



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Programa familias fuertes para desarrollar habilidades
socioemocionales en estudiantes de secundaria de una
Institución Educativa pública de Lima, 2022**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
MAESTRA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

AUTORA:

Chuquiray Del Pino, María Elena (orcid.org/0000-0002-2310-4422)

ASESORA:

Dra. Cuenca Robles, Nancy (orcid.org/0000-0003-3538-2099)

CO-ASESORA:

Dra. Calonge De la Piedra, Dina Marisol (orcid.org/0000-0002-8346-637X)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Innovación Pedagógica

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN DE RESPONSABILIDAD UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en todos los niveles

LIMA – PERÚ

2022

Dedicatoria

A nuestro amado Dios, que orienta nuestra existencia.

A Fernando, Gianella y Álvaro, los tesoros de mí vida que son el motivo de vida y fortaleza para seguir luchando día a día.

A mí amada madre Cristina por su apoyo incondicional.

Agradecimiento

A los maestros de la escuela de posgrado, Dra. Nancy Elena Cuenca Robles y Dra. Marisol Calonge De la Piedra, quienes con su sabiduría, orientación y dedicación permitieron que me pueda cultivar profesionalmente.

Índice de contenidos

	Pág.
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Índice de Figuras	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA	12
3.1. Tipo y diseño de investigación	12
3.2. Variables y operacionalización	13
3.3. Población, muestra y muestreo	13
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	14
3.5. Procedimiento	15
3.6. Método de análisis de datos	15
3.7. Aspectos éticos	16
IV. RESULTADOS	16
V. DISCUSIÓN	26
VI. CONCLUSIONES	32
VII. RECOMENDACIONES	34
REFERENCIAS	35
ANEXOS	42

Índice de tablas

	Pág.
Tabla 1	26
Distribución de niveles de habilidades socioemocionales	26
Tabla 2	27
Distribución de niveles de conciencia emocional	27
Tabla 3	28
Distribución de niveles de regulación emocional	28
Tabla 4	29
Distribución de niveles de autonomía emocional	29
Tabla 5	30
Distribución de niveles de competencias sociales	30
Tabla 6	31
Distribución de niveles de competencias para la vida y bienestar	31
Tabla 7	33
Prueba de normalidad según Shapiro – Wilk para habilidades socioemocionales	33
Tabla 8	34
Comparación de los grupos control y experimental de habilidades socioemocionales	34
Tabla 9	34
Comparación de los grupos control y experimental de la conciencia emocional	34
Tabla 10	35
Comparación de los grupos control y experimental de la regulación emocional	35
Tabla 11	36
Comparación de los grupos control y experimental de la autonomía emocional	36
Tabla 12	37
Comparación de los grupos control y experimental de competencias sociales	37
Tabla 13	38
Comparación de los grupos control y experimental de competencias para la vida y bienestar	38

Índice de Figuras

	Pág.
Figura 1	26
<i>Niveles entre pre-test y post-test del grupo control y experimental de habilidades socioemocionales</i>	26
Figura 2	27
<i>Niveles entre pre-test y post-test del grupo control y experimental de conciencia emocional</i>	27
Figura 3	28
<i>Niveles entre pre-test y post-test del grupo control y experimental de regulación emocional</i>	28
Figura 4	29
<i>Niveles entre pre-test y post-test del grupo control y experimental de autonomía emocional</i>	29
Figura 5	30
<i>Niveles entre pre-test y post-test del grupo control y experimental de competencias sociales</i>	30
Figura 6	31
<i>Niveles entre pre-test y post-test del grupo control y experimental de competencias para la vida y bienestar</i>	31

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo evaluar el efecto del programa familias fuertes para el desarrollo de habilidades socioemocionales en estudiantes que inician la secundaria de una institución educativa pública de Lima, los cuales habían evidenciado insuficiencia en el desarrollo de conciencia, regulación, autonomía emocional, resolución de conflictos, comunicación empática y asertiva y de habilidades para la vida y bienestar personal y social.

En el estudio se aplicó metodología de nivel aplicada, con enfoque cuantitativo, diseño experimental, de modalidad cuasi experimental en la que participaron 30 estudiantes para el grupo control y 30 para el grupo experimental teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión ejecutando un muestreo no probabilístico intencionado de una población a 120 estudiantes de primero de secundaria. Para la evaluación se utiliza como instrumento un cuestionario que mide el desarrollo de las habilidades socioemocionales.

Los resultados fueron analizados a través de estadística descriptiva, usando tablas de distribución de frecuencias y estadística inferencial, aplicando la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney. Del resultado de la prueba de hipótesis general se obtuvo un p-valor de .000 menor que 0.05, siendo este significativo, con respecto al programa de intervención aseverando que las estrategias planteadas logran resultados óptimos en los adolescentes, observándose que reconocen y controlan sus emociones, evitan conflictos con sus pares a través de la comunicación empática y asertiva, disminuyen las agresiones, ayudan a otros lo que genera autonomía, bienestar emocional y relaciones positivas con los demás. Por tanto se acepta la hipótesis de investigación y se confirma que el programa familia fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de las habilidades socioemocionales de estudiantes de secundaria.

Palabras claves: Programa, habilidades socioemocionales, conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional.

Abstract

The objective of this research is to evaluate the effect of the strong families program for the development of socio-emotional skills in students starting high school at a public educational institution in Lima, who had shown insufficiency in the development of awareness, regulation, emotional autonomy, resolution of conflicts, empathic and assertive communication and life skills and personal and social well-being.

In the study, an applied level methodology was applied, with a quantitative approach, experimental design, quasi-experimental modality in which 30 students participated for the control group and 30 for the experimental group, taking into account the inclusion and exclusion criteria, running a non-standard sampling. Intentional probabilistic analysis of a population of 120 first-year high school students. For the evaluation, a questionnaire that measures the development of socio-emotional skills is used as an instrument.

The results were analyzed through descriptive statistics, using frequency distribution tables and inferential statistics, applying the non-parametric Mann-Whitney U test. From the result of the general hypothesis test, a p-value of .000 less than 0.05 was obtained, this being significant, with respect to the intervention program, stating that the proposed strategies achieve optimal results in adolescents, observing that they recognize and control their emotions. , they avoid conflicts with their peers through empathic and assertive communication, they reduce aggression, they help others, which generates autonomy, emotional well-being and positive relationships with others . Therefore, the research hypothesis is accepted, and it is confirmed that the strong family program has significant effects on the development of socio-emotional skills in high school students.

Keywords: Program, socio-emotional skills, emotional awareness, emotional regulation, emotional autonomy.

I. INTRODUCCIÓN

En el ámbito mundial las organizaciones educativas le dan relevancia al desarrollo de habilidades socioemocionales, ya que consideran característica indispensable para el éxito del ser humano en el plano social y profesional. Estas están consideradas como la habilidad para mejorar las relaciones humanas y disminuir la agresividad desarrollando habilidades existenciales para una educación sanadora o transformadora que se realiza a partir de la educación (Naranjo, 2020)

Así pues se observa en este contexto, actitudes relacionadas con la falta de habilidades socioemocionales en los diferentes estratos sociales que se acrecienta en la etapa de la adolescencia, observándose diversas características producto del crecimiento acelerado biológico, hormonal y psicológico, lo que puede generar cambios en la conducta de la persona como; estrés, inestabilidad emocional e irritabilidad, todo ello relacionado con la incapacidad para controlar sus emociones, las cuales se ven influenciados por referentes familiares de temperamento agresivo, padres permisivos y/o autoritarios, donde no se evidencia práctica y cultivo de valores, que afecta en el desarrollo socioemocional de los estudiantes (Andrade et al, 2012).

Sin embargo es en esta etapa donde el adolescente puede aprender a estabilizar sus emociones y analizar sucesos propios de sus decisiones, en tal razón puede aprender a modificar conductas. (Steinberg, 2011).

La organización mundial de la salud (OMS, 2020) nos revela que existe mucha violencia hacia menores de 18 años (2 y 17) ocasionada por los padres, compañeros de aula entre otros y que 1000 millones de ellos han sufrido agresiones físicas, psicológicas y abandono familiar, que afecta su bienestar y salud emocional, que redundará en su vida futura. Además que anualmente ocurren 200,000 homicidios (10 a 29 años) que corresponden al 43 % del total global y de este porcentaje el 83% son hombres.

De igual modo la Organización de las naciones unidas (UNESCO, 2018) en la Encuesta Mundial de Salud a Escolares (Global School Health Survey, (GSHS) nos revela que existe intención de dañarse entre estudiantes de 11 y 15 años cuando existe claridad en la percepción de habilidades socioemocionales.

Kumpfer (2013), observan que esta realidad se presenta en países europeos, Norteamericanos y países bajos, que los puede conllevar a involucrarse en problemas graves, sin embargo se puede modificar con la ayuda de la familia quien influye en la conducta de los adolescentes, por tanto se podría dar estrategias a estas, para evitar problemas sociales. En tal razón consideran importante aplicar el Programa Fortalecimiento de familias con adolescentes (Strengthening Families with adolescents, 2020) que demostró buenos resultados en el desarrollo de habilidades socioemocionales.

A nivel Latinoamérica, se observan que el deficiente desarrollo de habilidades socioemocionales genera violencia que escala en las etapas de la vida y se acrecienta en la edad adulta, tal como nos revela los estudios realizados a menores de 18 años por la Organización Panamericana de la salud (OPS, 2020) donde el 58% en Sudamérica y el 61% de América del Norte fueron víctimas de agresiones físicas y emocionales; el 38% de adolescentes del Caribe y el 26% de centroamericanos se involucraron en peleas físicas y el 32% de americanos y el 30% de sudamericanos fueron acosados. A ello agregar que el problema de pandemia agudizó la situación, evidenciándose la falta de habilidades socioemocionales tal como lo señala la (OPS, 2022) evidenciándose que en Sudamérica el 22% manifestó ser depresiva, el 15% intentó suicidarse y el aislamiento provocó, estrés, ansiedad y depresión.

En cambio los resultados del estudio regional comparativo y explicativo (ERCE, 2019) de la UNESCO con respecto a habilidades socioemocionales indican que un 85% de estudiantes latinoamericanos y el Caribe considera tener una actitud positiva ante personas de diferente origen; un 74% se autorregula y un 55% es empático, lo que permite considerar que en las escuelas se pueden contribuir al desarrollo de las habilidades socioemocionales importantes para el crecimiento personal. (Uribe, 2021) quien es directora de la Oficina Regional de Educación para América Latina y el Caribe (OREALC/UNESCO).

En el contexto nacional la Unesco (2021), los resultados del estudio ERCE (2019) con respecto a habilidades socioemocionales indican que el 37% de estudiantes peruanos muestra debilidad en empatía, el 57% es tolerante a las diferencias culturales y el 36% se autorregula.

Sin embargo, el reporte de Minedu (2021) representado por la especialista de convivencia escolar Stefanie Arce manifestó que, los casos de estrés, desestabilidad emocional, falta de comunicación empática y asertiva, discordia para resolver conflictos aumentaron a razón que las familias se veían obligadas a quedarse en casa, reportándose innumerables llamadas saturando la línea de ayuda para reportar el abuso en el hogar. Más aún en la escuelas el trabajo híbrido reporto el 54% de agresiones virtuales y físicas, lo cual nos genera cuestionamiento al respecto de los resultados de la ERCE, pues mientras menciona que de cierto modo existe desarrollo de habilidades socioemocionales, en pandemia estas habilidades desarrolladas no se evidenciaron.

En nuestra escuela y comunidad después de realizar una observación científica y sistemática en los estudiantes que inician la secundaria, en el trabajo híbrido, se identifica debilidad en el desarrollo de habilidades socioemocionales, como conductas agresivas físicas y verbales hacia sus compañeros que genera rechazo de sus pares, comentarios ofensivos, indiferencia al dolor ajeno, no saben escuchar, mienten, realizan expresiones de amenaza, incumplimiento de deberes, agregando que sus padres en casa, gritan, discuten, se agreden físicamente y cuando ellos se equivocan, los ofenden y golpean con lo que encuentren y en otros casos, no les dicen nada.

Además observamos que a pesar de darles apertura en el desarrollo de las sesiones mediante diálogos reflexivos, empáticos y asertivos, los estudiantes muestran desinterés en autorregularse y modificar sus conductas mostrándose reacios al cumplimiento de las normas de convivencia, lo que limita e intimida la participación de sus compañeros por miedo a las burlas.

El análisis realizado nos lleva a comprender que los estudiantes copian actitudes del hogar que se ve reflejado en las aulas, y de continuar con esta situación, estaremos formando futuros ciudadanos inconscientes, indiferentes al dolor humano, propulsores de conflictos en lugar de buscar soluciones, y lo que es más preocupante formarán a sus futuras familias con las mismas debilidades y tendremos una sociedad nada empática, conflictiva y deshumanizada. Lo cual se puede revertir si se aplica estrategias para el desarrollo de las habilidades socioemocionales en los estudiantes.

Por ello el presente Trabajo de investigación pretende desarrollar habilidades socioemocionales en la mejora de las relaciones humanas, como autorregulación de emociones, diálogo reflexivo, empático y asertivo, que permitirá disminuir la agresividad, resolver conflictos y vivir armónicamente, lo que redundará en su historia personal, familiar y social cambiando así las futuras generaciones y el mundo actual en que vivimos.

En tal razón se plantea el siguiente problema general: ¿Cuál es el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de habilidades socioemocionales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022? Que a su vez genera los siguientes problemas específicos: (a) ¿Cuál es el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la conciencia emocional, en el desarrollo de la regulación emocional, en el desarrollo de autonomía emocional, en el desarrollo de la competencia social, en el desarrollo de la competencia para la vida y bienestar en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022?

Este estudio de investigación se justifica teóricamente porque está basada en diversos fundamentos teóricos debido a que los términos y definiciones en relación a habilidades socioemocionales y programa de intervención familias fuertes dan claridad y orientan su ejecución, por tanto se explicarán desde la perspectiva de aplicación que se realizará con el grupo de estudio, en la que será necesario analizar, comparar y reflexionar para confrontar posturas desde la experiencia vivida y dar respuesta a la formulación del problema planteado, teniendo en cuenta que el programa familias fuertes se aplica a un grupo reducido de estudiantes de conductas buenas cuyas edades deben ser de 10 a 14 años y es de manera preventiva, sin embargo la aplicación realizada con 30 estudiantes como muestra nos permite inferir que se pueden incluir estudiantes de edades hasta 17 que tienen conductas agresivas y que pueden desarrollar habilidades socioemocionales que le permite mejorar sus relaciones con los demás.

Con respecto a la justificación práctica pretende aportar en el aspecto psicopedagógico, ya que mediante los resultados óptimos, se podrá usar dichas estrategias de intervención para formar a los adolescentes en el desarrollo de las

habilidades socioemocionales de tal modo que se limitan los futuros problemas de adolescentes conflictivos visto que los talleres diseñados y adaptados basadas en las dimensiones de habilidades socioemocionales nos lleva a demostrar que la práctica constante en el aula de comunicación empática y asertiva, resolución de conflictos, y autorregulación, logra en los estudiantes el desarrollo de habilidades existenciales, del cual nos habla Naranjo (2020) haciendo referencia a la Educación sanadora que disminuye progresivamente la agresividad favoreciendo el bienestar personal y social y la transformación de su vida.

Además dicha investigación se justifica metodológicamente debido a que la aplicación del programa de intervención podrá ser utilizada por maestros que realicen investigaciones venideras cuyas estrategias son conciliables con el desarrollo de habilidades socioemocionales además los instrumentos de evaluación que están validadas y adaptados a nuestra realidad permitirán conocer los resultados favorables que se plasmarán en las conclusiones.

Para ello se plantea el siguiente objetivo general: Evaluar el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de habilidades socioemocionales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima 2022, cuyos objetivos específicos son: Evaluar el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencia para la vida y bienestar en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022.

Además teóricamente este estudio anhela comprobar la siguiente hipótesis general: La aplicación del programa familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de habilidades socioemocionales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022, cuyas hipótesis específicas son: La aplicación del programa familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de la conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencia para la vida y bienestar en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022.

II. MARCO TEÓRICO

En relación a investigaciones precedentes examinadas en el contexto nacional sobre la variable de habilidades socioemocionales, encontramos que Lau (2018) tiene por objetivo comprobar la efectividad de la aplicación del programa diseñado para favorecer el crecimiento de las habilidades sociales en 14 educandos de secundaria del colegio 7213 Villa el Salvador, el método usado fue diseño cuasi experimental, cuyos resultados según la U de Mann Whitney fueron pretets $p=0.173$ y posttest $p=0.007$ del estudio concluyeron que la ejecución del plan programado, tiene un resultado óptimo en las habilidades sociales de los educandos, pues se evidencia un aumento importante en el nivel de estas competencias.

Así mismo Escalante (2018) propone un programa de competencias sociales en adolescentes de secundaria de la escuela pública Santa Lucía de Ferreñafe cuyo objetivo fue favorecer las interrelaciones entre educandos para mejorar las relaciones interpersonales, los cuales mostraban comportamientos agresivos y conflictivos. La metodología empleada fue de investigación activa, los resultados del estudio concluyeron que existe un desarrollo de las habilidades socioemocionales, gracias al apoyo familiar y agrega que se debe promover la aplicación de programa de habilidades sociales para la mejora de convivencia entre educandos.

Además Juño (2020) menciona que su objetivo fue efectuar un plan de mediación en línea para mejorar las competencias sociales en 50 educandos de secundaria, de San Juan de Lurigancho, el diseño usado fue pre-experimental cuyos resultados fueron valor $Z = -3,900$ y un $p = 0.000$ concluyendo que el plan de mediación en línea sí favorece el desarrollo de habilidades sociales tales como la asertividad y comunicación en estudiantes secundaria, tal como lo demuestran las estadísticas aplicadas en dicha intervención.

De igual modo Bernal (2020) tiene como objetivo presentar un plan de Intervención para acrecentar las competencias Sociales en educandos de undécimo grado de Secundaria de la escuela "San Francisco" Chiclayo cuya metodología empleada fue cuantitativa y diseño no experimental cuyos resultados revelan niveles deficientes en 54.3%, de habilidades sociales para la

vida concluyendo que es necesario proponer como instrumento principal la aplicación del Plan de Intervención de Habilidades Sociales que permita acrecentar dichas habilidades favoreciendo sus dimensiones, que aportará en la previsión de conductas inadecuadas además el plan fue validado por juicios de expertos quienes señalaron como pertinente para los fines creados.

De la misma manera Gómez (2018) presenta por objetivo delinear un plan de actividades de habilidades sociales asertivas como método para solucionar problemas en estudiantes que inician el nivel secundario del colegio “Cesar Vallejo”, Chiclayo. La metodología fue Descriptiva, cuantitativo y no experimental cuyos resultados del estudio concluyeron que la aplicación de este programa se logra regularmente y que es necesario seguir aplicando estos programas con la finalidad de acrecentar las competencias sociales.

Más aún Vega (2019) con respecto a la misma variable tiene por objetivo establecer la ascendencia del Plan de intervención para el desarrollo de Habilidades sociales que favorece la reducción del enojo en estudiantes de secundaria de Lima, cuya metodología empleada fue cuantitativo y cuasi experimental, con un $Z=-6.093$; $p = .000$ concluyendo que la aplicación del plan de intervención para el desarrollo de habilidades sociales mostró su efectividad en la disminución del problema en mención y además se observó el progreso significativo de la asertividad y la comunicación en los estudiantes de dicha escuela.

Además Fonseca (2019) propuso como objetivo: Precisar la efectividad del programa de habilidades socioemocionales para prevenir la agresión entre educandos de octavo grado de secundaria de una escuela pública N°16449, de Chiclayo. La metodología empleada de diseño cuasi experimental con 56 estudiantes cuyos resultados: mostraron disminución de agresiones física y psicológicas 59.3%, 37%, respectivamente, afirmando que la ejecución del programa en mención tuvo efectos significativos

En cuanto a trabajos previos del contexto internacional sobre la variable en estudio, Glenn (2018), presenta como objetivo analizar la incorporación de un programa de habilidades sociales con posibilidad de optimizar los lazos afectivos en 15 estudiantes de secundaria de diferentes culturas étnicas con problemas leves a moderada de la escuela pública de California. La metodología fue enfoque

cuantitativo con diseño cuasi experimental, concluyendo que la aplicación del Programa mostró un ligero aumento en relaciones afectivas, recomendando ampliar el tiempo de intervención y continuar con el plan de estudios, tal y como lo demuestran sus referentes.

Así también, Rodríguez et al. (2018), tiene por objeto principal, dinamizar el progreso de las habilidades socioemocionales a través de la aplicación del programa SEA (programa orientado a adaptación y regulación de emociones) en educandos de secundaria con una muestra de 156 integrantes, cuyas edades oscilan entre 11 y 14 de una escuela pública de España. La metodología empleada fue diseño cuasi experimental, con un $p= 0,01$ es decir existe un progreso significativo en las habilidades socioemocionales de los educandos destacando la existencia de desarrollo primordial de la empatía, asertividad y control de sus emociones.

En esa misma línea Sanchez et al. (2018), señala como objetivo indispensable demostrar en qué medida se logra el progreso del desarrollo de las competencias emocionales, teniendo como recurso principal la ejecución del Programa Educación Emocional. Donde emplea la metodología de diseño cuasi-experimental con 48 estudiantes, de séptimo año de Secundaria de una escuela pública (Andalucía- España), concluyendo que la aplicación del programa AEdEm demuestra incremento significativo en el desarrollo de competencias socioemocionales (autorregulación, comunicación y resolución de conflictos) que estimula el crecimiento propio y comunitario dando bienestar y desarrollo integral del educando.

Más aún Granada (2018), menciona que su investigación tuvo por objetivo evaluar un plan para el florecimiento de habilidades socioemocionales en 51 educandos de secundaria, escuela Clemencia de Caycedo de Bogota Colombia. Siendo la metodología empleada del tipo de Investigación Acción con enfoque Mixto, cuyos resultados fueron que el 50% evitan agresiones físicas y verbales, concluyendo que existe un incremento positivo en el desarrollo de competencias socioemocionales a partir de la implementación y ejecución del programa, pues los resultados nos revelan que los educandos aprenden a tomar conciencia de sus acciones y mejoran su autoestima.

De igual modo Bartosh et al. (2019), tiene como objetivo evaluar la efectividad del plan de prevención para desarrollar habilidades sociales en 1624 estudiantes de secundarias que habían demostrado rasgos de conductas cuestionables en una escuela pública de Ucrania. La metodología fue experimental con enfoque cuantitativo. Se comprobó que la participación de estudiantes en dicho programa preventivo disminuyó las conductas belicosas de los estudiantes en un alto porcentaje de 53% concluyendo que la implementación de programas de prevención tiene efectos significativos, disminuye la agresividad y permite el desarrollo de habilidades sociales.

Además Pérez de Albeniz et al. (2019) tuvo por objetivo evaluar la efectividad y satisfacción del programa INTEMO (aplicado de acuerdo al contexto) en 24 estudiantes (12 y 15), de Rioja (España) con problemas de atención y conducta en el desarrollo de habilidades socioemocionales. La metodología empleada fue de enfoque cuantitativo y diseño cuasi experimental, los resultados del estudio mostraron una significancia de 0.004 con respecto a la regulación emocional, concluyendo que dicho plan se ejecutó eficazmente y tuvo mucha aceptación en los adolescentes con conductas disruptivas quienes progresivamente logran reconocer y regular sus emociones mejorando sus habilidades socioemocionales.

A continuación se exploró bibliografía con respecto a la variable de habilidades socioemocionales, donde encontramos diferentes definiciones como la de García (2018) quien señala que la presencia de habilidades socioemocionales como la sociabilidad y la perseverancia se relacionan directamente con nuestras emociones y que permiten guiar nuestras formas de pensar y comportamiento, además se encuentran a menudo en nuestro actuar diario y que nos permite activar y orientar el juicio y proceder.

Kankaras & Suarez-Álvarez,(2019) sostiene que las habilidades socioemocionales son capacidades que cada individuo posee y que se expresan en hábitos frecuentes de ideas, emociones y conductas, siendo un subgrupo de cualidades y rasgos propios de un ser humano relacionadas con el desarrollo de habilidades cognitivas importantes en el florecimiento de infantes y púberes, por

tanto representan un conjunto holístico de habilidades indispensables para el éxito en la escuela y futuro personal y social.

En tanto que Chernyshenko et al (2018) menciona que desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes, genera un efecto estimulante y dependiente en el logro de capacidades cognitivas como la percepción, la memoria y razonamiento.

Además la Organización para la cooperación y el desarrollo económico (OCDE, 2021) sostiene que las habilidades socioemocionales compuestas por la habilidad cognitiva, social y emocional las que están interrelacionadas y pueden permitir el desarrollo de otras habilidades superiores que permiten modificar conductas, por ello es esencial que los formadores y padres de familia comprendan la relación íntima entre habilidades cognitivas y socioemocionales, para beneficiar el desarrollo de las mismas ya que está asociado a la salud emocional.

Así también Freshman y Rubino (2002), señalan que estas habilidades socioemocionales son aquellas que nos faculta la posibilidad de aprender en el día a día y además podemos mejorarlas, logrando ser características que formen parte de nuestra personalidad.

En tanto que Duckworth y Yeager (2015) mencionan que las investigaciones aseveran que las habilidades en mención predicen el rendimiento académico y el bienestar emocional, físico y psicológico.

Además Kyllonien (2012) sustenta que existen pruebas de que este tipo de habilidades está asociado a rasgos de personalidad, lo cual está referido a que las personas actuamos de una manera particular a diversas situaciones. Y que estas habilidades pueden variar en la etapa del desarrollo y crecimiento, a través de la influencia de la educación, métodos de crianza y referentes culturales, (Roberts, Walton y Viechtbauer 2006).

Asimismo la organización “Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning”, que significa Colaboración para el aprendizaje académico, social y emocional (CASEL,2020) menciona que las habilidades socioemocionales son de elevada complejidad donde niños y adultos pueden apropiarse de conocimientos, posturas y destrezas indispensables para comprender y regular sus propias emociones, lograr objetivos, mostrar afecto, atención y cuidado por

los demás, construir, mantener óptimas relaciones y determinar resoluciones que permitan resolver conflictos en beneficio de todos. Además propone que la identidad y pertenencia se debe aprender no solo desde la comprensión de las emociones sino también desde nuestras propias costumbres culturales, lingüísticas y sociales, con análisis de prejuicios para un crecimiento mental, que le concede la posibilidad del control de estrés para enfocarse organizada y disciplinadamente en el logro de metas colectivas para la búsqueda de la equidad y del bien común (CASEL, 2022). Así mismo considera importante que para fomentar y cultivar la igualdad y excelencia educativa y sea sostenible en el tiempo es necesario comprometer a las familias. Instituciones educativas, comunidades locales, medios de comunicación, todos aquellos que forman parte de la formación de los educandos desde la niñez hasta la adolescencia. (CASEL, 2021).

Por otro lado Bisquerra (2008) menciona que el concepto de habilidades socioemocionales es “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para entender, expresar y moderar de manera oportuna las manifestaciones emocionales” (p.146).

Para desarrollar la variable habilidad socioemocional fue importante determinar el sustento teórico lo que facilitó la comprensión del propósito de la investigación el cual está basado en modelos presentados por diferentes autores, así tenemos:

CASEL (2008), propone el Modelo de “Aprendizaje Social y Emocional” (SEL) mediante el cual se da uso de las habilidades, para desarrollar las relaciones interpersonales como la empatía, conciencia social y toma de decisiones responsable, así como también habilidades personales como el manejo de emociones, logro de metas, autocontrol y autoconciencia, que se establece por medio de la relación entre la familia, comunidad y escuela donde se debe promover la equidad, la excelencia educativa basada en prácticas pedagógicas, buenas relaciones de confianza y colaboración que asegura el aprendizaje socioemocional y académico de los estudiantes.

Bisquerra (2021) hace referencia al modelo de Secretaría de educación pública del gobierno de México (SMSEM), modelo de competencias socioemocionales estructurado en bloques en la que desde la educación

socioemocional se pretende desarrollar habilidades para la vida, los cuales están estrechamente relacionados con los pilares de la educación que menciona Delors, UNESCO (1996) aprender a ser, convivir, a hacer, a aprender, y a conocer.

Del mismo modo presenta su modelo pentagonal de competencias emocionales, donde se manifiesta que el desarrollo de estas habilidades es indispensable para el crecimiento del ciudadano consciente y dinámico lo que permitirá una mejor acomodación al entorno donde se desenvuelve y será capaz de afrontar los retos que le depara la vida, lo cual favorece el desarrollo de las competencias socioemocionales, el aprendizaje, las relaciones con los demás y la resolución de conflictos. (Bisquerra, 2009),

Así mismo el ministerio de educación del Perú (MINEDU, 2019) toma como referente a Bisquerra para la aplicación del módulo de “Desarrollo de competencias socioemocionales” en la que consideran estrategias que permitan su desarrollo, teniendo en cuenta las siguientes dimensiones: La comunicación empática, la comunicación asertiva, la resolución de conflictos y la autorregulación.

Sin embargo después de analizar los modelos para el desarrollo de habilidades socioemocionales, la presente investigación tomará como base el modelo teórico de Bisquerra y Perez (2007), titulado modelo pentagonal de competencias socioemocionales, el cual se encuentra en constante revisión según los autores. Además dicho modelo busca desarrollar aptitudes y actitudes para reflexionar, entender y moderar emociones con el propósito de fomentar el bienestar propio y comunitario lo que facilita la adecuación al ambiente en el que se desenvuelve, respondiendo a los desafíos que le depara la vida.

Este modelo consta de 5 dimensiones: la conciencia emocional, la regulación emocional, autonomía, la competencia social, y habilidades para la vida y bienestar social, que guardan relación con las estrategias planteadas por (MINEDU, 2021).

Como primera dimensión tenemos: la conciencia emocional, relacionada a la capacidad de poder reconocer nuestras propias emociones y sentimientos identificarlos y nombrarlos, lo que nos permitirá a su vez también reconocer las emociones en los seres que le rodean (empatía), tratando de comprender sus vivencias emocionales a través de la comunicación directa y la expresión de sus

gestos, pues en ocasiones actuamos de acuerdo a nuestro estado emocional ya que la emoción, cognición y comportamiento guardan relación estrecha. (Bisquerra, 2009).

En esta misma línea MINEDU (2020) afirma que la autoconciencia emocional está basada en reconocer las propias emociones, y darles nombre, además identificarla la situación y los pensamientos que genera esta emoción, e identificar que se necesita para actuar de manera oportuna y adecuada. Además esta práctica le permitirá reconocer las emociones, sentimientos y conductas en los demás, identificándolos y respetándolos, en la que es necesario entender otros puntos de vista, pero no significa sentir y opinar igual que el otro. Esta empatía nos permite establecer óptimas relaciones interpersonales, criterio importante de la inteligencia emocional, desarrollando compromiso, trato amable, afecto y sensibilidad.

Como segunda dimensión tenemos la Autorregulación, la que Bisquerra (2009) menciona como la capacidad para manejar emociones adecuadamente, que implica comprender el estado emocional en el que te encuentras, aceptarlas y regularlas (autocontrol), para prevenir emociones negativas y afrontar situaciones problemáticas autogenerando emociones positivas, que proporciona paz interior y social. Por ello es necesario contar estrategias que permitan gestionar emociones propias. Así mismo también podrá regular las emociones de los demás.

A lo que MINEDU (2020) precisa que es la facultad de distinguir y admitir emociones internas, regularlas expresándolas óptimamente para que repercuta en los seres que lo rodean. En tal razón es necesario analizar reacciones emocionales de sus vivencias ya que es un proceso interno del que cada ser humano es responsable, de tal modo que encontrara estrategias que permitan expresarlas sin reprimirlas.

La tercera dimensión se refiere a autonomía emocional la cual se puede entender como la capacidad para tener una representación óptima de uno mismo, decide cambiar sus propias emociones, asume las consecuencias de sus propias acciones, toma decisiones sensatas, reflexiona con respecto a las reglas establecidas por la sociedad, para no dejarse influenciar por la presión de grupo y

medios de comunicación, es capaz de salir victorioso ante situaciones desfavorables. Beckert (2018) considera que los púberes expresan su autonomía como la habilidad para comportarse, percibir y razonar de manera responsable e independiente. A lo que Delgado, et al (2021), infiere que la toma de decisiones no pensadas, generan conductas de riesgo como embarazos no deseados por ello es importante, desarrollar en ellos un liderazgo positivo centrado en la autonomía e independencia y toma de decisiones responsables.

La cuarta dimensión es la Competencia social, está relacionada con la asertividad y la resolución de conflictos, que permite establecer relaciones positivas, siendo indispensable la capacidad de escucha, y habilidades sociales básicas, como ser agradecido, reconocer errores y disculparse, respetar las diferencias teniendo en cuenta los derechos de las personas, sostener diálogos, compartiendo sinceridad y emociones con asertividad, en la que se exprese y se defienda los derechos propios y ajenos sin agredir a los demás, para resolver conflictos de manera decidida proponiendo una solución previsor, significativa y negociadora mediando puntos de vista y la perspectiva y sentimientos de los demás (Bisquerra, 2009)

En tanto que Minedu (2020) considera que la asertividad es la manera de actuar y expresar nuestras ideas, creencias y emociones en forma clara y precisa en el momento adecuado, por tanto la comunicación asertiva es aquella competencia socioemocional en la que no hay agresión, se respeta los derechos de todos.

Además en relación a la importancia de la asertividad y empatía en nuestras interacciones menciona que: aumenta la confianza y autoestima en los estudiantes, construye vínculos fundados en la consideración y sinceridad, muestra afecto solidaridad e iniciativa, expresa con claridad oportuna sus pensamientos y emociones sin agresiones, respetando las diferencias, lo que hace posible disminuyan los conflictos en su entorno, evitando la ansiedad y el estrés, porque se autorregula, logrando su bienestar emocional.

En cuanto a resolución de conflictos señala que deben ser gestionados de forma saludable, positiva y creativa lo cual nos permitirá: aclarar situaciones para resolver los problemas teniendo en cuenta la capacidad de escucha y

comunicación empática y asertiva, respetando las ideas distintas a las nuestras, que nos ayudan a mejorar las relaciones con los demás. Para lo que será necesario que ambas partes propongan soluciones estratégicas en beneficio de ambos desarrollando así la creatividad, logrando habilidades de ayuda mutua que permitan enfrentar y superar los nuevos objetivos personales y colectivos. (Minedu, 2020)

Como quinta dimensión, competencia para la vida y bienestar, nos permite tomar conductas convenientes, pensadas y saludables para enfrentar desafíos que la vida nos pone diariamente, siendo necesario planificar nuestra vida a partir de retos alcanzables, buscando el apoyo de personas como padres y/o maestros para tal fin, tomando decisiones que favorezcan el crecimiento personal, profesional, familiar y social, obedeciendo normas con sentido ético, para sentir justicia, paz social y espiritual, lo que favorecerá experiencias positivas en todos los ámbitos antes mencionados. (Bisquerra, 2009)

Para Ross et al (2020) el bienestar en los adolescentes está en función de una adecuada dieta balanceada, ejercitarse físicamente, contar con las necesidades básicas en el hogar y estabilidad emocional basada en solución de adversidades, genera bienestar nutricional, físico, sociocultural y emocional que le dará espacios de tranquilidad, seguridad y felicidad. Así también las actividades de ocio basadas en actividades deportivas y artísticas genera bienestar subjetivo y tranquilidad emocional (Kendal , 2015) y (Zhang, 2017)

En relación al programa de intervención: Bisquerra (2009) señala que un programa educacional desarrollará competencias socioemocionales en los estudiantes, si dichas intervenciones sistemáticas se da en el campo educativo, no esporádicamente y de forma intencional para prevenir factores que pueden generar problemas en la vida de los adolescentes como situaciones de riesgos, conductas inadecuadas, estrés depresión y otros, desarrollándose una cultura emocional que revertirá esta situación, con el propósito de acrecentar el bienestar individual y colectivo.

En tanto que Pérez y González (2008). Mencionan que estos planes organizados garantizan una intervención sistematizada que contribuyen al crecimiento de las competencias socioemocionales de quienes intervienen en el

programa lo que posibilita un conjunto de experiencias y habilidades que favorecen su proceder y le permitan evolucionar de forma vital en su camino.

Más aún Pérez Juste (2006), menciona que un programa es un plan organizado secuencialmente, creado por el docente que se ejecuta en el aula para luego ser evaluado.

Sin embargo, Álvarez (2001), lo describe como experiencia de aprendizaje organizada, resultado del reconocimiento de carencias, orientado hacia propósitos, sustentados en propuestas teóricas que orientan y precisan la acción, diseñada para dar respuesta a las debilidades de los estudiantes.

En tal razón para el logro de nuestra investigación se pondrá en práctica el programa familias fuertes (2020) que tiene como objetivo, desarrollar vínculos afectivos, diálogo reflexivo, empático y asertivo, así como capacidad para la resolución de conflictos, la autorregulación, autonomía e independencia, toma de decisiones que permitan su florecimiento individual y colectivo en el desarrollo de competencias socioemocionales tal como lo menciona Bisquerra en las dimensiones de su modelo pentagonal.

El programa familias fuertes (2018) conceptualiza a la familia como unidad indispensable de la sociedad, distinguida por una variedad en su conformación del rol de los integrantes y tipo de familia, unidos por vínculos afectivos, culturales cognitivos entre sus miembros.

Bolívar (2006), la familia desempeñan un rol indispensable en la educación ya que el colegio no es el único espacio educativo y para que exista logros en los educandos es necesaria una comunión entre docentes, educandos y cuidadores. Por tanto, la formación de ciudadanos debe contar con la participación de las organizaciones educativas y la colaboración como ente principal en la formación de los estudiantes (Sanchez, 2017).

Pillco, et al (2020) en el programa familias fuertes, toma en cuenta el Modelo Ecológico: sustentado por Uwe Bronfenbrenner (1979), quien afirma que la evolución de la persona es consecuencia de la interrelación entre el individuo y el ambiente en el cual se desarrolla. Esta relación es transformadora, el ser humano es influenciado por el medio y así mismo puede contribuir a modificarlo, lo que genera cambio de estilos de vida y entornos.

Este plan de intervención ha sido adecuado y diversificado al marco Latinoamericano por la OPS/OMS en coordinación con “Harvard School of Public Health” de Estados Unidos con el nombre de “Familias Fuertes: Amor y Límites”, proveniente del programa “Strengthening Families with adolescents” que significa fortalecimiento de familias con adolescentes, del “Instituto de Estudio Social y de Conductas de Universidad Estatal de Iowa”, aplicándose en el Perú el 2005.

Dicho plan de intervención tiene como propósito desarrollar habilidades de conexión emocional, estrechar lazos afectivos, diálogo reflexivo, comunicación empática y asertiva, resolución de conflictos, toma de decisiones, autorregulación de emociones, control de estrés, autonomía, proyecto de vida y evitar el consumo de sustancias nocivas.

Este programa se presenta como parte del desarrollo curricular, debido a que los educandos vuelven a las aulas después de 2 años de virtualidad, en la que se ha vivido situaciones de riesgo, de carencias afectivas y agresiones, razón por la cual MINEDU propone que el trabajo híbrido se efectúe con soporte emocional basado en la práctica de habilidades socioemocionales, para acrecentar en los educandos competencias para la vida. Se priorizó la participación de estudiantes de 10 a 14 años, así como también de los cuidadores comprometidos con la formación de sus menores, el que se realizará en el horario que ellos disponen. Las sesiones son en número de 18 y guardan relación con las dimensiones de las habilidades socioemocionales la cual se aplica en forma secuencial, primero con los adolescentes, luego con los padres por espacio 30 minutos por cada semana, para continuar con el seguimiento de la aplicación del taller y evidenciar el logro de nuestras metas.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

El Tipo de investigación es aplicada. Murillo (2008), considera dicha investigación como práctica o empírica, que a través de la indagación busca la utilidad de juicios adoptados, a la par que se suman otros, luego de aplicar rigurosamente y organizar la praxis apoyada en indagación. Además estas deben estar relacionadas con la naturaleza del problema como fruto de la experiencia lo que nos posibilitará saber la verdad. (Creswell & Creswell, 2018)

Tiene un Enfoque cuantitativo ya que me permitirá recoger y analizar información certera de las variables para evaluar y probar la efectividad entre ellas, además analiza una realidad objetiva a partir de la recolección de datos, el cual nos lleva a realizar un proceso secuencial, deductivo y lógico, de tal modo que se pueda comprobar resultados y demostrar las hipótesis y teorías. (Hernández et al. 2014)

El nivel de la investigación es explicativo ya que nos permitirá determinar las causas de los sucesos o problemas expuestos y argumentar el porqué de los hechos o cambios presentados para lo cual será necesario controlar y manipular las variables (Hernández y Mendoza 2018)

Se enfatiza que el diseño es experimental, en la modalidad cuasi experimental. Se caracteriza porque se consideran 2 grupos: El grupo experimental, aquel en el que se aplicará el procedimiento exploratorio donde se observa la relación con la variable dependiente habilidades socioemocionales. En el grupo control no se ejerce ninguna praxis, tal como lo argumenta Hernández et al. (2014), en la que manifiesta que en el diseño cuasi experimental se aplican a sucesos reales en la que la formación de grupos es fija, sin embargo se puede usar la variable experimental. Los participantes que están sujetos a dicha investigación no se asignan aleatoriamente a los grupos, estos serán designados por criterio no probabilístico.

Cohorte del diseño de investigación es longitudinal porque se tiene contacto directo con la muestra y se realiza la prueba en 2 momentos lo que permitirá observar a través del seguimiento los cambios evolutivos o adaptativos a lo largo del tiempo desde el primer momento hasta el final y relacionarlos con las causas (Aparicio, 2020)

El esquema de este diseño es:

G.E.	01	X	02
G.C.	03	-	04

DONDE:

GE = Grupo experimental

GC = Grupo control

X = Programa experimental familias fuertes

01 y 03 = Pre test

02 04 = Pos test

3.2. Variables y operacionalización

Definición conceptual de la variable habilidades socioemocionales según Bisquerra (2008) son el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para entender, expresar y moderar de manera oportuna las emociones.

Definición operacional: Para estimar la variable se aplicó el instrumento medición elaborado por el “Grupo de Investigación en Orientación Psicopedagógica, por sus siglas en catalán” (GROP, 2016), sustentados en el modelo de Bisquerra llamado cuestionario de educación emocional para secundaria (CDE-S) y adaptado por Jiménez (2017) el cual consta de 40 ítems organizados en las siguientes dimensiones: conciencia emocional, regulación emocional, competencia social, competencias para la vida y bienestar (anexo 02).

Las dimensiones serán medidas usando la escala Likert a través del cual obtendremos información sobre las habilidades socioemocionales de los educandos considerando las dimensiones señaladas.

Indicadores o variables a medir son fines visionarios que se pueden lograr, además se pueden ver y cualificar en el tiempo lo cual señalaría los cambios y avances de un plan de intervención (Hernández et al. 2014). Así mismo el Minedu (2020) considera los indicadores como señales distintivos de los estándares de aprendizaje que nos permite definir si se están logrando progresivamente, los que se pueden observar a través de niveles establecidos (inicio, proceso y logrado) para verificar sus progresos. Estos indicadores se

encuentran en la matriz de consistencia y están en función de las dimensiones de las habilidades socioemocionales

Escala de medición: Ordinal

3.3. Población muestra, muestreo, unidad de análisis

3.3.1 Población:

Es un conjunto de sucesos concretos y accesibles, sobre el que se realiza un estudio, en la que se debe delimitar el ámbito a realizar y las mismas características en los miembros que la conforman, buscando la homogeneidad de lo contrario podría conllevar a conclusiones no certeras. (Arias, 2016). Para el caso de la presente investigación la población está conformada por 120 estudiantes de primero de secundaria de una escuela pública de Lima.

Criterios de inclusión: Estudiantes del nivel secundario entre 11-14 años de edad, consentimiento informado.

Criterios de exclusión: Estudiantes de secundaria que no cuenten con la edad establecida como criterio de inclusión, los que se encuentren delicados de salud y los que no deseen participar

3.3.2. Muestra

Es un grupo reducido de la población el cual permitirá aumentar la calidad de estudio y además reducirá la complejidad de las características teniendo en cuenta los criterios de aplicación del programa (Arias, 2016). La muestra seleccionada fue de 60 estudiantes de los cuales 30 estudiantes participan en el grupo control y 30 en el grupo experimental, usando la técnica del tipo no probabilístico intencional y de acuerdo a los criterios del plan de intervención.

3.3.3. Muestreo

Se realiza un muestro no probabilístico e intencional considerando las características del programa y criterios del investigador. Según Otzen y Manterola (2017), el objetivo del muestreo no probabilístico es investigar la correspondencia actual entre la muestra patrón y muestra exploratoria considerando los criterios de inclusión y exclusión.

3.3.4. Unidad de análisis

Esta referida al objeto de estudio de investigación que puede ser individual o grupal de la cual se obtiene resultados finales para ser reflexivamente analizados (Hernández y Mendoza, 2018). En tal razón la unidad de análisis

corresponde a adolescentes de primero de secundaria, de una escuela pública de Lima.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección e información de datos

3.4.1. Técnicas

Se usó para el presente estudio de investigación la encuesta que me permitió acopiar información relevante, como lo menciona Hernández, Fernández y Baptista (2014) la encuesta es el instrumento de más uso para recogida de información, el cual está referido a una totalidad de interrogantes relacionada a las variables a medir.

3.4.2. Instrumentos

Se usó el cuestionario al inicio y al final de la aplicación del programa, con el propósito de obtener información precisa. Tamayo y Silva (2016) explican que el recojo de información en los cuestionarios se debe tener en cuenta la accesibilidad, la proporción de la muestra, los recursos, naturaleza de la información, ya que nos posibilita separar algunos problemas de interés y puntualizar el propósito de la investigación. La actual investigación ha empleado un instrumento de medición la cual ha sido puesta en ejecución de manera colectiva a la muestra de unidad de análisis que corresponde a 60 estudiantes. En cuanto al instrumento a medir las habilidades socioemocionales este corresponde al cuestionario de Desarrollo emocional para educación secundaria (CDE-SEC) Las particularidades del cuestionario en mención se precisa en la validez y confiabilidad así como en la ficha técnica que a continuación se presenta.

Ficha técnica del instrumento: Habilidades socioemocionales

Autores : Pérez-Escoda, Filella, Alegre y Bisquerra.(2012). España

Adaptado : Mg. Jiménez Bellasmil, Anselmo (2017). Perú.

Objetivo : Medir el desarrollo de las habilidades
Socioemocionales en estudiantes de secundaria.

Aplicación : 12 a 18 años

Duración : 30 min

Administración: Colectiva-Individual

Categorías : Inicio, proceso, logrado.

Organización : Constituido por 40 ítems, distribuido en 5 dimensiones.

3.4.3 Validez

En cuanto a validez es la relación entre los resultados y la teoría que avalan las explicaciones de la puntuación de una prueba, en la que se considera también la estructura interna. De tal modo que nos oriente a conclusiones y actuaciones apropiadas (Medina y Verdejo 2020). Para el instrumento de la variable habilidades socioemocionales, Jiménez (2018), toma el cuestionario de desarrollo emocional de GROPE (grupo de Investigación en Orientación psicopedagógica, 2007) que tiene como sustento el marco teórico del modelo pentagonal de Bisquerra y Perez (2007). Dicho instrumento se aplicó en las escuelas educativas de España con 283 participantes aprobado por el juicio de expertos López y Perez-Escoda (2014) de la Universidad de Barcelona y País Vasco.

En Perú dicho instrumento ha sido adaptado por Jiménez, (2018) como cuestionario de competencias emocionales para secundaria (CDE-SEC), consta de 40 ítem sustentados en el modelo de Bisquerra y sus 5 dimensiones, validado por juicio de expertos quienes comprobaron la suficiencia entre los ítem, los indicadores y sus dimensiones, determinando que la evaluación de contenido característico mide lo que tiene que medir según la variable y sus dimensiones y es válido para aplicarlo en Perú.

3.4.4. Confiabilidad

En relación a confiabilidad se define como el medio que permite dar seguridad a los resultados sólidos y predecibles, en diversos momentos. Además puede ser externa cuando otros estudiosos alcanzan igual resultado, o interna cuando diversos examinadores concuerdan en los descubrimientos al investigar la misma existencia (Plaza, Uriguen y Bejarano, 2017) La confiabilidad evita errores en los resultados y si estos fueron alterados no se considera validado, por ello se debe tomar en cuenta con exactitud la medida de la categoría o rangos de los indicadores (Abarzúa, 2019)

El cuestionario adaptado en Perú por Jiménez, (2018) se aplicó como prueba piloto a 30 estudiantes de una escuela pública de Lima, donde su índice de consistencia interna medida mediante el coeficiente alfa de Cronbach, es de 0.84 valor aceptable y de alta confiabilidad, garantizando ser confiable para recoger la información.

3.5. Procedimientos

Para el recojo de información con respecto a la variable habilidades socioemocionales propuesta en la presente investigación, ha sido necesario investigar al respecto de antecedentes y modelos teóricos que permitan sustentar y argumentar la variable dependiente, para lo cual fue necesario seleccionar instrumentos de evaluación los cuales fueron validados en Perú por especialistas. Así mismo se aplicó la prueba piloto para determinar la confiabilidad. Se realizó coordinaciones con los docentes tutores de primero de secundaria y con los padres de familia para motivar a la participación voluntaria y comprometida de los mismos en el taller, previa coordinación con el departamento de Tutoría. En seguida se dosificó las sesiones del área, para realizar los talleres 45 minutos y dar soporte emocional a los estudiantes, tal como estima el Minedu post-pandemia, de tal modo que se cumplen con los objetivos e hipótesis de estudio presentado. Otro punto importante a mencionar fue el sistema híbrido en el sistema educativo, lo que conlleva a que la aplicación del programa se realice de manera virtual, en algunas ocasiones visto que en el colegio se presentó muchos casos de covid, lo que conllevó a que se suspendieran las clases presenciales en varias etapas. Por otro lado la recogida de información se realizó de manera presencial a través de cuestionarios para ambos grupos, tanto al inicio del taller como al finalizar.

En cuanto a la aplicación del instrumento será necesaria comunicar con anterioridad a los grupos seleccionados con frases motivadoras. Para realizar la evaluación se les dará las consignas y orientaciones precisas a los participantes. Las contestaciones de los educandos serán enviados a una base de datos, que permitirá obtener resultados por medio de procedimientos estadísticos. Por último se realizó la explicación de los resultados, la discusión, conclusión y recomendaciones de la investigación.

3.6. Método de análisis de datos

Los resultados obtenidos fueron organizados en el programa Excel y sistematizados en el software estadístico IBM SPSS 25, para realizar el análisis a nivel descriptivo en tablas y figuras con la finalidad de que los datos recogidos se visualicen de forma ordenada para la adecuada interpretación. Y el análisis inferencial se realizó por medio de la prueba de normalidad. Romero, (2016)

menciona que la prueba de normalidad o bondad de ajuste nos permite determinar qué tipo de distribución tienen los datos y conocer qué prueba estadística se usará, para la contrastación de las hipótesis.

3.7. Aspectos éticos

Se tomó en cuenta las normas APA (séptima edición), respetando autoría, citando cada autor para dar crédito a su trabajo. Así también se respetó las normas del estatuto de la Universidad Cesar Vallejo.

De acuerdo a la Ética del colegio de Psicólogo del Perú (2017), en la etapa de recojo de datos, se solicitará las autorizaciones debidas, como se menciona en el artículo 24^o, con el objetivo de recoger información con transparencia y lograr que los participantes nos brinden datos de manera verídica, efectiva y con iniciativa, a quienes se explicara el propósito de estudio como lo menciona el artículo 49^o, explicando las particularidades y propósito de estudio con la finalidad de respetar autonomía en cuanto a participación voluntaria, en tal razón los educandos escribirán sus nombres en la encuesta si así lo consideran tal como se indica en el artículo 36^o, respetando su posición y el anonimato si así lo consideran.

IV. RESULTADOS

4.1. Resultados Descriptivos

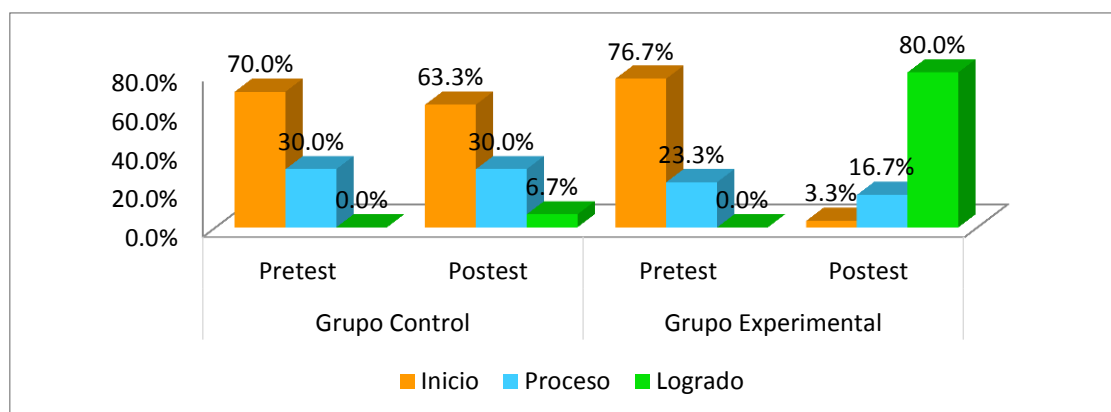
Tabla 1

Distribución de niveles de habilidades socioemocionales

Habilidades socioemocionales	N	Grupo	
		Control (n=30)	Experimental (n=30)
			<i>Pre-test</i>
Inicio	21	70.0%	23
Proceso	9	30.7%	7
Logrado	0	0.0%	0
			<i>Post test</i>
Inicio	19	63.0%	1
Proceso	9	30.0%	5
Logrado	2	6.7%	24

Figura 1.

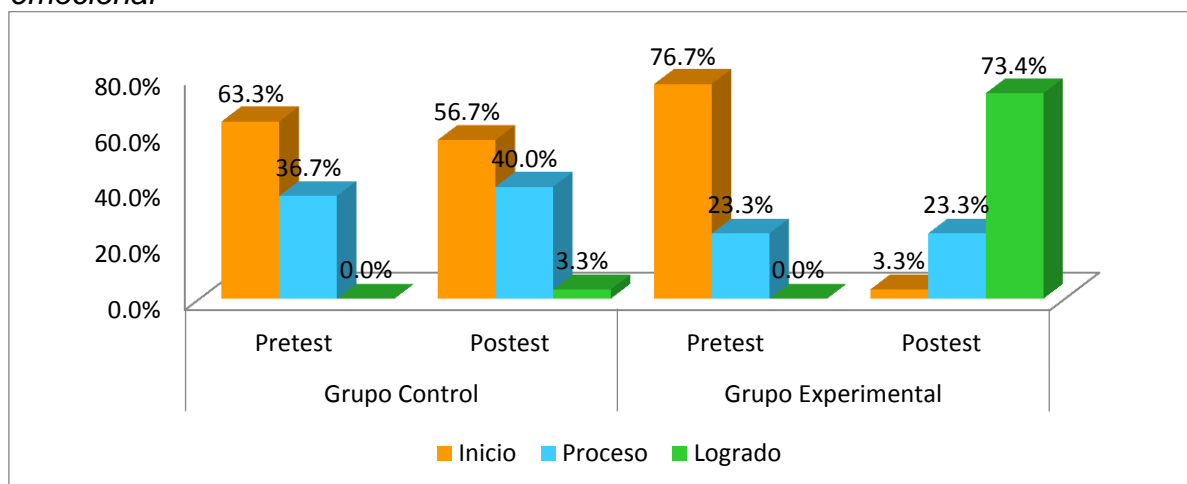
Niveles entre pre-test y post-test del grupo control y experimental de habilidades socioemocionales



Se percibe en la tabla y figura 1, el contraste del pre-test y post test del grupo control en la variable habilidades socioemocionales, donde el 70% y 63.3% de los educandos se ubican en inicio, el 30% en proceso, y el 0.0% y 3.3% en logrado. Estos resultados son similares a los obtenidos por los estudiantes del grupo experimental en el pre-test donde el 76.7% está en inicio, el 23.3% en proceso y el 0.0% en logrado, resultados que evidencia debilidad en el desarrollo de la variable. Situación que se revierte después de la ejecución del programa donde el 80% de los estudiantes tras la aplicación de estrategias que realizaban en la escuela y en el hogar, modificaron hábitos que permitió el progreso significativo de habilidades socioemocionales, ascendiendo en el nivel logrado.

Tabla 2*Distribución de niveles de conciencia emocional*

Conciencia emocional	Grupo			
	N	Control (n=30)	N	Experimental (n=30)
			<i>Pre-test</i>	
Inicio	19	63.4%	23	76.7%
Proceso	11	36.7%	7	23.3%
Logrado	0	0.0%	0	0.0%
			<i>Post-test</i>	
Inicio	17	56.7%	1	3.3%
Proceso	12	40.0%	7	23.3%
Logrado	1	3.3%	22	73.3%

Figura 2.*Niveles entre pre-test y post-test del grupo control y experimental de conciencia emocional*

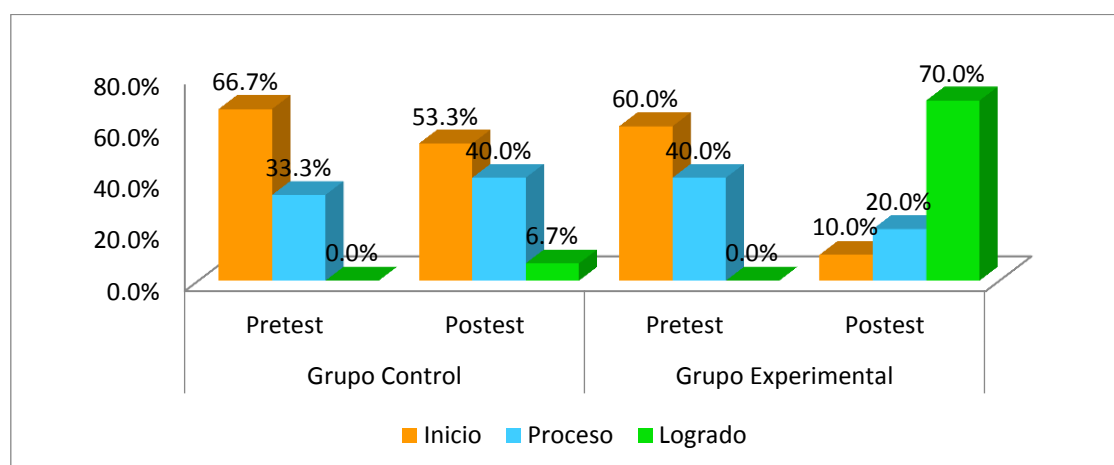
En la tabla y figura 2, el contraste del pre-test y post-test del grupo control en la conciencia emocional, presentó un 63.3% y 56.7% en inicio, 36.7% y 40% en proceso y un mínimo porcentaje de logros con el 0.0% y 3.3%. Así también el grupo experimental en el pre-test mostró que el 76.7% tenían dificultades para identificar las emociones que experimenta en situaciones adversas, razón por la cual se encuentran en inicio, además el 23.3% está en proceso y ninguno en el nivel logrado, evidenciándose dificultades en el desarrollo de esta dimensión. Empero al término de la aplicación del programa el 73.4% de los educandos superaron las debilidades, obteniéndose un progreso significativo, que permitió alcanzar el nivel de logro.

Tabla 3*Distribución de niveles de Regulación emocional*

Regulación emocional	Grupo			
	N	Control (n=30)	N	Experimental (n=30)
			<i>Pre-test</i>	
Inicio	20	66.7%	18	60.0%
Proceso	10	33.3%	12	40.0%
Logrado	0	0.0%	0	0.0%
			<i>Post-test</i>	
Inicio	16	53.3%	3	10.0%
Proceso	12	40.0%	6	20.0%
Logrado	2	6.7%	21	70.0%

Figura 3

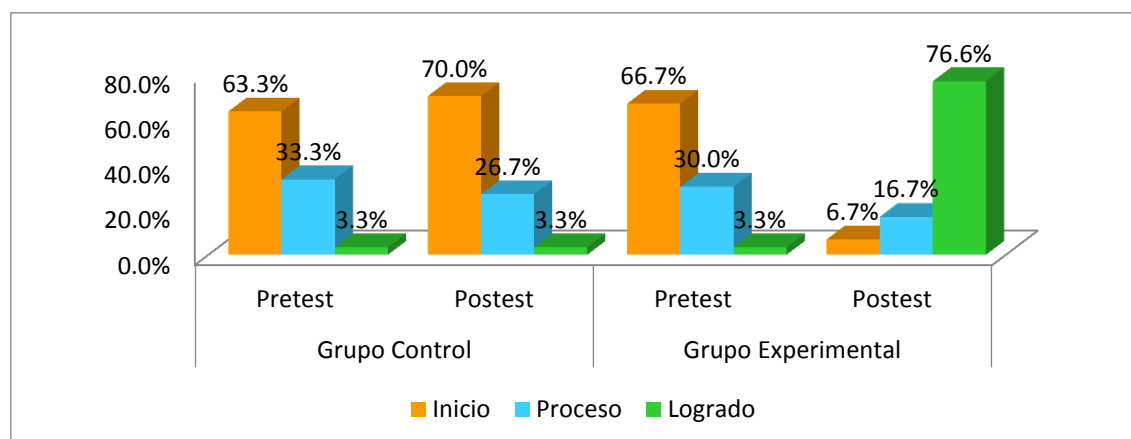
Niveles entre el pre-test y post-test del grupo control y experimental de regulación emocional.



Se observa en la tabla y figura 3, el contraste del pre-test y post-test del grupo control en la regulación emocional, donde la gran mayoría se ubica en el nivel inicio con un 66.7% y 53.3%, el 33.3% y 40.0% se encuentran en proceso y existe un ínfimo porcentaje de estudiantes en el nivel logrado con un 0.0% y 6.7% para ambos grupos, situación similar al del grupo experimental del pre-test, quienes previo al programa mostraron un 60% de adolescentes en inicio, el 40% en proceso y el 0.0% en logrado, evidenciándose dificultades de los mismos para regular sus emociones. En cambio al finalizar programa el 70% de los estudiantes de este grupo demostraron cambios positivos para el desarrollo de esta dimensión, alcanzando el nivel logrado.

Tabla 4*Distribución de niveles de Autonomía emocional*

Autonomía emocional	Grupo			
	N	Control (n=30)	N	Experimental (n=30)
			<i>Pre-test</i>	
Inicio	19	63.3%	20	66.7%
Proceso	10	33.3%	9	30.0%
Logrado	1	3.3%	1	3.3%
			<i>Post-test</i>	
Inicio	21	70.0%	2	6.7%
Proceso	8	26.7%	5	16.7%
Logrado	1	3.3%	23	76.6%

Figura 4*Niveles entre pre-test y post-test del grupo control y experimental de autonomía emocional*

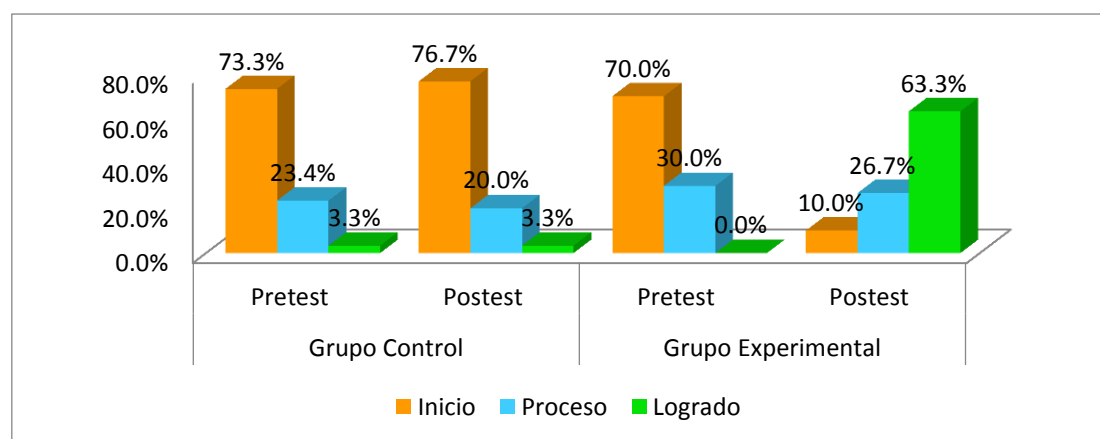
Se aprecia en la tabla y figura 4, el cotejo entre el pre-test y post-test del grupo control en autonomía emocional, donde el 63.3% y 70% de educandos están en inicio, un 33.3% y 26.7% en proceso y el 3.3% se encuentra en logrado, lo que nos permite deducir que existen dificultades en relación a la independencia y toma de decisiones responsables, resultados análogos al del grupo experimental del pre-test quienes antes de su participación en el programa mostraron un 66.7% en inicio, el 30% en proceso y el 3.3% en logrado, observando incluso que copian acciones negativas de sus pares. Pero al término del programa se revierte esta situación, donde el 76.6% de estudiantes logro superar la dificultad presentada.

Tabla 5*Distribución de niveles de Competencias Sociales*

Competencias Sociales	Grupo			
	N	Control (n=30)	N	Experimental (n=30)
				<i>Pre-test</i>
Inicio	22	73.3%	21	70.0%
Proceso	7	23.4%	9	30.0%
Logrado	1	3.3%	0	0.0%
				<i>Post-test</i>
Inicio	23	76.7%	3	10.0%
Proceso	6	20.0%	8	26.7%
Logrado	1	3.3%	19	63.3%

Figura 5

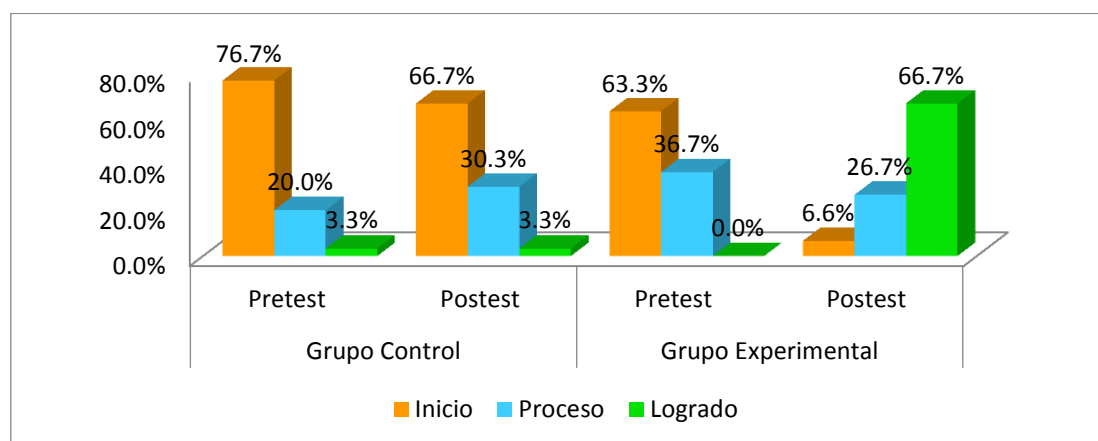
Niveles entre pre-test y post test del grupo control y experimental de competencias sociales



Se distingue en la tabla y figura 5, el contraste de las competencias sociales del pre-test y pos-test del grupo control, en la que el 73.3% y 76.7% de educandos se muestran en inicio, el 23.4% y 20% se encuentran en proceso y un mínimo de educandos obtienen el 3.3% para el logro. Del mismo modo, se identifica que los adolescentes del grupo experimental con un 70% están inicio, el 30% en proceso y el 0% en logrado, evidenciándose muchas dificultades con respecto a cumplimiento de reglas, asertividad y mantener buenas relaciones con los demás, razón por la cual se observan conflictos entre ellos. Finalmente la aplicación del programa permitió demostrar que el 63.3% mostró actitudes de cambio en beneficio de sus relaciones con los demás y por ende un progreso alentador superando las debilidades evidenciadas.

Tabla 6*Distribución de niveles de Competencias para la vida y bienestar*

Competencias para la vida y bienestar	N	Grupo		
		Control (n=30)	N	Experimental (n=30)
			<i>Pre-test</i>	
Inicio	23	76.7%	19	63.3%
Proceso	6	20.0%	11	36.7%
Logrado	1	3.3%	0	0.0%
			<i>Post-test</i>	
Inicio	20	66.7%	2	6.6%
Proceso	9	30.3%	8	26.7%
Logrado	1	3.3%	20	66.7%

Figura 6*Niveles entre pre-test y post-test del grupo control y experimental de competencias para la vida y bienestar*

La tabla y figura 6 nos permite comparar el pre-test y pos-test del grupo control de la competencias para la vida y bienestar la que nos hace resumir que el 76.7% y 66.7 están en nivel inicio, el 20% y 30,3 %en proceso, además el 3.3% de educandos está en logrado, resultados similares al de los adolescentes del grupo experimental donde el 63.3 % de adolescentes están en inicio, el 36.7% se encuentra en proceso y ningún estudiante se ubica en el nivel de logro, confirmándose que existen muchas dificultades para trazarse metas y objetivos, no han identificado sus fortalezas y tampoco habilidades de disfrute como deporte, arte u otros.. Empero al término del programa el 66.7% mostró un progreso reconfortante superando las necesidades evidenciadas.

4.2. Resultados inferenciales.

Tabla 7

Prueba de normalidad según Shapiro – Wilk para habilidades socioemocionales y sus dimensiones

	Estadístico	Shapiro-Wilk	
		gl	Sig.
Habilidades socioemocionales	,698	30	,000
Conciencia emocional	,856	30	,001
Regulación emocional	,666	30	,000
Autonomía emocional	,702	30	,000
Competencias sociales	,604	30	,000
Competencias para la vida y el bienestar	,865	30	,001

La prueba de Shapiro Wilk nos muestra resultados con significancia inferior a 0,05 por tanto los datos no siguen una distribución normal, evidenciándose que es no paramétrica, lo que nos conlleva a descartar la hipótesis nula y aprobar la hipótesis alterna.

Prueba de Hipótesis general de la investigación

H₀: La aplicación del programa Familias fuertes no tiene efectos significativos en el desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022

H_a: La aplicación del programa Familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022

Tabla 8*Comparación de los grupos control y experimental de habilidades socioemocionales*

	Habilidades socioemocionales (Pre-test)	Habilidades socioemocionales (Post-test)
U de Mann-Whitney	387,000	38,000
W de Wilcoxon	852,000	503,000
Z	-,937	-6,095
Sig. asintótica(bilateral)	,349	,000

a. Variable de agrupación: Grupo

La prueba de la U de Mann-Whitney nos demuestra que las habilidades socioemocionales, en el pre-test tiene una significancia de 0.349, mientras que en el post-test la significancia es de 0,000 menor al Pvalor < 0.05. lo que permite admitir que la aplicación del Familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de habilidades socioemocionales.

Hipótesis específica 1

Ho: La aplicación del programa Familias fuertes no tiene efectos significativos en el desarrollo de la conciencia emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022

Ha: La aplicación del programa Familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de la conciencia emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022

Tabla 9*Comparación de los grupos control y experimental de conciencia emocional*

	Conciencia emocional (Pre-test)	Conciencia emocional (Pos-test)
U de Mann-Whitney	387,500	41,500
W de Wilcoxon	852,500	506,500
Z	-1,006	-6,079
Sig. asintótica(bilateral)	,315	,000

a. Variable de agrupación: Grupo

Los resultados de la prueba de la U de Mann Whitney para la conciencia emocional nos prueba que en el pre-test el valor de significancia es de 0,315, en tanto el post-test nos presenta un Pvalor < 0.05. lo que evidencia que la ejecución del programa familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de la conciencia emocional.

Hipótesis específica 2

H₀: La aplicación del programa Familias fuertes no tiene efectos significativos en el desarrollo de la regulación emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022

H_a: La aplicación del programa Familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de la regulación emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022

Tabla 10

Comparación de los grupos control y experimental en regulación emocional

	Regulación emocional (pre-test)	Regulación emocional (post-test)
U de Mann-Whitney	424,000	96,000
W de Wilcoxon	889,000	561,000
Z	-,414	-5,311
Sig. asintótica(bilateral)	,679	,000

a. Variable de agrupación: Grupo

La prueba de la U de Mann Whitney evidencia para la dimensión conciencia emocional en el pre-test un valor una significancia de 0,679, en cambio el post-test nos muestra un Pvalor < 0.05. lo que demuestra que el programa familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de la regulación emocional.

Hipótesis específica 3

- H₀: La aplicación del programa Familias fuertes no tiene efectos significativos en el desarrollo de la autonomía emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022
- H_a: La aplicación del programa Familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de la autonomía emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022

Tabla 11

Comparación de los grupos control y experimental de Autonomía emocional

	Autonomía emocional (pre-test)	Autonomía emocional (post-test)
U de Mann-Whitney	422,000	51,500
W de Wilcoxon	887,000	516,500
Z	-,454	-5,933
Sig. asintótica(bilateral)	,650	,000

a. Variable de agrupación: Grupo

Los resultados de la prueba de la U de Mann-Whitney nos revela que la autonomía emocional en el pre-test tiene una significancia asintótica de 0,650, mientras que en el post-test el valor es de 0,00 dato inferior al asintótica bilateral teórico, comprobándose que el programa familias fuertes tiene efectos significativos en la autonomía emocional.

Hipótesis específica 4

- H₀: La aplicación del programa Familias fuerte no tiene efectos significativos en el desarrollo de las competencias sociales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022
- H_a: La aplicación del programa Familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo competencias sociales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022

Tabla 12*Comparación de los grupos control y experimental de la competencia social*

	Competencias sociales (pre-test)	Competencias sociales (post-test)
U de Mann-Whitney	418,500	69,500
W de Wilcoxon	883,500	534,500
Z	-,489	-5,683
Sig. asintótica(bilateral)	,625	,000

a. Variable de agrupación: Grupo

Según U de Mann-Whitney se confirma que las competencias sociales, en el pre-test presenta un valor de significancia igual a 0.625 , mientras que en el post-test la significancia revela un valor menor al teórico ($P_{valor} > 0.05$), por lo que inferimos que la realización del programa familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de las competencias sociales

Hipótesis específica 5

- H₀: La aplicación del programa Familias fuertes no tiene efectos significativos en el desarrollo de las competencias para la vida y el bienestar en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022
- H_a: La aplicación del programa Familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de las competencias para la vida y el bienestar en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022

Tabla 13

Comparación de los grupos control y experimental de la competencia para la vida y bienestar.

	Competencias para la vida y bienestar (pre-test)	Competencias para la vida y bienestar (post-test)
U de Mann-Whitney	434,500	43,000
W de Wilcoxon	899,500	508,000
Z	-,247	-6,051
Sig. asintótica(bilateral)	,805	,000

a. Variable de agrupación: Grupo

La prueba estadística de la U de Mann-Whitney nos demuestra que la competencia para la vida y bienestar, en el pre-test muestra un valor de significancia 0.805, por el contrario el post-test revelo una significancia menor 0.05, concluyendo que el programa familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de la competencias para la vida y bienestar.

V. DISCUSIÓN

Esta sección nos permite reflexionar al respecto de los efectos de la aplicación del Programa familias fuertes para desarrollar habilidades socioemocionales, en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública de Lima, 2022, donde la prueba estadística no paramétrica U de Mann-Whitney, señala que la asintótica bilateral es de 0.349 en el pre-test del grupo experimental y en el post test es de 0,00 menor a alfa ($p < 0,05$) y $Z = -6,09$ es inferior a $-1,96$, demostrándose que después de la aplicación del programa, existe una significancia en la variable de investigación habilidades socioemocionales, entendiéndose que la conciencia, la regulación, autonomía emocional, competencias sociales y competencias para la vida y bienestar se desarrollan paulatinamente debido a aplicación de estrategias de sensibilización, reflexivas, creativas y de conexión emocional, lo cual le permitirá controlar emociones mantener buenas relaciones con los demás, resolver conflictos a través de una comunicación receptiva, empática, asertiva, tomar decisiones responsables, con autonomía e independencia, respetando las normas, buscando el bienestar personal y social. En tal razón sobre los logros, denegamos la hipótesis nula y se considera la hipótesis de investigación, concluyendo que la aplicación del programa familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de habilidades socioemocionales en adolescentes que inician la secundaria. Los resultados son semejantes a los de Lau (2018), quien en su investigación obtuvo una significancia 0,007 lo que le permitió inferir que el programa de intervención realizado, obtuvo resultados óptimos ya que se evidenció un incremento para habilidades socioemocionales de los estudiantes. Así también Fonseca (2019) afirmó que el programa de habilidades socioemocionales en educandos de secundaria permite un progreso significativo en el desarrollo habilidades socioemocionales cuyos resultados: mostraron disminución de agresiones física y psicológica respectivamente 59.3%, el 37%. Así mismo, los resultados de la presente investigación sintonizaron con Granada (2018), quien en su investigación afirmó que existe el florecimiento de Competencias Socio-emocionales ya que se observa que el 50% evita agresiones físicas y verbales.

Del mismo modo Escalante (2018) manifestó que existe desarrollo de las habilidades socioemocionales, gracias al apoyo familiar y agrega que se debe promover la aplicación de programa de habilidades sociales para la mejora de convivencia entre educandos, lo que a su vez coincide con nuestro programa visto que fue necesario dar charlas a los padres al respecto de los temas que se desarrollan con sus hijos, de tal modo que se refuerce en casa las estrategias propuestas y favorezca el desarrollo de habilidades de conexión emocional entre ellos evitando acciones negativas en el hogar, que redundará en la escuela.

De igual manera Glenn (2018), expuso que la aplicación del Programa enseñó a los estudiantes a desarrollar habilidades socioemocionales mostrando aumento en relaciones afectivas que incluyen a educandos con necesidades especiales recomendando ampliar el tiempo de intervención y continuar con el plan de estudios. Tal como se realizó con nuestro plan de intervención cuyo tiempo de duración fue prolongado, con un seguimiento y acompañamiento que nos permite observar el cambio de actitud en la que también se incluyó estudiantes con necesidades especiales quienes comentaron sentirse feliz en el desarrollo de las actividades. A su vez Bartosh et al. (2019), comprobó que la aplicación de un programa de prevención en la que participaron estudiantes secundarios con conductas belicosas, permitió el desarrollo de habilidades socioemocionales y disminuyó la agresividad en un alto porcentaje 53%.por tanto dicho plan tiene efectos positivos.

Estas apreciaciones observadas en las diversas investigaciones citadas se asemejan a nuestro estudio lo que nos permite probar que la aplicación de estrategias reflexivas aplicadas en el programa favorece el logro gradual de habilidades socioemocionales, lo que se observó cuando los estudiantes fueron conscientes de la emociones que viven, dándoles nombre, regulándolas adecuadamente a través de diferentes técnicas, reconocer las emociones en los demás, comprenderlos y ayudarlos, resolver conflictos a través de una comunicación empática y asertiva lo que favoreció sus relaciones con los demás, y se evidencio cuando realizaron acciones en beneficio de sus pares y otros en los diferentes contextos donde se desenvuelven dándoles bienestar y felicidad tal como lo menciona Bisquerra (2020) quien sustenta que el bienestar subjetivo y la felicidad se basa en ser consciente de las emociones, regularlas y expresarlas

adecuadamente, generando optimismo y positivismo, lo que a su vez redundara en todos los contextos donde se desenvuelve por ello debe estar afianzado por los padres y otros medios como lo menciona (CASEL, 2021) quien sostiene que es importante fomentar y cultivar la igualdad y excelencia educativa y sea sostenible en el tiempo donde se comprometa a las familias, comunidades locales, medios de comunicación y otros que forman parte de la educación y formación de los estudiantes desde la niñez hasta la adolescencia, fundamento que también sostiene Bisquerra (2020) para el desarrollo de bienestar emocional.

Además se considera importante sensibilizar al adolescente en esta fase escolar a través de la presentación de situaciones contextuales que vive diariamente, recursos digitales y otros, que permitirá su participación reflexiva, crítica, analítica y creativa para construir pensamientos y juicios que le permiten transformar pensamientos y actitudes que mejorara paulatinamente sus relaciones con los demás, favoreciendo el logro gradual de sus habilidades sociomeocionales, logrando que formen parte de su personalidad tal como lo dice Freshman y Rubino (2002), quien señala que estas habilidades socioemocionales se aprenden día a día y nos faculta la posibilidad de poder mejorarlas. Y lo reafirma García (2018) señalando que las actitudes están relacionadas con nuestras emociones y que influyen en el pensamiento y comportamiento cotidiano y permite activar y orientar el juicio y proceder. Así también estas estrategias basadas en situaciones cotidianas del adolescente, y presentación de evidencias tangibles y no tangibles como producto del análisis transformador en cada taller, permite creatividad para solucionar problemas, lo cual parte del ser consciente, controlar las emociones, independencia, toma de decisiones responsables que mejora las relaciones humanas, dará bienestar y redundará en su vida futura personal, familiar, social, y profesional tal como lo menciona Bisquerra en su modelo pentagonal (2008).

Así mismo podemos afirmar que el desarrollo de estas habilidades permite el logro de aprendizaje integral de los adolescentes, mencionado por Duckworth & Yeager (2015) quienes aseveran que las habilidades en mención predicen el rendimiento académico y el bienestar emocional, físico y psicológico.

También comprobamos con el desarrollo de los talleres, que los adolescentes tienen personalidades diferentes lo cual permite que actúen de

manera particular a situaciones diversas como lo dice Kyllonien (2012), quien manifiesta que los adolescentes actúan de acuerdo a sus características particulares, sin embargo estas habilidades pueden variar si se ven influenciados por programas educativos tal como lo sustenta Roberts, Walton & Viechtbauer (2006). Quienes afirman que la influencia de la educación, métodos de crianza y referentes culturales, pueden variar en esta etapa evolutiva del adolescente. Lo cual influye en el pensamiento y comportamiento, por ello es importante tener en cuenta sus costumbres y prejuicios, para poder analizarlos y generar a través de estrategias reflexivas cambios en su forma de pensar de tal modo que favorezcan su desarrollo evolutivo socioemocional, tal como lo sustenta (CASEL, 2021) quien menciona que se debe tener en cuenta que la identidad y pertenencia se aprende desde la comprensión de las emociones y de nuestra propia costumbres culturales, lingüísticos y sociales, para un análisis de prejuicios que permitan un crecimiento mental.

Por su parte. (MINEDU, 2019) expresa que en el desarrollo de habilidades socioemocionales se plasman estrategias que permiten la comunicación empática, la comunicación asertiva, la resolución de conflictos y la autorregulación para el logro de una convivencia armónica, que favorece un aprendizaje integral, el desarrollo de su pensamiento complejo y el enfoque del bien común, para transformar actitudes que le permitan crecer como ser humano consiente, social que busca el bienestar de todos en el medio donde se desenvuelve. Estas apreciaciones coincide con nuestra investigación ya que a través de los talleres del programa familias fuertes se observó en los estudiantes actitudes que favorecieron el reconocimiento de sus emociones y saber expresarlos, donde lograron poner en práctica el dialogo reflexivo, comunicación receptiva, expresiva, empática, asertiva, resolución de conflictos que favoreció sus relaciones consigo mismo y con los demás y el bienestar general.

Para tal efecto fue necesario planificar y diseñar sistemáticamente un plan de intervención el cual fue elaborado minuciosamente en función de los logros observados en cada taller aplicado, que nos permitió responder a las debilidades de los educandos, tal como lo menciona Perez Juste (2006), quien sustenta que todo plan debe ser organizado y evaluado sistemáticamente. Así también dicho

plan de intervención se realizó de forma intencionada, permanente y preventiva tal como lo menciona Bisquerra (2009)

Para dar respuesta a los objetivos específicos presentados en esta investigación, y evaluar el efecto del programa familias fuertes en la conciencia emocional se demostró que en esta dimensión, se obtuvo como valor de significancia en el pre-test $Sig= 0.315$ y en el post-test se apreció que el nivel de significancia asintótica bilateral = 0.00 inferior al Pvalor < 0.05 . esto quiere decir que el adolescente fue capaz de identificar las emociones que experimenta en cada situación mencionando que incluso pueden sentir varias emociones a la vez, además de reconocer las emociones que viven los demás, lo que se expresa en el rostro, postura y acción de sus compañeros de aula y lo mencionan en sus evidencias. Dichos resultados nos permite rechazar la hipótesis nula y admitir la hipótesis alterna, confirmando que el programa familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de la dimensión conciencia emocional. Estos logros guardan relación con la investigación de Rodríguez et al. (2018), que en la aplicación del programa SEA (programa orientado al desarrollo de las habilidades socioemocionales obtuvo como resultados que la significancia obtenida en el grupo experimental después de la aplicación del programa fue de $p= 0,01$ es decir existe un progreso significativo en esta dimensión Confirmando de esta manera que la aplicación del programa de estrategias reflexivas socioemocionales tienen un efecto significativo en el desarrollo de conciencia emocional, empatía y control de emociones que también genera adaptación y regulación de emociones en adolescentes de secundaria. En ese sentido Vega (2019) garantiza que se favorece la reducción del enojo en estudiantes cuando este es capaz de reconocer esta emoción concluyendo que la aplicación del plan de intervención para el desarrollo de habilidades sociales mostró su efectividad en la disminución del problema en mención y además se observó el progreso significativo del control de la ira. El tal razón el análisis comparativo de estos resultados con los obtenidos en nuestro programa nos permite afirmar que la aplicación de técnicas para la identificación de sus emociones permite en el adolescente reconocer que su cuerpo sufre cambios cuando experimentan una emoción y que lo puede liberar y expresar con tranquilidad sin dañar al otro, teniendo en cuenta que también puede percibir las emociones de los demás, tal como lo sustenta

Bisquerra (2020) quien relaciona la conciencia emocional como la oportunidad de poder identificar emociones y nombrarlos, lo que nos permitirá a su vez también reconocer las emociones en los seres que le rodean (empatía). De igual modo MINEDU (2020) afirma que la empatía, nos permite entender las emociones, los sentimientos y conductas, identificándolo y respetándolos, en la que es necesario entender otros puntos de vista, no significando sentir y opinar igual que el otro. Esta empatía nos permite establecer óptimas relaciones interpersonales, criterio importante de la inteligencia emocional, desarrollando compromiso, trato amable, afecto y sensibilidad. Lo que se evidencio en acciones de empatía que realizan con sus compañeros de aula y en el hogar los cuales describieron y dibujaron además de reconocer el esfuerzo de sus padres escribiendo palabras de agradecimiento por todo lo que les dan.

Al evaluar la efectividad del programa familias fuertes en relación a la regulación emocional se evidencio en el pre-test del grupo experimental un valor de significancia de $Sig= 0.679$ y en el pos-test la significancia fue de $p= 0,00$ inferior al valor $p < 0.05$. Ante los logros obtenidos se rechaza la hipótesis nula y se reconoce la hipótesis alterna, confirmando que la aplicación del programa familias fuertes mejora significativamente la regulación emocional en los adolescentes. Lo que significa que el estudiante logro regular y controlar emociones que vive en situaciones adversas, teniendo en cuenta que una emoción genera pensamientos y actuaciones de manera inmediata por ellos es importante evitar actuar por impulsividad para evitar sentimientos de culpa.

Tales efectos guardan similitud con la investigación realizada por Pérez de Albeniz, et al (2019) quien recalco que su programa de estrategias reflexivas desarrolla significativamente la regulación emocional, como nos muestra sus datos estadísticos inferenciales cuyos resultados de significancia fue de $p= 0,04$ inferior al valor $p < 0.05$ concluyendo que los talleres reflexivos optimizan significativamente el desarrollo progresivo del reconocimiento y regulación de sus emociones en estudiantes de primero de secundaria, mejorando sus habilidades socioemocionales. Del mismo modo también con la investigación de Rodríguez et al. (2018) Quienes en su trabajo de investigación afirmaron que la aplicación de estrategias reflexivas para el desarrollo de regulación emocional en adolescentes, se mostró un p valor igual a 0,01 que es menor al p valor de 0,05, resultados que

permiten reconocer y concluir que el programa aplicado sostiene influencia ascendente en el desarrollo de regulación emocional de los estudiantes que inician la secundaria. Así también Sánchez et al.(2018) manifiesta que la aplicación del Programa Educación Emocional demuestra un incremento significativo en el desarrollo de habilidades socioemocionales (autorregulación, comunicación y resolución de conflictos) que estimula el crecimiento propio y comunitario y ayuda al desarrollo integral del educando.

Reforzando dichas evidencias, Bisquerra (2009) la menciona como la capacidad para manejar emociones adecuadamente, que implica comprender el estado emocional en el que te encuentras, aceptarlas y regularlas (autocontrol), para prevenir emociones negativas y afrontar situaciones adversas,. En tanto que MINEDU (2020) precisa que es la facultad de distinguir y admitir emociones internas, regularlas expresándolas adecuadamente para que repercuta positivamente en los seres que lo rodean. En tal sentido bajo las evidencias y sustento teórico presentado podemos confirmar que la aplicación de técnicas como la de la tortuga, y el siento, pienso, que necesito y actúo para la regulación de las emociones permite en el adolescente que este pueda identificar la situación que genera la emoción, los pensamientos inmediatos que se liberan ante el suceso, pensar que necesitan para remediar esta situación y actuar de tal modo que se beneficie, lo cual se aplicó en los talleres con los adolescentes confirmando que la cognición emoción y conducta están íntimamente relacionados y se puede tomar control de las emociones regulándolas adecuadamente.

Al probar la efectividad del programa familias fuertes en relación a la autonomía emocional se comprobó en el pre-test el valor de significancia = 0.650, y en el post-test la significancia fue de $p=0,00$ menor el $Pvalor < 0.05$. Lo que significa que el estudiante debe reconocer sus fortalezas para que con estas puede superar sus debilidades, lo que generara que se pueda conocer y realizar cambios en su conducta, lo que redundará en la toma de decisiones responsable ante situaciones de adversas. Por tanto los resultados nos permiten admitir la hipótesis alterna rechazando la nula donde se reafirma que la aplicación del programa familias fuertes desarrolla significativa y progresivamente la autonomía emocional. Resultados que guardan afinidad con los de Sánchez et al.(2018)

quienes evidenciaron en el pre-test una significancia de $p=0,781$ y en el post-test la significancia de $p=0,00$ menor el Pvalor < 0.05 , concluyendo que la aplicación de su programa favorece la toma de decisiones favorables para resolver situaciones problemáticas dentro de la escuela y fuera de ella, demostrando un incremento significativo en el desarrollo de autonomía emocional para la toma de decisiones que beneficia a todos, acrecentando su seguridad y autoestima. Estos resultados guardan relación con los de Bartosh et al. (2019), quien comprobó que la participación de estudiantes con conductas belicosas en programas preventivos, disminuyen en un alto porcentaje la agresividad concluyendo tiene efectos significativos y permite el desarrollo de autonomía emocional porque son capaces de tomar decisiones positivas en relación a evitar conflictos. Al respecto Granada (2018), menciona que su investigación en línea sensibiliza a los estudiantes para el florecimiento de Competencias Socio-emocionales, cuyos resultados favorecieron el saber evitar agresiones físicas y verbales en un 50% concluyendo que la implementación y aplicación del programa permite que el estudiante aprenda a tomar conciencia de sus acciones tome buenas decisiones y mejora su autoestima.

En tal sentido Bisquerra (2009) señala que la autonomía emocional se entiende como la capacidad para tener una representación óptima de uno mismo, decide cambiar sus propias emociones, asume las consecuencias de sus propias acciones, toma decisiones sensatas que lo beneficie y reflexiona al respecto a las reglas establecidas por la sociedad, para no dejarse influenciar por la presión de grupo y medios de comunicación y evitar conflictos.

Ante las evidencias prácticas y sustento teórico podemos corroborar que las estrategias presentadas por el programa aplicado, se observó que los adolescentes reconocen sus fortalezas y debilidades las que fueron analizadas por ellos para poder superarlas, lo que genero un cambio actitud positivo, análisis el cumplimiento de normas y sus consecuencias para la toma de decisiones responsables lo que se evidencio en la aplicación de la dramatización de los pasos para decir no a la de presión de grupos, en la que los adolescentes concluyeron la importancia de elegir a los buenos amigos.

Al diagnosticar el efecto del programa familias fuertes en la dimensión de competencias sociales, se evidencio en los resultados estadísticos del pre-test

un valor de significancia $p= 0.625$, y en el post-test la significancia fue de $p=0,00$ menor el P valor < 0.05 . lo que nos permite inferir que los adolescentes reconocieron la importancia de practicar normas de convivencia que permitan mantener buenas relaciones con los demás, para lo cual fue necesario que se practique constantemente la conciencia regulación y autonomía emocional, lo cual faculta la posibilidad de resolver situaciones adversas, con una adecuada comunicación, asertividad y empatía. En relación a estos logros obtenidos, consideramos negar la hipótesis nula y validar la hipótesis alterna concluyendo que la aplicación del programa familias fuertes desarrolla significativa y progresivamente la competencia social. Estas evidencias guardan concordancia con Juño (2020) quien efectuó un plan de mediación en línea para mejorar el desarrollo de las competencias cuyos resultados fueron de $Z = -3,900$ y un $p = 0.000$ concluyendo que su intervención si favorece el desarrollo de habilidades sociales tales como la asertividad y comunicación en estudiantes secundaria, demostrado en las estadísticas aplicadas en dicha intervención. Así también con Vega (2019) cuyos resultados señalan $Z=-6.093$ y una significancia de $p = 0.000$ menor al $p= 0,005$ concluyendo que la aplicación del plan de intervención progreso significativo de la dimensión de la asertividad y la comunicación en los educandos de secundaria. De la misma manera Gómez (2018) en su plan de habilidades sociales asertivas y la comunicación concluyo que la aplicación de este programa se debe seguir aplicando con la finalidad de acrecentar las habilidades socioemocionales.

