ESCUELA DE POSGRADO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Programa de mejoramiento de habilidades sociales en estudiantes de primer año de educación secundaria de la I.E. 7213- UGEL 01, 2014

TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE
Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:
Br. Deysy Yris Lau Dioses

ASESOR:
Mgtr. Jacinto Joaquín Vertiz Osores

SECCIÓN:
Humanidades

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
Atención integral del infante, niños y adolescentes

PERÚ - 2018

Página del jurado

_____
Dra. Galia Lescano López
Presidente

_____
Mgtr. Jorge Rafael Díaz Dumont
Secretario

_____
Mgtr. Jacinto Joaquín Vertiz Osores
Vocal

A Dios, por guiar mi camino.

A mis padres Carlos y Nilda por su amor y ejemplo de vida.

A mi esposo Oscar y queridos hijos Leonardo y Santiago por su amor y comprensión.

A los niños por ser fuente de constante inspiración personal.

Deysy.

Agradecimiento

A los maestros de la Universidad César Vallejo por guiarnos en la elaboración esta tesis.

A la Institución Educativa Peruano Japonés por el apoyo permanente en la ejecución de esta investigación.

La autora.

Declaración jurada

Yo Deysy Yris Lau Dioses, estudiante de la Escuela de Postgrado, Maestría en Administración de la Educación de la Universidad César Vallejo, Sede Lima; declaro el trabajo académico titulado “Programa de mejoramiento de habilidades sociales en estudiantes de primer año de educación secundaria de la Institución Educativa 7213-UGEL 01; 2014”, presentada, en 98 folios para la obtención del grado académico de Magister en Administración de la Educación, es de mi autoría
Por tanto, declaro lo siguiente:

- He mencionado todas las fuentes empleadas en el presente trabajo de investigación, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes, de acuerdo con lo establecido por las normas de elaboración de trabajos académicos.
- No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquellas expresamente señaladas en este trabajo.
- Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado completa ni parcialmente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
- Soy consciente de que mi trabajo puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagios.
- De encontrar uso de material intelectual ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones que determinen el procedimiento disciplinario.

Lima, marzo del 2018

Deysy Yris Lau Dioses,
DNI 09680896

Presentación

Señores miembros del Jurado:

Tengo a bien presentar ante ustedes la tesis titulada: Programa de mejoramiento de habilidades sociales en estudiantes de primer año de Educación Secundaria de la Institución Educativa 7213- UGEL 01, 2014 con la finalidad de evaluar el efecto de la aplicación del programa de habilidades sociales en la mejora de las competencias sociales en los alumnos de primer año de educación secundaria, en cumplimiento con las disposiciones establecidas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Escuela de Postgrado, de la Universidad César Vallejo de Trujillo, para obtener el grado de Magister en Educación con mención en Psicología Educativa.

El trabajo de investigación se ha divido en siete capítulos:

El capítulo I presenta la introducción, Antecedentes y fundamentación científica, técnica o humanística y Justificación, planteamiento del Problema, hipótesis y objetivos; el capítulo II, marco metodológico que comprende: Variables, operacionalización de variables, metodología, tipos de estudio, diseño, población, muestra y muestreo, técnicas e instrumentos de recolección de datos, métodos de análisis de datos y aspectos éticos; el capítulo III, lo conforma los resultados descriptivos, inferenciales y la contrastación de las hipótesis; el capítulo IV discusión de la investigación; el capítulo V conclusiones; el capítulo VI recomendaciones, el capítulo VII referencias bibliográficas y finalmente anexos.

Dejo a su criterio la evaluación del presente trabajo de investigación, esperando cumplir con los requisitos de aprobación.

La autora.

Índice general

	Pág.
Página del jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaración jurada	v
Presentación	vi
Índice general	vii
Índice de tablas	ix
Índice de figuras	xi
Resumen	xii
Abstract	xiii
I. Introducción	
1.1 Antecedentes	16
1.2 Marco teórico	19
1.2.1 Programa de entrenamiento	19
1.2.2 Habilidades sociales	22
1.3 Justificación	33
1.4 Problema	34
1.4.1 Realidad problemática	34
1.4.2 Formulación del problema	37
1.5 Hipótesis	38
1.6 Objetivos	39
II. Marco metodológico	
2.1 Variables	42
2.1.1 Definición conceptual	42
2.1.2 Definición operacional	42
2.2 Operacionalización de variables	43
2.3 Metodología	44
2.3.1 Tipo de estudio	44
2.3.2 Diseño	44
2.4 Población y muestra	45

2.4.1 Población 46
2.4.2 Muestra 46
2.5 Técnicas e instrumentos de recolección de dato 47
2.6 Método de análisis de datos 48

III. Resultados
3.1 Resultados descriptivos 51
3.2 Prueba de hipótesis 55
IV. Discusión 70
V. Conclusiones 75
VI. Recomendaciones 78
VII. Referencias bibliográficas 81
Anexos
Anexo 1 Matriz de consistencia 85
Anexo 2 Instrumentos 88
Anexo 3 Confiabilidad 157
Anexo 4 Validez de contenido 158
Anexo 5 Base de datos 165
Anexo 6 Reporte Turnitín 167

Índice de tablas

Tabla 1	Matriz de operacionalización de variables	43
Tabla 2	Distribución de la población de estudiantes	44
Tabla 3	Distribución de la muestra de estudiantes	46
Tabla 4	Confiabilidad de la variable autoconcepto	47
Tabla 5	Prueba de Shapiro Wilk	48
Tabla 6	Distribución de frecuencias del nivel de habilidades sociales según pre test-grupo control	51
Tabla 7	Distribución de frecuencias del nivel de habilidades sociales según pre test-grupo experimental	52
Tabla 8	Distribución de frecuencias del nivel de habilidades sociales según post test-grupo control	53
Tabla 9	Distribución de frecuencias del nivel de habilidades sociales según post test-grupo experimental	54
Tabla 10	Habilidades sociales en estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre y post test	55
Tabla 11	Habilidades sociales básicas en estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre y post test	57
Tabla 12	Habilidades sociales avanzadas en estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre y post test	59
Tabla 13	Habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre y post test	61
Tabla 14	Habilidades sociales alternativas a la agresión en estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre y post test	63
Tabla 15	Habilidades sociales para hacer frente al estrés en estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre y post test	65

Tabla 16 Habilidades sociales de planificación en estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre y post test 67

Índice de figuras

Figura 1	Distribución de frecuencias del nivel de habilidades sociales según pre test-grupo control	51
Figura 2	Distribución de frecuencias del nivel de habilidades sociales según pre test-grupo experimental	52
Figura 3	Distribución de frecuencias del nivel de habilidades sociales según post test-grupo control	53
Figura 4	Distribución de frecuencias del nivel de habilidades sociales según post test-grupo experimental	54

Resumen

El objetivo del estudio fue demostrar el efecto de la aplicación del programa de intervención en la mejora de las competencias de habilidades sociales en estudiantes de primer año de educación secundaria de la I.E. 7213. Para su comprobación se escogió una muestra de 14 estudiantes, que pertenecían a dos aulas conformadas por 14 estudiantes cada una, los cuales fueron elegidos bajo criterio propio y cuyas edades fluctúan entre 12 y 14 años. Según la característica de la investigación, se formó al grupo experimental y al grupo control, ambos conformados por 7 estudiantes; sólo los primeros fueron sometidos al Programa de mejoramiento de habilidades sociales, el cual fue aplicado en 12 sesiones.

El nivel de habilidades sociales de ambos grupos fue evaluado al inicio y al final del programa, mediante la aplicación de “La lista de chequeo conductual de habilidades sociales de Golstein”, de esta manera, se estableció el nivel de incremento de la variable “habilidades sociales” antes y después del programa. El análisis de los datos se realizó empleando la prueba no paramétrica de U de Mann-Whitney para determinar el grado de significancia para muestras independientes.

Los resultados obtenidos evidenciaron el incremento significativo del nivel de competencia en las habilidades sociales en el grupo experimental al 95% de confiabilidad, y concluye: La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales de los estudiantes de 1er año de educación secundaria de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador, lo cual se evidencia en los resultados de la Prueba de U de Mann-Whitney (-2,691) y u p-valor=0,007

Palabras claves: Programa, habilidades sociales, básicas, avanzadas, relacionadas a los sentimientos, frente al estrés, planificación.

Abstract

The objective of the study was to demonstrate the effect of the application of the intervention program on the improvement of social skills competencies in first-year secondary school students of the I.E. 7213. For its verification, a sample of 14 students was chosen, who belonged to two classrooms made up of 14 students each, which were chosen under their own criteria and whose ages fluctuate between 12 and 14 years. According to the characteristic of the research, the experimental group and the control group were formed, both conformed by 7 students; only the first ones were submitted to the Social Skills Improvement Program, which was applied in 12 sessions.

The level of social skills of both groups was evaluated at the beginning and at the end of the program, by means of the application of "The social behavioral skills checklist of Golstein", in this way, the level of increase of the variable "skills" was established social "before and after the program. The analysis of the data was performed using the non-parametric Mann-Whitney U test to determine the degree of significance for independent samples.

The results obtained showed the significant increase in the level of competence in social skills in the experimental group at 95% reliability, and concludes: The application of the intervention program has a significant effect on the social skills of the students of the first year of education secondary school N ° 7213 Japanese Peruvian from Villa El Salvador, which is evidenced in the results of the Mann-Whitney U test (-2,691) and u p-value = 0.007

Key Words: Program, social skills, basic, advanced, related to feelings, facing stress, planning.

I. Introducción

En las escuelas se observa con frecuencia que, en la educación básica reguilar existen dificultades en la interacción de los estudiantes, que genera ansiedad social, timidez, actitud depresiva, conductas agresivas, intolerancia, deficiencias en el trabajo grupal, todo ello, como efecto de deficiencias en las habilidades sociales. Por ello, la realización del presente estudio en la edad temprana, es de suma importancia, porque permite que el estudiante adquiera habilidades sociales para interrelacionar de manera adecuada y con una conducta socialmente aceptable.

La realización de la investigación, está basada en la necesidad de demostrar el efecto de la aplicación del programa de habilidades sociales en la mejora de estas competencias en los estudiantes de primer año de educación secundaria, que permitan validar una herramienta de trabajo que pueda ser utilizada por los maestros de una manera sistemática; ya que, desarrollar las habilidades genera un clima adecuado en el aula aceptando las normas de convivencia, el desarrollo de una actitud democrática, de respeto mutuo, de tolerancia, expresando y controlando emociones y sentimientos,; así como el control del stress, entre otros; donde el logro de un nuevo aprendizaje les permita la disminución de una conducta agresiva en la institución educativa y fuera de ella.

La investigación está dividida en siete capítulos. En el primero se plantea los antecedentes nacionales e internacionales que existen en relación a las habilidades sociales y el marco teórico está referido a la definición, componentes conductuales, cognitivos y fisiológicos, además las funciones y dimensiones de las habilidades sociales. Precisamente esta información es la que sustenta la necesidad de aplicar el programa de mejoramiento de habilidades sociales, que sugiere el uso de estrategias metodológicas para mejorar las competencias sociales en los estudiantes que presentan dificultades.

El segundo capítulo aborda el marco metodológico presentando las variables y su Operacionalización, la metodología expresada en el tipo de estudio aplicado con diseño experimental de pre y post test con grupos control y experimental, además en este capítulo se presenta a la población, a la muestra, la técnica e instrumentos de recolección de datos y los métodos de análisis de estos.

Los resultados y discusión de esta investigación se presentan en el capítulo III y IV respectivamente, en el capítulo V se expresan las conclusiones, y finalmente, en el capítulo VI y VII se hace referencia a la bibliografía revisada y anexos respectivos.

1.1. Antecedentes

Antecedentes nacionales

Acevedo (2012) realizó una investigación sobre “El Desarrollo de Habilidades Sociales en niños de 1er y 2do grado de secundaria en colegios de Lima Metropolitana” a través del PTDHSE, cuyo objetivo era determinar la influencia del programa transcultural para el desarrollo de habilidades sociales en la escuela (PTDHSE) en el desarrollo de habilidades sociales intra e interpersonales en los alumnos de 1° y 2° año de educación secundaria de tres distritos de Lima Metropolitana. Producto de la mencionada investigación se concluyó que el programa que se aplicó influye significativamente en el desarrollo de las habilidades sociales intrapersonales e interpersonales en los alumnos de 1° y 2° años de estudios en los distritos de Surco, Jesús María y Comas de Lima Metropolitana.

Arellano (2012), sustentó la tesis: Efectos de un Programa de intervención psicoeducativa para la optimización de las habilidades sociales de alumnos de primer grado de educación secundaria del Centro Educativo Diocesano El Buen Pastor. Tuvo como objetivo la determina del efecto de un programa de intervención psicoeducativa en el mejoramiento de las habilidades sociales y llegó a la siguiente conclusión: Se demostró que la aplicación del programa de intervención psicoeducativa (PEHIS) a los estudiantes de primer grado de educación secundaria optimizó las habilidades de interacción social; asimismo, con relación al género, favoreció las habilidades sociales de las estudiantes mujeres. De la misma manera mejoró las habilidades sociales de los estudiantes, motivándolos de manera sostenida en la realización de las actividades de aprendizaje y les permitió el enfrentamiento de reto escolar, y de esa manera minimizar un comportamiento inadecuado.

Camacho (2012) sustentó el estudio: El juego cooperativo como promotor de habilidades sociales en niños de 5 años. Cuyo objetivo fue la búsqueda de vinculación del juego cooperativo con el desarrollo de las habilidades sociales, llegando a las siguientes conclusiones: la utilización del juego cooperativo permite que los estudiantes desarrollen sus habilidades sociales, así como habilidades de organización; mejorando el nivel de comunicación con los demás estudiantes; también se complementa con juegos que contribuyen al mejoramiento de la habilidad social de cada estudiantes, que promueve un clima escolar adecuado. Asimismo, se incrementó significativamente las habilidades sociales avanzadas, relacionadas con los sentimientos y alternativas a la agresión; sin embargo, las habilidades básicas no tuvieron incremento significativo.

Párraga (2012) sustentó la tesis, titulada: Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes de la I.E. Fe y Alegría 11. Tuvo como objetivo la determinación de la relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los estudiantes, que permitió llegar a las siguientes conclusiones: la mayoría de los estudiantes presenta un nivel de medio a bajo de habilidades sociales, que genera una conducta violenta, sin poder afrontar de maneras adecuada sus dificultades, con tendencia a una baja autoestima, deficiente relación interpersonal, poca asertividad, que desencadena en la falta de logro sus objetivos o metas. Asimismo, con respecto a las dimensiones del clima social familiar presentan un nivel medianamente favorable y desfavorable. Existe una relación baja entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los estudiantes

Antecedentes internacionales

Olivos en el 2010 sustentó la tesis: Entrenamiento de las habilidades sociales para la integración psicosocial de inmigrantes. Cuyo objetivo fue aplicar un programa de entrenamiento de habilidades sociales para integrar a personas latinoamericanas que residen en Madrid. Tomando una muestra a 180 sujetos; a quienes se les aplicó la Escala de multidimensional de expresión social y el cuestionario Mitos psicosociales, y concluye: Existe un incremento significativo de las habilidades sociales después del entrenamiento en el grupo experimental, lo que demuestra la efectividad del programa

Moreno (2011) sustentó la tesis: Desarrollo de habilidades sociales como estrategias de integración de bachillerato. Tuvo como objetivo: la implementación de un taller de habilidades sociales con estudiantes nuevo y se llegó a las siguientes conclusiones: Existe un bajo nivel en las habilidades sociales avanzadas, relacionada al manejo de la emoción y el estrés, además, permitió el desarrollo de habilidades sociales de permanencia y adaptación al bachillerato, y les permite la exposición de sus ideas en el trabajo grupal, los temas en clase, realizar trabajos nen equipo fuera de la escuela, pedir y brindar ayuda, lo que indica que la aplicación del taller, favoreció que los estudiantes se integren.

Martínez (2012) realizó la investigación: Los juegos cooperativos y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales en educación inicial. Tuvo como objetivo, la determinación de la relación entre los juegos cooperativo y el desarrollo de habilidades sociales y concluye: no existe relación significativa entre los juegos cooperativos y las habilidades sociales, debido a que existe desconocimiento de parte de los docentes de estrategias para la aplicación de los juegos cooperativos, lo que limita la adquisición de habilidades sociales en los estudiantes.

Urbina (2013) realizó la tesis: Habilidades sociales en adolescentes que practicaron en su niñez de juegos tradicionales guatemaltecos. Tuvo como objetivo: la identificación de las habilidades sociales de los estudiantes que realizaron juegos tradicionales de Guatemala en la niñez; con una muestra de 25 estudiantes de ambos sexos. Se concluyó que, los juegos tradicionales de Guatemala favorecen el desarrollo de las habilidades sociales, inician una interacción positiva, presentando dificultades en las habilidades como: pedir, expresión de enfado o disconformidad. Las mujeres y hombres presentan similares niveles de habilidades sociales, con una interacción altamente positiva.

1.2 Marco teórico

1.2.1 Programa de intervención

El programa de entrenamiento de habilidades sociales está dirigido a mejorar la competencia social de los estudiantes, en diversas ambientes y situaciones de interrelación en los que se desenvuelven.

Curran (1985) citado en Caballo (1987) ofrece la siguiente definición “un intento directo y sistemático de enseñar estrategias y habilidades interpersonales a los individuos con la intención de mejorar sus competencias interpersonales individual en clases específicas a situaciones sociales” (p. 177).

Por ello, el hogar y la escuela son espacios en donde se deberían reforzar las capacidades para desarrollar la habilidad social en los estudiantes; sin embargo, todos los padres no están capacitados para orientar a sus hijos en competencias sociales, además los docentes priorizan la formación académica, a pesar que las relaciones interpersonales son esencialmente importantes en la vida del ciudadano.

Otra definición de interés es la ofrecida por Monjas (1993), que lo considera como, estrategia para entrenar y enseñar, donde utiliza la técnica conductual y cognitiva, que están enfocadas en la adquisición de una conducta socialmente efectiva que el sujeto no cuenta; que modifica conductas de relaciones interpersonales que poseen, pero que se realiza de manera inadecuada.

Ante ello, el programa de entrenamiento de habilidades sociales consiste en hacer uso de diversas técnicas y recursos para desarrollar las competencias sociales en aquellas dimensiones que el estudiante requiera. Comprendiendo así su importancia para la vida del hombre en cualquier situación y espacio en el que se encuentre.

La definición de Vallejo (1998) es que “el entrenamiento de las habilidades sociales consiste fundamentalmente en la utilización de un procedimiento conductual que está orientado para que el sujeto adquiera y desarrolle habilidades

que le permita mantener una interrelación social satisfactoria en un ambiente real de actuación.

El entrenamiento de las habilidades sociales de los niños recae en la responsabilidad de los progenitores y los maestros. Sin embargo, en nuestro contexto el rol de los padres no cumple esta función y los docentes le dan poca importancia, a pesar que es un recurso indispensable en la interacción del individuo.

Caballo (1993) afirmó que las habilidades sociales están influidas por características que proporciona el entorno y señaló: las habilidades sociales deben considerarse en un marco cultural determinado, donde los modelos de comunicación tienden a variar entre una cultura y otra; así como dentro de una misma cultura, y depende de factores como edad, sexo, status social, educación; donde, el nivel de efectividad depende de la situación particular en que se encuentre

Según Ballester y Gil (2002), la habilidad social constituye un instrumento de enorme utilidad que utilizan las personas durante toda su vida; permite acceder a un cúmulo de posibilidades que ofrecen las otras personas para lograr satisfacer necesidades en la vida cotidiana.

Las habilidades sociales pueden ser aprendidas mediante la orientación de los progenitores, docentes informados y comprometidos en el quehacer educativo. En la actualidad nuestro país necesita de personas hábiles socialmente que contribuya en la construcción una patria democrática y justa.

Bandura, Rotter, Mischel y Meinchenbaun (como se citó en Vallés (1998, p.17), han elaborado principios de aprendizaje de las habilidades sociales entre las que se consideran el reforzamiento directo, el aprendizaje por observación o modelado, el reforzamiento interpersonal y las expectativas cognitivas.

Modelos teóricos de intervención

El reforzamiento directo. Determinado por el historial de aprendizaje de cada persona; ante ello, Vallés (1998) señaló: Cuando una persona se vivencia una nueva situación interpersonal, percibiéndola y clasificándola de manera cognitiva semejante a otra situación vivida, donde actuó socialmente de manera efectiva; es muy probable que se comporte consistentemente con la conducta con la experiencia vivida que tuvo satisfacción.

El desarrollo personal se hace afectivo, cuando a la persona interactúa con las personas de su entorno; evidenciándose cuando dicha persona logra expresar libremente lo que siente, piensa, su emoción y deseo de manera eficaz.

Para Kelly (1987), “los reforzadores se definen en términos de su valor funcional para aumentar la probabilidad que se repita la conducta que les precede” (p. 32).

Por ello, toda conducta social, como expresarse, realizar acuerdos, compartir vivencias y otras varían de acuerdo a las características de cada persona, que pueden reforzarse para que se desarrollen, de otra manera, podrían extinguirse.

Kelly (1987) señaló que el aprendizaje por observación, es una poderosa fuente de aprendizaje que modela de manera progresiva la conducta social de los estudiantes, determinando el desarrollo de una nueva competencia para el manejo de situaciones, a través de la observación de los modelos existentes en su entorno, como: padres, hermanos, amigos, compañeros, entre otros, de esta manera, se puede obtener conocimientos iniciales de habilidades sociales, sin haber tenido de manera previa una vivencia personal de aprendizajes de momentos importantes para su vida.

Es por ello, la importancia de que se proporcione oportunidades de observación de modelos, donde las personas puedan adquirir habilidades sociales, que son elementos importantes en la vida y el logro de aprendizaje de nuevas destrezas sociales.

