



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Programa psicoeducativo “Unámonos” para incrementar las habilidades sociales en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Ate Vitarte -2023

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:

Marquez Quispe, Evelyn Maribel (orcid.org/0000-0002-6800-7247)

ASESORAS:

Dra. Mendoza Retamozo, Noemí (orcid.org/0000-0003-1865-0338)

Mtra. Alza Salvatierra, Maria Soledad (orcid.org/0000-0001-7639-1886)

Dra. Silva Narvaste, Bertha (orcid.org/0000-0001-2926-6027)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Innovaciones Pedagógicas

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA

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

LIMA – PERÚ

2024

Dedicatoria

Para ti Bruno, mi guerrero vencedor. Por tu perseverancia, disciplina, resiliencia, por tu hermoso canto y por tu maravilloso don de imitar voces.

Agradecimiento

A Dios por haberme regalado la vida, a mi hermosa Rosalina, a mi madre, a mi hijo y a mi amore.

A la Dra. Noemí Mendoza Retamozo, por su apoyo incondicional y el aliento para poder concluir mi trabajo.

A mis lindas amistades por su apoyo para consolidar mi investigación.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO
ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, MENDOZA RETAMOZO NOEMI, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ATE, asesor de Tesis titulada: "Programa psicoeducativo "Unámonos" para incrementar las habilidades sociales en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Ate Vitarte -2023", cuyo autor es MARQUEZ QUISPE EVELYN MARIBEL, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 19.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

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

LIMA, 31 de Diciembre del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
MENDOZA RETAMOZO NOEMI DNI: 23271871 ORCID: 0000-0003-1865-0338	Firmado electrónicamente por: NMENDOZA el 10- 01-2024 21:16:29

Código documento Trilce: TRI - 0714040



**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, MARQUEZ QUISPE EVELYN MARIBEL estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ATE, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Programa psicoeducativo Unámonos" para incrementar las habilidades sociales en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Ate Vitarte -2023", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

Nombres y Apellidos	Firma
MARQUEZ QUISPE EVELYN MARIBEL DNI: 10298668 ORCID: 0000-0002-1744-5746	Firmado electrónicamente por: EMARQUEZQ el 29-01- 2024 20:48:29

Código documento Trilce: INV - 1479035

Índice de contenidos

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Declaratoria de Autenticidad del Asesor	iv
Declaratoria de Originalidad del Autor	v
Índice de contenidos	vi
Índice de tablas	vii
Resumen	x
Abstract	xi
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	13
3.1. Tipo y diseño de investigación	13
3.1.1 Tipo de Investigación	13
3.1.2 Diseño de Investigación	13
3.2. Variables y operacionalización	14
3.3. Población, muestra y muestreo	15
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	16
3.5. Procedimientos	17
3.6. Método de análisis de datos	18
3.7. Aspectos éticos	18
IV. RESULTADOS	19
V. DISCUSIÓN	43
VI. CONCLUSIONES	48
VII. RECOMENDACIONES	50
REFERENCIAS	52
ANEXOS	59

Índice de tablas

Tabla 1: <i>Muestra representativa</i>	15
Tabla 2: <i>Validez del instrumento: Cuestionario de habilidades sociales</i>	17
Tabla 3: <i>Confiabilidad del instrumento: Cuestionario de habilidades sociales</i>	17
Tabla 4: <i>Resultados de la dimensión Primeras habilidades sociales – G.E</i>	19
Tabla 5: <i>Resultados de la dimensión Habilidades sociales avanzadas – G.E</i>	20
Tabla 6: <i>Resultados de la dimensión Habilidades relacionadas con los sentimientos – G.E</i>	21
Tabla 7: <i>Resultados de la dimensión Habilidades alternativas – G.E</i>	22
Tabla 8: <i>Resultados de la dimensión Habilidades para hacer frente al estrés – G.E</i>	23
Tabla 9: <i>Resultados de la dimensión Habilidades de planificación – G.E</i>	24
Tabla 10: <i>Resultados de la variable Habilidades sociales – G.E</i>	25
Tabla 11: <i>Resultados de la dimensión Primeras habilidades sociales – G.C</i>	26
Tabla 12: <i>Resultados de la dimensión Habilidades sociales avanzadas – G.C</i>	28
Tabla 13: <i>Resultados de la dimensión Habilidades relacionadas con los sentimientos – G.C</i>	29
Tabla 14: <i>Resultados de la dimensión Habilidades alternativas – G.C</i>	30

Tabla 15: <i>Resultados de la dimensión Habilidades para hacer frente al stress – G.C</i>	31
Tabla 16: <i>Resultados de la dimensión Habilidades de planificación – G.C</i>	32
Tabla 17: <i>Resultados de la variable Habilidades sociales – G.C</i>	33
Tabla 18: <i>Resultados observados en la variable Habilidades sociales</i>	35
Tabla 19: <i>Resultados esperados en la variable Habilidades sociales</i>	35
Tabla 20: <i>Resultados observados en la dimensión Primeras habilidades sociales</i>	36
Tabla 21: <i>Resultados esperados en la dimensión Primeras habilidades sociales</i>	37
Tabla 22: <i>Resultados observados en la dimensión Habilidades sociales avanzadas</i>	37
Tabla 23: <i>Resultados esperados en la dimensión Habilidades sociales avanzadas</i>	38
Tabla 24: <i>Resultados observados en la dimensión Habilidades relacionadas con los sentimientos</i>	38
Tabla 25: <i>Resultados esperados en la dimensión Habilidades relacionadas con los sentimientos</i>	39
Tabla 26: <i>Resultados observados en la dimensión Habilidades alternativas</i>	39
Tabla 27: <i>Resultados esperados en la dimensión Habilidades alternativas</i>	40
Tabla 28: <i>Resultados observados en la dimensión Habilidades para hacer frente al stress</i>	40

Tabla 29: <i>Resultados esperados en la dimensión Habilidades para hacer frente al stress</i>	41
Tabla 30: <i>Resultados observados en la dimensión Habilidades de planificación</i>	41
Tabla 31: <i>Resultados esperados en la dimensión Habilidades de planificación</i>	42

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo demostrar que el programa “Unámonos” incrementa el desarrollo de las Habilidades Sociales en los estudiantes de 4° de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Vitarte 2023.

Se basó en el método hipotético deductivo, enfoque cuantitativo, tipo aplicada, diseño experimental. La muestra estuvo conformada por 60 estudiantes entre 15 y 16 años. El muestreo empleado fue no probabilístico intencional; eligiéndose a 30 estudiantes para el grupo experimental y 30 estudiantes para el grupo de control.

Se utilizó la técnica de observación y como instrumento el Cuestionario de Goldstein, que consta de 6 dimensiones y 50 ítems.

Los resultados demostraron diferencias significativas en cuanto al nivel de desarrollo de las habilidades sociales. Al aplicar el pre test al grupo experimental 60% de estudiantes demuestra un bajo nivel en las Habilidades Sociales. Sin embargo, después de la aplicación del programa, los estudiantes superaron el bajo nivel, ahora el 76% se encuentra entre el nivel sociable y muy sociable.

Se concluyó que, hubo un efecto positivo del programa en los estudiantes que permitió desarrollar las habilidades sociales mejorando el nivel en todas sus dimensiones significativamente.

Palabras clave: relaciones interpersonales, convivencia saludable, autoestima, resolución de conflictos.

Abstract

The research was carried out with the objective of demonstrating that the "Unámonos" program increases the development of the social skills of the students of 4th grade of a public school, in the district Vitarte 2023.

This study was based on the hypothetical deductive method, with a quantitative approach, applied type, experimental design. The sample consisted of 60 students from 15 to 16 years. The sampling used was intentional non-probabilistic; Choosing from it a sample of 30 students to form the experimental group and 30 students for the control group.

The observation technique was used and the questionnaire of Goldstein instrument which consists of 50 items, grouped into 6 dimensions.

The results demonstrated significant differences in the level of development of social skills. When applying the pre-test to the experimental group, 60% of students demonstrate low level in social skills. However, after the application of the program. The students overcame that level, now 76% are between the sociable and very sociable level.

It was concluded that there was a positive effect of the program on students that allowed to develop the social skills, thereby improving significantly the level of all the dimensions.

Keywords: relationship, healthy coexistence, self-esteem and conflicts resolution.

I. INTRODUCCIÓN

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura UNESCO (2022) nos invita a transformar la educación, debido a que ésta ha sido seriamente afectada por la cuarentena; quedando sin espacio para que se desarrollen las habilidades sociales. Por otro lado, el buen manejo de estas habilidades conlleva al estudiante a tener buenas relaciones interpersonales, convivir en armonía, responder positivamente a las demandas de la vida y a tener satisfacción personal y académica. Por ello, es vital que en las escuelas se desarrolle las habilidades sociales para que estas puedan ser adquiridas.

Según la Oficina Contra la Droga y el Delito de la Naciones Unidas UNODC (2022) la educación en las escuelas es crucial para la prevención del uso de sustancias, siendo los educadores quienes deben construir un estilo de vida saludable, proporcionando a los estudiantes las habilidades sociales que se necesitan para tener una vida exitosa. Así mismo, la UNODC se asoció con estados y organizaciones de todo el mundo para que se incorporen en su currículo programas para lograr comportamientos sociales saludables en los jóvenes.

En Latino América y el Caribe, la crisis de aprendizaje y de habilidades sociales se profundiza más a raíz de la cuarentena, debiéndose cerrar las instituciones educativas afectando millones de estudiantes. En este sentido, UNICEF (2022) manifiesta que, se necesita educar las habilidades sociales de los alumnos para ser aprendices de por vida, tomar buenas decisiones y participar activa y positivamente en su comunidad.

En nuestro país, el Ministerio de Educación MINEDU (2018) planteó como uno de los compromisos, gestionar la convivencia en la escuela, para fomentar las interacciones positivas entre todos los actores educativos.

Por otro lado, en la plataforma virtual del Ministerio de Educación, Portal SíseVE, se ha reportado, para el año 2020, 758 casos de violencia escolar, como bullying, agresión física, entre otros. Lo cual indica que existen deficiencias en los estudiantes para relacionarse y resolver problemas adecuadamente.

A nivel local, en una Institución Educativa Pública del distrito de Ate Vitarte, luego de presentar y analizar la información de gestión anual IGA (2022) se

identificó que muchos de los estudiantes de secundaria carecen de habilidades sociales, lo cual ha generado diversas situaciones que desfavorecen el buen clima de aula y la convivencia. Así mismo, se han reportado 12 casos de violencia escolar en el portal SÌseVE, motivo por el cual los docentes se muestran preocupados.

Luego de analizar la realidad problemática, se plantea un problema general para la investigación: ¿En qué medida el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa las habilidades sociales en adolescentes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023? Así mismo se planteó los problemas secundarios: ¿En qué medida el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa las habilidades sociales tales como las primeras habilidades sociales, las habilidades sociales avanzadas, las habilidades asociadas con los sentimientos, las habilidades alternativas, las habilidades para afrontar el stress y las habilidades de planificación en adolescentes que cursan el cuarto de secundaria de la Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023?

La justificación de la investigación está enfocada en la realidad educativa actual posterior a la cuarentena por el Covid 19, los estudiantes carecen de habilidades sociales, lo cual ha conllevado a situaciones de violencia escolar y bullying. Ante esta situación surge la necesidad de fortalecer el sistema educativo en el desarrollo y la praxis cotidiana de las habilidades sociales. La justificación teórica, ha de apoyarse básicamente en los postulados que permiten conocer científicamente al problema que se ha identificado y demostrar con las teorías que con la aplicación del programa psicoeducativo “Unámonos” se puede incrementar y fortalecer las habilidades sociales. A su vez, la justificación práctica, tiene la finalidad que las y los docentes puedan replicar el programa en situaciones similares a la investigación para que incrementen en los estudiantes habilidades sociales. Por último, para la justificación metodológica, se ha concretado los objetivos propuestos, para ello, se ejecutó el programa psicoeducativo “Unámonos” que consta de diversas sesiones de aprendizaje usando métodos, procedimientos, técnicas y estrategias, que permitieron elevar el nivel de cada una de las dimensiones de las habilidades sociales.

En cuanto al objetivo general del estudio en curso es: Demostrar que el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa las habilidades sociales en los adolescentes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate

Vitarte 2023. Así mismo, en cuanto a los objetivos específicos tenemos: Demostrar que el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa las habilidades sociales tales como las primeras habilidades sociales, las habilidades sociales avanzadas, las habilidades asociadas con los sentimientos, las habilidades alternativas, las habilidades para afrontar el stress y las habilidades de planificación en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023.

Asimismo, la hipótesis general: El programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa significativamente las habilidades sociales en estudiantes del cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023. Finalmente, para las hipótesis específicas señalamos: El programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa significativamente las habilidades sociales tales como las primeras habilidades sociales, las habilidades sociales avanzadas, las habilidades asociadas con los sentimientos, las habilidades alternativas, las habilidades para afrontar el stress y las habilidades de planificación en estudiantes del cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023.

II. MARCO TEÓRICO

Como antecedentes, se presentan algunos programas de investigación que se han realizado, dentro y fuera del país, en estudiantes de diversas instituciones, con respecto a la variable dependiente habilidades sociales.

Con respecto a los antecedentes internacionales:

En Brasil, tenemos a De Sousa et al. (2018), en su programa de habilidades sociales aplicado a adolescentes, quienes fueron distribuidos en grupos de intervención y de control, el objetivo fue precisar cuan eficaz es un programa para superar dificultades interpersonales y puedan insertarse en la vida profesional y laboral. Para ello, utilizó dos instrumentos: Inventario de Habilidades Sociales y Registro de Campo, los resultados expresan que con la aplicación del programa se pudo superar dificultades interpersonales eficazmente. Por lo tanto, concluyeron que la dificultad para manejar las exigencias académicas y la transición a nuevos contextos sociales puede generar en los adolescentes conductas inadecuadas desfavoreciendo su desarrollo psicológico.

En Colombia, Lozada (2020) implementó un programa, siendo el propósito potenciar y modificar las habilidades sociales para que los jóvenes estudiantes progresen en su modo de actuar personal y grupal. Utilizó instrumentos como fue la Lista de Evaluación y el Cuestionario, los resultados muestran un incremento significativo de las habilidades al finalizar el programa. Por ello, se concluye que los adolescentes pueden modificar e integrarse al grupo social a partir de la adaptación de sus propias habilidades sociales.

También en Colombia, Galvis et al. (2022), en su investigación de tipo proyectiva, organizó su programa de intervención en talleres. Buscó promover y desarrollar las habilidades sociales de los escolares de una escuela, para medir resultados utilizó la Escala de Evaluación, la entrevista y como técnica la observación. Los resultados demuestran que el autoconcepto y las habilidades sociales se relacionan positivamente. Finalmente, los autores concluyeron que en los adolescentes el autoconcepto modela o refina las habilidades sociales.

Así también en España, Pereira (2021) realizó un proyecto de intervención, siendo el objetivo demostrar la envergadura de las habilidades sociales en el transcurso de socialización de los estudiantes adolescentes. La autora evaluó su

programa en diferentes momentos y para ello utilizó como instrumentos: Cuestionario, entrevistas y como técnica la observación. Los resultados muestran que los adolescentes cuentan con habilidades básicas y que pueden ser mejoradas. Con los resultados obtenidos, la autora concluyó que el déficit en las habilidades sociales es por la ausencia de adquisición y desconocimiento sobre la utilización de las mismas.

Finalmente, en Ecuador, Gavilanes (2022) en su investigación de enfoque cuantitativo de corte transversal, propuso un programa de intervención, siendo el objetivo fortificar las habilidades sociales de los escolares de una escuela. Para medir resultados utilizó la lista de chequeo y el cuestionario y una ficha sociodemográfica. Los resultados permiten ver un grado medio y déficit en las habilidades sociales, motivo por el cual, la autora concluyó en la importancia de aplicar programas de modificación de conductas para consolidar las habilidades sociales.

Ahora bien, con respecto a los antecedentes nacionales, tenemos a Estrada et al. (2022), en su estudio cuantitativo, diseño pre experimental, cuyo objetivo fue establecer la utilidad de un programa psicoeducativo en adolescentes, a partir de la medición de sus habilidades sociales. Según los resultados, cuando se aplicó un pre prueba los estudiantes tenían un rango medio y bajo en el desenvolvimiento de sus habilidades sociales y que luego de la intervención se mostró un incremento significativo en dichas habilidades. Con estos resultados los autores concluyeron que es muy eficaz intervenir a través de programas para acrecentar las habilidades sociales.

Así también, Vega (2019) empleó un diseño cuasi experimental para su investigación, siendo su objetivo establecer el efecto de un programa de habilidades sociales en la autoestima, para lo cual dividió a su grupo en control y experimental. Como instrumento utilizó la Escala de Autoestima y la técnica de la encuesta, los cuales al ser aplicados inicialmente muestran un nivel medio del desarrollo de la autoestima, pero el nivel ascendió significativamente después de ejecutarse programa. Considerando estos resultados el autor concluyó que existe un efecto positivo al aplicarse un programa para desarrollar las habilidades sociales.

Nuevamente, Estrada et al. (2020), en otro estudio cuantitativo, diseño pre experimental, buscó establecer cómo la aplicación de estrategias impacta en el

desarrollo de las habilidades sociales en alumnos de secundaria de una escuela rural. Para medir las habilidades sociales antes y después de la intervención, se realizó una encuesta y se usó la Lista de Evaluación. Dichos instrumentos muestran como resultado diferencias significativas. Por lo tanto, los autores concluyeron que aplicar estrategias psicoeducativas es muy positivo para desarrollar las habilidades sociales.

Por otro lado, Cacho et al. (2019), en su investigación cuantitativa, cuasi experimental y su objetivo proponer un taller de habilidades sociales para prevenir o evitar que los adolescentes de una escuela practiquen conductas de riesgo, para ello los organizó en grupo control y experimental. Se aplicaron diferentes instrumentos tales como el Cuestionario Estratégico para Identificar Conductas de Riesgo y la Encuesta, los cuales evidencian inicialmente resultados de nivel bajo y medio para ambos grupos con respecto a la variable conductas de riesgo y al finalizar los talleres los estudiantes mostraron cambios significativos. Con estos datos, los autores concluyeron que implementar talleres de habilidades sociales contribuye a fortalecer comportamientos positivos y a generar cambios en las conductas de riesgo.

En la misma línea, tenemos a Saavedra et al. (2021), en su estudio de modelo cuantitativo y diseño pre experimental, buscaron precisar el fruto de un programa de habilidades sociales en adolescentes que están estudiando de manera virtual. Los instrumentos utilizados como la Escala y la encuesta muestran como resultado inicial un nivel bajo y deficiente y un nivel bueno hasta excelente tras concluir el programa. Debido a estos resultados, se concluye que el programa generó un efecto positivo en los adolescentes.

Finalmente, Jara (2021) realizó un estudio cuasi experimental, buscó determinar el impacto de un programa para acrecentar las habilidades sociales en alumnos Tarmeños, considerados en grupo control y grupo experimental, midió las habilidades sociales con la Lista de Evaluación y además una Ficha para Validación del Programa. Al finalizar la intervención, los estudiantes del grupo de experimento muestran niveles de mejora significativos. Por consiguiente, el investigador en su conclusión considera importante la aplicación de este tipo de talleres en las escuelas para elevar el potencial de habilidades sociales.

Con respecto a las variables de nuestra investigación, tenemos en primera instancia las definiciones de la variable independiente programa. Para la Real Academia Española RAE (2022) ésta vendría a ser acciones organizadas dentro de un proyecto que docentes de algunas áreas realizan con la finalidad de ver mejoras académicas.

Para Tortosa (2018), los programas emplean una serie de técnicas cognitivo-conductuales y están enfocados en desarrollar destrezas para que las personas puedan interactuar óptimamente. También, tenemos a Haymovitz, Houseal-Allport, Scott y Svistova (2018) nos dicen que los programas se deben enfocar en las características de cada estudiante, para aumentar su potencial y ayudarlos en su crecimiento personal y académico. Para, Van et.al (2019) son intervenciones que promueven el bienestar y previenen problemas de salud mental en las escuelas. Seguidamente, también tenemos a Bernardo (2022) quien señala que programas son intervenciones que pretenden hacer que la persona tenga una vida más agradable y valiosa. Para lo cual, es importante considerar los recursos humanos y la planificación. Al respecto de planificación, MINEDU (2022) precisa que las sesiones de un programa deben incluir los siguientes elementos: planteamiento de la situación, propósito de aprendizaje, observación y retroalimentación del proceso y secuencia de actividades. Para Fundación La Caixa (2021) es importante que se establezca un buen clima dentro del grupo para que se desarrolle exitosamente un programa.

Cabe mencionar que, con respecto a los programas para desarrollar las habilidades sociales, se han trabajado diferentes programas de entrenamiento que resultaron ser efectivos para evitar conductas agresivas y superar conflictos en el aula a través de estrategias prácticas. Por lo tanto, demuestran ser viables su ejecución. (Del Prette y Del Prette, 2013; Berritzegune, 2013).

Por otro lado, con respecto al sustento teórico para la variable dependiente habilidades sociales, se consideró las literaturas siguientes:

En primera instancia, tenemos a Goldstein et al. (1980), las habilidades sociales son una gama de conductas y las personas las utilizan beneficiosamente frente a los conflictos de la vida. Así mismo, señala que estas habilidades pueden ser entrenadas. Cabe resaltar que Goldstein et al. (1989), a partir de sus estudios psicológicos y pedagógicos desarrolló 50 habilidades que ayudarán a los

adolescentes a desenvolverse adecuadamente en familia, escuela y sociedad. Estas habilidades pueden ser entrenadas a través de estrategias tales como el modelamiento, representación de papeles, el reforzamiento y adiestramiento. Además, Goldstein señala que es importante el modelamiento y la práctica constante de los comportamientos y la representación de conductas correctas, pero que estas conductas reproducidas por el adolescente deben ser recompensadas para que puedan ser efectivas.

Ahora bien, de acuerdo a la teoría sociocultural de Vygotsky (1978), el ser humano esta entrañablemente enganchado con su interacción social histórica cultural. Y las habilidades sociales son manifestaciones culturales no innatas pues estas son producto de la interacción social y pueden ser transformadas. Es decir, las HHSS se van modelando socialmente y estas se autorregulan mediante actividades de colaboración.

También tenemos a Bandura y su teoría del Aprendizaje social (1977) el ser humano adquiere destrezas y conductas al observar, imitar y modelar acciones o comportamientos de otras personas, y se acentúa más, con el refuerzo que recibe al emular una conducta. Por otro lado, menciona que el medio social donde se desenvuelve el individuo causa el comportamiento, pero también muchas veces el comportamiento de éste genera el ambiente, agrega también que no solo los factores sociales influyen en su forma de actuar sino también los factores psicológicos. Señala además que se adquiere una conducta cuando un modelo social es significativo. Bandura centró también su estudio en la conducta agresiva y son nuevamente el modelamiento y el reforzamiento factores determinantes, así como también las experiencias directas que tiene el individuo frente a los efectos positivos y negativos de sus conductas, ahora bien, cabe señalar que estos comportamientos pueden ser modelados y reforzados por los integrantes de su familia, por las personas con quienes más frecuenta y por los medios de comunicación. Bandura y Walters (1974) mencionan que hay diferentes formas de responder frente a un estímulo social las cuales han sido aprendidas y varían según la respuesta que tengan de su entorno.

Para otros teóricos como Argyle y Kendon (1967) las habilidades sociales se vinculan con la psicología social y se establece como una acción organizada que constantemente está siendo controlada por la entrada de información sensorial,

esta a su vez conlleva una serie de mecanismos sensoriales, centrales y motores. Así mismo, señalan su preocupación al precisar que la insuficiencia de HHSS podría conllevar al desorden psicológico que desfavorece la resolución de conflictos en las personas. por ello, consideran relevante la adquisición de habilidades sociales para garantizar una buena posibilidad para superar trastornos psicológicos.

También, es importante la aportación de Mcfall (1982) en su modelo interactivo de las habilidades sociales, señala a las HHSS como capacidades específicas naturales o conseguidas a través de la práctica que permite a una persona desarrollar competentemente una tarea social en particular y la diferencia de la competencia social pues esta tiene un carácter más universal. Posteriormente Mcfall y Schlundt (1985) categorizaron las HHSS en estadios, siendo la primera el Input, que tiene que ver con la recepción de la información por los sentidos y la interpretación de estas mismas gracias a sus vivencias previas. Las siguientes tienen que ver con la toma de decisiones, la transformación de la información y ejecución de la acción que se da teniendo en cuenta las circunstancias almacenadas en la memoria de largo plazo. Por ende, los teóricos mencionados, presentan las HHSS como pasos orgánicos continuos.