En tal sentido Bisquerra (2009) señala que la Competencia social, está relacionada con la asertividad y la resolución de conflictos teniendo en cuenta la perspectiva y los sentimientos de los demás, que permite establecer relaciones positivas, siendo indispensable ser agradecido, reconocer errores y disculparse, además de respetar las diferencias teniendo en cuenta los derechos de todos, en la que se exprese y se defienda los derechos propios, sin agredir a los otros, a través de una comunicación expresiva y receptiva y de disposición para ayudar a los demás. En tanto que Minedu (2020) considera que la asertividad es la manera de actuar y expresar nuestras ideas, creencias y emociones en forma clara y precisa en el momento adecuado sin agresiones. En cuanto a resolución de conflictos señala que deben ser gestionados de forma saludable, positiva y

creativa lo cual nos permitirá: aclarar situaciones para resolver los problemas, logrando habilidades de ayuda mutua que permitan enfrentar y superar los nuevos objetivos personales y colectivos. Las que se evidenciaron en el establecimiento de acuerdos que fueron redactados por los propios adolescentes, y se consideraron acciones de saludar con alegría, tener iniciativa, y hablar modulando la voz además de reconocimiento de errores, pedir disculpas y resarcirse con acciones que beneficien a los demás, dichos acuerdos fueron llevados a sus hogares y ubicados en un lugar visible para todos, de tal modo que la práctica se hacía más efectiva y comprometía también a la familia, lo cual aseguraba una convivencia armónica, el aprender a ser y a convivir, sin embargo no en todos los hogares se tomó a bien estas reglas y algunos padres de familia no querían aplicarlas para lo cual fue necesario que mediante una charla se le explique al padre la importancia de que participe de esta y otras actividades que favorecen el bienestar familiar.

Y en la resolución de conflictos el estudiante fue capaz de identificar un problema del aula y de su hogar donde propuso una solución después de escuchar propuestas para elegir la más adecuada, a través de la práctica de reuniones amicales o familiares las que se inician con elogios, que buscan establecer buenas relaciones sociales para dar solución adecuada y pertinente a situaciones que podrían generar incomodidad en su núcleo poniendo en práctica la comunicación empática y asertiva y ayuda a los otros.

Con respecto a la efectividad del programa familias fuertes en relación a la dimensión de la competencias para la vida y bienestar se observó en el pre-test el valor de significancia = 0.805 y en el post-test la significancia fue de $p=0,00$ menor el $P\text{valor} < 0.05$. esto significa que los estudiantes logran establecer sus objetivos a partir de sus prácticas que realizan con eficacia como leer, escribir, cantar, cocinar, practicar deporte y otros, considerando establecer metas y acciones organizativas que permitan el logro de estas. Y que el bienestar emocional se logra cuando reciben y ayudan a otros. Dichos logros nos permiten aprobar la hipótesis alterna y refutar la hipótesis nula, donde se valida que la aplicación del programa familias fuertes desarrolla significativa y progresivamente la competencias para la vida y bienestar. Estos progresos guardan semejanza con la investigación de Escalante (2018) quien propone un programa de

competencias sociales para favorecer la interrelaciones entre educandos y mejorar las relaciones interpersonales cuyos resultados del estudio concluyeron que existe desarrollo de las habilidades socioemocionales, gracias al apoyo familiar y agrega que se debe promover la aplicación de programa de habilidades sociales para la mejora de convivencia entre educandos. En tanto que Bernal (2020) demostró que el diseño de un Plan de Intervención acrecienta el desarrollo de habilidades sociales para la vida en un 76% Bisquerra (2009) manifiesta que la competencia para la vida y bienestar, nos permite asumir conductas convenientes, pensadas y saludables para enfrentar desafíos que la vida nos pone diariamente, siendo necesario poner en práctica todas las dimensiones antes mencionadas para planificar nuestra vida a partir de retos alcanzables, con prácticas de justicia, paz social y espiritual, en la que se debe contar con apoyo de padres y/o maestros para tal fin, que favorece el crecimiento personal, profesional, familiar y social que se logró con la práctica de dar bienestar a los demás sintiendo felicidad de poder ayudar a otros.

Dichos postulados fueron comprobados en los talleres de aplicación donde se observó que al establecer las metas y sueños pudieron identificar actividades de disfrute como el deporte, arte y otros que les permite fluir, que son la base para la elección de sus futuro profesional, que además practicaban constantemente lo que genera un bienestar subjetivo y tranquilidad emocional como lo sustenta (Kendal, 2015) y (Zhang, 2017). A lo que Bisquerra (2020) sustenta que el bienestar subjetivo está basado en realizar acciones en beneficios de los demás el cual se logra cuando los estudiantes realizan acciones con iniciativa desde sus hogares para sentir felicidad cuando sus padres reconozcan sus esfuerzos y en el concurso cultivando paz con mensajes subjetivos y transformadores, para fomentar el alto a las agresiones.

En suma después del análisis reflexivo y crítico, de los resultados obtenidos con respecto a la aplicación del programa familias fuertes podemos afirmar que tiene efectos significativos en el desarrollo de las habilidades socioemocionales en estudiantes de secundaria.

VI. CONCLUSIONES

Primera:

Existe efectos significativos del programa familias fuertes en el desarrollo de habilidades socioemocionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Lima, 2022; el cual se corrobora a través de la significancia asintótica bilateral = .000 es inferior a alfa = 0,05 y $Z=-6,095$ es inferior al punto crítico -1.96 (U de Mann-Whitney). Lo que permite denegar la hipótesis nula y ratificar la hipótesis alterna, determinándose que la aplicación del programa familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de habilidades socioemocionales.

Segunda:

Existe efectos significativos del programa familias fuertes en la conciencia emocional, donde el valor de significancia asintótica bilateral = .000 es inferior a alfa = 0,05= y $Z=-6,079$ inferior al punto crítico -1.96 (U de Mann-Whitney). Lo que nos permite determinar el rechazo a la hipótesis nula y ratificar la hipótesis alterna, concluyendo que la realización del programa familias fuertes promueve y desarrolla en el adolescente la identificación de sus propias emociones y reconocer en los demás las emociones que experimenta para poder ayudarlos.

Tercera:

Existe efectos significativos del programa familias fuertes en la regulación emocional cuyo valor de significancia asintótica bilateral = .000 es inferior a alfa = 0,05= y $Z= -5,311$ es inferior al punto crítico -1.96 (U de Mann-Whitney), resultado que nos permite rehusar la hipótesis nula y se afirma la hipótesis alterna, concluyendo que la aplicación del programa familias fuertes promueve y desarrolla en estudiantes que inician la secundaria la regulación emocional a través de estrategias reflexivas que permiten el control de sus emociones y le dan tranquilidad, como la técnica de la tortuga, y el pienso, luego actúo.

Cuarta:

Existe efectos significativos del programa familias fuertes en la autonomía emocional cuyo valor de significancia asintótica bilateral = .000 es inferior a alfa = 0,05= y $Z= -5,933$ es inferior al punto crítico -1.96 (U de Mann-Whitney), resultado que nos permite desaprobar la hipótesis nula y validar la hipótesis alterna, donde

se concluye que la aplicación del programa familias fuertes promueve y desarrolla en estudiantes que inician la secundaria la autonomía emocional cuando comprendieron la importancia de reconocer fortalezas para que con estas puedan superar sus debilidades y tomen decisiones responsables evitando la presión de grupos y elegir a los buenos amigos.

Quinta:

Existe efectos significativos del programa familias fuertes en el desarrollo de competencias socioemocionales cuyo valor de significancia asintótica bilateral = .000 es inferior a $\alpha = 0,05$ y $Z = -5,683$ es inferior al punto crítico -1.96 (U de Mann-Whitney), datos que nos permite reprobar la hipótesis nula y aseverar la hipótesis alterna, donde se concluye que la aplicación del programa familias fuertes promueve y desarrolla en los adolescentes las competencias que permiten mantener buenas relaciones con los demás. Las que se evidenciaron en el establecimiento de acuerdos redactados por ellos y llevados a sus hogares para una práctica más efectiva y comprometida a la familia, que aseguraba el aprender a ser y a convivir. También puso en práctica los pasos para la resolución de conflictos, a través de la práctica de reuniones amicales o familiares las que se inician con elogios, que buscan establecer buenas relaciones sociales y ayudar a los demás.

Sexta:

Existe efectos significativos del programa familias fuertes en el desarrollo de competencias para la vida y bienestar cuyo valor de significancia asintótica bilateral = .000 es inferior a $\alpha = 0,05$ y $Z = -6,051$ inferior al punto crítico -1.96 (U de Mann-Whitney), lo que nos permite renunciar la hipótesis nula y ratificar la hipótesis alterna, donde se concluye que la aplicación del programa familias fuertes promueve y desarrolla en los adolescentes estrategias que permiten establecer las metas claras basadas en la identificación de sus habilidades y destrezas (actividades de disfrute como el deporte, arte y otros) que les permite fluir, las cuales son base para la elección de su futuro profesional el cual debe tener apoyo familiar. Además realizaron acciones en beneficio de sus hogares para sentir felicidad de haber ayudado a otros lo que genera un bienestar subjetivo y tranquilidad emocional.

VII. RECOMENDACIONES

Primera:

A los padres de familias sensibilizar en cuanto a la importancia de establecer lazos de conexión emocional, basadas en normas sociales, comunicación receptiva, expresiva, empática y asertiva para la resolución de conflictos, que generen conciencia, regulación y autonomía emocional, para la toma de decisiones responsables, de tal modo que establezcan metas en beneficio personal y colectivo lo cual le dará bienestar, felicidad y podrán ser personas exitosas en todos los ámbitos, quienes a su vez formaran a sus familias con las mismas cualidades.

Segunda:

Sensibilizar a los docentes de todos los niveles la importancia de practicar habilidades socioemocionales en su vida diaria a través de talleres vivenciales de tal modo que puedan aplicarlas también en las aulas con los educandos. Ya que no se puede enseñar aquello que no se ha experimentado. Lo cual favorecerá el aprendizaje integral.

Tercera:

A las docentes del nivel secundario considerar dentro de su planificación para cada sesión el desarrollo de habilidades socioemocionales ya que no están seccionadas de las competencias del área, tal como se encuentra en el enfoque de cada línea de acción.

Cuarta:

A los directivos organizar y planificar, proyectos interdisciplinario que permita el desarrollo de las habilidades socioemocionales que movilice a todos los niveles de la institución educativa a través de una campaña con un título motivador resaltando en eventos las acciones buenas en beneficios de otros, señalando la importancia de vivir en un ambiente de paz.

Quinta:

Se recomienda al equipo de tutoría de las instituciones educativas ejecutar el Programa familias fuertes para el florecimiento de las habilidades socioemocionales en los adolescentes del nivel secundaria, teniendo en cuenta que es importante dejar acciones de extensión que ponen en práctica lo

aprendido en el taller en todos los espacios donde se desenvuelven lo que favorece desarrollo integral, bienestar, personal y social.

Sexta:

Se propone a Minedu, la participación de profesionales en psicología en las escuelas de manera permanente, visto que en muchos de los casos los estudiantes necesitan apoyo profesional y tratamiento especial y no cuentan con el apoyo de las familias ya que se observa que existe indiferencia de algunas de ellas. Además la participación del psicólogo será indispensable y de apoyo directo y coordinado con el tutor, quien a su vez podrá tener mejor orientación en la reeducación de los estudiantes.

REFERENCIAS

- Abarzúa, A. (2019). Confiabilidad, validez e imparcialidad en evaluación educativa. *Cuadernillo Técnico de Evaluación Educativa 2. Instituto nacional para la evaluación de la educación* [INEE]. <https://historico.mejoredu.gob.mx/publicaciones/confiabilidad-validez-e-imparcialidad-en-evaluacion-educativa/>
- Álvarez, M. (2001). Diseño y evaluación de programas de educación emocional. *Revista de Educación contextos Educativos* 5(2002)273-288. <https://publicaciones.unirioja.es/ojs/index.php/contextos/article/view/517/481>
- Andrade, P., Betancurt, D., Vallejo, A., Segura, C., Rojas, R., (2012). Prácticas parentales y sintomatología en adolescentes. *Redalyc.org. Méx*, 35(1), 29-36. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58223290005>
- Arias, J., Villasís A y Miranda, M., (2016). Protocolo de la población de estudio. *Rev. Alerg Méx*, 63(2), 201-206. <https://www.redalyc.org/pdf/4867/486755023011.pdf>
- Aparicio, R. y Tornos, A., (2020). Recuperación de muestras de estudio longitudinal con adolescentes a través de las redes sociales: *Rev Soc. Infanc* 4, 2020:(23-34), <http://dx.doi.org/10.5209/soci.68090> <https://revistas.ucm.es/index.php/SOCI/article/view/68090/4564456554029>
- Bartosh, O., Kosubovskiy, R., Shandor, F., Tovkanets, O. (2020). Preventing the problem behaviour: the case with Ukrainian vocational high school students. *Routledge Taylor y Francis Group International Journal of Adolescence and Youth*, 25:1, 464-478, DOI: 10.1080/02673843.2019.1674164
- Beckert, T. (2018). Autonomy and Its Assessment. *Encyclopedia of Adolescence*. In: Levesque, R.J.R. 3(1) 355-362 Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-33228-4_12
- Bernal, K. (2020) *Programa de Intervención para desarrollar Habilidades Sociales en Adolescentes del Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa "San Francisco"* [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo del Perú]. Repositorio Institucional de la UCV.

- https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/49388/Bernal_GKA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Editorial Síntesis S.A. [Archivo PDF]. http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Psicopedagogia%20de%20las%20emociones%20-%20Rafael%20Bisquerra%20Alzina-1_0.pdf
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Redalyc.org* 10(17), 61-82. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70601005> RiEEBRed internacional. <https://www.rafaelbisquerra.com/competencias-emocionales/un-modelo-de-competencias-emocionales/>
- Bisquerra, R. (2020, 11 de noviembre) *Habilidades socioemocionales en los docentes* [archivo de video] https://www.youtube.com/watch?v=3a_rBkmrB-c
- Bolívar, A. (2006) Familia y escuela: dos mundos llamados a trabajar en Común. *Revista de Educación*, 339 (7), 119-146. DOI: 10.4438/1988-592X-0034-8082-RE
- Colaborativo para el aprendizaje académico, social y emocional (CASEL, 2020). Marco SEL de CASEL: ¿Cuáles son las competencias principales y dónde se promueven? [Archivo PDF]. <https://casel.org/wp-content/uploads/2020/10/SEL-Framework-Spanish.pdf>
- CASEL (2022) Acerca de Colaboración para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional (CASEL). <https://casel.org/about-us/>
- CASEL (2020, 9 de octubre) *A Reintroduction to SEL: CASEL's Definition and Framework* [archivo de video] https://www.youtube.com/watch?v=0N_Y34tjQm8
- CASEL (2021, 22 de noviembre) *Building Connections: Social Emotional Learning+Sustainability* [archivo de video] <https://www.youtube.com/watch?v=DURnvgK7soY>
- Colegio de Psicólogos del Perú (2017, 21 de diciembre). Código de ética y deontología. adaptado al estatuto Nacional y a la ley N°30702. Aprobado por RD. N° 190-2018-CDN-C.PsP 2018, 16 de julio. <https://www.cpsp.pe/institucional/documentos-normativos/marco-legal>

- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. 5th Ed. <https://www.docdroid.net/XAQ0IXz/creswell-research-design-qualitative-quantitative-and-mixed-methods-approaches-2018-5th-ed-pdf#page=4>
- Chernyshenko, O., M. Kankaraš and F. Drasgow (2018), "Social and emotional skills for student success and well-being: Conceptual framework for the OECD study on social and emotional skills", OECD Education Working Papers 173, OECD Publishing, Paris, <https://dx.doi.org/10.1787/db1d8e59-en>.
- Delgado, J., Rubio, E., Valera, O., Contreras, R., Palomino, G., Sanchez, K., Rodriguez, Y., Lowy, D. (2021). Efecto de la enseñanza de estilos de liderazgo en la prevención de embarazo adolescente: un estudio de caso realizado en Universidad César Vallejo, Perú. *F1000 Research* 2021, 1(1), 1-8. DOI 10.12688/F1000RESEARCH.28440.1
- De León, B (2011) La relación familia-escuela y su repercusión en la autonomía. Congreso internacional Teoría de la educación universidad de Barcelona 3-16 https://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/4440/larelacionfamiliaescuelaysurepercusionenlaautonomiay.pdf
- Duckworth, A y Yeager, D. (2015). Measurement matters: Assessing personal qualities other than cognitive ability for educational purposes. *Educational Researcher*, 44(4), 237-251. doi:10.3102/0013189X15584327
- Espinoza, E. (2019). Las variables y su operacionalización en la Investigación educativa. Segunda parte. *Revista Conrado*, 15(69), 171-180. <http://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado>
- Escalante, J. (2018) *Modelo de programa de habilidades sociales para mejorar la convivencia escolar en estudiantes del cuarto grado de educación secundaria del Colegio Nacional "Santa Lucía" de la ciudad de Ferreñafe*. [Tesis doctoral Universidad Cesar Vallejo del Perú]. Repositorio Institucional de UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/33253/escalante_lj.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- ERCE (2019). Resultados del módulo de habilidades socioemocionales del Estudio Regional Comparativo y Explicativo. [UNESCO, (2022)]. <https://es.unesco.org/news/resultados-del-modulo-habilidades-socioemocionales-del-estudio-regional-comparativo-y>
- Fonseca, O.(2019) *Programa de habilidades sociales para prevenir la violencia escolar en los estudiantes de segundo grado de educación secundaria en la Institución Educativa N 1649 “Eloy Soberon Flores” San Igancio* [Tesis maestría, Universidad Cesar Vallejo del Perú]. Repositorio institucional de la UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/48467/Fonseca_POR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Freshman, B. y Rubino, L. (2002). Emotional Intelligence. *Health CareManager*, 20,(4) 1-9. [https://doi.org/10.1097/00126450-200206000-00002https://www.scirp.org/\(S\(351jmbntv-nsjt1aadkposzje\)\)/reference/referencespapers.aspx?referenceid=2588073](https://doi.org/10.1097/00126450-200206000-00002https://www.scirp.org/(S(351jmbntv-nsjt1aadkposzje))/reference/referencespapers.aspx?referenceid=2588073)
- García Cabrero, B. (2018). Las habilidades socioemocionales, nocognitivas o “blandas”: aproximaciones a su evaluación. *Revista Digital Universitaria (RDU)*. Vol. 19, núm. 6 noviembre-diciembre. DOI: <http://doi.org/10.22201/codeic.16076079e.2018.v19n6.a5>.
- Glenn, R. (2018). *"The Impact of a Social Skills Curriculum on SchoolConnectedness for Students with Disabilities"* [Tesis de maestría, Universidad Estatal de California]. <https://core.ac.uk/download/pdf/229534018.pdf>
- Gomez,N (2018) *Programa de habilidades sociales asertivas como estrategia en la resolución de conflictos en estudiantes del primer grado de educación secundaria de la Institución Educativa N° 10925 “César Vallejo”, Chiclayo 2018* [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo del Perú]. Repositorio Institucional de la UCV. https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/8125/BC_4527%20GOMEZ%20SILVA.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Granada, O. (2018), *Propuesta de gestión desde el ambiente de aprendizaje civinautas que propicie el desarrollo de las competencias socioemocionales básicas en los estudiantes de 6° a 9° del colegio Clemencia de Caycedo* [tesis de maestría, universidad libre de Colombia] Repositorio institucional Unilibre <https://repository.unilibre.edu.co/handle/10901/11666>

Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica (GROP, 2016) Investigación en Orientación Psicopedagógica. Línea de investigación educación emocional. <http://www.ub.edu/grop/es/presentacion-grop/>

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, M.(2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed). McGraw-Hill. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>

Hernández, R. Fernández, C y Mendoza, P. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Mc Graw Hill Education. (Hernández y Mendoza 2018) http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf

Jimenez, A. (2018) *Las competencias sociemocionales y su relación con la capacidad para resolver problemas interpersonales en los estudiantes de la institución educativa “Jorge Basadre Grohmann”*, [Tesis doctoral, Universidad Cesar Vallejo del Perú]. Repositorio Institucional de la UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/28881/Jim%C3%A9nez_BA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Juño, K. (2020) *Programa de intervención online en el desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes del 4to grado de educación secundaria, UGEL 5, Lima*, [Tesis doctoral, Universidad Cesar Vallejo del Perú]. Repositorio Institucional de la UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/64023/Ju%C3%B1o_PKM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kumpfer K. Fenollar, J y Jubanii, C. (2013). An effective family skills-based intervention for the prevention of health problems in children of

- alcohol and drug-abusing parents. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*. 21, 85-108 http://dx.doi.org/10.7179/PSRI_2013.21.4
- Kyllonen, P. (2012, mayo). Measurement of 21st century skills within the common core state standards. En *Invitational Research Symposium on Technology Enhanced Assessments* (7-8). <https://www.ets.org/Media/Research/pdf/session5-kyllonen-paper-tea2012.pdf>
- Kankaraš, M. and J. Suarez-Alvarez (2019), "Assessment framework of the OECD Study on Social and Emotional Skills", OECD Education Working Papers, 207, OECD Publishing, Paris, <https://dx.doi.org/10.1787/5007adef-en>.
- Kuykendall, L., Tay, L., & Ng, V. (2015). Leisure engagement and subjective well-being: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 141(2), 364–403. <https://doi.org/10.1037/a0038508>
- Lau, D.(2018) *Programa de mejoramiento de habilidades sociales en estudiantes de primer año de educación secundaria de la I.E. 7213- UGEL 01*[Tesis maestría, Universidad Cesar Vallejo del Perú]. Repositorio institucional de la UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/12805/Lau_DY.PDF?sequence=1&isAllowed=y
- López-Cassá, E.; Pérez-Escoda, N. y Alegre, A. (2018). Competencia emocional, satisfacción en contextos específicos y satisfacción con la vida en la adolescencia. *Revista de Investigación Educativa*, 36(1), 57-73. DOI: <http://dx.doi.org/10.6018/rie.36.1.273131>
- Medina, M. y Verdejo, A. (2020). Validez y confiabilidad en la evaluación del aprendizaje mediante las metodologías activas. *Alteridad. Revista de Educación*, 15(2), 270-284. DOI: <https://doi.org/10.17163/alt.v15n2.2020.10> <https://www.redalyc.org/journal/4677/467763400011/html/>
- Ministerio de educación del Perú (2021, 19 de mayo). *Desarrollo de Habilidades socioemocionales para fortalecer factores protectores ante riesgos en la adolescencia*. [Publicación]. Facebook <https://www.facebook.com/mineduperu/videos/908038329764621>
- Ministerio de educación del Perú (2021). *Plataforma SiseVe reposta casos de ciberacoso escolar durante la pandemia*.

<https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/490479-plataforma-siseve-reporta-casos-de-ciberacoso-escolar-durante-la-pandemia>

Ministerio de Educación del Perú. (2020). *Programa de Formación: Fortaleciendo mis competencias socio-emocionales como docente* (Documento de trabajo). Dirección General de Desarrollo Docente; Dirección de Bienestar y Reconocimiento Docente. Lima: Minedu.

Ministerio de Educación del Perú. (2020). *Programa de Formación: De la inteligencia emocional a las competencias socio-emocionales* (Documento de trabajo). Dirección General de Desarrollo Docente; Dirección de Bienestar y Reconocimiento Docente. Lima: Minedu.

Ministerio de Educación del Perú. (2017). *Programa de Formación docente: Currículo Nacional de educación básica* (Documento de trabajo). Dirección General de Desarrollo Docente; Dirección de Bienestar y Reconocimiento Docente. Lima: Minedu
<http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculo-nacional-de-la-educacion-basica.pdf>

Murillo, J (2011). Hacer de la educación un ámbito basado en evidencias Científicas. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*,9(3),1-10.

<http://www.rinace.net/reice/numeros/arts/vol9num3/editorial.pdf>

Naranjo, C. (2020, 20 de julio). “*Necesitamos una educación sanadora para una sociedad que no se sabe enferma*” [archivo de video]
<https://www.youtube.com/watch?v=AYL7yZrXmIU>

Ñaupas, H., Mejía E., Novoa, R., Villagomez, A., (2014) Metodología de la investigación, cuantitativa – cualitativa. Redacción de tesis (4a ed.). Ediciones de la U: Colombia.
<https://fdiazca.files.wordpress.com/2020/06/046.-mastertesis-metodologicc81a-de-la-investigaciocc81n-cuantitativa-cualitativa-y-redacciocc81n-de-la-tesis-4ed-humberto-ncc83aupas-paitacc81n-2014.pdf>.

OECD (2021), *Beyond Academic Learning: First Results from the Survey of Social and Emotional Skills*, OECD Publishing, Paris,
<https://doi.org/10.1787/92a11084-en>.

- Organismo autónomo de programas educativos europeos. (2019). *Guía Metodológica para el desarrollo de habilidades sociales* [Archivo PDF]. https://psicopedia.org/wp-content/uploads/2013/06/guia_completa-habilidades-sociales-para-adolescentes.pdf
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2018). *Nuevos datos revelan que en el mundo uno de cada tres adolescentes sufre acoso escolar*. <https://es.unesco.org/news/nuevos-datos-revelan-que-mundo-cada-tres-adolescentes-sufre-acoso-escolar>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura. (2021). *Evaluación de Habilidades socioemocionales en niños, jóvenes y adolescentes en América Latina* <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000377512/PDF/377512spa.pdf>.
multi
- Organización de las Naciones Unidas para la *Educación la Ciencia y la Cultura*. (2021). *Estudio sobre habilidades socioemocionales del ERCE*. Empatía apertura a la diversidad y autorregulación de los estudiantes peruanos de 6to grado <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000380416>
- Organización Mundial de la salud (2020). *Violencia juvenil datos y cifras*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-children>
- Organización Mundial de la salud (2020). *Violencia contra los niños datos y cifras*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/youth-violence>
- Organización Panamericana de la salud (2020). *Informe sobre la situación regional 2020: Prevenir y responder a la violencia contra las niñas y los niños en las Américas* <https://www.paho.org/es/temas/violencia-contra-ninas-ninos>
- Organización Panamericana de la salud (2020). *Estudio advierte sobre elevados niveles de depresión y pensamientos suicidas en personal de salud de América Latina durante la pandemia* <https://www.paho.org/es/noticias/13-1-2022-estudio-advier-te-sobre-elevados-niveles-depresion-pensamientos-suicidas-personal>

- Otzen, T. & Manterola C. (2017) Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int. J. Morphol.*, 35(1):227-232
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>
- Plaza, J., Uriguen, P., Bejarano, F., (2017) Validez y Confiabilidad en la Investigación Cualitativa. *ARJÉ. Revista de Postgrado FaCE-UC.* 11 (21), 352-357
https://redib.org/Record/oai_articulo1368853-validez-y-confiabilidad-en-la-investigaci%C3%B3n-cualitativa
- Perez de Albeniz,A., Fonseca,E., Carbadillo,R.,Siguenza, M., Lucas, B. (2019). Implementation and evaluation of the efficiency of an Emotional Education Program in Teenagers diagnosed with ADHD. *Summa Psocologica UST*, 16 (2), 98-109, DOI:10.18774/0719-448.x2019.16.413
- Pérez-Escoda, N., López-Cassá, E. y Alegre, A. (2014). Viabilidad y fiabilidad del cuestionario de desarrollo emocional en adultos (CDE-A). *Revista Dialnet, Educatio siglo XXI*, 29(3), 37-60.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=6177>
- Pérez Juste, R. (2006). Evaluación de programas educativos. *Revista de Investigación Educativa.* 18 (2), 6-10. <https://doi.org/10.6018/rie>
- Pérez-González, J.C. (2008). Propuesta para la evaluación de programas de educación socioemocional. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 15, 6(2), 523-546. http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/15/espanol/Art_15_246.pdf
- Pillco, J, et al (2018) Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida Sin Drogas-DEVIDA: Programa Familias Fuertes: Amor y límites. Guía para el Facilitador.P14. OPS-GIZ, Lima
- Resultados del módulo de habilidades socioemocionales del Estudio Regional Comparativo y Explicativo (ERCE 2019). UNESCO.
<https://es.unesco.org/news/resultados-del-modulo-habilidades-socioemocionales-del-estudio-regional-comparativo-y>
- Rentería Julio (2018) *Habilidades sociales para mejorar la convivencia escolar en Adolescentes y estudiantes de la institución educativa “Santa Lucía” de Ferreñafe* [TESIS Doctoral en educación Universidad Cesar Vallejo-PERU]

- https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/30090/Renteria_CJ.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Rivera, J. (2020). Instituto Nacional de salud Pública de México: 60 Aniversario. *Violencia entre jóvenes Mexicanos y oportunidad de prevención Revista electrónica*, 55 (2), 23-51
<https://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/5123/10097>
- Rodríguez, L., Orejudo, S., Celma, L., Cardoso, M.,(2018) Mejora de las competencias socioemocionales en el aula, con jóvenes de Educación Secundaria, mediante el programa SEA *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 16(3), 681 - 701. DOI: 10.25115/ejrep.v16i46.2241
<https://zaguan.unizar.es/record/76905>
- Romero, M., (2016) Pruebas de bondad de ajuste a una distribución normal. *Revista Enfermería del Trabajo* 6(3) (105-114)
file:///C:/Users/MARIA%20ELENA/Downloads/Dialnet-PruebasDeBondadDeAjusteAUnaDistribucionNormal-5633043%20(1).pdf
- Ross DA, Hinton R, Melles-Brewer M, Engel D, Zeck W, Fagan L, Herat J, Phaladi G, Imbago-Jácome D, Anyona P, Sanchez A, Damji N, Terki F, Baltag V, Patton G, Silverman A, Fogstad H, Banerjee A, Mohan A. (2020). Adolescent Well-Being. *The journal of adolescent Health*. 67(4), 472-476. doi: 10.1016/j.jadohealth.2020.06.042.
- Roberts, B. W., Walton, K. E., & Viechtbauer, W. (2006). Patterns of mean-level change in personality traits across the life course: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 132(1), 1-25
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.1.1>
- Sánchez, L. García, E. & Rodríguez, G. (2017). Evaluación del diseño del programa AedEM de Educación Emocional para Educación Secundaria. *RELIEVE*, 22(2), art. 5. doi:<http://dx.doi.org/10.7203/relieve.22.2.9422>
- Sánchez, L., Rodríguez, G., & García J., (2018). Desarrollo de competencias emocionales a través del Programa AEdEm para Educación Secundaria. *Revista Complutense de Educación*, 29(4), 975-994. <https://doi.org/10.5209/RCED.54402>
<https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/54402/4564456548243>
- Sebastiani , P (2019) fortalecimiento del trinomio padres estudiantes, *Revista*

- Steinberg, L. (2011). *Demystifying the adolescent brain in the transition years*. Educational Leadership. USA: ASCD <https://ppshi.org/wp-content/uploads/2018/03/Steinberg-2011.pdf>
- Strengthening families Program (2020). *Resultados y respaldos*. Kumpfer https://strengtheningfamiliesprogram.org.translate.goog/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=es-419&_x_tr_pto=sc
- Tamayo, C. y Silva, I. (2016). *Técnicas e instrumentos de recolección de información*. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. StuDuc. <https://www.studocu.com/pe/document/universidad-nacional-jose-faustino-sanchez-carrion/etica-y-deontologia/tecnicas-e-instrumentos-de-recoleccion-de-informacion/17171743>
- Uribe, C. (2021, diciembre). *Resultados del módulo de habilidades socioemocionales del Estudio ERCE 2019* [archivo de video] <https://www.youtube.com/watch?v=hD8RIwR84EQ>
- Vargas, Z. (2009). La investigación aplicada: una forma de conocer las realidades con evidencia científica Educación, *Revista Educación Redalyc* 33(1), 155-165. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44015082010.pdf>
- Vega, W. (2019) *Programa para desarrollar habilidades sociales y su efecto en la disminución de la ira en estudiantes de secundaria*, [Tesis doctoral, Universidad Cesar Vallejo del Perú]. Repositorio Institucional de la UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/40226/VEGA_C%20W.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Zhang, W., Feng, Q., Lacanienta, J., & Zhen, Z. (2017). Leisure participation and subjective well-being: Exploring gender differences among elderly in Shanghai, China. *American Psychological Associatio.*, 69, 45–54. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2016.11.010>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Título: Programa familias fuertes para desarrollar habilidades socioemocionales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE E INDICADORES			
			Programa Familias fuertes			
			Programa	Sesiones	Indicadores	Recursos
<p>Problema general ¿Cuál es el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de habilidades socioemocionales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022?</p> <p>Problema específico 1: ¿Cuál es el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la conciencia emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022?</p> <p>Problema específico 2: ¿Cuál es el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la regulación emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022?</p> <p>Problema específico 3: ¿Cuál es el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la autonomía emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022?</p>	<p>Objetivo general Evaluar el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de habilidades socioemocionales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima 2022</p> <p>Objetivo Específico 1: Evaluar el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la conciencia emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022.</p> <p>Objetivo Específico 2: Evaluar el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la regulación emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022.</p> <p>Objetivo Específico 3: Evaluar el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la autonomía emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022</p>	<p>Hipótesis General La aplicación del programa familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de las habilidades socioemocionales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima 2022</p> <p>Hipótesis específica 1: La aplicación del programa familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de la conciencia emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022.</p> <p>Hipótesis específica 2: La aplicación del programa familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de la regulación emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022</p> <p>Hipótesis específica 3: La aplicación del programa familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de la autonomía emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022.</p>	Programa Familias fuertes	Soy consciente de mis emociones	Toma conciencia de las propias emociones	<p>Videos Proyector Plataforma meet Paleógrafos Whatsapp Plumones Tijera Goma Hojas de colores Hojas bond</p>
				Aprendo a expresar lo que siento	Da nombre a las emociones	
				Reconociendo las emociones en los demás	Comprende las emociones de los demás	
				Pienso luego actúo	Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento	
				Me expreso sin gritos	Expresión emocional	
				Rompiendo la cadena de la violencia con técnica la tortuga	Capacidad para la regulación emocional Uso de estrategias de afrontamiento	
				Practico acciones que me generan alegría y bienestar.	Capacidad para autogenerar emociones positivas Perseverancia Habilidades de afrontamiento de retos y conflictos	
				Me acepto me valoro y genero cambios	Autoestima Automotivación Responsabilidad Autoeficacia emocional	
				Hacer frente a la presión de los compañeros, Ayuda a otros	Capacidad para buscar ayuda y recursos-Resilencia	
				El valor de los buenos amigos	Actitud positiva ante la vida	
				Obedeciendo las reglas	Capacidad para analizar críticamente las normas sociales	
				Somos mejores que ayer	Dominio de habilidades sociales	
				Valorando el esfuerzo de mis padres Apreciando a los miembros de la familia.	Capacidad para lograr respeto	
				Aprendo a ser asertivo con los demás	Asertividad	
				Soy receptivo y expreso mis emociones	Capacidad de comunicación receptiva Capacidad de comunicación expresiva Compartir emociones	
Ayudar a otros con el escudo	Comportamiento pro-socialy cooperación					

<p>Problema específico 4: ¿Cuál es el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la competencia social en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima 2022?</p> <p>Problema específico 5: ¿Cuál es el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la competencia para la vida en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022?</p>	<p>Objetivo Específico 4: Evaluar el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la competencia social en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022.</p> <p>Objetivo Específico 5: Evaluar el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la competencia para la vida en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022</p>	<p>Hipótesis específica 4: La aplicación del programa familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de la competencia social en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022.</p> <p>Hipótesis específica 5: La aplicación del programa familias fuertes tiene efectos significativos en el desarrollo de la competencia para la vida en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022.</p>	protector			
			Cumpliendo mis metas y sueños	Fijar objetivos adaptativos		
			Aprendiendo a escuchar para resolver conflictos	Aprendizaje a partir de experiencias		
			Hacer frente al estrés	Capacidad para solucionar conflictos		
			Empleo de las reuniones familiares para el bienestar personal	Capacidad de negociación		
Habilidades socioemocionales						
Conciencia emocional	Toma conciencia de las propias emociones Da nombre a las emociones Comprende las emociones de los demás	1,2,3,4,5	Nunca (1 punto)		Inicio (40 – 93)	
Regulación emocional	Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento Expresión emocional Capacidad para la regulación emocional Uso de estrategias de afrontamiento Capacidad para autogenerar emociones positivas Perseverancia Habilidades de afrontamiento de retos y conflictos	6,7,8,9,10,11,12,13	Casi nunca (2 puntos)	Algunas veces (3 puntos)	Proceso (94 – 146)	
Autonomía emocional	Autoestima Automotivación Responsabilidad Capacidad para buscar ayuda y recursos Actitud positiva ante la vida Capacidad para analizar críticamente las normas sociales Autoeficacia emocional	14,15,16,17,18,19,20,21	Casi siempre (4 puntos)		logrado (147 – 200)	
Competencias sociales	dominio de habilidades sociales Capacidad para lograr respeto Capacidad de comunicación receptiva Capacidad de comunicación expresiva Comportamiento pro-social y cooperación	22,23,24,25,26,27,28,29,30,31	Siempre (5 puntos)			

				Asertividad Compartir emociones			
			Competencias para la vida y bienestar	Fijar objetivos adaptativos Capacidad para solucionar conflictos Aprendizaje a partir de experiencias Bienestar subjetivo Capacidad de Negociación	32,33,34,35,36,37,38 39,40		
NIVEL- DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	ESTADÍSTICA A UTILIZAR				
NIVEL : Aplicada DISEÑO : Experimental. Modalidad cuasi experimental De Corte longitudinal MÉTODO : Hipotético deductivo, con enfoque cuantitativo	Población: Está constituida por 120 estudiantes de primero de secundaria de una I.E. publica de Lima Muestreo : No probabilístico intencional Muestra :conformada por 60 estudiantes Considerando los criterios de inclusión, de los cuales 30 estudiantes corresponden al grupo control y 30 al grupo experimental	Variable: Habilidades socioemocionales Técnicas : encuesta Instrumentos :cuestionario de desarrollo emocional (CDE-SEC) Autor :GROP (2008) Perez-Escoda y Bisquerra Adaptado : Jimenez Bellasmil (2018) Ámbito de Aplicación : Institución Educativa publica de Lima Forma de Administración: Individual presencial.	DESCRIPTIVA El análisis descriptivo a través de tablas y figuras INFERENCIAL El análisis inferencial se realizó a través del el estadístico no paramétrico de la U de Mann-Whitney				

Anexo 2: Tabla de Operacionalización de la variable.

Título: Programa familias fuertes para desarrollar habilidades socioemocionales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Habilidades Socioemocionales	Es el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para entender, expresar y moderar de manera oportuna las manifestaciones emocionales el cual presenta dimensiones en su modelo pentagonal, los cuales son conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social, competencias para la vida y bienestar (Bisquerra, 2008).	Las habilidades socioemocionales se miden a través del instrumento cuestionario de educación emocional para secundaria (CDE-S) y adaptado por Anselmo Jimenez Bellasmil (2018) sustentado bajo el modelo pentagonal de Bisquerra	Conciencia emocional	1,2,3,4,5	Nunca (1 p) Casi nunca (2 p) Algunas veces (3p) Casi siempre (4 p) Siempre (5 p)
			Regulación emocional	6,7,8,9,10,11,12,13	
			Autonomía emocional	14,15.,16,17,18,19,20,21	
			Competencia social	22,23,24,25,26,27,28,29, 30,31	
			Competencias para la vida y bienestar	32,33,34,35,36,37.38,39,40	

Anexo 3: Instrumentos de evaluación

CUESTIONARIO DE COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES

Nombre y apellidos		Sexo	
Institución Educativa		Edad	
Grado		Fecha	

A continuación se presenta algunas oraciones; que deberás leer atentamente para luego marcar con una "X" la opción que tu consideres se acerca a lo que realizas diariamente. Es importante que respondas con honestidad todas las preguntas. No hay respuestas buenas ni malas. Si en algún momento no estás seguro de una respuesta, elige la alternativa que más se acerca a lo que realices, piensas o sientes habitualmente. Gracias por tu disponibilidad.

Ítems	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Conciencia emocional					
1. Soy consciente cuando me siento triste, enfadado, alegre, feliz...					
2. Con frecuencia manifiesto angustia o aflicción sin conocer el motivo					
3. Tengo capacidad para determinar la emoción que experimento					
4. Puedo percibir cuando los demás están contentos					
5. Observo fácilmente si los otros expresan jovialidad, entusiasmo, desagrado o intolerancia					
Regulación emocional					
6. Algunas veces me siento acorrajado, abatido y radiante en muy poco tiempo de diferencia					
7. Cuando mi conducta se extralimita, siempre expreso o realizo actividades de las cuales después me arrepiento					
8. En forma constante tengo una conducta temperamental y actúo drásticamente					
9. Mi estado de ánimo depende de cómo me traten los demás					
10. Cuando tengo una dificultad, persisto hasta encontrar una solución					
11. Si no puedo resolver un problema, de inmediato busco otras alternativas para lograrlo					
12. Cuando estoy nervioso, sé cómo tranquilizarme					
13. Si tengo un problema, me esfuerzo en reflexionar que tendrá una solución más viable					
Autonomía emocional					
14. Me siento bien tal y como soy físicamente					
15. Las actividades que realizo me generan mucha satisfacción					
16. Acepto las opiniones de otros y cumplo con mis promesas					
17. No me es difícil solicitar ayuda cuando no puedo resolver un problema					
18. En general, me siento satisfecho con mi vida					
19. Me preocupa mucho que los demás descubran mi incapacidad para desarrollar ciertas actividades					
20. Cuando intento decidir cuál es la mejor solución a un problema, generalmente pienso en el efecto que cada alternativa puede tener en el bienestar de otras personas					
21. Nada de lo que puedo reflexionar o realizar permite cambiar las circunstancias que me suceden					

Competencias sociales					
22. Me siento muy mal cuando los demás cuestionan lo que realizo o expreso					
23. Me es complejo defender opiniones diferentes a las de otras personas					
24. Con frecuencia tengo conflictos con quienes establezco algún tipo de comunicación					
25. Cuando alguien me habla, siempre pienso en otras cosas y no escucho con suficiente atención					
26. Me es difícil expresar mis opiniones con personas que no conozco					
27. Tengo dificultades para manifestarme en público					
28. Cuando necesito explicar alguna situación, me incomoda esperar mi turno					
29. Me agrada apoyar a las personas que lo necesitan					
30. Tengo facilidad para hacerme de amistades					
31. Es sumamente complicado expresar lo que siento con mis amigos					
Competencias para la vida y el bienestar					
32. Logro alcanzar lo que me propongo, a partir de lo cual me fijo objetivos mayores					
33. Me bloqueo cuando tengo que resolver conflictos					
34. Luego de tomar una decisión, pienso en las consecuencias					
35. Antes de resolver un problema, con frecuencia practico o pongo a prueba la solución para incrementar las posibilidades de éxito					
36. Los errores que cometo me impulsan a mejorar					
37. Generalmente me siento satisfecho con los resultados de las soluciones que doy a mis problemas					
38. En realidad, me siento bien por las cosas que realizo					
39. Cuando tengo un conflicto con alguien, primero escucho antes de actuar					
40. En las situaciones problemáticas, atiendo a las partes y trato de mediar para lograr una solución satisfactoria					

Anexo 4: Certificado de Validez y confiabilidad del contenido del instrumento que mide las competencias socioemocionales



MATRIZ DE VALIDACIÓN: CUESTIONARIO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES

TÍTULO DE LA TESIS: Las Competencias Emocionales y su relación con la Capacidad para resolver Problemas Interpersonales en los Estudiantes de la Institución Educativa "Jorge Basadre Grohmann" –Sector Oeste – Piura, 2018

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADOR	ÍTEMES	RESPUESTA					CRITERIOS DE EVALUACIÓN								Obs.	
				Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta			
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO		
Competencias Emocionales: Conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales (Bisquerria y Pérez, 2007)	Conciencia emocional	Toma de conciencia de las propias emociones	1. Soy consciente cuando me siento triste, enfadado, alegre, feliz...						X		X		X		X			
			2. Con frecuencia manifiesto angustia o aflicción sin conocer el motivo						X		X		X		X			
		Asignar nombre a las emociones	3. Tengo capacidad para determinar la emoción que experimento						X		X		X		X			
			Comprender las emociones de los demás	4. Puedo percibir cuando los demás están contentos						X		X		X		X		
				5. Observo fácilmente si los otros expresan jovialidad, entusiasmo, desagrado o intolerancia						X		X		X		X		
	Regulación emocional	Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento	6. Algunas veces me siento acongojado, abatido y radiante en muy poco tiempo de diferencia						X		X		X		X			
			Expresión emocional	7. Cuando mi conducta se extralimita, siempre expreso o realizo actividades de las cuales después me arrepiento						X		X		X		X		
		Capacidad para la regulación emocional		8. En forma constante tengo una conducta temperamental y actúo drásticamente						X		X		X		X		




		Uso de estrategias de afrontamiento	9. Mi estado de ánimo depende de cómo me traten los demás							X		X		X		X				
		Capacidad para autogenerar emociones positivas	10. Cuando tengo una dificultad, persisto hasta encontrar una solución								X		X		X		X			
		Perseverancia	11. Si no puedo resolver un problema, de inmediato busco otras alternativas para lograrlo								X		X		X		X			
		Habilidades de afrontamiento de retos y conflictos	12. Cuando estoy nervioso, sé cómo tranquilizarme									X		X		X		X		
	13. Si tengo un problema, me esfuerzo en reflexionar que tendrá una solución más viable										X		X		X		X			
	Autonomía emocional	Autoestima	14. Me siento bien tal y como soy físicamente								X		X		X		X			
		Automotivación	15. Las actividades que realizo me generan mucha satisfacción								X		X		X		X			
		Responsabilidad	16. Acepto las opiniones de otros y cumplo con mis promesas								X		X		X		X			
		Capacidad de buscar ayuda y recursos	17. Me preocupa mucho que los demás descubran mi incapacidad para desarrollar ciertas actividades								X		X		X		X			
		Actitud positiva ante la vida	18. No me es difícil solicitar ayuda cuando no puedo resolver un problema									X		X		X		X		
			19. En general, me siento satisfecho con mi vida									X		X		X		X		
Capacidad de analizar críticamente las normas sociales		20. Cuando intento decidir cuál es la mejor solución a un problema, generalmente pienso en el efecto que cada alternativa puede tener en el bienestar de otras personas									X		X		X		X			
Autoeficacia emocional	21. Nada de lo que puedo reflexionar o realizar permite cambiar las circunstancias que me suceden									X		X		X		X				



Competencias sociales	Dominio de habilidades sociales	22. Me siento muy mal cuando los demás cuestionan lo que realizo o expreso							X		X		X		X			
		23. Me es complejo defender opiniones diferentes a las de otras personas							X		X		X		X			
	Respeto a los demás	24. Con frecuencia tengo conflictos con quienes establezco algún tipo de comunicación							X		X		X		X			
	Comunicación receptiva	25. Cuando alguien me habla, siempre pienso en otras cosas y no escucho con suficiente atención							X		X		X		X			
	Comunicación expresiva	26. Me es difícil expresar mis opiniones con personas que no conozco							X		X		X		X			
		27. Tengo dificultades para manifestarme en público							X		X		X		X			
	Comportamiento pro-social y cooperación	28. Cuando necesito explicar alguna situación, me incomoda esperar mi turno							X		X		X		X			
		29. Me agrada apoyar a las personas que lo necesitan							X		X		X		X			
	Asertividad	30. Tengo facilidad para hacerme de amistades							X		X		X		X			
	Compartir emociones	31. Es sumamente complicado expresar lo que siento con mis amigos							X		X		X		X			
	Competencias para la vida y el bienestar	Fijarse objetivos positivos y realistas	32. Logro alcanzar lo que me propongo, a partir de lo cual me fijo objetivos mayores							X		X		X		X		
		Solución de conflictos	33. Me bloqueo cuando tengo que resolver conflictos							X		X		X		X		
		Aprendizaje a partir de experiencias	34. Luego de tomar una decisión, pienso en las consecuencias							X		X		X		X		
			35. Antes de resolver un problema, con frecuencia practico o pongo a prueba la solución para incrementar las posibilidades de éxito							X		X		X		X		
		36. Los errores que cometo me impulsan a mejorar						X		X		X		X				

			solución para incrementar las posibilidades de éxito																
			36. Los errores que cometo me impulsan a mejorar						X		X		X		X				
		Bienestar subjetivo	37. Generalmente me siento satisfecho con los resultados de las soluciones que doy a mis problemas						X		X		X		X				
			38. En realidad me siento bien por las cosas que realizo						X		X		X		X				
		Negociación	39. Cuando tengo un conflicto con alguien, primero escucho antes de actuar						X		X		X		X				
			40. En las situaciones problemáticas, atiendo a las partes y trato de mediar para lograr una solución satisfactoria						X		X		X		X				


 UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA
 Departamento Académico de Educación
 Dr. AMANCIO MARTÍNEZ GÓMEZ
 Profesor Principal - DE

Opinión de aplicabilidad : Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Validado por

Nombre del Experto : DR. AMANCIO MARTINEZ GOMEZ
 DNI : 02850819
 Grado /Mención : Dr. Ciencias de la Educación
 Cargo actual : Decano de la facultad de Sociales y Educación de la Universidad Nacional de Piura.

REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES		Aplicativo	Guía
MARTINEZ GOMEZ, AMANCIO DNI 02850819	BACHILLER EN CIENCIAS DE LA EDUCACION Fecha de diploma: 10/01/1975 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: Sin información (**) Fecha egreso: Sin información (**)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA PERU	
MARTINEZ GOMEZ, AMANCIO DNI 02850819	MAGISTER EN DOCENCIA UNIVERSITARIA Fecha de diploma: 26/07/2004 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA PERU	
MARTINEZ GOMEZ, AMANCIO DNI 02850819	DOCTOR EN GESTION Y CIENCIAS DE LA EDUCACION Fecha de diploma: 11/10/2012 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD SAN PEDRO PERU	

Certificado de Validez y confiabilidad del contenido del instrumento que mide las competencias socioemocionales



Validez y confiabilidad de los instrumentos

MATRIZ DE VALIDACIÓN: CUESTIONARIO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES

TÍTULO DE LA TESIS: Las Competencias Emocionales y su relación con la Capacidad para resolver Problemas Interpersonales en los Estudiantes de la Institución Educativa "Jorge Basadre Grohmann" –Sector Oeste – Piura, 2018

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADOR	ÍTEMS	RESPUESTA					CRITERIOS DE EVALUACIÓN								Obs.
				Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta		
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Competencias Emocionales: Conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales (Bisquerra y Pérez, 2007)	Conciencia emocional	Toma de conciencia de las propias emociones	1. Soy consciente cuando me siento triste, enfadado, alegre, feliz...						X		X		X		X		
			2. Con frecuencia manifiesto angustia o aflicción sin conocer el motivo						X		X		X		X		
		Asignar nombre a las emociones	3. Tengo capacidad para determinar la emoción que experimento						X		X		X		X		
		Comprender las emociones de los demás	4. Puedo percibir cuando los demás están contentos						X		X		X		X		
	5. Observo fácilmente si los otros expresan jovialidad, entusiasmo, desagrado o intolerancia							X		X		X		X			
	Regulación emocional	Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento	6. Algunas veces me siento acongojado, abatido y radiante en muy poco tiempo de diferencia						X		X		X		X		
		Expresión emocional	7. Cuando mi conducta se extralimita, siempre expreso o realizo actividades de las cuales después me arrepiento						X		X		X		X		
		Capacidad para la regulación emocional	8. En forma constante tengo una conducta temperamental y actúo drásticamente						X		X		X		X		



Autonomía emocional	Uso de estrategias de afrontamiento	9. Mi estado de ánimo depende de cómo me traten los demás						X		X		X				
	Capacidad para autogenerar emociones positivas	10. Cuando tengo una dificultad, persisto hasta encontrar una solución						X		X		X				
	Perseverancia	11. Si no puedo resolver un problema, de inmediato busco otras alternativas para lograrlo						X		X		X				
	Habilidades de afrontamiento de retos y conflictos	12. Cuando estoy nervioso, sé cómo tranquilizarme						X		X		X				
		13. Si tengo un problema, me esfuerzo en reflexionar que tendrá una solución más viable						X		X		X				
	Autoestima	14. Me siento bien tal y como soy físicamente						X		X		X				
	Automotivación	15. Las actividades que realizo me generan mucha satisfacción						X		X		X				
	Responsabilidad	16. Acepto las opiniones de otros y cumplo con mis promesas						X		X		X				
	Capacidad de buscar ayuda y recursos	17. Me preocupa mucho que los demás descubran mi incapacidad para desarrollar ciertas actividades						X		X		X				
	Actitud positiva ante la vida	18. No me es difícil solicitar ayuda cuando no puedo resolver un problema						X		X		X				
		19. En general, me siento satisfecho con mi vida						X		X		X				
	Capacidad de analizar críticamente las normas sociales	20. Cuando intento decidir cuál es la mejor solución a un problema, generalmente pienso en el efecto que cada alternativa puede tener en el bienestar de otras personas						X		X		X				
	Autoeficacia emocional	21. Nada de lo que puedo reflexionar o realizar permite cambiar las circunstancias que me suceden						X		X		X				



	Competencias sociales	Dominio de habilidades sociales	22. Me siento muy mal cuando los demás cuestionan lo que realizo o expreso						X	X	X	X		
			23. Me es complejo defender opiniones diferentes a las de otras personas						X	X	X	X		
		Respeto a los demás	24. Con frecuencia tengo conflictos con quienes establezco algún tipo de comunicación						X	X	X	X		
		Comunicación receptiva	25. Cuando alguien me habla, siempre pienso en otras cosas y no escucho con suficiente atención						X	X	X	X		
		Comunicación expresiva	26. Me es difícil expresar mis opiniones con personas que no conozco						X	X	X	X		
			27. Tengo dificultades para manifestarme en público						X	X	X	X		
		Comportamiento pro-social y cooperación	28. Cuando necesito explicar alguna situación, me incomoda esperar mi turno						X	X	X	X		
			29. Me agrada apoyar a las personas que lo necesitan						X	X	X	X		
		Asertividad	30. Tengo facilidad para hacerme de amistades						X	X	X	X		
	Compartir emociones	31. Es sumamente complicado expresar lo que siento con mis amigos						X	X	X	X			
	Competencias para la vida y el bienestar	Fijarse objetivos positivos y realistas	32. Logro alcanzar lo que me propongo, a partir de lo cual me fijo objetivos mayores						X	X	X	X		
		Solución de conflictos	33. Me bloqueo cuando tengo que resolver conflictos						X	X	X	X		
		Aprendizaje a partir de experiencias	34. Luego de tomar una decisión, pienso en las consecuencias						X	X	X	X		
			35. Antes de resolver un problema, con frecuencia practico o pongo a prueba la solución para incrementar las posibilidades de éxito						X	X	X	X		
			36. Los errores que cometo me impulsan a mejorar						X	X	X	X		

	Bienestar subjetivo	37. Generalmente me siento satisfecho con los resultados de las soluciones que doy a mis problemas						X		X		X		X		
		38. En realidad me siento bien por las cosas que realizo						X		X		X		X		
	Negociación	39. Cuando tengo un conflicto con alguien, primero escucho antes de actuar						X		X		X		X		
		40. En las situaciones problemáticas, atiendo a las partes y trato de mediar para lograr una solución satisfactoria						X		X		X		X		


Dr. SADOT JORGE VILLARREAL VARGAS
DOCENTE INVESTIGADOR
 UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA

Opinión de aplicabilidad : **Aplicable (X)**

Aplicable después de corregir ()

No aplicable ()

Validado por

Nombre del Experto : DR. VILLARREAL VARGAS SANDOT JORGE

DNI : 02628521

Grado /Mención : Dr. Ciencias de la Educación

Cargo actual : Docente investigador Universidad Nacional de Piura.

[Aplicativo](#) [Guía](#)

REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

GRADUADO	GRADO O TÍTULO	INSTITUCIÓN
VILLARREAL VARGAS, SADOT JORGE DNI 02628521	DOCTOR EN GESTION Y CIENCIAS DE LA EDUCACION Fecha de diploma: 22/10/2009 Modalidad de estudios: - Fecha matricula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD SAN PEDRO <i>PERU</i>
VILLARREAL VARGAS, SADOT JORGE DNI 02628521	BACHILLER EN CIENCIAS AGRARIAS Fecha de diploma: 03/01/76 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matricula: 13/02/1970 Fecha egreso: 23/06/1975	UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA <i>PERU</i>
VILLARREAL VARGAS, SADOT JORGE DNI 02628521	INGENIERO AGRONOMO Fecha de diploma: 21/04/78 Modalidad de estudios: PRESENCIAL	UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA <i>PERU</i>
VILLARREAL VARGAS, SADOT	MAGISTER EN CIENCIAS MENCION EN FISILOGIA Fecha de diploma: 16/01/1985	UNIVERSIDAD PERUANA CAYETANO

Certificado de Validez y confiabilidad del contenido del instrumento que mide las competencias socioemocionales



Validez y confiabilidad de los instrumentos

MATRIZ DE VALIDACIÓN: CUESTIONARIO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES

TÍTULO DE LA TESIS: Las Competencias Emocionales y su relación con la Capacidad para resolver Problemas Interpersonales en los Estudiantes de la Institución Educativa "Jorge Basadre Grohmann" –Sector Oeste – Piura, 2018

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADOR	ÍTEMS	RESPUESTA					CRITERIOS DE EVALUACIÓN								Obs.
				Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta		
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Competencias Emocionales: Conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales (Bisquerra y Pérez, 2007)	Conciencia emocional	Toma de conciencia de las propias emociones	1. Soy consciente cuando me siento triste, enfadado, alegre, feliz...						X		X		X		X		
			2. Con frecuencia manifiesto angustia o aflicción sin conocer el motivo						X		X		X		X		
		Asignar nombre a las emociones	3. Tengo capacidad para determinar la emoción que experimento						X		X		X		X		
		Comprender las emociones de los demás	4. Puedo percibir cuando los demás están contentos						X		X		X		X		
			5. Observo fácilmente si los otros expresan jovialidad, entusiasmo, desagrado o intolerancia						X		X		X		X		
	Regulación emocional	Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento	6. Algunas veces me siento acongojado, abatido y radiante en muy poco tiempo de diferencia						X		X		X		X		
		Expresión emocional	7. Cuando mi conducta se extralimita, siempre expreso o realizo actividades de las cuales después me arrepiento						X		X		X		X		
		Capacidad para la regulación emocional	8. En forma constante tengo una conducta temperamental y actúo drásticamente						X		X		X		X		



Autonomía emocional	Uso de estrategias de afrontamiento	9. Mi estado de ánimo depende de cómo me traten los demás							X		X		X		X				
	Capacidad para autogenerar emociones positivas	10. Cuando tengo una dificultad, persisto hasta encontrar una solución							X		X		X		X				
	Perseverancia	11. Si no puedo resolver un problema, de inmediato busco otras alternativas para lograrlo							X		X		X		X				
	Habilidades de afrontamiento de retos y conflictos	12. Cuando estoy nervioso, sé cómo tranquilizarme								X		X		X		X			
		13. Si tengo un problema, me esfuerzo en reflexionar que tendrá una solución más viable								X		X		X		X			
	Autoestima	14. Me siento bien tal y como soy físicamente							X		X		X		X				
	Automotivación	15. Las actividades que realizo me generan mucha satisfacción							X		X		X		X				
	Responsabilidad	16. Acepto las opiniones de otros y cumplo con mis promesas							X		X		X		X				
	Capacidad de buscar ayuda y recursos	17. Me preocupa mucho que los demás descubran mi incapacidad para desarrollar ciertas actividades							X		X		X		X				
	Actitud positiva ante la vida	18. No me es difícil solicitar ayuda cuando no puedo resolver un problema							X		X		X		X				
		19. En general, me siento satisfecho con mi vida							X		X		X		X				
	Capacidad de analizar críticamente las normas sociales	20. Cuando intento decidir cuál es la mejor solución a un problema, generalmente pienso en el efecto que cada alternativa puede tener en el bienestar de otras personas							X		X		X		X				
	Autoeficacia emocional	21. Nada de lo que puedo reflexionar o realizar permite cambiar las circunstancias que me suceden							X		X		X		X				

Competencias sociales	Dominio de habilidades sociales	22. Me siento muy mal cuando los demás cuestionan lo que realizo o expreso						X		X		X		X					
		23. Me es complejo defender opiniones diferentes a las de otras personas						X		X		X		X					
	Respeto a los demás	24. Con frecuencia tengo conflictos con quienes establezco algún tipo de comunicación						X		X		X		X					
	Comunicación receptiva	25. Cuando alguien me habla, siempre pienso en otras cosas y no escucho con suficiente atención						X		X		X		X					
	Comunicación expresiva	26. Me es difícil expresar mis opiniones con personas que no conozco						X		X		X		X					
		27. Tengo dificultades para manifestarme en público						X		X		X		X					
	Comportamiento pro-social y cooperación	28. Cuando necesito explicar alguna situación, me incomoda esperar mi turno						X		X		X		X					
		29. Me agrada apoyar a las personas que lo necesitan						X		X		X		X					
	Asertividad	30. Tengo facilidad para hacerme de amistades						X		X		X		X					
	Compartir emociones	31. Es sumamente complicado expresar lo que siento con mis amigos						X		X		X		X					
Competencias para la vida y el bienestar	Fijarse objetivos positivos y realistas	32. Logro alcanzar lo que me propongo, a partir de lo cual me fijo objetivos mayores						X		X		X		X					
	Solución de conflictos	33. Me bloqueo cuando tengo que resolver conflictos						X		X		X		X					
	Aprendizaje a partir de experiencias	34. Luego de tomar una decisión, pienso en las consecuencias						X		X		X		X					
		35. Antes de resolver un problema, con frecuencia practico o pongo a prueba la solución para incrementar las posibilidades de éxito						X		X		X		X					
		36. Los errores que cometo me impulsan a mejorar						X		X		X		X					

			solución para incrementar las posibilidades de éxito														
			36. Los errores que cometo me impulsan a mejorar						X	X		X		X			
	Bienestar subjetivo		37. Generalmente me siento satisfecho con los resultados de las soluciones que doy a mis problemas						X	X		X		X			
			38. En realidad me siento bien por las cosas que realizo						X	X		X		X			
	Negociación		39. Cuando tengo un conflicto con alguien, primero escucho antes de actuar						X	X		X		X			
			40. En las situaciones problemáticas, atiendo a las partes y trato de mediar para lograr una solución satisfactoria						X	X		X		X			

UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA
Departamento Académico de Educación


Dr. RICARDO CARHUARUPAY BEJAR
Profesor Principal - DE

Opinión de aplicabilidad : **Aplicable (X)** **Aplicable después de corregir ()** **No aplicable ()**
Validado por

Nombre del Experto : DR. CARHUARUPAY BEJAR RICARDO
DNI : 02867710
Grado /Mención : Dr. Ciencias de la Educación
Cargo actual : Director de la escuela de Historia de la Universidad Nacional de Piura

REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES		
GRADUADO	GRADO O TÍTULO	INSTITUCIÓN
CARHUARUPAY BEJAR, RICARDO ROMULO DNI 02867710	MAGISTER EN DOCENCIA UNIVERSITARIA Fecha de diploma: 28/12/2006 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (**) Fecha egreso: Sin información (**)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA PERU
CARHUARUPAY BEJAR, RICARDO ROMULO DNI 02867710	DOCTOR EN CIENCIAS DE LA EDUCACION Fecha de diploma: 30/04/15 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (**) Fecha egreso: Sin información (**)	UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS S.A. PERU
CARHUARUPAY BEJAR, RICARDO ROMULO DNI 02867710	BACHILLER EN CIENCIAS SOCIALES ESPECIALIDAD HISTORIA Fecha de diploma: 23/03/90 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: Sin información (**) Fecha egreso: Sin información (**)	UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS PERU

Anexo 4: Confiabilidad - Base de datos de la prueba piloto

Estudiant	ITEM																																								SUMA		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40			
E1	4	2	3	3	4	3	2	1	4	4	4	3	4	4	5	5	5	4	3	3	3	4	3	2	3	4	3	2	4	3	3	4	3	2	4	4	4	5	4	4	138		
E2	2	3	3	4	4	4	4	4	3	1	3	1	2	5	5	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	5	4	5	3	3	3	5	4	3	4	4	4	4	5	141		
E3	5	2	3	3	2	5	3	4	4	2	3	5	4	5	4	2	5	5	5	1	2	4	5	5	5	3	3	4	5	3	5	5	4	3	5	5	5	3	2	3	151		
E4	5	3	4	5	4	3	3	3	2	2	5	3	3	3	5	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	4	5	5	4	4	3	5	137	
E5	3	4	3	2	3	1	4	5	5	4	3	3	3	4	3	4	3	4	2	3	5	3	4	4	5	5	5	3	2	4	2	3	5	5	4	3	4	4	1	3	140		
E6	5	4	3	1	2	4	2	3	5	1	3	1	2	4	4	3	1	2	4	2	4	1	4	3	1	5	5	4	3	1	5	5	1	4	1	4	3	4	2	3	119		
E7	2	2	4	3	2	3	3	2	3	4	3	4	4	3	4	5	2	3	3	4	2	2	3	1	2	5	4	3	5	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	128		
E8	4	4	5	5	5	3	2	5	5	5	5	2	5	2	5	5	5	3	3	5	1	1	1	1	3	1	1	1	5	5	1	5	1	5	5	5	5	5	3	5	143		
E9	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	2	4	2	2	2	2	2	2	3	3	97		
E10	3	3	2	4	3	2	3	2	4	2	3	1	3	3	3	3	1	3	3	4	3	4	3	4	5	1	3	3	3	5	3	2	4	2	2	3	2	3	2	3	115		
E11	3	1	3	2	2	3	1	1	5	2	3	2	3	1	2	2	1	2	3	1	3	1	2	3	3	3	3	3	5	2	3	2	2	1	1	1	3	3	3	3	93		
E12	5	2	4	4	3	3	2	1	5	4	3	5	5	4	3	5	3	4	4	4	4	3	3	2	2	2	5	2	2	2	4	2	3	3	5	3	4	4	4	4	135		
E13	3	3	3	4	4	3	4	3	1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	1	3	5	4	2	3	1	3	2	3	3	3	3	3	4	2	4	111		
E14	3	2	3	2	2	3	1	3	3	3	1	3	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	105		
E15	3	3	2	1	3	4	3	5	5	2	4	2	1	3	3	4	4	3	5	2	1	5	5	2	5	5	5	5	5	5	3	3	4	2	2	4	5	3	3	3	137		
E16	4	1	4	5	5	1	1	1	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	3	5	1	5	1	5	5	5	1	5	5	2	3	5	3	2	3	3	3	2	3	144		
E17	3	1	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	4	3	1	3	3	3	1	4	3	3	4	2	4	4	1	2	3	4	3	5	2	4	5	3	4	2	3	3	119		
E18	4	1	5	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	5	4	2	4	5	4	2	5	4	1	4	4	5	1	1	4	3	4	4	5	3	3	131		
E19	3	2	2	2	3	1	2	3	2	3	2	1	2	3	4	4	2	4	4	3	2	4	3	3	4	5	4	2	5	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	5	3	118	
E20	5	3	4	3	3	2	2	2	3	4	3	4	3	4	2	4	3	5	5	3	3	3	2	2	1	4	2	3	4	3	2	2	3	4	4	5	4	3	4	1	126		
E21	4	3	4	3	3	4	5	5	4	2	5	5	3	5	4	4	3	3	3	3	5	5	5	5	4	2	2	5	5	5	3	5	4	2	2	2	3	4	2	2	147		
E22	4	4	4	3	3	4	3	4	2	2	2	3	3	4	2	3	2	3	5	3	2	3	3	2	3	5	5	3	5	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	133	
E23	3	2	3	3	4	1	2	2	3	3	5	4	4	5	4	5	2	5	5	3	2	3	2	1	1	5	4	3	5	2	2	4	4	5	4	5	5	5	3	5	138		
E24	3	3	3	5	4	4	5	5	3	4	4	2	4	2	3	3	2	3	4	4	3	2	3	3	3	5	4	2	5	4	3	3	3	5	4	3	3	3	5	4	140		
E25	2	3	4	3	5	3	4	2	2	1	3	1	2	3	3	3	2	2	5	1	3	2	3	1	4	5	5	1	3	5	3	3	3	4	2	3	1	3	4	3	115		
E26	3	3	5	5	3	1	1	1	5	5	5	3	5	5	3	3	3	4	1	5	1	2	3	2	5	4	3	5	5	3	5	5	1	5	3	3	3	3	3	136			
E27	3	2	5	3	3	3	3	2	3	2	3	5	4	3	4	4	3	5	5	3	4	2	1	1	3	3	2	2	3	5	5	3	3	2	3	4	3	4	5	4	130		
E28	3	2	3	1	2	2	3	2	4	3	4	2	2	3	3	2	4	3	2	3	2	2	3	1	2	3	3	2	3	4	2	3	4	3	3	4	2	3	2	2	106		
E29	3	2	4	3	2	1	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	5	5	4	4	2	3	2	3	4	3	3	117			
E30	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	1	1	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	83			
VARIAN	0.8	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			
SUMAT																																											49.4122222
VARIAN																																											280.978889

$\alpha = K/K-1[1-\Sigma ST2/ST2]$

α	0.84527
k	40
$\Sigma ST2$	49.412222
ST2	280.97889

Anexo 5: Base de datos pretest- habilidades socioemocionales

ESTU	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES																																								SUMA					
	Conciencia emocional					Total	Regulación emocional							Total	Autonomía emocional							Total	Competencias sociales							Total	Competencias para la vida y bienestar							Total								
	1	2	3	4	5		6	7	8	9	10	11	12		13	14	15	16	17	18	19		20	21	22	23	24	25	26		27	28	29	30	31	32	33		34	35		36	37	38	39	40
	ESTU	1	2	3	4		5	6	7	8	9	10	11		12	13	14	15	16	17	18		19	20	21	22	23	24	25		26	27	28	29	30	31	32		33	34		35	36	37	38	39
E1	3	3	2	1	2	11	3	2	3	2	3	2	1	2	18	1	2	3	2	2	3	3	18	3	3	2	3	2	3	2	2	1	2	23	3	2	3	1	2	3	3	2	3	22	92	
E2	2	2	3	2	2	11	3	3	3	3	2	3	3	3	23	2	3	2	3	2	3	1	2	18	1	2	2	2	1	2	2	3	3	3	21	3	3	2	2	2	3	2	1	2	20	93
E3	2	1	2	3	3	11	1	2	2	3	2	3	2	3	18	3	1	2	2	3	2	1	2	16	2	3	1	1	3	3	2	3	2	3	23	3	2	2	3	2	3	3	3	2	23	91
E4	2	1	2	2	3	10	3	1	3	2	2	3	3	3	20	1	2	2	2	2	3	3	3	18	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	24	2	3	1	2	2	3	2	3	2	20	92
E5	3	1	2	2	3	11	2	2	2	1	2	2	3	3	17	2	3	2	3	2	3	2	3	20	1	3	1	3	2	2	3	2	3	2	22	3	2	3	3	2	2	3	2	3	23	93
E6	1	1	2	2	1	7	2	1	3	3	1	3	3	2	18	3	1	3	2	2	3	2	2	18	2	2	2	2	3	3	2	2	1	3	22	3	2	3	4	2	3	3	2	4	26	91
E7	3	3	3	2	3	14	1	2	3	3	2	3	4	3	21	3	2	2	2	3	2	3	4	21	3	3	3	2	3	2	4	3	2	27	3	2	3	3	2	3	2	4	3	25	108	
E8	2	1	3	3	2	11	2	3	3	2	3	2	1	2	18	2	3	2	3	2	1	3	2	18	3	1	2	3	2	3	1	3	3	23	3	2	2	2	3	2	1	2	3	20	90	
E9	2	1	3	3	2	11	3	3	3	2	3	3	4	3	24	2	1	3	2	3	2	3	2	18	2	2	3	2	1	2	2	3	2	3	22	1	2	2	2	2	2	3	2	18	93	
E10	2	2	3	2	2	11	3	2	2	1	1	2	3	3	17	3	3	2	1	3	1	2	3	18	1	3	1	1	3	3	3	3	3	23	3	2	1	2	3	2	3	1	3	20	89	
E11	3	3	2	3	4	15	4	2	3	2	4	3	4	3	25	3	2	2	3	2	3	2	3	20	2	2	3	2	1	3	2	3	2	3	23	3	2	2	1	3	3	3	3	3	23	106
E12	2	3	2	1	3	11	2	2	2	3	3	2	2	2	18	1	1	2	3	2	2	3	2	16	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	21	3	1	2	1	3	3	2	3	2	20	86
E13	3	2	2	3	4	14	3	3	2	3	2	4	3	4	24	3	2	3	2	2	4	2	3	21	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	27	3	2	2	2	3	3	3	2	3	23	109
E14	3	2	1	3	2	11	2	2	3	2	2	3	3	3	20	3	3	1	3	2	1	2	2	17	3	2	2	2	1	3	2	3	2	3	23	3	2	3	2	2	3	2	2	3	22	93
E15	2	1	3	2	3	11	2	3	2	3	2	4	2	4	22	2	2	2	2	3	3	2	2	18	2	3	1	3	2	3	2	3	2	23	2	2	1	2	2	2	3	1	3	18	92	
E16	3	3	3	3	2	14	3	3	3	3	2	3	4	3	24	3	3	3	2	2	3	4	3	23	4	3	4	3	4	3	4	3	3	35	3	3	2	3	3	3	2	3	3	25	121	
E17	3	2	3	3	3	14	3	2	3	3	2	3	4	3	23	3	3	3	2	3	1	2	3	20	2	2	3	2	3	4	2	3	3	27	3	2	2	2	3	2	4	3	3	24	108	
E18	2	2	2	2	3	11	2	3	2	3	2	1	2	3	18	3	3	2	2	3	3	3	4	23	3	3	1	2	3	1	1	3	2	3	22	1	2	2	1	2	2	2	3	3	18	92
E19	3	1	2	3	2	11	3	2	3	1	2	2	3	2	18	3	2	2	1	2	2	3	2	17	2	3	3	1	3	2	2	4	3	3	26	2	1	2	2	2	3	3	2	3	20	92
E20	2	1	2	3	3	11	2	2	3	2	3	2	2	3	19	1	3	2	2	3	1	3	3	18	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	23	1	2	3	1	3	2	3	2	1	18	89
E21	1	1	2	3	2	9	3	2	3	2	3	4	3	3	23	2	1	2	2	3	1	2	5	18	1	2	3	2	2	1	3	2	3	3	22	2	3	2	2	1	3	2	3	2	20	92
E22	2	1	3	3	2	11	3	3	2	1	3	2	2	2	18	2	1	3	3	2	3	2	2	18	2	3	2	3	1	3	2	3	3	25	2	2	3	1	2	3	2	3	2	20	92	
E23	3	2	2	2	3	12	3	2	1	2	2	3	2	3	18	3	2	2	1	2	2	3	3	18	3	2	3	1	2	2	3	3	2	23	2	2	2	2	3	2	2	3	2	20	91	
E24	2	3	2	3	3	13	1	3	2	3	2	3	1	3	18	4	4	3	4	4	3	4	4	30	2	2	3	3	3	1	4	4	3	4	29	3	3	4	3	4	3	4	4	4	32	122
E25	2	3	3	2	1	11	2	2	3	2	2	3	2	2	18	1	3	3	2	2	1	3	3	18	2	2	2	2	3	2	1	3	3	2	22	2	2	1	2	2	3	3	2	3	20	89
E26	1	3	2	3	2	11	1	2	2	2	2	3	3	3	18	2	2	2	3	2	3	2	2	18	1	3	2	2	3	2	2	2	3	2	22	4	3	2	1	3	1	2	2	2	20	89
E27	2	1	2	2	2	9	3	2	2	3	1	1	2	2	16	1	4	3	3	4	4	4	4	27	2	1	3	3	3	2	2	3	3	4	26	2	3	2	2	1	3	2	2	3	20	98
E28	1	2	2	3	3	11	2	2	1	3	3	2	2	2	17	2	2	2	3	3	2	3	1	18	2	2	1	2	3	3	2	3	3	2	23	1	2	1	1	3	2	3	2	2	17	86
E29	2	3	1	2	3	11	2	3	2	2	3	1	2	3	18	2	2	3	2	4	2	3	3	21	2	3	2	3	2	3	2	2	3	1	23	2	1	3	2	3	2	1	3	3	20	93
E30	3	3	2	2	1	11	1	2	2	2	3	2	3	3	18	3	2	3	2	3	2	1	2	18	3	2	3	2	2	3	2	3	1	2	23	3	3	2	1	1	3	3	2	2	20	90

Anexo 5: Base de datos post test– habilidades socioemocionales

ESTU	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES																																								SUMA					
	Conciencia emocional					Total	Regulación emocional							Total	Autonomía emocional							Total	Competencias sociales							Total	Competencias para la vida y bienestar							Total								
	1	2	3	4	5		6	7	8	9	10	11	12		13	14	15	16	17	18	19		20	21	22	23	24	25	26		27	28	29	30	31	32	33		34	35		36	37	38	39	40
E1	5	3	3	4	4	19	3	3	2	2	4	4	4	5	27	5	4	4	3	4	4	4	3	31	4	3	4	3	4	3	4	5	4	3	37	4	3	3	4	4	3	5	4	3	33	147
E2	5	2	4	5	4	20	4	4	3	1	4	4	5	4	29	5	5	4	4	4	1	5	2	30	3	4	2	3	4	2	5	5	3	4	35	5	1	4	5	5	4	5	5	5	39	153
E3	5	1	5	5	5	21	5	4	4	2	4	4	4	5	32	5	5	4	5	5	3	1	2	30	4	3	3	4	4	2	3	5	4	5	37	4	3	3	4	3	4	4	3	4	32	152
E4	5	3	4	5	5	22	3	4	5	2	4	4	5	5	32	5	5	4	4	4	3	4	2	31	4	3	3	3	4	4	3	4	4	5	37	3	2	5	3	5	4	4	4	4	34	156
E5	4	3	4	3	4	18	3	3	3	3	4	4	5	5	30	5	5	4	4	5	3	4	2	32	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	36	5	1	4	4	3	4	3	3	5	32	148
E6	5	2	5	5	5	22	4	4	4	2	5	3	5	5	32	5	5	4	4	5	1	5	4	33	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	36	5	2	5	4	5	4	5	5	5	40	163
E7	4	1	5	4	4	18	5	3	3	4	5	4	4	5	33	5	4	5	4	5	2	5	2	32	4	3	4	3	3	3	4	5	4	5	38	4	1	4	4	5	4	5	3	5	35	156
E8	5	2	5	4	5	21	4	3	4	5	4	3	4	5	32	4	5	4	4	4	3	4	2	31	5	3	4	3	2	4	3	4	5	5	38	3	4	4	3	4	3	4	3	4	32	154
E9	2	3	2	2	2	11	2	3	2	1	2	2	3	3	18	2	3	2	3	2	3	2	1	17	2	2	3	2	3	2	2	3	2	23	2	1	2	3	2	2	3	2	3	20	89	
E10	4	3	4	5	4	20	4	3	4	3	4	4	5	4	31	4	4	3	3	4	4	4	4	30	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	36	4	3	3	4	4	3	4	5	4	34	151
E11	5	2	5	5	5	22	3	4	3	2	5	5	5	4	31	5	4	4	4	5	2	5	2	31	4	4	3	3	2	3	4	5	3	5	36	4	1	5	4	5	5	5	5	5	39	159
E12	5	2	4	5	5	21	4	3	3	5	4	4	4	5	32	4	4	4	5	4	3	4	2	30	5	3	3	3	3	3	5	5	3	5	38	5	2	5	4	4	5	4	5	5	39	160
E13	3	2	3	3	4	15	1	2	1	3	3	2	3	3	18	4	3	3	3	3	4	2	2	24	1	2	3	2	3	2	3	2	3	23	3	3	3	2	3	2	1	2	1	20	100	
E14	4	3	4	4	4	19	1	1	2	2	3	3	3	3	18	5	4	3	4	3	2	4	3	28	3	3	1	2	2	3	2	2	3	23	3	2	4	3	4	4	3	5	3	31	119	
E15	5	3	5	4	5	22	4	4	3	3	4	4	4	4	30	5	5	5	4	5	1	4	3	32	4	3	3	4	3	3	4	4	5	5	38	5	4	5	4	4	3	4	4	5	38	160
E16	5	2	5	5	5	22	3	4	3	2	5	5	5	5	32	4	4	4	5	5	2	4	2	30	5	3	2	4	3	3	5	4	4	5	38	5	3	4	4	4	4	4	4	5	37	159
E17	5	2	4	5	5	21	3	4	3	3	3	4	5	5	30	5	5	5	4	5	1	5	2	32	3	4	3	4	3	4	3	5	4	4	37	5	2	4	4	5	4	5	5	39	159	
E18	4	2	4	3	4	17	4	3	3	4	4	4	5	4	31	5	5	5	4	5	2	5	2	33	4	3	3	4	3	4	3	5	4	5	38	4	3	4	3	4	4	3	3	3	31	150
E19	5	2	4	5	5	21	5	4	3	2	5	5	5	4	33	5	5	4	4	5	1	5	2	31	3	4	3	3	4	3	4	5	4	4	37	5	2	5	4	5	5	5	5	5	41	163
E20	4	2	4	5	5	20	3	3	3	2	5	4	5	5	30	5	4	4	2	4	3	4	3	29	4	3	3	4	4	3	3	4	5	5	38	5	4	5	4	4	5	5	5	4	41	158
E21	5	2	5	5	4	21	3	4	3	2	4	3	5	5	29	5	4	4	5	5	2	4	5	34	3	3	4	3	3	3	4	5	5	4	37	5	3	4	4	5	5	5	5	5	41	162
E22	5	2	5	5	4	21	4	4	3	2	4	4	4	5	30	5	4	4	4	5	2	5	2	31	4	4	3	3	3	3	4	5	5	3	37	4	3	3	4	3	4	5	4	4	34	153
E23	4	2	5	4	4	19	3	3	3	4	4	4	3	4	28	5	5	4	4	4	3	3	5	33	3	4	3	4	3	3	3	4	5	5	37	4	3	4	5	5	5	5	5	5	41	158
E24	3	2	5	3	5	18	3	4	3	4	5	3	5	4	31	4	5	3	4	4	3	2	3	28	3	3	3	3	2	4	4	5	4	5	36	2	2	3	3	3	4	4	4	4	29	142
E25	4	3	4	4	4	19	4	5	3	4	3	4	3	4	30	2	2	3	3	3	1	3	1	18	3	4	2	3	4	3	3	2	3	3	30	3	4	3	4	4	3	4	4	3	32	129
E26	5	3	5	5	5	23	4	3	2	2	3	5	5	5	29	5	5	5	4	5	3	4	2	33	4	3	4	3	3	3	4	5	4	4	37	5	2	5	5	4	4	4	5	5	39	161
E27	4	3	4	4	3	18	3	4	3	2	4	5	4	4	29	5	4	5	4	4	2	3	2	29	1	3	1	3	2	3	3	5	3	3	27	4	3	4	3	3	4	4	3	4	32	135
E28	4	2	4	5	5	20	4	5	2	2	4	5	5	5	32	5	4	5	4	5	2	4	2	31	4	4	3	3	3	3	4	4	4	5	37	4	1	4	4	5	5	4	5	4	36	156
E29	4	3	4	5	4	20	3	4	3	2	4	5	4	5	30	5	4	4	4	5	3	4	2	31	4	3	2	4	3	4	5	5	4	4	38	5	1	4	4	5	4	5	4	5	37	156
E30	4	1	4	4	5	18	3	5	2	3	4	4	4	5	30	5	5	5	4	5	2	4	2	32	3	3	4	2	4	4	3	5	4	5	37	5	2	4	4	5	4	5	5	4	38	155



INSTITUCIÓN EDUCATIVA 6097
"MATEO PUMACAHUA"
UGEL 07 SAN BORJA

"Año del Fortalecimiento de la soberanía nacional"

**CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE INSTRUMENTO
DE PROYECTO DE TESIS**

**EL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 6097 DE LA JURISDICCIÓN DE LA UGEL 7
QUIEN SUSCRIBE.**

HACE CONSTAR:

Que, doña: *María Elena CHUQUIRAY DEL PINO*, identificada CON DNI
N° 09493550 Profesora de la especialidad de ciencias, aplicó satisfactoriamente el
instrumento Cuestionario de Habilidades socioemocionales en estudiantes de primero de
secundaria el cual forma parte del proyecto de investigación que tiene como propósito
desarrollar en ellos habilidades en mención que permiten el aprendizaje integral de los
adolescentes.

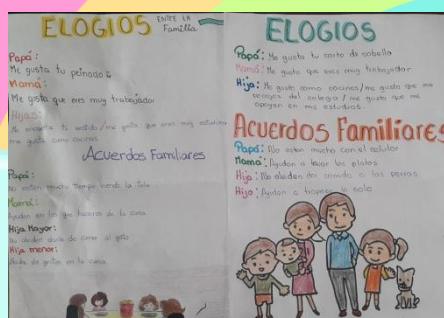
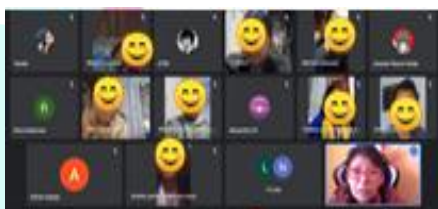
Se expide la presente constancia a solicitud de la parte interesada, para los fines que
estime pertinente.

Chorrillos, 01 de Agosto del 2022


[Firma]
Mtro. **DANILO YANNO Y CARPUZALIS YARASCA**
DIRECTOR

PROGRAMA FAMILIAS FUERTES

PROGRAMA DE ESTRATEGIAS REFLEXIVAS PARA DESARROLLAR HABILIDADES



MARIA ELENA CHUQUIRAY DEL PINO

2022



PROYECTO DE INNOVACIÓN PEDAGÓGICA

I.-DATOS GENERALES.-

1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA : PÚBLICA-LIMA
2. GRADO Y SECCIONES : 1ER AÑO TURNO TARDE
3. HORAS SEMANALES : 45 minutos
4. MODALIDAD : PRESENCIAL / VIRTUAL
5. INVESTIGADORA : MARIA ELENA CHUQUIRAY DEL PINO
6. DURACIÓN : 17 de Agosto al 23 de Noviembre del 2022

II.-NOMBRE DEL PROYECTO:

“ CULTIVANDO PAZ Y BIENESTAR EN LOS DEMAS ”

III.-PROBLEMA PRIORIZADO:

Necesidad en los estudiantes de desarrollo de habilidades socioemocionales que limita su logro de aprendizajes.

IV.-JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

- El presente proyecto de innovación nace con el propósito de incentivar en los estudiantes el desarrollo de acciones relacionadas al crecimiento, personal para ser mejor ser humano. El cual parte de los resultados obtenidos en la evaluación diagnóstica realizada a los adolescentes cuyos resultados nos revelan que el 77% de estudiantes se encuentran en nivel inicio algunos estudiantes se encuentran en nivel proceso con el 23% y ningún estudiante alcanza el nivel logrado para el desarrollo de habilidades socioemocionales lo cual se evidencia en las aulas en la modalidad híbrida y nos genera mucha preocupación. Esto se debe a que vivir 2 años de pandemia y de aislamiento social ha generado en muchos de los hogares desarmonía, conflictos familiares, agresiones verbales y físicas, entre otros ocasionando en adolescentes acciones reprimidas, resentimientos, incomprensión y agresividad interna que debería ser canalizada. Es evidente que el problema de violencia y agresividad observado a nivel mundial, nacional y local genera la formación de seres con limitada práctica de valores, como nos muestran los medios de comunicación, con noticias funestas e incluso se hace mención que esta situación se ve normalizada en muchos de los hogares, producto de la poca práctica de control y regulación de emociones que se llevan a las escuelas generando más caos en las aulas, debido a que se observan acciones de agresiones verbales, desobediencia, poca responsabilidad, falta de respeto, entre otros, dando como resultados estudiantes, tímidos, con baja autoestima, nada asertivos, ni empáticos y de cierto modo conflictivos, lo que genera limitación en la construcción de sus aprendizajes y probablemente la formación de una sociedad indolente, con poca o nada calidad humana que genere conflictos, violencia, destrucción y guerras.
- En tal razón me propongo aplicar estrategias de motivación personal que permitan el desarrollo de habilidades socioemocionales en estudiantes de secundaria que promuevan en el aula la práctica de valores, control de las emociones, de ayuda mutua, orden, responsabilidad, empatía, asertividad basada en la comunicación y dialogo reflexivo, la cual le permitiría solucionar conflictos y tomar decisiones en beneficio de todos donde se practiquen y cultiven competencias sociales y competencias para la vida y el bienestar, lo que permitirá un clima adecuado armónico, de confianza y una cultura de paz, que redundara en su vida familiar, crecimiento personal y social. El cual se logrará teniendo apoyo de los padres de familia, quienes son los responsables directos de la formación sus hijos y como tal, en forma mancomunada, se generará cambios en los adolescentes, tal como lo menciona Rubín (1979) que es en esta etapa de transformación en la que se puede reeducar a los adolescentes.

Por el logro de este propósito se presenta estrategias pedagógicas basadas en metodología de familias fuertes las cuales nos sirven de guía y marco referencial ya que se basan en la teoría de cambio de conducta (1988) y ecológica de Bronfebbrenner (1987) para el desarrollo de las habilidades socioemocionales seleccionadas como son conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencias sociales y competencias para la vida y el bienestar según el modelo pentagonal de Bizquerra (2007) en las cuales están basadas las sesiones de tal modo que me permita el logro del objetivo planteado porque podrán ser transferidas y aplicadas a su vida diaria, futura y profesional.

V.-PROPUESTA:

- Aplicar estrategias para el desarrollo de las habilidades socioemocionales en estudiantes de primero de secundaria de una institución educativa pública
- Generar cambios de conducta en estudiantes de primero de secundaria de una institución educativa pública a través de la ejecución del programa estratégico familias fuertes para el desarrollo de habilidades socioemocionales en adolescentes.

VI. OBJETIVOS DEL PROYECTO:

6.1.- OBJETIVOS GENERAL:

Evaluar el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de habilidades socioemocionales en estudiantes de primero de secundaria de una Institución Educativa pública 2022.

6.2.- OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Evaluar el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la conciencia emocional en estudiantes de primero de secundaria de una Institución Educativa pública 2022.
- Evaluar el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la regulación emocional en estudiantes de primero de secundaria de una Institución Educativa pública 2022
- Evaluar el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la autonomía emocional en estudiantes de primero de secundaria de una Institución Educativa pública 2022
- Evaluar el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la competencia social en estudiantes de primero de secundaria de una Institución Educativa pública 2022
- Evaluar el efecto de la aplicación del programa familias fuertes en el desarrollo de la competencia para la vida y bienestar en estudiantes de primero de secundaria de una Institución Educativa pública 2022

VII. DIMENSIONES DEL PROGRAMA

- Conciencia emocional
- Regulación emocional
- Autonomía emocional
- Competencias sociales
- Competencias para la vida y bienestar

VIII.- INNOVACION QUE SE PRETENDE DESARROLLAR:

Aplicar estrategias metodológicas basadas en metodología de familias fuertes (2018) y el modelo de Bisquerra (2013) para desarrollar en los estudiantes habilidades socioemocionales a través del diseño y aplicación de sesiones que permitan la autorregulación, la empatía, la asertividad basado en comunicación y diálogo reflexivo para la resolución de conflictos, aplicación de competencias sociales y competencias para la vida y el bienestar que redundará en su vida personal, familiar, futura, profesional y en la transformación de las futuras generaciones, obteniendo una sociedad con cultura de paz. Para lo cual se tomara en cuenta los siguientes enfoques.

ENFOQUE TRANSVERSAL
ORIENTACION AL ENFOQUE DEL BIEN COMUN ENFOQUE DERECHOS ENFOQUE DE INCLUSION Y ATENCION A LA DIVERSIDAD ENFOQUE INTERCULTURAL ENFOQUE DE LA IGUALDAD DE GENERO

IX.- BENEFICIARIOS:

Los estudiantes beneficiados son 50 estudiantes de secundaria del turno tarde con quienes se aplica sesiones. Se trabajara con ellos porque se encuentran en la edad de transformación y reeducación por tanto el aprendizaje de habilidades socioemocionales será, más fructífero tal como lo mencionan Steingber (2013). Esta es la edad en la que el adolescente empieza a analizar y ser reflexivo en cuanto a sus acciones, generando cambios positivas en su conducta que será transferida a su vida diaria.

Educación secundaria		
Estudiantes	Padres	Familias
50	36	36

X.- RELEVANCIA DEL PROYECTO:

Este proyecto responde a la necesidad de la institución educativa de solucionar el problema de desarrollar en los estudiantes habilidades socioemocionales que permitirán sensibilizar, concientizar y reflexionar en relación con las conductas inapropiadas que limitan el logro de

aprendizajes en los estudiantes y clima armonioso en las aulas lo que permitirá que discrimine todo tipo de agresión, física, gestual, verbal o virtual, lográndose un ambiente emocional saludable.

