



**ESCUELA DE POSGRADO**

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo en  
los estudiantes del 1° año de secundaria de la I.E.P. Los  
Olivos en el Callao**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADEMICO DE:**

Maestro en Educación

**AUTOR:**

Br. Pedro Héctor Flores Sifuentes

**ASESOR:**

Dr. Ángel Salvatierra Melgar

**SECCIÓN:**

Educación e Idiomas

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Educación y Humanidades

**PERÚ-2017**

---

Dra. Rosalía Zarate Barnial  
Presidente

---

Dra. Estrella Esquiagola Aranda  
Secretario

---

Dr. Angel Salvatierra Melgar  
Vocal

**Dedicatoria**

A Dios y mi amada esposa  
que me animan para seguir  
adelante.

**Agradecimiento**

A los docentes de la Universidad, por sus enseñanzas, magistrales y sus orientaciones para el logro de nuestro objetivo.

## **Declaratoria de autenticidad**

Yo, Héctor Flores Sifuentes, estudiante del Programa de Educación de la Escuela de Postgrado de la Universidad Cesar Vallejo, identificado con DNI 08486906, con la tesis titulada “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo en los estudiantes del 1º año de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao”

Declaro bajo juramento que:

- 1) La tesis es de mi autonomía
- 2) He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.

Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.

- 3) La tesis no ha sido auto plagiado; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previa título profesional
- 4) Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presentan en la tesis se constituirán en aporte a la realidad investigada.

De identificarse la falta de fraude, plagio, piratería o falsificación, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Cesar Vallejo.

Los Olivos 10 de Junio del 2017

Pedro Héctor Flores Sifuentes

DNI: 08486906

## **Presentación**

Señores miembros del jurado, presento ante ustedes la Tesis titulada “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo en los estudiantes del 1º año de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao” con la finalidad de determinar el efecto del programa Hazte Cargo de tu vida en las habilidades de escuchar y de ser asertivo de los estudiantes del 1ª de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017; en cumplimiento del reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Cesar Vallejo para obtener el grado Académico de Magister.

Pongo a vuestra disposición el presente estudio, esperando cumplir con los requisitos de aprobación.

El Autor.

## Índice

Página del Jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Presentación	vi
Índice	vii
<b>RESUMEN</b>	<b>xii</b>
<b>ABSTRACT</b>	<b>xiii</b>
<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	<b>14</b>
1.1 Antecedentes	15
1.2 Fundamentación científica, técnica o humanística	21
1.3 Justificación	38
1.4 Problema	39
1.5 Hipótesis	40
1.6 Objetivos	43
<b>II. MARCO METODOLÓGICO</b>	
2.1 Variables	47
2.2 Operacionalización de variables	47
2.3 Metodología	49
2.4 Tipos de estudio	50
2.5 Diseño	50
2.6 Población, muestra y muestreo	51
2.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	51
2.8 2.8 Métodos de análisis de datos	55
<b>III. RESULTADOS</b>	<b>57</b>
<b>IV. DISCUSIÓN</b>	<b>75</b>
<b>V. CONCLUSIONES</b>	<b>80</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES</b>	<b>84</b>
<b>VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.</b>	<b>87</b>

<b>ANEXOS</b>	90
Anexo 1 Matriz de consistencia	91
Anexo 2 Carta de aceptación para hacer trabajo de Investigación	95
Anexo 3 Constancia de Registro del Proyecto de Tesis	96
Anexo 4 Documentos para validar los instrumentos de medición a través del juicio de expertos	97
Anexo 5 Manual del participante N° 6: Escuchar y ser asertivo	126
Anexo 6 Test Escucha	134
Anexo 7 Test de Asertividad, Rathu	136
Anexo 8 Propuesta del programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo”	138
Anexo 9 Marco Metodológico	143
Anexo 10 Base de datos	145
Anexo 11 Alumnos del 1° Año de Secundaria por sexo	147
Anexo 12 Marco Administrativo y Evaluativo	148
Anexo 13 Implementación del Programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo”	149
Anexo 14 Fotos	196

## Índice de tabla

Tabla 1	Comparación entre actitud verbal y no verbal	30
Tabla 2	Los tres modelos de conducta: agresiva, pasiva y asertiva	34
Tabla 3	Operacionalización de la variable escucha activa	48
Tabla 4	Operacionalización de la variable Asertividad	49
Tabla 5	Validación del instrumento de la variable escucha activa y asertividad	54
Tabla 6	Análisis de confiabilidad del instrumento escucha activa la fórmula Kr 20	55
Tabla 7	Análisis de confiabilidad del instrumento asertividad a Partir de Kr20	55
Tabla 8	Distribución de frecuencias de la escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017	58
Tabla 9	Distribución de frecuencias de la asertividad, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.	60
Tabla 10	Comparación de rangos de escucha activa, en los estudiantes Del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017	62
Tabla 11	Comparación de rangos de escuchar sin interrumpir, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017	63
Tabla 12	Comparación de rangos de empatía, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017	64
Tabla 13	Comparación de rangos de estar atento, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.	65
Tabla 14	Comparación de rangos de preguntas para clarificar, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017	66

Tabla 15	Comparación de rangos en el nivel de la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017	67
Tabla 16	Comparación de rangos en demostrar disconformidad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017	68
Tabla 17	Comparación de rangos en la manifestación de sentimientos y creencias en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao 2017	70
Tabla 18	Comparación de rangos en la eficacia en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao 2017	71
Tabla 19	Comparación de rangos en la interacción con organizaciones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao 2017	72
Tabla 20	Comparación de rangos en la expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao 2017	73
Tabla 21	Comparación de rangos en decir no en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao 2017	74

**Índice de figuras**

Figura 1	Características del taller y programa	59
Figura 2	Diagrama de comparación porcentual entre el pre y post test del escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria	60
Figura 3	Diagrama de comparación porcentual entre el pre y post test de la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017	61

## Resumen

El trabajo de investigación titulada “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo en los estudiantes del 1º año de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017; tuvo como principal objetivo determinar el efecto del programa Hazte Cargo de tu vida en las habilidades de escuchar y de ser asertivo de los estudiantes del 1ª de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017; para que apliquen estrategias de escucha activa y de asertividad, que les permita una mejor relación interpersonal entre los alumnos, con sus padres y a su vez mejore la relación con los docentes en las habilidades de escucha y de asertividad, los cuales fueron carentes antes de la aplicación del taller; así mismo en las diferentes dimensiones de la escucha activa y asertividad, se ha logrado significativamente el resultado con el grupo experimental.

Para dicha investigación experimental se ha trabajado con una muestra igual a la población por ser esta muy pequeña, resultando favorables gracias al diseño pre experimental con un solo grupo antes y después, experimentándose la aplicación de un programa para mejorar la Escuchar y la asertividad. Para el recojo de los datos se administró el test de Rathus para la asertividad y el cuestionario de escucha fue adaptado por el equipo de validadores y la orientación metodológica.

Finalmente se obtuvieron los resultados estadísticos del grupo de estudio, El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, así lo demuestra el estadístico de Wilcoxon, y la  $Z_c < (-4.685 < -1,96)$ , situación similar la asertividad donde  $Z_c < Z_t (-4.783 < -1,96)$  quien permitió rechazar la hipótesis nula

**Palabras claves:** Programa Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo, escucha activa y asertividad.

## Abstract

The research work entitled "Take charge of your life to listen and be assertive in the students of the 1st year of high school in the I.E.P. Los Olivos in Callao, 2017; Had as main objective to determine the effect of the program Make Your Life in the abilities to listen and to be assertive of the students of the 1<sup>a</sup> of secondary of the I.E.P. Los Olivos in Callao, 2017; To apply strategies of active listening and assertiveness, that allows a better interpersonal relationship between the students, with their parents and in turn improves the relationship with the teachers in the listening skills and assertiveness, which were lacking before the Implementation of the workshop; Also in the different dimensions of active listening and assertiveness, the result has been significantly achieved with the experimental group.

For this experimental research has been worked with a sample equal to the population because it is very small, being favorable thanks to the pre-experimental design with a single before and after group, experiencing the application of a program to improve listening and assertiveness. For data collection, the Rathus test for assertiveness was administered and the listening questionnaire was adapted by the team of validators and methodological guidance.

Finally, the statistical results of the study group were obtained. The Take Your Life Program influences significantly the active listening in the students of the 1st year of Secondary of the I.E.P. Los Olivos in Callao, as shown by the Wilcoxon statistic, and the  $Z_c < (-4.685 < -1.96)$ , similar situation the assertiveness where  $Z_c < Z_t (-4.783 < -1.96)$  who allowed to reject the hypothesis Null

**Keywords:** Program Take charge of your life to listen and be assertive, active listening and assertiveness.

## **I. Introducción**

La presente tesis es una investigación que tiene por objetivo evaluar y determinar las diferencias significativas del efecto producido del Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo en los estudiantes del 1º año de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

Los datos se obtuvieron de un primer grupo de estudiantes a las cuales se les aplicó el programa Hazte cargo de tu vida y de un segundo grupo a las cuales no se les aplicó el programa. En la institución se ha observado a la población estudiantil, quienes hacen muestra de deficiencias en las habilidades de escucha y asertividad, haciendo un mayor uso de la comunicación agresiva, seguida de la pasiva, existiendo pocos casos de uso de estrategias de comunicación asertiva y de escucha activa, que se evidencia durante su permanencia en la institución educativa. La ausencia del conocimiento y uso práctico de las estrategias de escucha activa y de asertividad por parte de los alumnos del 1ª de secundaria, propicia que se genere conflictos entre los estudiantes, poca apertura a la escucha al docente, desfavoreciendo el adecuado clima escolar y limitando el aprendizaje de los estudiantes, por lo cual, es de nuestro interés realizar dicha investigación a partir de la aplicación del programa hazte cargo de tu vida, de manera práctica, didáctica dirigido a los estudiantes.

## **1.1. Antecedentes**

### **Antecedentes internacionales**

Revisando investigaciones hechas en el exterior y en el Perú, descubrimos que existen trabajos ya realizados sobre asertividad y sobre la habilidad de escuchar, tal como se aprecia en la tesis de Fonseca (2010), cuyo título es *Formas de escucha y ambiente de aprendizaje en el aula* del primer grado de una Institución de Educación Básica y Media, de la Universidad Nacional de Colombia.

La investigación es de carácter cualitativo y emplea el enfoque multimétodo. La población objeto de la investigadora fueron 59 estudiantes del Grado Primero del año 2008 del Instituto Pedagógico Arturo Ramírez Montufar-UN (IPARM), al igual que tres docentes titulares de cada curso. Los y las

estudiantes estaban en un rango de edades de 6 a 7 años de edad, el 45-7% niñas y el 54.2% niños. El nivel Primero está distribuido en tres cursos, 1A, con 19 estudiantes, 1B, 20 estudiantes y 1C, 20 estudiantes. Los instrumentos empleados en la investigación fueron: fichas de observación y registro de indicadores de desempeño, Boletines académicos de los estudiantes, material de video, instrumentos diligenciadores y material bibliográfico. Fonseca llega a las siguientes conclusiones: Se encontró un vacío en la investigación nacional sobre el tema que se ha investigado.

La tesis de Coromac (2014), Estrategias de asertividad como herramientas para la transformación del conflicto en el aula, Guatemala. Se seleccionó de una población, 32 docentes, 19 femenino y 13 masculino, del mismo grupo étnico. El número de docentes antes mencionado constituyen la totalidad de la población.

Se utilizó como instrumento el cuestionario tipo Escala Likert. La investigación es cuantitativa, descriptiva. De la investigación realizada se llegó a las conclusiones siguientes: El tono de voz adecuado es una de las herramientas de comunicación más importantes en una situación de conflicto como: La escucha activa por parte de docentes ante una situación de conflicto es fundamental. Para poder afrontar y transformar un conflicto es necesario poder expresar sentimientos.

A través de los docentes, las estrategias de asertividad se multiplican a los estudiantes, quienes así podrán mediar conflictos entre pares. Con la utilización de las estrategias de asertividad se contribuye al ejercicio de la ciudadanía, a la convivencia pacífica y cultura de paz. Se recomienda que los docentes promuevan con sus alumnos la práctica de la mediación. El ambiente juega un papel fundamental para generar un aprendizaje de calidad. Al conocer las formas de escucha, el profesor tendrá un mejor manejo del ambiente.

La tesis de López (2013), titulada La escucha asertiva como actitud fundamental en la docencia universitaria, Guatemala. La población objeto de estudio está entre 17 y 18 años, mujeres y hombres del segundo, cuarto y sexto

ciclo del profesorado de enseñanza media en Pedagogía y Administración Educativa, que se encuentran cursando el primer, segundo y tercer año. También del segundo y cuarto ciclo de la Licenciatura en Administración Educativa con especialidad en Gerencia de la Calidad, quienes cursan el primer y segundo año de la Licenciatura en la Universidad Mariano Gálvez, con sede en Chimaltenango. Los estudiantes encuestados (180) fue el universo de investigación, no hubo necesidad de muestra por la cantidad de muestra. En la investigación se utilizó como instrumentos: cuestionario, guía de preguntas y la guía de observación.

Con la investigación se llega a las conclusiones siguientes: Los docentes que escuchan asertivamente, son de ayuda a los estudiantes universitarios, les resuelven sus dudas y hacen que se sientan acompañados en el proceso enseñanza-aprendizaje; la ausencia de una escucha asertiva en el docente, crea en los estudiantes desmotivación, y los hace sentir desvalorizados; se identificaron causas por la que docentes no escuchan a los estudiantes, las principales son el tiempo limitado y el encontrarse ocupados.

María Del Pilar (2014), en su tesis Estrategias de asertividad como herramienta para la transformación del conflicto en el aula, realizado en Guatemala, tiene por objetivo determinar cuáles son las estrategias de asertividad que emplean los maestros para superar los conflictos en el aula. Para tal fin empleó la escala de Likert que respondía a los indicadores de diálogo, escucha activa, asertividad y medición. El estudio fue de tipo cuantitativo-descriptivo. Para la investigación se hizo una pre-selección de 42 alumnos, 32 maestros.

Esta tesis es importante porque tiene cierta relación con nuestra investigación, con la diferencia que la tesis de María del Pilar está enfocado a la escucha activa y asertividad, centrado en docentes y alumnos. Mientras que nuestra investigación se centra sólo en los alumnos adolescentes.

La investigación llega a las siguientes conclusiones:

El tono de voz adecuado en un diálogo es importante en situaciones de conflicto. Siendo la comunicación asertiva la herramienta adecuada del docente en diálogo con sus alumnos.

La escucha activa por los docentes en situaciones de conflicto es importante para conocer los puntos de vista de los involucrados.

Linares (2015), en su tesis, cuyo título es Estrategias didácticas para orientar el afianzamiento de los valores éticos y morales. Realiza un diseño de investigación de tipo descriptivo. La investigación se ubica en la modalidad de proyecto factible, basado en estudio tipo documental. La investigación es no-experimental, transaccional y sin control de variables. La población la componen 16 docentes, la muestra será la población total. El instrumento de recolección de información será un cuestionario, conformado por 33 ítems. Los pasos que siguen para la investigación es el siguiente: primero se hace la revisión bibliográfica y documental. Esto ayuda a obtener el basamento teórico conceptual.

Luego se hace la recolección de información para lo cual se hace uso de un cuestionario, después se analizan los resultados y proceden a interpretar y sacar conclusiones. En esta investigación se empleó el procedimiento estadístico mediante el cálculo de la estadística descriptiva.

### **Antecedentes nacionales**

La tesis de Trujillo (2014), "La técnica del clown para mejorar la asertividad de los estudiantes del II ciclo de la carrera profesional de Educación Inicial de la Universidad Privada Antenor Orrego de la ciudad de Trujillo."

La población seleccionada fueron 60 estudiantes, 30 experimental y 30 control. Se empleó los métodos inductivo y deductivo; tipo de investigación fue cuantitativo, diseño cuasi-experimental. El instrumento empleado fue el cuestionario ADCA – 1.

Se llegó a las siguientes conclusiones: con la aplicación del pre-test ADCA-1 se determinó que los estudiantes de educación inicial que formaron parte del grupo control y experimental, evidenciaban el nivel déficit asertivo 30%, agresivo 20% y pasivo 20%.

La aplicación de la técnica del clown mejoró significativamente la asertividad en las estudiantes del II Ciclo de educación inicial. Se sugiere impulsar programas educativos relacionados con el Arte para facilitar la expresión de emociones y sentimientos de manera adecuada y creativa.

La tesis de Verde (2015), Taller aprendiendo a convivir para el desarrollo de Habilidades Sociales en los alumnos del Primer Año de educación secundaria de la I.E.V. Víctor Raúl Haya de la Torre, el Porvenir-Trujillo. La población estuvo conformada por 43 alumnos del Primer Grado de Educación Secundaria. Dicha población tiene entre 12 y 13 años de edad promedio, situación económica baja.

La muestra es de 21 alumnos, 10 varones, 11 mujeres, todos de la sección A. El diseño de investigación es pre-experimental donde se aplicó un pre-test y un pos-test. El instrumento de recolección de datos se denomina lista de chequeo de evaluación de habilidades sociales cuyo autor es Arnold Goldstein. El instrumento consta de 50 ítems.

En la conclusión, se señala que, al comparar los niveles de pre-test y pos-test, se pudo verificar la efectividad del taller Aprendiendo y Convivir para Desarrollar Habilidades Sociales en los estudiantes del Primer Grado "A" de educación secundaria de la I.E. Víctor Raúl Haya de la Torre. Se recomienda incluir en la escuela de padres este taller para desarrollar habilidades sociales.

Al empezar a trabajar las habilidades sociales en el aula, se recomienda comenzar por las habilidades sociales básicas, así los alumnos desarrollarán luego habilidades sociales avanzadas.

Aguinaga (2015) desarrolló su tesis sobre La relación entre el juego de roles y desarrollo de la asertividad en la asignatura de ventas y atención al cliente. Dicha tesis fue para optar el grado de Magister en Educación con mención en Docencia e investigación universitaria.

La investigación es naturaleza descriptiva correlacional. La población es de 189 estudiantes. Se empleó una muestra probabilística simple de 91 estudiantes y 15 profesores. Se aplicó dos cuestionarios virtuales y un cuestionario presencial. Se hizo uso de la prueba de Alfa de Cronbach. La investigación fue observacional, empleando un diseño no experimental, no manipulando ninguna variable. Se utilizó la escala de valoración, tipo Likert. Concluye en que existe relación entre juego de roles y desarrollo de asertividad de los estudiantes. Recomiendan que se utilice la técnica de enseñanza de juego de roles para la motivación.

Tagle (2015), su tesis Relación entre clima organizacional y el compromiso organizacional en el personal de la Municipalidad Distrital de San Martín de Porres, Lima 2015. El diseño de investigación es descriptivo correlacional de tipo cuantitativo. Se trabajó con dos variables, clima organizacional y compromiso organizacional. Se aplicó encuestas al personal de empleados de la Municipalidad Distrital de San Martín de Porres.

Para el análisis de las respuestas se ha tomado el formato de respuestas o método de escalamiento de Reusis Likert. Para el procesamiento de los resultados, se utilizó la prueba no paramétrica del coeficiente de rho de Spearman, para las 5 hipótesis formuladas.

El investigador Tagle presenta 5 conclusiones. Una de ellas dice que existe relación directa y significativa entre el clima organizacional y el compromiso organizacional. Además, Tagle aporta con 5 recomendaciones.

## **1.2 Fundamentación teórico de la investigación**

### **Teoría Cognitiva**

#### **Origen**

Para referirnos a dicha teoría cognitiva, haremos referencia a lo que dice Torres (2015, p-47): “Los estudios de enfoque cognitivo surgen a comienzos de los años sesenta y se presenta como la teoría que ha de sustituir a las perspectivas conductistas que había dirigido hasta entonces la psicología.”

Para ampliar sobre este origen del cognitivismo, mencionaremos lo siguiente: El paradigma cognitivo se deriva de los aportes de un grupo de disciplinas científicas al proceso de conocer la realidad, entre los cuales están la lingüística, la teoría de la información y la cibernética, así como las de la propia psicología; La Gestalt, la psicología genética y la psicología sociocultural (Crisólogo, 2007, p.23).

#### **Desarrollo Cognitivo**

Según esta teoría “es el proceso de formación, modificación y transformación de las estructuras mentales que experimenta el ser humano durante su desarrollo evolutivo hasta llegar a la adultez, desde una etapa llamada sensomotriz hasta otra etapa denominada operaciones formales” (Torres, 2015, p.22)

#### **El aprendizaje en la corriente cognitiva.**

Sobre este punto Cuevas (2013, p.140) considera: “al aprendizaje como un proceso en el cual cambian las estructuras cognoscitivas (organización de esquemas, conocimientos y experiencias que posee un individuo) debido a su interacción con los factores del medio ambiente.”

#### **El docente con enfoque cognitivo**

Al respecto, Cuevas (2013, p.142) dijo: “El profesor con la influencia de la teoría cognitiva, presenta a sus alumnos la información, observando sus características particulares, los incita a encontrar y hacer explícita la relación entre la información nueva y la previa.” Cabe subrayar que, “los psicólogos cognitivos están

convencidos que los eventos mentales internos desempeñan un papel clave en el desempeño de la conducta” (Crisólogo, 2009, p.10).

### **Habilidades Sociales**

Antes de entrar a considerar lo que es ‘habilidades sociales’, definiremos primero qué es ‘habilidad’. Mencionaremos varios autores que definen esta categoría.

Robbins (1997) afirma que:

La habilidad se refiere a la capacidad que tiene un individuo de realizar varias tareas en un trabajo. Es un activo real de lo que uno puede hacer. El conjunto de habilidades de un individuo en esencia se conforma de dos grupos de factores: habilidades intelectuales y físicas” (p.46)

Pérez (2000) señala que “entendemos por habilidades sociales (del inglés ‘social skills’)

Las capacidades o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea. Se refiere a las estrategias seleccionadas por la persona y los niveles de habilidad demostrados a este respecto en respuesta a las demandas situacionales y a las tareas encontrados en las actividades diarias”. (p.39).

Morales (2001) afirma que “Las habilidades sociales son un conjunto de conductas aprendidas que favorecen la relación interpersonal, permitiendo a la persona expresar sus opiniones, derechos, intereses y sentimientos”. (p.29)

Aranaga (2005) refiere: “El término ‘habilidad’ puede entenderse como destreza, diplomacia, capacidad, competencia, aptitud. Su relación conjunta con el término social nos revela un intercambio de acciones de uno con los demás”. (p.293).

Caballo (1986). Es uno de los que ha enfocado ampliamente el tema de las habilidades sociales. Al respecto dice: “La conducta socialmente habilidosa es

ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.”

Para Caballo la habilidad social tiene que ver con un conjunto de conductas que emite cada individuo. Por otro lado, Pérez (2000), refiriéndose a habilidades sociales, manifiesta que son conductas y repertorios de conductas adquiridos en especial mediante el aprendizaje, siendo el entorno interpersonal en el que se desarrolla y aprende el niño(a), una variable importante para que se dé el aprendizaje.

En otro momento Pérez (2000) refiere que las habilidades sociales son conductas que se aprenden, por lo que se entiende que pueden ser enseñadas, a partir del entrenamiento en habilidades sociales.

Siendo que las habilidades sociales son aprendidas y se pueden enseñar, esto da esperanza a los docentes porque ellos y los padres pueden ayudar a los adolescentes a modificar comportamientos negativos por positivos. Sobre el aprendizaje de las habilidades sociales dice Torres (s/f), “Estos se aprenden de tres maneras:

Aprendizaje por experiencia directa

Aprendizaje por observación

Aprendizaje verbal o instruccional.

### **Variable de la habilidad de escucha**

Todo ser humano necesita hablar, a su vez necesita que alguien le escuche. El hombre necesita compartir sus experiencias, sus vivencias, para esto tiene que haber alguien que lo escuche.

Una realidad de estos tiempos, donde se da el avance tecnológico, es que hay una necesidad, de que alguien más escuche. Las personas en un alto

porcentaje, les gusta hablar, decir, lo que él es, compartir de sus logros alcanzados, pero no les gusta escuchar.

Lorente (2008) en su obra Aprender a escuchar, señala una serie de puntos importantes relacionado con la importancia de escuchar.

Tocaré puntos de los capítulos de la obra que considero importante para nuestra investigación:

### **Hablar y sentirse escuchado**

Los alumnos en las escuelas, no tienen interés de escuchar a sus profesores, la sencilla razón es que lo que enseñan no le es útil para ellos. Además, sus enseñanzas no son amenas. En otras palabras, no hay motivación cuando el autor toca el punto de las raíces de la acción de escuchar y él considera que debe haber una articulación, entre varios componentes como la razón, la empatía, además la voluntad.

Considera el autor, en la acción de atender y la corporalidad, que la escucha no se centra sólo en el oír, tiene que ver también lo corporal. Estamos de acuerdo porque mucho de lo que se comunica, no es sólo por la palabra, también se comunica por medio de gestos, y posturas.

### **Empatía**

La persona que actúa con empatía, podrá escuchar con emoción, ya que el otro captará esa experiencia y así comunicará sus sentimientos, sus conflictos, y molestias.

Así como son importantes las preguntas, también lo es el silencio en la comunicación, porque ayuda a la reflexión.

### **Como descubrir si nos escuchan o no**

Lorente señala que quien escucha, atiende, porque entiende y quiere entender. Otras características que define la acción de escuchar

Lorente afirma que hoy, son más numerosas las personas que no saben escuchar que las que sí saben.

La apertura exige el abandono. Estar abierto al otro - y en lo que el otro de nuevo diga.

En la apertura se da el encuentro de las personas.

Empatía

Este elemento condiciona para que cuando alguien hable, el otro escucha en forma activa.

En cuanto a la idoneidad de las personas para el encuentro donde emerge la escucha, Lorente dice que una cosa es cierta, que se puede aprender a escuchar. Pero también es cierto que algunas personas son más idóneas para escuchar que otros.

También señala que es necesario preguntar para que surja la claridad.

### **Saber escuchar**

En esta sección, el autor desarrolla varios puntos, para ayudar a las personas a descubrir si saben escuchar.

En otro momento Lorente refiere doce preguntas que ayudan a saber si sabemos escuchar.

Cuando asista a una reunión familiar o profesional, procure medir discretamente —puede valerse de un sencillo reloj-cronómetro— el tiempo empleado en hablar por cada uno de los asistentes. De este modo sabrá quienes hablaron o no.

Observe quiénes respetan o no el turno para hablar, de manera que no interrumpen a quien está hablando o quiebren el hilo conductor de la conversación que está teniendo lugar. Con esta observación podrá comenzar a identificar a quienes no escuchan.

Observe a los que incurren de forma habitual en solapamientos (cuando dos personas hablan al mismo tiempo, sin escucharse mutuamente). He aquí otro indicador para identificar a quienes no escuchan.

