de tesis en repositorio institucional UCV

 UCV UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO	AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE TESIS EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL UCV	Código : F08-PP-PR-02.02
		Versión : 09
		Fecha : 23-03-2018
		Página : 1 de 1

Yo **Gladys Andrea Monzen Tenorio**, identificado con DNI **N° 70056553**, egresado de la Escuela Profesional de **Psicología** de la Universidad César Vallejo, autorizo (**X**) , No autorizo () la divulgación y comunicación pública de mi trabajo de investigación titulado **"Efecto de un programa de desarrollo de habilidades sociales sobre el acoso escolar en estudiantes de primer año de secundaria de una institución educativa pública - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018."**; en el Repositorio Institucional de la UCV (<http://repositorio.ucv.edu.pe/>), según lo estipulado en el Decreto Legislativo 822, Ley sobre Derecho de Autor, Art. 23 y Art. 33

Fundamentación en caso de no autorización:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



 FIRMA

DNI: 70056553

FECHA: 16 de Noviembre del 2018

Anexo 10. Autorización de la versión final del trabajo de investigación



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

AUTORIZACIÓN DE LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

CONSTE POR EL PRESENTE EL VISTO BUENO QUE OTORGA EL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN DE

NIKOLAI RODAS VERA

A LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN QUE PRESENTA:

MONZEN TENORIO GLADYS ANDREA

INFORME TÍTULADO:

EFFECTO DE UN PROGRAMA DE DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES SOBRE EL ACOSO ESCOLAR EN ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA - SAN JUAN DE LURIGANCHO. LIMA, 2018.

PARA OBTENER EL TÍTULO O GRADO DE:

OBTENER EL TÍTULO DE PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

SUSTENTADO EN FECHA: **01 DE OCTUBRE DEL 2018**

NOTA O MENCIÓN: **13**

FIRMA DEL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN