



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PROBLEMAS DE APRENDIZAJE**

**Programa “Seamos asertivos” para mejorar las habilidades
sociales en adultos con discapacidad intelectual de un CAR,
Arequipa 2023**

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Problemas de Aprendizaje

AUTORA:

Aranibar Nuñez, Vania Andrea (orcid.org/0000-0003-4784-6057)

ASESORES:

Mg. Cerafin Urbano, Virginia Asunción (orcid.org/0000-0002-5180-5306)

Mg. Josco Mendoza, Janet Cenayra (orcid.org/0000-0001-8544-269X)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Problemas de Aprendizaje

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la Educación en todos sus
niveles

LIMA – PERÚ

2023

DEDICATORIA

A mi querida familia y a mi futuro esposo por siempre brindarme el apoyo incondicional para lograr con mis objetivos propuestos.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a la Escuela de Post Grado de la Universidad César Vallejo, por brindarme la posibilidad de crecer profesionalmente y contribuir con el logro de mis metas.

A la Mg. Virginia Asunción Cerafin Urbano, asesora de la investigación, por brindarme su orientación y motivación en la conducción del diseño y desarrollo de la presente tesis.

Al director del centro de atención residencial, y en especial a los residentes por su apoyo y participación en la presente investigación.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	iv
ÍNDICE DE TABLAS	vi
ÍNDICE DE FIGURAS	vii
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	11
3.1. Tipo y diseño de investigación	11
3.1.1 Tipo de investigación	11
3.1.2 Diseño de investigación	11
3.2. Variables y operacionalización	12
3.3. Población, muestra y muestreo	13
3.3.1 Población	13
3.3.2 Muestra	13
3.3.3 Muestreo	13
3.3.4 Unidad de análisis	13
3.4. Técnica e instrumento de recolección de datos	13
3.5. Procedimiento	14
3.6. Métodos de análisis de datos	14
IV. RESULTADOS	16
3.1. Resultados descriptivos por dimensiones y variables	16

V. DISCUSIÓN	21
VI. CONCLUSIONES	27
VII. RECOMENDACIONES	28
REFERENCIAS	29
ANEXOS	

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Distribución de niveles de la variable de habilidades sociales	25
Tabla 2 Distribución de niveles de la dimensión no verbal	25
Tabla 3 Distribución de niveles de la dimensión verbal.	26
Tabla 4 Prueba de normalidad según Shapiro – Wilk para habilidades sociales y sus dimensiones.	27
Tabla 5 Prueba de Wilcoxon para probar la hipótesis general según rangos y estadísticos de contraste.	27
Tabla 6 Prueba de Wilcoxon para probar la hipótesis específica 1, según rangos y estadísticos de contraste.	28
Tabla 7 Prueba de Wilcoxon para probar la hipótesis específica 2, según rangos y estadísticos de contraste.	29

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Diferencias entre pre-test y post-test de las habilidades sociales	78
Figura 2 Diferencias entre pre-test y post-test de las habilidades sociales no verbales	78
Figura 3 Diferencias entre pre-test y post-test de las habilidades sociales verbales	79

RESUMEN

En la presente investigación el objetivo fue determinar la efectividad del Programa Seamos Asertivos para mejorar las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un centro de acogida residencial de Arequipa.

El estudio corresponde al enfoque cuantitativo, la metodología empleada fue de nivel experimental de tipo aplicada, diseño pre experimental, para el estudio la población estuvo conformado por 23 adultos con discapacidad intelectual, la información se recogió en un periodo específico, del Pre y Pos test, la muestra quedó conformada por 23 participantes los cuales pertenecieron a un grupo experimental. El muestreo fue no probabilístico intencional, la técnica fue la aplicación del test de habilidades sociales (SECHS), el cual fue validado y aplicado su confiabilidad.

Según la prueba de Wilcoxon se comprueba que la aplicación del programa Seamos asertivos para mejorar las habilidades sociales de adultos con discapacidad de un centro de atención residencial - CAR de Arequipa, dado que el valor de $p = 0.000$ ($p < 0.05$) y $Z (-4.217)$ y en base a los resultados obtenidos de la prueba estadística realizada, se rechaza la hipótesis nula.

Palabras clave: Programa seamos asertivos, habilidades sociales y discapacidad intelectual.

ABSTRACT

In the present investigation, the objective was to determine the effectiveness of the Let's Be Assertive Program to improve social skills in adults with intellectual disabilities from a residential shelter in Arequipa.

The study corresponds to the quantitative approach, the methodology used was of an applied experimental level, pre-experimental design, for the study the population consisted of 23 adults with intellectual disabilities, the information was collected in a specific period, from the Pre and Post test. , the sample was made up of 23 participants who belonged to an experimental group. The sampling was intentional non-probabilistic, the technique was the application of the social skills test (SECHS), which was validated and its reliability applied.

According to the Wilcoxon test, it is verified that the application of the Let's be assertive program to improve the social skills of adults with disabilities from a residential care center - CAR of Arequipa, given that the value of $p= 0.000$ ($p < 0.05$) and $Z (-4.217)$ and in Based on the results obtained from the statistical test performed, the null hypothesis is rejected.

Keywords: Program let's be assertive, social skills and intellectual disability.

I. INTRODUCCIÓN

En la discapacidad intelectual se reconoce el marcado déficit de los procesos cognitivos, los cuales producen una obstrucción importante en el funcionamiento normal de la persona, como se menciona en el DSM 5, es importante reconocer que para poder diagnosticar a la persona con ésta discapacidad también es necesario considerar el nivel de afectación en el área conceptual, social y práctica.

En este sentido las habilidades sociales vienen a ser uno de los tres dominios para la adaptación de un sujeto a su medio.

En el contexto mundial, se han observado que muchos estudios revelan que es común que las personas adultas con discapacidad intelectual presenten comportamientos inapropiados en situaciones sociales por lo cual son rechazados, asimismo se observa que en la etapa adulta, socialmente son menos capaces de conseguir cambios relevantes en sus vidas y responder de manera efectiva en la sociedad (Sequera et al., 2016).

Bremer y Smith citados por Sequera (2016) indicaron que los adultos con discapacidad intelectual presentan déficit a nivel social y conductual, las conductas más comunes que presentan, son conductas opositoras frente a determinadas indicaciones o normas, problemas conductuales en diferentes entornos, influencias negativas de pares, llegando a poder incurrir en drogas, presentan dificultades familiares, entre otras; la falta de habilidades sociales hacen que presenten más dificultades para la vida independiente y favorece la aparición de psicopatologías comórbidas.

En el contexto latinoamericano, se observó que en la sociedad no es común que se dé la importancia debida a la implementación de proyectos centrados en habilidades sociales en instituciones dirigidas a participantes con discapacidad intelectual, o por otro lado no ponen en práctica los programas ofertados por los gobiernos, lo que hace más relevante aún la implantación de proyectos específicos para ello (Arechavaleta, 2019).

A nivel nacional, se evidencia que las personas con alguna discapacidad como Síndrome de Down y otros grupos vulnerables tienen desventajas socioeconómicas y personales, ya que la inclusión laboral en la realidad es insuficiente; lo cual provoca condición de dependencia permanente, por lo cual se obtienen menores posibilidades para ser parte de la población económicamente

activa. Es importante considerar también, que para cualquier puesto laboral se requieren las competencias blandas, siendo una de ellas las habilidades sociales, lo cual en muchos adultos con discapacidad intelectual no las tienen adecuadamente desarrolladas (Benites y Bocanegra, 2017).

En el Perú, las personas con discapacidad intelectual son población vulnerable y poco atendidas, figuran como las menos favorecidas por los sistemas educativos, al presentar las dificultades en sus habilidades sociales suelen ser rechazados por la familia y la sociedad, ya que tienen más dificultad para interactuar de forma adecuada con su entorno social (Calcina et al., 2018).

En nuestro entorno local, si bien es cierto el término de la inclusión social se viene promoviendo últimamente; en la realidad no se evidencia dicha inclusión de las personas adultas con discapacidad, especialmente en los ámbitos de productividad de la sociedad (laboral, educativo, etc.). Asimismo, dentro de las diversas discapacidades, la que tiene mayor dificultad en la inclusión social es la intelectual, considerando que según datos de CONADIS (2021) la discapacidad más frecuente es la intelectual (27,7%), seguida de las discapacidades generalizadas, la sensitiva y otras (22,92%).

Las personas adultas con discapacidad intelectual presentan limitaciones en sus habilidades sociales debido a la poca comprensión de situaciones sociales, asimismo, las limitaciones en su autonomía que trae consigo la discapacidad, lo cual genera que no puedan incluirse con facilidad. Por tal motivo, en la presente investigación propuso el siguiente problema ¿Cuál es la influencia de la aplicación del Programa Seamos asertivos para mejorar las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un centro de acogida residencial - CAR en Arequipa?, considerando los problemas específicos siguientes ¿Cuál es la influencia de la aplicación del Programa Seamos asertivos para mejorar los componentes no verbales y componentes verbales en adultos con discapacidad intelectual de un CAR en Arequipa?

Desde el valor teórico, esta investigación tiene la justificación de buscar incrementar el interés en la relevancia que tienen las destrezas sociales en personas adultas con discapacidad intelectual para lograr una inclusión social más equitativa. En cuanto a las implicancias prácticas, mediante el programa Seamos asertivos se brindó alternativas de solución a fin de mejorar las capacidades

sociales de los adultos con discapacidad, así como fomentar su correcta interacción en la sociedad. Asimismo, es importante considerar que las habilidades sociales al ser un problema común en adultos con éste perfil, éste programa buscó ser validado para poder ser utilizado en diferentes instituciones.

Con respecto a lo mencionado anteriormente, se formuló el objetivo general: Determinar la efectividad de la aplicación del Programa Seamos asertivos para mejorar las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un CAR de Arequipa. Asimismo, se formularon dos objetivos específicos: Determinar la efectividad de la aplicación del Programa Seamos asertivos para mejorar los componentes no verbales y los componentes verbales de las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un CAR de Arequipa.

Con respecto a las hipótesis de investigación, se tuvo como hipótesis general: El Programa Seamos asertivos mejora significativamente las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un Centro de acogida residencial en Arequipa. Igualmente, se propusieron dos hipótesis específicas: El Programa Seamos asertivos mejora significativamente los componentes no verbales, así como los componentes verbales de las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un centro de acogida residencial de Arequipa.

II. MARCO TEÓRICO

Con referencia a los trabajos previos revisado se tienen como antecedente nacional, Bedoya (2020) en su investigación buscó validar la relación de un taller a distancia para poder desarrollar habilidades sociales en jóvenes con discapacidad intelectual de la OMAPED en el distrito de Surco. La metodología que consideró fue de enfoque cuantitativo contó con un diseño no experimental exploratorio, en el que participaron cincuenta y siete jóvenes con discapacidad intelectual de la OMAPED de Surco. Los resultados de estudio fueron que el taller a distancia tuvo una relación en 0.743** con el desarrollo de habilidades sociales, siendo una relación positiva, moderada y directa, por lo cual concluyó que la aplicación del taller a distancia tuvo una influencia significativa en el desarrollo habilidades sociales los participantes.

Delgado y Sierra (2020), analizaron la relación que habían entre la habilidad social y el rendimiento laboral de los trabajadores con discapacidad en los mercados Retail en la ciudad de Trujillo, éste estudio tuvo una metodología descriptiva correlacional-causal, en el que participaron treinta colaboradores de mencionados mercados. En los resultados comprobaron su hipótesis, ya que se evidenció que existe 50% de nivel medio de relación entre habilidades sociales y desempeño laboral, concluyendo que las mismas intervienen en el desempeño laboral de los participantes.

Arellano (2019), realizó una investigación en la que demostró que la aplicación de un programa mejoró las habilidades sociales no verbales en alumnos con discapacidad que se encuentran incluidos en la I.E. Manuel Gonzales Prada San Borja; mencionada investigación fue tipo aplicada y diseño pre experimental, en el programa participaron ocho estudiantes; se concluyó que el programa mejoró las habilidades sociales no verbales de éstos estudiantes, ya que en el pre test el 100% de los participantes se encontraban en un nivel medio y en el post test el 75% de participantes llegaron a un nivel alto.

Moreno y Ponte (2019) plantearon crear un Centro de Inserción Social Laboral para lograr el auto valimiento de las personas con discapacidades diferentes, con la finalidad de evidenciar la importancia de las habilidades de las personas con una discapacidad. El tipo de investigación fue mixta y se tuvo la colaboración de seiscientos cuarenta y nueve sujetos con discapacidad; llegaron a

determinar mediante este centro los tratamientos y talleres laborales más adecuados para cada tipo de discapacidad.

Lara (2020) analizó la inserción laboral de los sujetos con discapacidad en la Municipalidad de San Isidro, éste estudio tuvo un enfoque cualitativo, participaron trabajadores de la Gerencia de Gestión de Personas de la Municipalidad de San Isidro y personal del CONADIS. Según el análisis realizado en la investigación se concluyó que es importante dar un mejor cumplimiento de las normativas que promueven la inclusión laboral de personas con discapacidad y mejorar la promoción del derecho al trabajo y la calidad de vida de las mismas.

Con referencia a investigaciones previas realizadas a nivel internacional, Sánchez (2020), en su investigación tuvo como finalidad establecer la efectividad de un programa de habilidades sociales para alumnos de ocho a doce años con retraso mental moderado de un colegio en Ecuador. Tuvo un enfoque cuantitativo, de tipo experimental, diseño cuasiexperimental, participaron dieciséis menores. Se encontró que el programa ayudó a mejorar las destrezas de resolución de problemas interpersonales de los participantes; considerando que en el pre test se halló que el 38% obtuvieron un nivel leve, el 56% fue moderado y el 6% alto; y finalizado el programa, los porcentajes aumentaron el 25% en nivel leve, un 56% tiene nivel moderado y un 13% nivel alto, se evidenció que existen contrastes porcentuales en los que aumenta el nivel alto.

Sandoval et al. (2020) realizaron un taller de teatro como estrategia pedagógica para el incremento de habilidades sociales de las personas con TEA; desarrollando una metodología de investigación acción. Se tuvo como objetivo mejorar las destrezas de expresión de emociones, trabajo de equipo autocontrol, y comunicación; concluyendo que sí se encontraron progresos.

Gonzales y Morocho (2021) elaboraron un programa de intervención para desarrollar el perfeccionamiento de las capacidades sociales básicas en niños con diagnóstico de retraso mental moderado y síndrome de Down de un colegio en Ecuador; tuvo un método estudio de caso intrínseco, fue de tipo descriptiva y un enfoque cualitativo. Se contó con la participación de alumnos con discapacidad intelectual moderada asociada al síndrome de Down. Los resultados fueron valorados por especialistas en el tema, donde el 82% dio una valoración positiva al programa y el 18% restante dio una valoración neutral, concluyeron que los

participantes que presentan dificultad en las habilidades sociales básicas, como son los saludos, despedidas, presentación de sí mismo y pedir de favor y dar gracias pueden mejorar mediante la aplicación de éste programa.

Salgado et al. (2022) analizaron la efectividad de programas de intervención socioeducativos para individuos de diferentes edades con discapacidad intelectual que han participado en métodos experimentales y/o cuasi experimentales, estudiaron diecinueve estudios, durante el periodo de los años 1995 y 2020. En los resultados se evidenció que el 68% de programas están dirigidos a niños y adolescentes y 31% a jóvenes y adultos. Se concluyó que los programas ayudan en la mejora de apoyos a las personas de las diferentes edades que presentan discapacidad intelectual.

García y Rubio (2020), indicaron que la técnica de la musicoterapia muchas veces ha sido utilizada en la intervención con personas con discapacidad intelectual. Los autores analizaron los efectos de doce investigaciones que utilizaron este tipo de intervenciones en personas con mencionado perfil considerando las dimensiones de calidad de vida, en la cual evidenciaron mejorías en los participantes en el 99% de los programas; encontraron como resultados que las intervenciones aportaron a las personas con discapacidad, especialmente éstos programas tienen como objetivos la mejora en las dimensiones de inclusión social, bienestar emocional y relaciones interpersonales.

La presente investigación plantea el Programa Seamos asertivos, el cual se basa en los estudios realizados por Vicente Caballo en 1987, en el cuál planteó la importancia que tiene la comunicación verbal y no verbal en las interacciones sociales asertivas, las cuales forman parte de las habilidades sociales de las personas; estas al ser conductas aprendidas, pueden ser entrenadas, para de ésta forma poder responder a diferentes situaciones de una forma adecuada y asertiva.

La interacción social, la comunicación y el lenguaje son primordiales para las personas, ya sea niños, adolescentes y adultos, ya que son necesarias para relacionarse con los demás, para su aprendizaje, para socializar y por ende, participar en la sociedad.

Con respecto a las diferentes teorías sobre las habilidades sociales se puede considerar a Caballo (1993), que hizo un análisis de todas las características fundamentales en las conductas del ser humano, para incidir a conductas

desarrolladas por medio de un contexto interpersonal; para Caballo las habilidades sociales tienen las siguientes dimensiones: conductual, situacional y personal, con componentes cognitivos, conductuales y emocionales. Asimismo, las habilidades sociales son necesarias para la correcta socialización, considerando también de forma importante que éstas van a depender del marco cultural y los patrones de comunicación que se den entre las culturas o las que se pueden dar entre una misma cultura. Caballo relaciona las habilidades sociales con las conductas socialmente aceptadas o asertivas, es decir las cuales son adecuadas en el entorno en el que se desarrollan.

Caballo consideró que las habilidades sociales son compuestas por elementos conductuales, dentro de los cuales se encuentran los componentes conductuales, los cuales los organizó en componentes no verbales, verbales, paralingüísticos y componentes mixtos más generales; dentro de los cuales destacó que los componentes verbales y no verbales son elementos básicos de la habilidad social.

También consideró los componentes cognitivos, dentro de los cuales él afirmaba que las situaciones y entornos van a influir en los pensamientos, emociones y conductas de las personas, mediante ésta afirmación es que se puede deducir el por qué las personas evitan algunas situaciones o entornos, ya que según la percepción que tenga el individuo sobre un ambiente de comunicación es que determinará su comportamiento por lo tanto su tipo de comunicación, debido a que se considerará habilidad social asertiva de acuerdo a si el ambiente es formal, existe familiaridad, percepciones de restricción, entre otros; así como la edad, cultura, sexo de las personas con las que se desarrolla una interacción social.

Otro factor importante en su teoría, es el componente fisiológico, es un componente que muchos autores no consideran en sus teorías; dentro de estos componentes se tuvo en cuenta la influencia de la tasa cardiaca, la respiración, presión sanguínea, entre otras respuestas fisiológicas.

Con respecto a otras teorías que consideran las habilidades sociales, se considera a Bandura, citado por Ricaldi (2020), que planteó la teoría de Aprendizaje Social, ésta señala que las personas aprendemos cuando estamos en contextos sociales, es decir que aprendemos de nuestro entorno mediante la observación, la imitación, el modelado y moldeamiento, por lo cual las habilidades sociales también

son aprendidas de nuestro entorno. Según Bandura, un sujeto puede ser entrenado para que actúe de una manera socialmente competente.

Bandura señaló que las personas no sólo aprenden a comportarse mediante instrucciones, si no que principalmente se desarrollará el aprendizaje social por medio de modelos; por ello los conceptos de la empatía, la asertividad y la resolución de problemas se aprenderán por medio de un proceso de aprendizaje.

Silva y Martorell (1991) plantearon el modelo Jerárquico de la Socialización, en él, indicaron que las habilidades tienen dos dimensiones explicativas sobre los comportamientos sociales, los cuales son la conducta prosocial vs antisocial, y sociabilidad vs baja socialización; es decir vienen a ser continuos que tiene como polos a las conductas anteriormente mencionadas. Según ésta teoría, el autocontrol de un sujeto dependerá de cuán cercano se esté situado entre el polo de prosocial o el antisocial, si una persona tiene menos autocontrol en las relaciones sociales estará más cercano a la conducta antisocial; asimismo, se explica la presencia de la ansiedad social, timidez y retraimiento de una persona, ésta dependerá de la ubicación que se tenga en el continuo de socialización y baja socialización, ya que si se está situado más cercano al polo de baja socialización, éstas dificultades de tipo internalizante se incrementarán más.

Considerando el enfoque conceptual, según Caballo (1986), una conducta considerada hábil a nivel social, es un conjunto de conductas ejecutadas por un sujeto en un contexto interpersonal que permite desarrollar y expresar sentimientos, actitudes, deseos, creencias o derechos de una forma adecuada a la situación, respetando a los demás y que ayuda en la resolución de problemas inmediatos en una situación, mientras disminuye la posibilidad de problemas futuros.

Goldstein (1980), definió las habilidades sociales como destrezas y capacidades que se dan en el contacto interpersonal y la solución de problemas de índole interpersonal y/o socio-emocional, en las que considera la expresión de opiniones, conductas, emociones y las actitudes que se tienen para prevenir problemas.

Caballero et al. (2018) explicaron que las habilidades sociales son comportamientos sociales que benefician en la competencia social, dentro de su concepto, mencionan que los comportamientos agresivos están relacionados a una carencia en la certeza de las interacciones sociales.

Babarro (2021) consideró que las habilidades sociales son conductas y hábitos que se pueden observar, así como pensamientos y sentimientos que ayudan a una comunicación efectiva, a una adecuada interacción social y el respeto por las demás personas, buscando un bienestar, lo relaciona mucho con la asertividad.

Ramirez et al. (2020) en su definición de las habilidades sociales, mencionaron que es importante considerar la etapa evolutiva ya que las exigencias del medio cambian y dependen de las exigencias del entorno ya que éstas no son las mismas para la niñez, adolescencia y adultez.

Betina y Contini (2011) citan a Fernández, quien determinó algunas características de las habilidades sociales, por ejemplo la heterogeneidad, ya que abarca una variedad de comportamientos en diferentes etapas del desarrollo humano, en diferentes niveles funcionales y contextos. La naturaleza interactiva del comportamiento social, que ocurre en secuencia y se realiza de manera integral. La especificidad de la situación del comportamiento social es importante para tener en cuenta los contextos socioculturales.

En cuanto a las dimensiones Neuron (2020) describió las habilidades sociales básicas como es la capacidad de escuchar, iniciar una conversación, hacer una pregunta, dar las gracias, hacer una presentación de sí mismo así como a otras personas y dar un cumplido. También nos describe como habilidades sociales complejas como la capacidad de empatía, la asertividad, el lograr escuchar, el poder comunicar sentimientos y emociones de forma correcta, la capacidad de precisar un problema y evaluar soluciones, negociación, la modulación de la expresión emocional, el pedir disculpas reconociendo errores y el reconocer y defender los propios derechos y de los demás.

El Programa Seamos asertivos, que busca mejorar las habilidades sociales de las personas, se centra en el entrenamiento de conductas socialmente aceptadas y asertivas, al respecto, para el concepto de asertividad consideramos a Bonilla y Sánchez (2019), quienes la describieron como el respetarse a sí mismo y respetar a los demás, el saber cómo adecuadamente en diferentes situaciones, entornos y contextos.

Las dimensiones que se van a medir en la presente investigación que son los componentes no verbales y verbales de las habilidades sociales son como parte

de la comunicación eficaz que se debe tener en las interacciones sociales, al respecto, Lombardo (2020) explicó que la comunicación es la forma en la que transmitimos una información, y que existen diversas formas de ésta, en la cual se transmite y recibe un mensaje, por medio de un código común y una vía o canal; estas formas pueden ser la utilización de gestos, expresiones faciales, corporales, táctiles, sonoras, etc.

Una de las dimensiones de la presente investigación son los componentes no verbales, con relación a éste, Sánchez (2021) indicó que el conjunto de signos no verbales: quinésicos, signos paralingüísticos, cronémicos, proxémicos y culturales forman parte importante del mensaje que se trasmite.

González (2016), también refirió que la comunicación verbal para lograr ser una comunicación eficaz, requiere de un adecuado manejo de la comunicación no verbal.

Asimismo, la otra dimensión es el componente verbal, el cual se referirá especialmente al contenido de la comunicación; con relación a ésta dimensión Reyzábal (2012) expresó que es importante el tener control de las emociones para poder dominar las habilidades verbales, para que éstas sean coherentes y adecuadas.

Corrales (2021) consideró importante para que se pueda dar una interacción social adecuada mediante la comunicación verbal, el tener en cuenta la escucha activa, empatía, tipo de lenguaje, comunicación asertiva y feedback.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1 Tipo de investigación

Considerando su naturaleza, la investigación fue de tipo aplicada, según Sánchez y Reyes (2017), esta investigación se centra en buscar nuevos conocimientos de la variable que se estudió, teniendo la intención de fines específicos que aporten en la obtención de datos con la finalidad de ampliar el conocimiento de tipo científico.

3.1.2 Diseño de investigación

El diseño fue experimental, considerando que se manipuló la variable independiente (programa) intencionalmente, para examinar los resultados de la manipulación sobre una variable dependiente (habilidades sociales), específicamente la investigación fue: pre experimental, los participantes no se determinaron al azar, sólo hubo presencia de un grupo, el cual ya estaba formado antes del experimento: siendo un grupo intacto (Hernández y Mendoza, 2018). El siguiente diagrama pertenece al sub diseño, con pre y post test en un grupo.

G.E.: O1 X O2

G.E. = grupo experimental

O1 = prueba de entrada grupo experimental

O2 = prueba de salida grupo experimental

X = tratamiento.

El enfoque de esta investigación fue cuantitativo, se empleó los caracteres numéricos para llegar a los resultados de esta investigación; asimismo su proceso fue a través de la estadística (Valderrama, 2017).

El método utilizado fue el hipotético-deductivo, el cual trata en realizar la comparación de las hipótesis planteadas, para poder comprobar su valor en relación a las conclusiones y así poder elaborar las sugerencias para la mejoría de la dificultad encontrada (Bernal, 2016).

El nivel de investigación es explicativa, sustenta que existe el esclarecimiento del apareamiento del problema encontrada en la investigación, llegando a instaurar los orígenes (Hernández y Mendoza, 2018).

3.2. Variables y operacionalización

Definición conceptual del programa “Seamos Asertivos”. Se realizó 10 sesiones de aprendizaje considerando las siguientes actividades:

- Sesión 1: Expresión facial
- Sesión 2: Miradas y sonrisas
- Sesión 3: Postura y orientación
- Sesión 4: Distancia y contacto físico
- Sesión 5: Gestos
- Sesión 6: Contenido y humor I
- Sesión 7: Contenido y humor II
- Sesión 8: Atención personal
- Sesión 9: Preguntas y respuestas a preguntas
- Sesión 10: Retroalimentación

Definición conceptual de habilidades sociales, según Caballo (1986), una conducta considerada hábil a nivel social, es un conjunto de conductas realizadas por un sujeto en un contexto interpersonal que permite desarrollar y expresar sentimientos, actitudes, deseos, creencias o derechos de una forma adecuada a la situación, respetando a los demás y que ayuda en la resolución de problemas inmediatos en una situación, mientras disminuye la probabilidad de problemas futuros.

Definición operacional de habilidades sociales. Se aplicó el cuestionario Test de Habilidades sociales (SECHS). El test de sistema de evaluación conductual de la habilidad social SECHS, es una agrupación de conductas presentadas en 12 ítems de carácter cerrado, con las que se pretende establecer las habilidades sociales no verbales y verbales que poseen las persona, asimismo, ayudan a identificar las habilidades que ya están adquiridas, cuales aún están en proceso y cuales aún no están adquiridas.

En la presente investigación sólo se consideró el componente no verbal y verbal, ya que es lo que busca mejorar el programa planteado. El componente no verbal está conformado por siete dimensiones: expresión facial, mirada, sonrisas, posturas, orientación, distancia/contacto físico y gestos; el componente verbal está conformado por cinco dimensiones: contenido, humor, atención a personas, preguntas y respuestas a preguntas, sumando 12 preguntas.

Indicadores: en la variable dependiente se consideró 12 indicadores. Escala de valoración: Escala de valoración para la variable dependiente fue con una escala ordinal, considerando que el puntaje bruto de 1 y 2 se considera no asertivo y los puntajes 3, 4 y 5 son asertivos.

3.3. Población, muestra y muestreo

3.3.1 Población: Hernández et al. (2014), indica que es un grupo de personas, quienes tienen algunas cualidades afines, por ese motivo han sido agrupadas para este estudio. De esta manera, se consideró una población de 23 residentes con discapacidad intelectual de un centro de atención residencial de Arequipa perteneciente al INABIF, de sexo masculino.

Criterios de inclusión: Se consideró a los residentes con discapacidad intelectual que pertenecen al CAR.

3.3.2 Muestra: Es un segmento del universo, el cual es representativo, tomando en cuenta lo que requiere el investigador al momento de la selección (Valderrama, 2017). En ésta investigación participaron 23 personas que pertenecieron a un grupo experimental.

3.3.3 Muestreo: Es un procedimiento que tiene como finalidad el seleccionar una parte de la población, consiente instaurar parámetros, con valorizaciones numéricas y significan las características del objeto de estudio (Valderrama, 2017). Para esta investigación se consideró el muestreo no probabilístico por conveniencia o intencional.

3.3.4 Unidad de análisis: Se consideró a los residentes con discapacidad de un CAR del INABIF.

3.4. Técnica e instrumento de recolección de datos

La técnica aplicada fue la observación. El instrumento aplicado fue una lista de cotejo, señalada como Test de Habilidades sociales (SECHS), el cual fue aplicado haciendo el registro y evaluación de las conductas mediante la observación directa de las personas cuando interactúan en su centro de acogida residencial y otros contextos.

El presente test de sistema de evaluación conductual de la habilidad social, es un grupo de conductas organizadas en 7 dimensiones del componente no verbal y 5 dimensiones del componente verbal, el test es de carácter cerrado, porque

consienten establecer las habilidades sociales no verbales y verbales que poseen cada persona; para poder identificar que habilidades ya se encuentran adquiridas, cuáles están en proceso y cuáles aún no se encuentran adquiridas.

Para la interpretación de los resultados se consideró los puntajes en cada escala, de la siguiente manera: 1 y 2 como no asertivos, y 3, 4 y 5 como asertivo por cada indicador, para el componente no verbal se consideraron los niveles de inicio, proceso y logrado con rangos de 0-2, 3-4 y 5-7 respectivamente, y para el componente verbal se consideraron los mismo niveles con los rangos de 0-1, 2-3 y 4-5. Para la interpretación del puntaje total, se consideraron los siguientes rangos 0-3 en inicio, 4-7 en proceso y 8-12 en logrado.

La validez y confiabilidad de la prueba aplicada, guiándonos de lo que expresa Posso y Bertheau (2020), quien indicó que un instrumento tiene validez cuando mide y evalúa la variable que busca medir. La validez ayuda a conocer la vigencia del contenido a través de un juicio de expertos; considerando esto, la prueba fue evaluada por tres expertos en el tema, considerando el modelo estandarizado para validación de la Universidad César Vallejo, cumpliendo con los criterios de claridad, coherencia y relevancia.

Asimismo, se aplicó el test en otro grupo con similares características para llevar a cabo la prueba piloto para determinar la confiabilidad del instrumento, el cual estuvo conformado por 15 sujetos con discapacidad intelectual, alcanzando un Kr20 de 0.8016, lo que significa que el instrumento aplicado supera la prueba de confiabilidad.

3.5. Procedimiento

Se solicitó de manera personal al coordinador del centro de acogida residencial para mencionarle el objetivo de la investigación.

El instrumento se aplicó a los residentes con discapacidad intelectual, en dos instantes, antes (pretest) que permitirá conocer sus habilidades sociales no verbales y verbales, después (postest) de la ejecución del programa “Seamos asertivos”.

3.6. Métodos de análisis de datos

La presente investigación se inició desde el problema detectado en la correcta inclusión social y problema de habilidades sociales que tienen las personas con discapacidad con problemas de comunicación del CAR. Es por ello que se vio por

conveniente efectuar el programa Seamos asertivos para mejorar sus habilidades sociales no verbales y verbales. Se aplicó un pre test y postest de donde posteriormente se pasó por estadística.

3.7. Aspectos éticos

La investigación considera el contenido de las normas indicada por la Universidad César Vallejo, la cual se encuentra a disponibilidad, en ellas se consideran las indicaciones requeridas que se debe seguir para la elaboración del trabajo. Asimismo, cada parte de la investigación se desarrolló teniendo como orientación los trabajos de investigación, aplicando el código de ética, según la ley Universitaria 30220.

Asimismo se utilizó el Turnitin, las teorías para la argumentación y la comprobación de las hipótesis.

IV. RESULTADOS

3.1. Resultados descriptivos por dimensiones y variables

Tabla 1

Distribución de niveles de la variable de habilidades sociales

Puntuación y nivel	Habilidades Sociales (Pretest)		Habilidades Sociales (Postest)	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Inicio	19	82.6%	2	8.7%
Proceso	4	17.4%	5	21.7%
Logrado	0	0%	16	69.6%
Total	23	100%	23	100%

Se observa en la tabla 1, la comparación de los niveles de la variable de habilidades sociales, en el pretest el 82.6% de los participantes se ubican en el nivel de inicio y el 17.4% se encuentran en proceso de desarrollo de sus habilidades sociales, en el pretest se observa que ninguno de los participantes logra un desarrollo asertivo en sus habilidades sociales. Asimismo en la postest el 69.6% de los participantes lograron mejorar sus habilidades sociales, el 21.7% aún se encuentran en proceso de mejora y 8.7% se encuentran en un nivel de inicio. Es decir, se logró mejorar las habilidades sociales de la mayoría de los participantes, también se puede explicar que un porcentaje considerable lograron pasar de un inicio a encontrarse en proceso, un porcentaje menor se encuentra necesita aún más práctica por lo que aún se encuentran en inicio.

Tabla 2

Distribución de niveles de la dimensión no verbal

Puntuación y nivel	No verbal (Pretest)		No verbal (Postest)	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Inicio	19	82.6%	2	8.7%
Proceso	4	17.4%	8	34.8%
Logrado	0	0%	13	56.5%
Total	23	100%	23	100%

Se observa en la tabla 2, la comparación de los niveles de la dimensión de habilidades sociales no verbales, en el pretest el 82.6% de los participantes se ubican en el nivel de inicio, el 17.4% se encuentran en el nivel de proceso. Aún

ninguno de los participantes llega a un nivel de logrado. En la posttest el 56.5% de los participantes lograron desarrollar sus habilidades sociales no verbales, el 34.8% se ubican en el proceso de aprendizaje y un 8.7% aún se encuentran en el inicio. Lo que significa que en las habilidades no verbales han mejorado notablemente, logrando un porcentaje mayor de la mitad en el desarrollo de éstas habilidades, también se incrementó el porcentaje de participantes que aún se encuentran en proceso, sólo un menor porcentaje presentan un aprendizaje más lento el cual requiere de más tiempo y entrenamiento para mejorar sus habilidades.

Tabla 3

Distribución de niveles de la dimensión verbal

Puntuación y nivel	Verbal (Pretest)		Verbal (Posttest)	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Inicio	20	87%	2	8.7%
Proceso	3	13%	10	43.5%
Logrado	0	0%	11	47.8%
Total	23	100%	23	100%

Se observa en la tabla 3, la comparación de los niveles de la dimensión de habilidades sociales verbales, en el procesamiento de la muestra, en el pretest el 87% de los participantes se ubican en el nivel de inicio de sus habilidades sociales verbales, el 13% se encuentran en el nivel de proceso, es decir aún se encuentran, también en la dimensión de habilidades sociales verbales, los participantes no alcanzan a llegar a un nivel de logrado. De la misma forma, el 47.8% de los participantes lograron desarrollar sus habilidades sociales verbales, el 43.5% se ubican en el proceso de aprendizaje y un 8.7% aún se encuentran en el inicio. Lo que significa que en las habilidades verbales han mejorado, asimismo se incrementó el porcentaje de participantes que aún se encuentran en proceso, sólo un menor porcentaje presentan un aprendizaje más lento el cual requiere de más tiempo y entrenamiento para mejorar sus habilidades.

Tabla 4

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

	Estadístico	Shapiro-Wilk	
		gl	Sig.
Habilidades sociales	,613	23	,000
No verbal	,666	23	,000
Verbal	,484	23	,000

Considerando el resultado de Shapiro-Wilk se tiene estadísticos significativos, por lo cual se rechazó la hipótesis nula para los puntajes, por lo tanto se concluyó que estos no se aproximan a una distribución normal. Consecuentemente, no es una prueba paramétrica.

4.2. Análisis inferencial

Hipótesis general de la investigación

H0: El Programa Seamos asertivos no mejora significativamente las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un Centro de acogida residencial en Arequipa.

H1: El Programa Seamos asertivos mejora significativamente las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un Centro de acogida residencial en Arequipa.

Tabla 5

Prueba de Wilcoxon para probar la hipótesis general según rangos y estadísticos de contraste.

		N	Rango promedio	Suma de rangos
Habilidades sociales - Habilidades sociales	Rangos negativos	0 ^a	.00	.00
	Rangos positivos	23 ^b	12.00	276.00
	Empates	0 ^c		
	Total	23		

		Habilidades sociales - Habilidades sociales
Z		-4.217 ^b
Sig. asin. (bilateral)		<.001

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

Decisión estadística:

En la tabla 5, se observa que existe predominancia de rangos positivos que indica que las puntuaciones del pos test son mayores que las puntuaciones del pre test. Dado que el valor de $p= 0.000$ ($p < 0.05$) y $Z (-4.217)$ y en base a los resultados obtenidos de la prueba estadística realizada, se rechaza la hipótesis nula, admitiéndose la hipótesis alternativa; estableciendo que el Programa “Seamos asertivos”, mejoró las habilidades sociales de los participantes con discapacidad intelectual.

Hipótesis específica 1

H0: El Programa Seamos asertivos no mejora significativamente los componentes no verbales de las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un Centro de Acogida residencial en Arequipa.

H1: La El Programa Seamos asertivos mejora significativamente los componentes no verbales de las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un Centro de Acogida residencial en Arequipa.

Tabla 6

Prueba de Wilcoxon para probar la hipótesis específica 1, según rangos y estadísticos de contraste.

	N	Rango promedio	Suma de rangos
No verbal - No verbal			
Rangos negativos	0 ^a	.00	.00
Rangos positivos	23 ^b	12.00	276.00
Empates	0 ^c		
Total	23		

	No verbal - No verbal
Z	-4.218 ^b
Sig. asin. (bilateral)	<.001

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon
b. Se basa en rangos negativos.

Decisión estadística:

De acuerdo a los resultados en la dimensión no verbal de las habilidades sociales presenta la prueba no paramétrica (Wilcoxon donde $-4,218b$ con una $p= 0.000$ ($p<0.05$) afirmándose la hipótesis alternativa. Estableciendo que las habilidades no

verbales mejoraron en las personas con discapacidad gracias al programa “Seamos asertivos” implementado.

Hipótesis específica 2

H0: El Programa Seamos asertivos no mejora significativamente los componentes verbales de las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un Centro de acogida residencial en Arequipa.

H1: El Programa Seamos asertivos mejora significativamente los componentes verbales de las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un Centro de acogida residencial en Arequipa.

Tabla 7

Prueba de Wilcoxon para probar la hipótesis específica 2, según rangos y estadísticos de contraste.

	N	Rango promedio	Suma de rangos
Verbal - Verbal			
Rangos negativos	0 ^a	.00	.00
Rangos positivos	22 ^b	11.50	253.00
Empates	1 ^c		
Total	23		

	Verbal - Verbal
Z	-4.149 ^b
Sig. asin. (bilateral)	<.001

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon
b. Se basa en rangos negativos.

Decisión estadística:

De acuerdo a los resultados en la dimensión verbal de las habilidades sociales presenta la prueba no paramétrica (Wilcoxon donde $-4,149^b$ con una $p= 0.000$ ($p<0.05$) afirmándose la hipótesis alternativa; formulando que el programa aplicado benefició las habilidades verbales en las personas con discapacidad que participaron.

V. DISCUSIÓN

En éste capítulo se procede a efectuar la discusión posterior a la culminación de resultados de la investigación, teniendo como punto de inicio el objetivo general que precisó lo siguiente: Determinar la efectividad del programa Seamos asertivos para mejorar las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un centro de acogida residencial de Arequipa; habiendo procesados los resultados, considerando que el valor de $p = 0.000$ ($p < 0.05$) y $Z (-4.217)$ y en base a los resultados obtenidos de la prueba estadística realizada, se comprobó que el programa efectuado mejoró las habilidades sociales de los personas con discapacidad intelectual que participaron, lo cual aporta en gran medida en su desempeño en su integración social y entrenamiento de vida independiente.

Inicialmente, se observó que previo a la ejecución del programa, el 82.6% de la muestra se encontraban en un nivel inicial, después de la ejecución del programa, un 69.6% mejoraron sus habilidades sociales, un 21.7% se encuentran en proceso de mejora; un factor determinante que se pudo observar fue que, considerando que la discapacidad intelectual se identifica por el marcado déficit de los procesos cognitivos, los participantes que lograron subir de nivel y mejorar con mayor efectividad sus habilidades sociales fueron los que presentaban menos afectación en su dominio conceptual, social y práctico (DSM-5, 2014), ya que es importante recordar que según su nivel de afectación en las mencionadas áreas es que se producirán las limitaciones en el funcionamiento esperado en la persona.

Estos resultados se relacionan con la investigación de Arellano (2020), en la que aplicó un programa en niños con discapacidad, obteniendo del mismo modo la mejoría en habilidades sociales, demostrando que el entrenamiento en las personas con discapacidad los ayuda a poder interiorizar conductas esperadas a nivel social.

Asimismo, Sánchez (2020) reafirma que las personas con retraso mental incluidas en un sistema regular requieren de diferentes apoyos, Sandoval (2020) a su vez confirma que las estrategias pedagógicas son necesarias para poder desarrollar destrezas y comportamientos adecuados en individuos que presentan distintos tipos de discapacidad.

A su vez, los resultados obtenidos corroboran lo que Salgado (2022) concluye en su investigación, indicando que los diferentes programas ayudan en la

mejora de las personas con discapacidad intelectual en diversas edades; como parte de la finalidad planteada en el programa seamos asertivos fue el entrenar a los participantes considerando lo esperado para su edad cronológica, es decir desarrollar conductas asertivas a nivel social que se esperan de un adulto.

Por su parte, con relación al primer objetivo específico, se determinó la efectividad del programa aplicado, ya que se observaron mejoras en los componentes no verbales de las habilidades sociales de los adultos de la muestra, puesto que se obtuvo en Wilcoxon que $-4,218b$ con una $p= 0.000$ ($p<0.05$), en ese sentido se destaca que las habilidades no verbales de los participantes, previas a la aplicación del programa se tuvo un 82.6% se encontraba en el nivel de inicio, en el posttest se evidenció que del 56.5% llegaron al nivel logrado y el 34.8% al nivel de proceso. Dentro de las habilidades no verbales que se observaron que tuvieron más mejoría fueron los componentes de expresión facial, gestos y sonrisa, ya que los adultos lograron reconocer con mayor facilidad las emociones de las personas; asimismo se pudo mejorar los componentes de mirada y distancia/contacto físico, en estos últimos componentes fue fundamental técnicas conductuales para su corrección; se evidencio que la imitación, modelamiento y corrección fueron técnicas que ayudaron en el entrenamiento de esta dimensión; considerando las características y limitaciones cognitivas dentro de la discapacidad intelectual (Taylor et al., 2009).

Arellano (2020) dentro de su investigación, reafirma que gracias a la aplicación de un programa enfocado en las habilidades sociales no verbales, los en los estudiantes con discapacidad, pueden aplicar su repertorio de conductas, comportándose más asertivamente en un contexto educativo, al mejorar la comunicación de las necesidades de uno mismo, los intereses a través de expresiones corporales, va a permitir que las personas de su entorno logren la comprensión de los mensajes que quieren expresar, muchas veces sin la necesidad del habla, lo cual logra que se puedan incluir en a nivel social, desarrollando amistades, participación en juegos, conseguir aprendizajes y obtener una inclusión educativa exitosa.

En el segundo objetivo, que fue el determinar la mejora en los componentes verbales de los participantes, se pudo afirmar que se lograron mejoras, dado que en la prueba de Wilcoxon se tenga $-4,149b$ con una $p= 0.000$ ($p<0.05$), asimismo

es necesario precisar que en el pretest el 87% de los participantes se encontraban en un nivel inicial, y sólo el 13% se halla en el nivel de proceso, y en la evaluación del posttest el 47.8% de los participantes lograron desarrollar sus habilidades verbales y el 43.5% se ubican en el proceso de aprendizaje; se obtuvo un porcentaje significativo que pudo mejorar en este componente.

Cabe destacar que en la dimensión verbal se entrenaron los componentes de contenido, humor, atención personal, preguntas y respuestas a preguntas, se observó que donde lograron un mejor desempeño fue en el componente de atención personal, humor y preguntas, especialmente en este último se evidenció que disminuyó la frecuencia de hacer preguntas en exceso e interrumpir a las demás personas cuando estas se encontraban hablando, nuevamente considerando las técnicas conductuales anteriormente expuestas.

Al desglosar cada componente de las habilidades sociales que plantea Caballo (1988), se puede analizar la razón por la que se obtuvo más logros en el componente no verbal que en el verbal, dentro de lo evaluado en la expresión facial y gestos, se consideró la expresión en la cara de la persona frente a una conversación, la cual mejoró haciendo las correcciones y el reconocimiento de las emociones, el segundo componente fue la mirada, mejorando el sostenimiento de la mirada en la otra persona durante una conversación; el otro componente fue las sonrisas, en el que se vio mejora en el mantenimiento de la sonrisa en la otra persona durante una interacción social; en el componente de postura, así como de orientación, se enfatizó en que éstas fueran adecuada y que no expresen rechazo, observándose mejoras mediante correcciones constantes; en el componente de distancia, se entrenó el respeto al espacio personal de la otra persona, ésta mejoró notablemente en la mayoría de los participantes, siempre con la orientación constante y correcciones. Con relación a los componentes entrenados en la dimensión verbal se encuentran el componente de contenido, el cual se refirió al tema de la conversación, cuán interesante es la conversación y la variedad de temas en una conversación, con respecto a éste, se evidencia que la capacidad cognitiva y la infantilidad propia de su discapacidad, hizo que sea un componente que requiere más orientación, el cual es más complejo de mejorar, ya que en el caso de ésta tipo de población tendrá un siempre un límite; en el caso del humor se fortaleció el entendimiento del humor sin llegar a burlas o situaciones ofensivas,

es importante destacar en éste componente que la personalidad de cada individuo jugo un papel imprescindible, por ello es que en éste componente se observaron más mejorías; en el de atención personal, el cual se centró en el interés que se evidencia hacia la otra persona, al fomentar las normas de cortesía, se evidenció una mejora en la mayoría de participantes; con relación al componente de preguntas, en el que se considera si se hacen las preguntas necesarias dentro de la conversación, se mejoró en que los adultos hagan preguntas constantes y llegando a interrumpir a otras personas; finalmente con respecto a respuesta a preguntas, en el que se considera si las respuestas a preguntas que hace la otra persona son asertivas en cuanto a su duración y adecuación, en éste componente es preciso destacar que debido a su limitación a nivel cognitivo muchos se quedaron en proceso, los que lograron mejorar fueron los que tenían más recursos comunicativos.

A pesar de esto es importante destacar que si bien es cierto un porcentaje logró mejorar, otro porcentaje aún se quedó en proceso o en un nivel inicial; esto se explica porque el área verbal es una de las áreas que presenta más afectación en una discapacidad intelectual, a su vez algunos de los participantes presentaron comorbilidad con trastornos de lenguaje expresivo. Como se explica en el DSM-5 (2014) las personas con discapacidad intelectual en el dominio social, van a presentar una conversación y lenguaje más concretos e inmaduros de lo que se espera para su edad cronológica, en el caso de la muestra se ha trabajado con adultos, por lo tanto se evidencia más las deficiencias en el lenguaje hablado, el cual es el principal instrumento de la comunicación social; es por este motivo que en el componente verbal de contenido, al igual que respuestas a preguntas, no se podrá esperar mucho avance.

El programa Seamos asertivos, al estar dirigido a personas con discapacidad intelectual en la etapa de desarrollo de adultez, se plantearon metas posibles de conseguir para la mejor aceptación social, considerando que, como indica Sequera et al (2016), es habitual que los adultos con retraso mental muestren conductas inadecuadas en situaciones sociales. Normalmente, la amistad que desarrollan con otras personas con frecuencia se ven afectadas por las limitaciones de la comunicación, por lo cual requieren apoyo y orientación constante.

Dentro de lo encontrado en la presente investigación, juega un factor determinante el nivel de discapacidad intelectual que el individuo tenga, no sólo a nivel de coeficiente intelectual y edad mental, sino que en sus diferentes dominios; ya que se observó que a pesar que los individuos de la muestra tuvieran un diagnóstico de retraso mental moderado, muchos de los que lograron mejorar con mayor facilidad tanto en los componentes verbales como en los componentes no verbales fueron los que dentro de su diagnóstico se encuentran en un nivel leve en los dominios social y práctico; también es preciso destacar que los que se quedaron en un nivel de inicio tenían como diagnóstico retraso mental grave en el dominio conceptual, es decir que sus capacidades cognitivas son más limitadas por lo tanto se les hace más complicado el comprender conceptos que requieren mayor razonamiento social.

Las habilidades sociales, como lo plantea Bandura (1982), se aprenden en contextos sociales, mediante la observación, la imitación, el modelado y moldeamiento de nuestro entorno, desarrollando el aprendizaje social por medio de modelos; por este motivo es preciso plantear que éstas capacidades deben ser entrenadas desde la infancia y durante todo su desarrollo, ya que de esta forma la familias brindarán más recursos para su inclusión social y vida independiente en individuos con discapacidad intelectual, a pesar del diagnóstico, considerando que en la adultez se evidencia más las diferencias con sus pares, así como la propensión a desarrollar trastornos mentales asociados. Es preciso recalcar que la muestra con la que se trabajó son adultos que se encuentran institucionalizados, es decir, viven y han vivido en centros de acogida residencial, lo que anteriormente se conocían como albergues, por ende fue un factor más, que generó que tengan más limitaciones en el desarrollo asertivo de sus capacidades sociales, en comparación con los grupos de su edad.

En el caso de las personas con discapacidad, se busca constantemente la inclusión social de los mismos, como es expresado en la Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad (2012) ya que se busca la igualdad de derechos con relación a las personas que no tienen discapacidad, asimismo, como lo menciona Blanes (2014) con respecto a fomentar la igualdad de oportunidades y generar que éstos puedan tener una vida plena y efectiva en la sociedad, así como promover la vida independiente, en el que puedan tomar decisiones y ejercer

acciones de manera autónoma, conforme a la ley y puedan participar activamente en su comunidad haciendo uso del ejercicio del derecho al libre desarrollo; para lo expuesto, considerando los resultados de la presente investigación, es necesaria la adecuada preparación y orientación de las personas con discapacidad, en este caso más aún en las personas que presentan limitaciones a nivel cognitivo, es decir con un diagnóstico médico de retraso mental; ya que a diferencia de otras discapacidades, sensorial y motoras, son quienes presentaran más dificultades en incluirse satisfactoriamente en la sociedad.

A nivel nacional, durante los últimos años se ha dado más importancia a las políticas públicas en las que se intenta promover la inclusión de las personas con discapacidad, tanto a nivel social con la difusión de la ley de las personas con discapacidad y la convención sobre las personas con discapacidad, como a nivel educativo, con la creación del SAANEE como parte de la ley de la inclusión educativa en el ministerio de educación; pero es importante destacar que se debe continuar trabajando en la sensibilización y promoción de diversos programas de acceso público para poder formar y capacitar correctamente a la población con discapacidad intelectual, especialmente a nivel de competencias blandas como las habilidades sociales y de esta forma puedan insertarse socialmente y laboralmente, teniendo más accesibilidad a ser parte de la población económicamente activa.

VI. CONCLUSIONES

Primera. Se determinó con el valor de $p= 0.000$ ($p < 0.05$) y $Z (-4.217)$, que la aplicación del Programa Seamos asertivos mejoró las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un centro de acogida residencial, por ello es necesaria la promoción de programas que puedan estar orientados a la mejora de las habilidades sociales en personas con discapacidad intelectual y fomentar su inclusión social.