Observe si quienes hablan tratan sólo de sí mismos (de lo que se refiere a sus personas) o si realmente los temas de que tratan son más generales y permiten abrirse con facilidad al diálogo, haciendo posible que otros intervengan (que otros participen también en esa conversación). Esta observación le permitirá identificar a las personas cuyo afán de protagonismo es mayor.

Observe quienes no hablan ni una sola palabra en el transcurso de la reunión. Esta observación no le permitirá identificar a quienes escuchan, pero sí a quienes no hablan.

Observe cuántas conversaciones se mantienen simultáneamente y quiénes las introducen, a pesar de constituir un cambio repentino del principal tema de conversación del que se estaba tratando. He aquí otro indicador para identificar a quienes no escuchan.

Observe cuántas personas prestan atención o no a quienes en ese momento están haciendo uso de la palabra. Esta observación contribuye a identificar a quienes no escuchan.

Observe si Cuando alguien le cuenta o pregunta algo, trata usted de escucharle y comprenderle o comienza a pensar en qué es lo que le va a contestar. Esta observación le permitirá conocer su capacidad para escuchar.

Observe si cuando alguien le dirige la palabra, trata usted de ponerse en su lugar y compartir sus propios sentimientos. Esta observación le permitirá conocer su capacidad para escuchar.

Observe si se molesta o enfada cuando le interrumpen, apenas comienza un tema de conversación. Esta observación le permitirá conocer su capacidad para escuchar.

Observe si cuando usted cuenta algo, siente que los otros le escuchan y comprenden o cada uno está pendiente de otras conversaciones fragmentarias o sólo de sí mismo. Esta observación le permitirá conocer si le escuchan las personas a las que habla.

Observe si se impacienta porque no encuentra la pausa necesaria para dar su opinión acerca de lo que se está tratando. Esta observación le permitirá conocer su capacidad para escuchar y hablar.

Con los puntos señalados se busca que la persona identifique comportamientos que se deben modificar.

### **Problemas para escucharse entre padres e hijos**

Los padres empiezan a tener problemas con los hijos, que llegan a la adolescencia, tienen dificultades para comunicarse.

Los adolescentes se niegan en dialogar con los padres, y la razón es que los padres cometen errores, que fastidian a sus hijos. Para esto, Lorente ha elaborado un material de evaluación.

### **La escucha en los alumnos**

Los alumnos van a escuchar a los profesores que les tienen confianza. Si los alumnos no tienen confianza en su profesor, no le prestarán atención a la explicación de la clase.

También Lorente nos presenta otro material que tiene que ver con la escucha de los alumnos.

### **Aprender a escuchar**

No se nos preparó para saber escuchar.

Es con el tiempo que vamos aprendiendo a escuchar.

Sabotaje a la acción de escuchar.

Existen varios enemigos que perturban la actividad de escuchar. Estos son: los enemigos externos que vendrían a ser los ruidos; los enemigos internos que

serían los ruidos del corazón del ser humano; la hiperactividad verbal, esto se ha notado en las personas que tienen una fluidez verbal. Este fenómeno impide la buena escucha.

Creemos necesario definir también lo que es escucha activa, para lo cual tomaremos en cuenta a algunos especialistas que han abordado dicho tema.

### **Escuchar**

Escuchar es quedarse en el texto que se oye, adentrarnos en la intimidad del otro, acoger la verdad de lo que se nos dice. Escuchar es juzgar, es continuidad, prolongación de la otra.

En otro momento, Lorente dirá también, que escuchar es el acto de entender, para lo cual se tiene que atender. Es estar alerta y en expectación por lo que se oye. Es una actividad que lleva a estar pendiente de quién habla. En la actividad de escuchar tiene que estar el respeto por la persona que habla. Añade, además, que la escucha no se centra solo en el oír, también interviene la corporalidad.

Para Lorente, la escucha debe estar acompañado de la empatía. Él dice que la persona que actúa con empatía podrá escuchar con emoción, ya que el otro captará esa experiencia y así comunicará sus sentimientos, sus conflictos y molestias.

### **La necesidad de preguntar para que surja la claridad.**

En el acto de la comunicación es importante hacer preguntas, por las razones siguientes:

Ayuda a liberarnos de posibles errores; permite que reflexione el que habla y enriquezca su respuesta al hablar. Debido a las preguntas y las respuestas adecuadas, el que escucha, de seguro que quedará satisfecho.

Lorente afirma que se puede aprender a escuchar, pero añade que algunas personas son más idóneas para escuchar que otros.

## **Aprender a escuchar**

Según Lorente, para poder aprender a escuchar, se debe tomar en cuenta los elementos siguientes: atención, motivación, amabilidad, valorar la totalidad de la persona, dando ejemplo de escuchar.

Voli (1997) afirma:

Cuando hablamos de escucha activa queremos decir escucha para la comprensión, el conocimiento y el aprendizaje, y no para la crítica destructiva, la separación y la defensa de nuestro ego. Cuando escuchamos activamente no nos limitamos en oír lo que nos decimos o nos dicen los demás; preguntamos, pedimos aclaraciones, si criticamos lo hacemos de forma constructiva, parafraseamos y, en definitiva, creamos contextos en que lo que se nos dice o nos decimos adquiere un significado, claro y concreto (P. 147, 148)

Zebadua y García (2011) refiriéndose a lo dicho por Gloria

Sanz Pinyol, dice la escucha activa es la capacidad de escuchar más allá de las palabras literales, comprender también los significados subyacentes y leer los sentimientos de quien habla, es decir, comprender no solo lo que dice, sino también lo que siente. Para ello es imprescindible percibir las ideas expresadas y el significado actitudinal o emocional, considerando el punto de vista de la otra persona y no solo el propio <sup>69</sup> (p.103)

Ambos autores señalan que la escucha activa, va más allá del mero oír, es tratar de comprender lo que subyace más allá de las palabras, para lo cual tiene que darse una participación activa, formulando preguntas, para obtener respuestas aclaratorias que satisfagan.

La escucha activa como aspecto verbal y no verbal, al respecto, Zebadúo y García (2012) hacen referencia a Pinyol, Gloria y nos dicen que, al referirse sobre

la escucha activa, Pinyol considera que no se puede quedar uno solo con las palabras literales, sino que se tiene que leer los sentimientos del que comunica.

Zabadúo y García presentan una interesante síntesis sobre los aspectos que ayudan a tener una escucha activa.

Tabla 1

*Tabla de comparación entre la actitud verbal y no verbal*

<b>Actitud verbal</b>	<b>Actitud no verbal</b>
Solicitar aclaraciones	Silencio
Formular preguntas	Mirada natural hacia la persona
Verificar la comprensión del mensaje mediante paráfrasis, resúmenes y reformulaciones	Gestos de acompañamiento Tono de voz reflexivo y ritmo pausado
Participar en el diálogo con intervenciones que tienen en cuenta las aportaciones de la otra persona	Postura abierta hacia la persona que se encuentra hablando Distancia adecuada

### **Beneficios de la escucha activa**

Las habilidades se aprenden y se desarrollan y la escucha activa es una de las habilidades sociales. Si queremos tener éxito en las relaciones interpersonales, debemos esforzarnos en cultivar esa habilidad.

La escucha activa contribuye a lograr buena relación entre padres e hijos, buena relación entre los compañeros de aula, y buena relación entre profesor y alumno.

Ortiz (2007) afirma que los principales beneficios que brinda la escucha activa son:

Creamos un clima positivo para la comunicación, logrando que ésta sea más efectiva.

Captamos el sentido exacto del mensaje del emisor, reduciendo los malentendidos.

Obtenemos información relevante sobre nuestro interlocutor. Al escuchar activamente a nuestro emisor, se le muestra que tenemos

consideración por su punto de vista, acrecentando su autoestima. Esto provoca que nos facilite información importante.

Aprendemos de las experiencias de nuestros interlocutores. Adquirimos nuevos conocimientos enriquecedores.

Al prestar atención al emisor, podemos identificar sus objetivos y sentimientos, reflexionar sobre su mensaje, confirmar la congruencia de la información facilitada y buscar soluciones a los problemas que van surgiendo.

Demostrando interés por quien nos está hablando, podemos solicitar aclaraciones o ampliaciones de la información suministrada.

Reducimos los conflictos profesionales y personales como consecuencia de una mejor comunicación y la disminución de las malas interpretaciones y los malentendidos.

Al valorar a nuestro interlocutor y demostrarle consideración, conseguimos ganarnos su confianza, ya sea un cliente, un compañero de trabajo, un familiar o un amigo.

Además, fortalecemos las relaciones con los clientes, los compañeros, los familiares y las amistades.

Gracias a la información que obtenemos y la confianza ganada, incrementamos la capacidad para influir sobre ellos.

Escuchando activamente controlaremos y dirigiremos la conversación hacia los objetivos que nos marquemos.

Mejoramos nuestras habilidades de liderazgo.

Proyectamos sobre nuestro interlocutor una imagen de respeto, consideración, comprensión e inteligencia.

Logramos mayor productividad en el trabajo ya que conocemos y comprendemos mejor a nuestros interlocutores, las relaciones son más estrechas y ahorramos tiempo y energía al evitar los malentendidos.

(p.14,15)

### **Dimensiones de la escucha activa:**

Escuchar sin interrumpir

Es la capacidad de saber controlarse, para escuchar al que está compartiendo algo verbalmente, y no impedir a pesar de que uno lo quiere hacer.

### Empatía

Es la capacidad de ponerse en el lugar del otro. Es escuchar con atención, sin juzgar, sin interrumpir. Actuar con empatía es escuchar activamente, observar y preguntar con el fin de obtener respuestas claras.

### Estar atento

En la escucha activa va acompañado de la disposición de estar atento. La persona que escucha con atención, manifiesta los pasos siguientes: capta el máximo de señales, realiza un esfuerzo de concentración, toma apuntes, prepara preguntas que va formular, hace un esfuerzo mental para hilvanar y relacionar así sus ideas.

### Preguntas para clarificar.

La persona que tiene empatía, no hace pregunta mal intencionada, sino que hará preguntas para que el que está exponiendo pueda clarificar lo que expone, y así la comunicación será provechosa.

## **Variable de la habilidad asertiva**

Guell (2006) es profesor de filosofía, quien escribió un libro que trata sobre asertividad. Para desarrollar esta variable, nos basamos en dicha obra.

### **Asertividad**

Guell (2006) define la asertividad como una habilidad social, gracias a la cual una persona es capaz de decir: "yo soy así", "eso es lo que yo pienso, creo y opino", "estos son mis sentimientos sobre este tema", "estos son mis derechos"... y dice todo esto respetando a los demás y respetándose a sí mismo.

Según esta definición la persona tiene la valentía para que, con mucho respeto, manifieste su punto de vista sobre algún tema, o defienda en forma alturada sus derechos.

## **Fundamentos teóricos de la asertividad**

La habilidad asertiva se ubica en la psicología cognitiva - conductual, siendo sus representantes, los psicólogos Wolpe, Lazarus y Caballo. En la actualidad existen registros y escalas de asertividad

### **Fases del método para el entrenamiento asertivo**

Aprender o distinguir las conductas asertivas y diferenciarlas de las no asertivas.

Tomar conciencia de que la conducta asertiva es la más adecuada para tener una buena relación interpersonal.

Practicar técnicas para poner en práctica las conductas asertivas.

Güell presenta un cuadro comparativo de lo que es asertividad y lo que no es asertividad.

## **Técnicas asertivas**

Güell (2016) la asertividad es una conducta y se puede aprender. El método para adquirir esta conducta tiene tres fases:

Primera fase: reconocer si la conducta que realizamos es asertiva, pasiva o agresiva.

Segunda fase: si la conducta es agresiva o pasiva, decidir que es conveniente cambiarla.

Tercera fase: aplicar y practicar una de las técnicas asertivas para modificar la conducta agresiva o pasiva y convertirla una asertiva.

## **Los tres modelos de conducta: Agresiva, pasiva y asertiva**

Cada una de estas tres conductas, tienen sus características que los diferencian. Güell, tomando como base a Caballo, elabora un cuadro en que resume los tres modelos de conducta.

Tabla 2

*Los tres modelos de conducta: agresiva, pasiva y asertiva (según Caballo, 1993, y elaboración propia del autor)*

<b>Conducta Agresiva</b>		
<b>Elementos no verbales</b>	<b>Emociones y sentimientos</b>	<b>Elementos cognitivos</b>
Mirada fija	Baja autoestima.	No tengo necesidad de respetar a los demás.
Voz alta	Sentimiento de culpa.	Sólo me respetan si soy agresivo/a.
Habla rápido	Sensación de pérdida de control.	No puedo soportar que las cosas no sean como yo quiero.
Gestos de amenaza.	Nota que los demás le/la dejan solo/a cada vez que es agresivo/a.	Las cosas son blancas o negras: o yo o tú.
Postura intimidatoria, invadiendo el espacio del otro.	Frustración	
Tensión en el cuerpo.		
<b>Conducta Pasiva</b>		
<b>Elementos no verbales</b>	<b>Emociones y sentimientos</b>	<b>Elementos cognitivos</b>
Mirada baja.	Baja autoestima.	Los otros son más importantes que yo.
Voz débil.	Sensación de desamparo.	Tengo que sacrificarme por los demás.
Vacilaciones.	Soledad.	Si digo que no, si no ayudo a los demás, nunca más me tendrán en cuenta.
Postura corporal hundida.	Sentimiento de enfado.	Pienso que los otros se aprovechan de mí.
Tensión en la cara y los labios.	Sensación de pérdida de control.	No quiero molestar a los demás con mis cosas.
Falsas risas.	Falta de respeto a sí mismo/a.	
<b>Conducta Asertiva</b>		
<b>Elementos no verbales</b>	<b>Emociones y sentimientos</b>	<b>Elementos cognitivos</b>
Contacto ocular directo.	Honestidad emocional, dice lo que siente.	Piensa que tiene unos derechos y los ejercita.
Nivel de voz adecuado a la conversación.	Se siente o gusto consigo mismo/a y con los demás.	Cree que todo el mundo tiene derecho a ser respetado.
Habla fluidamente.	Sensación de control.	Piensa que no es ni superior ni inferior a los demás.
Gestos firmes.	Se respeta a sí mismo/a y a los demás.	
Postura erecta.	Buena autoestima.	
Manos sueltas.		
Cuerpo relajado.		

Este cuadro nos ayuda a conocer, los rasgos con características de cada conducta. La conducta agresiva, busca conseguir sus intereses y deseos personales, con agresiones verbales o físicas.

La conducta pasiva no defiende sus derechos, prefiere aguantar, evita los conflictos, no se respeta a sí mismo y por el contrario, la conducta asertiva, enfrenta los problemas sin violencia, respetando al otro y haciéndose respetar. La

conducta asertiva ayuda en la resolución de conflictos, así como a una comunicación positiva.

### **Aplicaciones de la Asertividad en el ámbito personal**

La conducta asertiva es de mucha ayuda, para tener buenas relaciones personales. Se puede apreciar la conducta asertiva en algunas áreas de la vida. Es así que Güell mencionó varias áreas donde se manifiesta ese tipo de conducta:

En las relaciones de pareja, las parejas de esposos mantendrán buena relación si manifiestan una conducta asertiva y los conflictos de pareja se superarán, porque harán uso de la comunicación asertiva.

Con sus hijos, la mejor forma de lograr buenas relaciones, es siendo asertivos con ellos y la actitud asertiva de los padres hará que traten con respecto a sus hijos, y así de esta manera contribuirán al enriquecimiento de su autoestima.

Con las amistades, la conducta asertiva contribuye a que las relaciones entre amigos se hagan cada vez más sólidas y duraderas.

### **La asertividad en las relaciones con el alumnado**

Un profesor puede tener mucho conocimiento, dominar su materia, pero si en el aula encuentra dificultades en la reacción con sus alumnos, eso no favorecerá al profesor ni al alumno.

Pero si el profesor además de dominar su materia desarrolla una conducta asertiva, su relación con sus alumnos será buena, creando confianza y respeto.

### **Conflicto entre escolares y solución asertiva**

Para todos es de conocimiento que en los colegios se dan los conflictos, la agresividad y el acoso.

Piñero, E. (2016) refiere que: "El acoso y la violencia escolar van a producir consecuencias negativas no sólo en las víctimas de estas situaciones de

violencia, sino en el conjunto de implicados en el proceso, ya sean el agresor, los observadores u otros agentes educativos como los profesores o los padres” (p.33)

Fernández, I. (2005), en su libro *Escuela sin violencia: resolución de conflictos*, hace un estudio amplio del fenómeno de la violencia en la escuela. En ella, señala las causas y los tipos de violencia. Además, se refiere a las estrategias para solucionar la violencia y conflictos entre los alumnos.

Es interesante lo que él dice: “La violencia y los malos tratos entre alumnos es un fenómeno que hay que estudiar atendiendo a multitud de factores que se derivan de la situación evolutiva de los protagonistas, de sus condiciones de vida y de sus perspectivas de futuro” (Fernández, 2005, p.32)

Frente a esta situación negativa en los colegios, urge que se enseñen técnicas asertivas, de esa manera se logrará que los alumnos desarrollen conductas asertivas.

Fernández, I. (2005) afirma que “La respuesta asertiva enseña a los alumnos a defender sus derechos sin violar los derechos de los otros, les ayudará a mantenerse resistentes a las tácticas de manipulación y agresión de los demás” (p.143)

### **Variables de la asertividad**

Baldwin, C (2005) dice:

“Definimos la asertividad como la habilidad de la persona para defender sus propios derechos de manera apropiada y franca, con oportunidad y tino, de expresar sus propios sentimientos, deseos y opiniones evitando agredir al otro, de poder solicitar a la otra persona un cambio de comportamiento si se siente agredida”. (p.317)

## **Dimensiones de la asertividad**

Rathus (1973)

### **Demostrar disconformidad:**

Es la capacidad por medio del cual, la persona manifiesta molestia o disgusto, en un espacio de carácter público donde se tiene la esperanza de saciar una necesidad formulada por la persona y que anhela que sea atendida de una determinada forma.

### **Manifestación de sentimientos y creencias:**

Voluntad para manifestar de forma clara, espontanea sentimientos, pensamientos y creencias que las personas puedan experimentar bajo ciertas circunstancias.

### **Eficacia**

Evaluación de la autoeficacia, juicio personal para ver cuán competente se puede ser en diversas situaciones de interacción social.

### **Interacción con organizaciones**

Capacidad para relacionarse en el ambiente de las instituciones, en la que debe hacer solicitudes o contestar a peticiones específicas.

### **Expresión de opiniones**

Temor a manifestar un público su punto de vista, por miedo a que se burlen o a que le hagan un juicio negativo.

### **Decir no**

Capacidad para manifestar negación, puntos de vistas opuestos a la de los otros o la pronunciación del no ante solicitudes que son inadecuados o irracionales.

## **Definiciones de términos básicos**

### **‘observación cualitativa’**

“No es mera contemplación (‘sentarse a ver el mundo y tomar notas’), implica adentrarnos profundamente en situaciones sociales y mantener un papel activo, así como una reflexión permanente. Estar atento a los detalles, sucesos, eventos e interacciones.” (Hernández, 2014, p. 399).

**‘agresión’**

“La agresión es el comportamiento cuyo objetivo es la intención de hacer daño u ofender a alguien, ya sea mediante insultos o comentarios hirientes o bien físicamente, a través de golpes, violaciones (lesión-lesiones), etc.”) Casiano, 2007, p. 85)

**‘conflicto’**

“El conflicto es un proceso que empieza cuando una de las partes involucradas percibe que ha sido afectada por la otra en forma negativa. De esta manera se origina un conflicto entre las partes implicadas.” (Fernández, s/f, p. 46)

**‘habilidad’**

La capacidad que tiene un individuo de realizar varias tareas en un trabajo.” (Robbins 1999, p.46)

**‘programa’**

“Es el conjunto de metas políticas, procedimientos, reglas, asignación de tareas, pasos que han de darse, recursos que deben emplearse y otros elementos necesarios para llevar adelante una forma de acción determinado.” (Pérez, 1982, p. 168)

**‘variables’**

“Expresan las características, atributos o aspectos que se desean conocer, explicar, dimensionar y estudiar con el objeto investigado. Las variables son características observables, susceptibles de adoptar distintos valores o ser expresados en varias categorías y siempre están referidas a las unidades de análisis.” (Ávila, 2001, p.107)

**1.3 Justificación****Justificación Teórica**

Si bien es cierto que existen trabajos de investigación sobre habilidad de escuchar y asertividad, nuestro trabajo de investigación contribuirá a la parte teórica,

porque nuestro trabajo es teórico y experimental, y basado en realidad distinta a la de otras investigadoras.

### **Justificación Metodológica**

Los pasos para nuestra investigación tendrán que ver con contacto con personal docente del I.E.P. Los Olivos en el Callao. La información nos ayudará a clarificar el problema de nuestra investigación para luego realizar los materiales para las pruebas y la capacitación. Se obtendrá el apoyo de las autoridades y alumnos.

Para nuestro trabajo de investigación, contamos con el apoyo de alumnos del 1° Año Secundaria de Los Olivos, institución educativa de confesión evangélica.

### **Justificación Práctica**

Creemos que los resultados de esta investigación serán de mucha ayuda para los alumnos del 1° Año de secundaria ya que, habiendo tenido la capacitación teórica y experimental, les servirá para mejorar sus relaciones interpersonales. Por otro lado, la capacitación teórica experimental les adiestrará para mejorar sus relaciones con sus docentes.

## **1.4 Formulación del problema**

### **Problema General**

¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en la escucha activa y asertividad en los estudiantes del 1° Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?

P1 ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en la escucha activa en los estudiantes del 1° Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?

P2 ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en escuchar sin interrumpir en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?

P3 ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en empatía en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?

P4 ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en estar atento en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?

P5 ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en preguntar para clarificar en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?

P6 ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?

P7 ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en demostrar disconformidad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?

P8 ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en manifestación de sentimientos y creencias en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?

P9 ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en la eficacia en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?

P10 ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en la interacción con organizaciones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?

P11 ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en la expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?

P12 ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en decir no en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?

## 1.5 Hipótesis

### Hipótesis general

El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la escucha activa y asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?

Ho1: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

H1: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

Ho2: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en escuchar sin interrumpir, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

H2: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en escuchar sin interrumpir, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

Ho3: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en empatía, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

H3: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en empatía, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

Ho4: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en estar atento, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

H4: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en estar atento, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

Ho5: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en preguntas para clarificar, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

H5: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en preguntas para clarificar, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

Ho6: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

H6: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

H07: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en demostrar disconformidad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

H7: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en demostrar disconformidad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

Ho8: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la manifestación de sentimientos y creencias en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

H8: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en Manifestación de sentimientos y creencias en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

Ho9: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la eficacia en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

H9: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en eficacia en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

Ho10: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la interacción con organizaciones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

H10: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en interacción con organizaciones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

Ho11: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

H11: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

Ho12: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la decir no en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

H12: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en decir no en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

## **1.6 Objetivos**

### **Objetivo general**

Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en la escucha activa y asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2015.

O1 Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en la escucha activa en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

O2 Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en escuchar sin interrumpir en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

O3 Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en empatía en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

O4 Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en estar atento en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

O5 Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en preguntas para clarificar en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

O6 Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

O7 Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en demostrar disconformidad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

O8 Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en Manifestación de sentimientos y creencias en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

O9 Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en la eficacia en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

O10 Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en la interacción con organizaciones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

O11 Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en la expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

O12 Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en decir no en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

## **II. Marco metodológico**

## 2.1 Variables

En la investigación se trabajará con dos variables de tipo cualitativas:

VI: Cualitativa: Programa Hazte cargo de tu vida

VD1: Cualitativa: Escucha Activa

VD2: Cuantitativa: Asertividad

## 2.2 Operacionalización de variables

### 2.2.1 Definición Conceptual

#### **Programa Hazte cargo de tu vida**

Michael y Quinn (1994). Refiere que “el programa hazte cargo de tu vida es un programa de ayuda para disfrutar más de la vida, aprender a vivir con más confianza y a enfrentar con mayor eficacia las situaciones difíciles. Cuyo propósito es enseñar a la persona a valerse por sí misma, a enfrentar la crítica, a decir no, a presentar y tu reclamos, a establecer tus necesidades, a desafiar la injusticia y a responder a los pedidos y la exigencia de los demás”.

Abarca 8 contenidos: ¿Qué significa ser asertivo?, Decir No, ¿Cómo reaccionar ante la crítica y la ofensa, ¿Cuándo está molesto y enojado?, Aliento y Asertividad, Escuchar y ser asertivos, para solucionar problemas y una Manera de vivir.

#### **Escucha Activa**

“Es el esfuerzo de atención que realizamos al escuchar, tratando de comprender el contenido del mensaje que emite la persona, pero también su estado emocional y por tanto el contexto desde el que se está comunicando”. Federico, Gan y Jaume, Triguiné; 2006, pág. (583)

#### **Asertividad**

“Es la habilidad de la persona para defender sus propios derechos de manera apropiada y franca, con oportunidad y tino, de expresar sus propios sentimientos,

deseos y opiniones evitando agredir al otro, de poder solicitar a la otra persona un cambio de comportamiento si se siente agredida”. Baldwin; 2005, pág. (p.317)

### 2.2.2. Definición operacional

Programa “Hazte cargo de tu vida”, es un programa de entrenamiento en la Escucha Activa y la Asertividad, está compuesta de 8 sesiones, que buscan entrenar a los estudiantes en técnicas de escucha activa y técnicas de asertividad para su uso en el diálogo con las personas de su entorno. Abarca 10 dimensiones: Escuchar sin interrumpir, estar Atento, empatía, preguntar para clarificar, demostrar disconformidad, manifestación de sentimientos y creencias, eficacia, interacción con organizaciones, expresión de opiniones, decir no.

Test de escucha activa, tiene 4 dimensiones y 20 ítems en total y el Inventario de Asertividad de Rathus, comprende 6 dimensiones con un total de 30 ítems.