XI. METODOLOGIA.

Se utilizarán metodología de familias fuertes, a través de la aplicación de talleres que favorezcan el desarrollo de habilidades socioemocionales, sin embargo recordemos que no hay modelos fijos para determinados aprendizajes visto que cada uno aprende desde su experiencia, para el cual se aplicaran 15 talleres dirigido a estudiantes de secundaria por un espacio de 45 minutos y con actividades de aplicación en el hogar para su reafirmación de las estrategias aprendidas.

INICIO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Saludo se recuerda los acuerdos para la dinámica del taller ✓ Se inicia con una dinamica
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se presenta una situación o un lema ✓ Observan un video. ✓ Reflexionan con preguntas y responden casos o dramatizan. ✓ Aplican lo aprendido a una situación particular
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Realizan la Metacognición mencionando ideas fuerza.
EXTENSION	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Aplican estrategias aprendidas en el hogar y lo comentan en la siguiente clase.

XII. DURACIÓN :

Duración : 17 de agosto 18 de noviembre	
Nº DE SESIONES	DURACIÓN DE LA SESIÓN
15	45 minutos

XII.- RECURSOS DISPONIBLES:

El proyecto mención: "CULTIVANDO PAZ Y BIENESTAR EN LOS DEMAS" puede llevarse a cabo sin disponer de enormes recursos económicos, esto lo que lo hace más viable la ejecución del proyecto. Entre los principales recursos tenemos:

8.1 RECURSOS Y MATERIALES:

RECURSOS HUMANOS	MATERIALES	RECUROS TECNOLOGICOS
<i>Coordinadora TOE</i> Profesora de secundaria Estudiantes Padres de familia	<i>Encuestas</i> <i>Papelotes</i> <i>Plumones</i> <i>Hojas, lápices de colores.</i>	<i>Videos</i> <i>Proyector</i> <i>computadora</i> <i>Plataforma Meet</i>

8.2 RECURSOS FINANCIEROS

El proyecto será autofinanciado por la docente

1.10 PRESUPUESTO:

ACTIVIDADES	RECURSOS	COSTO	FUENTE DE FINANCIAMIENTO
<ul style="list-style-type: none"> - Aplicación de sesiones basadas en metodología de familias fuertes. - Preparación de material pedagógico para cada sesión. - Envío de mensajes vía whatsapp. - Desarrollo de la sesión en la sala virtual y presencial 	Taller de laboratorio para el desarrollo de sesiones presenciales. Plataforma meet Whatasapp Sesiones.	Uso de internet. Datos para los móviles.	Financiado por la docente estudiantes. y/o padres de familia.

XIV. CRONOGRAMA DE TALLERES APLICADOS

NÚMERO DE SESIÓN	ACTIVIDADES	DIMENSIÓN	INDICADORES	ITEMS
1.	Soy consciente de las emociones que vivo	Conciencia emocional	Toma conciencia de las propias emociones	Del 1 al 5
2.	Doy nombre a las emociones	Conciencia	Da nombre a las emociones que	Del 1 al 5

	que experimento	emocional	experimenta	
3.	Reconociendo las emociones en los demás	Conciencia emocional	Comprende las emociones de los demás	Del 1 al 5
4.	Pienso luego actúo	Regulación emocional	Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento	Del 6 al 13
5.	Me expreso sin gritos	Regulación emocional	Expresión emocional	Del 6 al 13
6.	Rompiendo la cadena de la violencia con la técnica de la tortuga	Regulación emocional	Capacidad para la regulación emocional Uso de estrategias de afrontamiento	Del 6 al 13
7.	Practicando acciones que me generan alegría y bienestar	Regulación emocional	Capacidad para generar emociones positivas Perseverancia Habilidades de afrontamiento	Del 6 al 13
8.	Me acepto, me valoro y genero cambios.	Autonomía emocional	Autoestima Automotivación Autoeficacia emocional Responsabilidad	Del 14 al 21
9.	Hacer frente a la presión de los compañeros, Ayudar a otros. El valor de los buenos amigos".	Autonomía emocional	Capacidad para buscar ayuda y recursos-Resiliencia Actitud positiva ante la vida. Toma de decisiones responsables.	Del 14 al 21
10.	OBEDECIENDO REGLAS	Autonomía emocional	Capacidad para analizar críticamente las normas sociales	Del 14 al 21
11.	SOMOS MEJORES QUE AYER	Competencias sociales	Dominio de habilidades sociales	Del 22 al 31
12.	Valoro el esfuerzo de mis padres.	Competencias sociales	Capacidad para lograr respeto	Del 22 al 31
13.	Apreciando a los miembros de la familia valorando las cualidades de los demás	Competencias sociales	Dominio de habilidades sociales Capacidad para lograr respeto	Del 22 al 31
14.	Aprendo a ser asertivo con los demás	Competencias sociales	Asertividad Capacidad de comunicación receptiva, Capacidad de comunicación expresiva Compartir emociones	Del 22 al 31
15.	Ayudar a otros con el escudo protector	Competencias sociales	Comportamiento pro-social y cooperación	Del 22 al 31
16.	Cumpliendo mis metas y sueños	Competencias para la vida y bienestar	Fijar objetivos adaptativos Aprendizaje a partir de experiencias	Del 32 al 40
17.	Aprendiendo a escuchar para resolver conflictos	Competencias para la vida y bienestar	Capacidad para solucionar conflictos Capacidad de Negociación	Del 32 al 40
18.	Hacer frente al estrés Empleo de las reuniones familiares para el bienestar personal.	Competencias para la vida y bienestar	Aprendizaje a partir de experiencias Bienestar subjetivo	Del 32 al 40

IX. EVALUACIÓN

El programa Familias fuertes fue evaluado al inicio y al culminar su aplicación mediante un cuestionario.

SESION 1: SOY CONCIENTE DE LAS EMOCIONES QUE VIVO

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : Toma conciencia de las propias emociones.
MATERIALES : video, plumones, colores. Autoadhesivos.
MODALIDAD : Virtual/Presencial

Procesos	Estrategia	T
PRESENTACION MOTIVACION	Se le da la bienvenida al taller y se realiza la dinámica del saber escuchar Se les indica que tocare un ritmo con la mano y el siguiente tocara mi ritmo y hará el propio y así sucesivamente se les pregunta que hemos necesitado para realizar el ritmo sin equivocarnos... saber escuchar.	5'
DESARROLLO	<p>La profesora les presenta el siguiente caso: Paola todos los días llega seria y con rostro de pocos amigos a la escuela y cuando le preguntan ¿Que te sucede? Ella responde mal diciendo "estoy bien", sin embargo siempre está enojada y nadie quiere trabajar con ella ¿Por qué crees que Paola se siente así?, ¿sabes que emociones esta viviendo ella? ¿Cuántas emociones experimentas diariamente?.</p> <p>Graficar el estado emocional en el que se encuentra</p> <p>La profesora les invita a ver el siguiente video de las emociones https://www.youtube.com/watch?v=uW4fKMMMLqeg</p> <p>¿Cuántas emociones vemos? ¿Alguna vez te has descontrolado con estas emociones? ¿Y cuáles fueron las consecuencias? Como podemos hacer para manejarlas ¿Cómo puedes hacer para controlar tus emociones?.. Vemos el video https://www.youtube.com/watch?v=UK0gJuo8XDI la rabieta de Roberto</p> <p>¿De qué trata el video? ¿Por qué se enoja Roberto? ¿Qué menciona al respecto? ¿Qué acciones realiza? ¿Cómo quedan sus cosas y su espacio?</p> <p>¿De qué se da cuenta después? ¿Cuál fue su actitud luego? y en tu vida diaria ¿siempre actúas de esa manera, porque ? ¿Qué podemos hacer para tomar conciencia de nuestras emociones? Se motiva a los adolescentes en graficar un símbolo que le permita recordar que debe controlar sus emociones</p>	20'
CIERRE	<p>Responden las siguientes preguntas: ¿Qué emociones vives diariamente y con mayor frecuencia? ¿Qué podrías hacer para evitar realizar acciones que después te lamentas? ¿Qué fue lo más importante que aprendí en el taller?</p> <p>Escriben sus respuestas en los autoadhesivos.</p> <p>Se construye las Ideas fuerza con sus comentarios.</p> <p>Tener en cuenta que el tomar conciencia de las emociones que vivimos es complejo, sin embargo el dar la iniciativa de reconocer que vivimos intensamente emociones fuertes ya es el primer paso para generar cambios en la conducta.</p>	20'
DESPUES	En la semana tomaras conciencia de las emociones que vives con mayor frecuencia	

SESION 2: Doy nombre a las emociones que experimento

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : Reconoce las emociones que experimenta y le da nombre
MATERIALES : video, plumones, colores. Autoadhesivos.
MODALIDAD : Virtual/Presencial

Procesos	Estrategia	T
PRESENTACION MOTIVACION	Se le da la bienvenida al taller y se realiza la dinámica de elogios. Ejemplo: "Hola Juan te queda muy bien el nuevo corte de cabello". Juan responderá gracias, Carlos, y así sucesivamente se prosigue hasta el último estudiante.	5'
DESARROLLO	<p>Se les pregunta si tomaron conciencia de las emociones que vivieron en la semana.</p> <p>La profesora les presenta el siguiente caso: Alejandra de 12 años vive solo con su mama, y sus 2 hermanos de 2 años y el otro 15, su madre debe salir a trabajar porque solo vive con ella, en tal razón ella siempre ayuda a su mama en todo, y cumple con todas sus tareas incluso ayuda a hermanito pequeño pero su hermano mayor no hace nada y se queja de todo, ella se siente cansada, pero no le dice nada a sus mama porque no la quiere preocupar , observa que el hermano incluso no</p>	20'

	<p>estudia ... el fin de semana sus amigas le invitaron a una reunión pero ella no puede ir porque no tiene tiempo y tampoco tiene ropa.</p> <p>¿Cómo crees que se siente Alejandra? ¿Qué emociones experimentas?...</p> <p>Ahora vemos el video de la reina de colores https://www.youtube.com/watch?v=tOCK-dozrqc&t=9s</p> <p>Responderán las preguntas: ¿De qué trata el video? ¿Cuáles fueron las emociones que experimenta la reina? ¿Con que color se representa cada emoción? ¿Cuál fue la emoción que duro más tiempo? ¿Que hizo para que esa emoción y color desapareciera? ¿Las emociones que experimentados todas son negativas? ¿Porque? ¿Está bien llorar o no?</p> <p>Para explicar que son las emociones y como lo expresa el cuerpo observan el siguiente video. https://www.youtube.com/watch?v=zhp2E6FL3kw</p> <p>¿Cómo se evidencian las emociones? En los gestos, acciones, expresiones Dramatizamos una emoción.</p> <p>Se les plantea que ellos propongan el tema según la emoción que les tocó.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tu mama se alegra porque le comentaste que sacaste 20 en el curso que no estabas bien ALEGRIA • Viste a tu hermano con malos amigos y pegando a un niño pequeño y le tienes que decir a tu mamá. PREOCUPACION • Te acaban de comentar que un familiar o amigo esta muy delicado de salud y lo han desahuciado. TRISTEZA • Se metió un roedor a tu casa. ASCO • Tu hermanito pequeño ingreso a tu habitación y corto tu polo favorito. Y tu mama te dice que es pequeño ENOJO • Te arrepientes de haber pegado a tu hermano pequeño porque incluso cuando lo golpeaste se desmayó y tus padres tuvieron que llevarlo al hospital. CULPA. <p>Se explica que se debe reconocer las emociones y dar nombre a cada uno de ellas que son pasajeras y cuando son duraderas se convierte en sentimientos.</p>	
CIERRE	<p>Responden las siguientes preguntas:¿Qué son las emociones y como lo expresa tu cuerpo? Que sientes cuando estás enojado o triste?¿Lo puedes evitar? ¿Es bueno contener las emociones? ¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller?</p> <p>Escriben sus respuestas en los autoadhesivos. Se construye las Ideas fuerza con sus comentarios.</p> <p>Tener en cuenta que es importante tomar conciencia de las emociones que vivimos e identificarla y darle nombre y que además no es bueno reprimirlas porque puede generar enfermedades, por tanto debo aprender a liberarlas sin dañar a los demás.</p> <p>Escriben que aprendieron y que emociones vive frecuentemente .</p>	20'
DESPUES	<p>La siguiente sesión nos mencionas que emociones sentiste en tu día a día y que lo genero. Como te diste cuenta de ellos.</p> <p>Y si reconociste a algún familiar u otro con emociones agresivas y que hiciste.</p>	

SESION 3: Reconociendo las emociones en los demás

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : Comprende las emociones de los demás.
MATERIALES : video, plumones, colores. Autoadhesivos.
MODALIDAD : VIRTUAL- PRESENCIAL

Procesos	Estrategia	
PRESENTACION MOTIVACION	Se le da la bienvenida al taller y se realiza la dinámica. " Haciendo caras" Se les indica que cada uno expresa una emoción con el rostro o cuerpo y el compañero lo adivinará, en seguida se hará lo mismo con el compañero de al lado y así sucesivamente	5'
DESARROLLO	<p>Se les pregunta que emociones sentiste en la semana y reconociste algún familiar que vivió una emoción</p> <p>Dibujan las emociones que ven en los demás,</p> <p>La profesora les presenta la frase "Mirar con los ojos de otro, escucha con los oídos del otro, sentir y pensar con el corazón de otro " ¿Qué crees que nos dice esta frase?</p> <p>Les invita a ver el siguiente video https://www.youtube.com/watch?v=GEV-8wnvves el poder de las emociones</p> <p>Responderán las preguntas: ¿De qué trata el video? ¿Cómo te sientes después de ver el video? , ¿Qué emociones despierta en ti el video? ¿Podrás identificar las emociones en los demás? ¿Qué emociones vive el joven y como lo expresa, que señales da su cuerpo? ¿Cómo expresan las otras personas las emociones que ven al observar al joven? ¿Cómo</p>	20'

	podemos generar emociones buenas en los demás? ¿Cómo puedo hacer para poder sentir y comprender las emociones de los demás? Reflexionan el siguientes caso Tu compañero trabaja todas las mañanas vendiendo desayunos y llega cansado al aula ¿Qué podría hacer para hacerlos sentir mejor? Dibujan acciones de empatía con los demás. Vemos el siguiente video https://www.youtube.com/watch?v=J_9ZsvPlxfE cadena de la empatía y se les pregunta ¿Qué emociones experimentas?... Se motiva a los adolescentes tratar de entender porque debemos ser empáticos.	
CIERRE	Responden las siguientes preguntas: ¿Que es empatía? ¿cómo puedo lograr ser empático? ¿Cómo practico la empatía? ¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller? Escriben sus respuestas en los autoadhesivos. Se construye las Ideas fuerza con sus comentarios. Tener en cuenta que la empatía es la capacidad de entender y comprender las emociones y acciones que manifiestan las personas pero no significa justificarlas ni que las tenga que compartir	20'
DESPUES	La siguiente sesión nos mencionas que acciones de empatía que hayas realizado con tu familia.	

SESION 4: Pienso luego actúo

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento.
MATERIALES : video, plumones, colores. Autoadhesivos.
MODALIDAD : VIRTUAL- PRESENCIAL

Procesos	Estrategia	T										
PRESENTACION MOTIVACION	Se le da la bienvenida al taller y se realiza la dinámica de los hermanos siameses. En la que al ritmo de un fondo musical se desplazan indistintamente por toda el aula, cuando para la música, se explica que Dios indicara una orden y ellos la cumplirán por ejemplo, “Dios manda que seamos hermanos siameses de cabeza” y con la persona más próxima unirán sus cabezas y caminarán por el ambiente, y así sucesivamente.	5'										
DESARROLLO	<p>Se les pregunta que acciones de empatía realizaron con familias Se les invita a escuchar una melodía suave “carta a una madre” https://www.youtube.com/watch?v=cYyEch0W8BI y se les pregunta ¿cuáles fueron sus pensamientos? ¿Qué emociones sintieron? Escuchamos y vemos el siguiente https://www.youtube.com/watch?v=BT1FDbJQs_0 El adolescente que se va de la escuela Responderán las preguntas: ¿De qué trata el video? ¿Cuáles fueron las acciones que llevaron al adolescente a salir de la escuela? ¿Porque crees que los otros adolescentes no aceptaron lo que hicieron?, crees que reconocieron, sintieron y pensaron que habían actuado mal. ¿Cuáles serían los pasos para reconocer las emociones y actuar correctamente? Se les explica que para regular las emociones es importante cumplir 3 pasos: 1.Reconoce lo que sientes y respondemos a través de la ruleta de emociones Te ayudaras con la siguiente imagen. 2. Respeta lo que sientes: Ahora que has reconocido qué sientes, reflexiona en las siguientes ideas: •Las emociones son naturales. •Toda emoción es una reacción a un evento. •Las emociones nos indican cómo afrontar una dificultad. •La emoción es única y solo tuya.</p> <p>Ahora usa la siguiente cartilla para aprender a gestionar emociones.</p> <p>3. Pregúntate qué necesitas te puedes ayudar de las 2 ruletas. Revisa la lista de emociones que has identificado y anota al costado de cada emoción qué es lo que tú necesitas para afrontarla. Ahora completa el siguiente cuadro teniendo en cuenta en 1 situación que vives.</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>Situación</th> <th>Emoción.</th> <th>Pensamiento</th> <th>Que necesito</th> <th>Acción</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table> <p>Vemos el video https://www.youtube.com/watch?v=ped-Vde_xwl&t=122s el suicidio de una</p>	Situación	Emoción.	Pensamiento	Que necesito	Acción						20'
Situación	Emoción.	Pensamiento	Que necesito	Acción								

	estudiante por acoso de una de compañera ¿Te identificas con algún personaje ?.. ¿Porque? Se motiva a los adolescentes en graficar como controlar sus emociones.	
CIERRE	Responden las siguientes preguntas ¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller? Escriben sus respuestas en los autoadhesivos. Se construye las Ideas fuerza con sus comentarios. Tener en cuenta 3 pasos importantes para aprender a reconocer las emociones: reconoce lo que sientes, respeta lo que sientes, pregúntate que necesitas.	20'
DESPUES	En la siguiente semana nos cuentas como identificaste tus emociones, que lo genero, que pensamientos tuviste en ese momento y que necesitas para ayudarte y cuál fue la acción.	

SESION 5: Me expreso sin gritos.

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : Aprendo a expresarme emocionalmente para no dañar a los demás
MATERIALES : video, plumones, colores. Autoadhesivos.
MODALIDAD : VIRTUAL- PRESENCIAL

Procesos	Estrategia	T
PRESENTACION MOTIVACION	Se le da la bienvenida al taller y se realiza la dinámica del saber escuchar Se les indica que tocare un ritmo con la mano y el siguiente tocara mi ritmo y hará el propio y así sucesivamente se les pregunta que hemos necesitado para realizar el ritmo sin equivocarnos, saber escucha se les explica que es importante para relacionarse bien.	5'
DESARROLLO	Se les pregunta cómo fue con la regulación de las emociones, lograron identificar y gestionar adecuadamente sus emociones en la semana que paso. La profesora les presenta la frase: No siempre puedes controlar el viento pero puedes controlar tus velas ¿Qué crees que nos dice esta frase? Vemos el siguiente video https://www.youtube.com/watch?v=e7hignws A gritos con los mosquitos Responderán las preguntas: ¿de qué trata el video? ¿Cuál era la acción que realizaban la madre y la hija? ¿Qué pensaban las demás personas de ellas? ¿Qué le ocurría al padre? ¿Qué creo el padre? ¿En qué consistía esta creación? ¿Qué le ocurrió después a la madre e hija? ¿Quién las ayudo y cuándo? ¿De qué se dieron cuenta la madre y la hija? ¿Qué le ocurrió a los mosquitos, murieron? Se les pregunta ¿en tu hogar también hay gritos?, ¿Quiénes gritan? ¿Tú gritas? ¿Qué te genera el grito? ¿Qué podrías hacer para evitar los gritos en tu casa? Ahora establecen acuerdos de cómo evitar los gritos en todos los contextos donde se desenvuelven Se le motiva a graficar un símbolo para evitar los gritos. De tal modo que cada vez que se inicia alguna situación comprometedor, entonces mostrar un símbolo que significa no gritar y que se puede establecer de manera familiar.	
CIERRE	Responden las siguientes preguntas: ¿Cómo puedo evitar los gritos? ¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller? Escriben sus respuestas en los autoadhesivos. Se construye las Ideas fuerza con sus comentarios. Tener en cuenta que los gritos desestabilizan la armonía en cualquier contexto y por tanto se debe controlar las emociones regulándolas adecuadamente. Para poder expresarnos emocionalmente sin alterar a los demás.	20'
DESPUES	La siguiente sesión nos mencionas de qué manera estas controlando los gritos y como te fue con el símbolo para evitar los gritos.	

SESION 6: Rompiendo la cadena de la violencia

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : Capacidad para la regulación emocional Uso de estrategias Habilidades de afrontamiento
MATERIALES : video, plumones, colores. Autoadhesivos.
MODALIDAD : VIRTUAL- PRESENCIAL

Procesos	Estrategia	T
PRESENTACION MOTIVACION	Se le da la bienvenida al taller y se realiza la dinámica del abrazo Se les indica que caminaran indistintamente por el aula al ritmo de una melodía, cuando se corte la melodía deberán abrazar a la persona más cercana.	5'

DESARROLLO	<p>Se les pregunta cómo les fue con el símbolo de no al grito en casa. La profesora les presenta la frase: quiero ser agua y paz para los demás ¿Qué crees que nos dice esta frase?...</p> <p>Se les invita a ver el siguiente video de la CADENA DE la VIOLENCIA https://www.youtube.com/watch?v=PWYZ1m2Pt14&t=74s Responderán las preguntas: ¿De qué trata el video? ¿Cómo se inicia la cadena de la violencia? ¿Cómo se prolifera? ¿Cuándo termina? ¿Cómo puedes cortar la cadena de la violencia? ¿Que podría hacer para que termine?.</p> <p>Mostramos técnicas para controlar las emociones a través del el siguiente video https://www.youtube.com/watch?v=PtBi9BVL6o la técnica de la tortuga Responden? ¿En qué consiste la técnica de la tortuga?.</p> <p>Se les pide que Aplica la técnica de la tortuga con situaciones que ellos viven diariamente por ejemplo : Tu mama te grito porque tu hermanito se ensucio la ropa. Un amigo habla mal de ti. Agarraron tus cosas sin permiso. Empujaste a tu papa de casualidad y este mancho su camisa y te grito. Un compañero siempre te interrumpe. Un compañero espera que tú hagas todo el trabajo y te pide que lo consideres en el grupo. Escriben y grafican la situación de la técnica dela tortuga con su situación particular.</p>	20'
CIERRE	<p>Responden las siguientes preguntas: ¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller?, ¿De qué manera le pongo fin a la cadena de la violencia? Escriben sus respuestas en los autoadhesivos. Se construye las Ideas fuerza con sus comentarios. Tener en cuenta que las técnicas para la regulación de emociones me permite aplicar habilidades de afrontamiento para expresarme adecuadamente. Por ejemplo tu contaron que tu amiga hablo mal de ti. ¿Qué haces?</p>	20'
DESPUES	La siguiente sesión nos mencionas si reconociste en la semana si algún familiar inicia la cadena de la violencia y como lo regulaste.	

SESION 7: Practicando acciones que me generan alegría y bienestar

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : Generar emociones positivas con perseverancia, y la práctica de habilidades de afrontamiento de retos y conflictos.
MATERIALES : video, plumones, colores. Autoadhesivos.
MODALIDAD : VIRTUAL- PRESENCIAL

Procesos	Estrategia	T
PRESENTACION MOTIVACION	Se le da la bienvenida al taller y se realiza la dinámica del saludo, caminaran por el aula indistintamente al ritmo de la melodía y al termino de ella se encontrarán con algunas de las personas más cercana a ellos demostraran una forma de saludo creativo y original así lo harán con las personas que les toca por espacio de 3 veces.	5'
DESARROLLO	<p>Se les pregunta cómo les fue con la técnica anterior lo pudieron aplicar para regular sus emociones con la técnica de la tortuga y rompieron la cadena de la violencia. Los estudiantes comentan. La profesora les presenta la frase: si lloro, lloras, si estoy enojado te enojas, si tengo miedo, tú también lo tienes, si río tú también ríes... ¿qué crees que nos dice esta frase? Lo comentan. Ahora analizan el siguiente caso. Todos se ríen de Carlos porque su cabello es muy rizado y le han puesto apodos e incluso le quitan la silla en el aula y se ríen. ¿Qué opinas de esta situación? Observan el siguiente video https://www.youtube.com/watch?v=f_msajp1asa Indiferencia. ¿Qué nos dice el video? ¿Cómo se portaron las personas que observaban? ¿Qué hizo la persona mayor? ¿Por qué crees que lo hizo, que quería evitar? ¿De qué lado estas del anciano o de los espectadores? Está bien las burlas y risas de lo que le ocurre a los demás?, ¿si le quito la silla a un compañero me debo reír?¿cómo puedo contagiar a los demás el hacer buenas acciones? Ahora vemos el siguiente video. https://www.youtube.com/watch?v=bqobahFw9VM hacer acciones buenas para generar emociones buenas. Los estudiantes escribirán y dibujaran acciones que le dan emociones positivas y felicidad con perseverancia y lo pegan en el paleógrafo.</p>	20'
CIERRE	<p>Responden las siguientes preguntas: ¿De qué manera genero emociones positivas? ¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller? Escriben sus respuestas en los autoadhesivos. Se construye las Ideas fuerza con sus comentarios. Tener en cuenta que está en nuestras manos hacernos felices y hacer feliz a los demás, lo cual te genera más ánimos de seguir ayudando y también puedes ayudar a los demás a vivir</p>	20'

	estas mismas emociones, para generar paz en el mundo.	
DESPUES	En la semana identifica que acciones realizaste que te genere emociones positivas paz y tranquilidad y si pudiste enseñar a otros también a tener paz y tranquilidad.	

SESION 8 : Me acepto, me valoro y genero cambios. AUTOESTIMA

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : Aprende a valorarse, reconociendo sus fortalezas para que con ellas pueda superar sus debilidades de manera responsable y con autoeficacia.
MATERIALES : video, plumones, colores.
MODALIDAD : virtual/presencial

Procesos	Estrategia	
PRESENTACION MOTIVACION	Se le da la bienvenida al taller se recuerda los acuerdos Se inicia con la dinámica: "de Elogios". Ejemplo: "Gianella le dice a Álvaro", te queda muy bien tu cabello corto" quien responde "Gracias Gianella", se prosigue hasta el último estudiante.	5'
DESARROLLO	Se les pregunta como les fue en la dinámica de realizar acciones buenas En seguida se solicita que observen el video sobre el tema y responden: https://www.youtube.com/watch?v=SkepTHIKONw EL VALOR DE ACEPTARSE COMO ERES ¿De qué trata el video? ¿Qué expresión muestra el adolescente en un primer momento, porque? ¿Qué descubre el adolescente? ¿Cómo se siente la mascota a pesar de las circunstancias? ¿Que actitud toma luego el adolescente? ¿Qué nos demuestra este video? Ahora vemos el siguiente video, https://www.youtube.com/watch?v=NuNPpMS8Cts AUTOESTIMA ¿Cuáles son los comentarios negativos que mencionan los personajes? ¿Qué comentarios positivos se observan? Los que realizan comentarios negativos se debe a que tienen autoestima... negativa. Los que realizan comentarios positivos se debe a que tienen autoestima...positiva. Menciona 5 ejemplos de autoestima positiva. Menciona 5 ejemplos de autoestima negativa. Cuando tus emociones están alteradas puedes solucionar problema, Que debes hacer primero Que debes tener en cuenta siempre en relación a las adversidades o acciones que quieras realizar. Ahora te dibujaras y escribirás tus cualidades positivas en un lado y en el otro tus debilidades Y debajo escribirás como puedes usar tus fortalezas para superar tus debilidades Escribes un lema motivacional que te invita a seguir avanzando.	20'
CIERRE	¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller? ¿Qué es el autoestima? consiste en aceptarse valorarse reconocerse con sus debilidades para que con sus fortalezas las puedan superar teniendo en cuenta que se pueden generar cambios en beneficio personal. Además Tener mente positiva y decir que todo lo ira bien, Evitar juzgarte y criticarte, Valorar tus cualidades. Tener derecho a equivocarse los errores son una oportunidad para aprender y mejorar Recuerda que para solucionar un conflicto primero debes calmar tus emociones, para luego expresarlas.	20'
DESPUES	Identifica en la semana que acciones te elevan el autoestima y que te pudo bajar el autoestima y como lo solucionaste.	

SESION 9: "Hacer frente a la presión de los compañeros, ayudar a otros"

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : Usa recursos y estrategias de resiliencia, actitud positiva para tomar decisiones responsables
MATERIALES : video, plumones, colores.
MODALIDAD : VIRTUAL

Procesos	Estrategia	T
PRESENTACION MOTIVACION	Se le da la bienvenida al taller se recuerda los acuerdos de convivencia. Se inicia con la dinámica: "Jacobó dice". Dada la orden se forman en parejas. Ejemplo: ""Jacobó dice" que se agarren la cabeza, nariz, se formen en grupos de 3, 4, 5 en parejas.	5'

DESARROLLO	<p>Se les pregunta si pudieron identificar acciones que elevan su autoestima. Se solicita que observen el video sobre el tema, Responderán las preguntas: ¿Sabes que es la presión de grupo? ¿Alguna vez has sentido presión de grupo? A veces los amigos intentan convencer de hacer algo inadecuado Que acciones inadecuadas te proponen tus amigos..... ¿Es fácil decirle no? ¿Porque?... son amigos que conocemos o admiramos ¿Cómo podríamos enfrentar situaciones que nos puedan poner en problemas? ¿Qué pasos deberíamos seguir?...</p> <p>Se explica las estrategias para evitar la presión de grupo. Pasos para resistir la presión de grupo</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hacer preguntas 2. Nombrar el problema y decir lo que podría suceder 3. Mencionar otra opción 4. SEGUIR NUESTRO CAMINO 5. PERMANECER SERENO Y TRANQUILO. 6. LLAMAR AL AMIGO POR SU NOMBRE Y DECIRLE ESCUCHAME <p>Ejemplo: un amigo te dice ... vamos a robar a la tienda</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hacer preguntas ¿Porque quieres robar? 2. Decir lo que podría suceder ...Robar es un delito y puede suceder que te lleven a la comisaria y nuestros padres podrían enterarse 3. Sugerir otro opción, Que te parece mejor si te invito unas galletas que tengo. 4. Seguir nuestro camino TENGO ALGO QUE HACER, MEJOR ME VOYTE SIGUE 5. PERMANECER SERENO Y TRANQUILO ... RESPIRAR 6. LLAMAR AL AMIGOPOR SU NOMBRE Y DECIRLE "ESCUCHAME". CARLOS ESCUCHAME TE DIJE QUE NO VOY A HACER ESO QUE ME PIDES Y TEVAS <p>En parejas practican los siguientes ejemplos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Consumir bebidas alcohólicas ---Consumir drogas • Robarle al sr del quiosco.---Pegar al perro de la vecina • Arrancar todas las flores de un jardín---Destruir materiales de la institución. • Pegar a un compañero---Hacer una broma cruel • Copiar en el examen---Aceptar a un desconocido en internet. <p>Observamos las dramatizaciones que realizan, también lo escriben y dibujan ¿Consideras que un buen amigo te pedirá hacer acciones peligrosas? ...no ¿Cuáles son las cualidades de un buen amigo? Grafican y escriben las cualidades de los buenos amigo y de los que no los son.</p>	20'
CIERRE	<p>¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller? Cuales son los pasos para resistir a la presión de grupo. Cuáles son las cualidades de los buenos amigos. Escriben sus respuestas en autoadhesivos. Se les pregunta las personas que te proponen hacer cosas malas no son buenos amigos</p>	20'
DESPUES	Identifica en que momento de la semana tuviste la oportunidad de aplicar los pasos, y tomaste buenas decisiones.	