Segunda. Al obtener $-4,149b$ con una $p= 0.000$ ($p<0.05$) en la prueba no paramétrica de Wilcoxon, se determinó que la ejecución del Programa Seamos asertivos mejoró las habilidades no verbales de los participantes, especialmente en los componentes de expresión facial, mirada, postura y distancia - contacto físico.

Tercera. Se determinó que el Programa Seamos asertivos optimizó las habilidades verbales de los adultos con discapacidad, con un puntaje de $-4,149b$ con una $p= 0.000$ ($p<0.05$) de Wilcoxon; considerando especialmente los componentes de contenido, atención personal y humor.

VII. RECOMENDACIONES

Primera. El Estado peruano con sus diferentes instancias, debe realmente poner en práctica la Ley de la persona con discapacidad y hacer cumplir lo expuesto en la convención de derechos de las personas con discapacidad, para de esta forma fomentar la inclusión social de los mismos, especialmente sensibilizando a la sociedad. Dentro de las diferentes discapacidades, las instancias respectivas del Estado peruano, deben fomentar más programas públicos dirigidos a fomentar las habilidades sociales de las personas con discapacidad intelectual, ya que se observa que existen diferencias significativas entre la discapacidad intelectual y otras discapacidades sensoriales y motoras.

Segunda. Es necesario que se pueda sensibilizar a las familias para que puedan formar a sus familiares con discapacidad intelectual en habilidades sociales desde su infancia, ya que es mejor iniciar con el fortalecimiento de estas capacidades en todas las etapas de su desarrollo.

Tercera. Para el mantenimiento durante el tiempo de lo aprendido en el programa Seamos asertivos, es necesario que los cuidadores y personal que labora con los adultos con discapacidad intelectual participantes, puedan reforzar las habilidades mejoradas, ya que por el perfil cognitivo característico de una discapacidad intelectual, si no se refuerza se podrá perder en el tiempo.

REFERENCIAS

- Alomoto, I. y Ordoñez, K. (2021). *Teorías de las habilidades sociales en los adolescentes* [Tesis de maestría Psicología Educativa]. Universidad Central de Ecuador, Quito.
<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/22968>
- Agren, K., Kjelberg A.& Hemmingsson, H. (2020). *Access to and use of the Internet among adolescents and young adults with intellectual disabilities in everyday settings*. Scandinavian Journal of Occupational Therapy.
<https://doi.org/10.3109/13668250.2018.1518898>
- Arellano, D. (2019). *Programa “Jugamos expresando las emociones” para mejorar las habilidades sociales no verbales en estudiantes inclusivos de la Institución Educativa “Manuel Gonzales Prada” San Borja-2019* [Tesis de maestría en Psicología educativa]. Universidad Cesar Vallejo, Lima.
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/39473>
- Argyle, M. (1975). *Bodily communication*. London: Methuen & Co Ltd. Recuperado de
https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=RNdBrbPE9EgC&oi=fnd&pg=PP1&dq=bodily+communication+argyle+1975+pdf&ots=GWVPfNohVN&sig=z-fRn2mIT4o_e2faeuYSKbD3kCw#v=onepage&q&f=false
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM 5*. Arlington, VA.
- Asociación Americana de Discapacidades Intelectuales, A. A. (2011). *Discapacidad Intelectual. Definición, Clasificación y Sistemas de Apoyo*. Recuperado de
<https://hdl.handle.net/20.500.12365/18152>
- Babarro, N. (2021). *Habilidades sociales: qué son, tipos, listado y ejemplos*. Recuperado de <https://www.psicologia-online.com/habilidades-sociales-que-son-tipos-listado-y-ejemplos-4587.html>
- Bedoya, M. (2021). *Taller a distancia en el desarrollo de habilidades sociales en los jóvenes con discapacidad intelectual de la OMAPED Surco, 2020* [Tesis en maestría de Problemas de aprendizaje]. Universidad Cesar Vallejo, Lima.
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/57956>

- Benites, G. y Bocanegra, J. (2017). *Habilidades sociales e inserción laboral en personas con síndrome down de una asociación civil limeña*. [Tesis de Psicología]. Universidad San Ignacio de Loyola, Lima.
<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/dcb564c8-a7ba-4c3a-991d-7d75b0e0e7a9/content>
- Betina, A. y Contini, N. (2011). *Las habilidades sociales en niños y adolescentes. su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos*. Fundamentos en Humanidades. vol. XII, núm. 23, 2011, pp. 159-182.
<https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf>
- Blanes, E. (2014). *Lineamientos metodológicos para la atención integral y la prevención del abandono de las personas con discapacidad*. Unidad de Servicios de Protección de personas con discapacidad. INABIF. Ministerio de la mujer y poblaciones vulnerables. Perú.
<https://www.gob.pe/institucion/inabif/informes-publicaciones/854688-lineamientos-metodologicos-para-la-atencion-integral-y-la-prevencion-del-abandono-de-las-personas-con-discapacidad-2014>
- Bonilla, F. y Sánchez, A. (2019). *Asertividad: en qué consiste y como afecta a nuestro bienestar*. Revista virtual Psicología y salud. Recuperado de <https://www.quironsalud.es/blogs/es/psicologia-salud/asertividad-consiste-afecta-bienestar>
- Bruner, J. S. (1972). *The nature and uses of immaturity*. Philadelphia, United States: Invited address to the American Association for the Advancement of Science. December. Recuperado de [https://www.scirp.org/\(S\(lz5mqp453ed%20snp55rrgict55\)\)/reference/reference-spapers.aspx?referenceid=2434773](https://www.scirp.org/(S(lz5mqp453ed%20snp55rrgict55))/reference/reference-spapers.aspx?referenceid=2434773)
- Caballero, S. et al. (2018). *Habilidades sociales, comportamiento agresivo y contexto socioeconómico*. Un estudio comparativo con adolescentes de Tucumán (Argentina). Universidad Nacional de Tucumán.
http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1668-81042018000100008
- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Séptima edición. Siglo XXI de España Editores S.A. España.

<https://ayudacontextos.files.wordpress.com/2018/04/manual-de-evaluacion-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-vicente-e-caballo.pdf>

Caballo, V., Arias, B., Calderero, M., Salazar, I., e Irurtia, M. (2011). *Bullying and social anxiety in children*. Behavioral Psychology-Psicología Conductual: Revista Internacional Clínica y de la Salud, 19(3), 591–609.

https://www.researchgate.net/publication/230704471_Bullying_and_social_anxiety_in_children_I_analyzing_their_relationship_and_developing_new_self-report_assessment_measures Acoso escolar y ansiedad social en niños I análisis de su relación y desarrollo

Calcina, D. et al. (2018). *Dinámicas integrales en estudiantes con discapacidad intelectual para el desarrollo de habilidades sociales*. Cebe Stella Maris, Puerto Maldonado y CEBE Auvergne Perú Francia, Arequipa, año 2018. [Tesis de Educación]. Universidad nacional Amazónica de Madre de Dios, Madre de Dios.

<https://repositorio.unamad.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14070/469/112-2018-UNAMAD-VRI.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cohen, S. y Coronel, C. (2009). *Aportes de la teoría de las habilidades sociales a la comprensión del comportamiento violento en niños y adolescentes*. I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVI Jornadas de Investigación Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Universidad de Buenos Aires.

<https://www.aacademica.org/000-020/753.pdf>

CONADIS (2021). *Informe sobre deficiencias y discapacidades de la población inscrita en el RNPCD a partir del Certificado de Discapacidad*. Recuperado de

<https://www.gob.pe/institucion/conadis/informes-publicaciones/1960231-deficiencias-y-discapacidades-de-la-poblacion-inscrita-en-el-rnpcd-a-partir-del-certificado-de-discapacidad>

Corrales, A. (2021). *La comunicación: importancia de la comunicación verbal y la comunicación no verbal*. Revista Ocronos. Vol. IV. Nº 10. Pág. nº10.

<https://revistamedica.com/comunicacion-verbal-no-verbal/>

Chiecher, A. y Donolo, D. (2013) *De dilegs intercanvis virtuals. La dimensió social i cognitiva de les interaccions entre alumnes*. RUSC. Universities and Knowledge Society Journal, 10 (2),37-53

- Defensoría del pueblo (2012). *Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad*. Programa de defensa y promoción de los derechos de las personas con discapacidad. Perú. Recuperado de https://www.congreso.gob.pe/Docs/DGP/CCEP/files/cursos/2017/files/convenci%C3%B3n_pcd_onu-malena_pineda.pdf
- Del Prette, Z. y Del Prette, A. (2002). *Psicología de las habilidades sociales: terapia y educación*. Revista Evaluar. <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v3.n1.609>
- Delgado, D. y Sierra, L. (2020). *Habilidades sociales y su influencia en el desempeño laboral de los colaboradores con discapacidad en los mercados retail, Trujillo-2019* [Tesis de maestría]. Universidad Cesar Vallejo, Lima. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/51582>
- Eceiza, M., Arrieta, M., y Goñi, A. (2008). *Habilidades sociales y contextos de la conducta social*. Revista de psicodidáctica. Recuperado de <file:///C:/Users/usuario/Downloads/228-373-289-1-10-20090820.pdf>
- Flores, M., García, T., Calsina, P. y Yapuchura, S. (2016). *The 46 social skills and the interpersonal communication of the students of the National University of Altiplano – Puno* [Tesis de maestría]. Universidad Nacional del Altiplano, Puno. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-71682016000200001&lng=es&tlng=es.
- García, B. y Rubio, C. (2020). *Impacto de la musicoterapia en la calidad de vida de personas con discapacidad intelectual: una revisión de la literatura*. Revista De Investigación en Musicoterapia, 3, 34–53. <https://doi.org/10.15366/rim2019.3.003>
- Gonzales, A. et al. (2016). *Comunicación no verbal: Su importancia en las organizaciones*. TEPEXI Boletín Científico de la Escuela Superior Tepeji del Río. Vol. 3 Núm. 5. <https://doi.org/10.29057/estr.v3i5.1548>
- González, J. y Morocho, D. (2021). *Desarrollo de habilidades sociales básicas en estudiantes con discapacidad intelectual moderada asociada al Síndrome de Down del nivel de preparatoria de la Unidad Educativa Especial Manuela*

- Espejo* [Tesis de maestría de Educación especial]. Universidad Nacional de Educación del Ecuador, Cañar.
<http://repositorio.unae.edu.ec/handle/56000/1763>
- Guillén, S. et al. (2021). *Habilidades comunicativas y la interacción social en estudiantes universitarios de Lima*. Propósitos y Representaciones, 9 (SPE1), e895.
<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9nSPE1.895>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2010). Metodología de la Investigación. México: McGraw Hill.
- Ke, X., y Liu, J. (2017). *Discapacidad intelectual*. Manual de Salud Mental Infantil y Adolescente de la IACAPAP, 1-28.
<https://iacapap.org/Resources/Persistent/9bb8e4d220ccfd6585053b90116d2a2345f3ef60/C.1-Discapacidad-Intelectual-SPANISH-2018.pdf>
- Lara, P. (2020). *Análisis de la inserción laboral de personas con discapacidad en la Municipalidad de San Isidro* [Tesis de maestría de Gestión pública]. Universidad Cesar Vallejo, Lima.
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/67533>
- Ley General de la Personas con Discapacidad en Perú. El Peruano, Ley N° 29973, 24 de diciembre del 2012. Recuperado de <https://www.leyes.congreso.gob.pe/Documentos/Leyes/29973.pdf>
- Lombardo-Aburto, E. (2020). *Detección oportuna del niño con trastorno del lenguaje*. Acta Pediátrica de México, 41(5), 231-234.
<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=96260>
- Meichenbaum, D., Butler, L., y Gruson, L. (1981). *Toward a conceptual model of social competence*. New York, United State: En J. Wine y M. Smye (Eds.), Social competence The Guilford Press.
- Ministerio de Educación, (2008). *SAANEE a la vanguardia de la educación Inclusiva, Lima, Perú: Dirección General de Educación Básica Especial*. Recuperado de <http://www.minedu.gob.pe/minedu/archivos/a/002/05-bibliografia-para-ebe/9-educacion-basica-especial-y-educacion-inclusiva-balance-y-perspectivas.pdf>
- Ministerio de Educación (2008). *Curso Virtual Fortalecimiento del Proceso de Conversión de EBE – Módulos II y III. 2008. Lima, Perú: Dirección General de*

Educación Básica Especial. Recuperado de <http://www.dreapurimac.gob.pe/inicio/images/ARCHIVOS2017/106-inclusion/modulo-2.pdf>

Ministerio de Educación (2009). *Manual de atención a las necesidades educativas especiales.* Guatemala. Recuperado de [https://www.mineduc.gob.gt/DIGEESP/documents/Manual de Adecuaciones Curriculares.pdf](https://www.mineduc.gob.gt/DIGEESP/documents/Manual_de_Adecuaciones_Curriculares.pdf)

Molina S (1999). *Deficiencia mental.* Madrid, España: Ediciones ALJIBE.

Moreno, E. y Ponte, P. (2019). *Autovalimiento de las personas con discapacidades diferentes, para la propuesta de un centro de inserción social laboral, Trujillo – 2019.* [Tesis de maestría]. Universidad Cesar Vallejo, Lima. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/62184>

Navas, P., Verdugo, M., y Gómez, L. (2008). *Diagnóstico y clasificación en discapacidad intelectual.* Psychosocial Intervention, 17(2), 143-152. https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S113205592008000200004&script=sci_arttext

Neuron (2020). *Habilidades sociales : definición, tipos, ejercicios y ejemplos.* Recuperado de <https://www.neuronup.com/actividades-de-neurorrehabilitacion/actividades-para-habilidades-sociales/habilidades-sociales-definicion-tipos-ejercicios-y-ejemplos/>

Pereira, J. y Espada, J. (2017). *Habilidades sociales: definición y delimitación del concepto.* Instituto Salamanca. Recuperado de <https://instsal.me/ldl4q>

Portillo-Torres, M. C. (2016). *Skills education: prospects and challenges for the education system.* Revista educación, vol. 41, núm.2, 20215-2644. DOI: <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/21719>

Ramirez, A. et al. (2020). *Habilidades sociales y agresividad en la infancia y adolescencia.* Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica. <https://www.redalyc.org/journal/559/55969799012/>

Reyzábal, M. (2012). *Las competencias comunicativas y lingüísticas, clave para la calidad educativa.* Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación. España. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55124841006>

- Ricaldi, M., Sanchez, S. y Subiría, M. (2020). *Enfoque de género y relaciones sociales en el aprendizaje social de estudiantes de nivel secundario*. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 89–107.
<https://doi.org/10.17162/au.v10i4.493>
- Roca, E. (2014). *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. Editorial Acde Vol. 4. Valencia. Recuperado de
<http://www.cop.es/colegiados/pv00520/pdf/Habilidades%20sociales-Dale%20una%20mirada.pdf>
- Salgado, N., Lagos, J., Alarcón, J., Pinochet, P., y Gálvez, F. (2022). *Programas de intervención socioeducativos para personas con discapacidad intelectual: una revisión sistemática*. *Revista Brasileira de Educação Especial*, 28.
<https://doi.org/10.1590/1980-54702022v28e0162>
- Sallafranque, F. y Normand, L. (2017) *From solitude to solicitation: How people with intellectual disability or autism spectrum disorder use the internet*. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*. 11(1) Article 7.
<https://doi.org/10.5817/CP2017-1-7>
- Sánchez, P. (2021). *Tendencias en los estudios sobre comunicación no verbal: convergencias y divergencias*. *Nueva revista del Pacífico*. Valparaíso.
<http://dx.doi.org/10.4067/S0719-51762021000100196>
- Sánchez, R. (2020). *Eficacia de un programa de habilidades sociales para niños de 8 a 12 años con discapacidad intelectual moderada de la ciudad de Ibarra* [Tesis de maestría de Psicología Infantil y psicorehabilitación]. Universidad Central de Ecuador, Lima.
<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/21313>
- Sandoval, A.; González, V. y Madriz, L. (2020). *Retos y oportunidades: teatro como estrategia de mediación pedagógica para el desarrollo de habilidades sociales*. *Revista Innovaciones Educativas*. 22(32), 65-77. DOI:
<https://doi.org/10.22458/ie.v22i32.2821>
- Schalock, R. y Verdugo, M. (2007). *El concepto de calidad de vida en los servicios y apoyos para personas con discapacidad intelectual*. Recuperado de
<https://hdl.handle.net/20.500.12365/18060>

- Sequera, F. et al. (2016). *Aplicación de un nuevo programa de habilidades sociales a un grupo de adultos con discapacidad intelectual*. Revista Española de Discapacidad, 4 (2):63-80.
<https://doi.org/10.5569/2340-5104.04.02.04>
- Silva Moreno, F. y Martorell Pallás, M. (1983). *BAS 1-2, batería de socialización (para profesores y padres)*. Manual. Madrid: TEA.
- Sze, V. & Horace, I. (2018) *Using virtual reality to train emotional and social skills in children with autism spectrum disorder*. London Journal of Primary Care, 10:4, 110-112,
Doi: [10.1080/17571472.2018.1483000](https://doi.org/10.1080/17571472.2018.1483000)
- Taylor, R., Smiley, L. y Richards, S. (2009). *Estudiantes excepcionales. Formación de maestros para el siglo XXI*. Universidad Iberoamericana. México. MC Graw Hill. Primera Edición.
- Verdugo, M. y Gutierrez, B. (2009). *Discapacidad intelectual: adaptación social y problemas de comportamiento*. Pirámide. Recuperado de http://sid.usal.es/idocs/siglo_cero/2009/230/resenas.pdf
- Videa, P., y De los Ángeles, R. (2016). *Comprendiendo la discapacidad intelectual: datos, criterios y reflexiones*. Revista de investigación psicológica, (15), 101-122.
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=s222330322016000100007&script=sci_arttext

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de Operacionalización de variables

Operacionalización de la variable independiente: Programa “Seamos asertivos”

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Sesiones	Recursos pedagógicos
Programa “Seamos asertivos”	El programa Seamos Asertivos, se basa en el la observación que realizó Vicente Caballo en 1987, en el cuál evidenció la importancia que tiene la comunicación verbal y no verbal en las interacciones sociales, en especial en las habilidades sociales.	El programa consta de 10 sesiones. Las sesiones están compuestas a desarrollar los siguientes temas: Expresión facial, miradas y sonrisas, postura y orientación, distancia y contacto físico, gestos, contenido y humor, atención personal, preguntas y respuestas a preguntas.	Sesión 1: Expresión facial	En el programa Seamos asertivos, se entrena a los participantes para que puedan aprender diversos recursos de habilidades sociales no verbales y verbales para mejorar su integración social, se realizará mediante dinámicas, videos interactivos, roleplaying, entre otros recursos.
			Sesión 2: Miradas y sonrisas	
	Sesión 3: Postura y orientación			
	Sesión 4: Distancia y contacto físico			
	Sesión 5: Gestos			
	Sesión 6: Contenido y humor I			
	Sesión 7: Contenido y humor II			
	Sesión 8: Atención personal			
	Sesión 9: Preguntas y respuestas a preguntas			
	Sesión 10: Retroalimentación			
El programa está orientado en mejorar los componentes no verbales y verbales de las habilidades sociales.				

Operacionalización de la variable dependiente: Habilidades sociales

Variable de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Nivel y rango por variable
Habilidades sociales	Caballo (1986), una conducta considerada hábil a nivel social, es un conjunto de conductas realizadas por un sujeto en un contexto interpersonal que permite desarrollar y expresar sentimientos, actitudes, deseos, creencias o derechos de una forma adecuada a la situación, respetando a los demás y que ayuda en la resolución de problemas inmediatos en una situación, mientras disminuye la probabilidad de problemas futuros.	Las habilidades sociales se dividen en dos dimensiones, la dimensión de componentes no verbales que cuenta con 7 indicadores, y la dimensión de componentes verbales que cuenta con 5 indicadores.	Componente No verbal	Expresión facial	1	Escala: Nominal Asertivo (1) No asertivo (0)	Inicio (0 - 3) Proceso (4 - 7) Logrado (8 - 12)
				Miradas	2		
				Sonrisas	3		
				Posturas	4		
				Orientación	5		
				Distancia/ contacto físico	6		
				Gestos	7		
			Componente Verbal	Contenido	8		
				Humor	9		
				Atención personal	10		
				Preguntas	11		
				Respuestas a preguntas	12		

Anexo 2. Matriz de consistencia

Matriz de consistencia						
Título: Programa “Seamos asertivos” para mejorar las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un CAR, Arequipa 2023						
Autora: Vania Aranibar Núñez						
Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores			
<p>Problema General:</p> <p>¿Cuál es la influencia de la aplicación del Programa Seamos asertivos para mejorar las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un Centro de acogida residencial en Arequipa, 2023?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>¿Cuál es la influencia de la aplicación del Programa Seamos asertivos para mejorar los componentes no verbales de las habilidades</p>	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar la efectividad del Programa Seamos Asertivos para mejorar las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un centro de acogida residencial de Arequipa.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Determinar la efectividad del Programa Seamos Asertivos para mejorar los componentes no verbales de las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un</p>	<p>Hipótesis general:</p> <p>El Programa Seamos asertivos mejora significativamente las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un Centro de acogida residencial en Arequipa.</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <p>El Programa Seamos asertivos mejora significativamente los componentes no verbales de las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un Centro de acogida residencial en</p>	Variable independiente: Programa Seamos Asertivos			
			Sesiones		Recursos pedagógicos	
			Sesión 1: Expresión facial		En el programa Seamos asertivos, se entrena a los participantes para que puedan aprender diversos recursos de habilidades sociales no verbales y verbales para mejorar su integración social, se realizará mediante dinámicas, videos interactivos, roleplaying, entre otros recursos.	
			Sesión 2: Miradas y sonrisas			
			Sesión 3: Postura y orientación			
			Sesión 4: Distancia y contacto físico			
			Sesión 5: Gestos			
			Sesión 6: Contenido y humor I			
			Sesión 7: Contenido y humor II			
			Sesión 8: Atención personal			
Sesión 9: Preguntas y respuestas a preguntas						
Sesión 10: Retroalimentación						
Variable independiente: Habilidades sociales						
	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Niveles y rangos	
	Componente No verbal	Expresión facial	1	Escala: Nominal	A Inicio (0 - 3)	
		Miradas	2			
		Sonrisas	3			
				Asertivo (1)	Proceso	

<p>sociales en adultos con discapacidad intelectual de un Centro de acogida residencial en Arequipa, 2023?</p> <p>¿Cuál es la influencia de la aplicación del Programa Seamos asertivos para mejorar los componentes verbales de las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un Centro de acogida residencial en Arequipa, 2023?</p>	<p>centro de acogida residencial de Arequipa.</p> <p>Determinar la efectividad del Programa Seamos Asertivos para mejorar los componentes verbales de las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un centro de acogida residencial de Arequipa.</p>	<p>Arequipa.</p> <p>El Programa Seamos asertivos mejora significativamente los componentes verbales de las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un Centro de acogida residencial en Arequipa.</p>	<p>Componente verbal</p>	Posturas	4	<p>No asertivo (0)</p>	<p>(4 - 7)</p> <p>Logrado (8 - 12)</p>
				Orientación	5		
				Distancia/contacto físico	6		
				Gestos	7		
				Contenido	8		
				Humor	9		
				Atención personal	10		
				Preguntas	11		
				Respuestas a preguntas	12		
				Nivel - diseño de investigación	Población y muestra		
<p>Tipo de investigación: Aplicada</p> <p>Nivel: Explicativo</p> <p>Diseño: Experimental / Pre experimental</p> <p>Método: Hipotético – deductivo</p> <p>Enfoque: Cuantitativo</p>	<p>Población: Está constituido por 23 residentes de un centro de acogida residencial de Arequipa.</p> <p>Muestra censo: 23 residentes del CAR.</p>	<p>Variable independiente: Programa Seamos Asertivos</p> <p>Ámbito de Aplicación: A residentes del CAR</p> <p>Variable dependiente: Habilidades sociales</p> <p>Técnicas: Observación.</p> <p>Instrumentos: Lista de cotejo: Test de habilidades sociales (SECHS)</p> <p>Autor: Vicente Caballo</p> <p>Año: 1988</p> <p>Monitoreo: Individual</p> <p>Ámbito de Aplicación: A residentes de CAR.</p>	<p>DESCRIPTIVA:</p> <p>Análisis descriptivo simple</p> <p>Presentación en tablas de frecuencia y figuras</p> <p>Interpretación de los resultados</p> <p>Conclusiones</p> <p>INFERENCIAL:</p> <p>Contrastación de hipótesis:</p> <p>Mediante la Prueba de Wilcoxon</p>				

Anexo 3. Instrumento de recolección de datos

SECHS

SISTEMA DE EVALUACIÓN CONDUCTUAL DE LA HABILIDAD SOCIAL

Seguidamente se describe un formato de evaluación conductual de conductas manifestadas por un sujeto durante una interacción social real.

Se evalúa el comportamiento del sujeto puntuando la adecuación de cada uno de los componentes, si cumple una conducta no asertiva o asertiva según su puntaje del 1 al 5

COMPONENTES NO VERBALES

1. EXPRESIÓN FACIAL

1 – Cara muy desagradable. Expresiones negativas muy frecuentes.	No asertivo
2 – Cara desagradable. Algunas expresiones negativas.	
3 – Cara normal. Apenas si se observan expresiones negativas.	
4 – Cara agradable. Algunas expresiones positivas.	Asertivo
5 – Cara muy agradable. Frecuentes expresiones positivas.	

2. MIRADA

1 – Mira muy poco. Impresión negativa. Mira continuamente. Muy desagradable.	No asertivo
2 – Mira poco. Impresión algo negativa. Mira en exceso. Desagradable.	
3 – Frecuencia y patrón de miradas normales.	
4 – Frecuencia y patrón de mirada buenos. Agradable.	Asertivo
5 – Frecuencia y patrón de mirada muy buenos. Muy agradable.	

3. SONRISAS

1 – Sonrisas totalmente ausentes. Impresión muy negativa. Sonrisas continuas. Muy desagradable.	No asertivo
2 – Sonrisas poco frecuentes. Impresión algo desagradable. Sonrisas excesivamente frecuentes. Desagradable.	
3 – Patrón y frecuencia de sonrisas normales.	
4 – Patrón y frecuencia de sonrisas buenos. Agradable.	Asertivo
5 – Patrón y frecuencia de sonrisas muy buenos. Muy agradable.	

4. POSTURA

1 – Postura muy cerrada. Da la impresión de un rechazo total.	No asertivo
2 – Postura algo cerrada. Da la impresión de un rechazo parcial.	
3 – Postura normal. No produce impresión de rechazo.	
4 – Postura abierta. Da la impresión de aceptación.	Asertivo
5 – Postura bastante abierta. Da la impresión de una gran aceptación.	

5. ORIENTACIÓN

1 – Orientado completamente hacia otro lado. Impresión muy negativa.	No asertivo
2 – Orientado parcialmente hacia otro lado. Impresión algo negativa.	
3 – Orientación normal. No produce una impresión desagradable.	
4 – Buena orientación. Impresión agradable.	Asertivo
5 – Muy buena orientación. Impresión muy agradable.	

6. DISTANCIA /CONTACTO FÍSICO

1 – Distancia excesiva. Impresión de distanciamiento total. Distancia extremadamente próxima e íntima. Muy desagradable.	No asertivo
2 – Distancia algo exagerada. Impresión de cierto distanciamiento. Distancia demasiado próxima para una interacción casual. Desagradable.	
3 – Distancia normal. Ni agradable ni desagradable.	
4 – Distancia oportuna. Impresión de acercamiento. Agradable.	Asertivo
5 – Distancia excelente. Buena impresión de acercamiento. Muy agradable.	

7. GESTOS

1 – No hace ningún gesto, manos inmóviles. Impresión muy negativa.	No asertivo
2 – Algunos gestos pero escasos. Impresión negativa.	
3 – Frecuencia y patrón de gestos normales.	
4 – Buena frecuencia y distribución de los gestos. Impresión positiva.	Asertivo
5 – Muy buena frecuencia y distribución de los gestos. Impresión muy positiva.	

COMPONENTES VERBALES

8. CONTENIDO

1 – Muy poco interesante, aburrido, muy poco variado. Impresión muy negativa.	No asertivo
2 – Poco interesante, ligeramente aburrido, poco variado. Impresión algo negativa.	
3 – Contenido normal, cierta variación.	
4 – Contenido interesante, animado, variado. Agradable	Asertivo
5 – Contenido muy interesante, muy animado, variado. Muy agradable.	

9. HUMOR

1 – Contenido muy serio y sin humor. Impresión muy negativa	No asertivo
2 – Contenido serio y con muy poco humor. Impresión negativa.	
3 – Contenido de humor normal.	
4 – Contenido de humor bueno. Agradable	Asertivo
5 – Contenido de humor muy bueno. Muy agradable.	

10. ATENCIÓN PERSONAL

1 – Nunca se interesa por la otra persona, ni le hace preguntas sobre ella. Impresión muy negativa.	No asertivo
2 – Apenas se interesa por la otra persona, con pocas preguntas. Impresión negativa.	
3 – Interés normal por la otra persona.	
4 – Buen interés por la otra persona, con un número adecuado de preguntas sobre ella. Impresión positiva.	Asertivo
5 – Muy buen interés por la otra persona, con un número muy adecuado de preguntas. Impresión muy positiva.	

11. PREGUNTAS

1 – Nunca hace preguntas. Impresión muy negativa. Hace preguntas continuamente. Muy desagradable.	No asertivo
2 – Hace pocas preguntas. Impresión negativa. Hace preguntas en exceso. Desagradable.	
3 – Patrón de preguntas normal. Ni agradable ni desagradable.	
4 – Preguntas variadas y adecuadas. Agradable	Asertivo

5 – Preguntas variadas y muy adecuadas. Impresión muy agradable	
---	--

12. RESPUESTAS A PREGUNTAS

1 – Respuestas monosilábicas o muy poco adecuadas. Impresión muy desagradable.	No asertivo
2 – Respuestas breves o poco adecuadas. Impresión negativa.	
3 – Respuestas normales. Impresión ni positiva ni negativa.	
4 – Respuestas adecuadas y de duración correcta. Impresión positiva.	Asertivo
5 – Respuestas muy adecuadas y de duración correcta. Impresión muy positiva.	

PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES

“SEAMOS ASERTIVOS”

I. DATOS GENERALES

- 1.1. Denominación** : Programa “Seamos Asertivos”
1.2. Público objetivo : Adultos con discapacidad
1.3. Autora : Aranibar Núñez, Vania Andrea
1.4. Duración : Inicio 30 de mayo / Termino 24 de junio

II. FUNDAMENTACIÓN

Las personas adultas con discapacidad intelectual presentan limitaciones en sus habilidades sociales debido a que la poca comprensión de situaciones sociales, asimismo, las limitaciones en su autonomía que trae consigo la discapacidad, lo cual genera que no puedan incluirse con facilidad.

En el programa Seamos asertivos, se entrenará a los participantes para que puedan aprender diversos recursos de habilidades sociales no verbales y verbales para mejorar su integración social, se realizará mediante dinámicas, videos interactivos, roleplaying, entre otros recursos.

III. OBJETIVOS

Objetivos generales

- Mejorar las habilidades sociales.

Objetivos específicos

- Desarrollar las habilidades sociales no verbales.
- Desarrollar las habilidades sociales verbales.
- Brindar recursos a los participantes para poderse incluir socialmente de forma más asertiva.

IV.-ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE LA PROPUESTA

Nº	COMPONENTE	SESIONES	OBJETIVO	DURACION
1	NO VERBAL	Expresión facial	Reconocer facialmente las emociones, reconocerlas en los demás y en sí mismos.	60 minutos
2		Miradas y sonrisas	Expresar asertividad mediante miradas y sonrisas.	
3		Postura y orientación	Imitar posturas. Nombrar y reconocer posturas de otras personas.	
4		Distancia / contacto físico	Concientizar sobre el respeto al espacio personal.	
5		Gestos	Expresar asertividad mediante gestos.	

6	VERBAL	Contenido y humor I	Reconocer los temas que se pueden tocar en diferentes conversaciones. Diferenciar personas conocidas, personas desconocidas y amigos.
7		Contenido y humor II	Reconocer los temas que se pueden tocar en diferentes conversaciones. Reconocer cómo es el saludo, temas de conversación y despedida con personas conocidas, desconocidas y amigos.
8		Atención personal	Lograr que muestren interés en otras personas. Evitar que interrumpan una conversación y sólo conversen de sí mismos.
9		Preguntas y respuestas a preguntas	Reconocer cuándo es buen momento para hacer preguntas. Practicar respuestas a preguntas. Identificar los límites de preguntar.
10	MIXTO	Retroalimentación	Aplicar lo anteriormente aprendido en habilidades no verbales. Reforzar lo anteriormente aprendido en habilidades verbales.

V.METODOLOGÍA

El programa Seamos asertivos para mejorar las habilidades sociales está dividido en 10 sesiones de aprendizaje de 60 minutos aplicada 3 veces por semana.

VI. RECURSOS Y MATERIALES

- Televisor
- Laptop
- Papelotes
- Cartulinas
- Fichas didácticas
- Plumones
- Hoja bond
- Imágenes

VIII. EVALUACIÓN

La evaluación será por cada sesión

IX. SESIONES

PRIMERA SESIÓN

DIMENSIÓN EXPRESIÓN FACIAL

OBJETIVO GENERAL

Reconocer facialmente las emociones, reconocerlas en los demás y en sí mismos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Reforzar que al comunicarse con otras personas puedan expresar asertividad y agrado.

DURACIÓN

01 hora

IV. DESCRIPCIÓN

	Actividades	Descripción	Materiales	Tiempo
1	Presentación del tema	Se explica a los residentes el tema y su importancia.		5 min
2	Reconocimiento de emociones	Se les pedirá reconocer las emociones básicas mediante expresiones faciales.	Pictogramas	20 min
3	“Quién me agrada”	Se les proyectarán diversas imágenes de personas con diferentes expresiones, se les pedirá a los participantes que puedan indicar qué personas les agradó y quienes no por medio de sus expresiones faciales. Se les explica la importancia de una expresión facial adecuada.	Televisor Imágenes	20 min
4	Role playing	Se practicarán sus expresiones faciales mediante role-playing entre compañeros y con espejos.	Espejos	10 min
5	Cierre	Se refuerza a los residentes por su buen desempeño en la sesión y se refuerza al Personal de Atención Permanente (cuidadores) para que puedan reforzar lo aprendido.		5 min

SEGUNDA SESIÓN

DIMENSIONES MIRADAS Y SONRISAS

OBJETIVO GENERAL

Expresar asertividad mediante miradas y sonrisas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Fortalecer el que puedan ver a las personas a los ojos cuando les hablan.
2. Reconocer en otras personas gestos.

DURACIÓN

01 hora

IV. DESCRIPCIÓN

	Actividades	Descripción	Materiales	Tiempo
1	Presentación del tema	Se explica a los residentes el tema y su importancia.	Imágenes de sonrisas y miradas	5 min
2	Reforzamiento de la mirada	Se le brinda diferentes objetos con texturas y se estimula a que miren. Se les refuerza que puedan mirar, para después poner objetos a la altura de los ojos para reforzar que cuando conversen miren a los ojos de la otra persona.	Objetos luminosos Objetos con diferentes texturas	20 min
3	Reconocimiento de emociones	Hacer cosquillas a un participante y hacerle reconocer sus gestos, su sonrisa, su mirada. Hacer mímicas mediante modelado.		10 min
4	Juegos en parejas	Se les brinda diferentes juegos de mesa para que puedan jugar entre ellos y con sus cuidadores y puedan generar una conversación, mientras se va corrigiendo la mirada y sonrisas.	Juegos didácticos	20 min
5	Cierre	Se refuerza a los residentes por su buen desempeño en la sesión y se refuerza al Personal de Atención Permanente (cuidadores) para que puedan reforzar lo aprendido.		5 min

TERCERA SESIÓN

DIMENSIONES POSTURA Y ORIENTACIÓN

OBJETIVO GENERAL

Expresar asertividad mediante posturas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Imitar posturas.
2. Nombrar y reconocer posturas de otras personas.

DURACIÓN

01 hora

IV. DESCRIPCIÓN

	Actividades	Descripción	Materiales	Tiempo
1	Presentación del tema	Se explica a los residentes el tema y su importancia.		5 min
2	Concientización del movimiento	Mediante la canción "El baile del movimiento" se concientizará a los participantes de cómo el cuerpo expresa emociones.	Televisor Radio	10 min
3	Movimiento y emociones	Se les muestra el video José Aprende y se muestra los movimientos corporales que tienen las personas según sus emociones.	Video de Aplicación José aprende	10 min
4	Imitación de movimientos	Mediante modelado los participantes imitaran diferentes movimientos relacionados a las emociones.		20 min
5	Cierre	Se refuerza a los residentes por su buen desempeño en la sesión y se refuerza al Personal de Atención Permanente (cuidadores) para que puedan reforzar lo aprendido.		5 min

CUARTA SESIÓN

DIMENSIONES DISTANCIA/ CONTACTO FÍSICO

OBJETIVO GENERAL

Concientizar sobre el respeto al espacio personal.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Reconocer los límites de las distancias y contacto físico que debe haber entre las personas.

DURACIÓN

01 hora

IV. DESCRIPCIÓN

	Actividades	Descripción	Materiales	Tiempo
1	Presentación del tema	Se explica a los residentes el tema y su importancia.		5 min
2	Juego para reconocer espacio personal	Mediante un ula ula se marca el espacio personal que tiene cada persona. Se va circulando por todo el ambiente sin invadir el espacio personal de nadie.	Ula Ula Radio	20 min
3	Video demostrativo	Se muestran mediante videos y ejemplos cuándo se invade el espacio personal de una persona, cómo se siente la otra persona.	Video	10 min
4	Juego tranquilas manitas	Mediante un juego se explica a los participantes que no deben coger a las otras personas, teniendo las manos tranquilas sin tocar constantemente a las otras personas.	Imágenes	20 min
5	Cierre	Se refuerza a los residentes por su buen desempeño en la sesión y se refuerza al Personal de Atención Permanente (cuidadores) para que puedan reforzar lo aprendido.		5 min

QUINTA SESIÓN

DIMENSIÓN GESTOS

OBJETIVO GENERAL

Expresar asertividad mediante gestos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Reconocer gestos de las otras personas y de sí mismos.

DURACIÓN

01 hora

IV. DESCRIPCIÓN

	Actividades	Descripción	Materiales	Tiempo
1	Presentación del tema	Se explica a los residentes el tema y su importancia.		5 min
2	Juego para reconocer gestos	Se pone en una caja diferentes expresiones faciales, gestos y los participantes tendrán que emparejar las imágenes con las emociones.	Imágenes Cajas	15 min
3	Fichas de gestos y emociones	Se les pide que puedan pegar los gestos y expresiones correspondientes a cada situación que se brindará en fichas.	Imágenes Ficha de situaciones	15 min
4	Dibujamos según las emociones	Se les pide a los participantes realizar algún dibujo y pintura según la emoción que se les va indicando.	Hojas blancas Colores Crayolas	20 min
5	Cierre	Se refuerza a los residentes por su buen desempeño en la sesión y se refuerza al Personal de Atención Permanente (cuidadores) para que puedan reforzar lo aprendido.		5 min

SEXTA SESIÓN

DIMENSIONES CONTENIDO Y HUMOR I

OBJETIVO GENERAL

Reconocer los temas que se pueden tocar en diferentes conversaciones.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Diferenciar personas conocidas, personas desconocidas y amigos.

DURACIÓN

01 hora

IV. DESCRIPCIÓN

	Actividades	Descripción	Materiales	Tiempo
1	Presentación del tema	Se explica a los residentes el tema y su importancia.		5 min
2	Explicación de personas conocidas, desconocidas y amigos	Mediante imágenes, pictogramas y fotografías se explica a los participantes cómo identificar a las personas.	Imágenes, pictogramas y fotografías.	20 min
3	Ubicamos en su lugar	Se les muestra un croquis de casa, centro de estudios, calles y se les pide que vayan ubicando a las personas que se les va entregando para identificarlas según la categoría que corresponde.	Imágenes Pictogramas Croquis de lugares	20 min
4	Llenado de fichas	Para reforzar el aprendizaje de diferenciar entre personas conocidas, desconocidas y amigos, se les pide marcar de un color las personas según su categoría.	Fichas Colores	10 min
5	Cierre	Se refuerza a los residentes por su buen desempeño en la sesión y se refuerza al Personal de Atención Permanente (cuidadores) para que puedan reforzar lo aprendido.		5 min

SÉPTIMA SESIÓN

DIMENSIÓN CONTENIDO Y HUMOR II

OBJETIVO GENERAL

Reconocer los temas que se pueden tocar en diferentes conversaciones.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Reconocer cómo es el saludo, temas de conversación y despedida con personas conocidas, desconocidas y amigos.

DURACIÓN

01 hora

IV. DESCRIPCIÓN

	Actividades	Descripción	Materiales	Tiempo
1	Presentación del tema	Se recuerda lo trabajado en la última sesión.		5 min
2	Saludos y despedidas	Con la ayuda de pictogramas y de imitación se les explica a los participantes saludos y despedidas formales e informales.	Imágenes	15 min
3	Temas de conversación	Mediante imágenes se les plantea posibles temas de conversaciones con amigos, conocidos y desconocidos.	Imágenes Ficha de situaciones	10 min
4	Humor	Con la ayuda de algunos ejemplos visuales se les explica qué es el humor, y los límites de las bromas.	Videos	15 min
4	Role - playing	Se les da temas de conversaciones y se les pide conversar entre ellos con guía.	Imágenes de situaciones	10 min
5	Cierre	Se refuerza a los residentes por su buen desempeño en la sesión y se refuerza al Personal de Atención Permanente (cuidadores) para que puedan reforzar lo aprendido.		5 min

OCTAVA SESIÓN

DIMENSIONES ATENCIÓN PERSONAL

OBJETIVO GENERAL

Expresar asertividad en una conversación.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Lograr que muestren interés en otras personas.
2. Evitar que interrumpan una conversación y sólo conversen de sí mismos.

DURACIÓN 01 hora

IV. DESCRIPCIÓN

	Actividades	Descripción	Materiales	Tiempo
1	Presentación del tema	Se explica a los residentes el tema y su importancia. Se recuerda lo trabajado en la última sesión.		5 min
2	Video	Mediante un video con diferentes situaciones se les explica la importancia de prestar atención a la otra persona cuando está conversando con nosotros. Asimismo, se les muestra mediante imágenes para relacionar el cómo se sienten las personas cuando se sienten escuchadas y cuando no.	Televisor Imágenes	15 min
3	Juego de control de esquema corporal	Mediante un juego se explica que para poder conversar deben escuchar y no interrumpir a la otra persona: "Boquita cerrada y escucho"	Imágenes Cronómetro	20 min
4	Turnos comunicativos	Con la ayuda de una pelota y se orienta a los participantes a que deban respetar cuando la otra persona está hablando, prestándole atención.	Pelota Cronómetro	15 min
5	Cierre	Se refuerza a los residentes por su buen desempeño en la sesión y se refuerza al Personal de Atención Permanente (cuidadores) para que puedan reforzar lo aprendido.		5 min

NOVENA SESIÓN

DIMENSIONES PREGUNTAS Y RESPUESTAS A PREGUNTAS

OBJETIVO GENERAL

Expresar asertividad mediante preguntas y respuestas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Reconocer cuándo es buen momento para hacer preguntas.
2. Practicar respuestas a preguntas.
3. Identificar los límites de preguntar.

DURACIÓN

01 hora

IV. DESCRIPCIÓN

	Actividades	Descripción	Materiales	Tiempo
1	Presentación del tema	Se explica a los residentes el tema y su importancia.		5 min
2	Preguntas	Se explican que son las preguntas y cómo se debe de preguntar, incluyendo palabras de cortesía como por favor y gracias, así también ayudar a identificar cuándo no preguntar constantemente.	Imágenes	20 min
3	Respuestas	Practicar mediante modelamiento respuestas asertivas en situaciones cotidianas.	Imágenes y videos	15 min
4	Role . playing	Se practica mediante una conversación las preguntas y respuestas más comunes en una conversación, así como reforzar las palabras de cortesía.	Cronómetro Imágenes	15 min
5	Cierre	Se refuerza a los residentes por su buen desempeño en la sesión y se refuerza al Personal de Atención Permanente (cuidadores) para que puedan reforzar lo aprendido.		5 min

DÉCIMA SESIÓN

RETROALIMENTACIÓN

OBJETIVO GENERAL

Reforzar todas lo aprendido en anteriores sesiones.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Aplicar lo anteriormente aprendido en habilidades no verbales.
2. Reforzar lo anteriormente aprendido en habilidades verbales.

DURACIÓN

01 hora

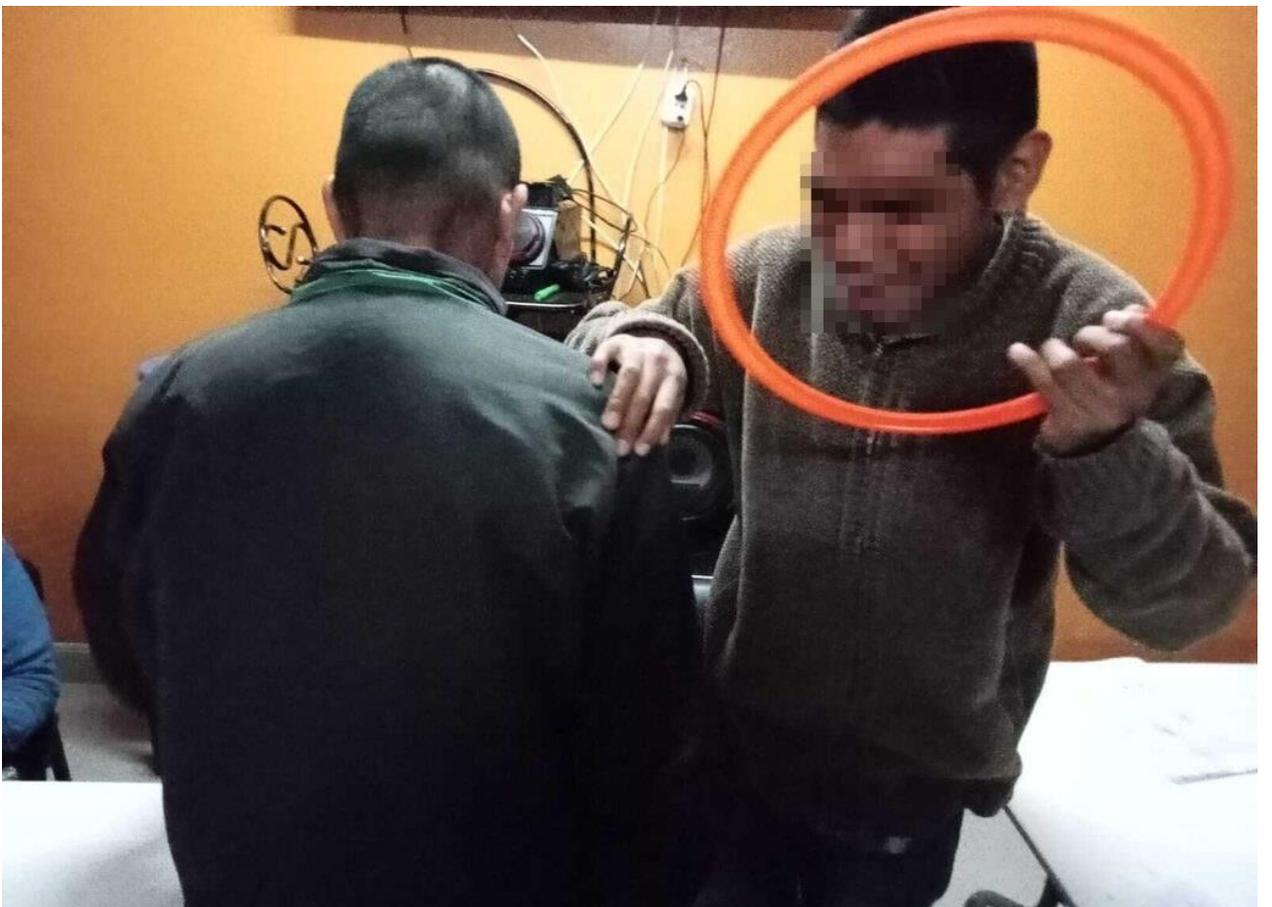
IV. DESCRIPCIÓN

	Actividades	Descripción	Materiales	Tiempo
1	Presentación del tema	Se explica a los residentes el tema y su importancia.		5 min
2	Recuerdo de los componentes no verbales	En grupo se reforzarán mediante el juego de Simón dice, las conductas no verbales como gestos, sonrisa, miradas, entre otros.	Imágenes	15 min
3	Recuerdo de componentes verbales	Se les pondrá un video para que puedan observar conversaciones de otras personas y puedan identificar las conductas asertivas.	Imágenes y videos	15 min
4	Role . playing	Se practica mediante rol playing las respuestas asertivas en diferentes situaciones cotidianas para los participantes.	Escenarios	20 min
5	Cierre	Se refuerza a los residentes por su buen desempeño en la sesión y se refuerza al Personal de Atención Permanente (cuidadores) para que puedan reforzar lo aprendido.		5 min

EVIDENCIA DE LA EJECUCIÓN DEL PROGRAMA “SEAMOS ASERTIVOS”

Entrenamiento de Habilidades Sociales No verbales





Entrenamiento de Habilidades Sociales Verbales





Anexo 4. Validación y confiabilidad de los instrumentos recolección de datos

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Test de Habilidades Sociales SECHS". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	Mercedes Nieves Pizarro Chávez		
Grado profesional:	Maestría (<input checked="" type="checkbox"/>)	Doctor	(<input type="checkbox"/>)
Área de formación académica:	Clínica (<input checked="" type="checkbox"/>)	Social	(<input type="checkbox"/>)
	Educativa (<input type="checkbox"/>)	Organizacional	(<input type="checkbox"/>)
Áreas de experiencia profesional:	Psicóloga Clínica y educativa. Maestra en problemas de aprendizaje		
Institución donde labora:	Centro de Salud Mental Comunitario: 12 de noviembre -MINSA		
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años (<input type="checkbox"/>)	Más de 5 años	(<input checked="" type="checkbox"/>)
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.		

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la escala

Nombre de la Prueba:	Test Sistema de Evaluación Conductual de la Habilidades Sociales SECHS
Autora:	Vicente E. Caballo
Procedencia:	España
Administración:	Observación
Tiempo de aplicación:	15 min
Ámbito de aplicación:	Clínico
Significación:	<p>El Sistema de Evaluación Conductual de las Habilidades Sociales SECHS, es un test el cual evalúa tres grupos de componentes: no verbal, pragmático y verbal, los cuales están compuestos a su vez por componentes, los cuales deben ser puntuados según corresponda lo observado.</p> <p>Se evalúa puntuando (de 1 a 5) la adecuación de cada uno de los componentes. Una puntuación de 3 o superior significa que la conducta es adecuada, una puntuación inferior a 3 no es una conducta adecuada.</p>

4. Soporte teórico

El Test Sistema de Evaluación Conductual de la Habilidades Sociales SECHS original se encuentra compuesto por tres grupos de componentes:



1. No verbal, compuesta a su vez por 09 componentes, de los cuales sólo se necesitarán evaluar los 07 primeros componentes.
2. Pragmático, compuesta a su vez por 07 componentes, cabe destacar que para la investigación no se requerirá éste grupo de componentes.
3. Verbal, compuesto a su vez por 05 componentes.

El Test Sistema de Evaluación Conductual de la Habilidades Sociales SECHS, es uno de los instrumentos elaborados para medir habilidades sociales, obtenido de: Caballo, V. (2007). Manual de evaluación y entrenamiento de habilidades sociales. Séptima edición. Siglo XXI Editores España S.A. pp. 355-359. Madrid-España.