Tabla 3

#### *Operacionalización de la variable Escucha Activa*

dimensiones	indicadores	n° ítems	escala	Niveles	rangos
Escuchar sin interrumpir	El estudiante logra escuchar todo el dialogo sin interrumpir. El estudiante reconoce que es importante para el otro no ser interrumpido y culminar su dialogo.	1,5,9,13,17	Test de escucha activa	Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)	5 puntos De 3 a 4 puntos De c a 2 puntos
Empatía	El estudiante identifica la emoción con la que el otro dialoga. El estudiante reconoce que la emoción desbordada se encuentra en el otro y no en él.	12,6,10,14,18		Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)	5 puntos De 3 a 4 puntos De c a 2 puntos
Estar Atento	El estudiante presta atención al contenido del dialogo transmitido, mirando al otro. El Estudiante reconoce la importancia para el otro de sentirse escuchado.	3,7,11,15,19,		Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)	5 puntos De 3 a 4 puntos De c a 2 puntos
Preguntar para clarificar	El estudiante hace uso de frases motivadoras al dialogo. Humm, Ha. El estudiante plantea preguntas clarificadoras del dialogo	4,8,12,16,20		Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)	5 puntos De 3 a 4 puntos De c a 2 puntos

Tabla 4

*Operacionalización de la variable Asertividad*

dimensiones	indicadores	n° ítems	escala	Niveles	rangos
Demostrar disconformidad	El estudiante expresa su molestia o incomodidad ante situaciones de desagrado.	3,17,19,20	Inventario de Asertividad de Rathus	Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)	11-14 15-17 18-30
Manifestación de sentimientos y creencias	El estudiante expresa sus creencias, pensamientos y sentimientos de manera clara	5,13,14,21		Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)	11-14 15-17 18-30
Eficacia	El estudiante maneja y dirige eventos.	1,2,6,7,16		Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)	11-14 15-17 18-30
Interacción con organizaciones	El estudiante dialoga con representantes de instituciones educativas o empresariales.	8,9,10,		Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)	11-14 15-17 18-30
Expresión de opiniones	El estudiante plantea públicamente su opinión.	12,18,22		Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)	11-14 15-17 18-30
Decir no	El estudiante negación ante comentarios opuestos a sus interés y peticiones inadecuadas o irracionales	4,11,15,		Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)	11-14 15-17 18-30

**2.3. Metodología**

La investigación se basa en un método experimental: el cual es un método de investigación en el que el investigador controla deliberadamente las variables para delimitar relaciones entre ellas, está basado en la metodología científica. En este método se recopilan datos para comparar las mediciones de comportamiento de un grupo control, con las mediciones de un grupo experimental. Las variables que se utilizan pueden ser variables dependientes (las que queremos medir o el objeto de estudio del investigador) y las variables independientes (las que el investigador manipula para ver la relación con la dependiente). El método experimental está sustentado por dos pilares fundamentales: la reproducibilidad y la falsabilidad (Parot y Doron, 2007)

## 2.4. Tipos de estudio

La investigación es aplicada por su finalidad, debido a que se distingue por tener propósitos prácticos inmediatos bien definidos, es decir, se investiga para actuar, transformar, modificar o producir cambios en un determinado sector de la realidad. Según Carrasco (2009) “Las investigaciones aplicadas deben contar siempre con el aporte de las teorías científicas” (p.43).

El nivel de la investigación será explicativo, considerando que, “Los estudios explicativos van más allá de la descripción de conceptos o fenómenos o del establecimiento de relaciones entre conceptos; es decir están dirigidos a responder por las causas de los eventos y fenómenos físicos o sociales” (Hernández, Fernández y Baptista, 2010, p. 84).

## 2.5 Diseño:

El diseño de la presente investigación es Experimental y de tipo pre - experimental con pre test y post test y de un solo grupo.

El esquema que corresponde a este diseño es:

$$GE \ 0_1 \times 0_3$$

$$GE: \ 0_1 \times 0_2$$

Dónde:

GE: Es el grupo experimental

GC: Es el grupo control

$O_1$  y  $O_2$ : Aplicación del pre test a estudiantes de los grupos experimental y control antes del taller experimental.

$O_3$ : Aplicación del post test aplicado al grupo experimental después de la aplicación del taller experimental.

$O_4$ : Aplicación del post test a los estudiantes del grupo control.

X: Programa experimental

## 2.6. Población, muestra y muestreo

### **Poblacion**

La poblacion estuvo conformada por 30 estudiantes de 1º de secundaria de la I.E.P los Olivos del distrito del Callao, 2017.

### **Muestra**

Se tomó una muestra representativa de 30 estudiantes de 1º de secundaria de la I.E.P los Olivos del distrito del Callao, 2017; Como refiere Hernández, Fernández y Baptista (2010) la muestra “es una proporción representativa de la población” (p. 476); Se tomó un aula para el grupo experimental y uno para el grupo control, mediante una selección aleatoria.

### **Unidad de análisis**

Estudiantes del 1ª de secundaria de la I.E.P. Los Olivos del distrito del Callao, seleccionados según la muestra.

## 2.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

### **La técnica**

La técnica empleada fue la encuesta, sobre esto refiere Yuni y Urbano (2006) “la técnica de obtención de datos mediante la interrogación a sujetos que aportan información relativa al área de la realidad a estudiar” (p. 65).

### **Instrumento**

Para evaluar el taller de estrategias comunicativas se utilizò un cuestionario con respecto a las habilidades de escucha activa y asertividad, asi Hernández *et. al* (2014) define, “los cuestionarios son un conjunto de preguntas respecto de una o más variables que se van a medir” (p. 217).

### **Ficha técnica del instrumento**

Nombre del instrumento: escucha activa

Objetivo: Determinar la influencia del programa *Hazte cargo de tu vida* en la

asertividad en los estudiantes del 1° de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

Autor/es: Montse García

Adaptación:

Administración: individual

Duración: 10 minutos

Sujetos de aplicación: estudiantes de Primer Año de Secundaria entre 11 a 12 años

Técnica: observación

Puntuación escala de calificación: Escala de tipo dicotómico

Dimensiones e ítems:

D1. Escuchar sin interrumpir

D2. Empatía

D3. Estar atento

D4. Preguntar para clarificar

Número de ítems: 20

Población objetivo: estudiantes de 11 ó 12 años

Niveles y Rango:

Regular 5 puntos

(5 puntos)

Bueno de 3 a 4 puntos

(3 a 4 puntos)

Excelente de 0 a 2 puntos

(0 a 2 puntos)

### **Ficha técnica del instrumento**

Nombre del instrumento: Asertividad

Objetivo: Determinar la influencia del programa *Hazte cargo de tu vida* en la asertividad de los estudiantes del 1° Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

Autor/es: Rathus, S.A. (1973)

Adaptación: Al español Carrasco, J., Clemente, M. Y Llavona (1984); y para Costa Rica, León y Vargas (2009)

Administración: individual

Duración: 10 minutos

Sujetos de aplicación: estudiantes de Primer Año de Secundaria entre 11 a 12 años

Técnica: observación

Puntuación y escala de calificación:

Dimensiones e ítems:

D1. Demostrar disconformidad

D2. Manifestación de sentimientos y creencias

D3. Eficacia

D4. Interacción con organizaciones

D5. Decir no

Número de ítems: 22

Población objetivo: estudiantes de 11 a 12 años

Niveles	y	Rango
Regular		11-14
(11-14)		
Buena		15-17
(15-17)		
Excelente		18-30
(18-30)		

### **Validez del instrumento**

Para Hernández, Fernández y Baptista (2010), la validez de un instrumento, “se refiere al grado en que un instrumento realmente mide la variable que pretende medir”. (p. 201)

Para la validez de contenido se utilizó el criterio de juicio de experto. Los ítems del instrumento se validaron en base a los siguientes criterios:

**Pertinencia:** El ítems corresponde al concepto teórico formulado.

**Relevancia:** El ítems es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Suficiencia:** se dice así cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

El instrumento fue validado por juicio para la determinación de la consistencia temática.

Tabla 5

*Validación del instrumento de la variable escucha activa y asertividad*

Nombre y apellido del experto	Resultado
Dr. Angel Salvatierra Melgar	Existe suficiencia
Dr. Nicolas Medina Curi	Existe suficiencia
Dra. Liza Dubois Paula	Existe suficiencia

*Nota: Certificado de validez (2017).*

Como se observa en la tabla 3, el juicio de experto dictaminó que el instrumento guarda relación de pertinencia, relevancia y cuenta con claridad suficiente para ser aplicado.

### **Confiabilidad**

Para Hernández, Fernández y Baptista (2010), la confiabilidad de un instrumento de medición “se refiere al grado en que su aplicación repetida al mismo individuo u objeto produce resultados iguales” (p. 200). Se trata de un índice de consistencia interna de los datos que tomó valores entre 0 y 1 y que sirvió para comprobar si el instrumento recopila información defectuosa y por tanto nos llevaría a conclusiones equivocadas o si se trata de un instrumento fiable que hace mediciones estables y consistentes.

La escala de valores que determina la confiabilidad está dada por los siguientes valores:

No es confiable – 1 a 0

Baja confiabilidad 0.01 a 0.49

Moderada confiabilidad 0.5 a 0.75

Fuerte confiabilidad 0.76 a 0.89

Alta Confiabilidad 0.9 a 1

El coeficiente que utilizamos para medir la confiabilidad de nuestro instrumento fue Kuder y Richardson. Se aplicó a una muestra representativa de los estudiantes de 3° grado de primaria del Centro Educativo Los Olivos – Callao 2017. Se aplicó a una muestra representativa de 20 estudiantes como prueba piloto.

Tabla 6

*Análisis de confiabilidad del instrumento escucha activa la fórmula Kr20*

Kuder Richardson- Kr20	N° de elementos
0.90	20

*Nota: Prueba piloto (2017)*

Tabla 7

*Análisis de confiabilidad del instrumento asertividad a partir de Kr20*

Kuder Richardson- Kr20	N° de elementos
0.89	22

Según la tabla 4 y 5, se observó que el coeficiente Kr20 fue 0.90 para el instrumento de escucha activa y 0.89 para el instrumento de asertividad lo cual indico que el instrumento constituido por 20 y 22 ítems de las variables respectivamente es confiable.

## **2.8. Métodos de análisis de datos**

Después de la aplicación del instrumento se procedió a realizar el análisis de los datos obtenidos, tanto descriptiva como inferencial a las respectivas variables y sus dimensiones.

Los análisis de los resultados descriptivos, fueron parte de un análisis general, obteniendo la media y la desviación estándar, los cuales se representan en gráficos y tablas.

El análisis inferencial de los resultados, determina una opinión más precisa al respecto, con la cual se puede generalizar a la población de estudio, Se presenta las tablas y gráficos de cada variable y sus dimensiones planteadas en las hipótesis de la investigación.

Haciendo uso del programa Excel y posteriormente aplicando el programa SPSS22, para determinar los resultados de cada variable y dimensión de estudio, en sus respectivos cuadros y tablas

### **III. Resultados**

### 3.1. Descripción de resultados

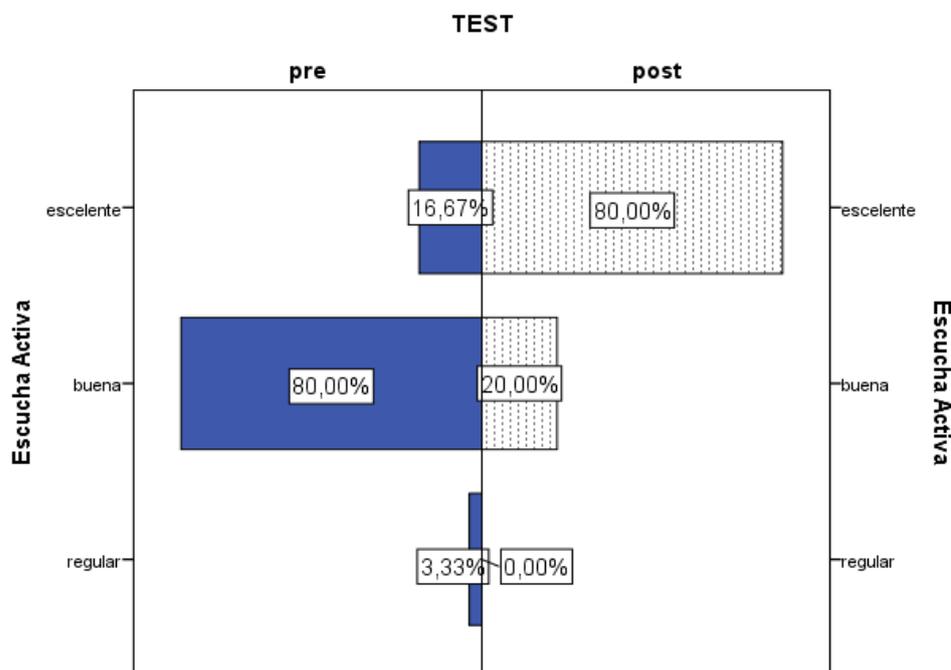
Después de la aplicación del experimento al grupo de estudio, a continuación, pasamos a describir los resultados estadísticos obtenidos antes y después en función al diseño pre experimental asumida para la investigación, en cuanto al El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017 el análisis para verificar si el experimento tuvo éxito se realizó el análisis estadístico en dos momentos; en primera instancia a la presentación descriptiva y luego en el análisis de la prueba de hipótesis

#### Resultado descriptivo general de la investigación la escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

Tabla 8

*Distribución de frecuencias de la escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017*

		Tabla cruzada Escucha Activa*TEST			
		TEST			
		pre	post	Total	
Escucha Activa	regular	Recuento	1	0	1
		% dentro de TEST	3,3%	0,0%	1,7%
	buena	Recuento	24	6	30
		% dentro de TEST	80,0%	20,0%	50,0%
	escelente	Recuento	5	24	29
		% dentro de TEST	16,7%	80,0%	48,3%
Total		Recuento	30	30	60
		% dentro de TEST	100,0%	100,0%	100,0%



*Figura 1.* Diagrama de comparación porcentual entre el pre y post test del escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria

En la tabla 6 y figura 1, se muestran los resultados de la aplicación del Programa Hazte cargo de tu vida para mejorar la escucha activa en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos, donde el 3.3% de los niños se encuentran en nivel regular en escucha, mientras que el 80% se encuentran en buen nivel en escucha, luego de la aplicación del programa el 80% de los niños presentan excelente en la escucha activa y asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

### 3.1 La asertividad, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

Tabla 9

*Distribución de frecuencias de la asertividad, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017*

Tabla cruzada Asertividad\*TEST

		TEST			
		post	Pre test	Total	
Asertividad	asertivo	Recuento	1	0	1
		% dentro de TEST	3,3%	0,0%	1,7%
	asertivo confrontativo	Recuento	27	2	29
		% dentro de TEST	90,0%	6,7%	48,3%
	ininsertivo	Recuento	2	4	6
		% dentro de TEST	6,7%	13,3%	10,0%
	muy ininsertivo	Recuento	0	21	21
		% dentro de TEST	0,0%	70,0%	35,0%
	definitivamente ininsertivo	Recuento	0	3	3
		% dentro de TEST	0,0%	10,0%	5,0%
Total		Recuento	30	30	60
		% dentro de TEST	100,0%	100,0%	100,0%

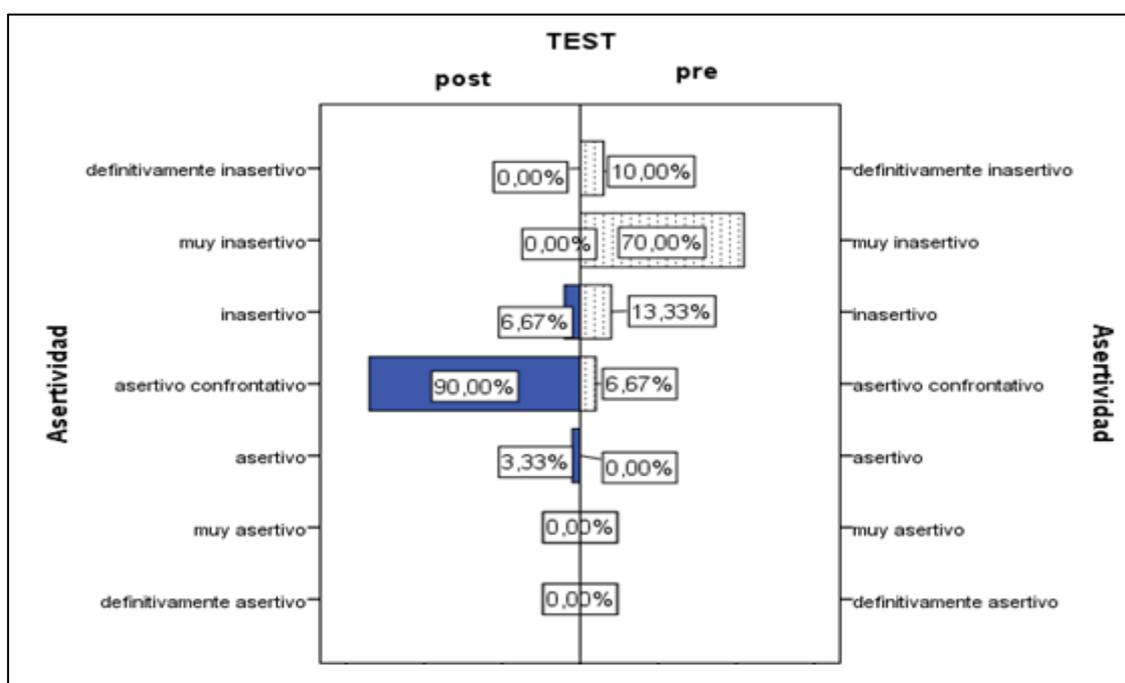


Figura 2. Diagrama de comparación porcentual entre el pre y post test de la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

Asimismo, se tienen los niveles de la asertividad luego de la aplicación del Programa Hazte cargo de tu vida para mejorar la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos, donde el 13.3% de los niños se encuentran en nivel inasertivo, mientras que el 70% se encuentran en nivel muy inasertivo, luego de la aplicación del programa el 3.3% de los niños presentan asertividad, mientras que el 90% de los niños son asertivos confrontativos en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

### 3.2 La asertividad, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

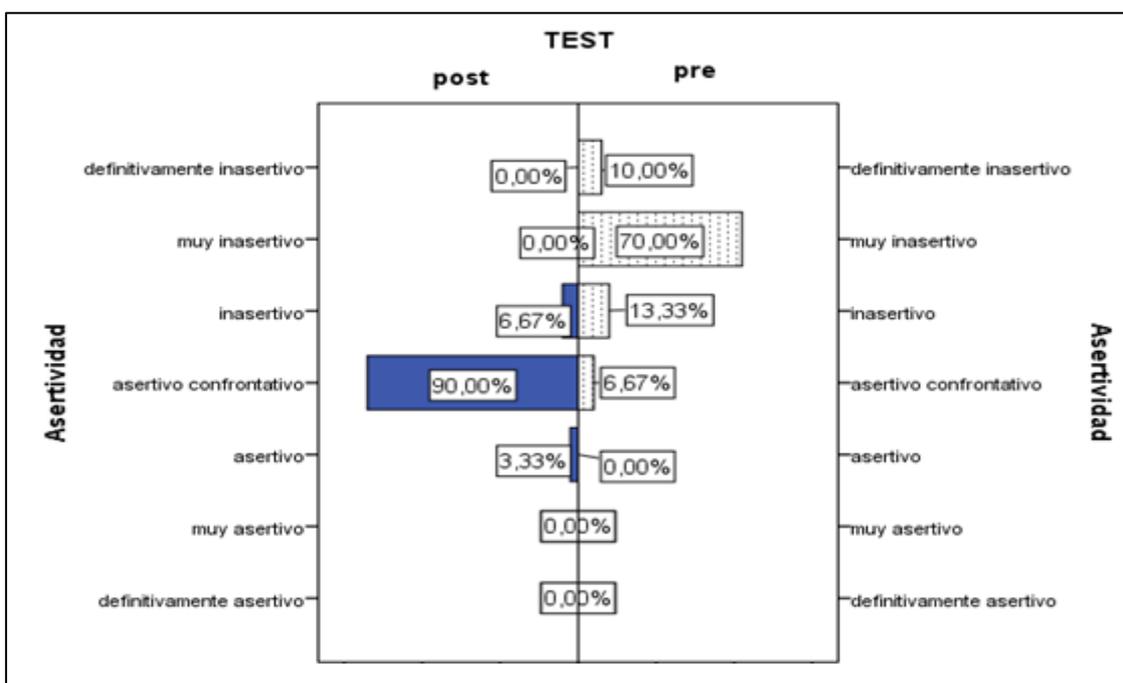


Figura 3. Diagrama de comparación porcentual entre el pre y post test de la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

Asimismo, se tienen los niveles de la asertividad luego de la aplicación del Programa Hazte cargo de tu vida para mejorar la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos, donde el 13.3% de los niños se encuentran en nivel inasertivo, mientras que el 70% se encuentran en nivel muy inasertivo, luego de la aplicación del programa el 3.3% de los niños presentan asertividad, mientras que el 90% de los niños son asertivos confrontativos en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

asertividad, mientras que el 90% de los niños son asertivos confrontativos en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

### Presentación de las hipótesis de investigación

Para la identificación si la aplicación del programa presenta diferencia significativa entre el pre test y post test se asumió la prueba no paramétrica de Wilcoxon, ya que el índice de la variable presenta escala nominal.

### 4.3. Prueba de hipótesis

#### Prueba de hipótesis de escucha activa y sus dimensiones

Ho: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_o: m_1 = m_2.$$

H1: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_i: m_1 < m_2$$

Tabla 10

*Comparación de rangos de escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017*

		<b>Rangos</b>			
		N	Rango promedio	Suma de rangos	Estadísticos de contraste <sup>b</sup>
Escucha Activa - Escucha Activa	Rangos negativos	2 <sup>a</sup>	2,50	5,00	Z= -4.685
	Rangos positivos	28 <sup>b</sup>	16,43	460,00	Sig. asintót. (bilateral)= 0,000
	Empates	0 <sup>c</sup>			
	Total	30			

a. Escucha Activa < Escucha Activa

b. Escucha Activa > Escucha Activa

c. Escucha Activa = Escucha Activa

De la tabla 8, se observan las diferencias de los rangos del post test menos el pre test, estos resultados muestran que después de la aplicación del programa a 28 estudiantes la aplicación del programa permitió mejorar el nivel de escucha activa mientras que en dos estudiantes el programa no surgió efecto entre el pre y pos test. Para la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de tiene  $Z_c <$  que la  $Z_t$  ( $-4.685 < -1,96$ ) con tendencia de cola izquierda, lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión, “El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

### Prueba de hipótesis de las dimensiones

#### Dimensión en escuchar sin interrumpir

Ho: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en escuchar sin interrumpir, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_o: m_1 = m_2.$$

H1: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en escuchar sin interrumpir, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_i: m_1 < m_2$$

Tabla 11

*Comparación de rangos de en escuchar sin interrumpir,, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017*

		Rangos			
		N	Rango promedio	Suma de rangos	Estadísticos de contraste <sup>b</sup>
Escuchar sin interrumpir - Rangos negativos		0 <sup>a</sup>	,00	,00	Z= -4.316
Escuchar sin interrumpir Rangos positivos		28 <sup>b</sup>	14,50	406,00	Sig. asintót. (bilateral)= 0,000
	Empates	2 <sup>c</sup>			
	Total	30			

a. Escuchar sin interrumpir < Escuchar sin interrumpir

b. Escuchar sin interrumpir > Escuchar sin interrumpir

c. Escuchar sin interrumpir = Escuchar sin interrumpir

En cuanto al resultado específico, en la tabla 9, se observa la diferencia de los rangos del post test menos el pre test. Estos resultados se muestran que después de la aplicación del programa a 28 estudiantes la aplicación del programa permitió mejorar el nivel de escucha sin interrumpir mientras que en dos estudiantes el programa no surgió efecto entre el pre y pos test. Para la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de  $Z_c < Z_t$  ( $-4.316 < -1,96$ ) con tendencia de cola izquierda, lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión, el “El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en escuchar sin interrumpir, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017”

### Dimensión en empatía

Ho: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en empatía, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_0: m_1 = m_2.$$

H1: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en empatía, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_1: m_1 < m_2$$

Tabla 12

*Comparación de rangos de empatía, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017*

Rangos					
		N	Rango promedio	Suma de rangos	Estadísticos de contraste <sup>b</sup>
Empatía - Empatía	Rangos negativos	4 <sup>a</sup>	6,75	27,00	Z= -3,677
	Rangos positivos	21 <sup>b</sup>	14,19	298,00	Sig. asintót. (bilateral)= 0,000
	Empates	5 <sup>c</sup>			
	Total	30			

a. Empatía < Empatía

b. Empatía > Empatía

c. Empatía = Empatía

En cuanto al resultado específico, en la tabla 10, se observan la diferencia de los rangos del post test menos el pre test. Estos resultados se muestran que después de la aplicación del programa a 21 estudiantes la aplicación del programa permitió mejorar el nivel de la empatía mientras que en cuatro estudiantes el programa no surgió efecto entre el pre y pos test. Para la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de  $Z_c < Z_t$  ( $-3.677 < -1.96$ ) con tendencia de cola izquierda, lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión, el El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en empatía, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

### Dimensión en estar atento

Ho: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en estar atento, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_0: m_1 = m_2.$$

H1: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en estar atento, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_1: m_1 < m_2$$

Tabla 13

*Comparación de rangos de estar atento, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017*

Rangos					
		N	Rango promedio	Suma de rangos	Estadísticos de contraste <sup>b</sup>
Estar Atento -	Rangos negativos	2 <sup>a</sup>	5,25	10,50	Z= -3,823
Estar Atento	Rangos positivos	20 <sup>b</sup>	12,13	242,50	Sig. asintót. (bilateral)= 0,000
	Empates	8 <sup>c</sup>			
	Total	30			

a. Estar Atento < Estar Atento

b. Estar Atento > Estar Atento

c. Estar Atento = Estar Atento

En cuanto al resultado específico, en la tabla 11, se observa la diferencia de los rangos del post test menos el pre test. Estos resultados se muestran que después de la aplicación del programa a 20 estudiantes la aplicación del programa permitió mejorar el nivel de la empatía mientras que en dos estudiantes el programa no surgió efecto entre el pre y pos test. Para la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de  $Z_c <$  que la  $Z_t$  ( $-3.823 < -1,96$ ) con tendencia de cola izquierda, lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión, el El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en estar atento, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

### Dimensión en preguntas para clarificar

Ho: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en preguntas para clarificar, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_0: m_1 = m_2.$$

H1: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en preguntas para clarificar, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_1: m_1 < m_2$$

Tabla 14

*Comparación de rangos de preguntas para clarificar, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017*

Rangos					
		N	Rango promedio	Suma de rangos	Estadísticos de contraste <sup>b</sup>
Preguntar para clarificar	Rangos negativos	6 <sup>a</sup>	15,67	94,00	Z= -2.327
- Preguntar para clarificar	Rangos positivos	21 <sup>b</sup>	13,52	284,00	Sig. asintót. (bilateral)= 0,020
	Empates	3 <sup>c</sup>			
	Total	30			

a. Preguntar para clarificar < Preguntar para clarificar

b. Preguntar para clarificar > Preguntar para clarificar

c. Preguntar para clarificar = Preguntar para clarificar

El resultado específico, en la tabla 12, se observan la diferencia de los rangos del post test menos el pre test. Estos resultados se muestran que después de la aplicación del programa a 21 estudiantes la aplicación del programa permitió mejorar el nivel de las preguntas para clarificar que en dos estudiantes el programa no surgió efecto entre el pre y pos test. Para la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de  $Z_c < Z_t$  ( $-3.327 < -1,96$ ) con tendencia de cola izquierda, lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión, el Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en preguntas para clarificar, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