El reforzamiento interpersonal. Es otra forma para la adquisición de habilidades sociales, mediante el "feed back", que proporciona y comunica reacciones que se suscita por conductas expresadas. El "feed back" puede ser positivo o negativo, de carácter explícito o implícito. Es considerado explícito cuando se realiza una expresión verbal o gestuosa, con una la valoración positiva realizada por el interlocutor; e implícito, porque se infiere el efecto producido por la conducta en la otra persona y se detecta una reacción verbal o gestual.

Las expectativas cognitivas. Vallés (1998), señaló que las expectativas cognitivas "son predicciones sobre la probabilidad percibida de afrontar con éxito una determinada situación" (p. 20). Es decir, éstas son adquiridas de las vivencias favorables o agradables, y las negativas, es la consecuencia de la dificultad sufrida en una situación embarazosa, que se mantiene por vivencias de fracaso.

Caballo (1987) señaló que, las predicciones de las personas acerca de las consecuencias de la conducta, es una realidad objetiva pero no el determinante crítico, pero sí una realidad percibida. Las personas que vivencian una dificultad social perciben experimentar una expectativa distorsionada acerca de efecto de su propia conducta.

Por ello, la importancia de adquirir habilidades sociales donde la persona tome conciencia que su actuación tendrá consecuencias que podrían ser positivas y en otras situaciones negativas, que podría ser perjudicial para las relaciones interpersonales.

1.2.2 Habilidades sociales

Definiciones de habilidades sociales

El ser humano por naturaleza es esencialmente social, desde que nace tiene un repertorio de comportamientos que le permiten relacionarse con las personas que lo cuidan, repertorio que es muy limitado, y que va acrecentándose y mejorando en la medida que se encuentren modelos apropiados que guíen y orienten sus habilidades de relaciones interpersonales. Este entorno más cercano, en la mayoría de los casos son los padres quienes irán incorporando en el niño patrones de

comportamientos que orientarán más adelante sus interrelaciones con amigos u adultos en diferentes entornos.

Existen también entornos cercanos al niño que dificultan o incorporan modelos inapropiados que se ven reflejados en comportamientos agresivos, timidez, no saber relacionarse , deficiencia en sus destrezas verbales y no verbales, motivo por el cual se les considera como personas con déficit de habilidades sociales , que es definida por Alberti y Emmos citado en Caballo (1987), “la conducta que permite a una persona actuar en base a sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad inapropiada, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales sin negar los derechos de los demás” (p. 12).

Es la manifestación de una persona, en el cual expresa lo que sucede en su mundo interior como respuesta a lo que sucede en su entorno; asimismo, experimenta alegría y frustración; donde la persona, está consciente del respeto y el derecho de las demás personas, así como la responsabilidad del cumplimiento de sus deberes.

Según Wolpe (1977), la habilidad social es “la expresión adecuada, dirigida hacia otra persona, de cualquier emoción que no sea la respuesta de ansiedad” (p. 2).

Se puede ser intelectualmente muy habilidoso y tener muchos logros en el desempeño académico, pero si no existen habilidades sociales, no nos podremos adaptar y desempeñarnos de manera asertiva o apropiada. Estas competencias pueden y deben mejorarse pues los seres humanos pasamos gran parte del tiempo interrelacionándonos.

Por otra parte, Caballo (1987), señaló que “una persona puede considerarse socialmente inadecuada si es capaz de afectar a la conducta y a los sentimientos de los demás en la forma que lo intenta y la sociedad lo acepta” (p. 17).

Definitivamente, se declara como una persona no grata en la socialización a los individuos conflictivos, que demuestran discriminación y agresividad entre sus pares. Estas características se conciben en el hogar, con la permisividad y agresión de los padres. Efectivamente, los niños lo reproducen en la escuela demostrando sus furias, intolerancias y agresiones en sus compañeros.

Según Hidalgo y Abarca (1999), el comportamiento social constituye “un aprendizaje continuo de patrones cada vez más complejos que incluyen aspectos cognitivos, afectivos, sociales y morales que se van adquiriendo a través de un proceso de maduración y aprendizaje en permanente interacción con el medio social” (p. 17).

Allí radica la importancia la adquisición de patrones de comportamiento de parte de los estudiantes a edades tempranas, estimulados por los padres y complementado por los docentes en la escuela. En la I.E. Peruano Japonés de Villa El Salvador, frecuentemente se presentan niños con casos de deficiencias en comportamientos que se evidencia en bullying, dificultando sus relaciones interpersonales.

Se puede decir, que la definición de habilidades sociales tiene varios matices, pero una de las definiciones que es bastante aceptada es la mencionada por Caballo (1987) quien señaló que una conducta socialmente habilidosa, está compuesta por un grupo de conductas que es emitida por una persona en un determinado contexto donde logra expresar lo que siente, su actitud, deseo, opinión o derecho de dicha persona, de manera adecuada y acorde a la situación dada, y se respete las conductas de las demás personas, y se resuelvan problemas de manera inmediata minimizando la posibilidad de problemas futuros.

Según Monjas (1993), las habilidades sociales “son capacidades específicas requeridas para ejecutar efectivamente una tarea. Son conductas necesarias para interactuar y relacionarse con otros iguales y con adultos de forma efectiva y simultáneamente satisfactoria” (p. 75).

Finalmente, Ballester y Gil (2002), determinan que las habilidades sociales “posibilitará a un individuo relacionarse adecuadamente con las personas de su entorno” (p. 14).

La habilidad social es una conducta aprendida. Un niño con pocas habilidades sociales, no es un niño enfermo o con desequilibrio, sino una persona a quien el entorno no proporcionó experiencias y modelos suficientes para el aprendizaje de dichas conductas.

Componentes de las habilidades sociales

A pesar que la conducta social es compleja, se ha investigado tres componentes que forman parte de las habilidades sociales: los componentes conductuales, cognitivos y fisiológicos, siendo este último el menos abordado.

Según Caballo (1987), “la probabilidad de ocurrencia de cualquier habilidad en cualquier situación crítica está determinada mayoritariamente por factores cognitivos y conductuales de la persona en interacción con el ambiente” (p. 28). Comúnmente cada persona tiene su forma y modo de interactuar en su entorno social inmediato y mediato. A continuación, presentamos a los autores que explican el tema con mayor claridad.

Conductuales. Caballo (1987), presentó la frecuencia de componentes conductuales empleados en 90 estudios (1970-1986) que fueron una fuente orientadora de los elementos conductuales de las habilidades sociales más utilizadas. Para una mayor claridad dividió la tabla en cuatro apartados. El primero hace referencia a los componentes no verbales, el segundo habla de componentes paralingüísticos o vocales; el tercero aborda los componentes verbales y el cuarto que está compuesto por elementos no verbales y/o paralingüísticos-y/o-verbales.

> La comunicación no verbal es la que el individuo expresa a través de la cara y el cuerpo y son recibidos de forma no consciente. Estos mensajes tienen la función de reemplazar a las palabras, enfatizar un mensaje, pueden regular las interrelaciones o contradecir el mensaje verbal.
>
> Los componentes paralingüísticos o vocales incluyen el volumen, el tono, el timbre, la claridad, la velocidad, el énfasis, la fluidez, las pausas y las

vacilaciones que se pueden dar en el proceso de comunicación. Mencionados aspectos de la comunicación pueden influir en el significado de lo que se quiere expresar. Es decir, un mismo mensaje, por ejemplo, expresado en diferentes tonos de voz puede transmitir o comunicar cosas muy diferentes.

Los componentes verbales permiten comunicar, pensamientos, sentimientos, argumentos, opiniones, estas variarán de acuerdo a las diversas situaciones. Las palabras que se empleen en el proceso de comunicación están influidas por la situación en la que se encuentre determinada persona, de lo que se está intentando lograr o quizás del papel que se tenga en el proceso comunicativo.

Cognitivos. La inadecuación social puede estar afectada por factores cognitivos como pueden ser las percepciones, actitudes o expectativas erróneas. Algunas formas de pensar pueden facilitar el comportamiento socialmente habilidoso y en otras ocasiones pueden obstaculizar la expresión de dicha conducta.

Según Valles (1998), el componente cognitivo “está constituido por la percepción, auto lenguaje, pensamientos, atribución o interpretación del significado de las distintas situaciones de interacción social” (p. 14), la competencia se basa en la capacidad para transformar y emplear la información en forma efectiva en la interacción social.

Por otro lado, Argyle (1969), señaló que la capacidad de situarse en como si fuera otra persona, es una importante habilidad cognitiva para adquirir habilidades sociales desde la infancia, sin embargo, dicha capacidad puede que no logre desarrollarse de manera adecuada.

La manera como la gente percibe, piensa, interpreta y experimenta el mundo también influye en su competencia social, asimismo las estructuras cognitivas de la memoria sirven para guiar las percepciones, comprensiones y recopilaciones. Las creencias también funcionan como esquemas para organizar y procesar la información.

Fisiológicos. Muy pocos estudios se han realizado en relación a este componente. Los componentes más investigados han sido la tasa cardíaca, la presión

sanguínea, el flujo sanguíneo, las respuestas electro dermales, respuestas electromiografía y la respiración que presentan las personas al momento de interrelacionarse.

Funciones que cumplen las habilidades sociales

Monjas (1993), cita las siguientes funciones que cumplen las habilidades sociales:
Aprendizaje de la reciprocidad, es decir, en la interacción con los pares es relevante la reciprocidad entre lo que se da y lo que se recibe.
Adopción de roles pues, se aprende a asumir el rol que corresponde en la interacción, la empatía, el ponerse en el lugar del otro.
Control de situaciones, que se da tanto en la posición de líder como en el seguimiento de instrucciones.
Comportamiento de cooperación, en consecuencia, la interacción en grupos fomenta el aprendizaje de destrezas de colaboración y el trabajo en equipo.
Establecimiento de reglas propiciando por tanto expresión de opiniones y el respeto de las opiniones de los demás.
Apoyo emocional de los iguales, es decir, la expresión de afectos, ayuda, apoyo, aumento de valor y alianza.
Aprendizaje del rol sexual, pues permite el desarrollo del sistema de valores y los criterios morales (p. 32).

En consecuencia, se puede decir que las competencias sociales son muy importantes en la vida de las personas pues mejorarán su autoestima y autocontrol, así como también permitirán conseguir reforzadores, tener y mantener relaciones interpersonales con otras personas, además impedirán el bloqueo del reforzamiento social y en situaciones de conflicto permitirán disminuir el estrés y la ansiedad ante determinadas situaciones sociales.

Dimensiones de las habilidades sociales

Goldstein (2002), señaló que cada aprendizaje es un aprendizaje social culturalmente mediado, donde el aprendizaje más inmediato es adquirir habilidades sociales. La interacción en el entorno social, requieres no sólo el dominio de códigos para intercambiar y comunicarse culturalmente, sino también, la

disposición de habilidades para el afrontamiento de situaciones sociales adversas o no habituales.

Goldstein (2002), logra la siguiente clasificación de las habilidades sociales:

Habilidades sociales básicas. Según Goldstein (2002), estas habilidades sociales, comprenden habilidades que se adquieren en los primeros años de vida, que permiten que el niño adquiera destrezas comunicativas, mediante la obtención de autonomía y autoconfianza, que se refleja en una adecuada interacción con su entorno social.

Muñoz y Crespi (2011), señalaron que la comunicación es importante en la generación de relaciones sociales, y se convierte en un elemento inherente a las demás habilidades y competencias; ante ello, es necesario que la persona genere primero una buena comunicación como punto de partida al desarrollo de otras habilidades sociales.

Ballester (2009), señaló que “la habilidad de comunicar influye e impacta en el resto de competencias sociales, siendo un proceso inherente a la relación entre el individuo y su entorno” (p.61). La comunicación de la persona, se realiza a través de un proceso de trasmisión de información referente a la expresión de su deseo, sentimiento o necesidad dirigida a la persona interlocutora; es así que, es efectiva en la trasmisión adecuada de la información en la obtención de resultados mediante una interacción apropiada y recíproca.

Para Goldstein (2002), se considera el desarrollo de esta habilidad, cuando la persona: escucha, inicia y mantiene una conversación, formula una pregunta, da las gracias, se presenta a otras personas, expone sus ideas, hace un cumplido, que han sido aprendidas por en los primeros años, se desarrollan y son reforzadas en las siguientes etapas, y permite el desarrollo de habilidades más complejas, como adquirir habilidades de conversación y de escucha activa.

Habilidades sociales avanzadas. Goldstein (2002) señaló que son las que favorecen que la persona interactúe y se adapte en un grupo social, como la familia,

escuela y comunidad; la persona interactúa con personas con quienes comparte de manera continua objetivos. valores y normas, que son representantes de las normas de convivencia armónica, que son aprendidas y enseñadas por los padres, docentes, amigos; donde la persona aprende ideas, creencias y valores en el contexto social, que determinan su comportamiento social. Estas habilidades favorecen el desarrollo de lazos de cordialidad, amistad y respeto, y permite la valoración favorable de las demás personas.

Goldstein (2002), consideró en este grupo, habilidades como: “pedir ayuda, participar, dar y seguir instrucciones, disculparse, convencer a los demás” (p. 56); done la actuación cordial, la aceptación de reglas, el cumplimiento de disposiciones, son competencias importantes para el trabajo grupal.

Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos. Goldstein (2002), señaló que “las emociones y sentimientos influyen en el desarrollo intelectual y social del niño” (p. 58). Cuando la persona se desarrolla emocionalmente de manera insatisfactorio, tiende a incidencias negativas en su desarrollo cognitivo con limitaciones en las funciones cognitivas (memoria, percepción y atención). A la vez, el buen desarrollo en esta capacidad incrementa la motivación y la predisposición para un mejor aprendizaje.

Goldstein (2002), señaló que “el aprendizaje de ciertas habilidades para controlar los sentimientos y emociones en los primeros años de vida del niño, es una garantía de éxito en el futuro desarrollo escolar y social” (p. 60); es decir, esta dimensión determina la habilidad para identificar los propios sentimientos, poder expresarlos, lograr la comprensión de los sentimientos de otras personas, poder enfrentar al enfado del otro, así como la expresión de afecto, y la resolución del miedo y la autorrecompensa.

Gentil y Laá (2009), señalaron que “el manejo adecuado de los sentimientos le permite al individuo experimentar los sentimientos propios de manera consciente y adecuada, así como le permite comprender el sentimiento de otros” (p. 61), es decir, la deficiencia en el manejo de esta habilidad, genera en el niño una

vulnerabilidad por la presión de otros niños o adulto, y aceptar una influencia negativa.

Muñoz y Crespi (2011), señalan que “saber decir no de la manera correcta genera una sensación de control en el desarrollo de las interacciones sociales y repercute positivamente en la autoestima” (p. 19); es decir, todo sentimiento está ligados a la emoción, ello indica que se relacionan entre ellos: como una reacción instantánea de la persona ante una situación dada, ya sea esta favorable o desfavorable, como una consecuencia de un aprendizaje, vivencia y experiencia personal. Es así que, un sentimiento es el resultado de una relación, acción, vivencia y experiencia de la persona, que determina un estado afectivo estable y duradero que es originado en base a experiencias frente a situaciones continuas y prolongadas, y que tiene como punto de partida, las emociones.

Bisquerra (2000), señaló que un sentimiento tiene incidencia en la educación y ayuda a generar un clima propicio para el aprendizaje en el desarrollo de actividades en el aula. Un estudiante con cierta habilidad en el manejo de sus emociones y sentimientos, es consciente de su estado emocional y el de los demás; siendo capaz de un afronte ante diferente situación emocional de manera adecuada y evitando un exceso.

Habilidades sociales alternativas a la agresión. Goldstein (2002) señaló que son aquellas conductas que permite prevenir y disminuir la frecuencia de un comportamiento agresivo ante una situación de interacción percibida como amenaza o conflicto. Así, señaló que, una habilidad social alternativa a la agresión, comprende un comportamiento social, donde la persona: pide permiso, comparte, ayuda a los demás, negocia, emplea el autocontrol, defiende sus derechos y no entrar en peleas.

De la misma manera, Bisquerra (2000) señaló que, una conducta se convierte en problema debido a la incapacidad para el control de impulsos, induce a ser explosivos de la ira y la reacción violenta, afecta a la persona que la genera, así como al ambiente donde se interactúa.

Cerezo (2000) señaló que, una conducta agresiva está definida como comportamientos violentos expresados a través de un lenguaje verbal o corporal inadecuado, donde se utilizan palabras, gestos para intimidar o generar sentimientos como el miedo, la culpa o la vergüenza en otras personas, los niños agresivos son menos reflexivos y considerados hacia su sentimiento, pensamiento e intención de otros niños, diferenciándose de niños bien adaptados.

Para Melero (1996), la influencia de la cultura, del entorno social, se convierte en influencia negativa generando en la persona conflictos para su socialización adecuada, debido a que, en su interacción con otras personas, se enfrenta a la dificultad en el respeto de normas que permiten una convivencia adecuada de manera pacífica.

Bisquerra (2010) señaló que la conducta agresiva y violenta altera el entorno escolar, y repercute negativamente en el logro del aprendizaje. Cuando existe un conflicto, conducta agresiva y violenta en el niño que asiste a la escuela, afecta su relación interpersonal y por ende al entorno escolar. Aceptando que el conflicto presenta en toda la vida cotidiana de cada persona, es necesario que cuente con una herramienta conductual que le permita la interacción sin agresión, y el respeto sus propios derechos y los derechos de las demás personas.

Habilidades sociales para hacer frente al estrés. Goldstein (2002) señaló que se refieren a una respuesta al fracaso, respondiendo persuasiones, haciendo frente a presiones de grupo, así como a la formulación y respuesta a una queja.

Según Goldstein (2002), cuando se realiza un control de las emociones, esto favorece a la persona para ser más tolerante ante la frustración y el control del enojo; por ello, le permite lograr manejar el estrés de mejor manera. Lograr desarrollar esta habilidad, ayuda al control de la ansiedad en una situación difícil o cambiante, asimismo, potencia su capacidad para la resolución de problemas y un rendimiento eficaz. El estrés es la respuesta de la persona a una condición que perturba el equilibrio emocional y se presentan cuando existe exigencias en su vida diaria, superando los recursos aprendidos para su solución.

Gentil y Laá (2009), señalaron que, el grado de estrés en un niño es generado por la presión, expectativa y exigencia de la familia y docentes; sobre todo de los padres, y por presiones que provienen del entorno social, los rasgos de la personalidad del niño, que lo induce a presentarse tenso y autocrítico.

Bisquerra (2000) señaló que en oportunidades existe situación o evento en las interacciones del estudiante que logra convertirse en estresores como el cambio del nivel primaria a secundaria, modificaciones en los programas de aprendizaje, expectativas en el entorno familiar y social, presión de los docentes; y para ello, requiere del uso de estrategias de aprendizaje de habilidades, que le permita dar una respuesta sociale que se ajuste a la demanda del entorno en el que se desarrolla.

Habilidades sociales de planificación. Goldstein (2002) señaló que son capacidades que permite al individuo orientarse hacia su interés, a realizar actividades de naturaleza social, educativa o personal; donde hace uso de recursos que facilita el desarrollo de una acción clara y objetiva, es decir, que involucra la acción para la utilización del pensamiento, la reflexión, juicio de las acciones antes de la actuación o toma de decisiones

Goldstein (2002), afirmó que, cuando se desarrolla estas habilidades, implica la toma de decisiones, discernimiento de la causa de los problemas, el establecimiento de una meta, la resolución de los problemas de acuerdo a la importancia y finalmente, concentración en una tarea.

Muñoz y Crespi (2011) mencionaron que, tomar decisiones implica tener la capacidad de seguir el curso de una acción ante varias alternativas, teniendo en cuenta el objetivo propuesto, que involucra el desarrollo de la capacidad de análisis, evaluación y selección de acciones a realizar para el logro del objetivo.

Ante ello, muchas veces la persona, está limitada a una reacción en lugar de decidir; que significa brindar respuesta de forma automática, dejando de lado el proceso de indagación y análisis previo a la elección. Por ello, decidir ante una situación, significa dar respuesta previa indagación, análisis, alternativa y

valoración, esta habilidad permite la elección libre de la alternativa más conveniente en cada situación, así como el ofrecimiento a la persona de instrumentos para la evaluación de diferentes posibilidades, teniendo en cuenta cada necesidad, valor, influencia y posible consecuencia presente o futura.

1.3. Justificación

La investigación es relevante porque aporta conocimientos básicos y teóricos para mejorar las habilidades sociales en los estudiantes de primero de secundaria que beneficien sus interrelaciones con diferentes agentes del entorno en el que se desenvuelve: padres, hermanos, profesores y amigos.

Según diversas investigaciones se puede rescatar que, en la edad adulta, las personas que poseen en su repertorio, conductas habilidosas son exitosas en sus relaciones interpersonales y por tanto mejoran su calidad de vida. Según Rojas “algunas personas ven dañada su salud psíquica, su autoestima, debido a que tienen dificultades para establecer y mantener relaciones sociales con otros. Muchos de los encuentros cotidianos pueden ser desagradables, embarazosos, infructuosos debido a un comportamiento social inadecuado”. (2004, p.9). Es por ello que la enseñanza y desarrollo de habilidades sociales cobra importancia significativa sobre todo en la escuela, que es el espacio privilegiado que tiene el alumno, después de la familia, para relacionarse con seres humanos de características personales variadas que enriquecen las relaciones si es que se conducen apropiadamente.

La investigación tiene implicancias prácticas porque es importante la ejecución de un programa de habilidades sociales en la escuela, que permita mejorar la capacidad de relacionarse de los adolescentes al mismo tiempo, poder actuar de manera apropiada ante distintas situaciones, que le serán de utilidad a lo largo de la vida. Además, es importante que el alumno aprenda habilidades sociales en la vida escolar, por ser estos primeros años los comienzos de la vida en sociedad, para evitar futuros problemas tanto dentro como fuera de las clases.