Seguidamente tenemos a autores como Roca (2014, citado por Bernardo, 2022) quien aporta significativamente respecto a las habilidades sociales considerándolas como una gama de acciones observables, éstas muestran nuestra forma de pensar y sentir, nos ayudan a relacionarnos unos con otros de manera satisfactoria y siendo respetuosos de los derechos, permitiéndonos de este modo lograr nuestros objetivos y metas. Es decir, las habilidades sociales nos ayudan a funcionar correctamente en la sociedad. Incluso, Roca considera a las HHSS como una fuente de bienestar que sirve también como factor protector para nuestro sistema inmunológico, cuidando nuestro equilibrio psicológico emocional y autoestima. Pero también, nos pueden generar malestares si tenemos déficit, conduciéndonos a tener emociones negativas tales como ira, frustración, sentirse rechazado incluso no valorado. Siendo así que, muchas de las psicopatologías derivan de los conflictos en las relaciones interpersonales. Así mismo, para Roca, las habilidades sociales se pueden diferenciar en comunicación verbal y no verbal,

cumplir o denegar pedidos, en la solución de problemas o disputas y siendo eficaces frente a las críticas. Para finalizar, también considera la asertividad, los pensamientos y creencias como piezas claves de las habilidades sociales. Siendo la asertividad una forma de comunicarse claramente bajo ninguna presión o manipulación la que permite las relaciones interpersonales favorables. Y, por otro lado, los pensamientos y creencias que tenemos de nosotros mismos y de lo que nos rodea determinarán nuestras formas de actuar y sentir. Por otro lado, Little et al. (2019), señala que las habilidades sociales se dividen en siete campos puntuales como son la comunicación, cooperación, aserción, responsabilidad, empatía compromiso y autocontrol.

Es también importante el aporte de Caballo (2007, citado por Chávez,2018) para quien las habilidades sociales vienen a ser determinada gama de actos o acciones que una persona manifiesta para transmitir su sentir, deseos y puntos de vista y del mismo modo sabe pedir sus derechos de manera pertinente, respetando a los otros, buscando resolver los problemas prontamente para evitar problemas posteriores. Ahora bien, Del Petre y Del Petre (2017) sostienen que son conductas que se construyen y adaptan dentro del ámbito social en el cual el individuo se desenvuelve para relacionarse competentemente. En tanto, Tortosa (2018) menciona que las HHSS son la conducta propia de la persona y están relacionadas con la forma eficaz de solucionar conflictos en la sociedad. Promover capacidades que ayuden a la solución de conflictos en el aula prepara a los estudiantes para su desarrollo como persona social. Para Sacaca y Pilco (2022) las HHSS son importantes para prevenir conductas de riesgo, sin embargo, hay instituciones educativas en las que los docentes no están incluyendo sesiones sobre habilidades sociales y tampoco se están realizando actividades conjuntas con los centros de salud.

Es interesante el aporte de Ontoría (2018) al indicar que las habilidades sociales se ubican dentro de la inteligencia interpersonal y es una de las inteligencias más difíciles de desarrollar puesto que para conseguirla se necesita de la relación con otros individuos. Es muy importante también, la contribución de Fava y Andretta (2020) al considerar las HHSS como comportamiento social protector para las personas con discapacidad. Para Rani (2019) las HHSS son como instrumentos para una persona que los ayuda a poder entenderse y

adaptarse a diversos entornos sociales complejos. También, es uno de los elementos más importantes puesto que aportan unidad, equilibrio y estabilidad a nuestra personalidad. Del mismo modo, Betancourth et al. (2017) señala que las HHSS son un repertorio de conductas que las personas ponen en práctica para enfrentar las circunstancias de la vida y para lograr vínculos interpersonales de calidad. Así mismo, desarrollar habilidades sociales fortifica a la persona para enfrentar los retos de transición a la vida adulta (Leme et al., 2016). Las habilidades sociales juegan un rol importante en el desempeño personal de cada persona, siendo la familia el principal elemento para el desarrollo y consolidación de las mismas (Esteves et al., 2020).

Para otros autores como Braz et al. (2013), las habilidades sociales comprenden capacidades tales como la empatía, constituir y conservar relaciones interpersonales y saber resolver problemas. Así mismo, las HHSS ayudan a mejorar la calidad de vida y previenen problemas de comportamiento incluso psicopatologías en el adolescente. Gresham y Elliot (1990) refieren que las HHSS son formas de relacionarse dentro de una cultura que se rige por normas y valores, las cuales determinan si esas formas de actuar son aceptadas o rechazadas. Así mismo, para Gresham (2016) las HHSS son facilitadores académicos que contribuyen para que los espacios como la escuela, el aula y el hogar no resulten caóticos.

En la misma línea, Díaz y Mejía (2018) sostienen que las habilidades sociales son destrezas que permiten al adolescente relacionarse efectivamente frente a los retos de la vida, actúan como factores de protección frente al riesgo de consumo de sustancias. Así mismo, las HHSS están ligadas al proceso de socialización y tiene que ver con las relaciones interpersonales, por ello mencionan que debemos tener en cuenta que la adolescencia se caracteriza por el despegue familiar y la búsqueda de identidad y reconocimiento entre sus pares, entre los cuales tendrá la posibilidad de establecer redes de apoyo protectores o de riesgo. Por otro lado, las HHSS también tiene que ver con la capacidad de escuchar, conversar y saber reconocer los logros de los demás, todo ello contribuirá al ejercicio de prácticas saludables. Por último, tenemos a Galvis et al. (2022), nos dan un importante aporte al mencionar que la escuela es un lugar clave para desarrollar y promover las

habilidades sociales, además, es el espacio donde los estudiantes deben construir sus primeras relaciones interpersonales de manera saludable y positiva.

Para la investigación presente se utilizará como instrumento el Cuestionario de Habilidades Sociales de Goldstein (1990). Dichas habilidades están clasificadas en seis dimensiones, tales como las primeras habilidades, las habilidades avanzadas, las asociadas con los sentimientos, las alternativas a la agresión, las habilidades para hacer frente al estrés y las de planificación.

A continuación, explicaremos las dimensiones mencionadas: Primeras habilidades sociales: La persona tiene estas habilidades cuando puede iniciar una conversación presentándose, mantiene la conversación sabiendo escuchar prestando atención, a la vez que formula preguntas. Así mismo, es agradecido y puede hacer cumplidos. Habilidades sociales avanzadas: Se manifiesta cuando una persona pide ayuda cuando lo necesita, participa en actividades de grupo respetando las ideas diferentes, sabe guiar y seguir instrucciones, pide disculpas y es convincente con las personas. Habilidades asociadas con los sentimientos: Cuando se es capaz de mantenerse emocionalmente inalterable, reconociendo sus emociones y regulándolas; es consciente de sus debilidades, pero también de sus fortalezas, sabe recompensarse y elogiarse por sus logros. En sus relaciones con las personas, muestra interés y empatía frente a sus sentimientos. Habilidades alternativas: Aquí tenemos a una persona con la capacidad de tener autocontrol, evitando los conflictos, llega a acuerdos sabiendo negociar; muestra empatía; se muestra solidario y es asertivo cuando da su punto de vista o defiende sus derechos.

Habilidades para afrontar el stress: La persona es capaz de manejar el fracaso, es resiliente, no se frustra, muestra madurez en sus emociones, es empático. También, sabe halagar a los demás y muestra su desacuerdo frente a injusticias. Habilidades de planificación: Aquí, el individuo se propone o establece objetivos, sabe decidir para resolver problemas acertadamente.

En cuanto al programa psicoeducativo “Unámonos” para incrementar las habilidades sociales, tiene la finalidad de mejorar el bienestar emocional, el clima de aula e incrementar la felicidad de los adolescentes de cuarto grado, nivel secundario de una Institución Educativa Pública del distrito de Ate Vitarte, desarrollándose las habilidades sociales.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1 Tipo de Investigación

Considerando lo expuesto por Hernández et.al (2014), se puede concluir que la investigación es de tipo aplicada, puesto que busca generar cambios en un ámbito real de manera práctica e inmediata con propósitos bien definidos.

3.1.2 Diseño de Investigación

Según, lo indicado por Hernández y Mendoza (2018), se siguió un diseño experimental en su modalidad cuasi experimental, que busca realizar una acción y luego observar sus efectos. Debido a que los participantes no fueron asignados al azar ni emparejados, se les aplicó una pre y post prueba a los grupos de trabajo. Luego, se ejecutó el programa solo al grupo experimental, en tanto que el grupo control fue tomado en cuenta como guía patrón. La investigación tiene el siguiente diagrama:

Figura 1: Diseño de investigación

G_E	O_1	X	O_2
G_C	O_1	—	O_2

Dónde:

G_E Grupo de experimento

G_C Grupo control

O_1 Preprueba

O_2 Postprueba

X Programa Psicoeducativo “Unámonos”

3.2. Variables y operacionalización

Considerando lo mencionado por Baena (2017) variable viene a ser una herramienta que ayuda a analizar y constituir determinadas jerarquías de un contexto real.

- **Definición conceptual**

Variable independiente: Programa psicoeducativo “Unámonos”

El programa psicoeducativo “Unámonos” busca incrementar las habilidades sociales en los alumnos de 4^{to} grado de secundaria, en tal sentido, se ha organizado el programa en 12 sesiones debidamente planificadas.

Así mismo, se realizó un taller con los padres de familia y una mañana deportiva con los estudiantes.

Variable dependiente: Habilidades sociales

Para Goldstein et al. (1980, citado por Espinoza y Gonzales,2022), las habilidades sociales son determinadas gamas de conductas y las personas las utilizan beneficiosamente frente a los conflictos de la vida. Así mismo, señala que estas habilidades pueden ser entrenadas.

- **Definición operacional**

La variable dependiente fue medida en dos momentos a través del Cuestionario de Habilidades Sociales de Goldstein (1990). El cual considera 50 ítems y están agrupados en seis dimensiones.

- **Indicadores**

De acuerdo con Goldstein (1990) la evaluación a través del cuestionario de las Habilidades Sociales está compuesta por las siguientes dimensiones las primeras habilidades sociales, las habilidades sociales avanzadas, las habilidades asociadas con los sentimientos, las habilidades alternativas, las habilidades para afrontar el stress y las habilidades de planificación.

- **Escala de medición:** Es ordinal

3.3. Población, muestra y muestreo

3.3.1 Población

De acuerdo con Hernández (2014), son las personas, objetos y otros que tengan cualidades parecidas. La población tomada en cuenta para el presente estudio lo conforma 160 estudiantes, distribuidos en cinco secciones de 4° de secundaria de la Centro Educativo N° 1228 del distrito de Ate Vitarte.

- **Criterio de inclusión:** Participaron los estudiantes matriculados en 4to de secundaria en el sistema SIAGIE 2023, que cuentan con el permiso de sus padres para ser parte del programa.
- **Criterio de exclusión:** Son los estudiantes que no participan durante el programa, pero forman parte de la población.

3.3.2 Muestra

Según Hernández y Mendoza (2018), es el subgrupo de una población que tiene representatividad no probabilística.

Para este estudio, se consideró 60 estudiantes como muestra, de los cuales 30 forman parte del grupo de experimento y 30 son para el grupo control.

Tabla 1:

Muestra representativa

	Grado y sección	Varones	Mujeres	Sub total
Grupo experimental	4° D	14	16	30
Grupo de control	4° E	18	12	30
Total				60

Fuente: Nomina de matrícula (2023)

3.3.3 Muestreo

El presente estudio, se emplea un muestreo no probabilístico por conveniencia. Considerándose 30 estudiantes en el grupo de experimento y 30 en el grupo control. De acuerdo a Otzen y Manterola (2017), al hacer este tipo de muestreo el indagador podrá elegir lo más viable o posible para el estudio.

3.3.4 Unidad de análisis

En esta investigación participan todos los estudiantes de cuarto de secundaria, en particular los 60 estudiantes de las secciones D y E, pertenecientes a una Institución Educativa Pública del distrito de Ate Vitarte.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para la variable dependiente, es factible emplear la encuesta descriptiva. Según lo mencionado por Briones (2002), esta técnica permite detallar como se asignan las variables en toda la población objeto de estudio o en una muestra de estudio.

Considerando que se utilizará la encuesta descriptiva como técnica, el instrumento más apropiado sería el cuestionario. Briones (2002), al respecto de esta técnica, sustenta que es el elemento primordial de una encuesta y su construcción requiere de la destreza y perspicacia del investigador, planteando preguntas acordes a los objetivos del estudio, organizándolas en una sucesión lógica y evitando inducir respuestas, entre otras recomendaciones.

3.4.1 Validez

El cuestionario de habilidades sociales de Goldstein, presenta 50 preguntas que valoran y muestran resultados precisos del grado de manejo de las habilidades sociales. También el instrumento pasó por la valoración del juicio de expertos, quienes lo revisaron y dieron su aprobación. A

continuación, mencionamos a los profesionales competentes con el nivel académico:

Tabla 2:

Validez del instrumento: Cuestionario de habilidades sociales

Validador	Resultado
Mg. Lily Elide Chuquillanqui Lazo	Aplicable
Mg. Maribel Susana Martínez Aparicio	Aplicable
Mg. Vladimir Valerio Palacios Cangahuala	Aplicable

Fuente: Certificado de validez

3.4.2 Confiabilidad

Después de haberse validado el instrumento, ésta se suministró como prueba piloto a veinte estudiantes que son parte de la población, pero no integran la muestra de estudio. Luego, se tabuló los datos para analizarlo estadísticamente obteniendo como resultado un Alfa de Cronbach de 0,754, lo cual indica que el grado de confiabilidad del instrumento es admisible.

Tabla 3:

Confiabilidad del instrumento: Cuestionario de habilidades sociales

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	Nº de elementos
0,754	20

Elaborado en Excel® 2019

3.5. Procedimientos

Primeramente, se consideró los estudios internacionales, nacionales y local de la variable dependiente. Así mismo, se buscó y revisó antecedentes y teorías que sostienen dicha variable. Por otro lado, se construyó la matriz de consistencia y la operacionalización de variables.

Luego, se pidió consentimiento al director de la IE como también la aprobación de los PPF para la cooperación de sus menores hijos en el programa. Así mismo, se aprobó el instrumento mediante la validación de 3 juicios de expertos, se realizó una prueba de confiabilidad en un grupo piloto, se aplicó el instrumento en la fase de pre prueba.

Posteriormente, se ejecutó las 12 sesiones organizadas en el programa y al finalizar se aplicó un pos prueba a los 60 estudiantes que conforman la muestra.

Para terminar, se tabuló los datos, se analizó estadísticamente, se interpretaron los resultados y se comprobó las hipótesis, finalmente generamos discusiones, conclusiones y recomendaciones de la investigación.

3.6. Método de análisis de datos

Luego de haberse administrado el pre prueba se organizará los datos de los 65 estudiantes participantes de la investigación quienes son parte de la muestra, los cuales están separados en dos grupos: 30 para el G.E y 30 para el G. C. Luego los datos se tabularon en un documento Excel, posteriormente se hizo el análisis descriptivo e inferencial. Con respecto al análisis descriptivo, las cifras se presentaron mediante tablas representándose la información ordenadamente y entendible. Ahora bien, el análisis inferencial se hizo mediante la prueba de Chi cuadrado.

3.7. Aspectos éticos

El estudio actual es original y está fundamentado en estudios previos que serán debidamente referenciados de acuerdo a las normas académicas nacionales e internacionales. Se revisó también de manera oportuna el manual de investigación establecida por la UCV.

Adicionalmente, se garantiza la confidencialidad de los participantes de este programa, quienes vienen a ser la muestra de estudio, asegurando que sus identidades no serán reveladas y que los resultados y opiniones recopilados no serán utilizados en ningún otro contexto que no sea el de esta investigación.

IV. RESULTADOS

4.1. Estadística descriptiva Grupo Experimental

Tabla 4:

Resultados de la dimensión Primeras habilidades sociales – G.E

Nivel	Pre prueba				Pos prueba			
	f_i	F_i	h_i	H_i	f_i	F_i	h_i	H_i
Muy insociable	4	4	0.13	0.13	2	2	0,07	0,07
No muy sociable	10	14	0.34	0.47	2	4	0,07	0,14
Con ciertas dificultades	6	20	0.20	0.67	3	7	0,10	0,24
Sociable	6	26	0.20	0.87	13	20	0,43	0,67
Muy sociable	4	30	0.13	1.00	10	30	0,33	1,00
Total	30		1.00		30		1,00	

Fuente: Cuestionario sobre habilidades sociales
Elaboración propia

Descripción

En la fase pre- prueba luego de aplicarse el cuestionario de habilidades sociales al grupo experimental, esta muestra lo siguiente respecto a la dimensión Primeras habilidades sociales: Del total de treinta estudiantes de 4º D, 4 se ubican en nivel “Muy insociable” representando al 13% del total. Se observa, además, 10 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 34%. También se muestra a 6 de ellos en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 20%. Por otra parte, 6 estudiantes están en la categoría “Sociable” representando al 20%. Por último, el resto de estudiantes, 4, en la categoría “Muy sociable” siendo el 13%. Resumiendo, la gran cantidad de estudiantes está ubicado en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” llegando a ser el 54% del total.

Respecto a lo obtenido de la post-prueba se puede observar lo siguiente:

De los 30 estudiantes, 2 se ubican en nivel “Muy insociable” representando al 7% del total. Se observa, además, 2 estudiantes en el nivel “No muy sociable”

representando a otro 7%. También 3 estudiantes se sitúan en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 10%. Por otro lado, ahora hay 13 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 43%. Finalmente, el restante 10 de ellos en el nivel “Muy sociable” siendo el 33%. Resumiendo, ahora la gran cantidad de estudiantes se ubica en la categoría “Sociable” y “Muy sociable” llegando a ser el 76% del total.

Tabla 5:

Resultados de la dimensión Habilidades sociales avanzadas – G.E

Nivel	Pre prueba				Pos prueba			
	f_i	F_i	h_i	H_i	f_i	F_i	h_i	H_i
Muy insociable	6	6	0.20	0.20	1	1	0,03	0,03
No muy sociable	11	17	0.37	0.57	2	3	0,07	0,10
Con ciertas dificultades	7	24	0.23	0.80	3	6	0,10	0,20
Sociable	3	27	0.10	0.90	13	19	0,43	0,63
Muy sociable	3	30	0.10	1.00	11	30	0,37	1,00
Total	30		1.00		30		1,00	

Fuente: Cuestionario sobre habilidades sociales
Elaboración propia

Descripción

En la fase de pre-prueba luego de aplicarse el cuestionario sobre habilidades sociales al grupo experimental, notamos lo siguiente en cuanto a la dimensión Habilidades sociales avanzadas: De los 30 estudiantes de 4º D, 6 se ubican en nivel “Muy insociable” representando al 20% del total. Se observa, además, 11 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 37%. También se observa, 7 de ellos en el nivel “Con ciertas dificultades” que hacen un 23%. Por otro lado, hay 3 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 10%. Finalmente, 3 de los restantes se sitúan en el nivel “Muy sociable” siendo el 10%. Resumiendo, gran parte de estudiantes se ubica en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” viniendo a ser el 60% del total.

Ahora bien, los resultados de la post-prueba muestran lo siguiente: De los 30 estudiantes, y solo 1 se ubica en el nivel “Muy insociable” representando al 3% del total. Se observa, además, 2 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 7%. También se observa, 3 de ellos en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 10%. Por otro lado, ahora hay 13 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 43%. Finalmente, 11 del grupo en la categoría “Muy sociable” que es el 37% restante. Resumiendo, ahora la gran cantidad de estudiantes se ubica en las categorías “Sociable” y “Muy sociable” viniendo a ser el 80% del total.

Tabla 6:

Resultados de la dimensión Habilidades relacionadas con los sentimientos – G.E

Nivel	Pre prueba				Pues prueba			
	f_i	F_i	h_i	H_i	f_i	F_i	h_i	H_i
Muy insociable	4	4	0.13	0.13	2	2	0,07	0,07
No muy sociable	13	17	0.44	0.57	3	5	0,10	0,17
Con ciertas dificultades	6	23	0.20	0.77	3	8	0,10	0,27
Sociable	4	27	0.13	0.90	12	20	0,40	0,67
Muy sociable	3	30	0.10	1.00	10	30	0,33	1,00
Total	30		1.00		30		1,00	

Fuente: Cuestionario sobre habilidades sociales
Realización propia

Descripción

En la fase de pre-prueba luego de aplicarse el cuestionario sobre habilidades sociales al grupo de experimento se puede observar lo siguiente en cuanto a la dimensión Habilidades asociadas con los sentimientos: De los 30 estudiantes de 4º D, 4 se ubican en nivel “Muy insociable” representando al 13% del total. Se observa, además, 13 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 44%. También se ve, 6 estudiantes en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 20%. Por otro lado, hay 4 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 13%. Finalmente, solo 3 de ellos en el nivel “Muy sociable” siendo el 10% faltante.

Resumiendo, mayormente la cantidad de estudiantes está en la categoría “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” haciendo el total de 64%.

Por otro lado, de lo obtenido de la post-prueba tenemos: De los 30 estudiantes, y solo 2 se ubican en el nivel “Muy insociable” representando al 7% del total. Se observa, además, 3 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 10%. También se aprecia, 3 estudiantes en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 10%. Por otro lado, ahora hay 12 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 40%. Finalmente, 10 de ellos en el nivel “Muy sociable” siendo el 33% faltante. Resumiendo, ahora en su mayoría los estudiantes se ubican en los niveles “Sociable” y “Muy sociable” llegando a ser el 73% del total.

Tabla 7:

Resultados de la dimensión Habilidades alternativas – G.E

Nivel	Pre prueba				Pos prueba			
	f_i	F_i	h_i	H_i	f_i	F_i	h_i	H_i
Muy insociable	7	7	0.23	0.23	2	2	0,07	0,07
No muy sociable	11	18	0.37	0.60	3	5	0,10	0,17
Con ciertas dificultades	7	25	0.23	0.83	3	8	0,10	0,27
Sociable	3	28	0.10	0.93	13	21	0,43	0,70
Muy sociable	2	30	0.07	1.00	9	30	0,30	1,00
Total	30		1.00		0		1,00	

Fuente: Cuestionario sobre habilidades sociales
Realización propia

Descripción

En la fase pre prueba, luego de aplicarse al grupo experimental el cuestionario de habilidades sociales, se observa lo siguiente con respecto a la dimensión Habilidades alternativas: De los 30 estudiantes de 4° D, 7 se ubican en nivel “Muy insociable” representando al 23% del total. Se observa, además, 11 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 37%. También se observa, 7 estudiantes en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 23%. Por otro lado, hay 3 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 10%. Finalmente, solo 2 de ellos están en la categoría “Muy sociable” y es el 7% restante. Resumiendo, gran

número de estudiantes se ubica en las categorías “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” pasando a ser el 60% del total.

En cuanto a lo obtenido en la post-prueba se puede observar lo siguiente: De los 30 estudiantes, y solo 2 se ubican en el nivel “Muy insociable” representando al 7% del total. Se observa, además, 3 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 10%. También se aprecia, 3 estudiantes en la categoría “Con ciertas dificultades” siendo el 10%. Por otro lado, ahora hay 13 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 43%. Finalmente, el resto, 9 de ellos en el nivel “Muy sociable” siendo el 30%. Resumiendo, ahora la gran mayoría de estudiantes se ubica en la categoría “Sociable” y “Muy sociable” llegando a ser el 73% del total.

Tabla 8:

Resultados de la dimensión Habilidades para hacer frente al estrés – G.E

Nivel	Pre prueba				Pos prueba			
	f_i	F_i	h_i	H_i	f_i	F_i	h_i	H_i
Muy insociable	5	5	0.17	0.17	1	1	0,03	0,03
No muy sociable	12	17	0.40	0.57	3	4	0,10	0,13
Con ciertas dificultades	8	25	0.27	0.84	5	9	0,17	0,30
Sociable	2	27	0.06	0.90	13	22	0,43	0,73
Muy sociable	3	30	0.10	1.00	8	30	0,27	1,00
Total	30		1.00		30		1,00	

Fuente: Cuestionario sobre habilidades sociales
Realización propia

Descripción

En la fase pre prueba luego de aplicarse al grupo experimental el cuestionario acerca de las habilidades sociales se observa lo siguiente con respecto al área Habilidades para afrontar el estrés: De los 30 estudiantes de 4º D, 5 se ubican en nivel “Muy insociable” representando al 17% del total. Se observa, además, 12 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 40%. También se observa, 8 estudiantes en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 27%. Por otro lado, hay 2 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 6%. Finalmente, los

3 restantes en el nivel “Muy sociable” siendo el 10%. Resumiendo, buen número de estudiantes se ubica en las categorías “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” llegando a ser el 67% del total.

Por otro lado, los resultados de la post-prueba nos dicen: De los 30 estudiantes, y solo 1 se ubica en el nivel “Muy insociable” representando al 3% del total. Se observa, además, 3 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 10%. También se aprecia, 5 estudiantes en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 17%. Por otro lado, ahora hay 13 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 43%. Finalmente, los 8 restantes en el nivel “Muy sociable” siendo el 27%. Resumiendo, ahora un gran número de estudiantes se ubica en las categorías “Sociable” y “Muy sociable” pasando a ser el 70% del total.

Tabla 9:

Resultados de la dimensión Habilidades de planificación – G.E

Nivel	Pre prueba				Pos prueba			
	f_i	F_i	h_i	H_i	f_i	F_i	h_i	H_i
Muy insociable	5	5	0.17	0.17	1	1	0,03	0,03
No muy sociable	11	16	0.37	0.53	3	4	0,10	0,13
Con ciertas dificultades	7	23	0.23	0.77	3	7	0,10	0,23
Sociable	4	27	0.13	0.90	13	20	0,43	0,67
Muy sociable	3	30	0.10	1.00	10	30	0,33	1,00
Total	30		1.00		30		1,00	

Fuente: Cuestionario sobre habilidades sociales
Elaboración propia

Descripción

En la fase pre prueba luego de aplicarse al grupo experimental el cuestionario sobre habilidades sociales se observa lo siguiente respecto al área Habilidades de planificación: De los 30 estudiantes de 4° D, 5 se ubican en nivel “Muy insociable” representando al 17% del total. Se observa, además, 11 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 37%. También se observa, 7 escolares en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 23%. Por otro lado, hay 4 estudiantes en el nivel

“Sociable” representando al 13%. Finalmente, solo 3 de ellos en el nivel “Muy sociable” y es el 10% restante. Resumiendo, buena cantidad de estudiantes están ubicada en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” llegando a ser el 60% del total.

En cuanto a lo obtenido en la post-prueba se observa: De los 30 estudiantes, y solo 1 se ubica en el nivel “Muy insociable” representando al 3% del total. Se observa, además, 3 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 10%. También a 3 de ellos en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 10%. Por otro lado, ahora hay 13 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 43%. Finalmente, 10 de los restantes en el nivel “Muy sociable” siendo el 33%. Resumiendo, ahora un gran número de alumnos se ubica en los niveles “Sociable” y “Muy sociable” pasando a ser el 76% del total.

Tabla 10:

Resultados de la variable Habilidades sociales – G.E

Nivel	Preprueba				Posprueba			
	f_i	F_i	h_i	H_i	f_i	F_i	h_i	H_i
Muy insociable	5	5	0.17	0.17	1	1	0,03	0,03
No muy sociable	12	17	0.40	0.57	3	4	0,10	0,13
Con ciertas dificultades	6	23	0.20	0.77	3	7	0,10	0,23
Sociable	4	27	0.13	0.90	13	20	0,43	0,67
Muy sociable	3	30	0.10	1.00	10	30	0,33	1,00
Total	30		1.00		30		1,00	

Fuente: Cuestionario sobre habilidades sociales
Elaboración propia

Descripción

En la fase pre prueba luego de aplicarse al grupo experimental el cuestionario sobre habilidades sociales se observa lo siguiente con respecto al total de la variable: De los 30 estudiantes de 4º D, 5 se ubican en nivel “Muy insociable” representando al 17% del total. Se observa, además, 12 estudiantes en el nivel “No muy sociable”

representando al 40%. También se ve, 6 estudiantes en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 20%. Por otro lado, hay 4 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 13%. Finalmente, solo 3 de todos en el nivel “Muy sociable” siendo el 10% faltante. Resumiendo, un gran número de estudiantes se ubica en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” llegando a ser el 60% del total.

En cuanto a los resultados de la prueba final se observa lo siguiente: De los 30 estudiantes, y solo 1 se ubica en el nivel “Muy insociable” representando al 3% del total. Se observa, además, 3 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 10%. También se aprecia a 3 en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 10%. Por otro lado, ahora hay 13 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 43%. Finalmente, 10 de ellos en el nivel “Muy sociable” siendo un restante de 33%. Resumiendo, ahora una buena cantidad de estudiantes se ubica en los niveles “Sociable” y “Muy sociable” pasando a ser el 76% del total.

4.2 Estadística descriptiva Grupo Control

Tabla 11:

Resultados de la dimensión Primeras habilidades sociales – G.C

Nivel	Pre prueba				Pos prueba			
	f_i	F_i	h_i	H_i	f_i	F_i	h_i	H_i
Muy insociable	5	5	0.17	0.17	4	4	0,13	0,13
No muy sociable	9	14	0.30	0.47	7	11	0,23	0,37
Con ciertas dificultades	7	21	0.23	0.70	9	20	0,30	0,67
Sociable	7	28	0.23	0.93	7	27	0,23	0,90
Muy sociable	2	30	0.07	1.00	3	30	0,10	1,00
Total	30		1.00		30		1,00	

Fuente: Cuestionario sobre habilidades sociales
Realización propia

Descripción

En la fase pre prueba luego de aplicarse el cuestionario de habilidades sociales al grupo control se observa lo siguiente en cuanto al área Primeras Habilidades sociales: De los 30 estudiantes de 4º E, 5 se ubican en nivel “Muy insociable” representando al 17% del total. Se observa, además, 9 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 30%. También se observa, 7 de ellos en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 23%. Por otra parte, en el nivel “Sociable” se tiene 7 estudiantes representando al 23%. Por último, solo 2 de ellos en la categoría “Muy sociable” que es el 7% restante. Resumiendo, buena parte de estudiantes se ubica en las categorías “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” llegando a ser el 53% del total.

En cuanto al resultante obtenido de la post-prueba se puede observar lo siguiente: De los 30 estudiantes, 4 en la categoría “Muy insociable” representando al 13% del total. Se observa, además, 7 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 23%. También se ve, 9 escolares en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 30%. Por otro lado, ahora hay 7 de ellos en el nivel “Sociable” representando al 23%. Por último, solo 3 estudiantes en la categoría “Muy sociable” siendo el 10% restante. Resumiendo, ahora la gran cuantía de estudiantes se ubica en las categorías “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” pasando a ser el 53% del total, pero no muchos en el nivel “Muy sociable”.

Tabla 12:*Resultados de la dimensión Habilidades sociales avanzadas – G.C*

Nivel	Pre prueba				Pos prueba			
	f_i	F_i	h_i	H_i	f_i	F_i	h_i	H_i
Muy insociable	6	6	0.20	0.20	4	4	0,13	0,13
No muy sociable	11	17	0.36	0.56	7	11	0,23	0,37
Con ciertas dificultades	5	22	0.17	0.73	8	19	0,27	0,63
Sociable	6	28	0.20	0.93	7	26	0,23	0,87
Muy sociable	2	30	0.07	1.00	4	30	0,13	1,00
Total	30		1.00		30		1,00	

Fuente: Cuestionario sobre habilidades sociales
Elaboración propia

Descripción

En la fase pre prueba luego de aplicarse el cuestionario sobre habilidades sociales al grupo control se observa lo siguiente en cuanto a la dimensión Habilidades sociales avanzadas: De los treinta estudiantes de 4º E, 6 se ubican en nivel “Muy insociable” representando al 20% del total. Se observa, además, 11 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 36%. También se aprecia, 5 de ellos en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 17%. Por otra parte, hay 6 estudiantes en el rango “Sociable” representando al 20%. Para terminar, solo 2 en el rango “Muy sociable” y es el 7% restante. Resumiendo, la gran cuantía de estudiantes se ubica en las categorías “No muy sociable” y Con ciertas dificultades” llegando a ser el 53% del total.

En cuanto al resultante obtenido de la post-prueba se puede observar lo siguiente: De los 30 estudiantes, 4 se sitúan en la categoría “Muy insociable” representando al 13% del total. Se observa, además, 7 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 23%. También se aprecia, 8 de ellos en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 27%. Así mismo, ahora se tiene 7 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 23%. Para terminar, los 4 estudiantes restantes en el nivel “Muy sociable” siendo el 13%. Resumiendo, ahora buen porcentaje de estudiantes se ubica en los niveles “No muy sociables”

y “Con ciertas dificultades” pasando a ser el 50% del total, pero no muchos en el nivel “Muy sociable”.

Tabla 13:

Resultados de la dimensión Habilidades relacionadas con los sentimientos – G.C

Nivel	Pre prueba				Pos prueba			
	f_i	F_i	h_i	H_i	f_i	F_i	h_i	H_i
Muy insociable	4	4	0.13	0.13	3	3	0,10	0,10
No muy sociable	14	18	0.47	0.60	10	13	0,33	0,43
Con ciertas dificultades	6	24	0.20	0.80	8	21	0,27	0,70
Sociable	4	28	0.13	0.93	5	26	0,17	0,87
Muy sociable	2	30	0.07	1.00	4	30	0,13	1,00
Total	30		1.00		30		1,00	

Fuente: Cuestionario sobre habilidades sociales
Elaboración propia

Descripción

En la fase de pre-prueba luego de aplicarse el cuestionario acerca de las habilidades sociales al grupo de control se puede observar lo siguiente en cuanto a la dimensión Habilidades asociadas con los sentimientos: De los 30 estudiantes de 4º E, 4 se ubican en nivel “Muy insociable” representando al 13% del total. Se observa, además, 14 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 47%. También se aprecia, 6 escolares en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 20%. Por otro lado, hay 4 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 13%. Finalmente, solo 2 de todos en el nivel “Muy sociable” y es el 7% restante. Resumiendo, buen porcentaje de estudiantes se ubica en las categorías “No muy sociable” y Con ciertas dificultades” llegando a ser el 67% del total.

Para los resultantes de la post-prueba se observa lo siguiente: De los 30 estudiantes, 3 se sitúan en el rango “Muy insociable” representando al 10% del total. Se observa, además, 10 estudiantes en el nivel “No muy sociable”

representando al 33%. También se observa, 8 de ellos en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 27%. Por otro lado, ahora hay 5 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 17%. Finalizando, solo 4 restantes en el nivel “Muy sociable” siendo el 13%. Resumiendo, ahora la gran cuantía de estudiantes se ubica en las categorías “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” pasando a ser el 60% del total, pero no muchos en el nivel “Muy sociable”.

Tabla 14:

Resultados de la dimensión Habilidades alternativas – G.C

Nivel	Pre prueba				Pos prueba			
	f_i	F_i	h_i	H_i	f_i	F_i	h_i	H_i
Muy insociable	8	8	0.27	0.27	6	6	0,20	0,20
No muy sociable	12	20	0.40	0.67	8	14	0,27	0,47
Con ciertas dificultades	5	25	0.17	0.84	7	21	0,23	0,70
Sociable	3	28	0.10	0.94	4	25	0,13	0,83
Muy sociable	2	30	0.06	1.00	5	30	0,17	1,00
Total	30		1.00		30		1,00	

Fuente: Cuestionario sobre habilidades sociales
Realización propia

Descripción

En la fase pre prueba luego de aplicarse el cuestionario sobre habilidades sociales al grupo control se observa lo siguiente con respecto a la dimensión Habilidades de alternativas: De los 30 estudiantes de 4º E, 8 se ubican en nivel “Muy insociable” representando al 27% del total. Se observa, además, 12 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 40%. También se observa, 5 estudiantes en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 17%. Por otro lado, hay 3 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 10%. Finalmente, solo 2 estudiantes en el nivel “Muy sociable” y es 6% restante. Resumiendo, buen porcentaje de estudiantes se ubica en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” llegando a ser el 57% del total.

Para los resultantes obtenidos de la post-prueba se puede observar lo siguiente: De los 30 estudiantes, se tiene 6 en el nivel “Muy insociable” representando al 20% del total. Se observa, además, 8 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 27%. También 7 estudiantes en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 23%. Por otro lado, ahora hay 4 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 13%. Finalmente, solo 5 de ellos en la categoría “Muy sociable” siendo el 17% restante. Resumiendo, ahora la gran cuantía de estudiantes se ubica en las categorías “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” pasando a ser el 50% del total, pero no muchos en el nivel “Muy sociable”.

Tabla 15:

Resultados de la dimensión Habilidades para hacer frente al stress – G.C

Nivel	Pre prueba				Pos prueba			
	f_i	F_i	h_i	H_i	f_i	F_i	h_i	H_i
Muy insociable	7	7	0.23	0.23	5	5	0,17	0,17
No muy sociable	9	16	0.30	0.53	8	13	0,27	0,43
Con ciertas dificultades	9	25	0.30	0.83	9	22	0,30	0,73
Sociable	3	28	0.10	0.93	5	27	0,17	0,90
Muy sociable	2	30	0.07	1.00	3	30	0,10	1,00
Total	0		1.00		30		1,00	

Fuente: Cuestionario sobre habilidades sociales
Realización propia

Descripción

Tras evaluar con el cuestionario de habilidades sociales al grupo control en la fase de pre-prueba se puede observar lo siguiente en cuanto a la dimensión Habilidades para afrontar el stress: De los 30 escolares de 4º E, 7 se ubican en nivel “Muy insociable” representando al 23% del total. Se observa, además, 9 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 30%. También se observa, 9 estudiantes en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 30%. Por otro lado, hay 3 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 10%.

Finalmente, solo 2 de ellos en el nivel “Muy sociable” siendo el 7% restante. Resumiendo, buen porcentaje de estudiantes se ubica en las categorías “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” llegando a ser el 60% del total.

Para el resultante obtenido de la post-prueba se aprecia lo siguiente: De los 30 estudiantes, 5 se sitúan en la categoría “Muy insociable” representando al 17% del total. Se observa, además, 8 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 27%. También se observa, 9 estudiantes en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 30%. Por otro lado, ahora hay 5 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 17%. Finalmente, solo 3 de ellos en el nivel “Muy sociable” que es el 10% restante. Resumiendo, ahora un gran número de escolares se ubica en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” llegando a ser el 57% del total, pero no muchos en el nivel “Muy sociable”.

Tabla 16:

Resultados de la dimensión Habilidades de planificación – G.C

Nivel	Pre prueba				Pos prueba			
	f_i	F_i	h_i	H_i	f_i	F_i	h_i	H_i
Muy insociable	6	6	0.20	0.20	4	4	0,13	0,13
No muy sociable	12	18	0.40	0.60	8	12	0,27	0,40
Con ciertas dificultades	5	23	0.17	0.77	8	20	0,27	0,67
Sociable	5	28	0.17	0.94	6	26	0,20	0,87
Muy sociable	2	30	0.06	1.00	4	30	0,13	1,00
Total				1.00	30		1,00	

Fuente: Cuestionario sobre habilidades sociales
Elaboración propia

Descripción

Tras evaluar con el cuestionario sobre habilidades sociales al grupo control en la fase de pre-prueba se observa lo siguiente en con respecto a la dimensión Habilidades de planificación: De los 30 estudiantes de 4º E, 6 se ubican en nivel “Muy insociable” representando al 20% del total. Se observa, además, 12 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 40%. También se

aprecia, 5 escolares en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 17%. Por otro lado, hay 5 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 17%. Finalmente, solo 2 de ellos en el nivel “Muy sociable” siendo el 6% restante. Resumiendo, un gran número de estudiantes se ubica en los niveles “Muy insociable” y No muy sociable” llegando a ser el 60% del total.

Para los resultantes obtenidos de la post-prueba se aprecia lo siguiente: De los 30 estudiantes, 4 se sitúan en el rango “Muy insociable” representando al 13% del total. Se observa, además, 8 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 27%. También se ve, 8 estudiantes en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 27%. Por otra parte, ahora hay 6 escolares en el nivel “Sociable” representando al 20%. Para terminar, únicamente 4 estudiantes en la categoría “Muy sociable” siendo el 13% quedante. Resumiendo, ahora la gran cuantía de estudiantes se ubica en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” pasando a ser el 54% del total, pero no muchos en el nivel “Muy sociable”.

Tabla 17:

Resultados de la variable Habilidades sociales – G.C

Nivel	Pre prueba				Pos prueba			
	f_i	F_i	h_i	H_i	f_i	F_i	h_i	H_i
Muy insociable	6	6	0.20	0.20	4	4	0,13	0,13
No muy sociable	10	16	0.33	0.53	8	12	0,27	0,40
Con ciertas dificultades	7	23	0.23	0.77	8	20	0,27	0,67
Sociable	5	28	0.17	0.93	7	27	0,23	0,90
Muy sociable	2	30	0.07	1.00	3	30	0,10	1,00
Total	30		1.00		0		1,00	

Fuente: Cuestionario sobre habilidades sociales
Elaboración propia

Descripción

Tras evaluar con el cuestionario sobre habilidades sociales al grupo control en la fase de pre-prueba se observa lo siguiente con respecto al total de la variable habilidades sociales: De los 30 estudiantes de 4º E, 6 se ubican en nivel “Muy insociable” representando al 20% del total. Se observa, además, 10 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 33%. También se observa, 7 estudiantes en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 23%. Por otro lado, hay 5 estudiantes en el nivel “Sociable” representando al 17%. Finalmente, solo 2 estudiantes en la categoría “Muy sociable” siendo el 7% faltante. Resumiendo, la gran cuantía de estudiantes se ubica en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” llegando a ser el 56% del total.

Para los resultantes obtenidos de la post-prueba se tiene: De los 30 estudiantes, 4 se sitúan en el nivel “Muy insociable” representando al 13% del total. Se observa, además, 8 estudiantes en el nivel “No muy sociable” representando al 27%. También se ve, 8 de ellos en el nivel “Con ciertas dificultades” siendo el 27%. De otro lado, ahora hay 7 de ellos en el nivel “Sociable” representando al 23%. Por último, únicamente 3 estudiantes en el nivel “Muy sociable” y es el 10% restante. Resumiendo, ahora el gran porcentaje de estudiantes se ubica en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” llegando a ser el 54% del total, pero no muchos en el nivel “Muy sociable”.

4.3 Estadística inferencial

A través de la prueba Chi cuadrado se contrastó la hipótesis general del estudio. Para aplicar esta prueba es necesario hacer una tabla de resultados observados y otra de resultados esperados:

Hipótesis general

Tabla 18:

Resultados observados en la variable Habilidades sociales

*	Muy insociable	No muy sociable	Con ciertas dificultades	Sociable	Muy sociable	Total
Grupo experimental	1	3	3	13	10	30
Grupo de control	4	8	8	7	3	30
Total	5	11	11	20	13	60

Fuente: Tabla 10 y Tabla 17
Elaboración propia

Tabla 19:

Resultados esperados en la variable Habilidades sociales

*	Muy insociable	No muy sociable	Con ciertas dificultades	Sociable	Muy sociable	Total
Grupo experimental	2,5	5,5	5,5	10	6,5	30
Grupo de control	2,5	5,5	5,5	10	6,5	30
Total	5	11	11	20	13	60

Elaboración propia

Aplicación de la fórmula de Chi Cuadrado

$$X^2 = \sum \frac{(f_o - f_t)^2}{f_t}$$

Donde:

X^2 = Chi cuadrado

f_o = Frecuencia observada

f_t = Frecuencia esperada

Al aplicar la fórmula se obtuvo lo siguiente:

$$X^2 = 0,90 + 1,14 + 1,14 + 0,90 + 1,88 + 0,90 + 1,14 + 1,14 + 0,90 + 1,88$$

$$X^2 = 11,91$$

Toma de decisión

Al hallar que el valor chi cuadrado de 11,91 es superior al valor crítico de 11,07 se rechaza la hipótesis nula.

Primera hipótesis específica

Tabla 20:

Resultados observados en la dimensión Primeras habilidades sociales

*	Muy insociable	No muy sociable	Con ciertas dificultades	Sociable	Muy sociable	Total
Grupo experimental	2	2	3	13	10	30
Grupo de control	4	7	9	7	3	30
Total	6	9	12	20	13	60

Fuente: Tabla 4 y Tabla 11
Elaboración propia

Tabla 21:*Resultados esperados en la dimensión Primeras habilidades sociales*

*	Muy insociable	No muy sociable	Con ciertas dificultades	Sociable	Muy sociable	Total
Grupo experimental	3	4,5	6	10	6,5	30
Grupo de control	3	4,5	6	10	6,5	30
Total	6	9	12	20	13	60

Elaboración propia

Aplicación de la fórmula de Chi Cuadrado

$$X^2 = 0,33 + 1,39 + 1,50 + 0,90 + 1,88 + 0,33 + 1,39 + 1,50 + 0,90 + 1,88$$

$$X^2 = 12,01$$

Toma de decisión

Al hallar que el valor chi cuadrado de 12,01 es superior al valor crítico de 11,07 se rechaza la hipótesis nula.

Segunda hipótesis específica**Tabla 22:***Resultados observados en la dimensión Habilidades sociales avanzadas*

*	Muy insociable	No muy sociable	Con ciertas dificultades	Sociable	Muy sociable	Total
Grupo experimental	1	2	3	13	11	30
Grupo de control	4	7	8	7	4	30
Total	5	9	11	20	15	60

Fuente: Tabla 5 y Tabla 12
Elaboración propia

Tabla 23:*Resultados esperados en la dimensión Habilidades sociales avanzadas*

*	Muy insociable	No muy sociable	Con ciertas dificultades	Sociable	Muy sociable	Total
Grupo experimental	2,5	4,5	5,5	10	7,5	30
Grupo de control	2,5	4,5	5,5	10	7,5	30
Total	5	9	11	20	15	60

Elaboración propia

Aplicación de la fórmula de Chi Cuadrado

$$X^2 = 0,90 + 1,39 + 1,14 + 0,90 + 1,63 + 0,90 + 1,39 + 1,14 + 0,90 + 1,63$$

$$X^2 = 11,92$$

Toma de decisión

Al hallar que el valor chi cuadrado de 11,92 es superior al valor crítico de 11,07 se rechaza la hipótesis nula.

Tercera hipótesis específica**Tabla 24:***Resultados observados en la dimensión Habilidades relacionadas con los sentimientos*

*	Muy insociable	No muy sociable	Con ciertas dificultades	Sociable	Muy sociable	Total
Grupo experimental	2	3	3	12	10	30
Grupo de control	3	10	8	5	4	30
Total	5	13	11	17	14	60

Fuente: Tabla 6 y Tabla 13
Elaboración propia

Tabla 25:

Resultados esperados en la dimensión Habilidades relacionadas con los sentimientos

*	Muy insociable	No muy sociable	Con ciertas dificultades	Sociable	Muy sociable	Total
Grupo experimental	2,5	6,5	5,5	8,5	7	30
Grupo de control	2,5	6,5	5,5	8,5	7	30
Total	5	13	11	17	14	60

Elaboración propia

Aplicación de la fórmula de Chi Cuadrado

$$X^2 = 0,10 + 1,88 + 1,14 + 1,14 + 1,29 + 0,10 + 1,88 + 1,14 + 1,14 + 1,29$$

$$X^2 = 11,70$$

Toma de decisión

Al hallar que el valor chi cuadrado de 11,70 es superior al valor crítico de 11,07 se rechaza la hipótesis nula.

Cuarta hipótesis específica

Tabla 26:

Resultados observados en la dimensión Habilidades alternativas

*	Muy insociable	No muy sociable	Con ciertas dificultades	Sociable	Muy sociable	Total
Grupo experimental	2	3	3	13	9	30
Grupo de control	6	8	7	4	5	30
Total	8	11	10	17	14	60

Fuente: Tabla 7 y Tabla 14
Elaboración propia

Tabla 27:*Resultados esperados en la dimensión Habilidades alternativas*

*	Muy insociable	No muy sociable	Con ciertas dificultades	Sociable	Muy sociable	Total
Grupo experimental	4	5,5	5	8,5	7	30
Grupo de control	4	5,5	5	8,5	7	30
Total	8	11	10	17	14	60

Elaboración propia

Aplicación de la fórmula de Chi Cuadrado

$$X^2 = 1,00 + 1,14 + 0,80 + 2,38 + 0,57 + 1,00 + 1,14 + 0,80 + 2,38 + 0,57$$

$$X^2 = 11,78$$

Toma de decisión

Al hallar que el valor chi cuadrado de 11,78 es superior al valor crítico de 11,07 se rechaza la hipótesis nula.

Quinta hipótesis específica**Tabla 28:***Resultados observados en la dimensión Habilidades para hacer frente al stress*

*	Muy insociable	No muy sociable	Con ciertas dificultades	Sociable	Muy sociable	Total
Grupo experimental	1	3	5	13	8	30
Grupo de control	5	8	9	5	3	30
Total	6	11	14	18	11	60

Fuente: Tabla 8 y Tabla 15
Elaboración propia

Tabla 29:*Resultados esperados en la dimensión Habilidades para hacer frente al stress*

*	Muy insociable	No muy sociable	Con ciertas dificultades	Sociable	Muy sociable	Total
Grupo experimental	3	5,5	7	9	5,5	30
Grupo de control	3	5,5	7	9	5,5	30
Total	6	11	14	18	11	60

Elaboración propia

Aplicación de la fórmula de Chi Cuadrado

$$X^2 = 1,33 + 1,14 + 0,57 + 1,78 + 1,14 + 1,33 + 1,14 + 0,57 + 1,78 + 1,14$$

$$X^2 = 11,91$$

Toma de decisión

Al hallar que el valor chi cuadrado de 11,91 es superior al valor crítico de 11,07 se rechaza la hipótesis nula.