## Prueba de hipótesis de la asertividad y sus dimensiones

### Específica 1

Ho: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H1: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_1: \mu_1 < \mu_2$$

Tabla 15

Comparación de rangos en el nivel de la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

		Rangos			
		N	Rango promedio	Suma de rangos	Estadísticos de contraste <sup>b</sup>
Asertividad -	Rangos negativos	0 <sup>a</sup>	,00	,00	Z= -4,783
Asertividad	Rangos positivos	30 <sup>b</sup>	15,50	465,00	Sig. asintót.
	Empates	0 <sup>c</sup>			(bilateral)= 0,000
	Total	30			

a. Asertividad < Asertividad

b. Asertividad > Asertividad

c. Asertividad = Asertividad

Asimismo, en cuanto al resultado específico, en la tabla 13, se observan las diferencias de los rangos del post test menos el pre test, estos resultados muestran que después de la aplicación del programa a 21 estudiantes la aplicación del programa permitió mejorar el nivel en la asertividad y que en dos estudiantes el programa no surgió efecto entre el pre y pos test. Para la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado se tiene  $Z_c <$  que la  $Z_t$  ( $-4.783 < -1,96$ ) con tendencia de cola izquierda, lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión, que el Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

### Hipótesis de la dimensión demostrar disconformidad

**Ho:** El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la demostrar disconformidad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

**H1:** El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en demostrar disconformidad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_1: \mu_1 < \mu_2.$$

Tabla 16

*Comparación de rangos en demostrar disconformidad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017*

		<b>Rangos</b>			
		N	Rango promedio	Suma de rangos	Estadísticos de contraste <sup>b</sup>
Demostrar disconformidad - Demostrar disconformidad	Rangos negativos	1 <sup>a</sup>	6,00	6,00	Z= -4.123
	Rangos positivos	23 <sup>b</sup>	12,78	294,00	Sig. asintót. (bilateral)= 0,000
	Empates	6 <sup>c</sup>			
	Total	30			

a. Demostrar disconformidad < Demostrar disconformidad

b. Demostrar disconformidad > Demostrar disconformidad

c. Demostrar disconformidad = Demostrar disconformidad

Asimismo, en cuanto al resultado específico, en la tabla 14, se observan las diferencias de los rangos del post test menos el pre test, estos resultados muestran que después de la aplicación del programa a 21 estudiantes la aplicación del programa permitió mejorar el nivel de demostrar disconformidad y que en dos estudiantes el programa no surgió efecto entre el pre y pos test. Para la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de tiene  $Z_c <$  que la  $Z_t$  ( $-4.123 < -1,96$ ) con tendencia de cola izquierda, lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión, que el Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en demostrar disconformidad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

### **Hipótesis de la dimensión Manifestación de sentimientos y creencias**

Ho: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la manifestación de sentimientos y creencias en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H1: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en Manifestación de sentimientos y creencias en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_1: \mu_1 < \mu_2$$

Tabla 17

*Comparación de rangos en la manifestación de sentimientos y creencias en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao 2017*

		<b>Rangos</b>			
		N	Rango promedio	Suma de rangos	Estadísticos de contraste <sup>b</sup>
Manifestación de sentimientos -	Rangos negativos	1 <sup>a</sup>	1,00	1,00	Z= -4.766
	Rangos positivos	29 <sup>b</sup>	16,00	464,00	Sig. asintót. (bilateral)= 0,000
Manifestación de sentimientos	Empates	0 <sup>c</sup>			
Total		30			

a. Manifestación de sentimientos < Manifestación de sentimientos

b. Manifestación de sentimientos > Manifestación de sentimientos

c. Manifestación de sentimientos = Manifestación de sentimientos

En cuanto al resultado específico, en la tabla 15, se observan la diferencia de los rangos del post test menos el pre test. Estos resultados se muestran que después de la aplicación del programa a 29 estudiantes la aplicación del programa permitió mejorar el nivel de Manifestación de sentimientos y creencias y que en un estudiante el programa no surgió efecto entre el pre y pos test. Para la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de  $Z_c < Z_t$  ( $-4.766 < -1,96$ ) con tendencia de cola izquierda, lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión, El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en Manifestación de sentimientos y creencias en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

### **Hipótesis de la dimensión eficacia**

Ho: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la eficacia en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H1: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en eficacia en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_1: \mu_1 < \mu_2$$

Tabla 18

*Comparación de rangos en la eficacia en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao 2017*

<b>Rangos</b>					
		N	Rango promedio	Suma de rangos	Estadísticos de contraste <sup>b</sup>
Eficacia - Eficacia	Rangos negativos	1 <sup>a</sup>	1,00	1,00	Z= -4.766
	Rangos positivos	29 <sup>b</sup>	16,00	464,00	Sig. asintót. (bilateral)= 0,000
	Empates	0 <sup>c</sup>			
	Total	30			

a. Eficacia < Eficacia

b. Eficacia > Eficacia

c. Eficacia = Eficacia

Asimismo, en cuanto al resultado específico, en la tabla 16, se observan la diferencia de los rangos del post test menos el pre test. Estos resultados se muestran que después de la aplicación del programa a 29 estudiantes la aplicación del programa permitió mejorar el nivel de eficacia y en un estudiante el programa no surgió efecto entre el pre y pos test. Para la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de  $Z_c < Z_t$  ( $-4.766 < -1,96$ ) con tendencia de cola izquierda, lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión, El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en eficacia en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

### **Hipótesis de la dimensión interacción con organizaciones**

Ho: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la interacción con organizaciones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H1: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en interacción con organizaciones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_1: \mu_1 < \mu_2$$

Tabla 19

*Comparación de rangos en la interacción con organizaciones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao 2017*

		<b>Rangos</b>			
		N	Rango promedio	Suma de rangos	Estadísticos de contraste <sup>b</sup>
Interacción con organizaciones -	Rangos negativos	72 <sup>a</sup>	2,00	4,00	Z= -4.537
	Rangos positivos	26 <sup>b</sup>	15,46	402,00	Sig. asintót. (bilateral)= 0,000
Interacción con organizaciones	Empates	2 <sup>c</sup>			
Total		30			

a. Interacción con organizaciones < Interacción con organizaciones

b. Interacción con organizaciones > Interacción con organizaciones

c. Interacción con organizaciones = Interacción con organizaciones

En cuanto al resultado específico, en la tabla 17, se observan la diferencia de los rangos del post test menos el pre test. Estos resultados se muestran que después de la aplicación del programa a 26 estudiantes la aplicación del programa permitió mejorar el nivel de interacción con organizaciones y en dos estudiantes el programa no surgió efecto entre el pre y pos test. Para la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de  $Z_c < Z_t$  (-4.537 < -1,96) con tendencia de cola izquierda, lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  (0,00 < 0,05) confirmando la decisión, El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en interacción con organizaciones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

### **Hipótesis de la dimensión en expresión de opiniones**

Ho: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H1: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_1: \mu_1 < \mu_2$$

Tabla 20

*Comparación de rangos en la expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao 2017*

<b>Rangos</b>					
		N	Rango promedio	Suma de rangos	Estadísticos de contraste <sup>b</sup>
Expresión de opiniones - Rangos negativos		5 <sup>a</sup>	13,80	69,00	Z= -2.716
Expresión de opiniones Rangos positivos		21 <sup>b</sup>	13,43	282,00	Sig. asintót. (bilateral)= 0,007
Empates		4 <sup>c</sup>			
Total		30			

a. Expresión de opiniones < Expresión de opiniones

b. Expresión de opiniones > Expresión de opiniones

c. Expresión de opiniones = Expresión de opiniones

Asimismo, en cuanto al resultado específico, en la tabla 18, se observan la diferencia de los rangos del post test menos el pre test. Estos resultados se muestran que después de la aplicación del programa a 21 estudiantes la aplicación del programa permitió mejorar el nivel de expresión de opiniones y en cinco estudiantes el programa no surgió efecto entre el pre y pos test. Para la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de  $Z_c < Z_t$  ( $-2.716 < -1,96$ ) con tendencia de cola izquierda, lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión, El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

### **Hipótesis de la dimensión en decir no**

H<sub>0</sub>: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la decir no en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_0: \mu_1 = \mu_2.$$

H<sub>1</sub>: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en decir no en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017

$$H_1: \mu_1 < \mu_2$$

Tabla 21

*Comparación de rangos en decir no en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao 2017*

		<b>Rangos</b>			
		N	Rango promedio	Suma de rangos	Estadísticos de contraste <sup>b</sup>
Decir no - Decir no	Rangos negativos	1 <sup>a</sup>	5,50	5,50	Z= -4.593
	Rangos positivos	28 <sup>b</sup>	15,34	429,50	Sig. asintót. (bilateral)= 0,000
	Empates	1 <sup>c</sup>			
	Total	30			

a. Decir no < Decir no

b. Decir no > Decir no

c. Decir no = Decir no

Finalmente en cuanto al resultado específico, en la tabla 19, se observan la diferencia de los rangos del post test menos el pre test. Estos resultados se muestran que después de la aplicación del programa a 28 estudiantes la aplicación del programa permitió mejorar el nivel de decir no y en un estudiante el programa no surgió efecto entre el pre y pos test. Para la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de  $Z_c < Z_t$  ( $-4.593 < -1,96$ ) con tendencia de cola izquierda, lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión, El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en decir no en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

## **IV. Discusión**

Al finalizar la investigación, donde se tuvo la experiencia de llevar a cabo la experimentación del programa hazte cargo de tu vida para la escucha activa, y la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos, donde se han encontrado logros significativos permitiendo corroborar en todos los casos a la teoría asumida desde el enfoque del cognitivismo, así mismo se han pautado los antecedentes con respecto al tema de investigación, arribando a conclusiones importantes que nos permite comparar y contrastar las hipótesis de investigación, al respecto se tienen a:

Fonseca (2010), en su estudio “Formas de escucha y ambiente de aprendizaje en el aula del grado Primero de una Institución de Educación Básica y Media, de la Universidad Nacional de Colombia” el estudio es de carácter cualitativo y emplea el enfoque multimétodo; al efecto, el estudio presenta un enfoque cuantitativo donde se muestra que existe diferencia significativa antes y después en una muestra de estudiantes de educación secundaria, mientras que el estudio también el Grado Primero del año 2008 del Instituto Pedagógico Arturo Ramírez Montufar-UN(IPARM), sin embargo el estudio trata de aplicar las actividades a partir del programa. Quien manifiesta que no se abordó sobre el tema que se ha investigado.

Asimismo, se tienen el trabajo de investigación de Coromac (2014), “Estrategias de asertividad como herramientas para la transformación del conflicto en el aula, Guatemala”. Se seleccionó una población, 32 docentes, 19 femenino y 13 masculino, del mismo grupo étnico. El número de docentes antes mencionado constituyen la totalidad de la población, para el recojo de los datos se utilizó como instrumento el cuestionario tipo Escala Likert. La investigación es cuantitativa, descriptiva, dentro del estudio nuestra investigación comparte el diseño experimental con estudio pre experimental antes y después, quien se aplicó los instrumentos para el recojo de la información la investigación realizada se llegó a las conclusiones siguientes: El tono de voz adecuado es una de las herramientas de comunicación más importantes en una situación de conflicto como: La escucha activa por parte de docentes ante una situación de conflicto es fundamental. Para poder afrontar y transformar un conflicto es necesario poder expresar

sentimientos, sin embargo, dentro del estudio de tiene, que la aplicación del Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, así lo demuestra el estadístico de Wilcoxon, asimismo el ambiente juega un papel fundamental para generar un aprendizaje de calidad. Al conocer las formas de escucha, el profesor tendrá un mejor manejo del ambiente.

En cuanto al trabajo de López (2013), titulada La escucha asertiva como actitud fundamental en la docencia universitaria, Guatemala. La población objeto de estudio está entre 17 y 18 años, mujeres y hombres del segundo, cuarto y sexto ciclo del profesorado de enseñanza media en Pedagogía y Administración Educativa, quien manifiesta que los docentes que escuchan asertivamente, son de ayuda a los estudiantes universitarios, les resuelven sus dudas y hacen que se sientan acompañados en el proceso enseñanza-aprendizaje, el presente resultado tienen que ver con el primer objetivo de la investigación en cuanto a que El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, así lo demuestra el estadístico de Wilcoxon, quienes después del experimento mostraron logros significativos en cuanto al comportamiento y actitud frente a sus compañeros, sin embargo como contraparte, la ausencia de una escucha asertiva en el docente, crea en los estudiantes desmotivación, y los hace sentir desvalorizados.

En cuanto al trabajo de María Del Pilar (2014), en su tesis Estrategias de asertividad como herramienta para la transformación del conflicto en el aula, realizado en Guatemala, tiene por objetivo determinar cuáles son las estrategias de asertividad que emplean los maestros para superar los conflictos en el aula. Para tal fin empleó la escala de Likert que respondía a los indicadores de diálogo, escucha activa, asertividad y medición. Quien muestra el hallazgo de cuando el tono de voz adecuado en un diálogo es importante en situaciones de conflicto. Siendo la comunicación asertiva la herramienta adecuada del docente en diálogo con sus alumnos, estos aportes tienen que ver en cuanto a la investigación cuando se aplica el programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en

empatía, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017 puesto que el estudiante muestra una actitud de respuesta y cae como empático frente a sus demás compañeros o persona que se encuentra en su entorno.

En cuanto al trabajo de Linares (2015), cuyo título es Estrategias didácticas para orientar el afianzamiento de los valores éticos y morales. El diseño de investigación es descriptivo. La investigación se ubica en la modalidad de proyecto factible, basado en estudio tipo documental. La investigación es no-experimental, transaccional y sin control de variables, al desarrollar la investigación arriba a que la escucha activa por los docentes en situaciones de conflicto es importante para conocer los puntos de vista de los involucrados, en cuanto al estudio se comparte el nivel de investigación pre experimental en niños de educación primaria, que muestra que el Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos, donde podemos tener presente que durante el trabajo se desarrolló acciones de sesiones experimentales con el fin de mejorar las actitudes descritas así mismo perite mejorar las manifestaciones de sentimiento.

En cuanto al trabajo de Trujillo (2014), “La técnica del clown para mejorar la asertividad de los estudiantes del II ciclo de la carrera profesional de Educación Inicial de la Universidad Privada Antenor Orrego de la ciudad de Trujillo.” presenta un estudio con estudiantes distribuidos en 30 experimental y 30 control. Se empleó los métodos inductivo y deductivo; tipo de investigación fue cuantitativo, diseño cuasi-experimental. El instrumento empleado fue el cuestionario ADCA – 1, sin embargo dentro del estudio se asumió un programa para determinar el efecto el logras habilidades tanto para escucha y la asertividad, el estudio arriba a la siguiente conclusión, que al aplicar el programa permite mejora mejorar las habilidades como empatía, habilidad de decir no, en estar atento a las indicaciones; situación que hace mucha falta en el estudiante para mejorar el aprendizaje, quien comparte con la conclusión en cuanto a la aplicación de la técnica del clown que permite mejorar significativamente la asertividad en las

estudiantes del II Ciclo de educación inicial, se sugiere impulsar programas educativos relacionadas con el Arte para facilitar la expresión de emociones y sentimientos de manera adecuada y creativa.

En la tesis de Verde (2015), taller aprendiendo a convivir para el desarrollo de Habilidades Sociales en los alumnos del Primer Año de educación secundaria el trabajo se realizó en una población estuvo conformada por 43 alumnos del Primer Grado de Educación Secundaria, quien manifiesta que, al comparar los niveles de pre-test y pos-test, se pudo verificar la efectividad del taller Aprendiendo y Convivir para Desarrollar Habilidades Sociales en los estudiantes del Primer Grado, así mismo se comparte con el estudio puesto que la aplicación del programa permite mejorar los procesos conductuales de las habilidades en cuanto a los sentimientos y creencias en los estudiantes del 1º Año de Secundaria, asimismo en la eficacia en interacción con organizaciones como también en la expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos, el cual podemos afirmar que los elementos antes señalados son alicientes para un desenvolvimiento social y comportamiento adecuado en nuestro quehacer cotidiano.

Finalmente tenemos el estudio de Tagle (2015), Relación entre clima organizacional y el compromiso organizacional en el personal de la Municipalidad Distrital de San Martín de Porres, Lima 2015. El diseño de investigación es descriptivo correlacional de tipo cuantitativo. Se trabajó con dos variables, clima organizacional y compromiso organizacional. El estudio que se experimentó presenta diseño diferente a lo antes mencionado, sin embargo se identifica que existe relación directa y significativa entre el clima organizacional y el compromiso organizacional, como veremos el estudio muestra una investigación correlacional donde identifica la existencia de relación entre sus variables de estudio, por lo que también llegamos a determinar que la aplicación del programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la escucha activa, y en la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017. Para la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon.

## **V. Conclusiones**

**Primera:** El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, así lo demuestra el estadístico de Wilcoxon, y la  $Z_c <$  que la  $Z_t$  ( $-4.685 < -1,96$ ), lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión.

**Segunda:** El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017. Para la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de tiene  $Z_c <$  que la  $Z_t$  ( $-4.783 < -1,96$ ) lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión

**Tercera:** El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en escuchar sin interrumpir, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017al respecto se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de tiene  $Z_c <$  que la  $Z_t$  ( $-4.316 < -1,96$ ) lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión

**Cuarta:** El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en empatía, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017, para la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de tiene  $Z_c <$  que la  $Z_t$  ( $-3.677 < -1,96$ ) lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión

**Quinta:** El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en estar atento, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, para el efecto se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de tiene  $Z_c <$  que la  $Z_t$  ( $-3.823 < -1,96$ ), lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión.

- Sexta:** El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en preguntas para clarificar, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de tiene  $Z_c <$  que la  $Z_t$  ( $-3.327 < -1,96$ ) lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión
- Séptima:** El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en demostrar disconformidad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, en cuanto al estadístico de Wilcoxon, se tiene  $Z_c <$  que la  $Z_t$  ( $-4.123 < -1,96$ ), lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión.
- Octava:** El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en Manifestación de sentimientos y creencias en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, al respecto el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de tiene  $Z_c <$  que la  $Z_t$  ( $-4.766 < -1,96$ ) permitiendo rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión.
- Novena:** El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en eficacia en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, con respecto al estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de tiene  $Z_c <$  que la  $Z_t$  ( $-4.766 < -1,96$ ), lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión
- Decima:** El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en interacción con organizaciones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, con respecto al estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de tiene  $Z_c <$  que la  $Z_t$  (-

4.537 < -1,96) permitiendo rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión

**Decima primero:** El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, al respecto del estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de tiene  $Z_c <$  que la  $Z_t$  ( $-2.716 < -1,96$ ), lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión

**Décimo segundo:** El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en decir no en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, la contrastación de la hipótesis se asumió el estadístico de Wilcoxon, frente al resultado de tiene  $Z_c <$  que la  $Z_t$  ( $-4.593 < -1,96$ ), lo que significa rechazar la hipótesis nula, así mismo  $p < \alpha$  ( $0,00 < 0,05$ ) confirmando la decisión.

## **VI. Recomendaciones**

**Primera:** Se recomienda incluir en la escuela de padres este taller para desarrollar habilidades sociales, específicamente con la metodología desarrollada dentro del trabajo de investigación ya que hace mucha falta el desarrollo de las habilidades sociales hasta lograr el desarrollo de las habilidades sociales básicas, y habilidades sociales avanzadas, con el fin de enfatizar la asertividad.

**Segunda:** Es de vital importancia que en las instituciones se practiquen programas que permita mejorar las habilidades blandas con el fin de ajustar la fundamentación filosófica con el desarrollo mismo del programa, hazte cargo de tu vida que permite mejora el nivel de asertividad y potenciar el comportamiento adecuado para el aprendizaje significativo

**Tercera:** El Ministerio de Educación, como ente encargado de controlar y fiscalizar el sistema educativo nacional debe iniciar un programa de acompañamiento, a todos los y las docentes en el ejercicio profesional, en la capacitación sobre habilidades de empatía y estar atento a las sesiones de aprendizaje compartidas hacia el estudiante, puesto que en un ambiente que se vive, en las calles encontramos situaciones no agradables

**Cuarta:** En los planes de mejora se debe propiciar acciones que el estudiante comparta entre sus semejantes en cuanto a aprender a preguntar de manera coherente y asertiva tanto al docente y compañero de clase

**Quinta:** Coordinar con la Unidad respectiva, la creación y elaboración de recursos didácticos pertinentes y accesibles, propios de esta metodología, en acciones tutoriales de manera que el estudiante sepa demostrar y manifestar su disconformidad, manifestar sus sentimientos y creencias, ya que en el escenario que la era informática muchas veces el estudiante queda en desventaja y presto a burla por parte de su entorno

- Sexta:** Debe realizarse una revisión de los programas de las diferentes Escuelas o departamentos que tienen a su cargo la formación profesional de los y las docentes potenciando a que sus estudiantes logren ser eficientes en las tareas desarrolladas y enfrentarse a situaciones difíciles
- Octava:** Coordinar con el ME para montar un plan de capacitación en estas temáticas a los y las docentes activos o en servicio que contemple la inserción y el acompañamiento al desarrollo y conducción al estudiante en cuanto a la interacción con organizaciones, y la expresión con externos, que hace mucha falta en un trato ordenado, y profesional
- Novena:** Solicitar a las Asesorías psicológica a experto y la intervención para aquellos estudiantes con carencia social en cuanto a las acciones de decir no, así como en las habilidades de la expresión oral y la comprensión auditiva. el fin de que éstos sean establecidos de acuerdo con las necesidades y requerimientos de cada grupo, lo que les permitirá romper la monotonía de las lecciones (bibliotecas físicas y virtuales, instituciones de la comunidad, zoológicos, parques y todo tipo de espacio que brinde información).

## **VII. Referencias bibliográficas**

- Aguilar, G., Peter de Bran, M. y Aragaón, L. (2015). *Desarrollo de habilidades sociales en niños y adolescentes programas para padres, docentes y psicólogos*. México: Editorial Trillos.
- Avila, R (2001). *Metodología de la investigación como elaborar la tesis y/o investigación ejemplos de diseños de investigación*. Lima, Perú: Estudios y Publicaciones R.A.
- Baldwin, Urbina, Aranaga, Espinoza y Paredes (2005). *Crecimiento personal: un proceso constante*. Trujillo-Perú: Universidad César Vallejo.
- Caballo, V. *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI de España Editores
- Calvo, A., Pinero, E, Sánchea, C., Monjas, I. y Álvarez, G. (2016). *La violencia en las relaciones entre escolares*. Perú: Alfaomega.
- Casiano, K (2007): *Psicología social*. Lima, Perú: Fondo Editorial de la UIGV.
- Crisólogo, A (2007). *Actualizador pedagógico*. Perú: Ediciones Abedul E.I.R.L.
- Fernández, I. (2005). *07 Escuela sin violencia*. Perú: Alfaomega.
- Fernández, K (s/f). *Comportamiento organizacional*. Perú: Universidad Tecnológica del Perú.
- Gómez, T., Mir, V. y Serrats, G. (2005). *02 Propuesta de intervención en el aula*. Perú: Alfaomega.
- Güell, M. (2006). *¿Por qué he dicho blanco si quería decir negro? Técnicas asertivas para el profesorado y formadores*. (2ª ed.). España: Editorial GRAO.
- Hernández, Fernández y Baptista (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill/Interamericana S.A. de C.V.
- Kataryama, R. (2014). *Introducción a la investigación cualitativa*. Perú: Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
- Lorente, A (2008). *Aprender a escuchar*. Barcelona: Planeta testimonio.
- Michael, Quinn (1994). *Hazte cargo de tu vida manual del participante*. Lima-Perú:

Parroquia Sgdo. Corazón de Jesús Centro Catequético Salesiano.

Morales, A. (2001). *Problemas en el aula*. España: Editorial San Pablo.

Olwens, D. (2005). *14 Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Perú: Alfaomega.

Ortiz, R (2007). *Aprender a escuchar*. USA: Editorial Lulu.

Pérez, I (2000). *Habilidades sociales: educar hacia la autorregulación, conceptualización, evaluación e intervención*. España: Editorial Harsori.

Pérez, M (1982). *Diccionario de administración*. Lima, Perú: Editorial e Imprenta DESA.

Robbins, S (1999). *Comportamiento organizacional conceptos controversias aplicaciones*. México: Prentice Hall Pearson.

Roca, E. (2014). *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. Valencia: Ediciones ACDE.

Salm, R. (2005). *11 La solución de conflictos en la escuela*. Perú: Alfaomega.

Torres, E. (s/f). *Habilidades sociales manejo de los problemas de conducta social en el hogar y la escuela*. Perú: colegio B.F. Skinner.

Torres, A. (2015). *Conocimientos pedagógicos y curriculares*. Lima-Perú: Ediciones Rubiños.

Villareal, E. (2010). *Como mejorar tus habilidades sociales*. (1ª. Edición). México: Universidad Autónoma de Nuevo León.

Voli, F. (1997). *La autoestima del profesor: manual de reflexión y acción educativa*.

Zebadúa, García, (2011). *Cómo enseñar a hablar y escuchar en el salón de clases*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.