Obtenido: <https://ayudacontextos.files.wordpress.com/2018/04/manual-de-evaluacion-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-vicente-e-caballo.pdf>



Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
Componente no verbal	Expresión facial	Se evalúa la expresión en la cara de la persona frente a una conversación.
	Mirada	Si mantienen la mirada en la otra persona durante una conversación o interacción social.
	Sonrisas	Si mantienen la mirada en la otra persona durante una conversación o interacción social.
	Postura	Se evalúa la postura adecuada, en la que no exprese rechazo.
	Orientación	Se evalúa la orientación a la persona con la que conversa.
	Distancia	Se evalúa la distancia con la otra persona.
	Gestos	Se evalúa la impresión de los gestos.
Componente verbal	Contenido	Es el tema de la conversación, se evalúa cuán interesante es la conversación, la variedad de temas en una conversación.
	Humor	Se evalúa el humor en el contenido de una conversación.
	Atención personal	El interés que se evidencia hacia la otra persona, si se le hace preguntas sobre la otra persona.
	Preguntas	Se evalúa si dentro de la conversación se hacen las preguntas necesarias.
	Respuesta a preguntas	Las respuestas a preguntas que hace la otra persona, y cómo son las respuestas en cuanto a su duración y adecuación.

5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación a usted le presento el cuestionario Test Sistema de Evaluación Conductual de la Habilidades Sociales SECHS elaborado por Caballo en el año 1987 De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.



Relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel



UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO

Dimensiones del Instrumento: Test Sistema de Evaluación Conductual de las Habilidades Sociales SECHS

• Primera dimensión: Componente no verbal

• Objetivos de la Dimensión: Evalúa los componentes no verbales de las habilidades sociales.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
1. Expresión facial	1. Cara muy desagradable. Expresiones negativas muy frecuentes.	4	4	4	
	2. Cara desagradable. Algunas expresiones negativas.	4	4	4	
	3. Cara normal. Apenas si se observan expresiones negativas.	4	4	4	
	4. Cara agradable. Algunas expresiones positivas.	4	4	4	
	5. Cara muy agradable. Frecuentes expresiones positivas.	4	4	4	
2. Mirada	1. Mira muy poco. Impresión negativa. Mira continuamente. Muy desagradable.	4	4	4	
	2. Mira poco. Impresión algo negativa. Mira en exceso. Desagradable.	4	4	4	
	3. Frecuencia y patrón de mirada normales.	4	4	4	
	4. Frecuencia y patrón de mirada buenos. Agradable.	4	4	4	
	5. Frecuencia y patrón de mirada muy buenos. Muy agradable.	4	4	4	
3. Sonrisas	1. Sonrisas totalmente ausentes. Impresión muy negativa. Sonrisas continuas. Muy desagradable.	4	4	4	
	2. Sonrisas poco frecuentes. Impresión	4	4	4	



	2. Excesivamente frecuentes. Desagradable.				
	3. Patrón y frecuencia de sonrisas normales.	4	4	4	
	4. Patrón y frecuencia de sonrisas buenos. Agradable.	4	4	4	
	5. Patrón y frecuencia de sonrisas muy buenos. Muy agradable.	4	4	4	
4. Posturas	1. Postura muy cerrada. Da la impresión de un rechazo total.	4	4	4	
	2. Postura algo cerrada. Da la impresión de un rechazo parcial.	4	4	4	
	3. Postura normal. No produce Impresión de rechazo.	4	4	4	
	4. Postura abierta. Da la impresión de aceptación.	4	4	4	
	5. Postura bastante abierta. Da la impresión de una gran aceptación.	4	4	4	
5. Orientación	1. Orientado completamente hacia otro lado. Impresión muy negativa.	4	4	4	
	2. Orientado parcialmente hacia otro lado. Impresión algo negativa.	4	4	4	
	3. Orientación normal. No produce una impresión desagradable.	4	4	4	
	4. Buena orientación. Impresión agradable.	4	4	4	
	5. Muy buena orientación. Impresión muy agradable.	4	4	4	
6. Distancia/contacto	1. Distancia excesiva. Impresión de	4	4	4	



o físico	distanciamiento total. Distancia extremadamente próxima e íntima. Muy desagradable.				
	2. Distancia algo exagerada. Impresión de cierto distanciamiento. Distancia demasiado próxima para una interacción casual. Desagradable.	4	4	4	
	3. Distancia normal. Ni agradable ni desagradable.	4	4	4	
	4. Distancia oportuna. Impresión de acercamiento. Agradable.	4	4	4	
	5. Distancia excelente. Buena impresión de acercamiento. Muy agradable.	4	4	4	
7. Gestos	1. No hace ningún gesto, manos inmóviles. Impresión muy negativa.	4	4	4	
	2. Algunos gestos pero escasos. Impresión negativa.	4	4	4	
	3. Frecuencia y patrón de gestos normales.	4	4	4	
	4. Buena frecuencia y distribución de los gestos. Impresión positiva.	4	4	4	
	5. Muy buena frecuencia y distribución de los gestos. Impresión muy positiva.	4	4	4	

- Segunda dimensión: Componente Verbal
- Objetivos de la Dimensión: Evalúa el componente verbal de las habilidades sociales.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
8. Contenido	1. Muy poco interesante, aburrido, muy poco variado. Impresión muy negativa.	4	4	4	



	2. Poco interesante, ligeramente aburrido, poco variado. Impresión algo negativa.	4	4	4	
	3. Contenido normal, cierta variación.	4	4	4	
	4. Contenido interesante, animado, variado. Agradable	4	4	4	
	5. Contenido muy interesante, muy animado, variado. Muy agradable.	4	4	4	
9. Humor	1. Contenido muy serio y sin humor. Impresión muy negativa	4	4	4	
	2. Contenido serio y con muy poco humor. Impresión negativa.	4	4	4	
	3. Contenido de humor normal.	4	4	4	
	4. Contenido de humor bueno. Agradable	4	4	4	
	5. Contenido de humor muy bueno. Muy agradable.	4	4	4	
10. Atención personal	1. Nunca se interesa por la otra persona, ni le hace preguntas sobre ella. Impresión muy negativa.	4	4	4	

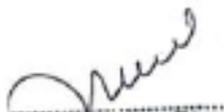


	2. Apenas se interesa por la otra persona, con pocas preguntas. Impresión negativa.	4	4	4	
	3. Interés normal por la otra persona.	4	4	4	
	4. Buen interés por la otra persona, con un número adecuado de preguntas sobre ella. Impresión positiva.	4	4	4	
	5. Muy buen interés por la otra persona, con un número muy adecuado de preguntas. Impresión muy positiva.	4	4	4	
11. Preguntas	1. Nunca hace preguntas. Impresión muy negativa. Hace preguntas continuamente. Muy desagradable.	4	4	4	
	2. Hace pocas preguntas. Impresión negativa. Hace preguntas en exceso. Desagradable.	4	4	4	
	3. Patrón de preguntas normal. Ni agradable ni desagradable.	4	4	4	
	4. Preguntas variadas y adecuadas. Agradable	4	4	4	
	5. Preguntas variadas y muy adecuadas. Impresión muy agradable	4	4	4	



UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO

12. Respuestas a preguntas	1. Respuestas monosilábicas o muy poco adecuadas. Impresión muy desagradable.	4	4	4	
	2. Respuestas breves o poco adecuadas. Impresión negativa.	4	4	4	
	3. Respuestas normales. Impresión ni positiva ni negativa.	4	4	4	
	4. Respuestas adecuadas y de duración correcta. Impresión positiva.	4	4	4	
	5. Respuestas muy adecuadas y de duración correcta. Impresión muy positiva.	4	4	4	


Mercedes Reyes Pizarro Chávez
PSICÓLOGA
C.P.P. 27738

Psicóloga Clínica – Psicoterapeuta
CPcP N° 27738 – RNE N° 413
DNI : 08540167



Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Test de Habilidades Sociales SECHS". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	Daniel Ángel Ramos Fuentes		
Grado profesional:	Maestría ()	Doctor	()
Área de formación académica:	Clinica (x)	Social	()
	Educativa (x)	Organizacional	()
Áreas de experiencia profesional:	Psicólogo, Docente universitario		
Institución donde labora:	Colegio de Psicólogos/Universidad Cesar Vallejo		
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años	()	
	Más de 5 años	(x)	
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	Habilidades directivas y gestión organizacional en el Colegio de Psicólogos del Perú, Iquitos, 2020		

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la escala

Nombre de la Prueba:	Test Sistema de Evaluación Conductual de la Habilidades Sociales SECHS
Autora:	Vicente E. Caballo
Procedencia:	España
Administración:	Observación
Tiempo de aplicación:	15 min
Ámbito de aplicación:	Clinico
Significación:	<p>El Sistema de Evaluación Conductual de las Habilidades Sociales SECHS, es un test el cual evalúa tres grupos de componentes: no verbal, pragmático y verbal, los cuales están compuestos a su vez por componentes, los cuales deben ser puntuados según corresponda lo observado.</p> <p>Se evalúa puntuando (de 1 a 5) la adecuación de cada uno de los componentes. Una puntuación de 3 o superior significa que la conducta es adecuada, una puntuación inferior a 3 no es una conducta adecuada.</p>

4. Soporte teórico

El Test Sistema de Evaluación Conductual de la Habilidades Sociales SECHS original se encuentra compuesto por tres grupos de componentes:



1. No verbal, compuesta a su vez por 09 componentes, de los cuales sólo se necesitarán evaluar los 07 primeros componentes.
2. Pragmático, compuesta a su vez por 07 componentes, cabe destacar que para la investigación no se requerirá éste grupo de componentes.
3. Verbal, compuesto a su vez por 05 componentes.

El Test Sistema de Evaluación Conductual de la Habilidades Sociales SECHS, es uno de los instrumentos elaborados para medir habilidades sociales, obtenido de: Caballo, V. (2007). Manual de evaluación y entrenamiento de habilidades sociales. Séptima edición. Siglo XXI Editores España S.A. pp. 355-359. Madrid-España.

Obtenido: <https://ayudacontextos.files.wordpress.com/2018/04/manual-de-evaluacion-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-vicente-e-caballo.pdf>

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
Componente no verbal	Expresión facial	Se evalúa la expresión en la cara de la persona frente a una conversación.
	Mirada	Si mantienen la mirada en la otra persona durante una conversación o interacción social.
	Sonrisas	Si mantienen la mirada en la otra persona durante una conversación o interacción social.
	Postura	Se evalúa la postura adecuada, en la que no exprese rechazo.
	Orientación	Se evalúa la orientación a la persona con la que conversa.
	Distancia	Se evalúa la distancia con la otra persona.
	Gestos	Se evalúa la impresión de los gestos.
Componente verbal	Contenido	Es el tema de la conversación, se evalúa cuán interesante es la conversación, la variedad de temas en una conversación.
	Humor	Se evalúa el humor en el contenido de una conversación.
	Atención personal	El interés que se evidencia hacia la otra persona, si se le hace preguntas sobre la otra persona.
	Preguntas	Se evalúa si dentro de la conversación se hacen las preguntas necesarias.
	Respuesta a preguntas	Las respuestas a preguntas que hace la otra persona, y cómo son las respuestas en cuanto a su duración y adecuación.

6. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación a usted le presento el cuestionario Test Sistema de Evaluación Conductual de las Habilidades Sociales SECHS elaborado por Caballo en el año 1987 De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintaxis y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.



relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel



- Primera dimensión: Componente no verbal
- Objetivos de la Dimensión: Evalúa los componentes no verbales de las habilidades sociales.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
1.Expresión facial	1. Cara muy desagradable. Expresiones negativas muy frecuentes.	4	4	4	
	2. Cara desagradable. Algunas expresiones negativas.	4	4	4	
	3. Cara normal. Apenas si se observan expresiones negativas.	4	4	4	
	4. Cara agradable. Algunas expresiones positivas.	4	4	4	
	5. Cara muy agradable. Frecuentes expresiones positivas.	4	4	4	
2. Mirada	1. Mira muy poco. Impresión negativa. Mira continuamente. Muy desagradable.	4	4	4	
	2. Mira poco. Impresión algo negativa. Mira en exceso. Desagradable.	4	4	4	
	3. Frecuencia y patrón de mirada normales.	4	4	4	
	4. Frecuencia y patrón de mirada buenos. Agradable.	4	4	4	
	5. Frecuencia y patrón de mirada muy buenos. Muy agradable.	4	4	4	



	4. Buena orientación. Impresión agradable.	4	4	4	
	5. Muy buena orientación. Impresión muy agradable.	4	4	4	
6. Distancia/contacto físico	1. Distancia excesiva. Impresión de distanciamiento total. Distancia extremadamente próxima e íntima. Muy desagradable.	4	4	4	
	2. Distancia algo exagerada. Impresión de cierto distanciamiento. Distancia demasiado próxima para una interacción casual. Desagradable.	4	4	4	
	3. Distancia normal. Ni agradable ni desagradable.	4	4	4	
	4. Distancia oportuna. Impresión de acercamiento. Agradable.	4	4	4	
	5. Distancia excelente. Buena impresión de acercamiento. Muy agradable.	4	4	4	
7. Gestos	1. No hace ningún gesto, manos inmóviles. Impresión muy negativa.	4	4	4	
	2. Algunos gestos pero escasos. Impresión negativa.	4	4	4	
	3. Frecuencia y patrón de gestos normales.	4	4	4	
	4. Buena frecuencia y distribución de los gestos. Impresión positiva.	4	4	4	
	5. Muy buena frecuencia y	4	4	4	



distribución de los gestos. Impresión muy positiva.				
--	--	--	--	--

- Segunda dimensión: Componente Verbal
- Objetivos de la Dimensión: Evalúa el componente verbal de las habilidades sociales.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
8. Contenido	1. Muy poco interesante, aburrido, muy poco variado. Impresión muy negativa.	4	4	4	
	2. Poco interesante, ligeramente aburrido, poco variado. Impresión algo negativa.	4	4	4	
	3. Contenido normal, cierta variación.	4	4	4	
	4. Contenido interesante, animado, variado. Agradable	4	4	4	
	5. Contenido muy interesante, muy animado, variado. Muy agradable.	4	4	4	
9. Humor	1. Contenido muy serio y sin humor. Impresión muy negativa	4	4	4	
	2. Contenido serio y con muy poco humor. Impresión negativa.	4	4	4	
	3. Contenido de humor normal.	4	4	4	



	4. Contenido de humor bueno. Agradable	4	4	4	
	5. Contenido de humor muy bueno. Muy agradable.	4	4	4	
10. Atención personal	1. Nunca se interesa por la otra persona, ni le hace preguntas sobre ella. Impresión muy negativa.	4	4	4	
	2. Apenas se interesa por la otra persona, con pocas preguntas. Impresión negativa.	4	4	4	
	3. Interés normal por la otra persona.	4	4	4	
	4. Buen interés por la otra persona, con un número adecuado de preguntas sobre ella. Impresión positiva.	4	4	4	
	5. Muy buen interés por la otra persona, con un número muy adecuado de preguntas. Impresión muy positiva.	4	4	4	
11. Preguntas	1. Nunca hace preguntas. Impresión muy negativa. Hace preguntas continuamente. Muy desagradable.	4	4	4	
	2. Hace pocas preguntas. Impresión negativa. Hace preguntas en exceso. Desagradable.	4	4	4	



	3. Preguntas normal. Ni agradable ni desagradable.	4	4	4	
	4. Preguntas variadas y adecuadas. Agradable	4	4	4	
	5. Preguntas variadas y muy adecuadas. Impresión muy agradable	4	4	4	
12. Respuestas a preguntas	1. Respuestas monosilábicas o muy poco adecuadas. Impresión muy desagradable.	4	4	4	
	2. Respuestas breves o poco adecuadas. Impresión negativa.	4	4	4	
	3. Respuestas normales. Impresión ni positiva ni negativa.	4	4	4	
	4. Respuestas adecuadas y de duración correcta. Impresión positiva.	4	4	4	
	5. Respuestas muy adecuadas y de duración correcta. Impresión muy positiva.	4	4	4	

Firma del evaluador
DNI: 07472185



Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Test de Habilidades Sociales SECHS". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	Juan Sandoval Vilchez
Grado profesional:	Maestría () Doctor (x)
Área de formación académica:	Clinica (x) Social () Educativa (x) Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	Psicólogo/Docente investigador universitario
Institución donde labora:	Universidad Cesar Vallejo
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (x)
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	Construcción y validación de una Escala de Tolerancia a la Frustración para estudiantes universitarios

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la escala

Nombre de la Prueba:	Test Sistema de Evaluación Conductual de las Habilidades Sociales SECHS
Autor:	Vicente E. Caballo
Procedencia:	España
Administración:	Observación
Tiempo de aplicación:	15 min
Ámbito de aplicación:	Clinico
Significación:	El Sistema de Evaluación Conductual de las Habilidades Sociales SECHS, es un test el cual evalúa tres grupos de componentes: no verbal, pragmático y verbal, los cuales están compuestos a su vez por componentes, los cuales deben ser puntuados según corresponda lo observado. Se evalúa puntuando (de 1 a 5) la adecuación de cada uno de los componentes. Una puntuación de 3 o superior significa que la conducta es adecuada, una puntuación inferior a 3 no es una conducta adecuada.

4. Soporte teórico

El Test Sistema de Evaluación Conductual de las Habilidades Sociales SECHS original se encuentra compuesto por tres grupos de componentes:



1. No verbal, compuesta a su vez por 09 componentes, de los cuales sólo se necesitarán evaluar los 07 primeros componentes.
2. Pragmático, compuesta a su vez por 07 componentes, cabe destacar que para la investigación no se requerirá éste grupo de componentes.
3. Verbal, compuesto a su vez por 05 componentes.

El Test Sistema de Evaluación Conductual de la Habilidades Sociales SECHS, es uno de los instrumentos elaborados para medir habilidades sociales, obtenido de: Caballo, V. (2007). Manual de evaluación y entrenamiento de habilidades sociales. Séptima edición. Siglo XXI Editores España S.A. pp. 355-359. Madrid-España.