Sexta hipótesis específica**Tabla 30:***Resultados observados en la dimensión Habilidades de planificación*

*	Muy insociable	No muy sociable	Con ciertas dificultades	Sociable	Muy sociable	Total
Grupo experimental	1	3	3	13	10	30
Grupo de control	4	8	8	6	4	30
Total	5	11	11	19	14	60

Fuente: Tabla 9 y Tabla 16
Elaboración propia

Tabla 31:*Resultados esperados en la dimensión Habilidades de planificación*

*	Muy insociable	No muy sociable	Con ciertas dificultades	Sociable	Muy sociable	Total
Grupo experimental	2,5	5,5	5,5	9,5	7	30
Grupo de control	2,5	5,5	5,5	9,5	7	30
Total	5	11	11	19	14	60

Elaboración propia

Aplicación de la fórmula de Chi Cuadrado

$$X^2 = 0,90 + 1,14 + 1,14 + 1,29 + 1,29 + 0,90 + 1,14 + 1,14 + 1,29 + 1,29$$

$$X^2 = 11,50$$

Toma de decisión

Al hallar que el valor chi cuadrado de 11,50 es superior al valor crítico de 11,07 se rechaza la hipótesis nula.

V. DISCUSIÓN

Respecto a los objetivos planteados en la investigación se pudo encontrar los siguientes resultados:

Se llegó a demostrar que el programa psicoeducativo “Unámonos” influyó de manera significativa en incrementar las habilidades sociales en escolares de cuarto de secundaria. Al comparar los resultantes obtenidos de los grupos de estudio se aprecia en las tablas 10 y 17 que ambos empezaron en situaciones parecidas, ya que la mayor parte de estudiantes se ubicaban en los rangos “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades”, con 60% en el grupo de experimento y 56% en el grupo de control. Estas cifras variarían en gran medida después de aplicar el programa psicoeducativo “Unámonos” en el grupo experimental, en este grupo un buen número de estudiantes paso a los niveles “Sociable” y “Muy sociable” llegando a ser el 76%, en tanto que en grupo de control la gran parte de estudiantes ahora se ubicaba en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” con 54%. Al hacer la comprobación de hipótesis por medio de la prueba Chi cuadrado se obtuvo un valor χ^2 de 11,91 el cual al ser mayor del punto crítico de 11,07 permite indicar que se da por válido la hipótesis alternativa; es decir, el progreso encontrado en el grupo experimental es una variación significativa y el programa psicoeducativo “Unámonos” puede ser aplicado para incrementar las habilidades sociales en un contexto similar. Es necesario tener en cuenta que desarrollar las habilidades sociales es muy valioso puesto que influye en el proceso de aprendizaje, Así lo menciono en su momento De Sousa et al. (2018) en su investigación en Brasil, en la cual concluyeron que la dificultad para manejar las exigencias académicas y la transición a nuevos contextos sociales puede generar en los adolescentes conductas inadecuadas desfavoreciendo su desarrollo psicológico. En Colombia, Lozada (2020) en un estudio similar concluye en la importancia de aplicar un programa ya que el adolescente puede llegar a modificar e integrarse a su grupo social partir de la adaptación de sus propias habilidades sociales. Otro caso parecido en España, Pereira, I. (2021) concluyó nuevamente en la relevancia de intervenir a través de los programas puesto que el déficit en las habilidades sociales es por la ausencia de adquisición y desconocimiento sobre la utilización de las mismas. En contextos más cercanos, a nivel nacional tenemos investigaciones similares como el de Estrada et al. (2022), en su programa aplicado a estudiantes

de Puerto Maldonado, consideraron temas como el manejo de la ira y la autoestima. Concluyeron que es muy positivo y eficaz intervenir a través de un programa psicoeducativo para desarrollar las habilidades sociales. De manera similar, se observa en un estudio realizado por Jara, C. (2021), en estudiantes de una escuela de Tarma, quien concluyó que desarrollar programas o talleres eleva el potencial de las habilidades sociales. Por otro lado, Cacho et al. (2019), preocupados por prevenir conductas de riesgos en los adolescentes de una IE de Pacasmayo, desarrollaron un programa de intervención y concluyeron que implementar talleres de habilidades sociales contribuye a fortalecer comportamientos positivos y a generar cambios en las conductas de riesgo. Saavedra et al. (2021), con su programa JADIMOG, en una escuela de Tarapoto, busco mejorar el desempeño personal de los estudiantes que reciben educación virtual y concluyeron que implementar programas tienen efectos positivos en la mejora de las habilidades sociales.

En cuanto al primer objetivo específico, se ha demostrado que el programa psicoeducativo “Unámonos” también influyó de manera significativa en incrementar las primeras habilidades sociales en estudiantes de secundaria. Al contrastar los resultantes obtenidos de los grupos de estudio se aprecia en las tablas 4 y 11 que ambos empezaron en situaciones muy parecidas, ya que la gran parte de estudiantes se ubicaban en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades”, con 54% en el grupo experimental y 53% en el grupo de control. Estas cifras variarían en gran medida después de aplicar el programa psicoeducativo “Unámonos” en el grupo experimental, en este grupo un buen número de estudiantes paso a los niveles “Sociable” y “Muy sociable” llegando a ser el 76%, en tanto que en el grupo de control la mayoría de estudiantes ahora se ubicaba en los niveles “Con ciertas dificultades” y “No muy Sociable” con 53%. Al hacer la comprobación de hipótesis por medio de la prueba Chi cuadrado se obtuvo una estimación χ^2 de 12,01 el cual al ser mayor del punto crítico de 11,07 permite indicar que la hipótesis alternativa es válida; es decir, la mejora encontrada en el grupo experimental es una variación significativa y el programa psicoeducativo “Unámonos” puede ser aplicado para incrementar las primeras habilidades sociales en contextos similares.

En cuanto objetivo específico número dos, se ha demostrado que el programa psicoeducativo “Unámonos” también influyó de manera significativa en incrementar las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de secundaria. Al comparar los resultantes de los grupos de estudio se aprecia en las tablas 5 y 12 que ambos empezaron en situaciones similares, ya que la mayor parte de estudiantes se ubicaban en las categorías “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades”, con 60% en el grupo experimental y 53% en el grupo de control. Estas cifras variarían en gran medida después de aplicar el programa psicoeducativo “Unámonos” en el grupo experimental, en este grupo un buen número de estudiantes paso a los niveles “Sociable” y “Muy sociable” llegando a ser el 80% del total en tanto que en el otro grupo la mayoría de estudiantes ahora se ubicaba en los niveles “Con ciertas dificultades” y “No muy Sociable” con 50%. Al hacer la comprobación de hipótesis mediante la prueba Chi cuadrado se obtuvo un valor χ^2 de 11,92 el cual al ser mayor del punto crítico de 11,07 permite indicar que la hipótesis alternativa es válida; es decir, el progreso encontrado en el grupo experimental es un cambio significativo y el programa psicoeducativo “Unámonos” puede ser ejecutado en realidades similares para incrementar las habilidades sociales avanzadas.

En cuanto al tercer objetivo específico, se ha demostrado que el programa psicoeducativo “Unámonos” también influyó de manera significativa en incrementar las Habilidades asociadas con los sentimientos en estudiantes de secundaria. Al equiparar los resultados de los grupos de estudio se aprecia en las tablas 6 y 13 que ambos empezaron en situaciones muy parecidas, ya que la mayor parte de estudiantes se ubicaban en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades”, con 64% en el grupo experimental y 57% en el grupo de control. Estas cifras variarían en gran medida después de aplicar el programa psicoeducativo “Unámonos” en el grupo experimental, en este grupo un buen número de estudiantes paso a los niveles “Sociable” y “Muy sociable” llegando a ser el 73% del total, en tanto que en grupo de control la mayor parte de estudiantes ahora se ubicaba en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” con 57%. Al hacer la comprobación de hipótesis mediante la prueba Chi cuadrado se obtuvo un valor χ^2 de 11,70 el cual al ser mayor del punto crítico de 11,07 permite indicar que la hipótesis alternativa es válida; es decir, el progreso encontrado en el grupo experimental es una variación significativa y el programa psicoeducativo

“Unámonos” puede ser desarrollado en situaciones similares para incrementar las Habilidades relacionadas con los sentimientos.

En cuanto al cuarto objetivo específico, se ha demostrado que el programa psicoeducativo “Unámonos” también influyó de manera significativa en incrementar las Habilidades alternativas en estudiantes de secundaria. Al comparar los resultados de los grupos de estudio se aprecia en las tablas 7 y 14 que ambos empezaron en situaciones similares, ya que la mayoría de estudiantes se ubicaban en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades”, con 60% en el grupo experimental y 57% en el grupo de control. Estas cifras variarían en gran medida después de aplicar el programa psicoeducativo “Unámonos” en el grupo experimental, en este grupo un buen número de estudiantes paso a los niveles “Sociable” y “Muy sociable” llegando a ser el 73% del total, en cambio en el grupo de control la mayor parte de estudiantes ahora se ubicaba en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” con 40%. Al hacer la comprobación de hipótesis mediante la prueba Chi cuadrado este dio un valor x^2 de 11,78 el cual al ser mayor del punto crítico de 11,07 permite indicar que la hipótesis alternativa es válida; es decir, la mejora encontrada en el grupo experimental es una variación significativa y el programa psicoeducativo “Unámonos” puede ser aplicado en un contexto parecido para incrementar las Habilidades alternativas.

En cuanto al quinto objetivo específico, se ha demostrado que el programa psicoeducativo “Unámonos” también influyó de manera significativa en incrementar las Habilidades para afrontar el stress en estudiantes de secundaria. Al comparar los resultados de los grupos de estudio se aprecia en las tablas 8 y 15 que ambos empezaron en situaciones parecidas, ya que la mayor cantidad de estudiantes se ubicaban en las categorías “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades”, con 67% en el grupo experimental y 60% en el grupo de control. Estas cifras variarían en gran medida después de aplicar el programa psicoeducativo “Unámonos” en el grupo experimental, en este grupo una buena cantidad de estudiantes paso a los niveles “Sociable” y “Muy sociable” llegando a ser el 70% del total, en tanto que en grupo de control la mayoría de estudiantes ahora se ubicaba en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” con 57%. Al hacer la comprobación de hipótesis mediante la prueba Chi cuadrado este dio un valor x^2 de 11,91 el cual al ser mayor del punto crítico de 11,07 permite indicar que se valida la hipótesis

alternativa; es decir, el progreso encontrado en el grupo experimental es una variación significativa y el programa psicoeducativo “Unámonos” puede ser aplicado en una situación similar para incrementar las Habilidades para hacer frente al stress.

Por último, para el sexto objetivo específico, se ha demostrado que el programa psicoeducativo “Unámonos” también influyó de manera significativa en incrementar las Habilidades de planificación en estudiantes de secundaria. Cuando compara los resultados de los grupos de estudio se aprecia en las tablas 9 y 16 que ambos empezaron en situaciones similares, ya que la mayor parte de estudiantes se ubicaban en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades”, con 60% en el grupo experimental y 57% en el grupo de control. Estas cifras variarían en gran medida después de aplicar el programa psicoeducativo “Unámonos” en el grupo experimental pues en este grupo una buena cantidad de estudiantes paso a los niveles “Sociable” y “Muy sociable” llegando a ser el 76% del global, en tanto que en grupo de control la mayoría de estudiantes ahora se ubicaba en los niveles “No muy sociable” y “Con ciertas dificultades” con 57%. Al hacer la comprobación de hipótesis mediante la prueba Chi cuadrado este dio un valor χ^2 de 11,50 el cual al ser mayor del punto crítico de 11,07 permite indicar que la hipótesis alternativa es válida; es decir, la mejora encontrada en el grupo experimental es una variación significativa y el programa psicoeducativo “Unámonos” puede ser aplicado en realidades similares para incrementar las Habilidades de planificación.

VI. CONCLUSIONES

Primera: El programa psicoeducativo “Unámonos” influye de manera significativa en incrementar las habilidades sociales de los estudiantes de secundaria. No solo se pudo observar una notoria diferencia entre los grupos de estudio al hacer la prueba de salida, sino que al hacer la prueba Chi cuadrado dio un valor de 11,91 lo cual indica que esta diferencia es significativa.

Segunda: De la misma manera, el programa psicoeducativo “Unámonos” influye de manera significativa en incrementar las primeras habilidades sociales de los estudiantes de secundaria. No solo se pudo observar una notoria diferencia entre los grupos de estudio al hacer la prueba de salida, sino que al hacer la prueba Chi cuadrado se obtuvo un valor de 12,01 lo cual indica que esta diferencia es significativa.

Tercera: Por otro lado, el programa psicoeducativo “Unámonos” también influye de manera significativa en incrementar las habilidades sociales avanzadas de los estudiantes de secundaria. No solo se pudo observar una notoria diferencia entre los grupos de estudio al hacer la prueba de salida, sino que al hacer la prueba Chi cuadrado se obtuvo un valor de 11,92 lo cual indica que esta diferenciación es significativa.

Cuarta: Además, el programa psicoeducativo “Unámonos” también influye de manera significativa en incrementar las Habilidades asociadas con los sentimientos de los estudiantes de secundaria. No solo se pudo observar una notoria diferencia entre los grupos de estudio al hacer la prueba de salida, sino que al hacer la prueba Chi cuadrado dio un valor de 11,70 lo cual indica que esta diferenciación es significativa.

Quinta: También se observó que, el programa psicoeducativo “Unámonos” influye de manera significativa en incrementar las Habilidades alternativas de los estudiantes de secundaria. No solo se pudo observar una notoria diferencia entre los grupos de estudio al hacer la prueba de salida, sino que al hacer la

prueba Chi cuadrado dio un valor de 11,78 lo cual indica que esta diferenciación es significativa.

Sexta: De manera similar, el programa psicoeducativo “Unámonos” influye de manera significativa en incrementar las Habilidades para afrontar al stress de los estudiantes de secundaria. No solo se pudo observar una notoria diferencia entre los grupos de estudio al hacer la prueba de salida, sino que al hacer la prueba Chi cuadrado dio un valor de 11,91 lo cual indica que esta diferenciación es significativa.

Séptima: El programa psicoeducativo “Unámonos” influye de manera significativa en incrementar las Habilidades de planificación de los estudiantes de secundaria. No solo se pudo notar una clara diferenciación entre los grupos de estudio al hacer la prueba de salida, sino que al hacer la prueba Chi cuadrado dio un valor de 11,50 lo cual indica que esta diferencia es significativa.

VII. RECOMENDACIONES

Primera: En nuestro país, es muy relevante proseguir con las investigaciones sobre como incrementar y/o mejorar las habilidades sociales en estudiantes de secundaria. Ya que esta etapa es de suma importancia para que el individuo pueda desarrollar estas habilidades que le permitirán no solo afrontar el periodo de educación básica sino también otros momentos de la vida cotidiana.

Segunda: A nivel local, también es importante replicar estudios de investigación como el presente en otros centros educativos donde se haya visto una situación similar dado que se ha demostrado que se puede lograr cambios significativos a través de la intervención con este tipo de programas

Tercera: En las IIEE al momento de planificar el plan anual de tutoría es necesario considerar actividades que ayuden al desarrollo de las habilidades sociales y sus dimensiones.

Cuarta: En las IIEE es relevante que se realicen talleres a cargo de profesionales idóneos para que ayuden a desarrollar o incrementar las primeras habilidades sociales y las habilidades sociales avanzadas para el logro de interacciones saludables.

Quinta: Es necesario que en las IIEE se realicen talleres a cargo de profesionales idóneos para que ayuden a desarrollar o incrementa las habilidades asociadas con los sentimientos para el buen manejo de sus emociones y buena toma de decisiones.

Sexta: Es necesario que en las IIEE se realicen talleres a cargo de profesionales idóneos para que ayuden a desarrollar o mejorar las habilidades alternativas y de esta manera eliminar los casos de bullying, según los estudios de la presente investigación.

Séptima: De la misma manera, fomentar un ambiente amigable y realización de talleres en el que los estudiantes puedan afrontar el stress y puedan incrementar sus habilidades de planificación para la buena toma de decisiones en pro de la buena convivencia saludable y buen clima institucional.

REFERENCIAS

- Argyle, M. y Kendon, A. (1967). The experimental analysis of social performance. *Adv.exp.soc. Psychol.*,3, 55-98.
- Baena, G. (2017). *Metodología de la investigación*. (3° ed.). México: Mcgrawhill.
- Bandura, A. (1971). Social learning theory. Stanford University. https://www.asecib.ase.ro/mps/Bandura_SocialLearningTheory.pdf
- Bandura, A., y Walters, R. (1974). *Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad*. Universidad Alianza. Editorial Alianza https://psicolebon.files.wordpress.com/2020/04/aprendizaje_social_y_desarrollo_de_la_pe.pdf
- Bernardo, S. (2022). *Programa de Habilidades sociales en un grupo de adolescentes pertenecientes a una institución educativa de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio de la Universidad Peruana Cayetano Heredia https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/11947/Programa_BernardoArevalo_Sara.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Betancourth, S., Zambrano, C., Ceballos, A., Benavides, V. y Villota, N. (2017). Social skills related to the communication process in a sample of adolescents. *Psychospaces Magazine*. 23 (2). 133-147. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5922283>
- Berritzegune de Gasteiz. (2013). Aprendemos a superar los conflictos en el aula: Estrategias prácticas. *Curso Taller*
- Braz, A., Cómodo, C., Prette, Z., Prette, A., & Fontaine, A. (2013). Social skills and intergenerationality in family relationships. *Psychology notes*, 3(12), 77-84. <https://idus.us.es/handle/11441/84752>
- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. España. Siglo XXI

- Cacho, Z., Silva, M. y Yengle, C. (2019). El desarrollo de habilidades sociales como vía de prevención y reducción de conductas de riesgo en la adolescencia. *Transformación*, ISSN: 2077-2955, RNPS: 2098, mayo-agosto 2019, 15 (2),
- Chaves, A. (2001). *Implicaciones educativas de la teoría sociocultural de Vigotsky*, Costa Rica. *Revista Educación*, 25 (2), 59-65.
<https://www.redalyc.org/pdf/440/44025206.pdf>
- De Sousa, C., Del Petre, A., Pereira, Z. y Romera, V. (2018). Programa de habilidades sociais para adolescentes em preparação para o trabalho. *Psicología Escolar e Educacional*, SP. Volume 22, Número 3, Setembro/Dezembro de 2018: 573-581.
- Del Prette, A. y Del Prette, Z. (2013). Programas eficaces de entrenamiento en habilidades sociales basados en métodos vivenciales. *Apuntes de Psicología*, 31, 67-76.
<http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/300>
- Del Prette, A. y Del Prette, Z. (2017). *Competência social e habilidades sociais: Manual teórico-prático* [Social competence and social skills: theoretical-practical manual]. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Díaz, M. y Mejía, S. (2018). La mirada de los adolescentes al modelo habilidades para la vida. *Revista latinoamericana de ciencias sociales, niñez y juventud*, 16(2), 709- 7018. <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v16n2/2027-7679-rlcs-16-02-00709>
- Esteves, A., Paredes, R., Calcina, C. y Yapuchura C. (2020). Social Skills in adolescents and Family Functionality. *Research Journal*. 11(1). 16- 27.
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/2226-1478_3aca237f5aa25a6ad056067a3c37a203
- Estrada, E., Mamani, H. y Mamani, M. (2022). Eficacia de un programa psicoeducativo para desarrollar las habilidades sociales en adolescentes peruanos. *Revista Conrado*, 18(86), 32-38.

- Estrada, E., Mamani, H. y Zuloaga, M. (2020). Eficacia del programa Convivimos felices en el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes peruanos. *Revista Universidad y Sociedad*, 12(6), 332-338.
- Fava, R. y Andretta, I. (2020). Social skills in children and adolescents: differences between deaf and hearing. *Paidéia*, 30(4). 103-163.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=305463364022>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2022). *Desarrollo de habilidades. Equiparar a niños, niñas y adolescentes con las habilidades relevantes para tener éxito en la vida*. <https://www.unicef.org/lac/desarrollo-de-habilidades>
- Fundación La Caixa (2021). *Programa de Competencia Familiar Habilidades Sociales de los Hijos e hijas. Manual del formador y de la formadora* <https://fundacionlacaixa.org/documents/2278030/3283773/programa-competencia-familiar-12-16-habilidades-sociales-hijos-hijas-manual.pdf>
- Galvis, L., León, A. y Rodríguez, A. (2022). *Diseño de un programa en Habilidades sociales con estudiantes de noveno y décimo grado del colegio técnico Luis Camacho Rueda* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Bucaramanga]. Repositorio de la Universidad Autónoma de Bucaramanga. https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/18547/2022_Tesis_Angela_Rodr%C3%ADguez.pdf?sequence=1
- Gavilanes, C. (2022). *Plan de intervención para fortalecer habilidades sociales en adolescentes de una unidad educativa* [Tesis de Maestría en Psicología Clínica, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3600/1/77897.pdf>
- Goldstein, A., Sprafkin, R., Gershaw, J. y Klein, P. (1980). *Skillstreaming the Adolescent*. Spain: Martínez Rosa Editions.
- Goldstein, A., Sprafkin, R., Gershaw, N. y Klein, P. (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Un programa de enseñanza*. (2ª ed.). Ediciones Martínez Roca, S.A.

<https://drive.google.com/file/d/1RvbBk2hrMLhz2oddxOGd9tQwt-43AFG/view?usp=sharing>

Gresham, F. y Elliot, S. (1990). *Social Skills Rating System*. Circle Pine, MN: American Guidance Service.

Gresham, F. (2016). Social skills assessment and intervention for children and youth. *Cambridge Journal of Education*, 46 (3), 319-332. <https://psycnet.apa.org/record/2016-35490-005>

Haymovitz, E., Houseal-Allport, P., Scott, L. y Svistova, J. (2018). Exploring the Perceived Benefits and Limitations os a School-Based Social-Emotional Learning Program: A Concept Map Evaluation. *Children & school*, 40 (1), 45-53.

Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la Investigación “Las rutas cuantitativas, cualitativa y mixtas*. México: McGraw-Hill.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, L. (2014). *Metodología de la investigación* (6 ed.). México: Mc Graw-Hill.

Jara, C. (2021). *Eficacia del programa de Habilidades sociales Empoderándonos en escolares del cuarto año de secundaria de las instituciones educativas de Tarma* [Tesis de Magister en Psicología, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/18932/Jara_oc.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Leme, V., Fernandes, L., Jovarini, N., El Achkar, A. y Del Prette, Z. (2016). Social Skills Program for adolescents in vulnerable social contexts. *Psico-USF*, 21(3), 598-608.