## **Anexos**

## MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título de Tesis de Maestría: “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao”.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIÓN	INDICADORES	METODOLOGÍA
<p><b>PG</b> ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en la escucha activa y asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?</p> <p><b>P1</b> ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en la escucha activa en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?</p> <p><b>P2</b> ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en escuchar sin interrumpir en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?</p> <p><b>P3</b> ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en empatía en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?</p> <p><b>P4</b> ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en estar atento en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?</p> <p><b>P5</b> ¿De qué manera</p>	<p><b>OG</b> Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en la escucha activa y asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2015.</p> <p><b>O1</b> Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en la escucha activa en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.</p> <p><b>O2</b> Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en escuchar sin interrumpir en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.</p> <p><b>O3</b> Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en empatía en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.</p> <p><b>O4</b> Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en estar atento en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.</p>	<p><b>HG</b> El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la escucha activa y asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?</p> <p>Ho1: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>H1: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la escucha activa, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>Ho2: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en escuchar sin interrumpir, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>H2: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en escuchar sin interrumpir, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>Ho3: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en empatía, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p>	<p>Variable Independiente:</p> <p>Programa Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo en los estudiantes del 1º año de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.</p> <p>Variable Dependiente:</p> <p>V1: Escucha Activa</p> <p>V2: Asertividad</p>	<p>Escuchar sin interrumpir</p> <p>Empatía</p> <p>Estar Atento</p> <p>Preguntar para clarificar</p> <p>Manifestación de</p>	<p>El estudiante logra escucha todo el dialogo sin interrumpir.</p> <p>El estudiante reconoce que es importante para el otro no ser interrumpido y culminar su dialogo.</p> <p>El estudiante identifica la emoción con la que el otro dialoga.</p> <p>El estudiante reconoce que la emoción desbordada se encuentra en el otro y no en él.</p> <p>El estudiante presta atención al contenido del dialogo transmitido, mirando al otro.</p> <p>El Estudiante reconoce la importancia para el otro de sentirse escuchado.</p> <p>El estudiante hace uso de frases motivadoras al dialogo. Humm, Ha.</p> <p>El estudiante plantea preguntas clarificadoras del dialogo</p>	<p><b>MÉTODO:</b> Experimental</p> <p><b>DISEÑO:</b> Diseño de tipo pre-experimental con pre test-post test y grupos intactos.</p> <p><b>POBLACIÓN:</b> 30 alumnos.</p> <p><b>MUESTRA:</b> 30 alumnos.</p>

<p>influye el Programa Hazte cargo de tu vida en preguntar para clarificar en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?</p> <p><b>P6</b> ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?</p> <p><b>P7</b> ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en demostrar disconformidad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?</p> <p><b>P8</b> ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en manifestación de sentimientos y creencias en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?</p> <p><b>P9</b> ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en la eficacia en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?</p> <p><b>P10</b> ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en la interacción con organizaciones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?</p> <p><b>P11</b> ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo</p>	<p><b>O5</b> Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en preguntas para clarificar en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.</p> <p><b>O6</b> Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p><b>O7</b> Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en demostrar disconformidad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p><b>O8</b> Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en Manifestación de sentimientos y creencias en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p><b>O9</b> Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en la eficacia en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p><b>O10</b> Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en la interacción con organizaciones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p>	<p><b>H3:</b> El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en empatía, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p><b>Ho4:</b> El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en estar atento, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p><b>H4:</b> El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en estar atento, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p><b>Ho5:</b> El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en preguntas para clarificar, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p><b>H5:</b> El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en preguntas para clarificar, en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p><b>Ho6:</b> El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p><b>H6:</b> El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en la asertividad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P.</p>		<p>sentimientos y creencias</p> <p>Eficacia</p> <p>Interacción con organizaciones</p> <p>Expresión de opiniones</p> <p>Decir no</p>		
--	---	--	--	---	--	--

<p>de tu vida en la expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?</p> <p>P12 ¿De qué manera influye el Programa Hazte cargo de tu vida en decir no en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017?</p>	<p>O11 Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en la expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>O12 Determinar la influencia del Programa Hazte cargo de tu vida en decir no en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p>	<p>Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>H07: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en demostrar disconformidad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>H7: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en demostrar disconformidad en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>Ho8: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la manifestación de sentimientos y creencias en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>H8: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en Manifestación de sentimientos y creencias en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>Ho9: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la eficacia en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>H9: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en eficacia en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>Ho10: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la interacción con organizaciones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos</p>				
---	--	---	--	--	--	--

		<p>en el Callao, 2017</p> <p>H10: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en interacción con organizaciones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>Ho11: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>H11: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en expresión de opiniones en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>Ho12: El Programa Hazte cargo de tu vida no influye significativamente en la decir no en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p> <p>H12: El Programa Hazte cargo de tu vida influye significativamente en decir no en los estudiantes del 1º Año de Secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017</p>				
--	--	--	--	--	--	--



IGLESIA EVANGÉLICA PRESBITERIANA DEL PERÚ

Colegio  
**Los Olivos**  
*Aprendemos para servir*

C.M. INICIAL 0705673 - PRIMARIA 0780940 - SECUNDARIA 1099316  
RDZ N° 0021 29/01/87 RDN 00443 DEL 20/11/96



Callao, 09 de mayo de 2017

Señor  
Pedro Héctor Flores Sifuentes  
Presente.-

De mi mayor consideración:

Reciba un cordial y fraternal saludo en el bendito nombre de nuestro Señor Jesucristo.

Por medio de la presente, comunico a usted que la Dirección a mi cargo, ha aceptado su petición para desarrollar el trabajo de investigación (Tesis) que lleva por nombre, programa **“HAZTE CARGO DE TU VIDA PARA ESCUCHAR Y SER ASERTIVO”** en los alumnos de 1er año de Secundaria.

Tesis que desarrollará en la Universidad Cesar Vallejo para obtener la Maestría, en Educación.

Asimismo, le comunico que la persona designada para coordinar el desarrollo de dicha investigación, es el Psicólogo Jaime Alva Chacón.

Sin otro particular, me despido.

Atentamente,



  
Magaly Melissa Bellodas Ysidro  
Directora

📍 Calle Los Alamos Mz. "G" Lt. 18,19  
Urb. El Olivar - Callao  
✉ losolivos@ieposolivos.edu.pe  
🌐 www.ieposolivos.edu.pe  
☎ 637-2231 - 574-2772





## Constancia de registro del proyecto de tesis

Revisado el proyecto de Tesis para Maestría:

“HAZTE CARGO DE TU VIDA PARA ESCUCHAR Y  
SER ASERTIVO EN LOS ESTUDIANTES DEL 1° AÑO  
DE SECUNDARIA DE LA I.E.P. LOS OLIVOS EN EL  
CALLAO”.

Y, luego de la verificación de los criterios básicos exigidos en el Reglamento, para el registro de Proyecto de Tesis del participante:

Br. FLORES SIFUENTES PEDRO HECTOR

Y, conforme a lo dispuesto por los artículos N° 10, 11 y 13 del Reglamento de Investigación para la Elaboración y Registro del Proyecto de Tesis- 2013. Se hace CONSTAR:

Que, el presente Proyecto de Tesis se encuentra registrado oficialmente en la base de datos de la Escuela de Posgrado.

Se expide la presente.

Los Olivos, 15 de mayo de 2017



.....  
Dra. Isabel Menacho Vargas  
Jefa de Investigación

**DOCUMENTOS PARA VALIDAR LOS INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN  
A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTOS**



## CARTA DE PRESENTACIÓN

Señor(a)(ita): Doctor ANGEL SALVATIERRA MELGAR

### Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Nos es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de Maestría con mención en Educación e Idiomas de la UCV, en la sede de Los Olivos promoción 2015, aula 313 - B, requerimos validar los instrumentos con los cuales recogeremos la información necesaria para poder desarrollar nuestra investigación y con la cual optaremos el grado de Magister.

El título nombre de nuestro proyecto de investigación es: El programa "Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo en los estudiantes del 1º Año de secundaria de la I.E.P Los Olivos en el Callao". Y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, hemos considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y/o investigación educativa.

El expediente de validación, que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.

\_\_\_\_\_  
Firma  
Apellidos y nombre:

\_\_\_\_\_  
D.N.I:

\_\_\_\_\_  
Firma  
Apellidos y nombre:

\_\_\_\_\_  
D.N.I:



## DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES

**Variable:** [con su respectivo autor, año y página]

### Variable I

#### Escucha Activa

El esfuerzo de atención que realizamos al escuchar, tratando de comprender el contenido del mensaje que emite la persona, pero también su estado emocional y por tanto el contexto desde el que se está comunicando.

Federico, Gan y Jaume, Triguiné; 2006, pág. (583)

### Variable II

#### Asertividad

Es la capacidad para comunicar las propias convicciones y expresar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás.

Federico, Gan y Jaume, Triguiné; 2006, pág. (576)

Dimensiones de las variables:

### Variable I

#### Dimensión 1

Escuchar: "Es ante todo estar pendiente de quien habla. Estar pendiente es una conducta activa que lleva a estar colgado del otro y de lo que el otro dice". Lorente, A; 2008, Pág. (8)

#### Dimensión 2

Atención: "Es la actitud consciente para percibir de forma clara los estímulos que nos llegan del exterior. Se trata de aplicar la mente a un objeto de manera exclusiva y durante un tiempo determinado. Prestar interés a todo cuanto se escucha y se observa". Ortiz, R; 2008, Pág. (23)

#### Dimensión 3

Empatía: "Es la capacidad de sintonizar emocionalmente (y también cognitivamente) y supone una base importante sobre la cual se asientan las relaciones interpersonales positivas"... "la empatía sería una disposición emotiva que favorecería la calidad de las relaciones sociales" Roche, O; 2004, pág. (32)

#### Dimensión 4

Preguntar: "Consiste en tomar conciencia de la realidad como problema; toda pregunta es lo mismo que conciencia de un problema". Abellán, J; 2005, Pág. (274)

## Variable II

### Dimensión 1

Demostrar disconformidad: capacidad para expresar molestia o desagrado ante situaciones de carácter público en las que existe la expectativa de satisfacer una necesidad planteada expresamente por la persona y que espera que sea atendida de una determinada manera. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### Dimensión 2

Manifestación de sentimientos y creencias: disposición para expresar de una forma clara, concisa y espontánea sentimientos, pensamientos y creencias que las personas pueden experimentar bajo ciertas circunstancias. También, comprende las respuestas motoras como la búsqueda y confrontación de personas involucradas. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### Dimensión 3

Eficacia: evaluación de la autoeficacia para manejar eventos. Es un juicio individual acerca de qué tan competente se puede ser en situaciones cotidianas de interacción social. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### Dimensión 4

Interacción con organizaciones: capacidad para interactuar en el ámbito organizacional (institucional o empresarial) en situaciones en las cuales debe hacer solicitudes o responder a demandas específicas. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### Dimensión 5

Expresión de opiniones: temor a expresar de forma pública lo que se opina, por miedo a la burla o al juicio social negativo. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### Dimensión 6

Decir no: capacidad para expresar negación, comentarios opuestos a los intereses de los otros o la enunciación del no ante peticiones que se consideran inadecuadas o irracionales. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

**MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES**

**Variable I: Escucha Activa**

Dimensiones	indicadores	ítems	Niveles o rangos
<b>1. Escuchar sin interrumpir</b>	El estudiante logra escuchar todo el dialogo sin interrumpir. El estudiante reconoce que es importante para el otro no ser interrumpido y culminar su dialogo.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Si me doy cuenta de lo que el otro está por preguntar, me anticipo y le contesto directamente, para ahorrar tiempo.</li> <li>2. Creo que a la mayoría de las personas no les importa que las interrumpa, siempre que las ayude en sus problemas...</li> <li>3. Solamente discuto con una persona cuando sé positivamente que estoy en lo cierto</li> <li>4. Si no interrumpiera a las personas de vez en cuando ellas terminarían hablándome durante horas.</li> <li>5. Cuando una persona está equivocada acerca de algún punto de su problema, es importante interrumpirla y hacer que replantee ese punto de manera correcta.</li> </ol>	Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)
<b>2. Estar Atento</b>	El estudiante presta atención al contenido del dialogo transmitido, mirando al otro. El Estudiante reconoce la importancia para el otro de sentirse escuchado.	<ol style="list-style-type: none"> <li>6. Mientras escucho a otra persona, me adelanto en el tiempo y me pongo a pensar en lo que le voy a responder</li> <li>7. Cuando escucho a algunas personas, mentalmente me pregunto ¿por qué les resultará tan difícil ir directamente al grano...?</li> <li>8. Dado que he escuchado las mismas quejas y protestas</li> </ol>	Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)

		<p>infinidad de veces, generalmente me dedico mentalmente a otra cosa mientras escucho.</p> <p>9. Cuando una persona me dice tantas cosas juntas que siento superada mi capacidad para retenerlas, trato de poner mi mente en otra cosa para no alterarme...</p> <p>10. Cuando he tenido un contacto negativo con una persona (discusión, pelea...) no puedo evitar seguir pensando en ese episodio... aún después de haber iniciado un contacto con otra persona...</p>	
<b>3. Empatía</b>	<p>El estudiante identifica la emoción con la que el otro dialoga.</p> <p>El estudiante reconoce que la emoción desbordada se encuentra en el otro y no en él.</p>	<p>11. En general procuro centrarme en que está diciendo el otro, sin considerar cómo lo está diciendo...</p> <p>12. Cuando una persona realmente enojada expresa su bronca, yo simplemente dejo que lo que dice "me entre por un oído y me salga por el otro"</p> <p>13. El tono de la voz de una persona me dice, generalmente, mucho más que las palabras mismas...</p> <p>14. Si una persona está muy enojada, lo mejor que puedo hacer escucharla hasta que descargue toda la presión...</p> <p>15. Cuando le respondo a las personas, lo hago en función de la manera en que percibo cómo ellas se sienten....</p>	<p>Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)</p>
<b>4. Preguntar para clarificar</b>	<p>El estudiante hace uso de frases motivadoras al dialogo. Humm , Ha.</p> <p>El estudiante plantea preguntas clarificadoras del dialogo</p>	<p>16. Mientras estoy escuchando, digo cosas como Ajá! Hum... Entiendo... para hacerle saber a la otra persona que le estoy prestando atención...</p> <p>17. Si no comprendo lo que una persona está diciendo, hago las preguntas necesarias hasta entenderla...</p> <p>18. Si una persona tiene dificultades en decirme algo,</p>	<p>Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)</p>

		<p>generalmente la ayudo a expresarse...</p> <p>19. Si entiendo lo que una persona me acaba de decir, me parece redundante volver a preguntarle para verificar...</p> <p>20. Si una persona no puede decirme exactament� que quiere de mí, no hay nada que yo pueda hacer...</p>	
--	--	--	--

Fuente: Elaboraci3n propia.



#### MATRIZ DE OPERACIONALIZACI3N DE LAS VARIABLES

##### Variable II: Asertividad

Dimensiones	indicadores	�tems	Niveles o rangos
5. Demostrar disconformidad:	El estudiante expresa su molestia o incomodidad ante situaciones desagradadas.	<p>3. Cuando la comida que me han servido en el restaurante no está hecha a mi gusto, me quejo con el mesero o mesera</p> <p>17. En el restaurante o en cualquier sitio, protesto por un mal servicio</p> <p>19. Si dos personas en el cine o en una conferencia están hablando demasiado alto, les pido que hagan silencio o se vayan a hablar a otra parte</p> <p>20. Si alguien se cuele en una fila, le llamo abiertamente la</p>	<p>Regular (11-14)</p> <p>Buena (15-17)</p> <p>Excelente (18-30)</p>



## CARTA DE PRESENTACIÓN

Señor(a)(ita):    Doctor   ANGEL SALVATIERRA MELGAR

Presente

Asunto:   VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Nos es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de Maestría con mención en Educación e Idiomas de la UCV, en la sede de Los Olivos promoción 2015, aula 313 - B, requerimos validar los instrumentos con los cuales recogeremos la información necesaria para poder desarrollar nuestra investigación y con la cual optaremos el grado de Magíster.

El título nombre de nuestro proyecto de investigación es: El programa "Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo en los estudiantes del 1º Año de secundaria de la I.E.P Los Olivos en el Callao". Y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, hemos considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y/o investigación educativa.

El expediente de validación, que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.

\_\_\_\_\_  
Firma  
Apellidos y nombre:  
\_\_\_\_\_  
D.N.I:

\_\_\_\_\_  
Firma  
Apellidos y nombre:  
\_\_\_\_\_  
D.N.I:

## DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES

**Variable:** [con su respectivo autor, año y página]

### Variable I

#### Escucha Activa

El esfuerzo de atención que realizamos al escuchar, tratando de comprender el contenido del mensaje que emite la persona, pero también su estado emocional y por tanto el contexto desde el que se está comunicando.

Federico, Gan y Jaume, Triguiné; 2006, pág. (583)

### Variable II

#### Asertividad

Es la capacidad para comunicar las propias convicciones y expresar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás.

Federico, Gan y Jaume, Triguiné; 2006, pág. (576)

Dimensiones de las variables:

### Variable I

#### Dimensión 1

Escuchar: "Es ante todo estar pendiente de quien habla. Estar pendiente es una conducta activa que lleva a estar colgado del otro y de lo que el otro dice". Lorente, A; 2008, Pág. (8)

#### Dimensión 2

Atención: "Es la actitud consciente para percibir de forma clara los estímulos que nos llegan del exterior. Se trata de aplicar la mente a un objeto de manera exclusiva y durante un tiempo determinado. Prestar interés a todo cuanto se escucha y se observa". Ortiz, R; 2008, Pág. (23)

#### Dimensión 3

Empatía: "Es la capacidad de sintonizar emocionalmente (y también cognitivamente) y supone una base importante sobre la cual se asientan las relaciones interpersonales positivas"... "la empatía sería una disposición emotiva que favorecería la calidad de las relaciones sociales" Roche, O; 2004, pág. (32)

#### Dimensión 4

Preguntar: "Consiste en tomar conciencia de la realidad como problema; toda pregunta es lo mismo que conciencia de un problema". Abellán, J; 2005, Pág. (274)

## Variable II

### Dimensión 1

Demostrar disconformidad: capacidad para expresar molestia o desagrado ante situaciones de carácter público en las que existe la expectativa de satisfacer una necesidad planteada expresamente por la persona y que espera que sea atendida de una determinada manera. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por león y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### Dimensión 2

Manifestación de sentimientos y creencias: disposición para expresar de una forma clara, concisa y espontánea sentimientos, pensamientos y creencias que las personas pueden experimentar bajo ciertas circunstancias. También, comprende las respuestas motoras como la búsqueda y confrontación de personas involucradas. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por león y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### Dimensión 3

Eficacia: evaluación de la autoeficacia para manejar eventos. Es un juicio individual acerca de qué tan competente se puede ser en situaciones cotidianas de interacción social. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por león y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### Dimensión 4

Interacción con organizaciones: capacidad para interactuar en el ámbito organizacional (institucional o empresarial) en situaciones en las cuales debe hacer solicitudes o responder a demandas específicas. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por león y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### Dimensión 5

Expresión de opiniones: temor a expresar de forma pública lo que se opina, por miedo a la burla o al juicio social negativo. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por león y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### Dimensión 6

Decir no: capacidad para expresar negación, comentarios opuestos a los intereses de los otros o la enunciación del no ante peticiones que se consideran inadecuadas o irracionales. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por león y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

**MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES**
**Variable I: Escucha Activa**

Dimensiones	indicadores	ítems	Niveles o rangos
<b>1. Escuchar sin interrumpir</b>	El estudiante logra escuchar todo el dialogo sin interrumpir. El estudiante reconoce que es importante para el otro no ser interrumpido y culminar su dialogo.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Si me doy cuenta de lo que el otro está por preguntar, me anticipo y le contesto directamente, para ahorrar tiempo.</li> <li>2. Creo que a la mayoría de las personas no les importa que las interrumpa, siempre que las ayude en sus problemas...</li> <li>3. Solamente discuto con una persona cuando sé positivamente que estoy en lo cierto</li> <li>4. Si no interrumpiera a las personas de vez en cuando ellas terminarían hablándome durante horas.</li> <li>5. Cuando una persona está equivocada acerca de algún punto de su problema, es importante interrumpirla y hacer que replantee ese punto de manera correcta.</li> </ol>	Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)
<b>2. Estar Atento</b>	El estudiante presta atención al contenido del dialogo transmitido, mirando al otro. El Estudiante reconoce la importancia para el otro de sentirse escuchado.	<ol style="list-style-type: none"> <li>6. Mientras escucho a otra persona, me adelanto en el tiempo y me pongo a pensar en lo que le voy a responder</li> <li>7. Cuando escucho a algunas personas, mentalmente me pregunto ¿por qué les resultará tan difícil ir directamente al grano...?</li> <li>8. Dado que he escuchado las mismas quejas y protestas</li> </ol>	Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)

		<p>infinidad de veces, generalmente me dedico mentalmente a otra cosa mientras escucho.</p> <p>9. Cuando una persona me dice tantas cosas juntas que siento superada mi capacidad para retenerlas, trato de poner mi mente en otra cosa para no alterarme...</p> <p>10. Cuando he tenido un contacto negativo con una persona (discusión, pelea...) no puedo evitar seguir pensando en ese episodio... aún después de haber iniciado un contacto con otra persona...</p>	
<b>3. Empatía</b>	<p>El estudiante identifica la emoción con la que el otro dialoga.</p> <p>El estudiante reconoce que la emoción desbordada se encuentra en el otro y no en él.</p>	<p>11. En general procuro centrarme en que está diciendo el otro, sin considerar cómo lo está diciendo...</p> <p>12. Cuando una persona realmente enojada expresa su bronca, yo simplemente dejo que lo que dice "me entre por un oído y me salga por el otro"</p> <p>13. El tono de la voz de una persona me dice, generalmente, mucho más que las palabras mismas...</p> <p>14. Si una persona está muy enojada, lo mejor que puedo hacer escucharla hasta que descargue toda la presión...</p> <p>15. Cuando le respondo a las personas, lo hago en función de la manera en que percibo cómo ellas se sienten....</p>	<p>Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)</p>
<b>4. Preguntar para clarificar</b>	<p>El estudiante hace uso de frases motivadoras al dialogo. Humm , Ha.</p> <p>El estudiante plantea preguntas clarificadoras del dialogo</p>	<p>16. Mientras estoy escuchando, digo cosas como Ajá! Hum... Entiendo... para hacerle saber a la otra persona que le estoy prestando atención...</p> <p>17. Si no comprendo lo que una persona está diciendo, hago las preguntas necesarias hasta entenderla...</p> <p>18. Si una persona tiene dificultades en decirme algo,</p>	<p>Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)</p>

		<p>generalmente la ayudo a expresarse...</p> <p>19. Si entiendo lo que una persona me acaba de decir, me parece redundante volver a preguntarle para verificar...</p> <p>20. Si una persona no puede decirme exactamente que quiere de mí, no hay nada que yo pueda hacer...</p>	
--	--	--	--

Fuente: Elaboración propia.



#### MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

##### Variable II: Asertividad

Dimensiones	indicadores	ítems	Niveles o rangos
5. <b>Demostrar disconformidad:</b>	El estudiante expresa su molestia o incomodidad ante situaciones desagradadas.	<p>3. Cuando la comida que me han servido en el restaurante no está hecha a mi gusto, me quejo con el mesero o mesera</p> <p>17. En el restaurante o en cualquier sitio, protesto por un mal servicio</p> <p>19. Si dos personas en el cine o en una conferencia están hablando demasiado alto, les pido que hagan silencio o se vayan a hablar a otra parte</p> <p>20. Si alguien se cuele en una fila, le llamo abiertamente la</p>	Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)

<b>6. Manifestación de sentimientos y creencias:</b>	El estudiante expresa sus creencias, pensamientos y sentimientos de manera clara	atención 5. Me esfuerzo, como la mayoría de la gente, por mantener mi posición 13. Soy abierto y franco en lo que respecta a mis sentimientos 14. Si alguien ha hablado mal de mí o me ha atribuido hechos falsos, lo (la) busco para saber qué es lo que pasa 21. Expreso mi opinión con facilidad	Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)
<b>7. Eficacia:</b>	El estudiante maneja y dirige eventos.	1. Pienso que mucha gente parece ser más agresiva y auto afirmativa que yo 2. He dudado en proponer o aceptar una cita con alguien por timidez 6. En realidad la gente se aprovecha de mí con frecuencia 7. Con frecuencia no sé qué decir a personas atractivas del otro sexo 16. Suelo reprimir mis emociones antes de hacer una escena	Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)
<b>8. Interacción con organizaciones:</b>	El estudiante dialoga con representantes de instituciones educativas o empresariales.	8. Evito llamar por teléfono a instituciones o empresas 9. En caso de solicitar un trabajo	Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)

		o la admisión en una institución, preferiría escribir cartas o enviar correos electrónicos, a realizar entrevistas personales 10. Me resulta embarazoso devolver un artículo comprado	
9. Expresión de opiniones:	El estudiante plantea públicamente su opinión.	12. He evitado hacer preguntas por miedo a parecer tonto 18. Cuando me halagan con frecuencia, no sé qué responder 22. Hay veces en las que simplemente no puedo decir nada	Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)
10. Decir no:	El estudiante negación ante comentarios opuestos a sus interés y peticiones inadecuadas o irracionales	4. Cuando un vendedor se ha tomado el rato y la molestia de mostrarme un producto que después no quiero, paso mal rato al decir "NO" 11. Si un pariente cercano y respetado me molesta prefiero esconder mis sentimientos antes de expresar mi disgusto 15. Con frecuencia, paso un mal rato cuando tengo que decir que NO	Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)

Fuente: León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE : Mejora la gestión de la calidad y las potencialidades en los empresarios de la**  
 Cooperativa de Servicios Especiales Santa Rosa de Mateo Pumacahua del distrito de Surco de Surco 2017.

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinenci a <sup>1</sup>		Relevanci a <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>DIMENSIÓN 1 Escuchar</b>							
1	Si me doy cuenta de lo que el otro está preguntando, me anticipo y le contesto directamente, para ahorrar tiempo.							
2	Creo que a la mayoría de las personas no les importa que las interrumpa, siempre que las ayude en sus problemas.							
3	Solamente discuto con una persona cuando sé positivamente que estoy en lo cierto.							
4	Si no interrumpiera a las personas de vez en cuando ellas terminarían hablándome durante horas.							
5	Cuando una persona está equivocada acerca de algún punto de su problema, es importante interrumpirla y hacer que replantee ese punto de manera correcta.							
	<b>DIMENSIÓN 2 Atención</b>	Si	No	Si	No	Si	No	
6	Mientras escucho a otra persona, me adelanto en el tiempo y me pongo a pensar en lo que le voy a responder.							
7	Cuando escucho a algunas personas, mentalmente me pregunto ¿por qué les resultará tan difícil ir directamente al grano...?							
8	Dado que he escuchado las mismas quejas y protestas ininidad de veces, generalmente me dedico mentalmente a otra cosa mientras escucho.							
9	Cuando una persona me dice tantas cosas juntas que siento superada mi capacidad para retenerlas, trato de poner mi mente en otra cosa para no alterarme...							
10	Cuando he tenido un contacto negativo con una persona (discusión, pelea...) no puedo evitar seguir pensando en ese episodio... aún después de haber iniciado un contacto con otra persona...							

DIMENSIÓN 3 Empatía		Si	No	Si	No	Si	No
10	En general procuro centrarme en que está diciendo el otro, sin considerar cómo lo está diciendo...						
11	Cuando una persona realmente enojada expresa su bronca, yo simplemente dejo que lo que dice "me entre por un oído y me salga por el otro"						
12	El tono de la voz de una persona me dice, generalmente, mucho más que las palabras mismas...						
13	Si una persona está muy enojada, lo mejor que puedo hacer es escucharla hasta que descargue toda la presión...						
14	Cuando le respondo a las personas, lo hago en función de la manera en que percibo cómo ellas se sienten....						
DIMENSIÓN 4 Hacer Preguntas		Si	No	Si	No	Si	No
16	Mientras estoy escuchando, digo cosas como Ajá! Hum... Entiendo... para hacerle saber a la otra persona que le estoy prestando atención...						
17	Si no comprendo lo que una persona está diciendo, hago las preguntas necesarias hasta entenderla...						
18	Si una persona tiene dificultades en decirme algo, generalmente la ayudo a expresarse...						
19	Si entiendo lo que una persona me acaba de decir, me parece redundante volver a preguntarle para verificar...						
20	Si una persona no puede decirme exactamente que quiere de mí, no hay nada que yo pueda hacer...						