La investigación se justifica metodológicamente porque permite aplicar el programa de habilidades sociales para que los maestros tengan una herramienta

de trabajo que permitan mejorar las relaciones sociales de los estudiantes y en consecuencia se vea reflejado también en sus aprendizajes.

La investigación es un aporte social porque desde el aspecto pedagógico, nos parece trascendental delimitar la importancia del aprendizaje de las habilidades sociales que favorezcan las interrelaciones para la vida en los estudiantes de primero de secundaria de la I.E. Peruano Japonés de Villa El Salvador. En definitiva, recalcamos que las habilidades sociales son un elemento útil en la vida del hombre; razón, por la cual su aprendizaje debe ser práctico y dinámico. Con la investigación buscamos que la metodología de la enseñanza-aprendizaje de las habilidades sociales en la escuela se realice y con mayor compromiso de parte de los docentes.

1.4. Problema

1.4.1. Realidad problemática

En los últimos años, existe la necesidad de efectivizar a las instituciones educativas, para que brinden un servicio educativo pertinente y de calidad; donde los estudiantes logren desarrollar sus potencialidades y ser agentes de cambio en la sociedad. En este camino, depende que la escuela fortalezca su función formadora de personas que logren desarrollar no solo una habilidad cognitiva, sino también una habilidad social que le permita el desenvolvimiento competente en cada situación de su vida diaria, y del entorno aceptando los cambios que se produce por la transformación del entorno familiar e influencia de la tecnología, que han realizado cambios significativos en la vida de las personas, generando la reducción de relaciones interpersonales y disminuyendo la práctica de habilidades sociales. Rojas (2004) señaló que, tener habilidades sociales en una relación normal, determina la calidad de vida. Las habilidades sociales permiten el mejoramiento de la comunicación, un diálogo con el entorno natural, espontáneo, fluido, sin malos entendidos ni conflicto, sin dificultades.

Para Goleman (1997), las habilidades de la persona, son las capacidades que favorecen a la eficacia en la relación con los demás; la carencia de estas

habilidades genera la ineptitud en el mundo social. Por ello, la ausencia de estas habilidades genera incluso, que los más brillantes intelectuales fracasen en sus relaciones, determinándose de una manera arrogante, desagradable o insensible. El desarrollo de estas habilidades sociales, permite dar forma a un encuentro, que moviliza o inspira a otros, prospera en la relación íntima, persuade e influye, tranquiliza a las demás personas.

En la actualidad, muchas instituciones educativas, no cuentan con un programa que permita la estimulación de mencionadas habilidades en niños de 1er año de educación secundaria, edad en que dichos estudiantes, pasan por un proceso de cambio, que implica un proceso adaptativo de la primaria a la secundaria, y exige mayor participación en grupo, es decir, es una etapa de importancia en las relaciones durante la vida de las personas.

Al respecto Hidalgo y Abarca (1999), manifestaron que, la etapa de la adolescencia, es la etapa donde el joven encara múltiples tareas que implica una relación interpersonal diferente a la de la infancia, y desarrolla habilidades para la resolución de problemas de manera libre y espontánea. Todo adolescente hace amigos(as), aprende a conversar, participa en grupos de actividades extracurriculares, tiene su grupo de iguales donde se siente integrado e identificado, aprendiendo un comportamiento heterosexual.

Es a partir de los doce años, según la investigación realizada por Goldstein, en su lista de chequeo de habilidades sociales, que se puede empezar a evaluar mencionadas habilidades pues ya se han puesto en práctica en las relaciones interpersonales en el período anterior y es a esta edad en que las habilidades sociales se van afianzando.

Caballo (1986) señaló que las habilidades sociales son un conjunto de conductas emitidas por una persona en un contexto interpersonal dado, de tal, manera que le permite expresar su sentimiento, actitud, deseo opinión o derecho, de modo tal que, respeta dichas conductas en los demás, y que logra resolver los problemas de manera inmediata de la situación, reduciendo la posibilidad de problemas futuros.

El ser humano siendo un ser social por naturaleza, requiere del desarrollo de habilidades personales que le facilite su interrelación y el logro de metas, y le permite adaptarse de manera adecuada a cualquier entorno, debiendo prepararse desde temprana edad en la práctica de una conducta que favorezca su relación. Por ello, la importancia del desarrollo de un programa de entrenamiento de habilidades sociales que le permita al docente, la práctica de una conducta de intercambio adecuado desde la infancia y que se vea reflejado la vida adulta.

Los estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa 7213, cuenta con un departamento de psicología para casos de estudiantes con problemas de comportamiento que esté afectando las relaciones con sus compañeros, debido al deficiente desarrollo y estimulación de habilidades sociales en la familia; donde dichos estudiantes presentan características generales comunes: provienen de hogares cercanos a la escuela, con un nivel socioeconómico precario, de familias disfuncionales, donde ambos padres trabajan, existe un entorno de agresividad reflejado en el pandillaje, que se refleja en las aulas con estudiantes que tienen dificultad para realizar trabajos en grupo, con dificultades para tomar acuerdos, resolver conflictos de manera asertiva, poca tolerancia y no respetan las diferencias., por ello, se requiere una intervención y entrenamiento de habilidades sociales que les permita realizar las actividades de aprendizaje de manera adecuada, ya sea individual como grupal.

Por lo expuesto, es de mucha importancia desarrollar habilidades sociales que beneficien las relaciones de los alumnos y la manera de conducirse asertivamente en la sociedad, no sólo en el presente, sino ellas serán beneficiosas para su vida futura. Por esta razón se pretende, en la presente investigación, elaborar un programa de habilidades sociales que las desarrollen en estudiantes de primer año de secundaria.

1.4.2 Formulación del problema

Problema general

¿Cuál es el efecto de la aplicación del Programa de intervención en las habilidades sociales en los estudiantes de primer año de secundaria de la I.E. N° 7213 de la UGEL 01; 2014?

Problemas específicos

Problema específico 1

¿Cuál es el efecto de la aplicación del Programa de intervención en las habilidades sociales básicas en los estudiantes de primer año de secundaria de la I.E. N° 7213 de la UGEL 01; 2014?

Problema específico 2

¿Cuál es el efecto de la aplicación del Programa de intervención en las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes de primer año de secundaria de la I.E. N° 7213 de la UGEL 01; 2014?

Problema específico 3

¿Cuál es el efecto de la aplicación del Programa de intervención en las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en los estudiantes de primer año de secundaria de la I.E. N° 7213 de la UGEL 01; 2014?

Problema específico 4

¿Cuál es el efecto de la aplicación del Programa de intervención en las habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes de primer año de secundaria de la I.E. N° 7213 de la UGEL 01; 2014?

Problema específico 5

¿Cuál es el efecto de la aplicación del Programa de intervención en las habilidades sociales para hacer frente al estrés en los estudiantes de primer año de secundaria de la I.E. N° 7213 de la UGEL 01; 2014?

Problema específico 6

¿Cuál es el efecto de la aplicación del Programa de intervención en las habilidades sociales de planificación en los estudiantes de primer año de secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 de la UGEL 01; 2014?

1.5. Hipótesis

Hipótesis general

La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales de los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Hipótesis específicas

Hipótesis específica 1

La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales básicas de los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Hipótesis específica 2

La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Hipótesis específica 3

La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Hipótesis específica 4

La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Hipótesis específica 5

La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales para hacer frente al estrés en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Hipótesis específica 6

La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales de planificación en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

1.6. Objetivos

Objetivo general

Demostrar el efecto de la aplicación del programa de intervención en las habilidades sociales en los estudiantes de primer año de educación secundaria de la I.E. 7213 de la UGEL 01.

Objetivos específicos

Objetivo específico 1

Determinar el efecto de la aplicación del programa de intervención en las habilidades sociales básicas en los estudiantes de primer año de educación secundaria de la I.E. 7213 de la UGEL 01.

Objetivo específico 2

Determinar el efecto de la aplicación del programa de intervención en las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes de primer año de educación secundaria de la I.E. 7213 de la UGEL 01.

Objetivo específico 3

Determinar el efecto de la aplicación del programa de intervención en las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en los estudiantes del primer año de educación secundaria de la I.E. 7213 de la UGEL 01.

Objetivo específico 4

Determinar el efecto de la aplicación del programa de intervención en las habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes del primer año de educación secundaria de la I.E. 7213 de la UGEL 01.

Objetivo específico 5

Determinar el efecto de la aplicación del programa de intervención en las habilidades sociales para hacer frente al estrés en los estudiantes del primer año de educación secundaria de la I.E. 7213 de la UGEL 01.

Objetivo específico 6

Determinar el efecto de la aplicación del programa de intervención en las habilidades sociales de planificación en los estudiantes del primer año de educación secundaria de la I.E. 7213 de la UGEL 01.

II. Marco metodológico

2.1 Variables

2.1.1 Definición conceptual

Variable independiente (X): Programa de intervención

Curran (1985), define al programa de entrenamiento de habilidades sociales como un intento directo y sistemático de enseñar estrategias y habilidades interpersonales a individuos con la intención de mejorar su competencia interpersonal individual en clases específicas de situaciones sociales.

Variable dependiente (Y): Habilidades sociales

Según Goldstein (1980), son el conjunto de habilidades y capacidades variadas como específicas para el contacto interpersonal, así como socio emocional.

2.1.2 Definición operacional

Variable independiente (X): Programa de intervención

Conjunto de lecciones que tiene como propósito el mejoramiento conductual orientado a la adquisición y desarrollo de habilidades sociales, sus componentes son: Derechos y deberes, las habilidades de conversación, asertividad y solución de conflictos.

Variable dependiente (Y): Habilidades sociales

Son el conjunto de comportamientos eficaces personalmente para interrelacionarse cuyos componentes según Goldstein son: Habilidades sociales básicas, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés, habilidades de planificación.

2.2 Operacionalización de variables

Tabla 1

Operacionalización de la variable dependiente (Y): Habilidades sociales

Dimensiones	**Indicadores**	**Ítems**	**Escala y valores**	**Niveles y rangos**
Habilidades sociales básicas	Escuchar Iniciar una conversación Presentar a otras personas.	1,2,3,4 5,6,7,8		Bajo [08, 18] Medio [19, 29] Alto [30, 40]
Habilidades sociales avanzadas.	Participar Dar instrucciones Convencer a los demás	9,10,11, 12,13,14		Bajo [06, 14] Medio [15, 22] Alto [23, 30]
Habilidades relacionadas con los sentimientos.	Comprender sus propios sentimientos. Comprender a los demás Expresar afecto	15,16,17,18 19,20,21	Nunca (1) Raras veces (2)	Bajo [07, 16] Medio [17, 25] Alto [26, 35
Habilidades alternativas a la agresión. . .	Auto compensarse Emplear autocontrol Defender sus derechos. Responder a las bromas. Evitar problemas con los demás y no entrar en peleas	22,23,24,25, 26,27,28, 29,30,31	A veces (3) A menudo (4)	Bajo [10, 23] Medio [24, 37] Alto [38, 50]
Habilidades para hacer frente al estrés .	Responder persuasiones Enfrentarse a mensajes contradictorios. Prepararse para conversaciones difíciles. Hacer frente a presiones de grupo	32.33.34.,35, 36,37,38,39, 40,41,42,43	Siempre (5)	Bajo [12, 27] Medio [28, 44] Alto [45, 60]
Habilidades de planificación.	Establecer objetivos Resolver los problemas según su importancia Concentrarse en una tarea.	44,45,46, 47,48,49 50		Bajo [07, 16] Medio [17, 26] Alto [27, 35]

2.3. Metodología

2.3.1. Tipo de estudio

El estudio fue de tipo aplicado, que según Carrasco (2009) tiene un propósito práctico inmediato bien definido; es decir, investiga para la actuación, transformación, modificación, y producción de cambios en un sector determinado de la realidad, como es la relación de causa-efecto entre las variables programa de intervención y habilidades sociales.

2.3.2. Diseño

En la presente investigación se utilizó el diseño cuasi experimental, con pre y post test con grupo control y experimental, que según Hernández et. al. (2010), permite la manipulación de una o más variables independientes para generar un efecto en otra dependiente. El diseño de la presente investigación se presenta en el siguiente esquema:

GE	O_1	X	O_2

GC	O_3	-	O_4

Donde:

GE: Grupo experimental

GC: Grupo control

O_1: Pre test aplicado al grupo experimental.

O_3: Pre test aplicado al grupo control.

X: Tratamiento del grupo experimental.

O_2: Post test aplicado al grupo experimental.

O_4: Post test aplicado al grupo control.

2.4 Población y muestra

2.4.1. Población

La población según Hernández, Fernández y Baptista (2010), debe situarse claramente en torno a sus características de contenido, de lugar y en tiempo y está formado por el conjunto de personas o individuos que ocupan una misma área geográfica y que serán sometidos a evaluación. Está formada por la totalidad del fenómeno a estudiar.

En la presente investigación la población estará formada por 210 estudiantes hombres y mujeres de 1er año de secundaria de la Institución Educativa Nº 7213 de la UGEL 01.

Tabla 2
Distribución de la población de estudiantes

Secciones	Estudiantes		Total
	H	M	
A	12	18	30
B	18	12	30
C	11	19	30
D	16	14	30
E	9	21	30
F	10	20	30
G	21	9	30
Total	97	113	210

Fuente: Nómina de matrícula 2014, IE 7213

2.4.2. Muestra

Según Hernández et al. (2010), “la muestra es, en esencia, un subgrupo de la población. Digamos que es un subconjunto de elementos a ese conjunto definido en sus características al que llamamos población” (p. 87).

En la presente investigación la muestra es no probabilística o dirigida, porque la selección se realiza bajo criterio propio, es decir, la elección de los elementos no depende de la probabilidad sino de las características de la investigación.

La muestra estuvo formada por 14 estudiantes de 1er año de educación secundaria de las secciones A y B con problemas de habilidades sociales.

Tabla 3

Distribución de la muestra de estudiantes

Secciones	Grupo	Estudiantes		Total
		H	M	
A	Control	3	4	7
B	Experimental	1	6	7
Total		4	10	14

Fuente: Elaboración propia

2.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica de recolección de datos es la observación con test directo. Recolectar datos implica el procedimiento que nos va a permitir reunir información según el propósito de la investigación.

Los datos fueron proporcionados por la muestra estudiantil formada por los estudiantes de 1er año de educación secundaria de la Institución Educativa Nº 7213, a través de la aplicación de una lista de chequeo de habilidades sociales, la cual se tomó en forma escrita.

Se aplicó el instrumento, en las aulas seleccionadas, en forma conjunta en un solo momento y su tiempo de aplicación fue de 15 minutos aproximadamente.
El instrumento permitió recoger la información necesaria para la investigación fue estructurada por el Dr. P. Goldstein en 1978, traducida posteriormente por Rosa Vásquez en 1983 y adaptada, validada y estandarizada por Ambrosio, Tomás Rojas en 1993. Su administración es dirigida para personas de 12 años hacia adelante.

El objetivo principal de esta lista de chequeo conductual es determinar la eficiencia y la competencia que tiene una persona en sus habilidades sociales personales e interpersonales. Por otro lado, el instrumento permite medir no solo la habilidad social de la persona sino también en qué tipo de situación no lo es, permitiendo obtener información precisa sobre el nivel de habilidades sociales de una persona.

Validez

La validez se llevó a cabo por el juicio de tres expertos metodólogos y de la especialidad de psicología, quienes revisaron los instrumentos, teniendo como criterio, la pertinencia, relevancia y claridad de los ítems del instrumento, emitiendo el siguiente resultado:

Expertos:	Resultado:
Dra. Violeta Oncebay Pisconte	Aplicable
Dra. Genoveva Cárdenas Tacza	Aplicable
Mgtr. Edmundo Barrantes Ríos	Aplicable

Confiabilidad

Para la confiabilidad de los instrumentos, se aplicó una prueba piloto a 7 estudiantes, donde dichos estudiantes tenían similares características que la muestra. La confiabilidad de estos instrumentos por ser politómicos, es decir que tiene más de dos escalas, se obtuvo mediante el coeficiente Alfa de Cronbach.

$$\alpha = \left[\frac{k}{k-1}\right]\left[1 - \frac{\sum_{i=1}^{k} S_i^2}{S_t^2}\right],$$

Dónde:

S_i^2 es la varianza del ítem *i*,

S_i^2 S_t^2 es la varianza de los valores totales observados

k es el número de preguntas o ítems.

Tabla 4

Confiabilidad de la variable autoconcepto

Nº	Instrumentos	Alfa de Cronbach	Nº de elementos
1	Autoconcepto	0,881	50

Nota. Anexo 3

En el presente estudio el Alfa de Cronbach obtenido en el instrumento sobre autoconcepto se es igual a 0,881lo que indica una fuerte confiabilidad.

Asimismo, el instrumento, presentó el siguiente baremo:

Variable	Niveles	Rangos
Habilidades sociales	Bajo	50 – 117
	Medio	118 – 185
	Alto	186 – 250

2.6 Métodos de análisis de datos

Los datos del presente estudio fueron procesados por el programa estadístico SPSS versión 21

Asimismo, para determinar el estadígrafo a utilizar en la prueba de hipótesis, se utilizó la prueba de normalidad.

Planteo de la hipótesis:

H_0: El conjunto de datos del presente trabajo siguen una distribución normal

H_1: El conjunto de datos del presente trabajo no siguen una distribución normal

Regla de contraste:

Si el Valor p > 0.05, se acepta la H_0. Si Valor p < 0.05, se rechaza H_0.

Tabla 5
Prueba de Shapiro Wilk

	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.
Pre-experimental	,713	25	,000
Pre-control	,725	25	,000
Post-experimental	,592	25	,000
Post-control	,732	25	,000

Como se observa en la tabla 4, el valor obtenido de p= ,000 para los grupos experimental y control en el pre test y control en el post test; asimismo, un valor p=0,002 en el grupo experimental del post test, entonces se acepta la hipótesis nula y se puede afirmar con un 95% de probabilidad que: El conjunto de datos del presente trabajo no siguen una distribución normal, por lo tanto, se utilizó el estadígrafo no paramétrico U de Mann-Whithney.

Reglas de contraste:

Nivel de confianza: 95% α = 5% = 0,05

Regla de decisión: Si valor de p< α → se rechaza H_0

III. Resultados

3.1 Resultados descriptivos

Tabla 6

Distribución de niveles de habilidades sociales según pre test del grupo control

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	14.3
Medio	6	85.7
Alto	0	0
Total	7	100.0

Fuente. Base de datos

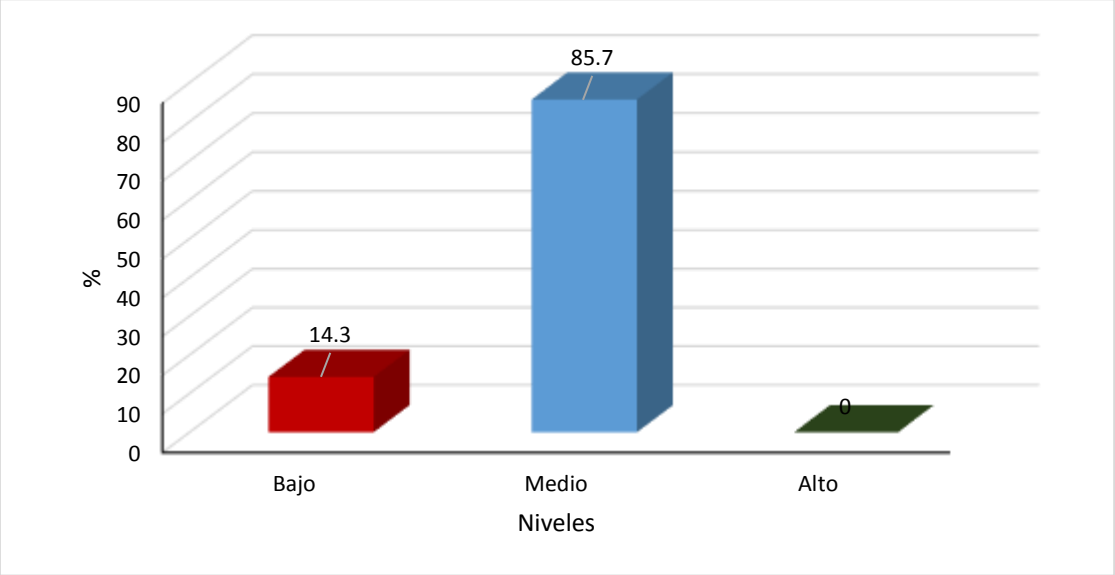


Figura 1. Niveles de habilidades sociales según pre test del grupo control

Interpretación

En la figura 1 se observa que, con respeto al nivel de habilidades sociales según pre test del grupo control, del 100% del total de la muestra, el 85,7% presenta un nivel medio y el 14,3% un nivel bajo, ante ello se puede afirmar que la mayoría de los estudiantes de la muestra, presenta un nivel medio de habilidades sociales según pre test del grupo control.