Little, S., Little, A., Gopaul, M. y Nicholson, T. (2019). Social Skills https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-20843-1_37

Lozada, L. (2020). *Diseño e implementación de un programa de Habilidades sociales para adolescentes, en la institución educativa San Juan Bosco del municipio de San Gil* [Tesis de Maestría, Universidad Autónoma de

Bucaramanga]. Repositorio de la Universidad Autónoma de Bucaramanga
https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/7337/2020_Tesis_Leidy_Milena_Lozada_Ramirez.pdf?sequence=1

Ministerio de Educación (2018). *Decreto Supremo N° 004-2018-MINEDU. Por el cual se aprueban los Lineamientos para la Gestión de la Convivencia Escolar, la Prevención y la Atención de la Violencia Contra Niñas, Niños y Adolescentes.*

Ministerio de Educación (2021). *Plataforma siseVE reporta casos de ciberacoso escolar durante la pandemia.*
<https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/490479-plataforma-siseve-reporta-casos-de-ciberacoso-escolar-durante-la-pandemia>

Ministerio de Educación (2022). *Orientaciones para el desarrollo de Programa de habilidades socioemocionales VII Ciclo*
<https://repositorio.perueduca.pe/articulos/docente/consejos-orientaciones/programa-habilidades-socioemocionales/orientaciones-ciclo-vii.pdf>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2022). *En 2022 transformemos la educación para un futuro con más esperanza.* <https://www.unesco.org/es/articles/en-2022-transformemos-la-educacion-para-un-futuro-con-mas-esperanza>

Oficina de las Naciones Unidas Contra la Droga y el Delito (2022). *Education and social and emotional skill development prevents substance use says UN's office on drugs and crime.*
<https://www.unodc.org/unodc/en/listen-first/success-stories/2022/january/education-and-social-and-emotional-skill-development-prevents-substance-use-says-uns-office-on-drugs-and-crime.html>

Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology.* 35(1), 227-232.
<http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>

- Pereira, I. (2021). *Habilidades sociales: Un proyecto de intervención con jóvenes en riesgo de exclusión social desde la educación social* [Tesis de Maestría, Universidad de Valladolid]. Repositorio de la Universidad de Valladolid. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/49967/TFG-L2964.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rani, R. (2019). Importance of social skills for adolescents. *ResearchGate*. 2(12). 28- 34. https://www.researchgate.net/publication/335378216_IMPORTANCE_OF_SOCIAL_SKILLS_FOR_ADOLESCENTS
- Real Academia Española (RAE, 2022). Definición de Programa. <https://dle.rae.es/programa?m=form>
- Roca, E. (2014). Como mejorar tus habilidades sociales. Valencia (4ª Ed.) ACDE
- Saavedra, J., Gonzales, G. y Ruiz, E. (2021) Programa JADIMOG para las habilidades sociales en estudiantes que reciben educación virtual, Tarapoto, 2021. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(2), 3659-3676. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/2119>
- Sacaca, L., & Pilco, R. (2022). Social skills in high school students. *Revista Estudios Psicológicos*, 2(4), 109-120. doi:10.35622/j.rep.2022.04.009 <https://estudiospsicologicos.com/index.php/rep/article/view/88/156>
- Schlundt, D. y McFall, R. (1985). New Direction in the Assessment of Social Competence and Social Skills, en L. L'Abate y M.A. Milan (Eds.), *Handbook of Social Skills Training and Research*, Nueva York, John Wiley, pp. 22-49.
- Tortosa, A. (2018). El aprendizaje de habilidades sociales en el aula. *Revista Internacional de apoyo a la inclusión, logopedia, sociedad y multiculturalidad*, vol. 4, núm. 4, pp. 158-165, 2018. <https://www.redalyc.org/journal/5746/574660908013/html/>
- Van, A., Creepers, H., Vogelaar, S., Saab, N., Miers, A., Westenberg, P. y Asscher, J. (2019). The effectiveness of school-based skills-training programs promoting mental health in adolescents: a study protocol for a randomized

controlled study. *BMC Public Health*, 19(712), 1-12.
<https://doi.org/10.1186/s12889-019-6999-3>

Vega, G. (2019). *Programa de habilidades sociales y su efecto en la autoestima de los estudiantes del quinto grado en la Institución Educativa Secundaria: "Libertadores de América" Manantay- Pucallpa-2018* [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio de la Universidad Cesar Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/45008/Vega_MG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

TÍTULO: Programa “Unámonos” para incrementar las habilidades sociales en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Ate Vitarte - 2023						
AUTORA: Márquez Quispe Evelyn Maribel						
PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL	Variables e indicadores:			
<p>¿En qué medida el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa el desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023?</p> <p>PE1 ¿En qué medida el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa las primeras habilidades sociales en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023?</p> <p>PE2 ¿En qué medida el programa psicoeducativo</p>	<p>Demostrar que el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa el desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023.</p> <p>OE1 Demostrar que el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa las primeras habilidades sociales en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023</p> <p>OE2 Demostrar que el programa psicoeducativo</p>	<p>El programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa significativamente el desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023.</p> <p>H1: El programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa significativamente las primeras habilidades sociales en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023</p> <p>H2: El programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa significativamente las habilidades sociales avanzadas en estudiantes</p>	Variable 1: Variable Independiente Programa psicoeducativo “Unámonos”			
			Sesiones		Campo Temático	Recursos
			Pre Prueba: Aplicación del instrumento de Goldstein			Cuestionario de Goldstein
			1. Reconociendo mis fortalezas		Auto concepto, autoestima	<p>Visuales y auditivos: Parlante, equipo multimedia, televisión</p> <p>Útiles: Papelógrafos, hojas bond y de color, limpia tipo, cinta de embalaje, cartulinas, plumones delgados y gruesos</p> <p>Humanos: docente, estudiantes, padres</p>
			2. Resolviendo el sentimiento de la vergüenza		Las sensaciones, emociones	
			3. Reconozco y gestiono mis emociones		Las emociones	
			4. Conectándome con otra persona		Capacidad de escucha	
			5. Aprendiendo a comunicarme mejor		Empatía	
			6. Manejando la presión de grupo		Comunicación asertiva, la presión de grupo	
			7. Haciéndome cargo del conflicto		Habilidades de comunicación	
			8. Aprendiendo a afrontar una crítica		La comunicación asertiva	
			9. Una vida sin drogas es saludable		Alcohol y Tipos de drogas	
			10. Relaciones afectivas y sexualidad		El amor, la sexualidad	
11. Nuestro proyecto Común		Pasos para resolver un problema				
12. Decidiendo mi futuro		Toma de decisiones				
Post Prueba: Aplicación del instrumento de Goldstein			Cuestionario de Goldstein			

<p>“Unámonos” incrementa las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023?</p> <p>PE3 ¿En qué medida el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa las habilidades asociadas con los sentimientos en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023?</p> <p>PE4 ¿En qué medida el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa las habilidades alternativas en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023?</p> <p>PE5</p>	<p>“Unámonos” incrementa las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023</p> <p>OE3: Demostrar que el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa las habilidades asociadas con los sentimientos en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023</p> <p>OE4: Demostrar que el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa las habilidades alternativas en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023</p> <p>OE5:</p>	<p>de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023</p> <p>H3: El programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa significativamente las habilidades asociadas con los sentimientos en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023</p> <p>H4: El programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa significativamente las habilidades alternativas en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023</p> <p>H5: El programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa significativamente las habilidades para afrontar el stress en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023</p>	Variable 2: Variable Dependiente Habilidades Sociales				
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Niveles y Rangos
			Primeras habilidades sociales	Escuchar. Iniciar una conversación. Mantener una conversación. Formular una pregunta. Dar las gracias. Presentarse. Presentar a otras personas.	1, 2, 3, 4, 5, 6,7,8	Escala politómica de Likert con los siguientes niveles de respuesta: (1) Nunca (2) Muy pocas veces (3) Alguna vez (4) A menudo (5) Siempre	Deficiente (50) Competente (250)
			Habilidades sociales avanzadas	Hacer un cumplido. Pedir ayuda. Participar. Dar instrucciones. Seguir instrucciones. Disculparse. Convencer a los demás	9,10,11,1 2,13,14		
			Habilidades asociadas con los sentimientos	Conocer los propios sentimientos. Expresar los sentimientos Comprender los sentimientos de los demás Enfrentarse con el enfado de otro Expresar afecto Resolver el miedo Auto-recompensarse	15,16,17, 18,19, 20,21		
Habilidades alternativas	Pedir permiso Compartir algo Ayudar a los demás. Negociar. Empezar el autocontrol. Defender los propios derechos. Responder a las bromas.	22,23,24, 25,26, 27,28,29, 30					

<p>¿En qué medida el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa las habilidades para afrontar el stress en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023?</p> <p>PE6 ¿En qué medida el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa las habilidades de planificación en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023?</p>	<p>Demostrar que el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa las habilidades para afrontar el stress en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023</p> <p>OE6: Demostrar que el programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa las habilidades de planificación en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023</p>	<p>H6: El programa psicoeducativo “Unámonos” incrementa las habilidades de planificación en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública – Ate Vitarte 2023</p>	<p>Habilidades para afrontar el stress</p> <p>Habilidades de planificación</p>	<p>Evitar los problemas con los demás. No entrar en peleas</p> <p>Formular una queja. Responder a una queja. Demostrar deportividad después de un juego. Resolver la vergüenza. Arreglárselas cuando le dejan de lado. Defender a un amigo. Responder a la persuasión. Responder al fracaso. Enfrentarse a los mensajes contradictorios. Responder a una acusación. Prepararse para una conversación difícil. Hacer frente a las presiones del grupo.</p> <p>Tomar iniciativas. Discernir sobre la causa de un problema. Establecer un objetivo. Determinar las propias habilidades. Recoger información. Resolver los problemas según su importancia. Tomar una decisión. Concentrarse en una tarea.</p>	<p>31,32,33, 34,35, 36,37,38, 39,40, 41,42</p> <p>43,44,45, 46,47, 48,49,50.</p>		
<p>Nivel - diseño de investigación</p>	<p>Población y muestra</p>	<p>Técnicas e instrumentos</p>	<p>Estadística a utilizar</p>				
<p>Paradigma: Positivista</p> <p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Tipo: Aplicada</p>	<p>Población: Todos los estudiantes del cuarto grado de secundaria que hacen un total de 160 estudiantes.</p>	<p>Variable: Habilidades Sociales</p> <p>Técnicas: Encuesta</p> <p>Instrumentos: Cuestionario de Habilidades Sociales de Goldstein</p>	<p>Estadística inferencial: Sirve para efectuar generalizaciones de la muestra a la población, se utiliza para probar hipótesis y estimar parámetros, basado en el concepto de distribución muestral (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). El análisis inferencial de</p>				

<p>Diseño: Experimental</p> <p>Nivel: Cuasi experimental</p> <p>Método: Hipotético deductivo</p>	<p>Tipo de muestreo: No probabilístico: Por conveniencia</p> <p>Tamaño de muestra: Estudiantes de dos aulas de cuarto grado de secundaria conformado por 60 estudiantes.</p>	<p>Autor: Gail L. Goldstein (Estados Unidos, 1990)</p> <p>Año: 2023</p> <p>Monitoreo: Se aplicará a dos aulas de cuarto de secundaria.</p> <p>Ámbito de Aplicación: Institución Educativa Pública – Ate Vitarte</p> <p>Forma de Administración: directa y presencial</p>	<p>los resultados de la investigación se realizó a través de la Prueba Chi Cuadrado. Según Briones (2002), la prueba Chi cuadrado se utiliza para determinar si existe influencia entre dos variables a través de cuadros de contingencia obteniendo datos de una muestra</p>
---	--	---	---

Anexo 2: Operacionalización de variable

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Habilidades sociales	Primeras habilidades sociales	Escuchar. Iniciar una conversación. Mantener una conversación. Formular una pregunta. Dar las gracias. Presentarse. Presentar a otras personas.	Escala politómica de Likert con los siguientes niveles de respuesta: (1) Nunca (2) Muy pocas veces (3) Alguna vez (4) A menudo (5) Siempre
	Habilidades avanzadas	Hacer un cumplido. Pedir ayuda. Participar. Dar instrucciones. Seguir instrucciones. Disculparse. Convencer a los demás	
	Habilidades asociadas con los sentimientos	Conocer los propios sentimientos. Expresar los sentimientos Comprender los sentimientos de los demás Enfrentarse con el enfado de otro Expresar afecto Resolver el miedo Auto-recompensarse	
	Habilidades alternativas	Pedir permiso Compartir algo Ayudar a los demás. Negociar. Empezar el autocontrol. Defender los propios derechos. Responder a las bromas. Evitar los problemas con los demás. No entrar en peleas	

Habilidades afrontar el estrés	para	Formular una queja. Responder a una queja. Demostrar deportividad después de un juego. Resolver la vergüenza. Arreglárselas cuando le dejan de lado. Defender a un amigo. Responder a la persuasión. Responder al fracaso. Enfrentarse a los mensajes contradictorios. Responder a una acusación. Prepararse para una conversación difícil. Hacer frente a las presiones del grupo.
Habilidades planificación	de	Tomar iniciativas. Discernir sobre la causa de un problema. Establecer un objetivo. Determinar las propias habilidades. Recoger información. Resolver los problemas según su importancia. Tomar una decisión. Concentrarse en una tarea.

Fuente: Goldstein (1989)

Anexo 3: Confiabilidad test

FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO

Variable dependiente: Habilidades Sociales

Datos generales	
Título:	Cuestionario de Habilidades Sociales de Goldstein - Social Skills Rating System (SSRS)
Autor:	Gail L. Goldstein (1990)
Procedencia:	Estados Unidos
Adaptación:	Evelyn Maribel Márquez Quispe (2023)
Finalidad:	Evaluar las habilidades sociales de los individuos, especialmente en adolescentes, a través de recopilar información de diferentes fuentes, como los padres, los maestros y los propios estudiantes.
Administración:	Individual
Aplicación:	Adolescentes entre 15 y 16 años
Duración:	Aproximadamente 30 minutos
Estructura:	<p>El cuestionario está compuesto por 50 preguntas correspondientes a 6 dimensiones relacionadas a las primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades asociadas al sentimiento, las habilidades alternativas, las habilidades para afrontar el estrés, y las habilidades de planificación.</p> <p>Para responder se tiene en cuenta una escala tipo Likert con opciones: (1) Nunca, (2) Muy pocas veces, (3) Alguna vez, (4) A menudo, y (5) Siempre</p>

Anexo 4: Cuestionario Aplicado para la variable dependiente

CUESTIONARIO DE HABILIDADES EN EL APRENDIZAJE ESTRUCTURADO (Goldstein, 1990)

Colegio: _____ Grado y sección: _____
 Edad: _____ Sexo: (F) (M)

INSTRUCCIONES: A continuación, encontraras una lista de habilidades sociales que los adolescentes como tú pueden poseer en mayor o menor grado y que hace que ustedes sean más o menos capaces. Deberás calificar tus habilidades marcando cada una de las habilidades que se describen a continuación, de acuerdo a los siguientes puntajes.

- Marca 1 si nunca utilizas bien la habilidad.
- Marca 2 si utilizas muy pocas veces la habilidad.
- Marca 3 si utilizas alguna vez bien la habilidad.
- Marca 4 si utilizas a menudo bien la habilidad.
- Marca 5 si utilizas siempre bien la habilidad.

GRUPO I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
1. ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	1	2	3	4	5
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	1	2	3	4	5
3. ¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	1	2	3	4	5
4. ¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	1	2	3	4	5
5. ¿Dices a los demás que tú estás agradecida (o) con ellos por algo que hicieron por ti?	1	2	3	4	5
6. ¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	1	2	3	4	5
7. ¿Presentas a nuevas personas con otros (as)?	1	2	3	4	5
8. ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	1	2	3	4	5

GRUPO II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
9. ¿Pides ayuda cuando la necesitas?	1	2	3	4	5
10. ¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	1	2	3	4	5
11. ¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	4	5
12. ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	4	5
13. ¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	1	2	3	4	5
14. ¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	1	2	3	4	5

GRUPO III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
15. ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	1	2	3	4	5
16. ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	1	2	3	4	5
17. ¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	4	5
18. ¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	1	2	3	4	5
19. ¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	1	2	3	4	5
20. Cuando sientes miedo, piensas ¿por qué lo sientes y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	1	2	3	4	5
21. ¿Te das a ti misma/o una recompensa después de hacer algo bien?	1	2	3	4	5

GRUPO IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
22. ¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a las personas indicadas?	1	2	3	4	5
23. ¿Compartes tus cosas con los demás?	1	2	3	4	5
24. ¿Ayudas a quien lo necesita?	1	2	3	4	5
25. ¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	1	2	3	4	5
26. ¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	1	2	3	4	5
27. ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	1	2	3	4	5
28. ¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	1	2	3	4	5
29. ¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30. ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	1	2	3	4	5

GRUPO V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
31. ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	1	2	3	4	5
32. ¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	1	2	3	4	5
33. ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34. ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2	3	4	5
35. ¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36. ¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	1	2	3	4	5
37. ¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	1	2	3	4	5
38. ¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	1	2	3	4	5
39. ¿Reconoces y resuelves la confusión que te produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	1	2	3	4	5
40. ¿Comprendes de qué y por qué has sido acusada (o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	1	2	3	4	5
41. ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5
42. ¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	1	2	3	4	5

GRUPO VI: HABILIDADES DE PLANIFICACION

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
43. ¿Si te sientes aburrida/o, intentas encontrar algo interesante que hacer?	1	2	3	4	5
44. ¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	1	2	3	4	5
45. ¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46. ¿Determinas de manera realista, qué tan bien podrías realizar una tarea antes de comenzarla?	1	2	3	4	5
47. ¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	1	2	3	4	5
48. ¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	1	2	3	4	5
49. ¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	1	2	3	4	5
50. ¿Eres capaz de ignorar distracciones y sólo prestas atención a lo que quieres hacer?	1	2	3	4	5

Anexo 5. Base de datos prueba piloto del cuestionario

RESULTADOS DE LA PRUEBA PILOTO - Cuestionario de Habilidades Sociales

		HABILIDADES SOCIALES																																																										
		Primeras habilidades sociales	Habilidades sociales avanzadas	Habilidades relacionadas con los sentimientos	Habilidades alternativas	Habilidades para hacer frente al stress	Habilidades de planificación	D1	D2	D3	D4	D5	D6	Total																																														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50									
1	1	4	4	3	5	5	2	1	2	4	3	2	3	4	1	5	1	3	3	2	2	2	5	2	4	3	5	4	5	5	4	2	5	4	4	2	2	4	3	2	2	4	5	4	3	5	5	2	5	3	26	17	18	37	39	32	169			
2	2	4	4	4	3	4	5	5	4	1	3	3	3	4	1	4	2	3	2	3	4	4	5	3	3	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	33	15	23	35	47	35	168		
3	3	4	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	5	2	4	2	5	4	4	2	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	24	20	25	38	42	28	177
4	4	4	5	4	5	1	5	2	2	3	4	4	4	5	2	4	1	5	4	3	4	3	5	4	5	4	3	3	5	5	4	5	4	3	4	4	4	4	5	4	5	4	3	3	4	3	4	3	4	3	5	28	22	24	38	49	29	190		
5	5	5	4	4	3	5	5	3	3	5	4	4	3	4	3	4	5	3	4	4	3	3	2	3	4	3	4	4	3	4	5	5	3	3	4	5	4	4	4	4	2	3	4	5	4	3	3	4	4	5	3	32	23	24	35	44	31	189		
6	6	4	2	4	2	5	2	2	2	2	4	4	5	5	2	4	4	5	1	5	4	2	5	5	4	4	5	4	4	5	4	2	4	2	1	3	4	5	2	3	2	5	5	4	2	2	5	3	4	2	23	22	26	38	37	27	173			
7	7	4	3	4	4	1	2	1	3	3	2	3	3	4	3	4	4	4	5	5	5	2	4	2	3	4	5	3	5	4	3	5	4	4	4	5	4	5	4	3	4	4	2	4	4	4	4	5	3	5	3	22	18	23	33	48	33	183		
8	8	5	4	4	4	5	5	5	4	5	4	3	4	5	2	4	5	5	4	5	4	4	5	5	4	4	5	4	2	4	3	4	3	5	5	4	4	2	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	2	36	23	31	34	49	34	207			
9	9	4	4	5	4	5	5	4	4	3	4	3	3	2	3	1	3	4	4	4	5	4	5	4	3	5	5	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	5	4	3	3	5	4	3	4	4	3	3	4	3	4	35	18	24	37	46	29	189
10	10	5	4	5	5	5	3	4	4	4	5	5	5	5	3	3	3	5	5	4	4	3	5	5	5	4	5	4	3	3	4	3	5	4	2	3	4	5	5	4	3	3	2	5	5	5	4	5	5	4	3	35	27	27	38	43	36	206		
11	11	5	2	3	5	5	4	2	4	5	5	4	3	5	1	5	4	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	30	23	32	44	56	38	224		
12	12	5	3	2	3	5	2	3	2	3	2	4	5	5	3	4	4	5	3	5	5	2	3	5	5	3	5	5	3	5	4	5	4	5	1	5	5	4	3	4	5	3	5	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	25	22	28	39	48	37	199
13	13	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	4	2	3	2	3	4	2	5	1	4	3	2	4	4	2	4	5	5	3	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	4	3	2	3	2	3	4	2	25	16	20	33	32	23	149		
14	14	5	3	4	5	4	4	4	5	4	3	4	5	4	4	3	5	4	5	3	4	5	4	5	3	4	3	5	3	5	4	3	4	5	5	4	4	3	4	3	4	3	5	4	3	4	4	4	4	3	5	33	25	28	37	47	31	201		
15	15	4	3	5	3	2	3	2	3	4	4	5	2	3	4	4	3	3	2	3	2	4	4	3	3	2	4	3	4	4	3	2	4	4	4	5	3	3	4	5	3	3	5	5	4	3	2	4	4	27	20	21	32	44	30	174				
16	16	3	4	4	5	4	3	2	2	3	2	3	3	3	2	4	2	3	4	3	3	1	5	2	3	2	2	1	2	2	5	1	4	2	1	2	2	3	2	1	3	3	2	4	3	3	2	3	1	2	4	27	16	20	24	26	22	135		
17	17	5	4	4	5	5	5	4	4	5	4	4	5	5	3	4	3	5	5	4	4	5	5	4	5	5	4	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	5	36	26	30	41	53	37	223		
18	18	2	3	4	4	3	2	2	2	4	2	2	3	4	2	4	4	3	4	4	3	4	2	5	2	3	2	2	3	2	3	2	4	5	3	4	2	4	4	2	3	4	2	4	4	3	4	2	3	2	3	4	22	17	23	24	41	25	152	
19	19	4	2	2	3	5	2	2	3	5	4	2	2	5	1	3	2	1	2	3	2	3	2	5	5	4	5	3	5	4	4	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	5	4	4	3	2	2	3	3	23	19	16	37	32	26	153			
20	20	4	5	5	4	5	5	3	5	4	5	5	4	5	1	2	3	5	5	5	2	3	3	5	5	4	5	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	3	4	5	4	4	5	3	5	3	36	24	25	40	54	33	212		
25		0.7	0.9	0.8	0.9	2	1.7	1.4	1	1.4	1	0.9	0.3	0.5	0.7	0.7	1.2	1.2	0.8	1.1	1.2	1.9	0.9	1.5	1	0.8	1.1	1.1	1.1	0.8	0.8	1	0.8	0.7	1.6	1.8	0.9	0.5	1.1	1.1	1.1	1	1.1	0.4	0.7	0.9	1	1	1.6	0.8	1.1	27	13	18	24	59	23	612.24		

Nunca	Muy pocas veces	Algunas veces	A menudo	Siempre
1	2	3	4	5

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

$$\alpha = \frac{50}{50-1} \left[1 - \frac{52,382}{612,24} \right]$$

$$\alpha = 0,933$$

Conclusion: Con un valor Alfa de 0,933 se puede concluir que el instrumento es altamente confiable según la escala de Crombach.

Anexo 6. Prueba de normalidad

1. Hipótesis

H_0 Los datos sobre habilidades sociales de los estudiantes de secundaria tienen una distribución normal.

H_1 Los datos sobre habilidades sociales de los estudiantes de secundaria no tienen una distribución normal.

2. Nivel de significancia

Confianza: 95%

Significancia: 5%

3. Prueba estadística empleada

Dado que los datos analizados en la prueba piloto fueron 20, se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov

Tabla X:

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov

Estadístico	gl	p

4. Criterio de decisión

Si $p < 0,05$ se rechaza la H_0 y se acepta la H_1 .

Si $p \geq 0,05$ se acepta la H_0 y se rechaza la H_1 .

5. Resultados

Tabla 1:

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov

Estadístico	Gl	p
0,907	20	0,065

Elaborado en SPSS

6. Decisión y conclusión

Como $p > 0,05$ entonces se rechaza la H_1 , es decir los datos tienen una distribución normal.