Observaciones (precisar si hay suficiencia): SI NOY SUFICIENTE

Opinión de aplicabilidad:  Aplicable [X]  No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador: RAFAEL SANCHEZ PASCUAL DNI: 19873533

Especialidad del validador: Psicólogo-Europeístico

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

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

13 de 05 del 2017  
  
 Firma del Experto Informante.

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE : Mejora la gestión de la calidad y las potencialidades en los empresarios de la Cooperativa de Servicios Especiales Santa Rosa de Mateo Pumacahua del distrito de Santiago de Surco 2017.**

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>a1</sup>		Relevancia <sup>a2</sup>		Claridad <sup>a3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>DIMENSIÓN 1 Escuchar</b>							
1	Si me doy cuenta de lo que el otro está por preguntar, me anticipo y le contesto directamente, para ahorrar tiempo.	✓		✓		✓		
2	Creo que a la mayoría de las personas no les importa que las interrumpa, siempre que las ayude en sus problemas.	✓		✓		✓		
3	Solamente discuto con una persona cuando sé positivamente que estoy en lo cierto.	✓		✓		✓		
4	Si no interrumpiera a las personas de vez en cuando ellas terminarían hablándome durante horas.	✓		✓		✓		
5	Cuando una persona está equivocada acerca de algún punto de su problema, es importante interrumpirla y hacer que replantee ese punto de manera correcta.	✓		✓		✓		
	<b>DIMENSIÓN 2 Atención</b>	Si	No	Si	No	Si	No	
6	Mientras escucho a otra persona, me adelanto en el tiempo y me pongo a pensar en lo que le voy a responder.	✓		✓		✓		
7	Cuando escucho a algunas personas, mentalmente me pregunto ¿por qué les resultará tan difícil ir directamente al grano...?	✓		✓		✓		
8	Dado que he escuchado las mismas quejas y protestas infinidad de veces, generalmente me dedico mentalmente a otra cosa mientras escucho.	✓		✓		✓		
9	Cuando una persona me dice tantas cosas juntas que siento superada mi capacidad para retenerlas, trato de poner mi mente en otra cosa para no alterarme...	✓		✓		✓		
10	Cuando he tenido un contacto negativo con una persona (discusión, pelea...) no puedo evitar seguir pensando en ese episodio... aún después de haber iniciado un contacto con otra persona...	✓		✓		✓		

DIMENSIÓN 3 Empatía		SI	No	SI	No	SI	No
10	En general procuro centrarme en que está diciendo el otro, sin considerar cómo lo está diciendo...	/		/		/	
11	Cuando una persona realmente enojada expresa su bronca, yo simplemente dejo que lo que dice "me entre por un oído y me salga por el otro"	/		/		/	
12	El tono de la voz de una persona me dice, generalmente, mucho más que las palabras mismas...	/		/		/	
13	Si una persona está muy enojada, lo mejor que puedo hacer es escucharla hasta que descargue toda la presión...	/		/		/	
14	Cuando le respondo a las personas, lo hago en función de la manera en que percibo cómo ellas se sienten...	/		/		/	
DIMENSIÓN 4 Hacer Preguntas		SI	No	SI	No	SI	No
16	Mientras estoy escuchando, digo cosas como Ajá! Hum... Entiendo... para hacerle saber a la otra persona que le estoy prestando atención...	/		/		/	
17	Si no comprendo lo que una persona está diciendo, hago las preguntas necesarias hasta entenderla...	/		/		/	
18	Si una persona tiene dificultades en decirme algo, generalmente la ayudo a expresarse...	/		/		/	
19	Si entiendo lo que una persona me acaba de decir, me parece redundante volver a preguntarle para verificar...	/		/		/	
20	Si una persona no puede decirme exactamente que quiere de mí, no hay nada que yo pueda hacer...	/		/		/	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:   Aplicable    No aplicable

Apellidos y nombres del juez-validador: Dr. / Mg: L. F. A. Dubois Paula Viviana   DNI: 08485754

Especialidad del validador: Psicología Educativa y Psicología

.....de.....del 20....



Firma del Experto Informante.

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

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



## CARTA DE PRESENTACIÓN

Señor(a)(ita):     Doctor   ANGEL SALVATIERRA MELGAR

Presente

Asunto:   VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Nos es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de Maestría con mención en Educación e Idiomas de la UCV, en la sede de Los Olivos promoción 2015, aula 313 - B, requerimos validar los instrumentos con los cuales recogeremos la información necesaria para poder desarrollar nuestra investigación y con la cual optaremos el grado de Magíster.

El título nombre de nuestro proyecto de investigación es: El programa "Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo en los estudiantes del 1º Año de secundaria de la I.E.P Los Olivos en el Callao". Y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, hemos considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y/o investigación educativa.

El expediente de validación, que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.

\_\_\_\_\_  
Firma  
Apellidos y nombre:  
\_\_\_\_\_  
D.N.I:

\_\_\_\_\_  
Firma  
Apellidos y nombre:  
\_\_\_\_\_  
D.N.I:



## DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES

**Variable:** [con su respectivo autor, año y página]

### Variable I

#### Escucha Activa

El esfuerzo de atención que realizamos al escuchar, tratando de comprender el contenido del mensaje que emite la persona, pero también su estado emocional y por tanto el contexto desde el que se está comunicando.

Federico, Gan y Jaume, Triguiné; 2006, pág. (583)

### Variable II

#### Asertividad

Es la capacidad para comunicar las propias convicciones y expresar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás.

Federico, Gan y Jaume, Triguiné; 2006, pág. (576)

Dimensiones de las variables:

### Variable I

#### Dimensión 1

Escuchar: "Es ante todo estar pendiente de quien habla. Estar pendiente es una conducta activa que lleva a estar colgado del otro y de lo que el otro dice". Lorente, A; 2008, Pág. (8)

#### Dimensión 2

Atención: "Es la actitud consciente para percibir de forma clara los estímulos que nos llegan del exterior. Se trata de aplicar la mente a un objeto de manera exclusiva y durante un tiempo determinado. Prestar interés a todo cuanto se escucha y se observa". Ortiz, R; 2008, Pág. (23)

#### Dimensión 3

Empatía: "Es la capacidad de sintonizar emocionalmente (y también cognitivamente) y supone una base importante sobre la cual se asientan las relaciones interpersonales positivas"... "la empatía sería una disposición emotiva que favorecería la calidad de las relaciones sociales" Roche, O; 2004, pág. (32)

#### Dimensión 4

Preguntar: "Consiste en tomar conciencia de la realidad como problema; toda pregunta es lo mismo que conciencia de un problema". Abellán, J; 2005, Pág. (274)

## Variable II

### Dimensión 1

Mostrar disconformidad: capacidad para expresar molestia o desagrado ante situaciones de carácter público en las que existe la expectativa de satisfacer una necesidad planteada expresamente por la persona y que espera que sea atendida de una determinada manera. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### Dimensión 2

Manifestación de sentimientos y creencias: disposición para expresar de una forma clara, concisa y espontánea sentimientos, pensamientos y creencias que las personas pueden experimentar bajo ciertas circunstancias. También, comprende las respuestas motoras como la búsqueda y confrontación de personas involucradas. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### Dimensión 3

Eficacia: evaluación de la autoeficacia para manejar eventos. Es un juicio individual acerca de qué tan competente se puede ser en situaciones cotidianas de interacción social. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### Dimensión 4

Interacción con organizaciones: capacidad para interactuar en el ámbito organizacional (institucional o empresarial) en situaciones en las cuales debe hacer solicitudes o responder a demandas específicas. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### Dimensión 5

Expresión de opiniones: temor a expresar de forma pública lo que se opina, por miedo a la burla o al juicio social negativo. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### Dimensión 6

Decir no: capacidad para expresar negación, comentarios opuestos a los intereses de los otros o la enunciación del no ante peticiones que se consideran inadecuadas o irracionales. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

### MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

#### Variable I: Escucha Activa

Dimensiones	indicadores	ítems	Niveles o rangos
<b>1. Escuchar sin interrumpir</b>	El estudiante logra escuchar todo el dialogo sin interrumpir. El estudiante reconoce que es importante para el otro no ser interrumpido y culminar su dialogo.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Si me doy cuenta de lo que el otro está por preguntar, me anticipo y le contesto directamente, para ahorrar tiempo.</li> <li>2. Creo que a la mayoría de las personas no les importa que las interrumpa, siempre que las ayude en sus problemas...</li> <li>3. Solamente discuto con una persona cuando sé positivamente que estoy en lo cierto</li> <li>4. Si no interrumpiera a las personas de vez en cuando ellas terminarían hablándome durante horas.</li> <li>5. Cuando una persona está equivocada acerca de algún punto de su problema, es importante interrumpirla y hacer que replantee ese punto de manera correcta.</li> </ol>	Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)
<b>2. Estar Atento</b>	El estudiante presta atención al contenido del dialogo transmitido, mirando al otro. El Estudiante reconoce la importancia para el otro de sentirse escuchado.	<ol style="list-style-type: none"> <li>6. Mientras escucho a otra persona, me adelanto en el tiempo y me pongo a pensar en lo que le voy a responder</li> <li>7. Cuando escucho a algunas personas, mentalmente me pregunto ¿por qué les resultará tan difícil ir directamente al grano...?</li> <li>8. Dado que he escuchado las mismas quejas y protestas</li> </ol>	Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)

		<p>infinidad de veces, generalmente me dedico mentalmente a otra cosa mientras escucho.</p> <p>9. Cuando una persona me dice tantas cosas juntas que siento superada mi capacidad para retenerlas, trato de poner mi mente en otra cosa para no alterarme...</p> <p>10. Cuando he tenido un contacto negativo con una persona (discusión, pelea...) no puedo evitar seguir pensando en ese episodio... aún después de haber iniciado un contacto con otra persona...</p>	
<b>3. Empatía</b>	<p>El estudiante identifica la emoción con la que el otro dialoga.</p> <p>El estudiante reconoce que la emoción desbordada se encuentra en el otro y no en él.</p>	<p>11. En general procuro centrarme en que está diciendo el otro, sin considerar cómo lo está diciendo...</p> <p>12. Cuando una persona realmente enojada expresa su bronca, yo simplemente dejo que lo que dice "me entre por un oído y me salga por el otro"</p> <p>13. El tono de la voz de una persona me dice, generalmente, mucho más que las palabras mismas...</p> <p>14. Si una persona está muy enojada, lo mejor que puedo hacer escucharla hasta que descargue toda la presión...</p> <p>15. Cuando le respondo a las personas, lo hago en función de la manera en que percibo cómo ellas se sienten....</p>	<p>Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)</p>
<b>4. Preguntar para clarificar</b>	<p>El estudiante hace uso de frases motivadoras al dialogo. Humm , Ha.</p> <p>El estudiante plantea preguntas clarificadoras del dialogo</p>	<p>16. Mientras estoy escuchando, digo cosas como Ajá! Hum... Entiendo... para hacerle saber a la otra persona que le estoy prestando atención...</p> <p>17. Si no comprendo lo que una persona está diciendo, hago las preguntas necesarias hasta entenderla...</p> <p>18. Si una persona tiene dificultades en decirme algo,</p>	<p>Regular (5 puntos) Buena (3 a 4 puntos) Excelente (0 a 2 puntos)</p>

		<p>generalmente la ayudo a expresarse...</p> <p>19. Si entiendo lo que una persona me acaba de decir, me parece redundante volver a preguntarle para verificar...</p> <p>20. Si una persona no puede decirme exactamente que quiere de mí, no hay nada que yo pueda hacer...</p>	
--	--	--	--

Fuente: Elaboración propia.



### MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variable II: Asertividad

Dimensiones	indicadores	ítems	Niveles o rangos
5. Demostrar disconformidad:	El estudiante expresa su molestia o incomodidad ante situaciones desagradadas.	<p>3. Cuando la comida que me han servido en el restaurante no está hecha a mi gusto, me quejo con el mesero o mesera</p> <p>17. En el restaurante o en cualquier sitio, protesto por un mal servicio</p> <p>19. Si dos personas en el cine o en una conferencia están hablando demasiado alto, les pido que hagan silencio o se vayan a hablar a otra parte</p> <p>20. Si alguien se cuele en una fila, le llamo abiertamente la</p>	Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)

<b>6. Manifestación de sentimientos y creencias:</b>	El estudiante expresa sus creencias, pensamientos y sentimientos de manera clara	atención 5. Me esfuerzo, como la mayoría de la gente, por mantener mi posición 13. Soy abierto y franco en lo que respecta a mis sentimientos 14. Si alguien ha hablado mal de mí o me ha atribuido hechos falsos, lo (la) busco para saber qué es lo que pasa 21. Expreso mi opinión con facilidad	Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)
<b>7. Eficacia:</b>	El estudiante maneja y dirige eventos.	1. Pienso que mucha gente parece ser más agresiva y auto afirmativa que yo 2. He dudado en proponer o aceptar una cita con alguien por timidez 6. En realidad la gente se aprovecha de mí con frecuencia 7. Con frecuencia no sé qué decir a personas atractivas del otro sexo 16. Suelo reprimir mis emociones antes de hacer una escena	Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)
<b>8. Interacción con organizaciones:</b>	El estudiante dialoga con representantes de instituciones educativas o empresariales.	8. Evito llamar por teléfono a instituciones o empresas 9. En caso de solicitar un trabajo	Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)

		o la admisión en una institución, preferiría escribir cartas o enviar correos electrónicos, a realizar entrevistas personales 10. Me resulta embarazoso devolver un artículo comprado	
9. Expresión de opiniones:	El estudiante plantea públicamente su opinión.	12. He evitado hacer preguntas por miedo a parecer tonto 18. Cuando me halagan con frecuencia, no sé qué responder 22. Hay veces en las que simplemente no puedo decir nada	Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)
10. Decir no:	El estudiante negación ante comentarios opuestos a sus interés y peticiones inadecuadas o irracionales	4. Cuando un vendedor se ha tomado el rato y la molestia de mostrarme un producto que después no quiero, paso mal rato al decir "NO" 11. Si un pariente cercano y respetado me molesta prefiero esconder mis sentimientos antes de expresar mi disgusto 15. Con frecuencia, paso un mal rato cuando tengo que decir que NO	Regular (11-14) Buena (15—17) Excelente (18-30)

Fuente: León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE : Mejora la gestión de la calidad y las potencialidades en los empresarios de la Cooperativa de Servicios Especiales Santa Rosa de Mateo Pumacahua del distrito de Santiago de Surco 2017.**

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>a1</sup>		Relevancia <sup>a2</sup>		Claridad <sup>a3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>DIMENSIÓN 1 Escuchar</b>							
1	Si me doy cuenta de lo que el otro está por preguntar, me anticipo y le contesto directamente, para ahorrar tiempo.							
2	Creo que a la mayoría de las personas no les importa que las interrumpa, siempre que las ayude en sus problemas.							
3	Solamente discuto con una persona cuando sé positivamente que estoy en lo cierto.							
4	Si no interrumpiera a las personas de vez en cuando ellas terminarían hablándome durante horas.							
5	Cuando una persona está equivocada acerca de algún punto de su problema, es importante interrumpirla y hacer que replantee ese punto de manera correcta.							
	<b>DIMENSIÓN 2 Atención</b>							
6	Mientras escucho a otra persona, me adelanto en el tiempo y me pongo a pensar en lo que le voy a responder.							
7	Cuando escucho a algunas personas, mentalmente me pregunto ¿por qué les resultará tan difícil ir directamente al grano...?							
8	Dado que he escuchado las mismas quejas y protestas infinidad de veces, generalmente me dedico mentalmente a otra cosa mientras escucho.							
9	Cuando una persona me dice tantas cosas juntas que siento superada mi capacidad para retenerlas, trato de poner mi mente en otra cosa para no alterarme...							
10	Cuando he tenido un contacto negativo con una persona (discusión, pelea...) no puedo evitar seguir pensando en ese episodio... aún después de haber iniciado un contacto con otra persona...							

		SI	No	SI	No	SI	No
<b>10</b>	<b>DIMENSIÓN 3 Empatía</b> En general procuro centrarme en que está diciendo el otro, sin considerar cómo lo está diciendo...						
<b>11</b>	Cuando una persona realmente enojada expresa su bronca, yo simplemente dejo que lo que dice "me entre por un oído y me salga por el otro"						
<b>12</b>	El tono de la voz de una persona me dice, generalmente, mucho más que las palabras mismas...						
<b>13</b>	Si una persona está muy enojada, lo mejor que puedo hacer es escucharla hasta que descargue toda la presión...						
<b>14</b>	Cuando le respondo a las personas, lo hago en función de la manera en que percibo cómo ellas se sienten....						
<b>16</b>	<b>DIMENSIÓN 4 Hacer Preguntas</b> Mientras estoy escuchando, digo cosas como Ajá! Hum... Entiendo... para hacerle saber a la otra persona que le estoy prestando atención...	SI	No	SI	No	SI	No
<b>17</b>	Si no comprendo lo que una persona está diciendo, hago las preguntas necesarias hasta entenderla...						
<b>18</b>	Si una persona tiene dificultades en decirme algo, generalmente la ayudo a expresarse...						
<b>19</b>	Si entiendo lo que una persona me acaba de decir, me parece redundante volver a preguntarle para verificar...						
<b>20</b>	Si una persona no puede decirme exactamente que quiere de mí, no hay nada que yo pueda hacer...						

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [✓]**      **Aplicable después de corregir [ ]**      **No aplicable [ ]**  
 Apellidos y nombres del juez validador: **Dr. / Mg: NICOLAS MEDINA CURA**      DNI: **08566303**  
 Especialidad del validador: **Dr. Psicología - UNMSM**

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

23 de Mayo del 2017.  
  
 Firma del Experto Informante.

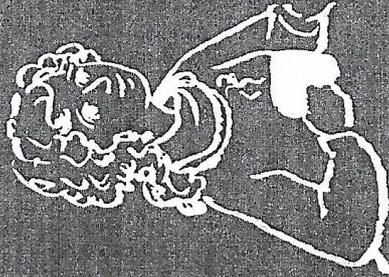
**Planes para la semana**

- Prepararé la sesión 7, leyendo el séptimo capítulo; así sacaré mayor provecho de ella.
- Durante esta semana voy a ser asertivo/a por lo menos una vez al día, dándole a algún familiar o amigo/a una buena experiencia de ser escuchado. Más me interesará en ellos y más se sentirán respetados y movidos a abrirse conmigo. Para planificar, puedo valerme de las preguntas siguientes:
  1. ¿A quién me resulta difícil escuchar? (casi siempre es alguien de mi familia) \_\_\_\_\_  
 ¿Qué me podría ayudar? \_\_\_\_\_
  2. ¿A quién voy a escuchar en las próximas 24 horas? ¿Cómo puedo mostrarle mi interés?  
 ¿Cómo lograr que hable? \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
- Puedo compartir mis planes con la persona que está a mi lado.

Michael y Terry Quinn  
**Hazte cargo de tu vida**

Manual del participante

6



**Escuchar y ser asertivos**

**¡Deja de preocuparte!**

En el capítulo anterior vimos cómo recibir cumplidos y cómo hacerlos. En éste, vamos a ver una forma de alentar a las personas que quizás sea la mejor de todas: escucharlas y darles la sensación de que son comprendidas.

Comencemos por ver en qué fallamos más a menudo al escucharlos.

**Mamá:** *Es muy tarde y Sandra no vuelve. Me pregunto dónde estará ahora.*

**César:** *No es la primera vez que tarda ¡y tú tan preocupada!*

**Mamá:** *Pero nunca tardó tanto.*

**César:** *¡No te desesperes!... ¡qué le puede pasar!*

**Mamá:** *Para ti es fácil decirlo, pero ¡yo soy su mamá y tengo que cuidarla!*



**"No es la primera vez que tarda ¡y tú tan preocupada!"**

94

**César:** *Y yo soy su hermano y sé que ella sabe cuidarse a sí misma. ¿Quieres dejar de preocuparte?*

En alguna medida esta conversación es bastante amable y lo que dice César suena razonable. Es evidente que él busca el bien de su mamá y quiere tranquilizarla para que no siga preocupándose innecesariamente. Sin embargo, ¿crees que así lo va a conseguir?

Decirle a alguien que no debe preocuparse, generalmente no da resultado.

Tampoco sirve de mucho el intento de tranquilizar a la mamá diciéndole que Sandra sabe cuidarse a sí misma. "Tranquilizar" en lugar de escuchar, no le da al otro lo que más necesita: la oportunidad de expresar cómo se está sintiendo y el sentirse comprendido. César no lo hizo.

**En qué fallamos al escuchar**

Hay muchas formas de no escuchar.

La actitud pasiva, por ejemplo: cuando no interrumpes al otro, mansas la cabeza y dices: "¡Ya veo!", "¡Ajá!", "¡Así es!", "¡Te comprendo...!", pero mientras apenas escuchas, tal vez estás

**Estudio de casos**

**A** Aunque los sentimientos que están detrás de estas palabras dependen de cómo se dicen, trata de adivinar qué puede expresar cada una de ellas.

- 1** Un hermano: "¿Quieres callarte? ¡Ya te dije que me siento bien!"
- 2** La mamá: "¡Te dije que debías volver a las once! ¿Por qué tardaste?"
- 3** Jaime (a una amiga): "Me gustaría salir contigo... ¿Qué te parece?"

**B** Luego, trata de identificar los sentimientos que pueden estar detrás de cada una de las frases de la primera columna de la TABLA 6 páginas. 104-105)

dormir por las noches pensando en ella. No puedo dejar de preocuparme.

César: Mm... parece que es... una tremenda preocupación para tí.

Mamá: Bueno, así es...

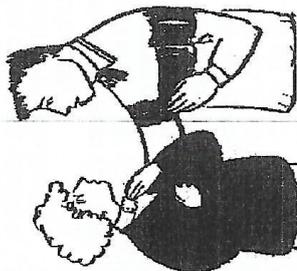
César: Es una pena, mamá. No me imaginaba que te inquietaras tanto por esto.

Mamá: ¡Oh! ¡Supongo que soy una vieja ansiosa!...

¿Puedes imaginar cómo va a sentirse la mamá de César si siempre la escuchan así?

Nadie le dice que debe modificar o cambiar sus sentimientos, ni que no está bien sentirse así. Se le da toda la libertad de hablar y se le anima a decir más ("Mm...", "¿Sí?..."). "Y tú crees que...". Además se da cuenta de que es realmente comprendida: ("Parece que es una preocupación tremenda para tí"... "Es una pena..."). "No me imaginaba...".

Es evidente que el escuchar así crea un ambiente totalmente distinto de respeto y comprensión entre familiares y amigos. ¿Qué hace que nuestro modo de escuchar sea de mejor calidad? A continuación van algunas pautas para escuchar bien.



"No me imaginaba que te inquietaras tanto por esto."

**Sugerencias para escuchar**

Hemos de estar atentos a no simplificar demasiado y reducir el escuchar a pura técnica. Acabamos de ver cómo podemos simular todas las actitudes del que escucha, hablar poco, mirar al interlocutor, asentir con la cabeza, decir: "sí, claro, así es". También el hacer algún comentario con tono áfable es signo de que te estoy escuchando. Pero todo esto jamás podrá reemplazar la voluntad de comprender realmente al que me está hablando y de darle toda mi atención.

Dicho esto veamos algunas cosas que casi siempre hace el que sabe escuchar de verdad. Habrás notado que quien te es-

Un/a amigo/a: - El sábado me divertí en grande...	-Yo también. Deja que te cuente.. - ¿Y adónde vas a ir este sábado?	- ¡No me digas! ¿Y qué fue lo que pasó?
La mamá: - Son ya varias semanas que no tenemos noticias de la abuelita...	- ¡Y eso es lo que te preocupa! - Seguro que está bien. ¡Ella se puede cuidar sola!	- Te preocupa no saber nada de ella...
El hermano menor: - ¡Me gané veinte soles!	- ¡Y qué es eso! Yo lo gano en media hora! - ¡Tú sólo piensas en dinero!	- ¡Veinte soles! ¿Y qué te vas a comprar?



**1 NO escuchas bien**

Señala, en la lista siguiente, aquello en que incurres con frecuencia mientras otro habla contigo:

1. No lo miras. aburrido u hostil.
2. Te cruzas de brazos o le das la espalda. 4. Interrumpes.
3. Bostezas, te muestras a decir o a preguntar. 5. Piensas en lo que le vas a decir o a preguntar.

Todas esas formas de no escuchar tienen en común que no respetan al que está hablando. Una falta de respeto nunca es asertiva, puesto que la asertividad se funda en el respeto. En la situación descrita más arriba, César podría hablar con su madre escuchándola asertiva y respetuosamente más o menos así:

- "No me imaginaba..."**  
 Mamá: Es muy tarde y Sandra no vuelve. Me pregunto dónde de estará ahora.  
 César: Sí... está tardando un poco.  
 Mamá: Nunca ha tardado tanto...  
 César: Mhm... (pausa) ¿Estás preocupada?...  
 Mamá: Me preocupa...  
 César: ¿Sí?...  
 Mamá: ...Por esos chicos con quienes se junta...  
 César: (pausa) Realmente no te gustan...  
 Mamá: No, realmente no. Me dan miedo. Ya sé que ella tiene que vivir su propia vida, pero no puedo soportar la idea que le pase algo...  
 César: Tú crees que ella sería capaz...  
 Mamá: Sí... Y a veces no puedo

pensando qué vas a decirle o preguntarle al otro cuando termine de hablar. Otra actitud pasiva es que para ganarte el afecto del otro, estás de acuerdo con todo lo que él dice, apruebas todo lo que ha hecho, lo consuelas y aconsejas. Lo que así haces, generalmente con las mejores intenciones, es un pobre sustituto del escuchar y tratar de comprender.

Hay también formas agresivas de no escuchar. Con ellas no sólo tú estás escuchando, sino que simplemente dejas fuera de sintonía a tus familiares y amigos de diferentes maneras: por ejemplo, no volteándote hacia ellos mientras te están hablando, no mirándolos o cruzándote de brazos.

Otra forma de mostrar con el lenguaje no verbal que no estás escuchando, es la expresión de tu rostro: frunces el ceño o deliberadamente te muestras aburrido u hostil. O también intimidas al otro escuchándolo sólo para rebatirle y contradecirlo. No escuchar es también interrumpir, bromear cuando el otro habla en serio, y hacer preguntas para desviar del tema o para obligarlo a defenderse.

6. Bromeas mientras el otro te está hablando en serio.
7. Lo escuchas sólo para rebatirlo o contradecirlo.
8. Haces preguntas que lo distraen o lo obligan a defenderse.
9. Le das consejos en lugar de escucharlo.
10. Lo consuelas o tranquilizas en lugar de tratar de comprenderlo.

**2 Escuchas BIEN**

Señala algunos de los puntos en que tiendes a escuchar bastante bien a tu interlocutor (aunque sea sólo alguna vez, sin pretender la perfección).