Tabla 7

Distribución de niveles de habilidades sociales según pre test del grupo experimental

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	14.3
Medio	6	85.7
Alto	0	0
Total	7	100.0

Fuente. Base de datos

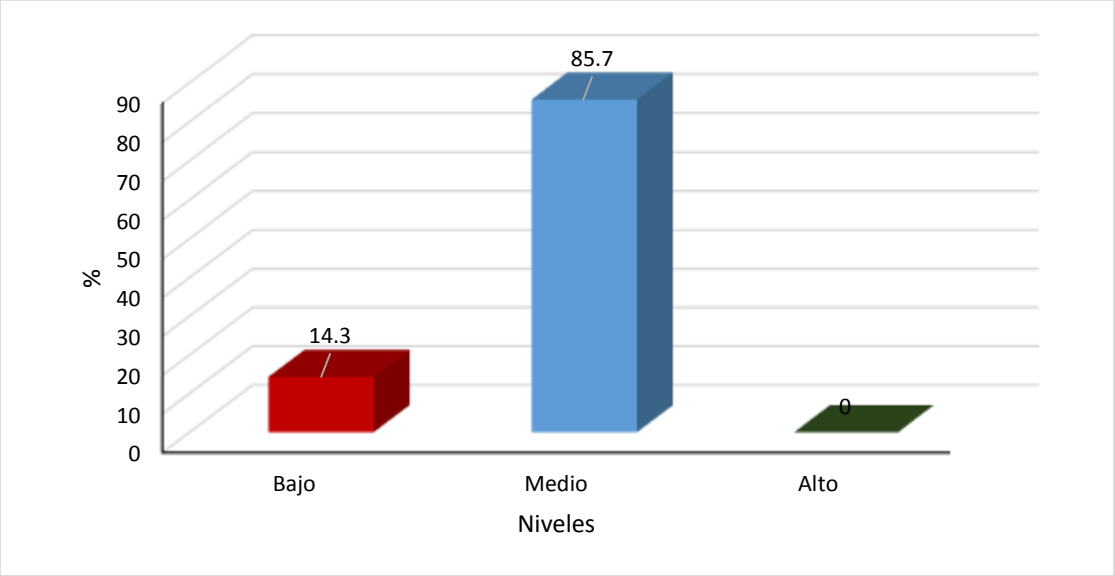


Figura 2. Niveles de habilidades sociales según pre test del grupo experimental

En la figura 2 se observa que, con respeto al nivel de habilidades sociales según pre test del grupo experimental, del 100% del total de la muestra, el 85,7% presenta un nivel medio y el 14,3% un nivel bajo, ante ello se puede afirmar que la mayoría de los estudiantes de la muestra, presenta un nivel medio de habilidades sociales según pre test del grupo experimental.

Post test

Tabla 8

Distribución de niveles de habilidades sociales según pre test del grupo control

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	0	0
Medio	6	85.7
Alto	1	14.3
Total	7	100.0

Fuente. Base de datos

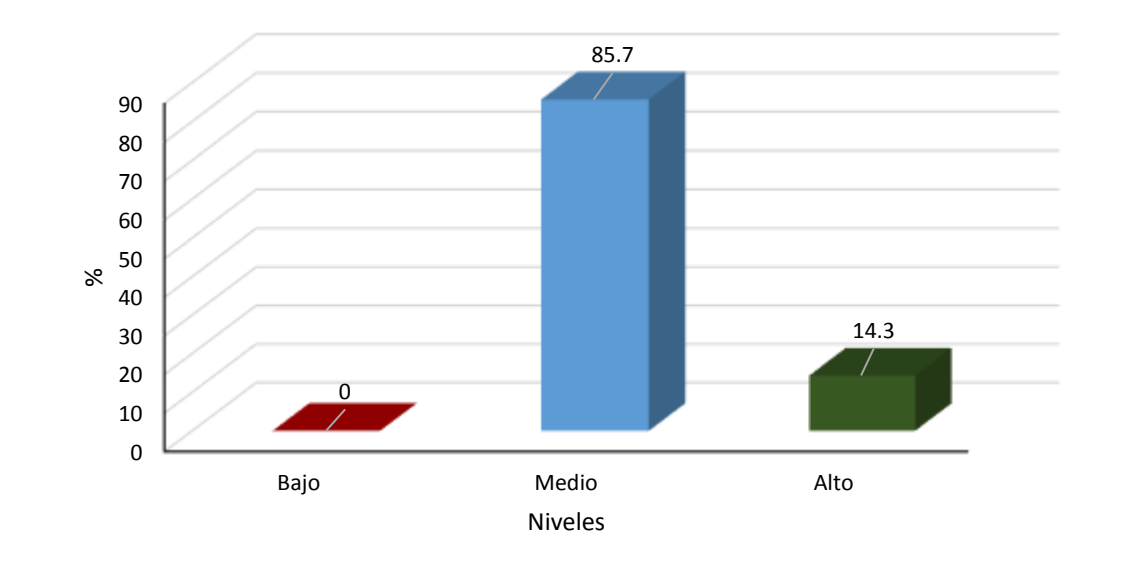


Figura 3. Niveles de habilidades sociales según post test del grupo control

En la figura 3 se observa que, con respeto al nivel de habilidades sociales según post test del grupo control, del 100% del total de la muestra, el 85,7% presenta un nivel medio y el 14,3% un nivel alto, ante ello se puede afirmar que la mayoría de los estudiantes de la muestra, presenta un nivel medio de habilidades sociales según post test del grupo control.

Tabla 9

Distribución de niveles de habilidades sociales según post test del grupo experimental

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	0	0
Medio	2	28.6
Alto	5	71.4
Total	7	100.0

Fuente. Base de datos

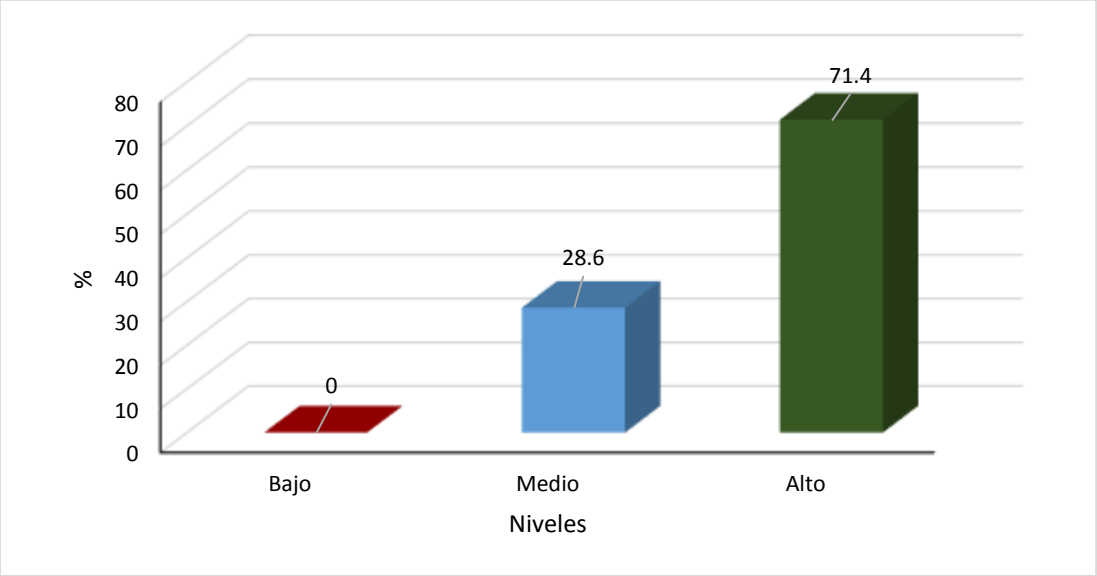


Figura 4. Niveles de habilidades sociales según post test del grupo experimental

En la figura 4 se observa que, con respeto al nivel de habilidades sociales según post test del grupo experimental, del 100% del total de la muestra, el 71,4% presenta un nivel alto y el 28,6% un nivel medio, ante ello se puede afirmar que la mayoría de los estudiantes de la muestra, presenta un nivel alto de habilidades sociales según post test del grupo experimental.

3.2 Hipótesis general

H_0 La aplicación del programa de intervención no tiene un efecto significativo en las habilidades sociales de los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

H_1 La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales de los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Tabla 10

Habilidades sociales en estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre test y post test

	Grupo		
Nivel	Control n=7	Experimental n=7	Test U de Mann-Whitney
	Pre test		
Bajo	14.3	14.3	
Medio	85.7	85.7	Z =-1,363 *p* = ,173
Alto	0	0	
	Post test		
Bajo	0	0	
Medio	85.7	28.6	Z =-2,691 p =,007
Alto	14.3	71.4	

Fuente: Base de datos

En la tabla 10 se puede observar que, con respecto al pre test, el grupo control presenta un 85,7% en el nivel medio y un 14,3% en nivel bajo, en comparación con el grupo experimental, que presenta igualmente un 85,7% en nivel medio y un 14,3% en nivel bajo; de la misma manera con respecto al post test, el grupo control presenta un 85,7% en el nivel medio y un 14,3% en nivel alto, en comparación con el grupo experimental, que presenta igualmente un 71,4% en nivel alto y un 28,6% en nivel medio

Asimismo, las habilidades sociales en los estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre test presentan condiciones similares (U-Mann-Whitney: p=0,173); asimismo, los puntajes de los estudiantes del grupo experimental según post test presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney: p=0,007*),* y permite determinar que: La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales de los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Hipótesis específica 1

H_0 La aplicación del programa de intervención no tiene un efecto significativo en las habilidades sociales básicas de los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

H_1 La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales básicas de los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Tabla 11

Habilidades sociales básicas en estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre test y post test

	Grupo		
	Control	Experimental	Test U de
Nivel	n=7	n=7	Mann-Whitney
	Pre test		
Bajo	71.4	28,6	Z = -,537
Medio	28.6	71.4	*p* = ,591
Alto	0	0	
	Post test		
Bajo	28.6	0	Z = -3,060
Medio	71.4	14.3	p = ,002
Alto	0	85.7	

Fuente: Base de datos

En la tabla 11 se puede observar que, con respecto al pre test, el grupo control presenta un 71,4% en el nivel bajo y un 28,6% en nivel medio, en comparación con el grupo experimental, que presenta un 71,4% en nivel medio y un 28,6% en nivel bajo; de la misma manera con respecto al post test, el grupo control presenta un 71,4% en el nivel medio y un 28,6% en nivel alto, en comparación con el grupo experimental, que presenta igualmente un 85,7% en nivel alto y un 14,3% en nivel medio.

Asimismo, las habilidades sociales básicas en los estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre test presentan condiciones similares (U-Mann-Whitney: p=0,591); asimismo, los puntajes de los estudiantes del grupo experimental según post test presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney: p=0,002*),* y permite determinar que: La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales básicas de los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Hipótesis específica 2

H_0 La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

H_1 La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Tabla 12

Habilidades sociales avanzadas en estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre test y post test

	Grupo		
Nivel	Control n=7	Experimental n=7	Test U de Mann-Whitney
	Pre test		
Bajo	42.9	28.6	
Medio	57.1	71.4	Z = -1,051 *p* = ,293
Alto	0	0	
	Post test		
Bajo	28.6	0	
Medio	42.8	42.9	Z = -2,442 p = ,015
Alto	28.6	57.1	

Fuente: Base de datos

En la tabla 12 se puede observar que, con respecto al pre test, el grupo control presenta un 57,1% en el nivel medio y un 42,9% en nivel bajo, en comparación con el grupo experimental, que presenta un 71,4% en nivel medio y un 28,6% en nivel bajo; de la misma manera con respecto al post test, el grupo control presenta un 42,8% en el nivel medio, un 28,6% en nivel alto y otro 28,6% en el nivel bajo, en comparación con el grupo experimental, que presenta un 57,1% en nivel alto y un 42,9% en nivel medio.

Asimismo, se observa que, las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre test presentan condiciones similares (U-Mann-Whitney: p=0,293); asimismo, los puntajes de los estudiantes del grupo experimental según post test presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney: p=0,015*),* y permite determinar que: La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Hipótesis específica 3

H_0 La aplicación del programa de intervención no tiene un efecto significativo en las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

H_1 La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Tabla 13

Habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre test y post test

	Grupo		
Nivel	Control n=7	Experimental n=7	Test U de Mann-Whitney
	Pre test		
Bajo	28.6	14.3	
Medio	71.4	71.4	Z = -,378 *p* = ,705
Alto	0	14.3	
	Post test		
Bajo	28.6	0	
Medio	57.1	42.9	Z = -2,143 p = ,032
Alto	14.3	57.1	

Fuente: Base de datos

En la tabla 13 se puede observar que, con respecto al pre test, el grupo control presenta un 71,4% en el nivel medio y un 28,6% en nivel bajo, en comparación con el grupo experimental, que presenta un 71,4% en nivel medio, un 14,3% en el nivel alto y otro 14,3% en el nivel bajo; de la misma manera con respecto al post test, el grupo control presenta un 57,1% en el nivel medio, un 28,6% en nivel bajo y un 14,3% en el nivel alto, en comparación con el grupo experimental, que presenta un 57,1% en nivel alto y un 42,9% en nivel medio.

Asimismo, se observa que las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre test presentan condiciones similares (U-Mann-Whitney: p=0,378); asimismo, los puntajes de los estudiantes del grupo experimental según post test presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney: p=0,032*),* y permite determinar que: La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Hipótesis específica 4

H_0 La aplicación del programa de intervención no tiene un efecto significativo en las habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

H_1 La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Tabla 14

Habilidades sociales alternativas a la agresión en estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre test y post test

Nivel	Grupo Control n=7	Grupo Experimental n=7	Test U de Mann-Whitney
	Pre test		
Bajo	14.3	14.3	
Medio	85.7	85.7	Z = ,000 *p* = 1.000,
Alto	0	0	
	Post test		
Bajo	14.3	0	
Medio	85.7	28.6	Z = -2,691 = ,032
Alto	0	71.4	

Fuente: Base de datos

En la tabla 14 se puede observar que, con respecto al pre test, el grupo control presenta un 85,7% en el nivel medio y un 14,3% en nivel bajo, en comparación con el grupo experimental, que presenta igualmente un 85,7% en nivel medio, y un 14,3% en el nivel bajo; de la misma manera con respecto al post test, el grupo control presenta un 85,7% en el nivel medio, y un 14,3% en el nivel bajo, en comparación con el grupo experimental, que presenta un 71,4% en nivel alto y un 28,6% en nivel medio.

Asimismo, las habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre test presentan condiciones similares (U-Mann-Whitney: p=1,000); asimismo, los puntajes de los estudiantes del grupo experimental según post test presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney: p=0,007*),* y permite determinar que: La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Hipótesis específica 5

H_0 La aplicación del programa de intervención no tiene un efecto significativo en las habilidades sociales para hacer frente al estrés en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

H_1 La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales para hacer frente al estrés en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Tabla 15

Habilidades sociales para hacer frente al estrés en estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre test y post test

	Grupo		
Nivel	Control n=7	Experimental n=7	Test U de Mann-Whitney
	Pre test		
Bajo	0	14,3	
Medio	85.7	85.7	Z = 0,000
Alto	14.3	0	*p* = 1,000
	Post test		
Bajo	14,3	0	
Medio	85.7	42.9	Z = -3,071
Alto	0	57.1	= ,002

Fuente: Base de datos

En la tabla 15 se puede observar que, con respecto al pre test, el grupo control presenta un 85,7% en el nivel medio y un 14,3% en nivel alto, en comparación con el grupo experimental, que presenta un 85,7% en nivel medio, y un 14,3% en el nivel bajo; de la misma manera con respecto al post test, el grupo control presenta un 85,7% en el nivel medio, y un 14,3% en el nivel bajo, en comparación con el grupo experimental, que presenta un 57,1% en nivel alto y un 42,9% en nivel medio.

Asimismo, las habilidades sociales para hacer frente al estrés en los estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre test

presentan condiciones similares (U-Mann-Whitney: p=1,000); asimismo, los puntajes de los estudiantes del grupo experimental según post test presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney: p=0,002*),* y permite determinar que: La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Hipótesis específica 6

H_0 La aplicación del programa de intervención no tiene un efecto significativo en las habilidades sociales de planificación en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

H_1 La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales de planificación en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

Tabla 16

Habilidades sociales de planificación en estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre test y post test

	Grupo		
Nivel	Control n=7	Experimental n=7	Test U de Mann-Whitney
	Pre test		
Bajo	14,3	28.6	
Medio	85,7	71.4	Z = ,593 *p* = 1,000
Alto	0	0	
	Post test		
Bajo	14.3	0	
Medio	71.4	42.9	Z = -2,242 = ,015
Alto	14.3	57.1	

Fuente: Base de datos

En la tabla 16 se puede observar que, con respecto al pre test, el grupo control presenta un 85,7% en el nivel medio y un 14,3% en nivel bajo, en comparación con el grupo experimental, que presenta un 71,4% en nivel medio, y un 28,6% en el nivel bajo; de la misma manera con respecto al post test, el grupo control presenta un 71,4% en el nivel medio, un 14,3% en el nivel alto y otro 14,3% en el nivel bajo, en comparación con el grupo experimental, que presenta un 57,1% en nivel alto y un 42,9% en nivel medio.

Asimismo, las habilidades sociales para hacer frente al estrés en los estudiantes del primer año de secundaria del grupo control y experimental según pre test presentan condiciones similares (U-Mann-Whitney: p=1,000); asimismo, los puntajes de los estudiantes del grupo experimental según post test presentan diferencias significativas con los puntajes obtenidos del grupo control (U-Mann-Whitney: p=0,015*),* y permite determinar que: La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

IV. Discusión

Los resultados de la presente investigación, muestra en la contrastación de la hipótesis, que la aplicación del programa de habilidades sociales tiene efectos significativos en las competencias sociales de los estudiantes de 1er año de educación secundaria de la I.E. N°7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.

En la contrastación de la hipótesis general se determina que las habilidades sociales muestran una diferencia antes de iniciar y de después de finalizar el programa de habilidades sociales para mejorar las competencias sociales de los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213. Como lo demuestra la prueba no paramétrica de U de Mann-Witney (-0,691, así como el p-valor (0,007) que es menor que el nivel de significación asumido (0,05). Coincide con los hallazgos de Acevedo (2012) investigadora nacional, quien en su investigación “El desarrollo de habilidades sociales en niños de 1er y 2do grado de secundaria en colegios de Lima Metropolitana” determina la influencia del Programa Transcultural en el Desarrollo de Habilidades Sociales en la escuela (PTDHSE) en los alumnos de 1° y 2° año de educación secundaria de tres distritos de Lima Metropolitana. Así como también con la investigadora internacional Olivos (2010) en su investigación “Entrenamiento de las habilidades sociales para la integración psicosocial de inmigrantes”, quien determina que la aplicación de un programa de entrenamiento de habilidades sociales integra a personas latinoamericanas que residen en Madrid. Efectivamente, determina que el resultado fue significativo de las habilidades sociales en el grupo experimental con respecto al grupo control después del entrenamiento.

Con respecto a la hipótesis específica 1, permitió determinar que las habilidades sociales básicas muestran una diferencia significativa antes de iniciar y después de finalizar el programa de intervención para mejorar las habilidades sociales de los estudiantes de primer año de educación secundaria de la I.E. 7213; como lo demuestra la aplicación de la prueba no paramétrica de U de Mann-Witnhey (-,060), así como el p-valor (0,002) que es menor al nivel de significación asumido (0,05); que se relaciona con el estudio de Arellano (2012), “Efectos de un Programa de intervención psicoeducativa para la optimización de las habilidades sociales de alumnos de primer grado de educación secundaria del Centro Educativo Diocesano El Buen Pastor”, que concluye: el programa de intervención psicoeducativa (PEHIS)

de Inés Monjas aplicado a las necesidades de los estudiantes de primer grado de educación secundaria, ha demostrado ser efectivo, al optimizar las habilidades de interacción social de los participantes, además en relación al género, el programa de intervención fortaleció las habilidades sociales de los participantes mujeres.

En la contrastación de la hipótesis 2, permitió determinar que las habilidades avanzadas muestran una diferencia significativa antes de iniciar y después de finalizar el programa de habilidades sociales para mejorar las competencias sociales de los estudiantes de primer año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213. Como lo demuestra la prueba no paramétrica de U de Mann-Witnhey (-2,442), así como el p-valor (0,015) que es menor al nivel de significación asumido (0,05). Efectivamente, nos permite concordar con los hallazgo de Moreno (2011) quien en su tesis “Desarrollo de habilidades sociales como estrategias de integración de bachillerato” determina que las áreas más débiles en los alumnos de primer año de bachillerato son las correspondientes a las habilidades sociales avanzadas, relacionadas con el manejo de emociones y referentes al manejo del estrés, además se muestra una tendencia del taller a que al desarrollar habilidades sociales es un factor de permanencia y adaptación al bachillerato: como son exponer ideas ante el grupo, exponer un tema a una clase, realización de trabajos en equipo, pedir ayuda entre otros. Además, asegura que el taller si puede favorecer la integración escolar.

Por otro lado, la contrastación de la hipótesis 3, determina que las habilidades relacionadas con los sentimientos muestran una diferencia significativa antes de iniciar y después de finalizar el programa de habilidades sociales para mejorar las habilidades sociales de los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213. Tal como lo demuestra la prueba no paramétrica de U de Mann-Whitney (-2,143) así lo como el p-valor (0,032), que es menor al nivel de significación asumido (0,05). Efectivamente coincidimos con los hallazgos de Camacho (2012) quien en su tesis “El juego cooperativo como promotor de habilidades sociales en niños de 5 años”, quien determina que el juego cooperativo brinda espacios a los alumnos para poner en práctica las habilidades sociales, destrezas de organización y mejora los niveles de comunicación entre los participantes; además existen diversos juegos que

responden a las características del juego cooperativo y esto a su vez contribuye a una alternativa para mejorar las habilidades sociales promoviendo un clima adecuado en el aula. Mediante la aplicación del programa se logró incrementar de manera positiva las habilidades avanzadas, de manera significativa las habilidades relacionadas con los sentimientos y las alternativas a la agresión, mientras que las habilidades básicas no presentaron mayor modificación. Así como las investigaciones de Urbina (2013) en su tesis “Habilidades Sociales en adolescentes que practicaron en su niñez de juegos tradicionales guatemaltecos”, determina que la práctica de juegos tradicionales guatemaltecos desarrolla las habilidades sociales: iniciar interacciones positivas, decir no y cortar interacciones y en las habilidades que presentan déficit son: hacer peticiones, expresión de enfado o disconformidad. Las mujeres y hombres mantienen en promedio habilidades de autoexpresión de situaciones sociales y defensa de los propios derechos como consumidor.