2 2	5	3	5	4	4	5	3	2	4	5	4	4	5	2	5	2	5	4	5	5	2	5	5	5	4	3	3	4	3	5	4	4	5	3	4	5	4	4	4	5	4	4	5	3	4	3	4	4	4	2	155		
2 3	3	2	4	5	5	4	3	5	4	5	4	4	5	1	3	2	5	5	4	3	2	4	2	5	3	4	4	5	5	4	3	4	4	3	2	2	4	4	4	4	3	4	2	4	4	3	5	4	4	3	5	165	
2 4	3	5	4	2	5	5	2	3	4	2	2	3	5	1	4	5	5	4	5	3	3	5	5	5	4	5	3	4	4	3	4	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	2	5	5	5	4	3	2	3	4	174		
2 5	4	4	4	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	1	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	5	5	4	4	4	4	3	3	180		
2 6	4	2	1	5	1	1	1	1	5	3	1	5	2	1	1	1	1	2	1	1	1	5	1	3	5	5	5	3	4	2	4	2	4	1	4	5	3	5	3	1	5	1	1	1	5	5	5	5	5	2	199		
2 7	4	4	5	4	5	4	4	3	3	3	4	4	5	3	4	3	4	2	4	3	2	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	3	4	3	4	4	5	3	5	3	193
2 8	4	2	1	4	4	1	1	1	4	1	3	4	4	2	1	2	2	2	1	1	1	4	5	5	3	1	3	1	5	5	1	1	1	3	1	1	2	4	2	2	4	4	1	3	5	4	5	4	4	3	192		
2 9	4	4	4	4	4	3	3	1	3	4	2	3	4	2	4	3	3	4	3	2	4	3	2	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	5	240	
3 0	4	2	3	4	5	2	3	3	3	2	3	3	4	1	3	2	3	4	5	2	2	2	4	5	5	4	2	4	4	4	4	5	3	2	3	4	5	4	3	3	5	4	4	4	4	3	3	5	3	2	240		


2	2	5	5	5	5	3	2	1	4	1	5	3	5	5	1	3	1	4	4	2	5	1	5	4	5	5	3	4	4	4	4	1	5	3	3	4	5	3	5	5	1	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	225
2	3	3	5	4	2	5	3	2	2	4	5	5	4	3	5	4	2	3	3	3	4	4	5	4	3	2	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	5	2	5	1	5	3	5	2	5	5	5	5	5	5	3	5	4	239						
2	4	5	5	4	5	5	5	4	4	2	5	5	4	4	4	2	5	5	4	5	2	4	5	5	4	2	4	3	4	4	4	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	239				
2	5	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	5	1	3	1	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	2	5	5	5	5	5	1	2	5	4	5	5	1	5	5	3	5	5	2	4	2	5	5	1	228									
2	6	2	2	2	4	5	3	3	3	3	2	3	4	5	3	4	2	5	4	4	5	5	3	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	1	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	3	4	4	4	4	3	5	228					
2	7	5	4	4	3	4	3	4	2	5	3	3	4	4	4	4	1	3	3	4	3	4	4	4	4	5	3	3	5	3	2	2	4	5	4	1	3	5	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	221				
2	8	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	5	1	3	1	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	2	5	5	5	5	5	1	2	5	4	5	5	1	5	5	3	5	5	2	4	2	5	5	1	229								
2	9	2	2	2	4	5	3	3	3	3	2	3	4	5	3	4	2	5	4	4	5	5	3	4	4	4	5	5	5	4	4	5	5	1	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	3	4	4	4	4	3	5	235					
3	0	3	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	3	4	3	4	5	4	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	5	224				

Base datos – Grupo de control - Posprueba

Primeras habilidades sociales								Habilidades sociales avanzadas							Habilidades relacionadas con los sentimientos							Habilidades alternativas							Habilidades para hacer frente al stress									Habilidades de planificación									Total						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47		48	49	50			
1	4	3	3	4	5	4	3	4	5	5	4	4	5	2	4	3	4	5	4	3	5	5	5	5	3	4	5	5	4	3	2	1	3	4	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	5	5	74		
2	4	4	5	5	3	4	4	5	5	4	4	5	4	1	5	5	5	5	4	5	1	3	5	5	5	4	3	4	1	5	5	5	5	5	5	1	1	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	4	4	82	
3	5	4	4	3	5	4	3	5	3	2	4	3	5	2	4	3	5	4	4	3	2	5	4	4	4	3	3	3	3	5	4	4	3	3	2	3	4	4	3	3	4	5	5	4	4	4	5	5	4	4	80		
4	3	3	4	4	4	2	1	1	2	1	2	4	5	2	2	2	1	3	1	4	2	4	1	4	3	5	3	5	4	4	5	4	3	4	5	4	4	4	3	2	2	4	4	4	3	4	3	3	4	3	70		
5	4	3	3	5	3	2	4	1	4	3	3	5	5	3	5	3	4	4	2	4	5	5	3	5	4	3	2	5	5	4	2	4	3	5	3	4	4	5	3	4	5	3	4	4	4	3	4	5	5	5	92		
6	5	4	4	3	5	4	3	4	4	4	3	5	4	3	4	3	4	5	5	5	2	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	5	5	4	4	4	5	5	5	3	5	4	4	4	5	5	4	5	107		
7	5	4	5	4	4	2	2	2	4	5	4	5	5	5	5	2	4	4	2	4	3	5	4	4	5	4	4	4	3	5	2	4	2	4	5	5	4	4	5	4	4	5	5	4	4	5	5	4	5	4	115		
8	5	4	4	5	5	5	4	5	5	4	4	4	5	5	5	1	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	3	3	2	3	3	3	4	2	2	1	4	4	4	4	4	5	5	2	4	4	114		
9	5	4	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	5	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	5	108		
10	5	4	4	5	5	4	3	5	4	3	4	5	5	1	5	2	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	3	4	5	4	5	5	5	5	4	4	5	3	5	5	112
11	4	4	3	4	4	3	3	4	4	5	4	5	4	3	4	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	111
12	5	2	5	4	5	1	1	1	1	5	5	5	5	2	5	1	4	5	5	4	2	5	1	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	3	1	4	5	4	4	4	5	5	4	5	5	4	5	5	4	124		
13	3	4	4	5	5	4	3	4	4	4	3	4	4	2	4	3	5	4	4	4	4	3	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	5	4	5	4	5	3	133
14	4	4	4	3	5	3	2	2	4	2	2	2	4	4	4	4	4	5	3	2	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	2	4	4	3	2	4	4	3	3	2	2	3	5	3	4	3	3	3	3	2	150		
15	5	4	5	4	5	5	3	3	4	5	4	5	5	3	4	4	5	5	5	4	2	5	5	4	5	5	4	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	4	5	4	3	5	4	3	3	4	5	5	3	151		
16	5	2	4	4	5	1	1	3	3	4	4	5	4	1	3	2	4	4	4	4	3	5	4	3	4	4	3	4	4	5	3	4	4	4	3	4	5	5	3	4	5	2	5	4	4	4	4	3	3	2	157		
17	5	3	3	3	5	3	3	5	4	5	5	4	1	4	2	5	4	3	4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	2	5	4	4	3	5	5	5	5	3	4	3	4	5	5	5	5	5	4	4	148		
18	5	4	3	1	2	5	2	1	3	1	1	2	5	1	3	1	2	5	2	4	4	5	3	3	4	5	3	5	5	5	2	1	2	3	5	1	2	5	3	1	3	2	1	2	3	2	2	4	3	5	154		
19	5	4	4	4	4	2	3	2	2	4	5	4	5	4	4	2	4	3	4	1	1	5	1	5	2	3	5	5	4	3	4	5	3	4	4	5	5	4	3	2	4	5	2	3	2	3	4	3	5	4	153		
20	4	4	4	3	5	2	3	3	4	4	4	4	5	4	3	3	4	4	3	3	3	4	5	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	5	4	3	3	4	4	4	3	159		
21	5	4	5	4	5	3	2	2	2	3	5	4	5	3	4	1	5	5	5	3	1	5	5	4	5	5	4	5	4	4	4	5	5	5	5	4	5	5	4	2	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	177		

2	2	5	3	5	4	4	5	3	2	4	5	4	4	5	2	5	2	5	4	5	5	2	5	5	5	4	3	3	4	3	5	4	4	5	3	4	5	4	4	4	5	4	4	5	3	4	3	4	4	4	2	193			
2	3	3	2	4	5	5	4	3	5	4	5	4	4	5	1	3	2	5	5	4	3	2	4	2	5	3	4	4	5	5	4	3	4	3	2	2	4	4	4	4	3	4	2	4	4	3	5	4	4	3	5	190			
2	4	3	5	4	2	5	5	2	3	4	2	2	3	5	1	4	5	5	4	5	3	3	5	5	5	4	5	3	4	4	3	4	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	2	5	5	5	4	3	2	3	4	197			
2	5	4	4	4	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	1	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	5	5	4	4	4	4	3	3	192		
2	6	4	2	1	5	1	1	1	1	5	3	1	5	2	1	1	1	1	2	1	1	1	5	1	3	5	5	5	3	4	2	4	2	4	1	4	5	3	5	3	1	5	1	1	1	5	5	5	5	5	5	2	204		
2	7	4	4	5	4	5	4	4	3	3	3	4	4	5	3	4	3	4	2	4	3	2	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	3	4	3	4	4	5	3	5	3	210
2	8	4	2	1	4	4	1	1	1	4	1	3	4	4	2	1	2	2	2	1	1	1	4	5	5	3	1	3	1	5	5	1	1	1	3	1	1	2	4	2	2	4	4	1	3	5	4	5	4	4	3	233			
2	9	4	4	4	4	4	3	3	1	3	4	2	3	4	2	4	3	3	4	3	2	4	3	2	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	5	232		
3	0	4	2	3	4	5	2	3	3	3	2	3	3	4	1	3	2	3	4	5	2	2	2	4	5	5	4	2	4	4	4	4	4	4	5	3	2	3	4	5	4	3	3	5	4	4	4	4	3	3	5	3	2	237	

Anexo 7: Solicitud para la institución donde se realiza la investigación y carta de aceptación

 UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO 31 años

"Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"

Lima, 07 de octubre del 2023

Señor (a):
Mg. Oscar Allaga Baltazar.
Director(a):
IE N°1228 LEONCIO PRADO GUTIERREZ.

Nº de Carta : 036 – 2023 – UCV – VA – EPG – F06L03/J
Asunto : Solicita autorización para realizar investigación en la institución que usted dignamente dirige.
Referencia : Solicitud del interesado de fecha: 07 de octubre del 2023.

Tengo a bien dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y al mismo tiempo augurarle éxitos en la gestión de la institución a la cual usted representa.

Luego para comunicarle que la Unidad de Posgrado de la Universidad César Vallejo Filial Lima Ate, tiene los Programas de Maestría y Doctorado, en diversas menciones, donde los estudiantes se forman para obtener el Grado Académico de Maestro o de Doctor según el caso.

Para obtener el Grado Académico correspondiente, los estudiantes deben elaborar, presentar, sustentar y aprobar un Trabajo de Investigación Científica (Tesis).


Por tal motivo alcanzo la siguiente información:

- 1) Apellidos y nombres de estudiante: **MARQUEZ QUISPE, EVELYN MARIBEL**
- 2) Programa de estudios : Maestría
- 3) Mención : Psicología Educativa
- 4) Título de la investigación : "PROGRAMA PSICOEDUCATIVO "UNÁMONOS" PARA INCREMENTAR LAS HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, ATE VITARTE -2023"


Debo señalar que los resultados de la investigación a realizar benefician al estudiante investigador como también a la institución donde se realiza la investigación.

Por lo expuesto, agradeceré a usted tenga a bien autorizar la investigación que realizará el maestrando interesado.

Atentamente



Oscar Allaga Baltazar
DIRECTOR GENERAL
IE N° 1228 LEONCIO PRADO GUTIERREZ

ACEPTADO



"Somos la universidad de los que quieren salir adelante"

Dirección: Ate Km. 8.2 Carretera Central, Ate
Correo: info@ucv.edu.pe
Celular: 986 326 023 www.ucv.edu.pe



 INSTITUCIÓN EDUCATIVA LEONCIO PRADO GUTIERREZ "Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"

CARTA DE ACEPTACIÓN

Ate, 10 de octubre del 2023

Sr. Director de la IE N° 1228 LEONCIO PRADO GUTIERREZ

Presente

Estimado director

Por la presente tengo a bien a dirigirme a su despacho con la finalidad de hacerle llegar mis cordiales saludos y a la vez dar respuesta al documento en referencia.

Que habiendo recepcionado el documento en referencia donde solicita la autorización para que la Lic. Evelyn Maribel Márquez Quispe, pueda realizar una investigación en esta institución, se concede la autorización respectiva para que pueda realizar dicha actividad.

Sin otro particular me despido de usted, no sin antes expresarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente.


Oscar Allaga Baltazar
DIRECTOR GENERAL

Anexo 8: Consentimiento de los padres de familia

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Jorge Saul Chávez Vivanco identificado con DNI N° 10299482

Por la presente, doy fe de que he sido informado de la aplicación del cuestionario de Habilidades Sociales a mi menor hijo (a) Bruno Mateo Chávez Márquez estudiante de 4° grado D del nivel secundaria de la IE N°1228 Leoncio Prado Gutiérrez.

Este cuestionario es aplicado con motivo del trabajo de investigación de la docente Evelyn Maribel Márquez Quispe, estudiante de Maestría en Psicología Educativa de la Universidad Cesar Vallejo, quien tratará los resultados de manera exclusiva para fines de investigación.

Ate Vitarte, setiembre de 2023

Jorge Saul Chávez
Firma

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Renee Chávez Peceros identificado con DNI N° 10262698

Por la presente, doy fe de que he sido informado de la aplicación del cuestionario de Habilidades Sociales a mi menor hijo (a) Flor Kiara Riveros Chávez estudiante de 4° grado D del nivel secundaria de la IE N°1228 Leoncio Prado Gutiérrez.

Este cuestionario es aplicado con motivo del trabajo de investigación de la docente Evelyn Maribel Márquez Quispe, estudiante de Maestría en Psicología Educativa de la Universidad Cesar Vallejo, quien tratará los resultados de manera exclusiva para fines de investigación.

Ate Vitarte, setiembre de 2023

Renee Chávez
Firma

Anexo 9: Juicio de Expertos

Experto 1

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el "EL CUESTIONARIO SOBRE HABILIDADES SOCIALES". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer en gestión. Agradezco su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	Lily Elide Chuquillanqui Lazo		
Grado profesional:	Maestría (/)	Doctor ()	
Área de formación académica:	Clinica (/)	Social ()	
Áreas de experiencia profesional:	Educativa (/)	Organizacional (/)	
Áreas de experiencia profesional:	DOCENCIA EBR		
Institución donde labora:	IE N° 1251		
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años (/)	Más de 5 años (/)	
Experiencia en Investigación Psicométrica (si corresponde)			

2. Pronóstico de la evaluación:

Valorar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la escala:

Nombre de la Prueba:	CUESTIONARIO SOBRE HABILIDADES SOCIALES
Autor:	Evelyn Maribel Márquez Quispe
Procedencia:	Perú
Administración:	Directa
Tiempo de aplicación:	30 minutos
Ámbito de aplicación:	Alta Vigente

Significación:	El cuestionario consta de 50 ítems y está distribuido en 8 dimensiones: 1) Primeras Habilidades Sociales (8 ítems) 2) Habilidades Sociales avanzadas (6 ítems) 3) Habilidades asociadas a los sentimientos (7 ítems) 4) Habilidades alternativas (9 ítems) 5) Habilidades para afrontar el stress (12 ítems) 6) Habilidades de planificación (8 ítems)
----------------	--

4. Soporte teórico:

Goldstein et al. (1980), las habilidades sociales son una gama de conductas y las personas las utilizan beneficiosamente frente a los conflictos de la vida. Así mismo, señala que estas habilidades pueden ser entrenadas.

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
HABILIDADES SOCIALES	Primeras habilidades sociales	La persona tiene estas habilidades cuando puede iniciar una conversación presentándose, mantiene la conversación sabiendo escuchar prestando atención, a la vez que formula preguntas. Así mismo, es agradecido y puede hacer cumplidos (Goldstein,1990).
	Habilidades sociales avanzadas	Se manifiesta cuando una persona pide ayuda cuando la necesita, participa en actividades de grupo respetando las ideas diferentes, sabe ganar y seguir instrucciones, pide disculpas y es convincente con las personas (Goldstein,1990).
	Habilidades asociadas a los sentimientos	Cuando se es capaz de mantenerse emocionalmente inalterable, reconociendo sus emociones y regulándolas; es consciente de sus debilidades, pero también de sus fortalezas, sabe recompensarse y elogiar por sus logros. En sus relaciones con las personas, muestra interés y empatía frente a sus sentimientos (Goldstein,1990).
	Habilidades alternativas	Aquí tenemos a una persona con la capacidad de tener autocontrol, evitando los conflictos, llega a acuerdos sabiendo negociar; muestra empatía; se muestra solidario y es asertivo cuando da su punto de vista o defiende sus derechos (Goldstein,1990).
	Habilidades para afrontar el stress	La persona es capaz de manejar el fracaso, es resiliente, no se frustra, muestra madurez en sus emociones, es empático. También, sabe halagar a los demás y muestra su desacuerdo frente a injusticias (Goldstein,1990).
	Habilidades de planificación	Aquí, la persona se propone o establece objetivos, sabe decidir para resolver problemas acertadamente (Goldstein,1990).

5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento el cuestionario "Habilidades Sociales", elaborado por Evelyn Maribel Márquez Quispe, de acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es claro, su sintaxis y semántica son adecuadas.	2. Bajo nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuadas.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

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

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

Dimensiones del instrumento: Primeras habilidades sociales, Habilidades Sociales avanzadas, Habilidades asociadas a los sentimientos, Habilidades alternativas, Habilidades para afrontar el stress, Habilidades de planificación.

• Primera dimensión: Primeras habilidades sociales

• Objetivo de la Dimensión: Conocer la capacidad de los estudiantes para iniciar y mantener una conversación, prestar atención y formular preguntas, ser agradecido y hacer cumplidos.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Atención	¿Presta atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	4	4	4	
Atención	¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	4	4	4	
Atención	¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	4	4	4	
Atención	¿Pides la información que necesitas saber y se la puedes a la persona adecuada?	4	4	4	
Agradecimiento	¿Dices a los demás que te están agradeciendo (o) con ellos por algo que hicieron por ti?	4	4	4	
Iniciativa	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	4	4	4	
Iniciativa	¿Presentas a nuevas personas con otros (as)?	4	4	4	
Hacer cumplidos	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	4	4	4	

• Segunda dimensión: Habilidades sociales avanzadas

- Objetivo: Conocer la capacidad de los estudiantes para pedir ayuda, participar en grupo y ser convincente

Indicadores	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Convenimiento	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	4	4	4	
Participación	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	4	4	4	
Convenimiento	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	4	4	4	
Participación	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	4	4	4	
Disciplina	¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	4	4	4	
Convenimiento	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	4	4	4	

• Tercera dimensión: Habilidades asociadas con los sentimientos

- Objetivos de la Dimensión: Conocer la capacidad de los estudiantes de mantenerse emocionalmente inalterable, reconocer sus emociones y regularlas, reconocer sus debilidades y fortalezas, elogiar, recompensarse y ser empático

Indicadores	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Reconocimiento	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	4	4	4	
Reconocimiento	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	4	4	4	
Empatía	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	4	4	4	

Empatía	¿Intentas comprender el mundo de las otras personas?	4	4	4	
Interés	¿Permites que los demás sepan que tú te interesa o te preocupas por ellos?	4	4	4	
Reconocimiento	¿Cuando sientes miedo, piensas por qué lo sientes y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	4	4	4	
Compensación	¿Te das a ti mismo/a una recompensa después de hacer algo bien?	4	4	4	

• Cuarta dimensión: Habilidades alternativas

- Objetivos de la Dimensión: Conocer la capacidad de los estudiantes de tener autocontrol, evitar conflictos, negociar, ser empático, solidario y asertivo.

Indicadores	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Autocontrol	¿Sabes cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a las personas indicadas?	4	4	4	
Solidaridad	¿Compartes tus cosas con los demás?	4	4	4	
Solidaridad	¿Ayudas a quien lo necesita?	4	4	4	
Negociación	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	4	4	4	
Autocontrol	¿Controlas tu carácter de modo que no se escapen las cosas de la mano?	4	4	4	
Asertividad	¿Defiendes tus derechos siendo a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	4	4	4	
Autocontrol	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	4	4	4	
Asertividad	¿Te mantienes al margen de situaciones que te puedan ocasionar problemas?	4	4	4	

Asertividad	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelear?	4	4	4	
-------------	--	---	---	---	--

• Quinta dimensión: Habilidades para afrontar el stress

- Objetivo de la Dimensión: Conocer la capacidad de los estudiantes para manejar el fracaso, la frustración. Es resiliente, empático y justo.

Indicadores	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Asertividad	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	4	4	4	
Justicia	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por tí?	4	4	4	
Asertividad	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	4	4	4	
Resiliencia	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos colado?	4	4	4	
Resiliencia	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	4	4	4	
Justicia	¿Mantienes a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	4	4	4	
Empatía	¿Si alguien está tratando de comerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir que hacer?	4	4	4	
Comprensión	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	4	4	4	
Comprensión	¿Reconoces y resuelve la confusión que te produce cuando los demás te explican una cosa, pero dices y haces otra?	4	4	4	

Resiliencia	¿Comprendes de qué y por qué has sido acusado (o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	4	4	4	
Asertividad	¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	4	4	4	
Autonomía	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	4	4	4	

• Sexta dimensión: Habilidades de planificación

- Objetivo de la Dimensión: Conocer la capacidad de los estudiantes para proponerse objetivos, decidir y resolver problemas acertadamente.

Indicadores	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Resiliencia	¿Si te sientas aburrido, intentas encontrar algo interesante que hacer?	4	4	4	
Resolutivo	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	4	4	4	
Proactivo	¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	4	4	4	
Planificación	¿Determinas de manera realista, qué tan bien podrías realizar una tarea antes de comenzarla?	4	4	4	
Planificación	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	4	4	4	
Planificación	¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	4	4	4	
Decisión	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	4	4	4	
Decisión	¿Eres capaz de ignorar distracciones y sólo prestar atención a lo que quieres hacer?	4	4	4	

Firma del evaluador.

DNI: 09727733

Experto 2

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el "EL CUESTIONARIO SOBRE HABILIDADES SOCIALES". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente, aportando al quehacer en gestión. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	Maribel Susana Martínez Aparicio	
Grado profesional:	Maestría (<input checked="" type="checkbox"/>)	Doctor (<input type="checkbox"/>)
Área de formación académica:	Clinica (<input type="checkbox"/>)	Social (<input type="checkbox"/>)
	Educativa (<input checked="" type="checkbox"/>)	Organizacional (<input type="checkbox"/>)
Áreas de experiencia profesional:	DOCENCIA UNIVERSITARIA	
Institución donde laboral:	UNE ENRIQUE GUZMAN Y VALLE	
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años (<input type="checkbox"/>)	Más de 5 años (<input checked="" type="checkbox"/>)
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)		

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la escala:

Nombre de la Prueba:	CUESTIONARIO SOBRE HABILIDADES SOCIALES
Autor:	Evelyn Maribel Márquez Quispe
Procedencia:	Perú
Administración:	Directa
Tiempo de aplicación:	30 minutos
Ámbito de aplicación:	Alta Virtute

Significación:	El cuestionario consta de 50 ítems y está distribuido en 8 dimensiones: 1) Primeras Habilidades Sociales (8 ítems) 2) Habilidades Sociales Avanzadas (9 ítems) 3) Habilidades asociadas a los sentimientos (7 ítems) 4) Habilidades alternativas (9 ítems) 5) Habilidades para afrontar el stress (12 ítems) 6) Habilidades de planificación (8 ítems)
----------------	--

4. Soporte teórico:

Goldstein et al. (1980), las habilidades sociales son una gama de conductas y las personas las utilizan beneficiosamente frente a los conflictos de la vida. Así mismo, señala que estas habilidades pueden ser entrenadas.

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
HABILIDADES SOCIALES	Primeras habilidades sociales	La persona tiene estas habilidades cuando puede iniciar una conversación presentándose, mantiene la conversación sabiendo escuchar prestando atención, a la vez que formula preguntas. Así mismo, es agradecido y puede hacer cumplidos (Goldstein,1990).
	Habilidades sociales avanzadas	Se manifiesta cuando una persona pide ayuda cuando la necesita, participa en actividades de grupo respetando las ideas diferentes, sabe guiar y seguir instrucciones, pide disculpas y es convincente con las personas (Goldstein,1990).
	Habilidades asociadas a los sentimientos	Cuando se es capaz de mantenerse emocionalmente inalterable, reconociendo sus emociones y regulándolas; es consciente de sus debilidades, pero también de sus fortalezas, sabe recompensarse y alegrarse por sus logros. En sus relaciones con las personas, muestra interés y empatía frente a sus sentimientos (Goldstein,1990).
	Habilidades alternativas	Aquí tenemos a una persona con la capacidad de tener autocontrol, evitando los conflictos, llega a acuerdos sabiendo negociar, muestra empatía; se muestra solidario y es asertivo cuando da su punto de vista o defiende sus derechos (Goldstein,1990).
	Habilidades para afrontar el stress	La persona es capaz de manejar el fracaso, es resiliente, no se frustra, muestra madurez en sus emociones, es empático. También, sabe hablar a los demás y muestra su desacuerdo frente a injusticias (Goldstein,1990).
	Habilidades de planificación	Aquí, la persona se propone o establece objetivos, sabe decidir para resolver problemas acertadamente (Goldstein,1990).

5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento el cuestionario "Habilidades Sociales", elaborado por Evelyn Maribel Márquez Quispe, de acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem comprende fácilmente, es claro, su sintaxis y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunas de las palabras del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial lejána con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

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

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

Dimensiones del instrumento: Primeras habilidades sociales, Habilidades Sociales avanzadas, Habilidades asociadas a los sentimientos, Habilidades alternativas, Habilidades para afrontar el stress, Habilidades de planificación.

• Primera dimensión: Primeras habilidades sociales

- Objetivo de la Dimensión: Conocer la capacidad de los estudiantes para iniciar y mantener una conversación, prestar atención y formular preguntas, ser agradecido y hacer cumplidos.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Atención	„Presta atención a la persona que te está hablando y hazle un esfuerzo para comprender lo que te está diciendo?“	4	4	4	
Atención	„¿Escucha una conversación con otras personas y luego puede mantenerla por un momento?“	4	4	4	
Atención	„¿Habla con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?“	4	4	4	
Atención	„¿Sigue la información que necesitan saber y se la entrega a la persona adecuada?“	4	4	4	
Agradecimiento	„Dices a los demás que te estás agradecido (a) con ellos por algo que hicieron por ti?“	4	4	4	
Proactiva	„Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?“	4	4	4	
Proactiva	„Presentas a nuevas personas con otros (as)“?	4	4	4	
Hacer cumplidos	„Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?“	4	4	4	

• Segunda dimensión: Habilidades sociales avanzadas

- Objetivo: Conocer la capacidad de los estudiantes para pedir ayuda, participar en grupo y ser convincente

Indicadores	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Conveniencia	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	4	4	4	
Participación	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	4	4	4	
Conveniencia	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	4	4	4	
Participación	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	4	4	4	
Disciplina	¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	4	4	4	
Conveniencia	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	4	4	4	

• Tercera dimensión: Habilidades asociadas con los sentimientos

- Objetivos de la Dimensión: Conocer la capacidad de los estudiantes de mantenerse emocionalmente saludable, reconocer sus emociones y regularlas, reconocer sus debilidades y fortalezas, elogiar, recompensarse y ser empático

Indicadores	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Reconocimiento	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	4	4	4	
Reconocimiento	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	4	4	4	
Empatía	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	4	4	4	

Empatía	¿Intentas comprender el mundo de las otras personas?	4	4	4	
Interés	¿Prestas que los demás sepan que te interesan o te preocupan por ellos?	4	4	4	
Reconocimiento	¿Cuando sientes miedo, enojos, por qué lo sientes y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	4	4	4	
Compensación	¿Te das a ti mismo/a una recompensa después de hacer algo bien?	4	4	4	

• Cuarta dimensión: Habilidades alternativas

- Objetivos de la Dimensión: Conocer la capacidad de los estudiantes de tener autocontrol, evitar conflictos, negociar, ser empático, solidario y asertivo.