SESION 10: OBEDECIENDO REGLAS

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : Analiza críticamente las normas y las consecuencias de no obedecer reglas
MATERIALES : video, plumones, colores.
MODALIDAD : VIRTUAL

Procesos	Estrategia	T
PRESENTACION MOTIVACION	<p>Se le da la bienvenida al taller se recuerda los acuerdos de convivencia Se inicia con la dinámica: "del amor". Ejemplo: "¿Alex me quieres? Responde si te quiero, ¿porque me quieres? Te quiero por tu lindo cabello negro y todos los que tienen cabello negro cambian de lugar el que se quede sin lugar continua la dinámica. Se explica que es para aprender a escuchar, elogiar, seguir reglas. liderar</p>	5'
DESARROLLO	<p>Se les pregunta si en la semana pudieron aplicar los 6 pasos para evitar la presión de grupo e identifico a los buenos amigos Se solicita que observen el video sobre las reglas Responderán las preguntas: ¿De qué trata el video? ¿Alguna vez has practicado algún deporte o has jugado juegos de mesa? Por ejemplo has jugado a los encantados, cuales son las condiciones para jugarlo. ¿cómo se llaman esas condiciones?...reglas ¿Qué son las reglas? ¿Por qué son necesarias las reglas en el juego o en el</p>	20'

	<p>deporte?</p> <p>¿Qué nos permiten el cumplimiento de reglas?... las reglas nos permiten durante el juego sana diversión y orden durante la experiencia.</p> <p>Se pregunta en que otro momento se cumplen reglas y quienes las cumplen, por ejemplo quien maneja un auto, cuáles son las condiciones. Pero los adolescentes no son los únicos que cumplen reglas, también lo hacen los adultos</p> <p>¿Porque necesitamos reglas?</p> <p>¿Cuáles serán las consecuencias de no cumplir reglas o responsabilidades?</p> <p>Te imaginas que pasaría si alguno de tus padres no va a trabajar sin avisar o si llega tarde constantemente al trabajo... lo despedirían.</p> <p>¿Qué sucedería si dejan de pagar los servicios básicos del hogar, luz agua e internet? ¿Qué sucedería si un adulto agrede a otro adulto después de chocaron el auto porque se pasaron la luz roja? ¿Qué sucedería si un padre o madre no se ocupa de sus hijos menores? ¿Cuáles serían las consecuencias?</p> <p>Se les recuerda que las consecuencias para adultos pueden ir desde perder dinero, el trabajo, la libertad custodia de sus hijos menores, pagar multas, etc.</p> <p>Las reglas son importantes porque regulan la convivencia y porque detrás de estas siempre hay un valor o un principio que lo respalde.</p> <p>¿Cuáles serían las reglas para mejorar los aprendizajes en el aula?</p> <p>¿Y de no cumplirlas cuales serían las consecuencias?.</p> <p>Escriben cuando no cumplieron las reglas y cuáles fueron las consecuencias por no cumplirlas. Y si no se las dieron que sanción piensan debieron dárselas.</p>	
CIERRE	<p>¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller?</p> <p>Escriben sus respuestas en autoadhesivos.</p> <p>Se construye las Ideas fuerza con sus comentarios.</p>	20'
DESPUES	<p>Toma nota de dos ocasiones en la semana de la cual no cumpliste las normas en la escuela y cuáles fueron las consecuencias.</p>	

SESION 11: SOMOS MEJORES QUE AYER

GRADO	: 1ro de secundaria
DOCENTE	: María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO	: Practica y domina las habilidades sociales
	: Establece acuerdos para vivir en armonía en la escuela y en el hogar
MATERIALES	: video, plumones, colores. Autoadhesivos.
MODALIDAD	: Virtual/Presencial

Procesos	Estrategia	T
PRESENTACION MOTIVACION	<p>Se le da la bienvenida al taller y se realiza la dinámica del titanic, el barco se va hundir y se salvaran las personas que se formen de 2, 3 etc.</p>	5'
DESARROLLO	<p>Les pregunta cómo les fue con el cumplimiento de reglas en casa si las cumplieron y que sanción les dieron si no fue así.</p> <p>La profesora les presenta la frase. Si una casa está dividida contra sí misma, tal casa no puede permanecer. Marcos 3. 20-27 ¿Qué significa este mensaje?.</p> <p>Analiza el siguiente caso: Susana siempre va temprano a la escuela y es muy cumplida con todas sus actividades por ellos sus compañeros siempre quieren hacer grupo con ella para poder tener buena nota, sin embargo ella les ha mencionado que trabajara sola porque siente que hay mucho trabajo para ella al final. ¿Por qué crees que Susana se siente así? ¿Que se podría hacer para que Susana ya no se sienta así? ¿Qué se debe establecer?</p> <p>Explica la importancia de establecer acuerdos para poder armonizar el trabajo en la escuela y mejorar las relaciones con los demás. Para lo cual será necesario establecer acuerdos y usar las palabras mágicas.</p> <p>Se solicita que observen el video. Palabras mágicas https://www.youtube.com/watch?v=cg6DawbmPCs</p> <p>Responderán las preguntas: ¿De qué trata el video?</p> <p>¿Cuáles son las palabras mágicas que deben estar en nuestra vida diaria?</p> <p>¿Cuándo usamos las palabras mágicas? ¿Dónde deben estar establecidas estas palabras mágicas?... acuerdos, normas. ¿Donde deberían estar establecidas estas palabras mágicas?... en la escuela y en el hogar.</p> <p>Los invitamos a que ellos mismo formulen los acuerdos. ¿Cómo te gustaría que fuera el trato en tu casa y en la escuela? Establecen acuerdos de manera colectiva que será llevada al hogar para ponerla en práctica. Se induce a que</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saludar con alegría --- Cuando alguien habla los demás escuchan • Levantar la mano para pedir la palabra y esperar que le den el turno 	20'

	<ul style="list-style-type: none"> • Hablar sin alzar la voz---Menciona la falta realizada, pido disculpas y reparo el daño.---Cumplo mis promesas y actividades que debo realizar. • Siempre ayudo sin que los demás me lo pidan. Se motiva a los adolescentes en graficar uno de los acuerdos establecidos y pegarlo en su habitación. Y les comentan a sus padres que todos los cumplirán 	
CIERRE	<p>Responden las siguientes preguntas: ¿Cuál de las normas mencionadas es la que consideras es tu debilidad? ¿Qué podrías hacer para cumplirla? ¿Qué fue lo más importante que aprendí en el taller? Escriben sus respuestas en los autoadhesivos. Se construye las Ideas fuerza con sus comentarios. Tener en cuenta que el cumplimiento de acuerdos permite el disfrute de sentirse mejor y hacer sentir mejor a los demás.</p>	20'
DESPUES	<p>Pega los acuerdos establecidos en tu hogar en un lugar visible de tu casa y poner en práctica aquellas que considera son su debilidad y explica como hizo para cumplir este acuerdo. Compromete a tus padres a que también mencionen una debilidad suya y que realicen acciones para cumplirla.</p>	

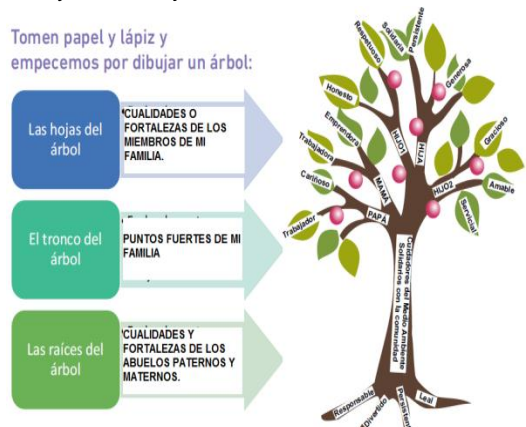
SESION 12: VALORANDO EL ESFUERZO DE TUS PADRES

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : Aprender a respetar y apreciar las acciones de sus padres valorando sus esfuerzos.
MATERIALES : video, plumones, colores.
MODALIDAD : VIRTUAL/ presencial

Procesos	Estrategia	
PRESENTACION MOTIVACION	<p>Se le da la bienvenida al taller Se inicia con la dinámica: "soy feliz porque ...". Ejemplo: "Luis le dice soy feliz porque almorcé mi plato favorito que mi mama me preparo y así sucesivamente.</p>	5'
DESARROLLO	<p>Se les pregunta cómo les fue con el cumplimiento de cormas en casa Se solicita que observen el video instructivo valorando el esfuerzo de los padres Responderán las preguntas: ¿De qué trata el video? Menciona las ventajas desventajas de ser padre o madre responsable. Menciona las ventajas desventajas de ser adolescente responsable ¿Quién tiene más desventajas los padres o adolescentes? ¿Porque? ¿Qué hacen tus padres para pasarla bien? Ejemplo salir de paseo. ¿Qué aprendes con tus padres? Tareas bailar ¿Qué recibes de tus padres? Casa, alimento etc ¿Cómo les muestran a mor tus padres? ¿Porque crees que tus padres a veces están enfadados? Tus padre o tu madre no se pueden concentrar porque tienen alguna preocupación. Tus padres quieren que seas una persona exitosa. Tus padres también necesitan divertirse de vez en cuando. A Tus padres les gustaría pasar más tiempo con ustedes. Entonces ahora cada vez que veas a tus padres enojados ¿Qué pensaras? ¿Qué harás para ayudarlos? Ahora graficaran todo lo que sus padres o madres hacen por ustedes y por los cuales se sienten agradecidos. Se motiva a los adolescentes a desplegar su creatividad para el dibujo solicitado.</p>	20'
CIERRE	<p>¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller? Escriben sus respuestas en autoadhesivos. Se construye las Ideas fuerza con sus comentarios. Es muy importante reconocer lo que nuestros padres hacen por nosotros, tratando de entenderlos o poniéndonos en su lugar. y ver las cosas desde su punto de vista, puede ayudar a mejorar la relación con nuestros padres y madres Una buena forma de demostrar el agradecimiento, es Hacer elogios lo podemos decir o escribir en pequeñas notas o cartas, dando cumplidos por todo lo que hacen por nosotros. No existe una escuela para formar padres, se aprende día a día y cada uno hace lo mejor que puede hacer. No siempre los padres están en condiciones de atender todas nuestras exigencias.</p>	20'
DESPUES	<p>La siguiente sesión si tuviste la oportunidad de agradecer a tus padres todo lo que te da.</p>	

SESION 13: Apreciando a los miembros de la familia y valorando las cualidades de los demás.

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : Reconocer y respetar las cualidades en los demás para mejorar el aprecio que se tiene Por ellos y afianzar nuestras habilidades sociales.
MATERIALES : video, plumones, colores, fotos.
MODALIDAD : virtual presencial

Procesos	Estrategia	T
PRESENTACION MOTIVACION	Se le da la bienvenida al taller Se iniciaran con la dinámica: “valorando las cualidades de mi familia”. Mencionaran una cualidad o fortaleza que destaca su familia. Ejemplo: “Yo soy Anita, y a mi familia es muy religiosa”... Se prosigue hasta el último estudiante.	5'
DESARROLLO	<p>Se les pregunta si lograron reconocer los esfuerzos de sus padres y se lo dijeron Se solicita que observen el video sobre el tema el árbol familiar Responderán las preguntas: ¿De qué trata el video? ¿Qué es una cualidad o fortaleza? son acciones que permiten que una persona destaque, está en relación a los valores que practica. Por ejemplo respeto. Se muestra un listado de cualidades de las personas ¿Cuáles son las cualidades o fortalezas de tu familia? has un listado de 10 fortalezas que tiene tu familia ayudándote de la imagen Ahora realizaras tu árbol familiar con dibujos de tal modo que en cada rama escribirás los nombres de los integrantes de tu familia. y en las hojas escribirás las cualidades. en las raíces escribirás las cualidades de tus abuelos y en el tronco el punto fuerte de tu familia por ejemplo. “somos una familia de mucha fe”, “somos una familia muy alegre”, “somos una familia muy solidaria”... “somos una familia protectora de la naturaleza”.... Si gustas puedes añadir imágenes de los integrantes de tu familia, decóralo y pégalo en tu comedor.</p> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 20px;"> <p>Tomen papel y lápiz y empecemos por dibujar un árbol:</p> <ul style="list-style-type: none"> Las hojas del árbol → CUALIDADES O FORTALEZAS DE LOS MIEMBROS DE MI FAMILIA. El tronco del árbol → PUNTOS FUERTES DE MI FAMILIA Las raíces del árbol → CUALIDADES Y FORTALEZAS DE LOS ABUELOS PATERNOS Y MATERNOS. </div>  </div> <p>Lista de cualidades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li style="width: 33%;">• Sentido del humor <li style="width: 33%;">• Gracioso <li style="width: 33%;">• Agradable <li style="width: 33%;">• Servicial <li style="width: 33%;">• Respetuoso <li style="width: 33%;">• Guapo <li style="width: 33%;">• Alegre <li style="width: 33%;">• Capaz <li style="width: 33%;">• Imaginativo <li style="width: 33%;">• Bonita <li style="width: 33%;">• Sagaz <li style="width: 33%;">• Solidario <li style="width: 33%;">• Inteligente <li style="width: 33%;">• Cooperativo <li style="width: 33%;">• Persistente <li style="width: 33%;">• Brillante <li style="width: 33%;">• Responsable <li style="width: 33%;">• Comprensivo <li style="width: 33%;">• Protector <li style="width: 33%;">• Importante <li style="width: 33%;">• Paciente <li style="width: 33%;">• Limpio <li style="width: 33%;">• Fuerte <li style="width: 33%;">• Honesto <li style="width: 33%;">• Cariñoso <li style="width: 33%;">• Vivaz <li style="width: 33%;">• Feliz <li style="width: 33%;">• Conciliador <li style="width: 33%;">• Tranquilo <li style="width: 33%;">• Activo <li style="width: 33%;">• De confianza <li style="width: 33%;">• Atlético <li style="width: 33%;">• Juguetón <li style="width: 33%;">• Considerado <li style="width: 33%;">• Afectuoso <li style="width: 33%;">• Encantador <li style="width: 33%;">• Buen cocinero <li style="width: 33%;">• Divertido <li style="width: 33%;">• Confiable <li style="width: 33%;">• Sensible <li style="width: 33%;">• Buen compañero <li style="width: 33%;">• Sereno <li style="width: 33%;">• Buen oyente <li style="width: 33%;">• Amistoso <li style="width: 33%;">• Pulcro <li style="width: 33%;">• Organizado <li style="width: 33%;">• Bondadoso <li style="width: 33%;">• Enérgico <li style="width: 33%;">• Creativo <li style="width: 33%;">• Muy trabajador 	20'
CIERRE	¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller? Escriben sus respuestas en autoadhesivos., Una forma de contribuir a fortalecer los lazos familiares es reconociendo las cualidades y fortalezas y valores de sus miembros.	20'
DESPUES	Pegan su árbol familiar de cualidades en un lugar visible de su hogar.	

SESION 14: Aprendo a ser asertivo con los demás

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : comparto mis emociones con comunicación receptiva, expresiva y asertividad
MATERIALES : video, plumones, colores. Autoadhesivos.
MODALIDAD : VIRTUAL- PRESENCIAL

Procesos	Estrategia	T
PRESENTACION MOTIVACION	Se le da la bienvenida al taller y se realiza la dinámica siguiente mencionan el nombre de 2 canciones que les gusta y luego dirán el nombre de la primera canción seguida de la palabra “Al inicio” y luego mencionaran la segunda canción seguida de la segunda palabra “Al final”. Ejemplo: Me fascina al inicio y a mí me gustan mayores al final	5'

DESARROLLO	<p>La profesora les presenta la frase “Quiere más cuando menos lo merezca tal vez sea cuando más lo necesito” les repregunta que significa esta frase, analizan la frase? Les invita a ver el siguiente video https://www.youtube.com/watch?v=FogHV8KPYNk ¿Qué es la asertividad? ¿Cuándo debemos ser asertivos? Se les explica que para ser asertivos es importante manifestar al otro la incomodidad sin dañarlo</p> <p>Ahora vamos a practicar la estrategia siguiente me siento cuando porque y me gustaría EJEMPLO: tu mama llega a casa molesta</p> <p>¿Me siento? Preocupada ¿Cuándo? Llegas a casa molesta ¿Porque? Me hacer sentir triste Me gustaría que llegues y me puedas contar lo que te paso para poder ayudarte. Identifican una situación personal y aplican la técnica Lo escriben y dibujan</p>	20'
CIERRE	<p>Responden las siguientes preguntas:¿Que es Asertividad?¿porque debo ser asertivo? ¿Cómo practico la asertividad? ¿Cuándo expresas lo que sientes sin dañar al otro cómo te sientes ¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller?</p> <p>Escriben sus respuestas en los autoadhesivos.</p> <p>Se recuerda que es importante expresar nuestro sentir con calma, tratando imaginar lo que pueden haber vivido las personas que nos preocupan para comprender el porqué de su actitud. Además me siento expresa sentimiento. El cuándo expresa la acción o conducta inadecuada Por qué expresa la razón que te genera la acción. Y EL Me gustaría expresa la conducta deseada Tener en cuenta que la asertividad es la capacidad de expresar al otro sin dañarlo</p>	20'
DESPUES	La siguiente sesión nos mencionas que acciones de asertividad realizaste con tu familia	

SESION 15: “ Ayudar a otros con el escudo protector”

GRADO	: 1ro de secundaria
DOCENTE	: María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO	: Identifica y comprender los principios de su familia y los pone en práctica, para el Comportamiento pro social y de cooperación.
MATERIALES	: video, plumones, colores.
MODALIDAD	: VIRTUAL/ PRESENCIAL

Procesos	Estrategia	T
PRESENTACION MOTIVACION	<p>Se le da la bienvenida al taller se recuerda los acuerdos de convivencia</p> <p>Se inicia con la dinámica: “Reconociendo las acciones positivas de los demás”.</p> <p>Ejemplo: “Fernando le dice a Álvaro eres un amigo muy comprensivo”, quien responde “Gracias Fernando” , se prosigue hasta el último estudiante</p>	5'
DESARROLLO	<p>Se pregunta si logaron aplicar la técnica del me siento cuando porque y me gustaría</p> <p>Se solicita que observen el video sobre el tema, Responderán las preguntas: ¿Cuáles son los principios de las familias? ¿Qué es un principio? Los principios forman parte del sistema de valores y creencias y también actúan como factores que van a proteger a sus hijas e hijos adolescentes de conductas riesgosas. Además que orientan y regulan nuestra vida. Manifiestan nuestra forma de ser, pensar y actuar.</p> <p>¿Dónde se evidencian nuestros principios y valores? en nuestras acciones diarias</p> <p>Ejemplo si una familia tiene la característica de ayudar a los demás está practicando el principio de la solidaridad.</p> <p>Sandra y Manuel ayudan a su mamá a vender tamales para la construcción de un local para toda su comunidad, están poniendo en práctica el servicio a la comunidad.</p> <p>La familia Ruiz le gusta disfrutar de la naturaleza y de comer en el campo. Ellos tienen el hábito de llevar bolsas de basura para recoger los restos que ellos y otros visitantes dejan. Están poniendo en práctica cuidado del medio ambiente.</p> <p>¿Para qué sirven los principios? Para superar momentos difíciles y crecer juntos y poder ayudar a otros. ¿Todas las familias tienen los mismos principios? ¿Qué principios practica tu familia? Honestidad, solidaridad, trabajo duro, religión.</p> <p>Ahora dibujarás un escudo protector con los principios de tu familia.</p> <p>Ahora estos principios los usaras para poder ayudar a otros por ello vemos el siguiente video y respondo con la técnica ¿Qué hago cuándo? Tienes varias opciones cual crees que sería las más apropiadas... Ejemplo. Se robaron el celular de tu amigo,</p> <p>Vas a pedir ayuda, Hablas con tus padres, Hablas con el tutor o con un amigo</p> <p>Vas a la oficina del director y lo reportas, Hablas con un buen amigo</p> <p>¿Qué hago cuándo? mi amigo está preocupado porque sus padres se están separando. Escuchas a tu amigo, Hablas con tus padres, Hablas con tutor</p> <p>Hablas con un buen amigo ¿Qué hago cuándo? mi amigo se fugó de casa y me dijo a donde iría Escuchas a tu amigo y tratas d entender su punto de vista</p> <p>Vas a pedir ayuda Hablas con tus padres tutor o un buen amigo.</p>	20'

CIERRE	¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller? Escriben sus respuestas en autoadhesivos. Se construye las Ideas fuerza con sus comentarios. Los principios son un conjunto de valores que se evidencian en nuestra forma de ser, pensar y actuar. Todas las familias tienen diversos principios. Los principios en la familia nos ayudan a resolver problemas y salir adelante.	20'
DESPUES	Realiza alguna acción en la semana en la que pongas en práctica tus principios. Para ayudar a otros y descríbelo.	

SESION 16: CUMPLIENDO NUESTRAS METAS Y SUEÑOS

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : Establecer objetivos adaptativos a través de metas y sueños para cumplir sus proyectos personales
MATERIALES : video, plumones, colores.
MODALIDAD : VIRTUAL/ presencial

Procesos	Estrategia	T
PRESENTACION MOTIVACION	Se le da la bienvenida al taller y se establecen los acuerdos de Se iniciaran con la dinámica: "Me pica". Ejemplo: "Soy Juan y me pica la boca". A continuación, el que le sigue tiene que decir cómo se llamaba el anterior y dónde le picaba y agregar su nombre y donde le pica. Se prosigue hasta el último estudiante.	5'
DESARROLLO	Se les pregunta en que momento de la semana aplicaron sus principios. Se solicita que observen el video sobre sueños y metas para el futuro Responderán las preguntas: ¿De qué trata el video? ¿Conocen a algún joven exitosos que ha destacado en nuestro país? ¿Quiénes? ¿Fue fácil para ellos lograr su objetivo? ¿Quiénes los ayudaron? ¿Conocen a algún joven exitosos de su comunidad, del colegio o familia que ha destacado y ahora es profesional? ¿Qué metas deseas alcanzar para tu futuro? Por ejemplo, cantante, caricaturista programador, futbolista, contador, ingeniero Los estudiantes mencionan sus futuras carreras que piensan seguir más adelante. por ejemplo para ser médico o deportistas para lo cual es necesario -Obtener mejores notas en todas las áreas. -Terminar los estudios secundarios. Ser organizado. Hacer deporte y alimentarse bien. -Desarrollar habilidades especiales. -Prepararse para postular a la universidad o instituto -Concluir los estudios superiores y obtener el título - Realizar las practicas con respecto a la profesión que estudiamos - Buscar empleo Ahora graficaran sus sueños y metas en un proyecto llamado "Mapa del Tesoro"; Se motiva a los adolescentes a crear su propio mapa, basándose en sus sueños y metas, mencionando que sean creativos en el que podrán dibujar o escribir. Exponen sus mapas del tesoro y los pegan en su habitación.	20'
CIERRE	¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller? Escriben sus respuestas en autoadhesivos Tener sueños, intereses y un proyecto de vida y aprender de las experiencias permitirá que avance sin dificultades y logre mis metas lo cual me produce sensaciones placenteras, alienta la competencia sana y el desarrollo de nuestras capacidades.	20'
DESPUES	La siguiente sesión nos mencionaras cuantas horas dedicaste a tus tareas diariamente y en qué momento lo hiciste, además mencionaras a qué hora realizas deporte o pasatiempos y consumes frutas.	

SESION 17: APRENDIENDO A ESCUCHAR PARA RESOLVER CONFLICTOS

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : Aprender a solucionar conflictos a partir de la negociación.
MATERIALES : video, plumones, colores, hojas
MODALIDAD : virtual/presencial.

Procesos	Estrategia	
RESENTACION MOTIVACION	Se le da la bienvenida al taller Se inicia con la dinámica: "Jacobó dice". La cual consiste en realizar órdenes sencillas como Jacobó dice que sonrías, que te agarres la nariz, las orejas, quiñes el ojo derecho, ojo izquierdo etc.	

DESARROLLO	<p>Se les pregunta si lograron realizar acciones para alcanzar sus metas y sueños Se solicita que observen el video instructivo aprendiendo a resolver conflictos. Se les pregunta cuales son ,los pasos para resolver un conflicto Identificar el problema: La familia Hernando tiene dificultades cada mañana cuando todos tienen que prepararse para la escuela y el trabajo. Tienen sólo un baño y todos quieren usarlo al mismo tiempo.Escuchar los puntos de vista de cada uno ¿Cuál es el punto de vista del papá?¿Cuál es el punto de vista del mamá? ¿Cuál es el punto de vista del hijo? Cada uno da alternativas de solución. Analizan cada sugerencia y eligen una y lo ponen en práctica por una semana. Ahora Elige un problema que se presenta a menudo en el trabajo grupal Escucha los puntos de vista de cada uno de los integrantes del grupo. Que cada integrante plantee una alternativa de solución para resolver el problema. Discutan las posibles soluciones. Elijan una alternativa de solución y pónganlo a prueba.</p>	30'
CIERRE	<p>¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller? ¿Cómo se pueden solucionar conflictos? Se construye las Ideas fuerza con sus comentarios. los conflictos nos permiten desarrollar nuestra creatividad para solucionarlos además de saber escuchar, empatía y solidaridad. Por ello es importante tomar en cuenta los 4 pasos mencionados que también serán una herramienta útil y que podrán usar en su vida adulta</p>	10'
DESPUES	<p>Apliquen los mismos pasos para solucionar problemas en el hogar con los integrantes de sus familias</p>	

SESION 18: HACER FRENTE AL ESTRES

GRADO	: 1ro de secundaria
DOCENTE	: María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO	: aprendo a partir de experiencias, a aplicar maneras saludables de combatir el estrés
MATERIALES	: video, plumones, colores.
MODALIDAD	: virtual/presencial

Procesos	Estrategia	T
PRESENTACION MOTIVACION	<p>Se le da la bienvenida al taller .Se iniciaran con la dinámica: “El ceviche”. Se solicita a cada participante que mencione un ingrediente del ceviche, en la primera ronda y en la segunda ronda deberán decir que les gusta realizar diariamente y mencionaran la el termino me pica seguida del nombre del ingrediente del ceviche que mencionaron, prenderán sus cámaras y participaran de acuerdo al orden en la que se encuentran en la imagen. Ejemplo: “Yo soy Anita , me gusta cantar y me pica el choclo”. Se prosigue hasta el último estudiante.</p>	5'
DESARROLLO	<p>Se les pregunta si lograron aplicar los pasos para la solución de un conflicto en el hogar Se solicita que observen el video Responderán las preguntas:¿Qué es el estrés? ¿Cómo identificas que tienes estrés?¿Qué cambios produce el estrés? en su sentir, pensar, actuar relacionarse con los demás. ¿Qué te genera estrés? ¿Conocen a alguien que se enfermó de estrés? ¿Qué puedes hacer para gestionar el estrés? Los estudiantes mencionan acciones para combatir el estrés Hacer ejercicio, Conversar con los amigos u otras personas de confianza, Contar hasta 10 y pensar en soluciones Pasar tiempo solo caminar,Respirar profundamente, Consumir alimentos saludables. Valeriana, lechuga, muchas frutas y verduras. Realizar lo que más nos agrada como pintar, cantar bailar. Se motiva a los adolescentes a establezcan acciones para evitar el estrés Se dibujan o escriben lo que te genera estrés y formas saludables de solucionarlo.</p>	20'
CIERRE	<p>¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller? Se construye las Ideas fuerza con sus comentarios. El estrés se produce ante una situación fuera de lo habitual que provoca tensión provocados en el colegio, la familia, los amigos, etc. No saber afrontar de manera positiva puede terminar involucrándote en mas problemas. El estrés puede generar múltiples síntomas signos</p>	20'
DESPUES	<p>Toma nota de una ocasión en la semana cuando tuviste estrés y como lo controlaste</p>	

SESION 19: Empleo de las reuniones familiares para el bienestar personal y familiar

GRADO : 1ro de secundaria
DOCENTE : María Elena Chuquiray Del Pino
OBJETIVO : Comprender el valor de las reuniones familiares para el bienestar subjetivo, personal y Familiar
MATERIALES : video, plumones, colores.
MODALIDAD : virtual/presencial

Procesos	Estrategia	
PRESENTACION MOTIVACION	Se le da la bienvenida al taller se recuerda los acuerdos de convivencia. Se inicia con la dinámica: "de Elogios". Se solicita que prendan sus cámaras y participen de la dinámica según la lista presentada en diapositiva, mencionando cualidades positivas. Ejemplo: "Alexa le dice a Rita, te queda muy bien el cabello recogido", quien responderá diciendo "gracias Alexa" y A continuación, se prosigue hasta el último estudiante.	5'
DESARROLLO	Se les pregunta si en la semana pudieron solucionar el problema de estrés que tuvieron en casa o en la escuela. Observan un video sobre reuniones familiares: ¿Para que nos sirven las reuniones familiares? ¿Cómo se debe realizar las reuniones familiares? ¿Cuáles son las condiciones? Busca un lugar cómodo donde se puedan reunir todos. Pacta la hora de reunión Una vez que todos están reunidos inicia con la dinámica de elogios para cada uno de los integrantes de la familia. En segundo lugar se escucha las opiniones de todos sin criticas ni humillaciones Revisar los acuerdos. Si todo está bien se continúa con la misma dinámica. Hacer la reunión lo más breve posible. Finalmente se sugiere culminar la reunión compartiendo un postre, un abrazo familiar, aplausos para todos, O ver televisión juntos. Se los anima a empezar a practicar las reuniones familiares de las que hablamos en la sesión. Describen su reunión familiar y lo dibujan	20'
CIERRE	¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller? Se construye las Ideas fuerza con sus comentarios. Las reuniones familiares son una buena ocasión para que las familias planifiquen actividades, comuniquen planes, resuelvan problemas y se diviertan juntas. Se introduce el concepto de elogio. Es algo que le digo a otra persona que aprecio de ella o agradezco poder ser algún aspecto de su apariencia o su forma de ser.	20'
DESPUES	Se sugiere que apliquen los pasos en casa con su familia.	



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, CUENCA ROBLES NANCY ELENA, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Programa familias fuertes para desarrollar habilidades socioemocionales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública de Lima, 2022", cuyo autor es CHUQUIRAY DEL PINO MARIA ELENA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 17.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo 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.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 06 de Enero del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
CUENCA ROBLES NANCY ELENA DNI: 08525952 ORCID: 0000-0003-3538-2099	Firmado electrónicamente por: NCUENCAR el 06- 01-2023 12:20:48

Código documento Trilce: TRI - 0511170