Con respecto a la contrastación de la hipótesis 4, permitió determinar que las habilidades sociales alternativas a la agresión, muestran una diferencia significativa antes de iniciar y después de finalizar el programa de intervención para mejorar las habilidades sociales de los estudiantes de primer año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. 7213; como lo demuestra la aplicación de la prueba no paramétrica de U de Mann-Witnhey (-3,261), así como el p-valor (0,032) que es menor al nivel de significación asumido (0,05).

En la contrastación de la hipótesis 5 se determinó que las habilidades para hacer frente al estrés muestran una diferencia significativa antes de iniciar y después de finalizar el programa de habilidades sociales para mejorar las competencias sociales de los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213. Como lo demuestra la prueba no paramétrica de U de Mann-Whitney (-3,071), así como el p-valor (0,002), que es menor al nivel de significación asumido (0,05). Efectivamente, concordamos con los hallazgos de Párraga (2012) quien en su tesis “Relación entre el nivel de Habilidades Sociales y el clima social familiar de los adolescentes de la I.E. Fe y Alegría 11” determina que la mayoría de los estudiantes presenta un nivel de habilidades sociales con tendencia de medio a bajo lo que predispone a que dichos estudiantes adopten

conductas violentas, no afronten adecuadamente sus problemas, a tener una baja autoestima, no tengan adecuas relaciones interpersonales, a no ser asertivos, lo que dificultará el logro de sus objetivos o metas. Respecto a las habilidades sociales de asertividad, comunicación y toma de decisiones presentan en su mayoría un nivel medio con tendencia a bajo. Además, los resultados de la presente investigación se relacionan con los hallazgos de Martínez (2012) quien en su tesis "Los juegos cooperativos y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales en educación inicial", determina que el modelo mediante el cual los docentes de los jardines de infantes generan propuestas de juegos cooperativos para desarrollar en sus alumnos habilidades sociales. Se trata de una indagación que utiliza un diseño cualitativo de tipo documental, de alcance descriptivo. Además, encontró que no hay una verdadera articulación entre los juegos cooperativos y la promoción de habilidades sociales, dado que los docentes no poseen conocimientos suficientes acerca de este tipo de juegos y en relación al trabajo para la adquisición de habilidades sociales, se han encontrado controversias.

Finalmente, en la contrastación de la hipótesis específica 6, permitió determinar que las habilidades sociales de planificación, muestran una diferencia significativa antes de iniciar y después de finalizar el programa de intervención para mejorar las habilidades sociales de los estudiantes de primer año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. 7213; como lo demuestra la aplicación de la prueba no paramétrica de U de Mann-Whitney (-2,242), así como el p-valor (0,015) que es menor al nivel de significación asumido (0,05).

V. Conclusiones

Conclusiones

Primera La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales de los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador, lo cual se evidencia en los resultados de la Prueba de U de Mann-Witney (-2,691) y u p-valor=0,007.

Segunda La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales básicas de los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador; lo cual se evidencia en los resultados de la Prueba de U de Mann-Witney (-3,060) y u p-valor=0,002.

Tercera La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador¸ lo cual se evidencia en los resultados de la Prueba de U de Mann-Witney (-2,442) y u p-valor=0,015.

Cuarta La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.; lo cual se evidencia en los resultados de la Prueba de U de Mann-Witney (-2,143) y u p-valor=0,032.

Quinta La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador; lo cual se evidencia en los resultados de la Prueba de U de Mann-Witney (-2,691) y u p-valor=0,032.

Sexta La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales para hacer frente al estrés en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador; lo cual se evidencia en los resultados de la Prueba de U de Mann-Witney (-3,071) y u p-valor=0,002.

Sétima La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales de planificación en los estudiantes de 1er año de educación secundaria de la I.E. N° 7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador; lo cual se evidencia en los resultados de la Prueba de U de Mann-Witney (-2,242) y u p-valor=0,015.

VI. Recomendaciones

Recomendaciones

Primera Se sugiere a las autoridades educativas de, considerar los resultados de la presente investigación a razón de reforzar el desarrollo de las habilidades sociales, en los estudiantes de las instituciones educativas objeto de estudio, de modo que se optimice las condiciones para obtener mayores resultados en el rendimiento escolar.

Segunda Se sugiere a los docentes de, fortalecer el desarrollo de habilidades básicas que considera las habilidades comunicativas. Como la escucha activa, formular preguntas a través de las exposiciones orales incentivando la participación de los estudiantes en el desarrollo de las sesiones de aprendizaje.,

Tercera Se sugiere a los docentes, hacer uso de técnicas que desarrollen el autoconocimiento de las propias emociones en el estudiante, así como la aplicación de estímulos afectivos, entre los que se considera los refuerzos sociales, motivación etc., ya que ello le permitirá obtener confianza y aceptación a objeto de reforzar el desarrollo de las habilidades relacionadas con los sentimientos.

Cuarta Se sugiere a los docentes, aplicar estrategias para la resolución de conflictos y el manejo de conductas agresivas en los estudiantes debido a que estas conductas son interferentes en el rendimiento escolar.

Quinta Se sugiere a los docentes, incluir estrategias para el desarrollo de conductas asertivas en los estudiantes como herramienta que permita el desarrollo y mejora de las habilidades sociales para hacer frente al stress, las mismas que de acuerdo a los resultados alcanzaron una relación positiva alta con la variable rendimiento escolar

Sexta Se sugiere a los docentes, aplicar estrategias que le permitan al estudiante el desarrollo de las habilidades de planificación y toma de decisiones que pueda poner en práctica para el desarrollo de sus diferentes actividades de aprendizaje, en forma individual o a través del trabajo en equipo.

Séptima Se sugiere a las autoridades educativas, implementen el desarrollo de técnicas para la mejora de las habilidades sociales en las diferentes áreas curriculares en relación a su importancia en el rendimiento escolar.

VII. Referencias bibliográficas

Referencias bibliográficas

Acevedo, L. (2012). *Desarrollo de habilidades sociales en niñas de 1° y 2° de secundaria en colegios de Lima Metropolitana a través del PTDHSE (*Tesis de doctorado). Lima: Universidad Mayor de San Marcos.

Arellano, M. (2012). *Efectos de un programa de intervención psicoeducativa para la optimización de habilidades sociales de alumnos de primer grado de educación secundaria del centro educativo diocesano El Buen Pastor (*Tesis de maestría). Lima: Universidad Mayor de San Marcos.

Argyle, M. (1969). *Psicología del comportamiento interpersonal.* Madrid: Alianza.

Alburqueque, F. (1998). *Manual para el entrenamiento en habilidades sociales.* Lima: Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado Hideyo Noguchi.

Álvarez, J. (s. f.). *Las habilidades sociales: Programa de habilidades sociales en educación primaria.*

Ballesteros, R. y Gil, D. (2002). *Habilidades sociales.* España: Síntesis S.A.

Bisquerra, R. (2005). *Metodología de la investigación educativa*. Madrid: La Muralla.

Caballo, E. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de habilidades sociales.* Madrid: Siglo Veintiuno.

Caballo, E. (1986). *Evaluación de las habilidades sociales.* Madrid: Pirámide.

Caballo, E. (1987). *Teoría, evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Valencia: Promolibro.

Cerezo, F. (2000). *Conductas agresivas en la edad escolar*. Madrid: Pirámide

Camacho, L. (2012). *El juego cooperativo como promotor de habilidades sociales en niñas de 5 años (*Tesis de licenciatura). Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú.

Davis, M., y Eshelman, R. (1982). *Técnicas de autocontrol emocional.* Barcelona: Martínez Roca.

Del Prette, Z. y Del Prette, A. (2002). *Psicología de las habilidades sociales.* México: Manual Moderno.

Flora, F. y Mourglier, L. (1985). *La comunicación no verbal*. Madrid: Alianza.

Galarza, C. (2012). *Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes de la I.E. Fe y Alegría 11*. Lima: Universidad Mayor de San Marcos.

Gentil, C. y Laá, V. (2009). *Habilidades sociales.* España: Muralla.

Gismero, E. (2002). *Escala de habilidades sociales.* Madrid: Tea.

Goldstein, A., Sprafkin, R., Gerhaw, J. y Klein, P. (1980). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia.* Barcelona: Martínez Roca, S.A.

Goleman, D. (1997). *La inteligencia emocional: Por qué es más importante que el cociente intelectual.* Buenos Aires, Argentina: PURESA, S.A.

Goleman, D. (2006). *Inteligencia social: La nueva ciencia de las relaciones humanas".* México, D.F: Planeta Mexicana, S.A.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación.* México: Interamericana editores. S.A.

Hidalgo, C. y Abarca, N. (1999). *Comunicación interpersonal: Programa de entrenamiento de habilidades sociales*. Chile: Alfaomega S.A.

Kelly, A. (1987). *Entrenamiento de las habilidades sociales.* Bilbao: Desclée de Brouwer.

Martínez, M. (1998). *Las habilidades sociales en la escuela.* Valencia: Promolibro.

Martínez, G. (2012). *Los juegos y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales en educación inicial*. (Tesis de Licenciatura). Argentina: Universidad abierta interamericana.

Melero, J. (1996). *Conflictividad y violencia en los centros escolares.* México: Siglo XXI.

Michelson, L., Sugai, P., Wood, P. y Kazdin, E. (1987). *Evaluación y tratamiento*. Barcelona: Martínez Roca.

Monjas, M. (1993). *Programa de entrenamiento en habilidades de interacción social* PEHIS. Salamanca: Trilce.

Moreno, M. (2012). *Desarrollo de habilidades sociales como estrategia de integración al bachillerato* (Tesis de maestría). México: Universidad UADY.

Morris, G. y Maisto, A. (2009). *Psicología.* México: Pearson Educación.

Muñoz, M. y Crespi, P. (2011). *Habilidades sociales.* Madrid: Paraninfo.

Olivos, X. (2010). *Entrenamiento de habilidades sociales para la integración* (Tesis de doctorado). Universidad Complutense de Madrid.

Rodríguez, R. y Luca de Tena, C. (2001). *Programa de disciplina en la enseñanza secundaria obligatoria.* Málaga: Ediciones ALJIBE.

Rich, T. y Schoeder H. (1976). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia de Arnold P. Goldtein*. Madrid:

Rojas, H. (2004). *Habilidades sociales: Para una mejor relación interpersonal*. Huacho, Perú: Lunagraf E.I.R.L.

Urbina, A. (2013). *Habilidades sociales en adolescentes que practicaron en su niñez juegos tradicionales guatemaltecos* (Tesis de Licenciatura). Guatemala: Universidad Rafael Landívar.

Vallés, A.(1998). *¿Qué son y cómo se aprenden las habilidades sociales".* Lima: CEDEIS*.*

Vallés, A. (2000). *Habilidades sociales: Programa para la competencia social y la convivencia.* Lima: Ediciones Libro Amigo.

Wolpe, J. (1977). *La práctica de la terapia de conducta.* México: Trillas.

Anexos

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROGRAMA DE MEJORAMIENTO DE HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA DE LA I.E. 7213- UGEL 01; 2014

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño de Investigación	Población Muestra
Problema general ¿Cuál es el efecto de la aplicación del Programa de intervención en las habilidades sociales de los estudiantes de primer año de secundaria de la I.E. N° 7213 de la UGEL 01; 2014?	**Objetivo general** Demostrar el efecto de la aplicación del programa de intervención en las habilidades sociales de los estudiantes de primer año de educación secundaria de la I.E. 7213 de la UGEL 01	**Hipótesis general** La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales de los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N°7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.	**Variable independiente** Programa de intervención **Variable dependiente** Habilidades sociales	**Método** El método a emplear es de tipo cuasi experimental pues se manipulará deliberadamente la variable independiente para observar su efecto y relación con la variable dependiente. **Diseño de investigación** El diseño de investigación es cuasi experimental, con grupo control y experimental de pre y post test.	**Población** La población estará formada por 210 estudiantes hombres y mujeres de 1er año de secundaria de la Institución Educativa Nº 7213 de la UGEL 01. **Muestra** La muestra estará formada por 14 estudiantes de 1er año de educación secundaria de las secciones A y B, es decir, 7 alumnos de cada sección.
Problemas específicos ¿Cuál es el efecto de la aplicación del Programa de intervención en las habilidades sociales básicas de los estudiantes de primer año de secundaria de la I.E. N° 7213 de la UGEL 01; 2014?	**Objetivos específicos** Determinar el efecto de la aplicación del programa de intervención en las habilidades sociales básicas en los estudiantes de primer año de educación secundaria de la I.E. 7213 de la UGEL 01.	**Hipótesis específica** La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales básicas de los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N°7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.			

¿Cuál es el efecto de la aplicación del Programa de intervención en las habilidades sociales avanzadas de los estudiantes de primer año de secundaria de la I.E. N° 7213 de la UGEL 01; 2014?	Determinar el efecto de la aplicación del programa de intervención en las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes de primer año de educación secundaria de la I.E. 7213 de la UGEL 01.	La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales avanzadas en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N°7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.			
¿Cuál es el efecto de la aplicación del Programa de intervención en las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en los estudiantes de primer año de secundaria de la I.E. N° 7213 de la UGEL 01; 2014?	Determinar el efecto de la aplicación del programa de intervención en las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en los estudiantes del primer año de educación secundaria de la I.E. 7213 de la UGEL 01.	La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N°7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.			
¿Cuál es el efecto de la aplicación del Programa de intervención en las habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes de primer año de secundaria de la I.E. N° 7213 de la UGEL 01; 2014?	Determinar el efecto de la aplicación del programa de intervención en las habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes del primer año de educación secundaria de la I.E. 7213 de la UGEL 01.	La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes de 1er año de educación secundaria de la I.E. N°7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.			

¿Cuál es el efecto de la aplicación del Programa de intervención en las habilidades sociales para hacer frente al estrés en los estudiantes de primer año de secundaria de la I.E. N° 7213 de la UGEL 01; 2014?	Determinar el efecto de la aplicación del programa de intervención en las habilidades sociales para hacer frente al estrés en los estudiantes del primer año de educación secundaria de la I.E. 7213 de la UGEL 01.	La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales para hacer frente al estrés en los estudiantes de 1er año de educación secundaria del grupo experimental de la I.E. N°7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.			
¿Cuál es el efecto de la aplicación de la aplicación del Programa de intervención en las habilidades sociales de planificación en los estudiantes de primer año de secundaria de la I.E. N° 7213 de la UGEL 01; 2014?	Determinar el efecto de la aplicación del programa de intervención en las habilidades sociales de planificación en los estudiantes del primer año de educación secundaria de la I.E. 7213 de la UGEL 01.	La aplicación del programa de intervención tiene un efecto significativo en las habilidades sociales de planificación en los estudiantes de 1er año de educación secundaria de la I.E. N°7213 Peruano Japonés de Villa El Salvador.			

ANEXO 2: INSTRUMENTOS

“Programa de mejoramiento de habilidades sociales en estudiantes de primer año de secundaria”

PROGRAMA DE MEJORAMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIALES DIRIGIDO A ESTUDIANTES DE 1er AÑO DE SECUNDARIA

1. OBJETIVO GENERAL DEL PROGRAMA

Contribuir al mejoramiento de las habilidades sociales en los estudiantes de 1er año de educación secundaria mediante el entrenamiento de aquellas habilidades que les permitan relacionarse según las normas socialmente deseables en su contexto cotidiano.

2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Desarrollar habilidades que permitan a los estudiantes relacionarse adecuadamente con sus amigos, compañeros y adultos.

Aprender a conversar y disfrutar de la compañía de sus compañeros y personas con las que se relacionan.

Aprender a defender sus derechos de manera apropiada cuando está convencido que éstos han sido vulnerados

Aprender a respetar los derechos de los demás, evitando agredirlos.

Evitar los conflictos y problemas de convivencia con sus compañeros y aprender a solucionarlos cuando éstos ocurran.

Comunicar adecuadamente los sentimientos, emociones, ideas, opiniones, deseos, creencia… sin ansiedad y de modo socialmente deseable.

3. ESTRUCTURA DEL PROGRAMA

PARTE I: Los derechos y deberes.

Defiende tus derechos

Respetando los derechos de los demás

Defiende tus derechos con educación

PARTE II: Las habilidades de conversación

Aprendiendo a conversar.

Lo que hay que hacer para ser hábil en una conversación.

¿Cómo mantener una conversación?

¿Cómo termina una conversación?

PARTE III: El asertividad

Comunico emociones, sentimientos y opiniones.

PARTE IV: La solución de conflictos

Los conflictos con mis compañeros.

Haciendo frente a las provocaciones.

Siendo habilidoso ante un problema.

Practico soluciones a conflictos.

METODOLOGÍA

La metodología de trabajo se realizará teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

a.- Introducción y modelado.

Primero se realizará la revisión de la sesión trabajada en la clase anterior.

Luego se presentará el objetivo de la sesión.

Se recogerán los saberes previos.

Se definirá la conducta a entrenar y se realizará el modelado de la misma.

Se dialogará sobre los beneficios que se obtendrán al poner en práctica la conducta a entrenar

b.- Ensayo conductual.

Se presenta la situación de ensayo conductual.

Los participantes realizan el ensayo de la conducta.

c.- Retroalimentación y reforzamiento

Retroalimentación por el integrante.

Al finalizar cada ensayo conductual, se invitará al participante a autoevaluarse, respondiendo a las siguientes preguntas:

¿Cómo describes tu conducta?

¿Qué emoción has sentido?

¿Cómo evalúas tu conducta?

¿Cuál habría sido la conducta que te hubiera gustado realizar?

Retroalimentación por los demás.

El grupo evaluará la intervención de su compañero(a) con la orientación de la profesora hacia las críticas constructivas.

Retroalimentación y reforzamiento por parte del profesor.

El profesor indicará los aciertos presentados solicitando aplausos o dando felicitaciones, así mismo señalará las diferencias solicitando aplausos para superarlos.

d.- Asignación de la tarea.

En este momento se distribuye y explica la tarea adjunta a la sesión.

EVALUACIÓN DE LOS PARTICIPANTES

Se evaluará a los participantes del taller al inicio del programa de mejoramiento de las habilidades sociales y al finalizar el mismo utilizando “La lista de chequeo conductual de las habilidades sociales de Golstein”.

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN

Cada sesión de mejoramiento de las habilidades sociales tendrá una duración de 60 minutos aproximadamente.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

Dada la naturaleza del programa de entrenamiento de habilidades sociales, el número de participantes por sesión deberá ser como mínimo 4 participantes y como máximo 8 participantes.

RECURSOS

Humanos: Docentes, estudiantes.

Materiales: Pizarra, plumones, fichas de trabajo.

Físicos: Un ambiente provisto de una silla para cada participante y con el menor número de estímulos distractores.

I PARTE

DEFIENDO MIS DERECHOS Y RESPETO

LOS DERECHOS DE LOS DEMÁS

SESIÓN N° 1

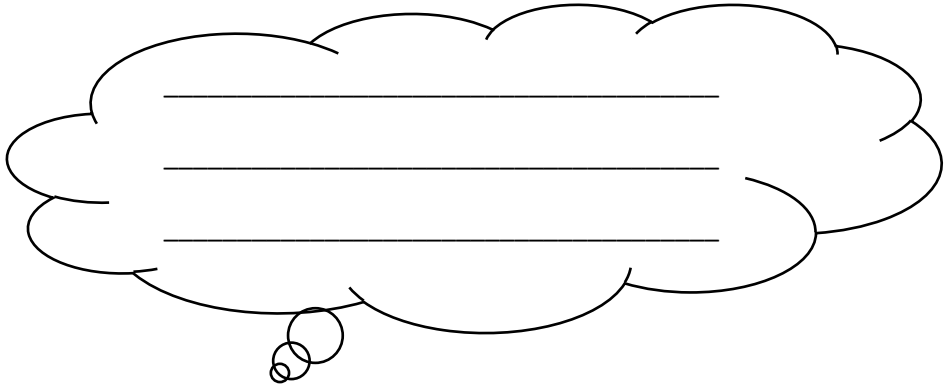
Defiende tus derechos

OBJETIVO:

Reconocer que tiene derechos que debe defender de manera adecuada.

a.- Introducción y modelado.

¿Qué derechos tiene una persona?



¿QUÉ ES UN DERECHOS PROPIO?

Son el conjunto de reglas de carácter obligatorio creadas para la conservación del orden social, por tanto regulan la convivencia y permiten resolver los conflictos.

SE MODELA LA CONDUCTA A TRABAJAR:

Mientras estaba esperando mi turno de juego en el patio. Lourdes se acerca y se ha puesto delante sin permiso. Entonces yo, de manera adecuada he defendido mi derecho de turno.
"Escucha Lourdes, llevo esperando mi turno largo rato. No es justo que tú llegues ahora mismo y pases delante, abusando de todos los que estamos en la fila.

¿Qué beneficios tenemos si respetamos los derechos?

- Conseguimos que nos tomen en cuenta y que nos valoren.
- Seremos respetados.

b.- Ensayo conductual.

Forma pareja y practica lo trabajado. Elijan una situación en la que tengan que defender tus derechos adecuadamente.

c.- Retroalimentación y reforzamiento.

NOS AUTOEVALUAMOS:

¿Cómo describes tu conducta?

_____

_____

¿Qué emoción has sentido?

_____

_____

¿Cómo evalúas tu conducta?

_____

_____

¿Cuál habría sido la conducta que te hubiera gustado realizar?

_____

_____

EVALUAMOS A NUESTROS COMPAÑEROS

¿Cómo viste la participación de tu compañero?

¿Qué le puedes sugerir?

d.- Asignación de la tarea.