1. Lo miras con atención cuando con la cabeza o con un "sí", "eso es", "ajá"...
2. Volteas tu cuerpo y hasta te inclinas hacia él.
3. Muestras preocupación e interés, sobre todo con tus ojos.
4. Abres tus brazos y estiras las piernas (si los tenías cruzados).
5. Tardas en interrumpir, preguntar, bromear, aconsejar o consolar.
6. Te quedas callado asintiendo de vez en cuando con la cabeza o con un "sí", "eso es", "ajá"...
7. Haces algún comentario con un tono amable y de interés.
8. Eventualmente resumes o compruebas si es cierto lo que te parece haber comprendido.
9. Repites algunas de sus palabras después de un silencio.
10. Lo más importante: realmente quieres comprenderlo.

Walter (muy enojado): ¿Tienes que tirar tus cosas sobre mi cama?

Sonia (recogiéndolas): Lo siento... (pausa) Fuera de esto, ¿cómo te va?

Walter: ¡Pésimo! ¡A mí siempre me va mal!

Sonia: ¿Has tenido un mal día?

Walter: ¡Sí... como si a ti te importara!

Sonia: (ignorando la indirecta): Otra vez las matemáticas, ¿verdad?

Walter: Cuando no... es el dolor de cabeza de toda la clase... ¿Cómo espero el momento de poder salirme de ese lugar de miercoles: ¡apesta!

Sonia: Parece que estás realmente muy molesto...

Walter: ¡Estoy harto de esa maldita escuela, de esos malditos profesores y de todos esos idiotas cojudos de mi clase!

Sonia: De todos ellos...

Walter: Sí de todos, y especialmente de Julio.

Sonia: Parece que estás muy disgustado con él...

Walter: Es un hipócrita mariconazo.

Sonia: Estás muy molesto con él...

Walter: ¿Molesto? ¡Furioso! Yo

le dije que iba a enamorarme a Raquel, y ese hijo de... ¡se me adelantó!

Sonia (apenada): ¡Me imagino cuánto te ha dolido!

Walter (menos enojado): No podía creer que fuera capaz de esto.

Sonia: No te esperabas que un amigo se portara así...

Walter: Qué clase de amigo... Bueno, mejor me pongo a trabajar. Gracias. Siempre hace bien desahogarse con alguien.

Es difícil escuchar así, ¿no es cierto? Es casi sobrehumano aguantar a alguien que está tan malhumorado.

En cierto sentido, Walter gritaba para que alguien lo escuchara, pero al mismo tiempo ponía toda clase de obstáculos. Era como si pidiera ayuda con un lenguaje cifrado (sus quejas).



“¿Tienes que tirar tus cosas sobre mi cama?”

ble. Parejas casadas desde muchos años atestiguan que el sexo puede llegar a ser una experiencia más profunda, más gratificante y plena en la medida en que progresan la comunicación y la intimidad. Una buena comunicación, y especialmente el saber escuchar, son el mejor fundamento para una relación duradera.

**Escuchar es una decisión**

Hay algo más que es preciso poner en evidencia en la historia de Daniel y Lorena. Daniel decidió escuchar, porque hacerlo de verdad no es algo que se da por sí solo. Tuvo que decidirse a dejar de lado sus preocupaciones e intereses, su irritación y la atracción sexual, para centrarse en Lorena como persona y no dejarse llevar por sus sentimientos. Escuchar bien exige autocontrol y asertividad.

Ten cuidado, sin embargo, porque a medida que vayas progresando en el arte de escuchar, serán más los que confían en ti y tendrás que resistir la presión de dar soluciones. También tendrás que protegerte de aquellos que siempre tienen algún problema y emplean horas para consultarte siempre la misma historia. Decidirse a escuchar no es decirse a dejarse pisotear.



Lo veía como un amigo... alguien en quien confiar

**Resumen**

Hemos visto que a menudo no sabemos escuchar y que podemos aprender a hacerlo mejor.

Hemos visto que para escuchar bien tenemos que mirar al que está hablando, captar sus sentimientos y verificar lo que hemos intuido repitiéndoselo con nuestras propias palabras.

Escuchar no es sólo técnica, sino, sobre todo, decisión de interesarnos por el otro, dejando de lado todo lo demás y dándole toda nuestra atención para llegar a la persona más que al problema y a su solución. Es una forma de asertividad muy eficaz para aliviar a las personas que nos rodean, mejorar nuestras relaciones y profundizar la amistad, así como para ir madurando.

90..."). En un primer momento te parecerá extraño y artificial actuar así, aunque a aquél que está enojado o molesto le agrada tanto desahogarse que no notará nada raro. A medida que ganes confianza, encontrarás distintas maneras de reflejar con naturalidad lo que oyes ("Verdad que es deprimente cuando tienes tanto que hacer..."). "Parece que sientas...". "Me imagino que te estás sintiendo...". "Se te ve como que...").

### Escuchar puede lograr maravillas

No hay que abusar de esta forma de escuchar. Se debe emplear sólo cuando alguien muestra tener sentimientos muy fuertes.

¿No sería agradable tener en casa a una persona tan paciente y atenta como Sonia en el ejemplo de arriba? Con la práctica tú también puedes llegar a ser así.

¿Te imaginas cuán útil te puede resultar saber escuchar de esta manera en el trato con tu pareja y con tus amigos? Muchos consejeros matrimoniales aconsejan a las parejas hacer esta clase de ejercicios algunas veces por semana: hablar por tur-

nos por algunos minutos, acerca de cómo han pasado el día; resumiendo cada vez lo que ha dicho el otro y diciendo cómo se siente.

Cuando los casados hacen esto a menudo se quedan sorprendidos, puesto que por vivir tanto tiempo juntos en la misma casa, creían conocerse. El que cada uno escuche así al otro, les impide dar su relación por descontada y es una buena forma de reforzarla.

Puedes practicar esto en seguida con un amigo, ya que es un método muy eficaz de acercarse a alguien y de construir cualquier amistad.

Aún cuando no sea conveniente el "escuchar activamente", siempre lo es el escuchar bien en la forma ordinaria, o sea, dándonos a prestar atención a lo que dice y siente el otro. Es una manera asertiva y respetuosa de tratar a una persona; y algunos piensan que es lo mejor que podemos hacer por ella. Cuando alguien nos confía un problema, podemos ayudarlo más escuchándolo que dándole soluciones o consejos. Así será él quien solucione su problema. A menudo la única solución que necesita es ser escuchado.

Volvamos a la idea de que el saber escuchar es una forma eficaz de lograr intimidad y hacer crecer la amistad entre las personas. Casi siempre nuestro trato con familiares y amigos es muy superficial: reaccionamos siempre de la misma manera, o bromeamos y contamos chistes, lo cual es bueno también, pero a menudo significa que ya no podemos compartir experiencias personales y más profundas.

Un ejemplo.

### "No tengo ganas"

Daniel y Lorena están de vacaciones. Ella luce muy atractiva y simpática y Daniel la quiere mucho. Una tarde en que se han ido a pasear por esa callejuela apartada donde acostumbra besarse y acariciarse, Lorena no quiere detenerse allí: "No tengo ganas", dice.

"¿Qué significa que no tienes ganas?", pregunta Daniel. "¡Muchas veces yo hago cosas sin tener ganas de hacerlas! Además, yo si tengo ganas. ¡Vamos, Lorena!"

"No, Daniel, no me obligues. Realmente no tengo ganas". Daniel se sintió molesto y hasta un poco herido. Pero quería a Lorena. Ella era distinta de las

demás. Esto lo llevó a tomar la decisión de escucharla en lugar de presionarla. Siguieron caminando.

"¿Quieres hablar de esto?", preguntó él. Un largo silencio. "Problemas en casa", dijo ella. Otro silencio. Daniel no dijo nada, sólo la tomó de la mano. "Papá y mamá pelean mucho y eso me perturba. Tan sólo con entrar en casa ya me siento deprimida..."

Su voz se quebró a medida que hablaba. Habitualmente a Daniel no le gustaba ver llorar a nadie, pero en aquella ocasión se sintió tan compenetrado con los sentimientos de Lorena que los sentía como suyos. La rodeó con su brazo y le pareció algo muy natural.

"Me imagino lo dolida que estás...", le dijo.

Ella le contó la pelea entre sus padres el día anterior, cómo se habían insultado, amenazado y lanzado objetos; y lo aterradas que habían quedado su hermana menor y ella.

"Debe haber sido terrible para ti..."

Lorena nunca había experimentado antes esa faceta de Daniel. Lo veía dulce, amable, capaz de escuchar y compade-

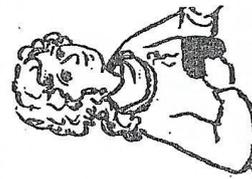
## TABLA 6 CÓMO ESCUCHAMOS

Saber escuchar es vital para ser asertivos porque es una forma importante de respetar a los demás. Tal vez las palabras de los ejemplos siguientes no son las que tú emplearías, pero di qué efecto tendrían en ti, a tu juicio, comentarios como éstos:

Observación	ESCUCHO MAL	ESCUCHO BIEN
Un/a amigo/a: - ¡La profesora de matemáticas me odia!	- Odia a todos. - Es una m... - Tú te lo imaginas...	Animo al otro a decir más, permitiéndole repetir algo de lo que le oído. - Te entiendo. Sin que la profesora se agarre de ti, ¡ya son un problema las matemáticas!
El papá: - Creo que no es una buena compañía para ti.	- ¡No te metas en mi vida! - ¡Yo elijo a mis amigos!	- No estás muy contento de que me junte con él...
Tú hermana: - Me gusta Martín.	- ¿Ese bicho raro? A nadie en su sano juicio... - No confío en él.	- ¿Ah, sí?... Háblame de él...

cucha de verdad lo hace también con los ojos. Puedes ver su interés y su preocupación: no te mira fijamente pero, por la forma en que lo hace, te das cuenta que te está dando toda su atención. (¡Qué mal te sienten cuando hablas con alguien que mira el piso, la pared, su reloj, o por la ventana!). El que escucha de verdad, generalmente te lo hace con todo su cuerpo. Se volteará y hasta se inclina hacia ti; y puedes observar que, a medida que se va interesando más en lo que le dices, estira sus brazos y piernas si es que los tenía cruzados.

Hay algo más que observar: el que sabe escucharte tarda en interrumpirte, hacer preguntas, bromear, darte consejos o consolar. Hay un tiempo para consolar, sin embargo, hay personas bien intencionadas que se precipitan a hacerlo demasiado pronto, en lugar de esperar y permitirte decir más.



Notarás que te escuchas con sus ojos.

A medida que progreses en el arte de escuchar, comenzarás a sentirte cómodo con el silencio. Siempre hay pausas de silencio cuando se sabe escuchar de verdad; aunque algunos no las resisten y se apresuren a llenarlas con palabras.

Después de un silencio, el que escucha casi siempre repite algo de lo que dijo el otro y con esto lo anima a hablar más.

Una forma útil de escuchar es también la de resumir eventualmente con tus propias palabras lo que dijo el otro para comprobar si lo has entendido.

### ¿Tienes que tirar tus cosas aquí?

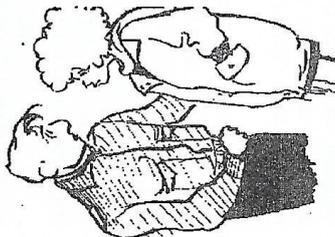
La idea de resumir lo que dijo el otro nos lleva a una forma especial de escuchar que resulta particularmente útil. Se llama escuchar activa o reflexivamente, porque no te limitas a escuchar pasivamente y en silencio, sino que eres activo al intentar reflejarle al otro lo que acabas de oír. Lo que importa es comprender cómo se siente el otro y reflejárselo resumiéndolo. Cuando tú verificas así si has acertado, el otro tiene la impresión de ser escuchado y comprendido.

Más vale dar un ejemplo:

cerse... Se sintió más libre de hablar y lo hizo con una confianza y apertura que nunca le había tenido antes. Por primera vez lo veía como un amigo, como alguien en quien se podía confiar y no sólo como un "enamorado".

**Descubrir a la persona**

Fue una nueva experiencia para Lorena, y una revelación para Daniel. El realmente no sabía que era capaz de escuchar así en lugar de reaccionar mal ante el malhumor de su chica. Pero lo conmovió la confianza de ella. Sería difícil describir cómo se sintió: para él fue una especie de privilegio descubrir cómo era Lorena en su desamparo. Había confiado en él. En ese momento su relación dio un salto cualitativo: ya no se fundaba sólo en la



"No me siento con ánimo".

atracción sexual. Lo que en realidad sucedió fue que Daniel y Lorena se encontraron como personas. Su relación había sido bastante superficial hasta entonces. Tal vez ése haya sido el momento crucial del "toma o déjalo". Al escuchar, Daniel abrió la posibilidad de una amistad más profunda. Ambos lograron conocerse y apreciarse el uno al otro como personas, como amigos más que como objetos sexuales. Los expertos en relaciones humanas nos aseguran que ésta es una etapa importante en la relación hombre-mujer. Al experimentar un nuevo y poderoso estímulo sexual, los adolescentes y los jóvenes se sienten fascinados por todo lo relacionado con el sexo: la piel, los pechos, el cabello, los labios, las piernas, el vestido, el trasero... La maduración implica una evolución desde la atracción como objetos sexuales, hasta la atracción de toda la persona. Esto mismo fue lo que comenzó a suceder entre Daniel y Lorena: el desarrollo de una real intimidad. Y, según parece, el escucharse fue la clave.

Muchas jóvenes parejas eligen el matrimonio o la convivencia por la atracción sexual. Esa atracción física es algo maravilloso y ellos naturalmente quieren que perdure. El mensaje de este capítulo es que esto es posi-

Alguien tenía que descifrarlo para que él mismo pudiera descubrir qué era en realidad lo que tanto lo molestaba.

¿No nos parecemos a él cuando tenemos sentimientos muy fuertes? Es algo así como sentimientos demasiado vulnerables, y es más fácil amargarse y enojarse.

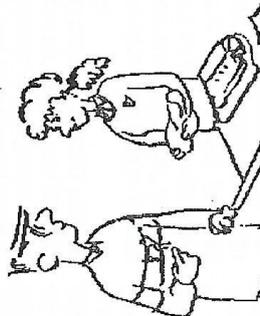
Sonia intuyó que en su hermano había más que el simple malhumor. Sin embargo no se apresuró a averiguarlo ya que, en este caso, él la habría rechazado y habría insistido en culpabilizarla a ella (por haber puesto cosas sobre su cama). Ella hizo varias intenciones hasta que él comenzó a abrirse. Ante su tosqueza y sus groserías lo habríamos mandado a rodar... pero también nosotros nos enojamos así cuando estamos enojados.

**Escuchar los sentimientos**

Lejos de enfrascarse en una pelea con su hermano, Sonia lo ayudó a hablar más. Y esto lo consiguió especialmente escuchándolo en modo de alcanzar sus verdaderos sentimientos, más allá de los que parecían expresar las palabras que decía. Ella siguió verificando si los había captado bien ("harto...", "dis-

gustado...", "molesto...", "dolido..."). Reflejar amablemente y con tus propias palabras lo que oyes, es esencial para escuchar activamente.

¿Cómo se logra este "reflejar"? Generalmente es preferible no hacer preguntas en casos como éste, puesto que las preguntas a veces pueden incluir algo de rechazo y hacen que el otro se cierre. Comienza mirándolo con interés y tratando de descubrir también los sentimientos que el otro no menciona en absoluto; luego comprueba si has acertado con un: "Te sientes... porque...". ("Te sientes deprimido porque tienes que estudiar demasiado para los exámenes...". "Te sientes enojado porque ella pasó de largo y no quiso hablar conti-



"Siempre hace bien desahogarse con alguien".

## *Test escucha*

### **Presentación:**

Buenos días participante, a continuación, tienen un conjunto de preguntas, donde no existen preguntas de respuesta verdaderas o falsas ya que están orientadas a identificar las habilidades escucha. Marque usted solo una respuesta que más se identifica con cada uno de ellos.

**Si:** afirma que estás de acuerdo con el enunciado

**No:** No estás de acuerdo con el enunciado.

N°	Ítems	Índices	
		si	No
1	¿Asisto a clase porque me motiva lo que el profesor enseña?		
2	¿Me lo paso bien aprendiendo lo que nos explica?		
3	¿Me molesta que mis compañeros hablen en clase y distraigan o interrumpen sus exposiciones?		
4	¿Puedo confiar en mi profesor, por su interés, coherencia y prestigio?		
5	¿Considero que el profesor se adapta, en modo suficiente, al nivel de sus alumnos?		
6	¿Me satisface su modo de enseñar, porque sus explicaciones tienen implicaciones inmediatas y actuales en mi vida personal y social?		
7	¿Establece mi profesor una relación personal con cada alumno?		
8	¿Está disponible o da facilidades para recibir alumnos?		
9	¿Sabe escuchar y no se molesta cuando le interrumpimos en clase?		
10	¿Se implica y da mucha importancia a su compromiso personal con los alumnos?		
11	¿Alguna vez al escucharle ha desaparecido en mí la desgana, apatía o indiferencia?		
12	¿Le escogería como una persona de reconocido prestigio, cuyos consejos pueden serme útiles?		

13	¿Ayuda a los alumnos que encuentran dificultades en comprender lo que explica?		
14	¿Se irrita e impacienta con demasiada facilidad?		
15	¿Me motivan sus clases a esforzarme por aprender?		
16	¿Se le puede consultar cualquier asunto personal, aunque nada tenga que ver con la materia que explica?		
17	¿Me he sentido afirmado y más seguro de mí mismo, después de hablar con él?		
18	¿Se atiene únicamente a la explicación del programa, como si fuese lo único que de verdad le importa?		
19	¿Comprendo que, cuando corrige, lo hace con suavidad y respeto, y casi siempre está puesto en razón?		
20	¿Sabe conciliar la exigencia con la comprensión, y la autoridad con la cercanía personal?		

Gracias

## **Test de Asertividad, Rathus**

**INSTRUCCIONES:** Lee cada ítem y señala con el código siguiente, hasta qué punto te describen o caracterizan cada una de las frases siguientes.

- +3 Muy característico de mí, extremadamente descriptivo.
- +2 Bastante característico de mí, bastante descriptivo.
- +1 Algo característico de mí, ligeramente descriptivo.
- 1 Algo no característico de mí, ligeramente no descriptivo.
- 2 Bastante poco característico de mí, no descriptivo.
- 3 Muy poco característico de mí, extremadamente no descriptivo.

**Lee detenidamente las siguientes afirmaciones y coloca su puntuación sobre la casilla situada a la derecha.**

Nº	Ítem	Respuesta
1	Mucha gente parece ser más agresiva que yo.	
2	He dudado en solicitar o aceptar citas por timidez.	
3	Cuando la comida que me han servido en un restaurante no está hecha a mi gusto me quejo al camarero/a.	
4	Me esfuerzo en evitar ofender los sentimientos de otras personas aun cuando me hayan molestado.	
5	Cuando un vendedor se ha molestado mucho mostrándome un producto que luego no me agrada, paso un mal rato al decir "no".	
6	Cuando me dicen que haga algo, insisto en saber por qué.	
7	Hay veces en que provoco abiertamente una discusión.	
8	Lucho, como la mayoría de la gente, por mantener mi posición	
9	En realidad, la gente se aprovecha con frecuencia de mí.	
10	Disfruto entablando conversación con conocidos y extraños.	
11	Con frecuencia no sé qué decir a personas atractivas del otro sexo.	
12	Rehúyo telefonar a instituciones y empresas	
13	En caso de solicitar un trabajo o la admisión en una institución preferiría escribir cartas a realizar entrevistas personales	
14	Me resulta embarazoso devolver un artículo comprado.	
15	Si un pariente cercano o respetable me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi disgusto.	
16	He evitado hacer preguntas por miedo a parecer tonto/a.	
17	Durante una discusión, con frecuencia temo alterarme tanto como para ponerme a temblar.	
18	Si un eminente conferenciante hiciera una afirmación que considero incorrecta, yo expondría públicamente mi punto de vista.	
19	Evito discutir sobre precios con dependientes o vendedores.	
20	Cuando he hecho algo importante o meritorio, trato de que los demás se enteren de ello.	
21	Soy abierto y franco en lo que respecta a mis sentimientos.	
22	Si alguien ha hablado mal de mí o me ha atribuido hechos falsos, o la busco cuanto antes para dejar las cosas claras.	

**Hoja de corrección**

Nombre	apellido	curso	fecha

**INSTRUCCIONES:**

A las siguientes preguntas hay que cambiarles el signo a negativo: 1, 2, 4, 5, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 23, 24, 26 y 30.

Suma las respuestas a todas las preguntas.

El resultado oscila entre  $-66$  y  $+66$ . La interpretación se lleva a cabo considerando que un signo positivo en la puntuación final significa un mayor asertividad y los valores absolutos indican la frecuencia de aparición de los comportamientos.

Número	Categoría	Puntuación
1	Definitivamente asertivo	45 a 66
2	Muy asertivo	23 a 44
3	Asertivo	12 a 22
4	Asertividad confrontativa	11 a -11
5	Inasertivo	-12 a -22
6	Muy inasertivo	-21 a -44
7	Definitivamente inasertivo	-45 a -66

**PROPUESTA DEL PROGRAMA**  
**“Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo”**

**I. DENOMINACIÓN**

Programa de Capacitación “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo” en los estudiantes del 1º Año de secundaria de la I.E.P Los Olivos en el Callao, 2017.

**II. DATOS INFORMATIVOS**

- 2.1. Ciudad : El Callao
- 2.2. Institución : I.E.P Los Olivos
- 2.3. Tipo de Gestión : Educativa- Privada
- 2.4. Turno : Diurno
- 2.5. Duración del Programa : 10 sesiones
- 2.6. Responsable del Cronograma : Pedro

**III. MARCO REFERENCIAL**

El Programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo”, es un programa de capacitación en la Escucha Activa y la Asertividad y está compuesta de 10 sesiones.

**IV. MARCO TELEOLÓGICO**

**1.1. OBJETIVOS**

**1.1.1. GENERAL**

Aplicar el Programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo en los estudiantes del 1º Año de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

**1.1.2. ESPECÍFICOS**

- a. Aplicar la sesión del Programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo” entrenando la escucha sin interrupciones en los estudiantes de del 1º Año de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.
- b. Aplicar la sesión del Programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo” entrenando la escucha con atención en los estudiantes de del 1º Año de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

- c. Aplicar la sesión del Programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo” entrenando la escucha siendo empático en los estudiantes del 1ºAño de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.
- d. Aplicar la sesión del Programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo” entrenando la escucha formulando preguntas de clarificación en los estudiantes del 1ºAño de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.
- e. Aplicar la sesión del Programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo” entrenando la Asertividad en la demostración de la disconformidad en los estudiantes del 1ºAño de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.
- f. Aplicar la sesión del Programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo” entrenando la Asertividad, en la manifestación de creencias y sentimientos en los estudiantes del 1ºAño de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.
- g. Aplicar la sesión del Programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo” entrenando la Asertividad, en la aplicación de la eficacia en los estudiantes del 1ºAño de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.
- h. Aplicar la sesión del Programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo” entrenando la Asertividad, en la interacción con organizaciones en los estudiantes del 1ºAño de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.
- i. Aplicar la sesión del Programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo” entrenando la Asertividad, en la expresión de opiniones en los estudiantes del 1ºAño de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

- j. Aplicar la sesión del Programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo” entrenando la Asertividad, la expresión de la negación en los estudiantes del 1ºAño de secundaria de la I.E.P. Los Olivos en el Callao, 2017.

## V. MARCO SUSTANTIVO

**5.1 Definición:** Programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo”, es un programa de entrenamiento en la Escucha Activa y la Asertividad y está compuesta de 10 sesiones, que buscan entrenar a los estudiantes en técnicas de escucha activa y técnicas de asertividad en la comunicación o diálogo con las personas de su entorno.

**5.2 Definición de Escucha Activa:** Es el esfuerzo de atención que realizamos al escuchar, tratando de comprender el contenido del mensaje que emite la persona, pero también su estado emocional y por tanto el contexto desde el que se está comunicando. Federico, Gan y Jaume, Triguiné; 2006, pág. (583)

Dimensiones:

Escuchar: “Es ante todo estar pendiente de quien habla. Estar pendiente es una conducta activa que lleva a estar colgado del otro y de lo que el otro dice”. Lorente, A; 2008, Pág. (8)

Atención:

Empatía

Hacer Pregunta

**5.3. Definición de Asertividad:** Es la capacidad para comunicar las propias convicciones y expresar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás. Federico, Gan y Jaume, Triguiné; 2006, pág. (576)

Dimensiones:

Demostrar disconformidad: capacidad para expresar molestia o desagrado ante situaciones de carácter público en las que existe la expectativa de satisfacer una necesidad planteada expresamente por la persona y que espera que sea atendida de una determinada manera. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

Manifestación de sentimientos y creencias: disposición para expresar de una forma clara, concisa y espontánea sentimientos, pensamientos y creencias que las personas pueden experimentar bajo ciertas circunstancias. También, comprende las respuestas motoras como la búsqueda y confrontación de personas involucradas. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

Eficacia: evaluación de la autoeficacia para manejar eventos. Es un juicio individual acerca de qué tan competente se puede ser en situaciones cotidianas de interacción social. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

Interacción con organizaciones: capacidad para interactuar en el ámbito organizacional (institucional o empresarial) en situaciones en las cuales debe hacer solicitudes o responder a demandas específicas. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

Expresión de opiniones: temor a expresar de forma pública lo que se opina, por miedo a la burla o al juicio social negativo. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

Decir no: capacidad para expresar negación, comentarios opuestos a los intereses de los otros o la enunciación del no ante peticiones que se consideran inadecuadas o irracionales. León, M. (2014) Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). Rev. Reflexiones. 93 (1). P. 160.

#### 5.4 Antecedentes de la investigación.

Revisando investigaciones hechas en el exterior y en el Perú, descubrimos que existen trabajos ya realizados sobre asertividad y sobre habilidad de escuchar.

Se darán pautas de cómo realizar una escucha activa, para que así lograr que los alumnos sean asertivos y puedan superar sus conflictos, así como las actitudes agresivas. Además, con la investigación se contribuirá a tener más material bibliográfico sobre el tema investigado.

La tesis de Verde (2015), Taller aprendiendo a convivir para el desarrollo de habilidades sociales en los alumnos del primer año de educación secundaria de la I.E. Víctor Raúl Haya de la Torre, El Porvenir, Trujillo.

La población estuvo conformada por 43 alumnos del Primer Grado de Educación Secundaria. Dicha población tiene entre 12 y 13 años de edad promedio, situación económica baja.

La muestra es de 21 alumnos, 10 varones, 11 mujeres, todos de la sección A. El diseño de investigación es pre-experimental donde se aplicó un pretest y un postest.