Indicadores	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Autocontrol	¿Sabes cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a las personas involucradas?	4	4	4	
Solidaridad	¿Compartes tus cosas con los demás?	4	4	4	
Solidaridad	¿Ayudas a quien lo necesita?	4	4	4	
Negociación	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	4	4	4	
Autocontrol	¿Controlas tu carácter de modo que no te escapen las cosas de la mano?	4	4	4	
Asertividad	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	4	4	4	
Autocontrol	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	4	4	4	
Asertividad	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	4	4	4	

Asertividad	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelear?	4	4	4	
-------------	--	---	---	---	--

• Quinta dimensión: Habilidades para afrontar el estrés

- Objetivo de la Dimensión: Conocer la capacidad de los estudiantes para manejar el fracaso, la frustración. Es resiliente, empático y justo.

Indicadores	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Asertividad	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con orgullo, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	4	4	4	
Justicia	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	4	4	4	
Asertividad	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	4	4	4	
Resiliencia	¿Haces algo que te ayuda a sentir menos vergüenza o a estar menos colado?	4	4	4	
Resiliencia	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y luego haces algo para sentirte mejor en esa situación?	4	4	4	
Justicia	¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no te ha tratado de manera justa?	4	4	4	
Empatía	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	4	4	4	
Comprensión	¿Intentas comprender la razón por la cual han fracasado en una situación particular?	4	4	4	
Comprensión	¿Reconoces y resuelves la confusión que te produce cuando los demás te explican una cosa, pero dices y haces otra?	4	4	4	

Resiliencia	¿Comprendes de qué y por qué has sido acusado (o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	4	4	4	
Asertividad	¿Justificas la mejor forma para expresar tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	4	4	4	
Autonomía	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	4	4	4	

• Sexta dimensión: Habilidades de planificación

- Objetivo de la Dimensión: Conocer la capacidad de los estudiantes para proponerse objetivos, decidir y resolver problemas acertadamente.

Indicadores	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Resiliencia	¿Si te sientes abrumado, intentas encontrar algo interesante que hacer?	4	4	4	
Resolutivo	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	4	4	4	
Proactivo	¿ Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	4	4	4	
Planificación	¿Determinas de manera realista, que tan bien podrías realizar una tarea antes de comenzarla?	4	4	4	
Planificación	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	4	4	4	
Planificación	¿Determinas de forma realista cuál de tus situaciones problemáticas es la más importante y cuál debería solucionarse primero?	4	4	4	
Decisión	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentir mejor?	4	4	4	
Decisión	¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestar atención a lo que quieres hacer?	4	4	4	

Firma del evaluador.

| DNI: 10025432

Experto 3

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el "EL CUESTIONARIO SOBRE HABILIDADES SOCIALES". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer en gestión. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	Vladimir Valerio Palacios Cangahuala	
Grado profesional:	Maestría (<input checked="" type="checkbox"/>)	Doctor ()
Área de formación académica:	Clinica ()	Social ()
	Educativa (<input checked="" type="checkbox"/>)	Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	SUBDIRECCION	
Institución donde labora:	IE N° 1235 UNTON LATINOAMERICANA	
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ()	Más de 5 años (<input checked="" type="checkbox"/>)
Experiencia en Investigación Psicométrica (si corresponde):		

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la escala:

Nombre de la Prueba:	CUESTIONARIO SOBRE HABILIDADES SOCIALES
Autor:	Evelyn Maribel Márquez Quispe
Procedencia:	Perú
Administración:	Directa
Tiempo de aplicación:	30 minutos
Ámbito de aplicación:	Ata Vtate

Significación:	El cuestionario consta de 50 ítems y está distribuido en 6 dimensiones: 1) Primeras Habilidades Sociales (8 ítems) 2) Habilidades Sociales avanzadas (6 ítems) 3) Habilidades asociadas a los sentimientos (7 ítems) 4) Habilidades alternativas (9 ítems) 5) Habilidades para afrontar el stress (12 ítems) 6) Habilidades de planificación (8 ítems)
----------------	--

4. Soporte teórico:

Goldstein et al. (1980), las habilidades sociales son una gama de conductas y las personas las utilizan beneficiosamente frente a los conflictos de la vida. Así mismo, señala que estas habilidades pueden ser entrenadas.

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
HABILIDADES SOCIALES	Primeras habilidades sociales	La persona tiene estas habilidades cuando puede iniciar una conversación presentándose, mantiene la conversación habiendo escuchado prestando atención, a la vez que formula preguntas. Así mismo, es agradecido y puede hacer cumplidos (Goldstein,1990).
	Habilidades sociales avanzadas	Se manifiesta cuando una persona pide ayuda cuando lo necesita, participa en actividades de grupo respetando las ideas diferentes, sabe guiar y seguir instrucciones, pide disculpas y es convincente con las personas (Goldstein,1990).
	Habilidades asociadas a los sentimientos	Cuando se es capaz de mantenerse emocionalmente inalterable reconociendo sus emociones y regulándolas; es consciente de sus debilidades, pero también de sus fortalezas, sabe recompensarse y elogiarle por sus logros. En sus relaciones con las personas, muestra interés y empatía frente a sus sentimientos (Goldstein,1990).
	Habilidades alternativas	Aquí tenemos a una persona con la capacidad de tener autocontrol, evitando los conflictos, llega a acuerdos sabiendo negociar, muestra empatía; se muestra solidario y es asertivo cuando da su punto de vista o defiende sus derechos (Goldstein,1990).
	Habilidades para afrontar el stress	La persona es capaz de manejar el fracaso, es resiliente, no se frustra, muestra madurez en sus emociones, es empático. También, sabe halagar a los demás y muestra su desacuerdo frente a injusticias (Goldstein,1990).
	Habilidades de planificación	Aquí, la persona se propone o establece objetivos, sabe decidir para resolver problemas acertadamente (Goldstein,1990).

5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento el cuestionario "Habilidades Sociales", elaborado por Evelyn Maribel Márquez Quispe, de acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem comprende realmente, es decir, su ambigüedad y redundancia son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene simbólica y artísticamente adecuada.
CONCORDANCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión e indicador que está midiendo.	1. Totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial alguna con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante de incluir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como anotamos breves sus observaciones que considere pertinentes.

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

Dimensiones del instrumento: Primeras habilidades sociales, Habilidades Sociales avanzadas, Habilidades asociadas a los sentimientos, Habilidades alternativas, Habilidades para afrontar el stress, Habilidades de planificación.

• Primera dimensión: Primeras habilidades sociales

• Objetivo de la Dimensión: Conocer la capacidad de los estudiantes para iniciar y mantener una conversación, prestar atención y formular preguntas, ser agradecido y hacer cumplidos.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Atención	Presta atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te está diciendo?	4	4	4	
Atención	¿Escuchas una conversación con otras personas y luego puedes resumirlos por tus palabras?	4	4	4	
Atención	¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambas?	4	4	4	
Atención	¿Según la información que necesitas saber y se la pide a la persona adecuada?	4	4	4	
Agradecimiento	¿Dices a los demás que te está agradeciendo (si) con ellos por algo que hicieron por ti?	4	4	4	
Prosocial	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	4	4	4	
Prosocial	¿Presentas a nuevas personas con otros (a)?	4	4	4	
Planificación	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	4	4	4	

• Segunda dimensión: Habilidades sociales avanzadas

• Objetivo: Conocer la capacidad de los estudiantes para pedir ayuda, participar en grupo y ser convincente

Indicadores	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Convenimiento	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	4	4	4	
Participación	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	4	4	4	
Convenimiento	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	4	4	4	
Participación	¿Prestas atención a las instrucciones, pides repeticiones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	4	4	4	
Disciplina	¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	4	4	4	
Convenimiento	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	4	4	4	

• Tercera dimensión: Habilidades asociadas con los sentimientos

• Objetivos de la Dimensión: Conocer la capacidad de los estudiantes de mantenerse emocionalmente saludable, reconocer sus emociones y regularlas, reconocer sus debilidades y fortalezas, elogiar, recompensarse y ser empático

Indicadores	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Reconocimiento	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	4	4	4	
Reconocimiento	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	4	4	4	
Empatía	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	4	4	4	

Empatía	¿Intentas comprender el sufrido de las otras personas?	4	4	4	
Interés	¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	4	4	4	
Reconocimiento	¿Cuando sientes miedo, pánico, ¿por qué lo sientes y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	4	4	4	
Comprensión	¿Te das a ti mismo o una recompensa después de hacer algo bien?	4	4	4	

• Cuarta dimensión: Habilidades alternativas

• Objetivos de la Dimensión: Conocer la capacidad de los estudiantes de tener autocontrol, evitar conflictos, negociar, ser empático, solidario y asertivo.

Indicadores	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Autocontrol	¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a las personas indicadas?	4	4	4	
Solidaridad	¿Compartes tus cosas con los demás?	4	4	4	
Solidaridad	¿Ayudas a quien lo necesita?	4	4	4	
Negociación	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	4	4	4	
Autocontrol	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	4	4	4	
Asertividad	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	4	4	4	
Autocontrol	¿Controlas el control cuando los demás te hacen bromas?	4	4	4	
Asertividad	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	4	4	4	

Asertividad	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelear?	4	4	4	
-------------	--	---	---	---	--

• Quinta dimensión: Habilidades para afrontar el estrés

• Objetivo de la Dimensión: Conocer la capacidad de los estudiantes para manejar el fracaso, la frustración. Es resiliente, empático y justo.

Indicadores	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Asertividad	¿Le dices a los demás de modo claro, pero sin una actitud, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	4	4	4	
Justicia	¿Intentas vengarte a los demás y responder supuestamente cuando ellos se quejan por ti?	4	4	4	
Asertividad	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	4	4	4	
Resiliencia	¿Haces algo que te ayuda a sentir menos frustración o a estar menos colado?	4	4	4	
Resiliencia	¿Determinas si te has dejado de hacer alguna actividad y luego haces algo para sentirte mejor en esa situación?	4	4	4	
Justicia	¿Muestras a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	4	4	4	
Empatía	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir que hacer?	4	4	4	
Comprensión	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	4	4	4	
Comprensión	¿Analicas y resuelves la confusión que te produce cuando los demás te explican una cosa, pero dices y haces otra?	4	4	4	

Resiliencia	¿Comprendes de qué y por qué has sido acusado (o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	4	4	4	
Asertividad	¿Identificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, ante la una conversación problemática?	4	4	4	
Autonomía	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	4	4	4	

• Sexta dimensión: Habilidades de planificación

• Objetivo de la Dimensión: Conocer la capacidad de los estudiantes para proponerse objetivos, decidir y resolver problemas acertadamente.

Indicadores	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones Recomendaciones
Resiliencia	¿Si te sientes abrumado, puedes encontrar algo interesante que hacer?	4	4	4	
Resiliencia	¿Si surge un problema, puedes determinar que lo causes?	4	4	4	
Proactivo	¿ Tomas decisiones rápidas antes de que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	4	4	4	
Planificación	¿Determinas de manera realista, que sea bien posible realizar una tarea antes de comenzarla?	4	4	4	
Planificación	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	4	4	4	
Planificación	¿Determinas de forma realista cuál de tus problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	4	4	4	
Decisión	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentir mejor?	4	4	4	
Decisión	¿Eres capaz de ignorar distracciones y sólo prestar atención a lo que quieres hacer?	4	4	4	

Firma del evaluador.

DNI: 25787278

Anexo 10: programa psicoeducativo “Unámonos”



Programa Psicoeducativo



“Unámonos”

**ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE
PARA DESARROLLAR
LAS HABILIDADES SOCIALES**

- Dimensión Primeras Habilidades Sociales
- Dimensión Habilidades Sociales Avanzadas
- Dimensión Habilidades Relacionadas con los Sentimientos
- Dimensión Habilidades Alternativas
- Dimensión Habilidades Para Hacer Frente al Estrés
- Dimensión Habilidades de Planificación



PROGRAMA PSICOEDUCATIVO: “UNÁMONOS”

I. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. Nominación del programa: “Unámonos”
- 1.2. IE donde se aplica: IE N° 1228 “Leoncio Prado Gutiérrez”
- 1.3. Grado: 4to
- 1.4. Docente: Evelyn Maribel Márquez Quispe
- 1.5. Sesiones a desarrollar: 12 sesiones

II. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES:


Sesión	Nombre de la sesión
1º	“Reconociendo mis fortalezas”
2º	“Resolviendo el sentimiento de la vergüenza”
3º	“Reconozco y gestiono mis emociones”
4º	“Conectándome con otra persona”
5º	“Aprendiendo a comunicarme mejor”
6º	“Resolviendo la presión de grupo”
7º	“Haciéndome cargo del conflicto”
8º	“Manteniendo la calma en situaciones de conflicto”
9º	“Alcohol y drogas”
10º	“Relaciones afectivas y sexualidad”
11º	“Nuestro proyecto Común”
12º	“Decidiendo mi futuro”

SESIÓN N°1

“Reconociendo mis fortalezas”

- ✚ **PROPÓSITO:** La presente sesión tiene por finalidad valorar las fortalezas y las de los demás, así como también reconocer las limitaciones propias y las de los demás como una estrategia para respetar y entender a los demás.
- ✚ **CAMPO TEMÁTICO:** Auto concepto, el respeto, empatía.
- ✚ **RECURSOS:** hojas de color verde, plumones, papelógrafos, limpia tipo.

✚ MOMENTOS DE LA SESIÓN:

INICIO
La docente ingresa al aula, saluda con alegría a los estudiantes y les expresa las expectativas positivas que tiene para con ellos. También, les pregunta sobre algunas normas de convivencia para realizar un trabajo en equipo adecuado. A continuación, se presenta el propósito de la sesión.
DESARROLLO
<p>Dinámica 1, “El árbol de mis fortalezas”: Se entrega a los estudiantes unas hojas de árbol en papel y se solicita a los estudiantes que escriban en cada una de las hojas una de sus fortalezas.</p> <p>La docente explica que se entiende por fortalezas y da ejemplos, ¿Qué es lo que mejor haces y te gusta hacer?</p> <p>Luego, los estudiantes pegan en la pizarra dentro de una silueta de árbol las hojas de su fortaleza.</p> <p>Se felicita a los estudiantes por su participación. (cultura del halago y reconocimiento)</p> <p>Dinámica 2, Se solicita a los estudiantes que se paren y formen un círculo:</p> <p>Estando en círculo se pide a los estudiantes que digan otra fortaleza que tiene su compañero de su costado, y este compañero en agradecimiento le da un like. </p> <p>Se felicita a los estudiantes por su participación y se pide a un estudiante que manifieste como se sintió cuando su compañero le dijo su otra fortaleza.</p> <p>Dinámica 3, “Mis limitaciones”: Se pide a los estudiantes que piensen en algunas cosas que no pueden hacer o que no hacen tan bien.</p> <p>Se entrega tiras de papelote a cada estudiante y escriben ahí alguna de sus limitaciones. Los estudiantes salen a la pizarra a pegar en un cuadro sus limitaciones.</p>
CIERRE
La docente enfatiza que todas las personas tenemos muchas fortalezas y que es importante saberlas reconocer como una muestra de cariño y respeto a nosotros mismos y también hacia los demás. Pero también agrega que como personas tenemos limitaciones, por ello debemos ser comprensivos con los demás y con nosotros mismos.

SESIÓN Nº2

“Resolviendo el sentimiento de la vergüenza”

✚ **PROPÓSITO:** La presente sesión tiene por finalidad reconocer la vergüenza como una emoción, para transitar hacia el bienestar físico emocional.

✚ **CAMPO TEMÁTICO:** auto concepto, creencias, emoción, sentimiento

✚ **RECURSOS:** hojas de color, plumones, limpia tipo.

✚ **MOMENTOS DE LA SESIÓN:**

INICIO

La docente ingresa al aula, saluda con alegría a los estudiantes y les expresa las expectativas positivas que tiene para con ellos.

A continuación, la docente cuenta una anécdota que le sucedió años atrás, en su adolescencia: “Estaba caminando muy tranquila por una vereda desde hace buen rato, cuando de pronto una señorita se me acercó y me dijo que mi pantalón blanco estaba manchado de rojo en la parte de atrás, entonces me quedé paralizada”.

La docente pregunta: ¿Qué hubieran hecho ellos en su lugar?

Se escucha sus respuestas y se presenta el propósito de la sesión.

DESARROLLO

Dinámica 1: La docente pregunta ¿Alguna vez sentiste vergüenza? ¿En qué circunstancia o situación?

Se escucha atentamente cada una de las participaciones voluntarias

Dinámica 2: Se entrega a cada estudiante unas hojas de color y se les pide responder a las siguientes preguntas: ¿Qué ideas te surgieron frente a esa vergüenza? ¿Qué sensaciones te produjeron a nivel fisiológico?

Los estudiantes pegan en la pizarra sus respuestas.

La docente explica qué es la vergüenza: Es una emoción que todos hemos sentido en algún momento, nos hace sentir disminuido, inferior por lo tanto no es agradable. Tiene que ver mucho con la percepción que se tiene de uno mismo y de sus creencias. Es algo que nos han enseñado a tener. También es el miedo a mostrar lo que somos y es una exageración imaginaria de un peligro. La vergüenza puede derivar en una enfermedad

Dinámica 2, “ataque frontal a la vergüenza”: Se solicita a los estudiantes que se paren y formen un círculo, se someten a una situación de vergüenza (cantar en público, hablar en público) imaginan que están en un bus y ejecutan estas acciones muchas veces hasta sentir que perdieron la vergüenza.

Se felicita a los estudiantes por su participación.

CIERRE

La docente refuerza la idea fuerza con respecto a la vergüenza. La única forma de vencer la vergüenza es sometiéndose a una situación de vergüenza,

SESIÓN N°3

“Reconozco y gestiono mis emociones”

- ✚ **PROPÓSITO:** La presente sesión tiene por finalidad que los estudiantes reconozcan sus emociones y comprendan el impacto que tienen sobre los diversos aspectos de sus vidas.
- ✚ **CAMPO TEMÁTICO:** Las emociones
- ✚ **RECURSOS:** hojas de color, impresiones de los personajes de la película Intensamente, hoja informativa.

✚ MOMENTOS DE LA SESIÓN:

INICIO

La docente ingresa al aula, saluda con alegría a los estudiantes y les expresa las expectativas positivas que tiene para con ellos.

A continuación, la docente muestra hojas de color (amarillo, azul, rojo, verde, lila) una por una y pregunta:

¿Qué idea o palabra le viene a la mente al ver ese color?

La docente muestra interés por las ideas de los estudiantes y a continuación le presenta unos personajes que representan las emociones, de la película “Intensamente”.



Amarillo alegría, azul tristeza, rojo furia, verde desagrado, lila temor

A continuación, se presenta el propósito de la sesión.

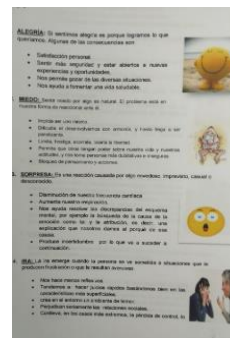
DESARROLLO

La docente realiza la pregunta de indagación ¿Qué son las emociones?

Se escucha las ideas de los estudiantes y se refuerza la información: *“Las emociones son respuestas fisiológicas relativamente de corta duración ante una situación específica del entorno que involucran componentes fisiológicos, cognitivos y comportamentales. Dicha respuesta se basa en aspectos innatos y aprendidos. Al sentir una emoción, el rostro, gestos, cuerpo y energía se transforman y manifiestan la emoción”.*

Luego, se pregunta a los estudiantes ¿Cómo se manifiesta o como reaccionamos ante el miedo, la alegría, la tristeza, la alegría y el desagrado?

Se escucha las ideas de los estudiantes y se refuerza la información a través de una hoja informativa.



CIERRE

La docente enfatiza la importancia de reconocer las emociones en uno, para poder regularlas y de ese modo tener una convivencia saludable.

Los estudiantes reflexionan en la emoción que más han sentido en el día y dibujan al personaje de la película que representa dicha emoción.

SESIÓN N°4

“Conectándome con otra persona”

✚ **PROPÓSITO:** La presente sesión tiene por finalidad que los estudiantes identifiquen el sentir de otros grupos humanos que piensan, creen, vivencian y sienten de manera diferente, para así comprender sin juzgar.

✚ **CAMPO TEMÁTICO:** La empatía.

✚ **RECURSOS:** papelógrafos, hojas bond, plumones, limpia tipo, cinta adhesiva.

✚ **MOMENTOS DE LA SESIÓN:**

INICIO

La docente ingresa al aula, saluda con alegría a los estudiantes y les pregunta: ¿Cómo se encuentran el día de hoy?, se muestra especial interés por cada uno de los estudiantes.

A continuación, se pide a los estudiantes que imaginen las siguientes situaciones:

- Una persona comiendo limón.
- Una persona que se queda atrapada dentro de un ascensor.
- Una persona que se quema con una taza de agua caliente.

Después de unos segundos se pregunta a los estudiantes: ¿Al imaginarse estas situaciones experimentaron alguna sensación?, ¿Cuáles son? Al sentir esas sensaciones o emociones, ¿Qué estamos haciendo? ¿Qué habilidad estamos desarrollando?

Se escucha sus respuestas y se presenta el propósito de la sesión.

DESARROLLO

La docente refiere que en la presente sesión tendremos el poder de “ponernos en los zapatos del otro”

Dinámica 1: La docente entrega a cada uno de sus estudiantes 4 hojas de papel medianos. En las paredes del aula ha colocado 4 papelógrafos, uno por pared. En la parte superior de cada uno de ellos, una situación brevemente descrita, como las siguientes:

- Acabo de perder a un ser muy querido.
- Me han seleccionado para jugar en un equipo deportivo al que siempre he querido pertenecer.
- Por más que lo intento, hay un curso que no entiendo y me preocupa.
- No me gusta cómo me veo

Los estudiantes escriben en cada hoja qué le diría a esa persona, y luego pegan con cinta adhesiva al papelógrafo correspondiente.

Luego cada estudiante se colocará delante de los papelógrafos y colocará un check si considera que es una frase que le gustaría escuchar si estuviese en esa situación, o una equis si no le gustaría que le dijese esa frase. No es necesario marcar todas, basta con una equis y un visto bueno por papelógrafo.

CIERRE

La docente pregunta: ¿Cómo nos hemos sentido al realizar este ejercicio? ¿Por qué hemos colocado frases que no nos gustaría escuchar a nosotros mismos? ¿Será que estamos acostumbrados a decir algunas cosas sin tomar en cuenta cómo se sentirá realmente la otra persona? ¿En qué medida algunas frases son “automáticas” y no reflejan realmente lo

que queremos transmitir? En lugar de las frases a las que colocaron las equis, ¿qué frases les gustaría escuchar en estas situaciones?

Se entrega una quinta hoja para que realice el cambio que desea en las frases con equis.

Se complementa con la siguiente idea fuerza: Es muy importante hacer un esfuerzo por imaginar qué es lo que la otra persona puede estar sintiendo, pero también por intentar sentirlo nosotros mismos para así poder comprender mejor. Esto nos ayuda a preocuparnos por los demás, prevenir y manejar conflictos, y ofrecer nuestra ayuda cuando alguien nos necesita. Sin embargo, no siempre es fácil sentir empatía o conectarnos con otra persona, pero podemos intentarlo.

SESIÓN N°5

“Aprendiendo a comunicarme mejor”

- ✚ **PROPÓSITO:** La presente sesión tiene por finalidad que los estudiantes expresan sus necesidades, preocupaciones e inquietudes de forma asertiva, en diversos diálogos con sus compañeras, compañeros y docentes.
- ✚ **CAMPO TEMÁTICO:** comunicación efectiva, comunicación asertiva
- ✚ **RECURSOS:** audio visual, papelógrafos, plumones, limpia tipo.