Escribe una acción en la que defendiste tus derechos adecuadamente:

_____

_____

_____

SESIÓN N°2

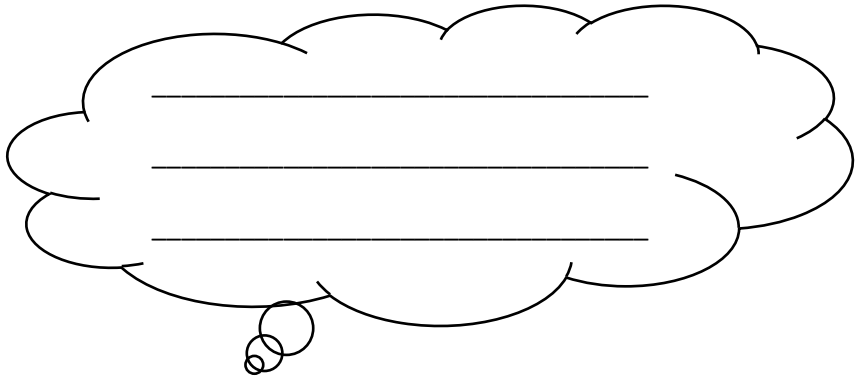
Respetando los derechos de los demás

Respetar los derechos de las personas con quienes se relaciona.

OBJETIVO:

a.- Introducción y modelado.

¿Cuáles serán los derechos de las personas con las que nos relacionamos?



¿QUÉ SE ENTIENDE POR RESPETAR LOS DERECHOS DE LOS DEMÁS?

Significa tener consideración o atención hacia los derechos de la persona con la que nos relacionamos evitando ofenderlo(a) o herirlo(a).

SE MODELA LA CONDUCTA:

En el grupo o equipo de trabajo hay un compañero que no hace nada. Siempre pide las tareas a los demás. Un integrante del grupo le dice: lo lamento no podemos ponerte en el grupo porque estás abusando del esfuerzo de todos.

¿Cuáles son los beneficios al practicar este comportamiento?

- Conseguimos que nos tomen en cuenta y que nos valoren.
- Seremos respetados.

b.- Ensayo conductual.

Forma pareja y practica lo trabajado. Elijan una situación en la que se respete el derecho de una persona.

c.- Retroalimentación y reforzamiento.

NOS AUTOEVALUAMOS:

¿Cómo describes tu conducta?

_____

_____

¿Qué emoción has sentido?

_____

_____

¿Cómo evalúas tu conducta?

_____

_____

¿Cuál habrá sido la conducta que te hubiera gustado realizar?

_____

_____

EVALUAMOS A NUESTROS COMPAÑEROS

¿Cómo viste la participación de tu compañero?

¿Qué le puedes sugerir?

d.- Asignación de la tarea.

Escribe una situación en la que respetaste el derecho de un compañero(a)

SESIÓN N°3

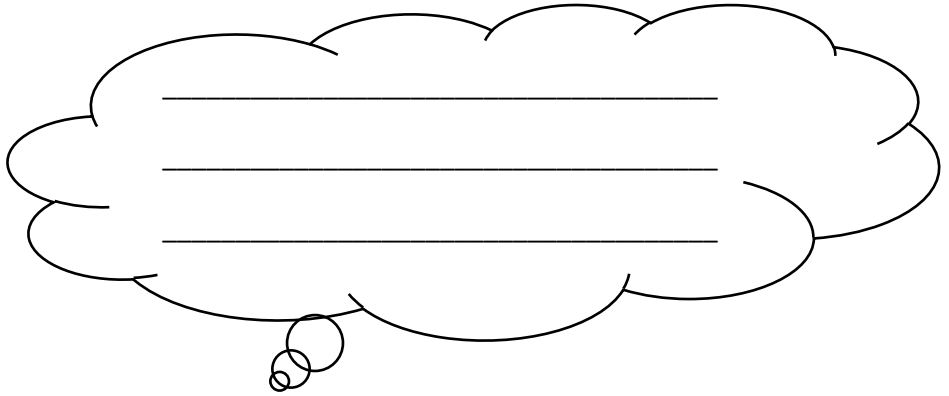
Defiende tus derechos con educación

OBJETIVO:

Defender sus derechos de manera apropiada.

a.- Introducción y modelado.

¿Crees que es importante defender nuestros derechos? ¿De qué formas los puedes defender?



¿QUÉ SE ENTIENDE POR DEFENDER NUESTROS DERECHOS?

Defender los derechos propios consiste en comunicar sin ofender, hablando claramente, mirando a la cara y empleando un tono de voz adecuado, a otra persona que está haciendo o diciendo algo que nos molesta o que nos está tratando injustamente.

SE MODELA LA CONDUCTA:

Ana le presta un libro a Luisa y se lo devuelve en malas condiciones.

_ Luisa me has devuelto el libro en muy malas condiciones. Está roto. Yo te lo presté nuevo.

¿Cuáles son los beneficios al practicar este comportamiento?

- Conseguimos que nos tomen en cuenta y que nos valoren.
- Seremos respetados.

b.- Ensayo conductual.

Forma pareja y practica las respuestas que debes dar para defender tus derechos cuando:

- **Alguien abusa de tu confianza diciéndote cosas desagradables.**
- **Nos proponen realizar una situación desagradable.**
- **Nos molestan, nos intimidan, nos insultan.**
- **Alguien nos quita un objeto.**

c.- Retroalimentación y reforzamiento.

NOS AUTOEVALUAMOS:

¿Cómo describes tu conducta?

_____

_____

¿Qué emoción has sentido?

_____

_____

¿Cómo evalúas tu conducta?

_____

_____

¿Cuál habría sido la conducta que te hubiera gustado realizar?

_____

_____

EVALUAMOS A NUESTROS COMPAÑEROS

¿Cómo viste la participación de tu compañero?

¿Qué le puedes sugerir?

d.- Asignación de la tarea.

Escribe una situación en la que defendiste adecuadamente tus derechos.

_____

II PARTE

HABILIDADES PARA CONVERSAR

SESIÓN N°4

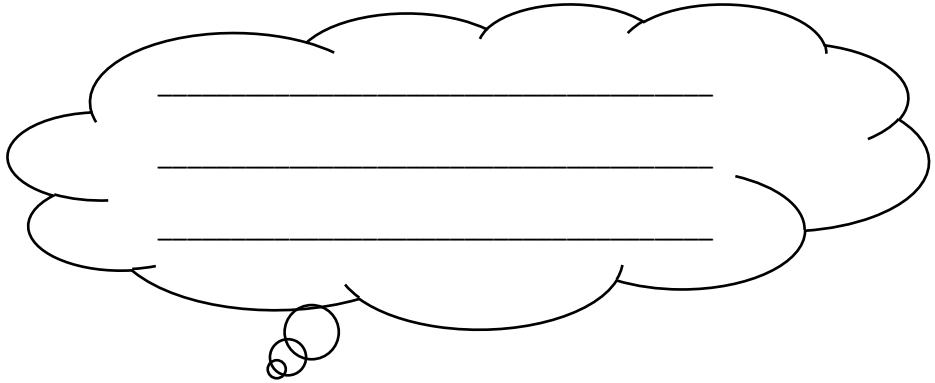
Aprendiendo a conversar

OBJETIVO:

Iniciar una conversación con una persona conocida o desconocida.

a.- Introducción y modelado.

¿Cómo crees que se puede iniciar una conversación con las personas conocidas y con las desconocidas?



¿QUÉ SE ENTIENDE POR INICIAR UNA CONVERSACIÓN?

Es empezar adecuadamente un diálogo con personas que pueden ser conocidas o desconocidas.

SE MODELA LA CONDUCTA:

Juan le dice a Percy:

_He conseguido un juego de computación estupendo. Se trata de un simulador de navegación en un submarino. Puedes sumergirte en el océano y…. es muy divertido.

Percy responde:

_ Ese juego es algo antiguo, pero tienes razón es muy divertido.

¿Cuáles son los beneficios al practicar este comportamiento?

- Te permite relacionarte mejor con otras personas.
- Resultas más agradable y simpático ante los demás.
- Te diviertes y disfrutas mejor con los amigos.
- Te permite tener más amigos.

b.- Ensayo conductual.

Forma pareja y practica lo trabajado. ¿Cómo iniciarías una conversación con una persona conocida y con una desconocida?

c.- Retroalimentación y reforzamiento.

NOS AUTOEVALUAMOS:

¿Cómo describes tu conducta?

_____

_____

¿Qué emoción has sentido?

_____

_____

¿Cómo evalúas tu conducta?

_____

_____

¿Cuál habría sido la conducta que te hubiera gustado realizar?

_____

_____

EVALUAMOS A NUESTROS COMPAÑEROS

¿Cómo viste la participación de tu compañero?

¿Qué le puedes sugerir?

d.- Asignación de la tarea.

Escribe una situación en la que iniciaste una conversación de forma apropiada.

_____

_____

SESIÓN N°5

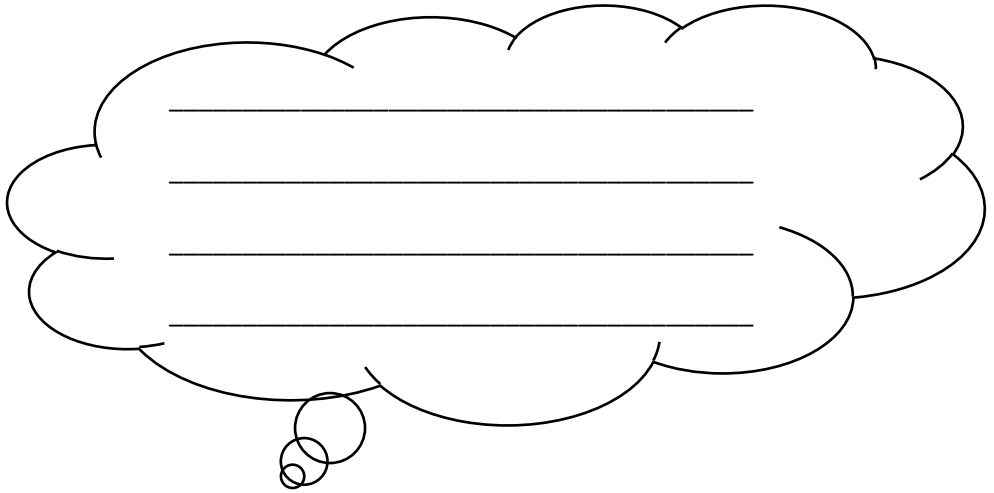
Lo que hay que hacer para ser hábil en una conversación

OBJETIVO

Reconocer las actitudes necesarias para tener una conversación apropiada.

a.- Introducción y modelado.

¿Qué comportamientos nos permiten ver que una persona es hábil en una conversación?



¿QUÉ SE ENTIENDE POR SER HÁBIL EN UNA CONVERSACIÓN?

Ser hábil en una conversación significa ser capaz de entablar un diálogo manteniendo una conversación fluida por un tiempo determinado. Además se debe: mirar a la cara a la persona con quien se dialoga, hablar con claridad, decir cosas adecuadas, escuchar con atención, orientando nuestro cuerpo hacia la persona con quien hablamos.

SE MODELA LA CONDUCTA:

_ Hola, tenía ganas de verte, quería contarte algo muy interesante.

_¿Si?, pues dime.

_Me he comprado un juego nuevo y me gustaría que lo vieras.
_ ¡Está bien! Mañana iré a tu casa. Muy bien. Entonces; ¡Hasta mañana!
_¡Hasta mañana!

¿Cuáles son los beneficios al practicar este comportamiento?

- Siendo hábiles en una conversación podemos disfrutar mejor del diálogo.
- Nos sentimos calmados.
- A las personas les agrada nuestra compañía.

b.- Ensayo conductual.

En forma individual acércate a un compañero para hablarle de un tema, teniendo en cuenta lo trabajado anteriormente.

c.- Retroalimentación y reforzamiento.

NOS AUTOEVALUAMOS:

¿Cómo describes tu conducta?

_____

_____

¿Qué emoción has sentido?

_____

_____

¿Cómo evalúas tu conducta?

_____

_____

¿Cuál habría sido la conducta que te hubiera gustado realizar?

_____

_____

EVALUAMOS A NUESTROS COMPAÑEROS

¿Cómo viste la participación de tu compañero?

¿Qué le puedes sugerir?

d.- Asignación de la tarea.

Escribe una situación en la que has sido hábil en la conversación.

_____

_____

SESIÓN N° 6

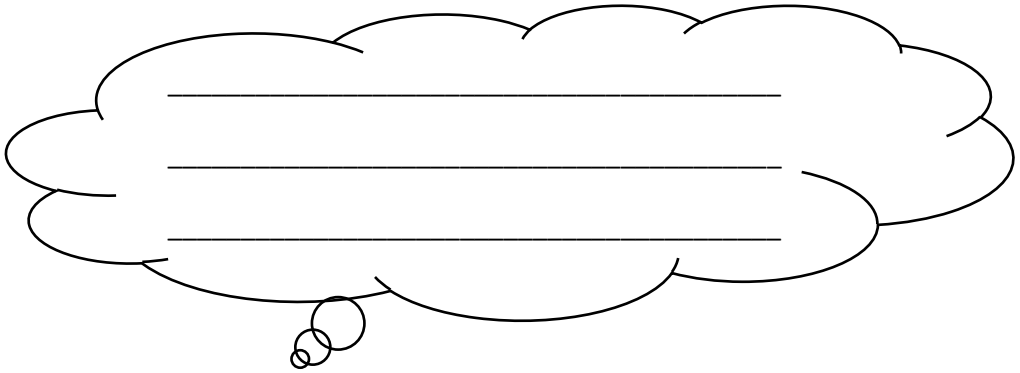
¿Cómo mantener una conversación?

OBJETIVO:

Identificar acciones que le permitan mantener una conversación de manera apropiada.

a.- Introducción y modelado.

¿Cómo crees que se deben mantener una conversación?



¿QUÉ SE ENTIENDE POR SABER MANTENER UNA CONVERSACIÓN?

Es continuar la conversación en forma ininterrumpida, una vez iniciada. Para mantener una conversación fluida es necesario que ambos conversen en un mismo nivel, teniendo en cuenta en expresar preguntas, las respuestas deben ser abiertas y estando atento a lo que dice la otra persona. Durante la conversación es necesario también, utilizar apropiadamente las conductas verbales (volumen, velocidad, articulación, inflexión) y las conductas no verbales (contacto visual, expresión facial, movimientos de manos, distancia al conversar y postura corporal.

SE MODELA LA CONDUCTA:

_ ¡Hola! , viste ayer la final del mundial. ¿Qué te pareció el partido?
_ Yo creo que Alemania se lo merecía, fue el mejor, se notaba un equipo más sólido en todo aspecto.
_ Tienes razón yo también creo lo mismo, aunque quería que gane Argentina.
_ ¿Qué pena me dio la actuación de Brasil ante la goleada de Holanda!.....

¿Cuáles son los beneficios al practicar este comportamiento?

- Mejora y prolonga una conversación.
- Te permite hacer más amigos y conocerlos mejor.
- Te permite ser agradable en una conversación.
- Te permite ser aceptado por las personas que te rodean.

b.- Ensayo conductual.

Forma grupos de dos o tres participantes y practica la iniciación y mantenimiento de una conversación con personas conocidas y desconocidas haciendo uso de un tema libre.

c.- Retroalimentación y reforzamiento.

NOS AUTOEVALUAMOS:

¿Cómo describes tu conducta?

_____

_____

¿Qué emoción has sentido?

_____

_____

¿Cómo evalúas tu conducta?

_____

_____

¿Cuál habrá sido la conducta que te hubiera gustado realizar?

_____

_____

EVALUAMOS A NUESTROS COMPAÑEROS

¿Cómo viste la participación de tu compañero?

¿Qué le puedes sugerir?

d.- Asignación de la tarea.

Practican cómo iniciar y mantener una conversación y escribe como te fue.

_____

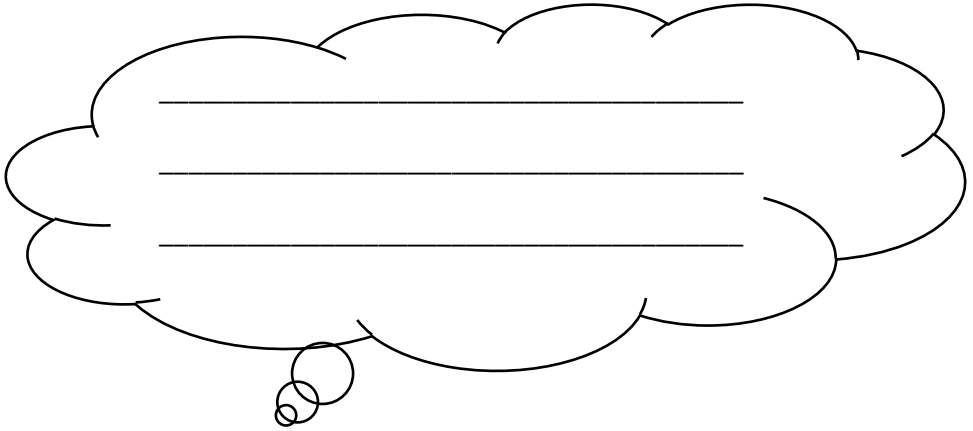
SESIÓN N°7

¿Cómo termina una conversación?

OBJETIVO:

Identificar acciones que le permitan terminar una conversación en forma adecuada.

a.- Introducción y modelado.



¿Cuáles serán las formas adecuadas de terminar una conversación?

¿QUÉ SE ENTIENDE POR TERMINAR UNA CONVERSACIÓN?

Es la capacidad que se tiene para dar fin a una conversación que puede ser o no ser interesante, aburrida o no grata

SE MODELA LA CONDUCTA:

Ha sido un placer hablar contigo. Debo marcharme. Podremos continuar mañana hablando de lo mismo.

_ Yo también lo he pasado estupendamente, comprendo que te tengas que ir.

¿Cuáles son los beneficios al practicar este comportamiento?

Te permite:

- Mantener amistades.
- Ser aceptado por los demás.
- Ser respetado por los demás.
- Evitar problemas en la relación con los demás.

b.- Ensayo conductual.

Elige a un compañero y muestra a los demás cómo conversar y cómo se puede terminar la conversación de manera apropiada.

c.- Retroalimentación y reforzamiento.

NOS AUTOEVALUAMOS:

¿Cómo describes tu conducta?

_____

_____

¿Qué emoción has sentido?

_____

_____

¿Cómo evalúas tu conducta?

_____

_____

¿Cuál habría sido la conducta que te hubiera gustado realizar?

_____

_____

EVALUAMOS A NUESTROS COMPAÑEROS

¿Cómo viste la participación de tu compañero?

¿Qué le puedes sugerir?

d.- Asignación de la tarea.

Practica terminar una conversación con diferentes personas y escribe cómo terminaste.

_____

III PARTE

LA ASERTIVIDAD

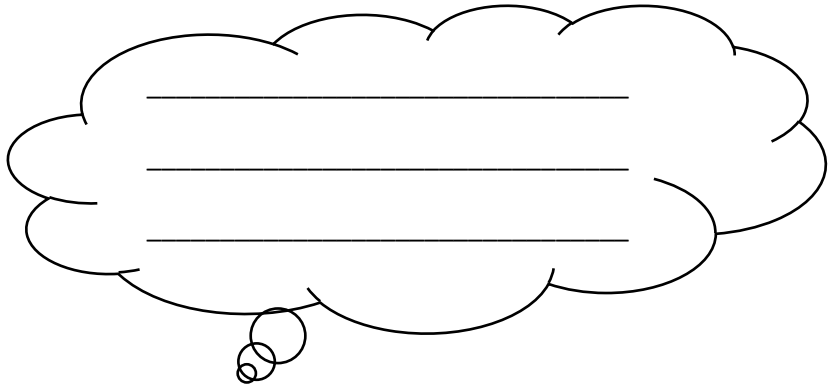
SESIÓN N° 8

Comunico emociones, sentimientos y opiniones

OBJETIVO:

Expresar emociones, sentimientos y opiniones de manera adecuada.

a.- Introducción y modelado.



¿Crees que es bueno expresar las emociones, sentimientos y opiniones? ¿Por qué?

¿QUÉ SE ENTIENDE POR EXPRESAR EMOCIONES, SENTIMIENTOS Y OPINIONES?

Significa ser asertivos al relacionarnos con las personas es decir, decir cosas agradables de sí mismo, decir cosas positivas de uno mismo , contar cosas que se han realizado, comunicar nuestro estado de ánimo, hablar cosas que pensamos, ideas que tenemos, las opiniones, los gustos o preferencias personales de una manera apropiada.

SE MODELA LA CONDUCTA:

_ Yo también me considero simpático.

_ Me gustan mucho los partidos de fútbol.

_Hoy me siento muy feliz porque aprobé todos mis exámenes.

_Yo opino que deberíamos ser solidarios ante el problema de Raúl.

¿Cuáles son los beneficios al practicar este comportamiento?

Practicar este comportamiento permite:

- Sentirte libre de expresar lo que sientes.
- Aumenta tu autoestima.
- Mejora tus relaciones con los demás.

6.- Ensayo conductual.

Forma parejas y expresa tu opinión sobre:

- **Un tema de violencia**.
- **Lo bien que te sientes por haber aprobado tus exámenes**.
- **Lo enfadado que estás porque te han hecho una broma pesada**.

c.- Retroalimentación y reforzamiento.

NOS AUTOEVALUAMOS:

¿Cómo describes tu conducta?

_____

_____

¿Qué emoción has sentido?

_____

_____

¿Cómo evalúas tu conducta?

_____

_____

¿Cuál habría sido la conducta que te hubiera gustado realizar?

_____

_____

EVALUAMOS A NUESTROS COMPAÑEROS

¿Cómo viste la participación de tu compañero?

¿Qué le puedes sugerir?

d.- Asignación de la tarea.

Escribe una situación en la que has actuado de manera asertiva.