Obtenido: <https://ayudacontextos.files.wordpress.com/2018/04/manual-de-evaluacion-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-vicente-e-caballo.pdf>



Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
Componente no verbal	Expresión facial	Se evalúa la expresión en la cara de la persona frente a una conversación.
	Mirada	Si mantienen la mirada en la otra persona durante una conversación o interacción social.
	Sonrisas	Si mantienen la mirada en la otra persona durante una conversación o interacción social.
	Postura	Se evalúa la postura adecuada, en la que no exprese rechazo.
	Orientación	Se evalúa la orientación a la persona con la que conversa.
	Distancia	Se evalúa la distancia con la otra persona.
	Gestos	Se evalúa la impresión de los gestos.
Componente verbal	Contenido	Es el tema de la conversación, se evalúa cuán interesante es la conversación, la variedad de temas en una conversación.
	Humor	Se evalúa el humor en el contenido de una conversación.
	Atención personal	El interés que se evidencia hacia la otra persona, si se le hace preguntas sobre la otra persona.
	Preguntas	Se evalúa si dentro de la conversación se hacen las preguntas necesarias.
	Respuesta a preguntas	Las respuestas a preguntas que hace la otra persona, y cómo son las respuestas en cuanto a su duración y adecuación.

5. Presentación de Instrucciones para el Juez:

A continuación a usted le presento el cuestionario Test Sistema de Evaluación Conductual de la Habilidades Sociales SECHS elaborado por Caballo en el año 1987 De acuerdo con los siguientes Indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.



relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel



Dimensiones del instrumento: Test Sistema de Evaluación Conductual de la Habilidades Sociales SECHS

- Primera dimensión: Componente no verbal
- Objetivos de la Dimensión: Evalúa los componentes no verbales de las habilidades sociales.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
1. Expresión facial	1. Cara muy desagradable. Expresiones negativas muy frecuentes.	4	4	4	
	2. Cara desagradable. Algunas expresiones negativas.	4	4	4	
	3. Cara normal. Apenas si se observan expresiones negativas.	4	4	4	
	4. Cara agradable. Algunas expresiones positivas.	4	4	4	
	5. Cara muy agradable. Frecuentes expresiones positivas.	4	4	4	
2. Mirada	1. Mira muy poco. Impresión negativa. Mira continuamente. Muy desagradable.	4	4		
	2. Mira poco. Impresión algo negativa. Mira en exceso. Desagradable.	4	4	4	
	3. Frecuencia y patrón de mirada normales.	4	4	4	
	4. Frecuencia y patrón de mirada buenos. Agradable.	4	4	4	
	5. Frecuencia y patrón de mirada muy buenos. Muy agradable.	4	4	4	



3. Sonrisas	1. Sonrisas totalmente ausentes. Impresión muy negativa. Sonrisas continuas. Muy desagradable.	4	4	4	
	2. Sonrisas poco frecuentes. Impresión algo desagradable. Sonrisas excesivamente frecuentes. Desagradable.	4	4	4	
	3. Patrón y frecuencia de sonrisas normales.	4	4	4	
	4. Patrón y frecuencia de sonrisas buenos. Agradable.	4	4	4	
	5. Patrón y frecuencia de sonrisas muy buenos. Muy agradable.	4	4	4	
4. Posturas	1. Postura muy cerrada. Da la impresión de un rechazo total.	4	4		
	2. Postura algo cerrada. Da la impresión de un rechazo parcial.	4	4	4	
	3. Postura normal. No produce impresión de rechazo.	4	4	4	
	4. Postura abierta. Da la impresión de aceptación.	4	4	4	
	5. Postura bastante abierta. Da la impresión de una gran aceptación.	4	4	4	
5. Orientación	1. Orientado completamente hacia otro lado. Impresión muy negativa.	4	4	4	
	2. Orientado parcialmente hacia otro lado. Impresión algo negativa.	4	4	4	
	3. Orientación normal. No produce una impresión desagradable.	4	4	4	



	4. Buena orientación. Impresión agradable.	4	4	4	
	5. Muy buena orientación. Impresión muy agradable.	4	4	4	
6. Distancia/contacto físico	1. Distancia excesiva. Impresión de distanciamiento total. Distancia extremadamente próxima e íntima. Muy desagradable.	4	4		
	2. Distancia algo exagerada. Impresión de cierto distanciamiento. Distancia demasiado próxima para una interacción casual. Desagradable.	4	4	4	
	3. Distancia normal. Ni agradable ni desagradable.	4	4	4	
	4. Distancia oportuna. Impresión de acercamiento. Agradable.	4	4	4	
	5. Distancia excelente. Buena impresión de acercamiento. Muy agradable.	4	4	4	
7. Gestos	1. No hace ningún gesto, manos inmóviles. Impresión muy negativa.	4	4	4	
	2. Algunos gestos pero escasos. Impresión negativa.	4	4	4	
	3. Frecuencia y patrón de gestos normales.	4	4	4	
	4. Buena frecuencia y distribución de los gestos. Impresión positiva.	4	4	4	
	5. Muy buena frecuencia y	4	4	4	



- Segunda dimensión: Componente Verbal
- Objetivos de la Dimensión: Evalúa el componente verbal de las habilidades sociales.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
8. Contenido	1. Muy poco interesante, aburrido, muy poco variado. Impresión muy negativa.	4	4	4	
	2. Poco interesante, ligeramente aburrido, poco variado. Impresión algo negativa.	4	4	4	
	3. Contenido normal, cierta variación.	4	4	4	
	4. Contenido interesante, animado, variado. Agradable	4	4	4	
	5. Contenido muy interesante, muy animado, variado. Muy agradable.	4	4	4	
9. Humor	1. Contenido muy serio y sin humor. Impresión muy negativa	4	4	4	
	2. Contenido serio y con muy poco humor. Impresión negativa.	4	4	4	
	3. Contenido de humor normal.	4	4	4	



	4. Contenido de humor bueno. Agradable	4	4	4	
	5. Contenido de humor muy bueno. Muy agradable.	4	4	4	
10. Atención personal	1. Nunca se interesa por la otra persona, ni le hace preguntas sobre ella. Impresión muy negativa.	4	4	4	
	2. Apenas se interesa por la otra persona, con pocas preguntas. Impresión negativa.	4	4	4	
	3. Interés normal por la otra persona.	4	4	4	
	4. Buen interés por la otra persona, con un número adecuado de preguntas sobre ella. Impresión positiva.	4	4	4	
	5. Muy buen interés por la otra persona, con un número muy adecuado de preguntas. Impresión muy positiva.	4	4	4	
11. Preguntas	1. Nunca hace preguntas. Impresión muy negativa. Hace preguntas continuamente. Muy desagradable.	4	4	4	
	2. Hace pocas preguntas. Impresión negativa. Hace preguntas en exceso. Desagradable.	4	4	4	



UNIVERSIDAD CÉSAR

	3. Ratón de preguntas normal. Ni agradable ni desagradable.	4	4	4	
	4. Preguntas variadas y adecuadas. Agradable	4	4	4	
	5. Preguntas variadas y muy adecuadas. Impresión muy agradable	4	4	4	
12. Respuestas a preguntas	1. Respuestas monosilábicas o muy poco adecuadas. Impresión muy desagradable.	4	4	4	
	2. Respuestas breves o poco adecuadas. Impresión negativa.	4	4	4	
	3. Respuestas normales. Impresión ni positiva ni negativa.	4	4	4	
	4. Respuestas adecuadas y de duración correcta. Impresión positiva.	4	4	4	
	5. Respuestas muy adecuadas y de duración correcta. Impresión muy positiva.	4	4	4	


Dr. Juan Sandoval Vilchez
PSICOLOGO
C. Ps. P. 1848

Anexo 5. Confiabilidad del instrumento

Base de datos de la prueba piloto de Habilidades Sociales

	HABILIDADES SOCIALES											
	No verbal							Verbal				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1
2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1
4	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0
5	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0
6	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1
7	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
9	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1
10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
11	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0
12	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0
13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
15	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1

Base de datos del postest del grupo experimental

Habilidades sociales - Postest grupo experimental															
	No verbal							Verbal							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
1	1	1	1	0	1	0	0	4	1	0	1	0	0	2	6
2	1	0	1	0	1	1	1	5	1	1	1	0	0	3	8
3	0	1	0	1	0	1	0	3	0	0	0	0	0	0	3
4	1	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	5	12
5	1	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	5	12
6	1	1	1	1	1	1	1	7	0	1	1	0	0	2	9
7	1	1	1	1	0	1	1	6	1	1	1	1	0	4	10
8	1	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	5	12
9	1	1	1	0	0	0	1	4	1	1	1	1	0	4	8
10	1	1	1	1	1	0	1	6	1	1	1	0	1	4	10
11	1	1	1	1	1	0	1	6	1	1	1	1	1	5	11
12	1	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	0	4	11
13	1	0	1	0	1	0	0	3	0	1	0	1	0	2	5
14	1	1	1	1	1	1	0	6	0	0	1	1	0	2	8
15	1	1	1	0	1	0	1	5	1	1	1	0	0	3	8
16	1	1	0	0	0	1	0	3	0	1	1	1	0	3	6
17	1	1	0	1	1	0	1	5	0	1	1	1	0	3	8
18	1	0	1	0	0	0	1	3	0	1	1	0	0	2	5
19	1	0	1	0	0	0	0	2	1	1	1	1	0	4	6
20	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	2
21	1	1	0	1	1	1	0	5	1	1	1	0	0	3	8
22	1	0	0	1	0	1	1	4	1	1	1	1	0	4	8
23	1	1	0	0	1	0	1	4	1	1	0	1	1	4	8

Anexo 7. Figuras de Resultados

Figura 1

Diferencias entre pre-test y post-test de las habilidades sociales

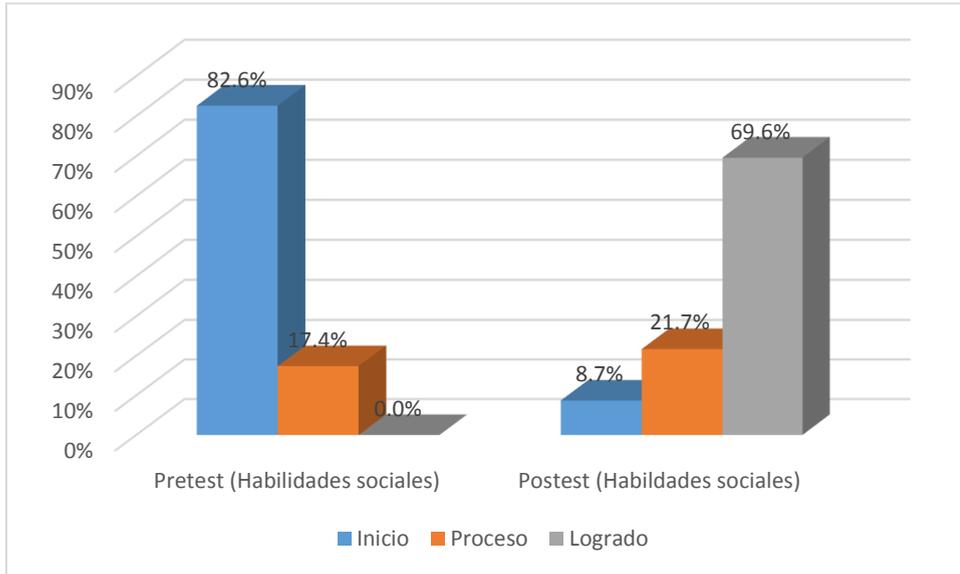


Figura 2

Diferencias entre pre-test y post-test de las habilidades sociales no verbales

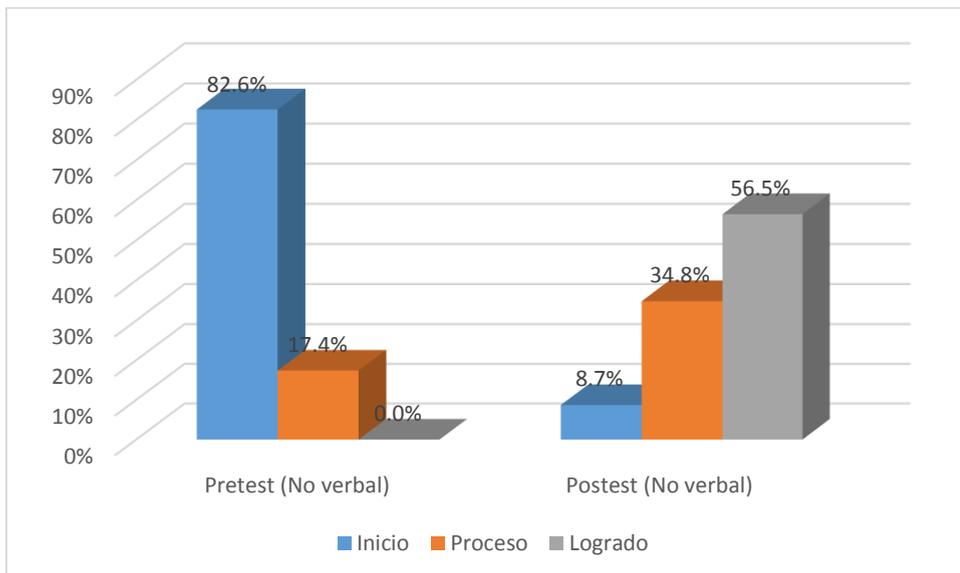
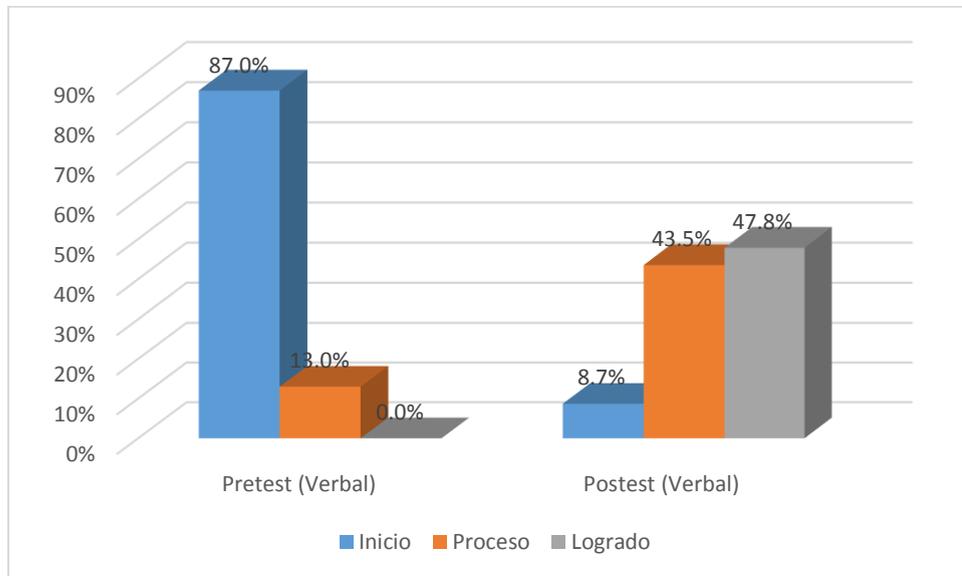


Figura 3

Diferencias entre pre-test y post-test de las habilidades sociales verbales



Anexo 8. Carta y autorización de aplicación del instrumento firmado por la respectiva autoridad.

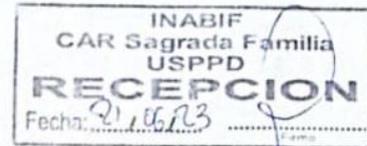


UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO



"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

Lima, 19 de junio de 2023
Carta P. 0221-2023-UCV-VA-EPG-F01/J



MAGISTER
WILBER ROQUE SUCASACA
COORDINADOR
CAR SAGRADA FAMILIA - INABIF

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar a ARANIBAR NUÑEZ, VANIA ANDREA; identificada con DNI N° 46040473 y con código de matrícula N° 7002838140; estudiante del programa de MAESTRÍA EN PROBLEMAS DE APRENDIZAJE quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRA, se encuentra desarrollando el trabajo de investigación titulado:

Programa "Seamos asertivos" para mejorar las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un CAR, Arequipa 2023

Con fines de investigación académica, solicito a su digna persona otorgar el permiso a nuestra estudiante, a fin de que pueda obtener información, en la institución que usted representa, que le permita desarrollar su trabajo de investigación. Nuestra estudiante investigador ARANIBAR NUÑEZ, VANIA ANDREA asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de haber finalizado el mismo con la asesoría de nuestros docentes.

Agradeciendo la gentileza de su atención al presente, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,



Helga R. Majo Marrúfo
Dra. Helga R. Majo Marrúfo
Jefe
Escuela de Posgrado UCV
Filial Lima Campus Los Olivos

Somos la universidad de los
que quieren salir adelante.





UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN PROBLEMAS DE APRENDIZAJE

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, CERAFIN URBANO VIRGINIA ASUNCION, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PROBLEMAS DE APRENDIZAJE de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Programa "Seamos asertivos" para mejorar las habilidades sociales en adultos con discapacidad intelectual de un CAR, Arequipa 2023", cuyo autor es ARANIBAR NUÑEZ VANIA ANDREA, 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, 30 de Julio del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
CERAFIN URBANO VIRGINIA ASUNCION DNI: 31683051 ORCID: 0000-0002-5180-5306	Firmado electrónicamente por: VCEFARINU el 30- 07-2023 18:12:42

Código documento Trilce: TRI - 0627917