✚ MOMENTOS DE LA SESIÓN:

INICIO
<p>La docente ingresa al aula, saluda con alegría a los estudiantes y les expresa las expectativas positivas que tiene para con ellos.</p> <p>Se observa un video llamado “Cambia tus palabras y cambiará tu mundo”: https://www.youtube.com/watch?v=hgQM8t4aBhg</p> <p>Luego de ver el video se pregunta a los estudiantes por su apreciación con respecto al video y se presenta el propósito de la sesión.</p>
DESARROLLO
<p>La docente refiere ¿Han notado que en la vida diaria utilizamos diferentes estilos de comunicación en diferentes situaciones y con diferentes personas? y pregunta a los estudiantes por los tipos de comunicación que ellos conocen.</p> <p>La maestra explica que existen tres tipos de comunicación: Pasiva, Agresiva y Asertiva y escribe las ideas fuertes en la pizarra.</p> <p>Dinámica 1, juego de roles: La docente forma grupos de 4, le asigna un caso a cada grupo y les pide representarlo usando un tipo de comunicación.</p> <p>Luego de escenificar los tipos de comunicación, la docente conduce un diálogo reflexivo a partir de preguntas como las siguientes:</p> <p>¿Qué consecuencias trae usar el estilo pasivo?</p> <p>¿Qué consecuencias trae usar el estilo agresivo?</p> <p>Y, siendo así, ¿por qué hay personas que utilizan esos estilos?</p> <p>¿Por qué creen que es importante tener un estilo de comunicación asertiva?</p> <p>¿Cómo podemos prepararnos para ser más asertivos? (propuestas)</p> <p>Se escucha sus propuestas, se llegan a conclusiones y se reflexiona con respecto a la comunicación asertiva.</p> <p>“La comunicación Asertiva: Nos permite dialogar con calma y respeto, expresando lo que queremos decir, pero sin herir los sentimientos de las otras personas”.</p>
CIERRE
<p>La docente complementa compartiendo algunas ideas para incrementar su asertividad.</p> <ul style="list-style-type: none">● Cuando algo nos molesta, debemos expresar lo que sentimos de manera clara e inmediata para evitar la acumulación de malestar emocional.● Recordemos que está bien ser honestos. No tenemos por qué sentirnos mal por expresar lo que pensamos o sentimos, y tampoco es malo decir que no.● Entendamos que nadie puede leer la mente, así que es importante decir a las y los demás lo que pensamos, creemos y sentimos.

- Recordemos que, cuando se trata de opiniones o experiencias, no existe una única verdad. Cada persona es distinta y puede ver el mundo con ojos diferentes.
- Mantengamos en mente nuestro objetivo: ¿Qué quiero conseguir con esta conversación? No dejemos que las emociones nos alejen de él...

SESIÓN N°6

“Manejando la presión de grupo”

✚ **PROPÓSITO:** La presente sesión tiene por finalidad que los estudiantes incrementen sus habilidades asertivas, para afrontar la presión del grupo de iguales y para negarse a propuestas del grupo de amigos que sean lesivas o contrarias a su voluntad.

✚ **CAMPO TEMÁTICO:** Comunicación asertiva.

✚ **RECURSOS:** papelógrafos, audiovisual, hojas bond, plumones, limpia tipo.

✚ **MOMENTOS DE LA SESIÓN:**

INICIO
<p>La docente ingresa al aula, saluda con alegría a los estudiantes y les pregunta: ¿Cómo se encuentran el día de hoy?, se muestra especial interés por cada uno de los estudiantes.</p> <p>A continuación, se presenta un video la presión de grupo, autor Alex Zurdo: https://www.youtube.com/watch?v=ZSVRS44dCqA</p> <p>Al finalizar, se pide comentarios acerca del video y se presenta el propósito de la sesión.</p>
DESARROLLO
<p>La docente entrega tiras de papelografos y pide responder en parejas las siguientes preguntas: ¿Qué quiere decir la gente con “presión de grupo”? ¿Por qué algunos jóvenes ceden a la presión de grupo? ¿Cómo se da la presión en el grupo? ¿Cómo te sientes cuando eres presionado por tu grupo? ¿Qué consecuencias conlleva ceder a la presión de grupo?</p> <p>Los estudiantes pegan sus respuestas en la pizarra y juntos reflexionan</p> <p>“La presión de grupo es una presión que sentimos porque queremos gustar, tener amigos, encajar. A veces la presión es verbal: “gallina”, “todo el mundo lo hará”, “no estás asustado, ¿verdad?”. Encajar, ser aceptado, tener amigos es importante para la gente de todas las edades. Es más fácil cuando te haces mayor, vas a una escuela más grande, tienes un trabajo y puedes buscar gente más como tú. Pero ahora mismo, tú no escoges la escuela o los chicos de tu clase. Tu vida se balancea entre actuar para encajar y tener amigos, y querer ser tú mismo y hacer lo que piensas que es correcto. Por eso es tan importante saber cuándo decir “no”, y cómo decir “no”.</p> <p>Dinámica 1, Juego de roles: La docente pide estudiantes voluntarios para representar situaciones de presión de grupo y cómo responder asertivamente.</p> <p>Las estrategias para responder asertivamente son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none">• Cambiar de tema.• Irse del lugar.• Decir NO asertivamente <p>Se felicita a los estudiantes por su participación. (cultura del halago y reconocimiento)</p>
CIERRE
<p>La docente enfatiza: Todos somos responsables de lo que hacemos. Podemos tomar nuestras propias decisiones y somos responsables de lo que pasará. Siendo responsable de vuestras acciones y decisiones es la base para ser adultos</p>

SESIÓN N°7

“Haciéndome cargo del conflicto asertivamente”

- ✚ **PROPÓSITO:** La presente sesión tiene por finalidad que los estudiantes aborden situaciones conflictivas desde un enfoque integrador y aprendan a resolver conflictos de manera asertiva como una estrategia para mejorar las relaciones interpersonales
- ✚ **CAMPO TEMÁTICO:** Comunicación asertiva, empatía, negociación
- ✚ **RECURSOS:** papelógrafos, plumones, limpia tipo, audiovisual.

✚ MOMENTOS DE LA SESIÓN:


INICIO
<p>La docente ingresa al aula, saluda con alegría a los estudiantes y les expresa las expectativas positivas que tiene para con ellos.</p> <p>Dinámica 1: El tutor entrega partes de rompecabezas a los estudiantes, los alumnos buscan en el aula armar la figura del rompecabezas y luego en grupo completan la parte que le falta a la imagen, finalmente pegan en la pizarra.</p> <p>A medida que van haciendo la dinámica, la tutora va reforzando actitudes positivas que van demostrando los estudiantes.</p> <p>Se pregunta a los estudiantes sobre cómo nos puede ayudar la dinámica realizada en nuestras vidas.</p> <p>Se escucha sus respuestas y se presenta el propósito de la sesión.</p>
DESARROLLO
<p>A continuación, se ve un video “Solución de conflictos” https://www.youtube.com/watch?v=8YTVDhal9ps</p> <p>Luego de observar el video los estudiantes responden en grupos:</p> <p>¿Qué son los conflictos?, ¿Cómo se puede resolver un conflicto?, ¿Qué valores se ponen en práctica para resolver un conflicto?, ¿Quiénes se benefician al resolverse un conflicto?</p> <p>La docente ayuda a concretar sus respuestas:</p> <p>Los conflictos son situaciones en la que los pensamientos, necesidades, intereses y valores de dos o más personas se contraponen.</p> <p>Con una actitud positiva y cediendo razonablemente ambas partes pueden llegar a un acuerdo y resultar beneficiadas.</p> <p>Se emplea el dialogo, la empatía y la negociación pacifica para resolver conflictos.</p> <p>La docente felicita a los estudiantes por su participación. (cultura del halago y reconocimiento)</p>
CIERRE
<p>La docente enfatiza la importancia de dialogar, tener empatía y negociar pacíficamente para resolver conflictos.</p> <p>Los estudiantes elaboraran lemas o frases con respecto a la solución de conflictos y lo publican en el aula</p>

SESIÓN N°8

“Aprendiendo a afrontar una crítica”

- ✚ **PROPÓSITO:** La presente sesión tiene por finalidad que los estudiantes aprendan a decir las cosas en el momento oportuno y de la manera correcta sin ofender a nadie.
- ✚ **CAMPO TEMÁTICO:** Comunicación asertiva
- ✚ **RECURSOS:** papelógrafos, plumones, limpia tipo, audiovisual.

✚ MOMENTOS DE LA SESIÓN:

INICIO	
<p>La docente ingresa al aula, saluda con alegría a los estudiantes y les expresa las expectativas positivas que tiene para con ellos.</p> <p>La docente muestra una pintura realizada por un estudiante X, y pide a los estudiantes que den sus apreciaciones.</p> <p>Se escucha sus respuestas y se presenta el propósito de la sesión.</p>	
DESARROLLO	
<p>Dinámica 1, Comprobemos nuestra evolución de críticas: la docente entrega a cada estudiante una cartulina con la imagen de un like y les da la siguiente indicación: Cuando leas una frase que consideres crítica constructiva, le darás un like y cuando leas una crítica negativa le darás pulgar abajo.</p> <ul style="list-style-type: none">• ¡No seas tan estúpido!• Eh, tienes algo entre los dientes, justo ahí.• ¡Tu habitación huele como una pocilga! '• ¿Sabes?, hay una manera más fácil de hacer eso.• ¿Quién te ha cortado el pelo, un ciego?• Tu nuevo look es chulo, pero me gustaba más el corte de pelo de antes <p>La docente recalca que hay diferentes maneras de criticar. Hay crítica cuando alguien intenta ayudarte y también hay crítica cuando alguien está intentando desanimarte. El primer tipo se llama constructivo o amigable, el segundo tipo se puede llamar negativo o hostil.</p>	
<p>Dinámica 2, Juego de roles: Se pide voluntarios para escenificar una madre y su hija</p> <p>Madre: Tamara, tu habitación está siempre desordenada. Quiero que la tengas más arreglada.</p> <p>Tamara: ¿Qué debería hacer diferente?</p> <p>Madre: Quiero que pongas tu ropa en el armario, que hagas la cama y que recojas tus cosas del suelo.</p> <p>Tamara: Así que quieres que tenga recogido el cuarto ¿todo el tiempo, solo los fines de semana o cuándo?</p> <p>Madre: Bueno, empezar la semana con el cuarto recogido estaría bien.</p> <p>Tamara: Bueno, gracias por las recomendaciones mami</p>	
<p>La docente felicita a los estudiantes por su participación y menciona “Como casi todas las críticas nos hacen sentir incómodos, sean amigables u hostiles, es mejor responder a las críticas de la siguiente manera:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Mira a la persona.2. Escucha.3. Si es necesario, haz preguntas para obtener más información.	

4. Reformula la crítica.
5. No discutas. Di gracias, pensaré sobre eso.

CIERRE

La docente reflexiona sobre la importancia de saber recibir las críticas, pero también sobre saber dar las críticas, ya que en ambas situaciones se pueden herir sentimientos.

SESIÓN N°9

“Una vida sin drogas es saludable”

- ✚ **PROPÓSITO:** La presente sesión tiene por finalidad que los estudiantes mejoren sus conocimientos sobre las consecuencias del consumo de alcohol y otras drogas, además comprendan que una vida libre de drogas permite alcanzar una verdadera realización personal y familiar.
- ✚ **CAMPO TEMÁTICO:** alcohol y drogas, capacidad de decir No.
- ✚ **RECURSOS:** papelógrafos, plumones, limpia tipo, hoja de lectura.

✚ **MOMENTOS DE LA SESIÓN:**

INICIO
<p>La docente ingresa al aula, saluda con alegría a los estudiantes y les expresa las expectativas positivas que tiene para con ellos.</p> <p>La docente activa saberes preguntando sobre si recuerdan haber leído o escuchado el siguiente titular: “El exitoso futbolista Maradona de fama internacional muere por sobredosis de cocaína”</p> <p>Escuchamos atentamente sus respuestas y pedimos que mencionen otros casos conocidos.</p>
DESARROLLO
<p>A continuación, invitamos a los estudiantes a conocer más sobre la cocaína. Para ello organizamos el aula en grupos y les entregamos una hoja de lectura: La cocaína</p> <p>En los grupos se comparten las ideas y se extraen conclusiones ayudados por las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none">¿Cómo actúa la cocaína en el cerebro?¿Cuáles son los efectos psicológicos y fisiológicos de la cocaína?¿Cuál es el mayor riesgo de consumir cocaína?¿Cómo el consumo de cocaína afecta la vida de una persona? <p>Luego de leer salen a exponer sus respuestas.</p> <p>La docente felicita a los estudiantes por su participación. (cultura del halago y reconocimiento).</p> <p>La docente enfatiza que para lograr una vida de bienestar es importante mantener un estilo de vida saludable, excluyéndose el consumo de drogas porque interfiere en nuestro proyecto de vida, deteriorando a las personas y su familia. Y que es importante confiar en nuestras propias capacidades, desarrollándolas al máximo, pero de forma natural, sin drogas.</p>
CIERRE
<p>Los estudiantes en grupos elaboraran lemas o frases con respecto a una vida saludable sin drogas.</p>

ANEXO

HOJA DE LECTURA: LA COCAÍNA

¿Qué es la cocaína?

Es un alcaloide que se encuentra en las hojas del arbusto *Erythroxylon coca*, conocido comúnmente como coca.

Es una sustancia estimulante del Sistema Nervioso Central además de ser un energético vasoconstrictor y anestésico local. La cocaína es de alto poder adictivo.

Formas de uso en el Perú

Las formas más generalizadas del uso indebido de la cocaína son la Pasta Básica de Cocaína (PBC) y el de Clorhidrato de Cocaína (Cc).

¿Cómo actúa la cocaína en el cerebro?

La cocaína fumada, inhalada o inyectada, llega rápidamente al cerebro activando los centros nerviosos de la gratificación o placer. Estimula la liberación de dopamina, que es un neurotransmisor del placer, por lo que el consumidor experimenta, de manera artificial, un intenso sentimiento de gozo y gratificación que dura un promedio de 30 o 40 minutos. Sin embargo, si su consumo se vuelve habitual la persona empieza a experimentar ansiedad por recibir otra dosis al término de los efectos. A largo plazo, su uso descontrolado produce adicción.

Pasta básica de cocaína

Es un producto intermedio en la fabricación del clorhidrato de cocaína que se obtiene por maceración de las hojas de coca con agua, kerosene, gasolina, carbonato de calcio, soda cáustica, cemento y lejía.

Contiene alrededor del 50% de sulfato de cocaína y otros alcaloides. Su presentación es como un polvo blanco amarillento pálido, de consistencia pastosa y pegajosa como yeso húmedo. Generalmente, la usan fumando mezclada con tabaco o marihuana.

Clorhidrato de cocaína

Se obtiene del procesamiento de la pasta básica, añadiendo permanganato de potasio y ácido clorhídrico. Es un polvo blanco, cristalino conocido en el ambiente de consumidores como "nieve". Es de fácil acceso por las mucosas del organismo. Se consume aspirando por vía nasal o inyectándose.

Efectos del consumo de cocaína

- **Fisiológicos:** Aumento de la temperatura y de la frecuencia cardíaca y respiratoria, disminución del apetito y pérdida de peso; bronco espasmos pudiendo llegar a paro respiratorio; dilatación pupilar y ojos vidriosos; pérdida del sueño; irritación y sangrado nasal; sudoración o escalofríos, náuseas o vómitos.
- **Psicológicos:** Sensación de fortaleza mental, extrema seguridad en sí mismo, estado de alerta intensa; depresión, actitudes agresivas y temerarias, alucinaciones visuales y táctiles; sentimientos de grandiosidad, deterioro en el proceso de pensamiento, estados de paranoia, disminución de la actividad y deseo sexual llegando a la impotencia.

Dependencia a la cocaína

La cocaína es una droga de alto poder adictivo. Su uso frecuente genera una adaptación cerebral; produce un elevado grado de tolerancia, por lo que el consumidor necesitará cada vez mayores dosis para sentir los efectos deseados. La supresión de su uso genera lo que se llama el síndrome de abstinencia, cuyas manifestaciones son: depresión, impotencia, irritabilidad, ansiedad, incapacidad de concentración, alucinaciones táctiles (gusanos en la piel), paranoia y comportamiento violento.

Señales de alerta

Algunas señales relacionadas con el consumo de cocaína son: descuido personal, pérdida del apetito, adelgazamiento, expresa ideas de daño o persecución, pupilas dilatadas, goteo y sangrado de la nariz. Entre sus pertenencias el consumidor puede tener: papelitos cortados, paquetitos, palitos de fósforos partidos, cigarrillos sin filtro, cualquier tipo de tarjetas, descongestionante nasal, peines con residuos de polvo blanco, cajitas de chicle, residuos de polvo blanco en los bolsillos.

SESIÓN N°10

“Relaciones afectivas y sexualidad”

- ✚ **PROPÓSITO:** La presente sesión tiene por finalidad que los estudiantes conozcan el significado de la sexualidad, el amor y las relaciones entre dos personas y aprender a hablar con los padres del tema
- ✚ **CAMPO TEMÁTICO:** amor, relaciones sexuales
- ✚ **RECURSOS:** hojas bond, plumones.

✚ MOMENTOS DE LA SESIÓN:

INICIO
<p>La docente ingresa al aula, saluda con alegría a los estudiantes y les expresa las expectativas positivas que tiene para con ellos.</p> <p>La docente entrega hojas de papel y pide a los estudiantes responder las siguientes preguntas: ¿Cuáles crees que son las necesidades humanas más urgentes?</p> <p>Se escucha sus respuestas y se presenta el propósito de la sesión.</p>
DESARROLLO
<p>Dinámica 1: Escribe cada palabra que puedas pensar sobre los órganos sexuales de un hombre y de una mujer y también hacemos lo mismo con el codo, la nariz y las orejas. Luego, se reflexiona: ¿Por qué crees que tenemos tantas palabras para los órganos sexuales? Si la sexualidad es tan importante, ¿por qué a la gente le resulta tan difícil hablar sobre ello, incluso entre ellos, pero especialmente con sus hijos?</p> <p>Dinámica 2, Juego de roles: Se pide voluntarios para representar a un padre y a un hijo o hija, la temática entre ellos será una situación de embarazo, enamoramiento, enfermedades de transmisión sexual, las relaciones sexuales, verdadero amor, Se felicita a los estudiantes por su participación.</p> <p>La docente presenta ideas fuerza del tema: Más allá de la mecánica y el placer de la sexualidad, hay una relación entre personas que también se debe cuidar. Por último, el riesgo de embarazo y las enfermedades de transmisión sexual es algo que hay que tener muy en cuenta cuando se tienen relaciones sexuales, dado que pueden condicionar tu futuro</p>
CIERRE
<p>La docente enfatiza La sexualidad será una parte importante de tu futuro, pero no debería decidir tu futuro o ser tu futuro. Tener sueños y metas para tu futuro te da algo con lo que sopesar las consecuencias de tus actos “¿Si hago esto seré más o menos capaz de alcanzar mi meta?” Estamos animando a nuestros padres a hablar a menudo con vosotros sobre nuestros planes para el futuro.</p>

SESIÓN Nº11

“Nuestro proyecto común”

✚ PROPÓSITO:

La presente sesión tiene por finalidad de identificar y reflexionar acerca de la importancia de practicar el comportamiento pro social para contribuir al bien común.

✚ **CAMPO TEMÁTICO:** convencer a los demás, tomar iniciativas, cooperación.

✚ **RECURSOS:** papelógrafos, plumones, limpia tipo, hoja de lectura

✚ MOMENTOS DE LA SESIÓN:

INICIO
<p>La docente ingresa al aula, saluda con alegría a los estudiantes y les expresa las expectativas positivas que tiene para con ellos</p> <p>A continuación, les presenta una historia llamada “Alguien lo arreglará”:</p> <p>“Alberto está por terminar el colegio. Nunca ha sido un estudiante extraordinario, pero tampoco ha sido malo. A menudo, ha vivido situaciones que podrían llamarse ‘problemáticas’ o, al menos, incómodas en la escuela, y su reacción siempre ha sido la misma: encogerse de hombros y pensar ‘alguien lo arreglará’. Cuando se enteró de dos casos de bullying en su salón el año pasado, pensó ‘alguien lo arreglará’; cuando encontró el aula sucia y en desorden, Alberto pensó ‘alguien lo arreglará’. Alberto ahora que vuelve la mirada atrás, se da cuenta de que esos y otros problemas siguen sin solución; incluso han empeorado. Nadie los arregló. Alberto ahora piensa: ‘¿Y si yo hubiese arreglado algo?’”.</p>
DESARROLLO
<p>Dinámica 1: La docente forma grupos de 4, les asigna uno de los problemas que vivenció Alberto y les pide responder ¿Cómo hubieran arreglado esa situación, si fueran Alberto?</p> <p>Cada grupo presenta sus propuestas y las exponen.</p> <p>Luego de escuchar sus propuestas de solución frente al problema, la docente pregunta:</p> <p>¿Por qué alguien ayudaría a otra persona sin esperar nada a cambio?, ¿Cómo se siente ser ayudado?</p> <p>Se llegan a conclusiones y se busca definir las características del comportamiento pro social, se anota las ideas principales en la pizarra o un papelógrafo.</p> <p>Nota: se espera que salgan ideas como la búsqueda del bien del otro, la necesidad de apoyarse mutuamente, disfrutar el ver felices a los demás y sentirse agradecidos al recibir ayuda.</p>
CIERRE
<p>La docente enfatiza que el comportamiento pro social no es “cosa de adultos” o de “personas con muchos recursos”, sino que todas y todos somos capaces de generar formas de ayuda a otras personas.</p>

SESIÓN Nº12

“Decidiendo mi futuro”

✚ PROPÓSITO:

La presente sesión tiene por finalidad de que los estudiantes reflexionen sobre su capacidad para tomar decisiones, considerando las posibles consecuencias e impacto de cada una de las alternativas que encuentran a su disposición. Y puedan elegir alternativas responsables para prevenir riesgos y cumplir sus metas.

✚ CAMPO TEMÁTICO: Toma de decisiones

✚ RECURSOS: papelógrafos, plumones, limpia tipo.

✚ MOMENTOS DE LA SESIÓN:

INICIO

La docente ingresa al aula, saluda con alegría a los estudiantes y les expresa las expectativas positivas que tiene para con ellos

A continuación, se propone la siguiente situación: “Piensen en una decisión que tomamos todos los días, como, por ejemplo, escoger qué ropa nos pondremos. Ahora, piensen en una decisión más difícil, como, por ejemplo, qué hacer luego de terminar el colegio”

La docente pregunta: ¿Son decisiones diferentes?, ¿por qué? Quizá una tenga un resultado más relevante que la otra, ¿pero el proceso es distinto? ¿Cómo les va tomando decisiones? ¿Qué decisiones son fáciles de tomar? ¿Cuáles son difíciles?

Después de escuchar las respuestas de los estudiantes, la docente les indica que realizarán una actividad para reconocer cómo realizan el proceso de toma de decisiones y qué podrían hacer para lograr mejores resultados.

DESARROLLO

La docente organiza equipos de cuatro estudiantes y brinda la siguiente instrucción: “Tu equipo está yendo de paseo a San Ramón, en la selva central. Justo cuando están pasando por Ticlio, a casi 5000 metros sobre el nivel del mar, el bus toma un atajo y se golpea con unas piedras en el camino. Están lejos de la carretera principal. Los pasajeros y el chofer se bajan y se dan cuenta de que una pieza del motor está malograda y no hay repuesto disponible”.

Algunos datos importantes:

- Son las 5:00 p. m.
- Están en una zona completamente despoblada.
- Solo hay nieve a su alrededor.
- Están a 4 °C y en la noche la temperatura desciende a -15 °C
- La caseta de teléfono más cercana está a 20 Km.
- El siguiente pueblo está a cuatro horas caminando.
- Si bajan la montaña 1500 metros, los celulares recién empezarán a tener señal.
- El bus se encuentra con tres ventanas rotas.
- Además de ustedes, viajan 25 personas más en el bus, entre las cuales hay varios niños pequeños.
- Solo hay ropa veraniega en las maletas de los pasajeros, dado que en San Ramón hace mucho calor.
- Los pasajeros están entrando en pánico ante la situación; nadie da ideas ni soluciones.

En el bus tienen:

- 3 linternas

- 8 mantas (no hay calefacción)
- 1 caja de fósforos • 1 llanta de repuesto
- 4 leños
- Algunas golosinas
- 3 litros de agua

Algunas posibles acciones:

- Caminar hasta la caseta de teléfono
- Caminar hasta el pueblo
- Bajar la montaña
- Separarse para buscar ayuda
- Pasar la noche en el bus, tratar de sobrevivir y buscar ayuda al día siguiente por la mañana
- Quemar cosas para crear una señal de humo y calentarse, etc.

La docente pregunta: ¿Qué decisión tomarían, como grupo, para salir del apuro? Justifiquen su respuesta y escríbanlo en un papelógrafo.

Los grupos exponen sus respuestas

CIERRE

En plenario, conversan sobre la forma en que se han tomado las decisiones, dónde se puso énfasis, cuáles fueron los criterios, y si los hubo, para escoger esa solución.

¿Resulta sencillo tomar decisiones? ¿Qué hace que sea fácil o difícil? ¿Tomaron la decisión basados en su intuición o pensaron en algunos criterios?

“Las decisiones responsables no solamente dependen de la buena intención o del deseo de obtener buenos resultados. Es importante tomar en cuenta todas las variables involucradas y considerar los diferentes elementos que son parte de esta decisión. En algunos casos son evidentes, pero en otros están ocultos. La indagación (saber preguntar), así como pensar qué es lo que quiero para mí y mi futuro, son aspectos indispensables para la toma de buenas decisiones”.

Anexo 11: Fotos