_____

_____

_____

IV PARTE

SOLUCIÓN DE CONFLICTOS INTERPERSONALES

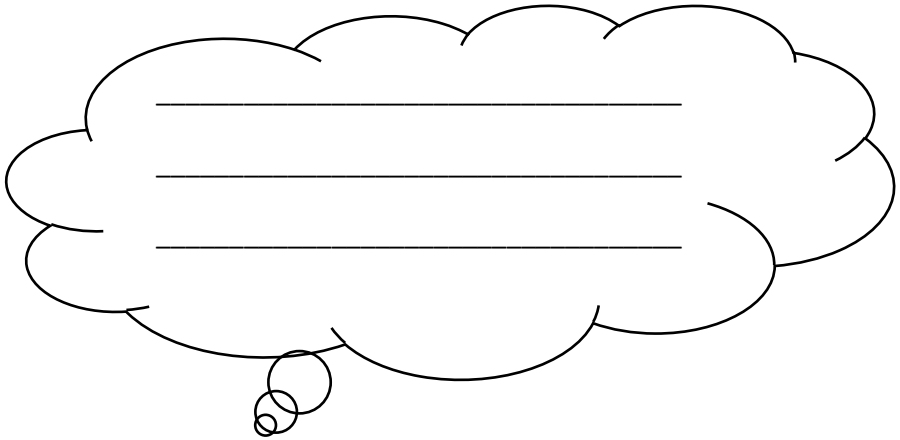
SESIÓN N°9

Los conflictos con mis compañeros.

OBJETIVO:

Identificar los conflictos que tengan con sus compañeros

a.- Introducción y modelado.



¿Qué entiendes por conflicto? ¿Cómo se inician los conflictos?

¿QUÉ ES UN CONFLICTO?

Es una situación en que dos o más individuos con intereses contrapuestos entran en confrontación ocasionando discusiones acaloradas, enfrentamientos verbales, enfados, incluso disputas y peleas, haciendo desagradable la convivencia.

SE MODELA LA CONDUCTA:

No me agrada que cojas las cosas de mi mochila sin permiso.

La próxima vez pídemelo, por favor.

¿Cuáles son los beneficios al practicar este comportamiento?

- Mantenemos relaciones armoniosas con los compañeros.
- Somos respetados por los demás.

b.- Ensayo conductual.

Forma parejas e identifica problemas que tienes con tus compañeros, luego ensaya como responderías ante las siguientes provocaciones:

- **Un amigo que opina diferente a ti.**
- **Unos compañeros que te ganaron en una competencia.**
- **Una amiga que está muy enojada.**
- **Un compañero que habla mal de tu mejor amigo.**

c.- Retroalimentación y reforzamiento.

NOS AUTOEVALUAMOS:

¿Cómo describes tu conducta?

_____

_____

¿Qué emoción has sentido?

_____

_____

¿Cómo evalúas tu conducta?

_____

_____

¿Cuál habría sido la conducta que te hubiera gustado realizar?

_____

_____

EVALUAMOS A NUESTROS COMPAÑEROS

¿Cómo viste la participación de tu compañero?

¿Qué le puedes sugerir?

d.- Asignación de la tarea.

Escribe una situación en la que te has expresado libremente sin dañar a los demás.

_____

_____

SESIÓN N°10

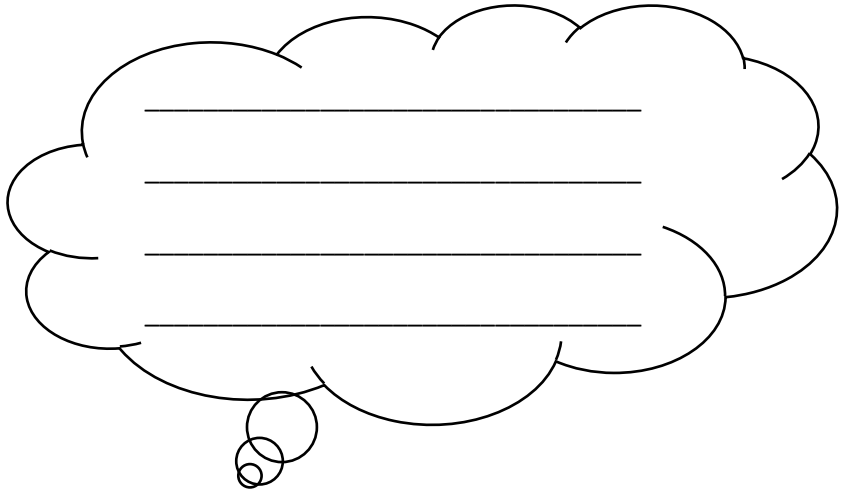
Haciendo frente a las provocaciones

OBJETIVO:

Reconocer acciones adecuadas para actuar frente a las provocaciones que se presenten.

a.- Introducción y modelado.

¿Cuáles crees que son las acciones adecuadas frente a una provocación?



¿QUÉ SE ENTIENDE POR HACER FRENTE A LAS PROVOCACIONES?

Significa mantener la serenidad, la calma ante una agresión, evitando los enfrentamientos o peleas con los demás.

SE MODELA LA CONDUCTA

Lucía y Martha se han insultado mutuamente y han terminado enfrentándose con más insultos y empujones. Al final los dos se han sentido mal.

¿Cuáles son los beneficios al practicar este comportamiento?

- Hacer respetar nuestros derechos.
- Evitar problemas en las relaciones con los demás.
- Mantener relaciones armoniosas.

6.- Ensayo conductual.

Forma pareja y practica cómo enfrentar las provocaciones en las siguientes circunstancias.

- **Tu equipo perdió la final y un compañero se burla**.
- **Alguien se burla de un accidente que tuviste**.
- **Un compañero te quita tu mochila**.

c.- Retroalimentación y reforzamiento.

NOS AUTOEVALUAMOS:

¿Cómo describes tu conducta?

_____

_____

¿Qué emoción has sentido?

_____

_____

¿Cómo evalúas tu conducta?

_____

_____

¿Cuál habría sido la conducta que te hubiera gustado realizar?

_____

_____

EVALUAMOS A NUESTROS COMPAÑEROS

¿Cómo viste la participación de tu compañero?

¿Qué le puedes sugerir?

d.- Asignación de la tarea.

Escribe una situación en la que evites las provocaciones.

_____

_____

_____

_____

SESIÓN N°11

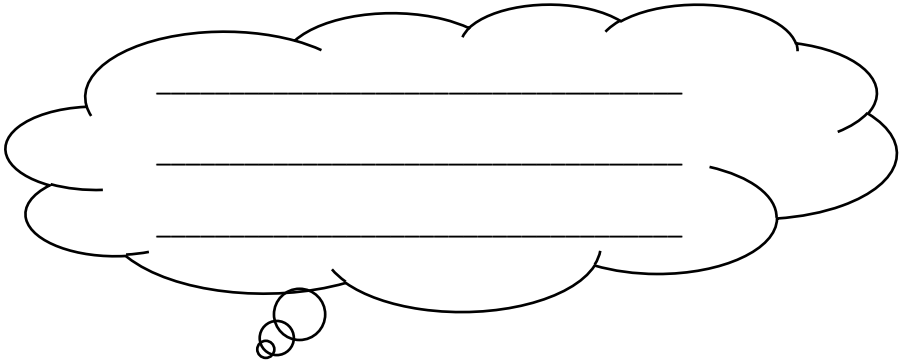
Siendo habilidoso ante un problema

OBJETIVO:

Anticipar consecuencias de cada solución a un problema.

a.- Introducción y modelado.

¿Qué entiendes por anticiparse a las consecuencias?



¿QUÉ SE ENTIENDE POR SER HABILIDOSO ANTE UN PROBLEMA?

Ser habilidoso ante un problema significa tener la capacidad de evaluar cuáles son las consecuencias de nuestros actos, permitiéndonos tomar las acciones apropiadas ante una situación problemática.

SE MODELA LA CONDUCTA:

En mi aula hay un alumno que siempre anda solo. Le cuesta conversar y formar parte del grupo. Con frecuencia se burlan de él.

Pido a los demás que lo respeten. Me acerco al compañero y converso con él.

¿Cuáles son los beneficios al practicar este comportamiento?

- Mantienes relaciones armoniosas con los demás.
- Eres aceptado y respetado por los demás.
- Mejoras tu autoestima.

6.- Ensayo conductual.

Forma pareja y practica lo trabajado. Recuerda ser habilidoso en tus relaciones.

- **Un amigo me pide que le acompañe a pegarle a un compañero.**
- **Llegué tarde al colegio y un amigo me dice que falte y nos vayamos al parque.**
- **Un compañero lleva licor a un paseo.**

c.- Retroalimentación y reforzamiento.

NOS AUTOEVALUAMOS:

¿Cómo describes tu conducta?

_____

_____

¿Qué emoción has sentido?

_____

_____

¿Cómo evalúas tu conducta?

_____

_____

¿Cuál habría sido la conducta que te hubiera gustado realizar?

_____

_____

EVALUAMOS A NUESTROS COMPAÑEROS

¿Cómo viste la participación de tu compañero?

¿Qué le puedes sugerir?

d.- Asignación de la tarea.

Escribe una situación problemática que viviste en la que tu actuar tuvo consecuencias positivas.

_____

_____

_____

SESIÓN N° 12

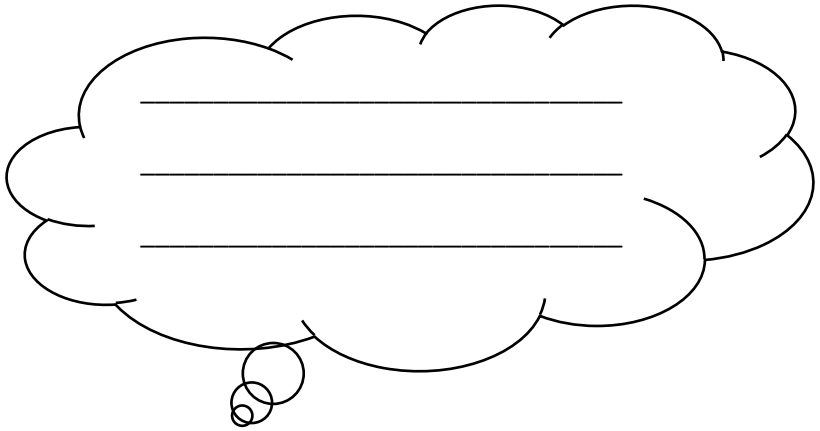
Practico soluciones a conflictos

OBJETIVO:

Identificar soluciones adecuadas a situaciones proble-
máticas que se presentan.

a.- Introducción y modelado.

¿Si tienes una situación problemática, ¿qué harías?



¿QUÉ SE ENTIENDE POR DAR SOLUCIONES ADECUADAS A UN CONFLICTO?

Significa dar soluciones justas y adecuadas, que hagan desaparecer el conflicto y que ayuden a que no vuelva a ocurrir. Además todo esto realizándolo en un clima de respeto a los derechos de todas las personas.

SE MODELA LA CONDUCTA

He ingresado al aula y empujé a José, se ha caído al suelo y se hizo daño.

Respondo: Disculpa, no fue mi intención incomodarte. Tendré más cuidado.

¿Cuáles son los beneficios al practicar este comportamiento?

- Mejoras las relaciones con los compañeros.
- Eres aceptado y respetado por los demás.
- Mejoras tu autoestima.

6.- Ensayo conductual.

Formamos parejas y practicamos lo trabajado. Cómo actuarías si te sucede lo siguiente:

- **Un compañero te ha insultado.**
- **Se han burlado de ti.**
- **Te han acusado de algo que no hiciste.**

c.- Retroalimentación y reforzamiento.

NOS AUTOEVALUAMOS:

¿Cómo describes tu conducta?

_____

_____

¿Qué emoción has sentido?

_____

_____

¿Cómo evalúas tu conducta?

_____

_____

¿Cuál habría sido la conducta que te hubiera gustado realizar?

_____

_____

EVALUAMOS A NUESTROS COMPAÑEROS

¿Cómo viste la participación de tu compañero?

¿Qué le puedes sugerir?

d.- Asignación de la tarea.

Escribe una situación en la que has solucionado adecuadamente un conflicto.

_____

_____

_____

LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES (LCHS)

(Goldstein, A.)

Nombre:……Sexo:…….....

Grado:…… Edad:……..……Fecha:……

INSTRUCCIONES

A continuación Ud. Encontrará enumerada una lista de habilidades que las personas usan en la interacción social más o menos eficiente, Ud. Deberá determinar cómo usa cada una de esas habilidades, marcando con un aspa(X) en la columna de la derecha y en la fila correspondiente, según el siguiente patrón: marque en la columna…

N Si Ud. *Nunca* usa esta habilidad
RV Si Ud. *Rara vez* usa esta habilidad
AV Si Ud. *A veces* usa esta habilidad
AM Si Ud. *A menudo* usa esta habilidad
S Si Ud. *Siempre* usa esta habilidad

Trabaje rápidamente y no emplee mucho tiempo en cada pregunta; queremos su primera reacción, no un proceso de pensamiento prolongado. Asegúrese de no omitir alguna pregunta. No hay respuesta “correcta” ni respuesta “incorrecta”. Ahora comience.

		N	RV	AV	AM	S
1.	Escucha: ¿Presta atención a las personas que le están hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?					
2.	Iniciar una conversación: ¿Inicia conversaciones con otras personas y luego las mantiene por un momento?					
3.	Mantener una conversación: ¿Habla con otras personas sobre cosas de interés mutuo?					
4.	Formular una pregunta: ¿Determina la información que necesita saber y se la pide a la persona adecuada?					
5.	Dar las gracias: ¿Permite que los demás sepan que está agradecido con ellos por algo que hicieron con Ud.?					
6.	Presentarse: ¿Se esfuerza por conocer personas por propia iniciativa?					
7.	Presentar a otras personas: ¿Ayuda a presentar a nuevas personas con otras?					
8.	Hacer un cumplido: ¿Dice a los demás lo que les gusta de ellos o de lo que hacen?					
9.	Pedir ayuda: ¿Pide ayuda cuando la necesita?					
10.	Participar: ¿Elige la mejor manera de entrar en un grupo que está realizando una actividad y luego se integra él?					
11.	Dar instrucciones: ¿Explica instrucciones de tal manera que las personas puedan seguirlas fácilmente?					

12.	Seguir instrucciones: ¿Presta cuidadosa atención a las instrucciones y luego las sigue?					
13.	Disculparse: ¿Pide disculpas a los demás cuando hace algo que sabe que está mal?					
14.	Convencer a los demás: ¿Intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores o más útiles que las de ellos?					
15.	Conocer sus sentimientos: ¿Intenta comprender y reconocer las emociones que experimenta?					
16.	Expresar sus sentimientos: ¿Permite que los demás conozcan lo que siente?					
17	Comprende los sentimientos de los demás: ¿Intenta comprender lo que los demás sienten?					
18.	Comprende los sentimientos de los demás: ¿Intenta comprender lo que sienten los demás?					
19.	Expresar afecto: ¿Permite que los demás sepan que Ud. se interesa o se preocupa por ellos?					
20.	Resolver el miedo: ¿Cuándo siente miedo, piensa porque lo siente, y luego intenta hacer algo para disminuirlo?					
21.	Auto-recompensarse: ¿Se da a sí mismo una recompensa después que hace algo bien?					
22.	Pedir permiso: ¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo, y luego lo pide a la persona indicada?					
23.	Compartir algo: ¿Ofrece compartir sus cosas con los demás?					
24.	Ayudar a los demás: ¿Ayuda a quién lo necesita?					
25.	Negociar: ¿Si Ud. y alguien están en desacuerdo sobre algo, trata de llegar a un acuerdo que les satisfaga a ambos?					
26.	Emplear autocontrol: ¿Controla su carácter de tal forma que no se le “escapan las cosas de la mano”?					
27.	Defender sus derechos: ¿Defiende sus derechos dando a conocer a los demás cuál es su postura?					
28.	Responder a las bromas: ¿Conserva el autocontrol cuando los demás le hacen bromas?					
29.	Evitar problemas con los demás: ¿Se mantiene al margen de situaciones que podrían ocasionarle problemas?					
30.	No entrar en peleas: ¿Encuentra otras formas de resolver situaciones difíciles sin tener que pelear?					
31.	Formular una queja: ¿Le dice a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no le gusta?					
32.	Responder a una queja: ¿Intenta responder a los demás y responder imparcialmente, cuando ellos se quejan de Ud.?					
33.	Demostrar deportividad después de un juego: ¿Expresa un cumplido al otro lado del equipo después de un juego si ellos se lo merecen?					
34.	Resolver la vergüenza: ¿Hace algo que le ayude sentir menos vergüenza o estar menos cohibido?					
35.	Arreglársela cuando le dejan de lado: ¿Determina si lo han dejado en una actividad y luego hace algo para sentirse mejor en esa situación?					
36.	Defiende a su amigo: ¿Manifiesta a los demás cuando siente que un amigo no ha sido tratado justamente?					

37.	Responder a una persuasión: ¿Si alguien está tratando de convencerlo de algo, piensa en la posición de esa persona y luego en la propia, antes de decidir qué hacer?					
38.	Responder al fracaso: ¿Intenta comprender la razón por la cual ha fracasado en una situación particular?					
39.	Enfrentarse con mensajes contradictorios: ¿Reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa, pero dicen y hacen otra cosa?					
40.	Responder una acusación: ¿Comprende de qué y por qué ha sido acusado y luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que le hizo la acusación?					
41.	Prepararse para una conversación difícil: ¿Planifica la mejor forma de exponer su punto de vista, antes de una conversación problemática?					
42.	Hacer frente las presiones de grupo: ¿Decide qué cosa quiere hacer cuando los demás quieren que haga otra cosa distinta?					
43.	Tomar iniciativas: ¿Si se siente aburrido, intenta encontrar algo interesante que hacer?					
44.	Determinar la causa de un problema: ¿Si surge un problema, intenta determinar que lo causó?					
45.	Establecer un objetivo: ¿Determina de manera realista lo que le gustaría realizar antes de empezar una tarea?					
46.	Determinar sus habilidades: ¿Determina de manera realista que tan bien podría realizar una tarea específica antes de iniciarla?					
47.	Reunir información: ¿Determina lo que necesita saber y cómo conseguir esa información?					
48.	Resolver los problemas según su importancia: ¿Determina de forma realista cuál de sus problemas es el más importante y el que debería ser solucionado primero??					
49.	Tomar una decisión: ¿Considera diferentes posibilidades y luego elige la que le hará sentirse mejor?					
50.	Concéntrese en una tarea: ¿Es capaz de ignorar distracciones y solo prestar atención a lo que quiere hacer?					

ANEXO 3: CONFIABILIDAD

LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES

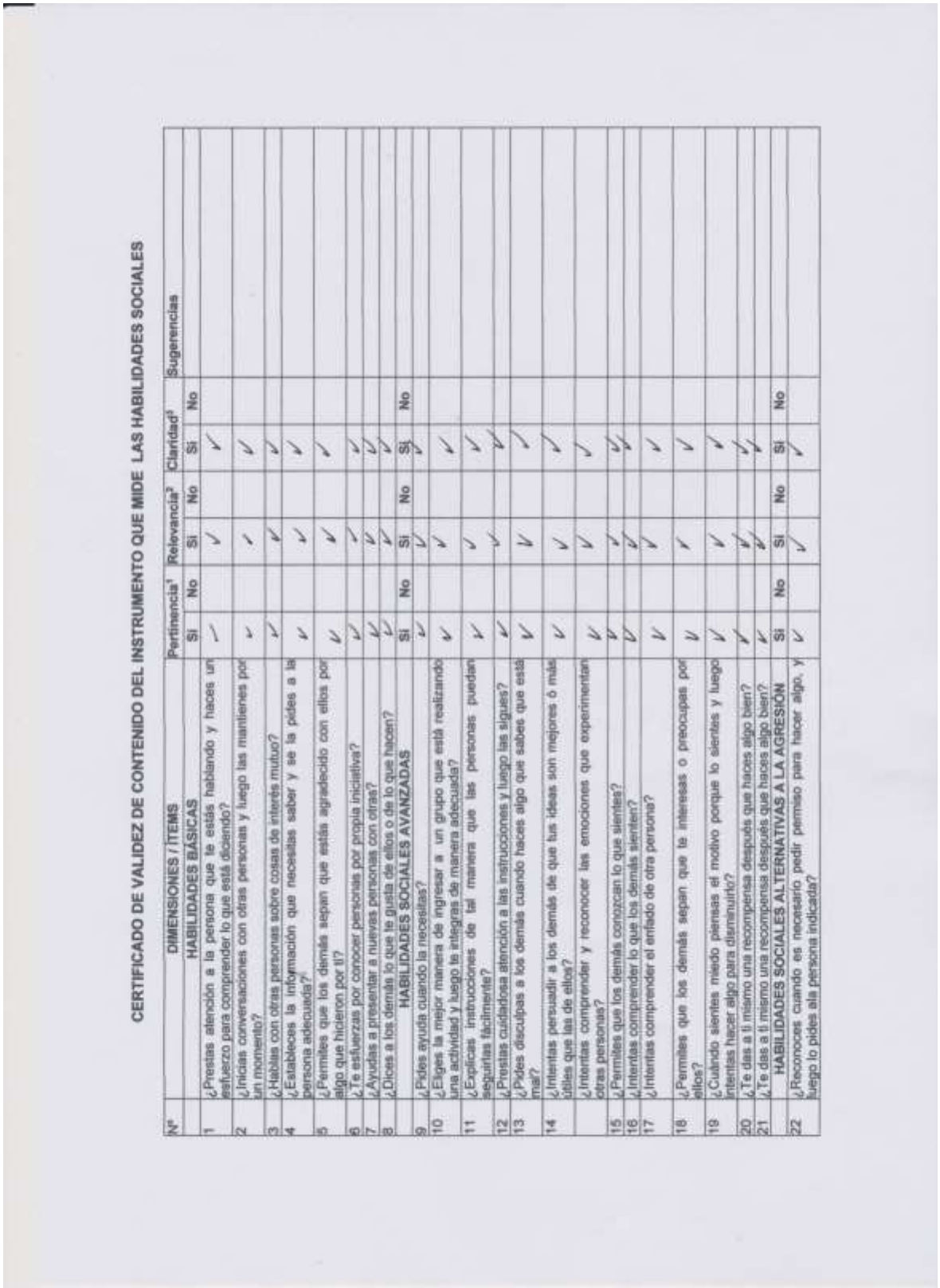
N°	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P1	P1	P1	P1	P1	P1	P1	P1	P1	P2	P2	P2	P2	P2	P2	P2	P2	P2	P2	P3	P3
1	2	3	5	3	4	3	2	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	5	5	3	4	3
2	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4
3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	5	4	4	4	5	4	5	4	4	3	3	4	5	5	4	4	4	2
4	5	4	3	4	5	4	4	2	3	3	2	2	4	3	4	4	4	4	3	2	2	3	2	2	5	5	5	5	3	3	2
5	3	4	3	3	4	3	5	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	5	3	4	3	3	3	5	3	4	4	4	4	4
6	5	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	3	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	3	4
7	3	3	4	4	3	5	3	4	4	3	3	3	5	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	5	3	4	3	4	3	3

N°	P32	P33	P34	P35	P36	P37	P38	P39	P40	P41	P42	P43	P44	P45	P46	P47	P48	P49	P50
1	4	3	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	3	4	3	4	4	4
2	4	5	5	3	3	4	5	5	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4
3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3
4	3	4	5	4	5	3	4	4	5	5	5	4	3	4	4	4	4	4	4
5	5	3	5	3	4	4	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3
6	3	3	4	5	3	4	4	5	5	5	4	5	5	3	4	5	5	5	5
7	4	5	3	3	4	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,881	50

ANEXO 4: VALIDEZ DE CONTENIDO



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LAS HABILIDADES SOCIALES

Nº	DIMENSIONES / ÍTEMS	Pertinencia[1]		Relevancia[2]		Claridad[3]		Sugerencias
	HABILIDADES BÁSICAS	Si	No	Si	No	Si	No	
1	¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?	✓		✓		✓		
2	¿Inicias conversaciones con otras personas y luego las mantienes por un momento?	✓		✓		✓		
3	¿Hablas con otras personas sobre cosas de interés mutuo?	✓		✓		✓		
4	¿Estableces la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	✓		✓		✓		
5	¿Permites que los demás sepan que estás agradecido con ellos por algo que hicieron por ti?	✓		✓		✓		
6	¿Te esfuerzas por conocer personas por propia iniciativa?	✓		✓		✓		
7	¿Ayudas a presentar a nuevas personas con otras?	✓		✓		✓		
8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	✓		✓		✓		
	HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS	Si	No	Si	No	Si	No	
9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	✓		✓		✓		
10	¿Eliges la mejor manera de ingresar a un grupo que está realizando una actividad y luego te integras de manera adecuada?	✓		✓		✓		
11	¿Explicas instrucciones de tal manera que las personas puedan seguirlas fácilmente?	✓		✓		✓		
12	¿Prestas cuidadosa atención a las instrucciones y luego las sigues?	✓		✓		✓		
13	¿Pides disculpas a los demás cuando haces algo que sabes que está mal?	✓		✓		✓		
14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores ó más útiles que las de ellos?	✓		✓		✓		
	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentan otras personas?	✓		✓		✓		
15	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	✓		✓		✓		
16	¿Intentas comprender lo que los demás sienten?	✓		✓		✓		
17	¿Intentas comprender el enfado de otra persona?	✓		✓		✓		
18	¿Permites que los demás sepan que te interesas o preocupas por ellos?	✓		✓		✓		
19	¿Cuando sientes miedo piensas el motivo porque lo sientes y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	✓		✓		✓		
20	¿Te das a ti mismo una recompensa después que haces algo bien?	✓		✓		✓		
21	¿Te das a ti mismo una recompensa después que haces algo bien?	✓		✓		✓		
	HABILIDADES SOCIALES ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN	Si	No	Si	No	Si	No	
22	¿Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo, y luego lo pides a la persona indicada?	✓		✓		✓		

23	¿Ofreces compartir tus cosas con los demás?	✓		✓		✓		
24	¿Ayudas a quien lo necesita?	✓		✓		✓		
25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratan de llegar a un acuerdo que le satisfaga a ambos?	✓		✓		✓		
26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapan las cosas de las manos?	✓		✓		✓		
27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu posición?	✓		✓		✓		
28	¿Conservas el autocontrol cuando los demás te hacen bromas?	✓		✓		✓		
29	¿Te mantienes al margen de situaciones que podrían ocasionarte problemas?	✓		✓		✓		
30	¿Encuentras otras formas de resolver situaciones difíciles sin tener que pelear?	✓		✓		✓		
31	¿Le dices a los demás de modo claro pero sin enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	✓		✓		✓		
	HABILIDADES SOCIALES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**	**No**	
32	¿Intentas responder a los demás y de manera imparcial cuando ellos se quejan de ti?	✓		✓		✓		
33	¿Expresas un cumplido al otro equipo después de un juego si ellos se lo merecen?	✓		✓		✓		
34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	✓		✓		✓		
35	¿Si te dejan de lado en una actividad luego haces algo para sentirte mejor en esa situación?	✓		✓		✓		
36	¿Expresas a los demás cuando sientes que un amigo ha sido tratado injustamente?	✓		✓		✓		
37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la tuya antes de decidir qué hacer?	✓		✓		✓		
38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	✓		✓		✓		
39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	✓		✓		✓		
40	¿Comprendes de que y porque has sido acusado y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te hizo la acusación?	✓		✓		✓		
41	¿Planificas la mejor forma de exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	✓		✓		✓		
42	¿Decides què cosa quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	✓		✓		✓		
	HABILIDADES SOCIALES DE PLANIFICACIÓN	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**	**No**	
43	¿Si te sientes aburrido, intentas encontrar algo interesante que hacer?	✓		✓		✓		
44	¿Si surge un problema intentas determinar que lo causó?	✓		✓		✓		

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LAS HABILIDADES SOCIALES

Nº	DIMENSIONES / ÍTEMS	Pertinencia[1]		Relevancia[2]		Claridad[3]		Sugerencias
	HABILIDADES BÁSICAS	Si	No	Si	No	Si	No	
1	¿Prestas atención a la persona que te estás hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?	✓		✓		✓		
2	¿Inicias conversaciones con otras personas y luego las mantienes por un momento?	✓		✓		✓		
3	¿Hablas con otras personas sobre cosas de interés mutuo?	✓		✓		✓		
4	¿Estableces la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	✓		✓		✓		
5	¿Permites que los demás sepan que estás agradecido con ellos por algo que hicieron por ti?	✓		✓		✓		
6	¿Te esfuerzas por conocer personas por propia iniciativa?	✓		✓		✓		
7	¿Ayudas a presentar a nuevas personas con otras?	✓		✓		✓		
8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	✓		✓		✓		
	HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS	Si	No	Si	No	Si	No	
9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	✓		✓		✓		
10	¿Eliges la mejor manera de ingresar a un grupo que está realizando una actividad y luego te integras de manera adecuada?	✓		✓		✓		
11	¿Explicas instrucciones de tal manera que las personas puedan seguirlas fácilmente?	✓		✓		✓		
12	¿Prestas cuidadosa atención a las instrucciones y luego las sigues?	✓		✓		✓		
13	¿Pides disculpas a los demás cuando haces algo que sabes que está mal?	✓		✓		✓		
14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores ó más útiles que las de ellos?	✓		✓		✓		
	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentan otras personas?	✓		✓		✓		
15	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	✓		✓		✓		
16	¿Intentas comprender lo que los demás sienten?	✓		✓		✓		
17	¿Intentas comprender el enfado de otra persona?	✓		✓		✓		
18	¿Permites que los demás sepan que te interesas o preocupas por ellos?	✓		✓		✓		
19	¿Cuándo sientes miedo piensas el motivo porque lo sientes y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	✓		✓		✓		
20	¿Te das a ti mismo una recompensa después que haces algo bien?	✓		✓		✓		
21	¿Te das a ti mismo una recompensa después que haces algo bien?	✓		✓		✓		
	HABILIDADES SOCIALES ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN	Si	No	Si	No	Si	No	
22	¿Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo, y luego lo pides ala persona indicada?	✓		✓		✓		

23	¿Ofreces compartir tus cosas con los demás?	✓		✓		✓		
24	¿Ayudas a quien lo necesita?	✓		✓		✓		
25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratan de llegar a un acuerdo que le satisfaga a ambos?	✓		✓		✓		
26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapan las cosas de las manos?	✓		✓		✓		
27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu posición?	✓		✓		✓		
28	¿Conservas el autocontrol cuando los demás te hacen bromas?	✓		✓		✓		
29	¿Te mantienes al margen de situaciones que podrían ocasionarte problemas?	✓		✓		✓		
30	¿Encuentras otras formas de resolver situaciones difíciles sin tener que pelear?	✓		✓		✓		
31	¿Le dices a los demás de modo claro pero sin enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	✓		✓		✓		
	HABILIDADES SOCIALES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**	**No**	
32	¿Intentas responder a los demás y de manera imparcial cuando ellos se quejan de ti?	✓		✓		✓		
33	¿Expresas un cumplido al otro equipo después de un juego si ellos se lo merecen?	✓		✓		✓		
34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	✓		✓		✓		
35	¿Si te dejan de lado en una actividad luego haces algo para sentirte mejor en esa situación?	✓		✓		✓		
36	¿Expresas a los demás cuando sientes que un amigo ha sido tratado injustamente?	✓		✓		✓		
37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la tuya antes de decidir qué hacer?	✓		✓		✓		
38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	✓		✓		✓		
39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	✓		✓		✓		
40	¿Comprendes de que y porque has sido acusado y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te hizo la acusación?	✓		✓		✓		
41	¿Planificas la mejor forma de exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	✓		✓		✓		
42	¿Decides qué cosa quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	✓		✓		✓		
	HABILIDADES SOCIALES DE PLANIFICACIÓN	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**	**No**	
43	¿Si te sientes aburrido, intentas encontrar algo interesante que hacer?	✓		✓		✓		
44	¿Si surge un problema intentas determinar que lo causó?	✓		✓		✓		

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LAS HABILIDADES SOCIALES

Nº	DIMENSIONES / ÍTEMS	Pertinencia[1]		Relevancia[2]		Claridad[3]		Sugerencias
	HABILIDADES BÁSICAS	Si	No	Si	No	Si	No	
1	¿Prestas atención a la persona que te estás hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?	✓		✓		✓		
2	¿Inicias conversaciones con otras personas y luego las mantienes por un momento?	✓		✓		✓		
3	¿Hablas con otras personas sobre cosas de interés mutuo?	✓		✓		✓		
4	¿Estableces la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	✓		✓		✓		
5	¿Permites que los demás sepan que estás agradecido con ellos por algo que hicieron por ti?	✓		✓		✓		
6	¿Te esfuerzas por conocer personas por propia iniciativa?	✓		✓		✓		
7	¿Ayudas a presentar a nuevas personas con otras?	✓		✓		✓		
8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	✓		✓		✓		
	HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS	Si	No	Si	No	Si	No	
9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	✓		✓		✓		
10	¿Eliges la mejor manera de ingresar a un grupo que está realizando una actividad y luego te integras de manera adecuada?	✓		✓		✓		
11	¿Explicas instrucciones de tal manera que las personas puedan seguirlas fácilmente?	✓		✓		✓		
12	¿Prestas cuidadosa atención a las instrucciones y luego las sigues?	✓				✓		
13	¿Pides disculpas a los demás cuando haces algo que sabes que está mal?	✓		✓		✓		
14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores ó más útiles que las de ellos?	✓		✓		✓		
	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentan otras personas?	✓		✓		✓		
15	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	✓		✓		✓		
16	¿Intentas comprender lo que los demás sienten?	✓		✓		✓		
17	¿Intentas comprender el enfado de otra persona?	✓		✓		✓		
18	¿Permites que los demás sepan que te interesas o preocupas por ellos?	✓		✓		✓		
19	¿Cuándo sientes miedo piensas el motivo porque lo sientes y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	✓		✓		✓		
20	¿Te das a ti mismo una recompensa después que haces algo bien?	✓		✓		✓		
21	¿Te das a ti mismo una recompensa después que haces algo bien?	✓		✓		✓		
	HABILIDADES SOCIALES ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN	Si	No	Si	No	Si	No	
22	¿Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo, y luego lo pides ala persona indicada?	✓		✓		✓		

23	¿Ofreces compartir tus cosas con los demás?							
24	¿Ayudas a quien lo necesita?							
25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratan de llegar a un acuerdo que le satisfaga a ambos?							
26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapan las cosas de las manos?							
27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu posición?							
28	¿Conservas el autocontrol cuando los demás te hacen bromas?							
29	¿Te mantienes al margen de situaciones que podrían ocasionarte problemas?							
30	¿Encuentras otras formas de resolver situaciones difíciles sin tener que pelear?							
31	¿Le dices a los demás de modo claro pero sin enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?							
	HABILIDADES SOCIALES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**	**No**	
32	¿Intentas responder a los demás y de manera imparcial cuando ellos se quejan de ti?							
33	¿Expresas un cumplido al otro equipo después de un juego si ellos se lo merecen?							
34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?							
35	¿Si te dejan de lado en una actividad luego haces algo para sentirte mejor en esa situación?							
36	¿Expresas a los demás cuando sientes que un amigo ha sido tratado injustamente?							
37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la tuya antes de decidir qué hacer?							
38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?							
39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?							
40	¿Comprendes de que y porque has sido acusado y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te hizo la acusación?							
41	¿Planificas la mejor forma de exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?							
42	¿Decides qué cosa quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?							
	HABILIDADES SOCIALES DE PLANIFICACIÓN	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**	**No**	
43	¿Si te sientes aburrido, intentas encontrar algo interesante que hacer?							
44	¿Si surge un problema intentas determinar que lo causó?							

45	¿Estableces de manera realista lo que te gustaría realizar antes de empezar una tarea?	✓		✓		✓		
46	¿Determinas de manera realista que tan bien podrías realizar una tarea específica antes de ejecutarla?	✓		✓		✓		
47	¿Estableces lo que necesitas saber y como conseguir esa información?	✓		✓		✓		
48	¿Determinas en forma realista cuál de tus problemas es el más importante y el que debería ser solucionado primero?	✓		✓		✓		
49	¿Consideras diferentes posibilidades y luego eliges la que te hará sentir mejor?	✓		✓		✓		
50	¿Ignoras distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?	✓		✓		✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Puede aplicarse

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **Aplicable después de corregir [ ]** **No aplicable [ ]**

Lima, Octubre del 2015.

Apellidos y nombres del juez evaluador: Dra. VIOLETA ONCEBAY PISCONTE **DNI:** _____

Especialidad del evaluador: METODOLOGA

[1] **Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
[2] **Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
[3] **Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Violeta Oncebay Pisconte
DOCTORA EN EDUCACION
DNI: 09095113

ANEXO 5: BASE DE DATOS

RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DELA LISTA DE CHEQUEO DE GOLDSTEIN POR NIVELES

1: **Nivel bajo**
2: **Nivel medio**
3: **Nivel alto**

HABILIDADES SOCIALES DEL GRUPO CONTROL – PRUEBA DE ENTRADA

Nº	Habilidades sociales básicas	Habilidades sociales avanzadas	Habilidades sociales relacionadas a los sentimientos	Habilidades sociales alternativas a la agresión	Habilidades sociales para hacer frente al estrés	Habilidades sociales para la planificación	Habilidades sociales
1	2	1	2	2	2	2	2
2	2	2	1	2	2	2	2
3	1	2	2	2	2	2	2
4	1	1	2	1	2	2	2
5	1	1	1	2	3	2	2
6	1	2	2	2	2	2	2
7	1	2	2	2	2	1	1

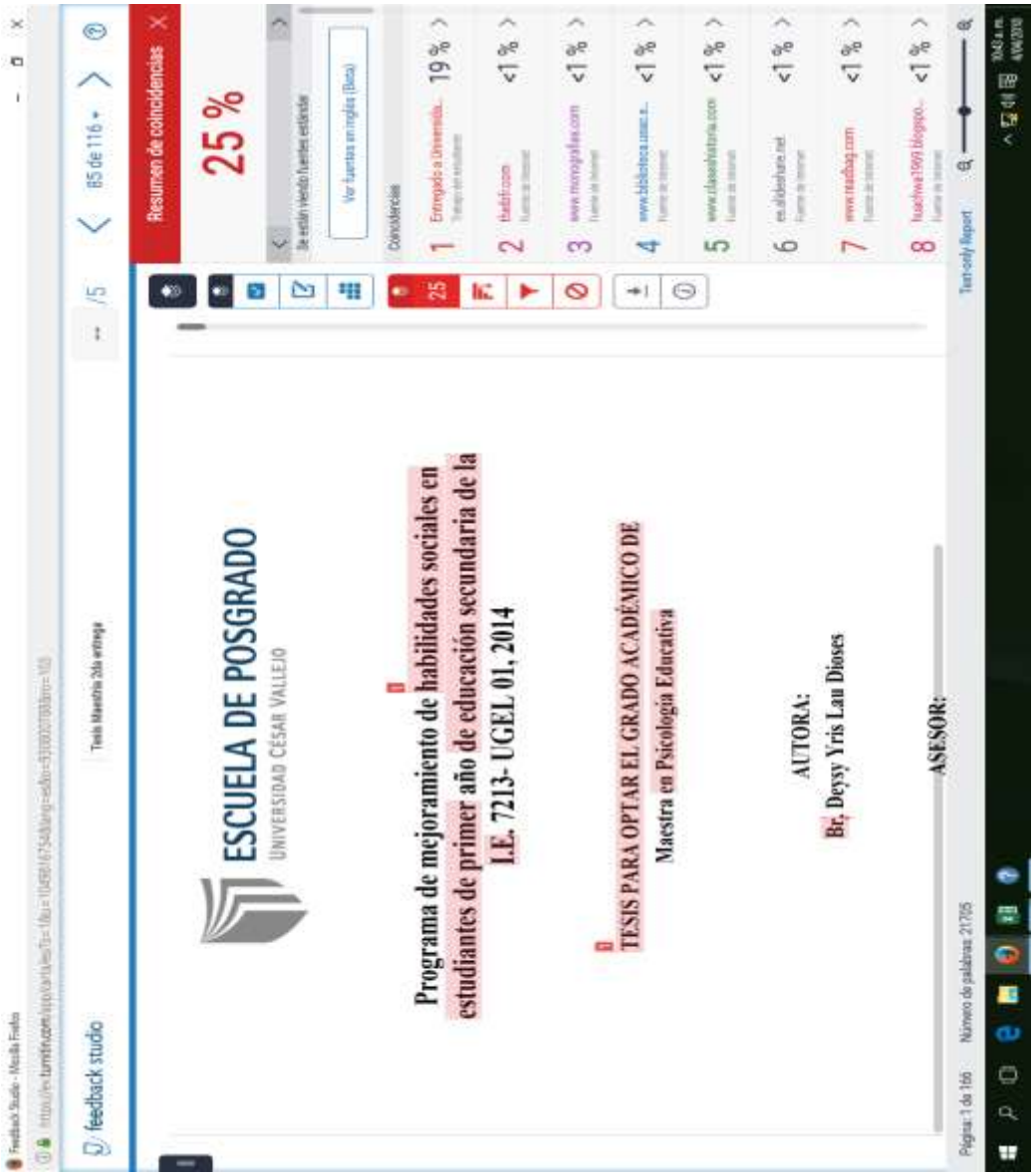
HABILIDADES SOCIALES DEL GRUPO EXPERIMENTAL – PRUEBA DE ENTRADA

Nº	Habilidades sociales básicas	Habilidades sociales avanzadas	Habilidades sociales relacionadas a los sentimientos	Habilidades sociales alternativas a la agresión	Habilidades sociales para hacer frente al estrés	Habilidades sociales para la planificación	Habilidades sociales
1	2	2	2	1	2	1	1
2	2	2	2	2	2	2	2
3	1	1	3	2	2	2	2
4	2	2	1	2	1	1	2
5	1	1	2	2	2	2	2
6	2	2	2	2	2	2	2
7	2	2	2	2	1	2	2

HABILIDADES SOCIALES DEL GRUPO CONTROL – PRUEBA DE SALIDA

Nº	Habilidades sociales básicas	Habilidades sociales avanzadas	Habilidades sociales relacionadas a los sentimientos	Habilidades sociales alternativas a la agresión	Habilidades sociales para hacer frente al estrés	Habilidades sociales para la planificación	Habilidades sociales
1	2	2	2	2	2	3	2
2	2	2	1	2	2	2	2
3	1	2	3	2	2	2	2
4	2	1	2	1	2	2	2
5	1	1	1	2	2	2	2
6	1	3	2	2	2	2	2
7	1	3	2	2	2	1	3

HABILIDADES SOCIALES DEL GRUPO EXPERIMENTAL – PRUEBA DE SALIDA

Nº	Habilidades sociales básicas	Habilidades sociales avanzadas	Habilidades sociales relacionadas a los sentimientos	Habilidades sociales alternativas a la agresión	Habilidades sociales para hacer frente al estrés	Habilidades sociales para la planificación	Habilidades sociales
1	3	3	3	3	3	3	3
2	3	2	3	2	3	3	3
3	2	2	2	3	2	2	2
4	3	3	3	3	3	2	3
5	3	2	3	2	3	2	2
6	3	3	2	3	3	3	3
7	3	3	3	3	3	3	3

ANEXO 6: REPORTE TURNITÍN