El instrumento de recolección de datos se denomina lista de chequeo de evaluación de habilidades sociales cuyo autor es Arnold Goldstein, el instrumento consta de 50 ítems.

En la conclusión, se señala que al comparar los niveles de pretest y postest se pudo verificar la efectividad del taller Aprendiendo a convivir para desarrollar habilidades sociales en los estudiantes del Primer Grado "A" de Educación Secundaria de la I.E. Víctor Raúl Haya de la Torre. Se recomienda incluir en la Escuela de Padres este taller para desarrollar habilidades sociales.

Al empezar a trabajar las habilidades sociales en el aula, se recomienda comenzar por las habilidades sociales básicas, así los alumnos desarrollarán luego las habilidades sociales avanzadas.

La tesis de Coromac (2014), Estrategias de asertividad como herramientas para la transformación de la situación de conflicto en el aula, Guatemala.

Población, se seleccionó 32 docentes, 19 femenino y 13 masculino, del mismo grupo étnico, el número de docentes antes mencionados constituyen la totalidad de la población.

Se utilizó como instrumento el cuestionario tipo Escala Likert. La investigación es cuantitativa, descriptiva.

De la investigación realizada se llegó a las conclusiones siguientes: El tono de voz adecuado es una de las herramientas de comunicación más importante en una situación de conflicto.

La escucha activa por parte de docentes ante una situación de conflicto es fundamental. Para poder afrontar y transformar un conflicto es necesario poder expresar sentimientos.

A través de los docentes, las estrategias de asertividad se multiplican a los estudiantes, quienes así podrán mediar conflictos entre pares con la utilización de las estrategias de asertividad se contribuye al ejercicio de la ciudadanía, a la convivencia pacífica y cultura de paz.

## 5.5 Bases teóricas

### 5.6 Marco conceptual

Programa “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo”, es un programa de entrenamiento en la Escucha Activa y la Asertividad y está compuesta de 10 sesiones, que buscan entrenar a los estudiantes en técnicas de escucha activa y técnicas de asertividad en la comunicación o diálogo con las personas de su entorno.

Las dimensiones del programa son:

- Escuchar sin interrumpir
- Estar Atento
- Empatía
- Preguntar para clarificar
- Demostrar disconformidad:
- Manifestación de sentimientos y creencias:
- Eficacia:
- Interacción con organizaciones:
- Expresión de opiniones:
- Decir no:





Base de datos

asertividad pre tes																						
	ase_1	ase_2	ase_3	ase_4	ase_5	ase_6	ase_7	ase_8	ase_9	ase_10	ase_11	ase_12	ase_13	ase_14	ase_15	ase_16	ase_17	ase_18	ase_19	ase_20	ase_21	ase_22
E_1	-1	-2	1	-3	-2	3	2	-2	0	-3	3	-1	-1	3	2	-3	3	0	3	-2	2	3
E_2	-3	3	2	3	3	-3	-2	1	-3	1	-1	1	-2	-2	2	2	3	3	-1	-2	-3	2
E_3	0	2	0	-3	3	-1	1	1	-2	2	1	0	-1	1	3	3	-2	3	-2	0	1	-1
E_4	3	3	-1	3	-2	2	-3	3	3	-3	-1	-1	3	-3	-1	3	-3	2	0	1	-1	-1
E_5	-2	-1	1	3	-1	0	1	0	-2	-3	2	0	-2	2	3	0	2	1	1	-1	3	-1
E_6	-1	-3	-2	2	3	-1	-1	-2	3	0	1	1	-2	1	-3	-1	-2	1	0	-1	0	2
E_7	-3	1	3	3	-3	2	-3	-3	-2	-1	1	3	-2	1	-1	-3	-2	1	0	2	-1	3
E_8	0	1	2	-2	-3	-1	1	1	0	2	-2	-3	1	1	-1	0	3	3	-3	-2	0	-2
E_9	-3	-2	-3	0	-2	-3	3	3	1	2	-3	2	-2	-1	2	1	0	3	2	-3	3	2
E_10	0	2	1	0	-3	3	1	2	-2	3	0	1	2	-3	0	2	0	2	-3	-3	-2	-1
E_11	1	-1	-2	-1	1	2	2	0	-2	-2	-1	2	3	3	-1	2	-1	1	-2	-3	0	-1
E_12	-3	-1	-2	1	-3	3	-2	1	0	-2	0	3	3	1	-2	-2	-3	2	1	3	0	3
E_13	1	2	-2	-2	0	-3	0	-3	2	-2	-3	0	-2	0	2	0	0	3	1	1	-3	-2
E_14	-1	0	3	-1	-3	1	3	1	3	3	0	-3	2	2	2	0	-2	2	3	2	2	-1
E_15	-3	3	-1	2	-1	2	2	-1	0	0	-3	3	1	3	1	2	1	0	3	-1	-3	2
E_16	-3	-3	-3	0	0	1	1	0	-3	-3	-1	-3	-3	1	1	3	3	-2	3	2	-1	-3
E_17	2	0	0	1	3	3	-1	-2	1	-3	1	1	-3	3	3	-1	-2	3	0	-3	3	2
E_18	2	1	-2	-3	1	3	-1	1	-3	-3	1	2	-3	-3	-2	1	-1	1	-3	-1	2	1
E_19	3	3	1	0	-3	-3	-2	-2	-3	1	-1	-2	3	3	3	-3	-2	2	0	0	3	0
E_20	0	1	1	-2	-2	-2	3	2	-2	-1	-1	0	2	-2	0	1	0	0	1	-1	1	0
E_21	3	0	3	2	-2	-2	1	0	3	0	0	0	-1	3	2	1	0	-1	0	1	-3	0
E_22	2	2	2	3	3	2	-3	2	-2	0	-3	1	-2	1	-2	3	2	1	-2	2	-2	3
E_23	2	2	2	-2	1	3	-3	-2	-1	1	-3	-2	-1	-2	1	-2	-1	-2	-2	-2	1	0
E_24	-3	3	-2	-3	1	3	1	0	1	-3	-3	0	1	2	3	-2	-3	2	1	1	3	2
E_25	2	-3	3	-3	1	2	-2	-2	3	-3	0	3	3	2	-2	-2	-1	-2	-3	1	-1	-3
E_26	0	-2	-1	0	-1	-2	-3	-2	-1	1	2	1	-1	-2	1	1	-1	-3	3	-3	3	0
E_27	3	1	0	3	-2	-2	0	1	2	-2	-2	1	-2	-1	3	-1	0	-1	-2	0	-3	-2
E_28	-1	-3	-3	1	-1	0	0	-3	1	0	1	1	-3	0	0	0	1	-3	0	3	-2	1
E_29	0	0	2	3	-3	3	-1	3	-2	0	2	2	-1	-2	0	0	-1	2	-2	-1	0	2
E_30	-3	-1	0	1	0	0	-2	0	3	-1	2	2	-1	3	-1	-2	-3	-2	2	1	2	0

asertividad post tes																						
	ase_1	ase_2	ase_3	ase_4	ase_5	ase_6	ase_7	ase_8	ase_9	ase_10	ase_11	ase_12	ase_13	ase_14	ase_15	ase_16	ase_17	ase_18	ase_19	ase_20	ase_21	ase_22
E_1	3	-2	1	2	1	3	2	3	0	3	3	-1	-1	3	2	3	3	0	3	-2	2	3
E_2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	-1	1	-2	-2	2	2	3	3	-1	-2	-3	2
E_3	3	1	3	1	3	3	1	3	1	3	2	3	0	3	3	3	3	3	-2	0	1	-1
E_4	3	3	3	2	-2	3	3	3	2	-3	-1	-1	3	-3	3	1	3	1	0	1	-1	-1
E_5	2	2	2	3	1	2	2	2	3	3	3	-1	-2	2	3	3	3	2	1	-1	3	-1
E_6	2	2	2	2	-2	2	2	2	2	2	3	0	3	3	2	2	2	3	0	-1	0	2
E_7	3	3	3	3	-2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	0	2	-1	3
E_8	0	1	2	-2	-3	-1	1	1	0	3	1	3	1	1	3	3	3	3	-3	-2	0	-2
E_9	-2	1	2	1	3	2	3	0	3	3	3	3	2	-1	2	1	0	3	2	-3	3	2
E_10	3	3	3	3	-3	3	1	2	-2	2	2	2	3	-3	0	2	0	2	-3	-3	-2	-1
E_11	3	1	3	1	1	2	2	0	-2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	-3	0	-1
E_12	3	3	3	2	3	2	3	0	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	1	-1	3	-1
E_13	2	2	2	3	2	1	3	2	3	1	3	1	-1	0	2	3	3	3	2	1	-3	-2
E_14	2	2	2	2	-3	1	3	1	3	3	3	2	1	3	2	2	2	2	3	-1	2	-1
E_15	3	3	3	3	-1	2	2	-1	2	2	2	3	1	3	1	2	2	2	2	-1	-3	2
E_16	-2	1	2	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	-1	-3
E_17	2	0	0	1	3	1	3	1	3	3	3	3	3	0	3	3	-1	3	0	-3	3	2
E_18	3	3	3	3	3	3	3	2	3	0	3	-2	1	2	1	3	2	3	0	3	3	-1
E_19	3	1	3	1	2	2	2	3	-2	1	2	1	3	2	3	3	3	3	-1	-1	3	-1
E_20	3	3	3	2	2	2	2	2	3	0	3	3	-1	-2	3	1	3	1	1	-1	1	0
E_21	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	0	3	3	-1	3	3	3	2	0	1	-3	0
E_22	2	2	2	2	3	-2	1	2	3	3	3	3	0	3	2	2	2	3	-2	2	-2	3
E_23	3	3	3	3	1	3	-2	1	3	1	3	1	1	2	2	2	2	2	0	3	3	-1
E_24	3	3	3	3	1	3	1	0	3	3	3	2	1	2	3	3	3	3	1	1	3	2
E_25	2	-3	3	-3	1	2	-2	1	2	2	2	3	3	0	3	3	-1	3	0	3	3	-1
E_26	0	-2	1	2	1	3	2	3	2	2	2	2	-1	-2	1	1	-1	-3	3	-3	3	0
E_27	3	1	0	3	-2	1	2	1	3	3	3	3	3	3	-1	0	3	3	-1	0	-3	-2
E_28	-2	1	2	1	3	2	3	0	3	3	-1	1	-3	0	0	1	-3	0	3	-2	1	1
E_29	0	0	2	3	-2	1	2	1	3	2	3	-2	1	2	1	3	2	3	0	3	3	-1
E_30	-3	-2	1	2	1	3	2	3	0	3	3	-1	-1	3	-1	-2	-3	-2	2	1	2	0

ESCUCHA ACTIVA PRE																				
	es_1	es_2	es_3	es_4	es_5	es_6	es_7	es_8	es_9	es_10	es_11	es_12	es_13	es_14	es_15	es_16	es_17	es_18	es_19	es_20
E_1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1
E_2	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0
E_3	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0
E_4	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1
E_5	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1
E_6	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0
E_7	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1
E_8	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1
E_9	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1
E_10	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1
E_11	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1
E_12	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1
E_13	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0
E_14	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0
E_15	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0
E_16	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1
E_17	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1
E_18	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1
E_19	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
E_20	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0
E_21	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1
E_22	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0
E_23	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1
E_24	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0
E_25	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0
E_26	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1
E_27	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1
E_28	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1
E_29	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1
E_30	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0

ESCUCHA ACTIVA POST																				
	es_1	es_2	es_3	es_4	es_5	es_6	es_7	es_8	es_9	es_10	es_11	es_12	es_13	es_14	es_15	es_16	es_17	es_18	es_19	es_20
E_1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
E_2	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
E_3	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0
E_4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0
E_5	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1
E_6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
E_7	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0
E_8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
E_9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0
E_10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
E_11	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
E_12	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0
E_13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
E_14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0
E_15	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0
E_16	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
E_17	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
E_18	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1
E_19	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0
E_20	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1
E_21	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1
E_22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
E_23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0
E_24	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
E_25	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
E_26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0
E_27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
E_28	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
E_29	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
E_30	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0

## Alumnos del 1° Año de Secundaria

SEXO		TOTAL de alumnos
Femenino	Masculino	
14	16	30

Fuente: Secretaria I.E.P. Los Olivos, Callao.

**VII. MARCO ADMINISTRATIVO****8.1. Humanos:**

- ✓ Estudiantes
- ✓ Docentes
- ✓ Investigadora

**8.2. Servicios:**

- ✓ Fotocopias (1,000 copias)
- ✓ Internet (200 horas)
- ✓ Impresiones (100 hojas)
- ✓ Anillados (01)
- ✓ Refrigerio (10 veces)

**1.3.****Materiales:**

- ✓ Test
- ✓ Material de oficina
- ✓ Millar de papel bond
- ✓ Sesenta lapiceros
- ✓ Sesenta lápices
- ✓ Sesenta borradores
- ✓ 6 resaltadores
- ✓ Plumones
- ✓ Papel de colores
- ✓ 100 Papelotes
- ✓ Radio

**VIII. MARCO EVALUATIVO**

**Inicio:** aplicación del pre-test; para que se lleve a cabo hay que efectuar una planificación adecuada de las diferentes dimensiones integrando dentro de ellos la realización del pre test.

**Proceso:** desarrollo de unidades y actividades programadas.

**Salida:** aplicación del post-test.; Con la finalidad de medir la influencia del programa se utilizará un cuestionario de preguntas con respecto a las Variables a medir, se desarrolla así dos pruebas aplicadas antes y después llamadas pre test y pos test.

**IX. IMPLEMENTACIÓN DEL PROGRAMA “Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo”**

**SESIÓN N° 1  
ESCUCHAR SIN INTERRUMPIR**

**I. DATOS INFORMATIVOS:**

<b>1.1 Unidad N° 1</b>	: Fecha de Ejecución
<b>Inicio</b>	: 05/05/2017
<b>Final</b>	: 05/05/2017
<b>1.2 Tiempo</b>	: 45 minutos
<b>1.3 Institución</b>	: I.E. Los Olivos en el Callao
<b>1.4 Docente Responsable</b>	: Investigador
<b>1.5 Año Lectivo</b>	: 2017

**II. CONTENIDOS BÁSICOS:**

La Escucha Activa: El Escuchar sin interrumpir

**III. APRENDIZAJE ESPERADO:**

Reflexiona sobre la importancia de la Escucha activa: Escuchar sin interrumpir, como elemento importante en la comunicación y dialogo entre los estudiantes.

**IV. TEMA TRANSVERSAL:**

Educación para el manejo de la técnica de la escucha activa en su entorno cotidiano.

**V. DESARROLLO:**

Situaciones de Aprendizaje	Estrategias	Recursos	Tiempo
<b>Inicio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Presentación y Bienvenida</li> <li>✓ Dinámica de integración y rompe Hielo</li> <li>✓ Presentación de técnicas y estrategias para una escucha activa (Doc. 1)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recurso Verbal</li> </ul>	45 minutos
<b>Proceso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Representación de casos ( lectura o audio) (Doc.2)</li> <li>✓ Análisis de la experiencia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Papeles</li> <li>- Lapiceros</li> </ul>	
<b>Salida</b>	<p>Interiorización:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Los participantes reflexionan de la importancia de la práctica de escuchar sin interrumpir, lo comentan en dialogo abierto.</li> <li>✓ Los participantes escriben un compromiso de práctica constante de la técnica de saber escuchar</li> </ul> <p>Extensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica de escucha activa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plumones</li> <li>- Pizarra</li> <li>- Uso separata</li> <li>- Cartulinas de colores</li> <li>- Hojas impresas</li> </ul>	

#### VI. EVALUACIÓN:

Capacidad del Área	Indicadores	Instrumentos
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Los estudiantes reconocerán la importancia de la práctica de escuchar sin interrumpir.</li> <li>✓ Los estudiantes practican la escucha sin interrumpir al otro en el dialogo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Escuchan todo un dialogo sin interrumpir.</li> <li>✓ Manifiestan la importancia para el otro, el no ser interrumpido y permitirle culminar con su dialogo.</li> </ul>	Reflexión escrita

### Pautas a considerar para una escucha activa

- ⚡ Observa el interés y la emoción con que menciona su mensaje el quien habla.
- ⚡ Permite que culmine su mensaje quien habla
- ⚡ Respira y mantente calmado mientras el otro habla.

¡Vamos tu Puedes ¡



### Representación de casos

#### Caso 1

*Mamá: Es muy tarde y Sandra no vuelve. Me pregunto dónde estará ahora.*

*César: No es la primera vez que tarda ¡y tú tan preocupada!*

*Mamá: Pero nunca tardó tanto.*

*César: ¡No te desesperes!... ¡qué le puede pasar!*

*Mamá: Para ti es fácil decirlo, pero ¡yo soy su mamá y tengo que cuidarla!*



*César: Y yo soy su hermano y sé que ella sabe cuidarse a sí misma. ¿Quieres dejar de preocuparte?*

**FICHA REFLEXIVA y DE COMPROMISO**

 <p align="center"><b>Preguntas</b></p>	Alternativas	
	Sí	No
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Observas el interés y la emoción con que menciona su mensaje el quien habla</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Permite que culmine su mensaje quien habla</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Respira y mantente calmado mientras el otro habla.</li> </ul>		
<b>COMPROMISO PERSONAL</b>		

**SESIÓN N° 2  
ESTAR ATENTO**

**I. DATOS INFORMATIVOS:**

- 1.1 Unidad N° 1 : Fecha de Ejecución  
 Inicio : 06/05/2017  
 Final : 06/05/2017
- 1.2 Tiempo : 45 minutos
- 1.3 Institución : I.E. Los Olivos en el Callao
- 1.4 Docente Responsable : Investigador
- 1.5 Año Lectivo : 2017

**II. CONTENIDOS BÁSICOS:**

La Escucha Activa: Estar Atento

**III. APRENDIZAJE ESPERADO:**

Reflexiona sobre la importancia de la Escucha activa: Estar Atento del quien habla y del contenido de su mensaje.

**IV. TEMA TRANSVERSAL:**

Educación para el manejo de la técnica de la escucha activa en su entorno cotidiano.

**V. DESARROLLO:**

Situaciones de Aprendizaje	Estrategias	Recursos	Tiempo
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Presentación y Bienvenida</li> <li>✓ Dinámica de integración</li> <li>✓ Recuento de lo aprendido en la sesión anterior</li> <li>✓ Presentación de técnicas y estrategias para estar atento al dialogo. ( Doc. 6)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recurso Verbal</li> <li>- Papeles</li> <li>- Lapiceros</li> <li>- Material impreso</li> </ul>	45 minutos
Proceso	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Representación de caso ( dialogo y audio) (Doc. 7)</li> <li>✓ Análisis de la experiencia de estar atento al mensaje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plumones</li> </ul>	

<p style="text-align: center;"><b>Salida</b></p>	<p>a pesar de la interrupción del ruido del entorno.</p> <p><b>Interiorización:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Los participantes reflexionan de la importancia de la práctica de escuchar sin interrumpir, lo comentan en dialogo abierto.</li> <li>✓ Los participantes escriben un compromiso de práctica constante de la técnica de saber escuchar</li> </ul> <p><b>Extensión:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de la atención.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pizarra</li> <li>- Radio/ música</li> <li>- Uso separata</li> <li>- Cartulinas de colores</li> <li>- Hojas impresas</li> </ul>	
--	--	---	--

**VI. EVALUACIÓN:**

Capacidad del Área	Indicadores	Instrumentos
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ El estudiante presta atención al contenido del dialogo transmitido, mirando al otro.</li> <li>✓ El Estudiante reconoce la importancia para el otro de sentirse escuchado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Entiende el mensaje transmitido por quien habla a pesar de los ruidos o distractores.</li> <li>✓ Manifiesta la necesidad del quien habla de sentirse escuchado.</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Reflexión escrita</p>

## DOCUMENTO 6

**Pautas a considerar para una escucha activa****Estar Atento**

- ✚ *Despejas tu mente libre de pensamientos, ajenos al dialogo*
- ✚ *Te concentras al escuchar la voz, la palabra y el mensaje del quién habla*
- ✚ *Miras a los ojos del quién habla*

**¡Vamos tu Puedes!**

***Representación de caso (dialogo entre parejas y audio)***

- ✚ *Los participantes se cuentan uno al otro (en parejas), respecto a un evento que recuerden haberles generado mucha emoción.*
- ✚ *Se presenta un audio de música en volumen moderado que interfiere con la comunicación.*
- ✚ *Los participantes manifiestan si lograron entender el mensaje.*

### FICHA REFLEXIVA y DE COMPROMISO

 <p style="text-align: center;"><b>Preguntas</b></p>	Alternativas	
	Sí	No
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Despejas tu mente libre de pensamientos, ajenos al dialogo</li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Te concentras al escuchar la voz, la palabra y el mensaje del quién habla</li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Miras a los ojos del quién habla</li> </ul>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>COMPROMISO PERSONAL</b>		

SESIÓN N° 3  
EMPATÍA

**VII. DATOS INFORMATIVOS:**

1.1 Unidad N° 1	: Fecha de Ejecución
Inicio	: 05/05/2017
Final	: 05/05/2017
7.2 Tiempo	: 45 minutos
7.3 Institución	: I.E. Los Olivos en el Callao
7.4 Docente Responsable	: Investigador
7.5 Año Lectivo	: 2017

**VIII. CONTENIDOS BÁSICOS:**

La Escucha Activa: Empatía

**IX. APRENDIZAJE ESPERADO:**

Reflexiona sobre la importancia de la Escucha activa: Ser Empático con el que habla

**X. TEMA TRANSVERSAL:**

Educación para el manejo de la técnica de la escucha activa en su entorno cotidiano.

**XI. DESARROLLO:**

Situaciones de Aprendizaje	Estrategias	Recursos	Tiempo
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida</li> <li>✓ Dinámica de integración</li> <li>✓ Recuento de lo aprendido en la sesión anterior</li> <li>✓ Presentación de técnicas y estrategias para ser empáticos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recurso Verbal</li> <li>- Papeles</li> <li>- Lapiceros</li> <li>- Material impreso</li> <li>- Plumones</li> </ul>	45 minutos

Proceso	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Representación de caso ( diálogo y audio) (Doc. 7)</li> <li>✓ Análisis de la experiencia de identificar emociones, y sentimientos y pensamientos en quien habla.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pizarra</li> <li>- Radio/ música</li> <li>- Uso separata</li> <li>- Cartulinas de colores</li> <li>- Hojas impresas</li> </ul>	
Salida	<p><b>Interiorización:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Los participantes reflexionan sobre las emociones, pensamientos que transmite el que habla.</li> <li>✓ Los participantes escriben un compromiso de práctica constante de la empatía al escuchar al que habla.</li> </ul> <p><b>Extensión:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de la empatía.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Poema escrito o narrado en audio</li> </ul>	

**XII. EVALUACIÓN:**

Capacidad del Área	Indicadores	Instrumentos
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ El estudiante identifica la emoción, sentimiento y/o pensamiento con la que el otro dialoga.</li> <li>✓ El estudiante percibe y entiende lo que le sucede al que habla.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Manifiesta como se siente el que habla.</li> <li>✓ Comprende lo que le sucede al que habla.</li> </ul>	<p>Reflexión escrita</p>

#### **Pautas a considerar para ser empático**

- ✚ *Observa el comportamiento del quien habla (su lenguaje corporal, su lenguaje verbal, su tono de voz y sus expresiones faciales)*
- ✚ *Descubre los sentimientos o emociones del quine habla y compréndelas.*
- ✚ *Entiende lo que está viviendo, pensando y sintiendo e inténtalas sentir las tú también.*

**¡Vamos tu Puedes ¡**

#### **Representación de caso (lectura o audio de un poema)**

- ✚ *Los estudiantes oyen o leen un poema o historia emotiva corta.*
- ✚ *Identifican las emociones, pensamientos y situaciones que vive el autor o el personaje*
- ✚ *Manifiesta como se siente el personaje o autor e intenta sentir lo que vive el que habla.*

**FICHA REFLEXIVA y DE COMPROMISO**

 <p align="center"><b>Preguntas</b></p>	<b>Alternativas</b>	
	<b>Sí</b>	<b>No</b>
Observas el comportamiento de quien habla (su lenguaje corporal, su lenguaje verbal, su tono de voz y sus expresiones faciales)		
Descubres lo que siente (sentimientos o emociones) quien te habla.		
Entiende lo que vive, piensa y siente quien te habla e intentas sentirlos también.		
<b>COMPROMISO PERSONAL</b>		

**SESIÓN N° 4**  
**PREGUNTAR PARA CLARIFICAR**

**I. DATOS INFORMATIVOS:**

- 1.1 Unidad N° 1 : Fecha de Ejecución  
 Inicio : 05/05/2017  
 Final : 05/05/2017
- 1.2 Tiempo : 45 minutos
- 1.3 Institución : I.E. Los Olivos en el Callao
- 1.4 Docente Responsable : Investigador
- 1.5 Año Lectivo : 2017

**II. CONTENIDOS BÁSICOS:**

La Escucha Activa: Preguntar para clarificar

**III. APRENDIZAJE ESPERADO:**

Reflexiona sobre la importancia de la Escucha activa: Pregunta para clarificar el contenido del mensaje de quien habla

**IV. TEMA TRANSVERSAL:**

Educación para el manejo de la técnica de la escucha activa en su entorno cotidiano.

**V. DESARROLLO:**

Situaciones de Aprendizaje	Estrategias	Recursos	Tiempo
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida</li> <li>✓ Dinámica de integración</li> <li>✓ Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> <li>✓ Presentación de técnicas y estrategias para preguntar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recurso Verbal</li> <li>- Papeles</li> <li>- Lapiceros</li> <li>- Material impreso</li> </ul>	45 minutos
Proceso	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Representación de casos (lectura o audio)</li> <li>✓ Análisis de la experiencia</li> </ul> <p><b>Interiorización:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plumones</li> </ul>	

<b>Salida</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reflexión de la importancia de la práctica de estar atento</li> <li>✓ Compromiso de práctica constante.</li> </ul> <p>Extensión:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica para preguntar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pizarra</li> <li>- Radio/ música</li> <li>- Uso separata</li> <li>- Cartulinas de colores</li> <li>- Hojas impresas</li> </ul>	
---------------	--	---	--

**I. EVALUACIÓN:**

Capacidad del Área	Indicadores	Instrumentos
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ El estudiante identifica los momentos en el que puede formular las preguntas de clarificación y palabras que enfatizan su escucha como: Hume , Ha.</li> <li>✓ El estudiante identifica las palabras y formas de formular una pregunta en el dialogo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Identifican momentos adecuados para formular una pregunta</li> <li>✓ Plantea preguntas sin interrumpir al que habla.</li> </ul>	<p><b>Reflexión escrita</b></p>

**Pautas a considerar para hacer preguntas clarificadoras**

- ✚ *Escucha con atención al que habla.*
- ✚ *Espera el espacio en el que el que habla permanece callado momentáneamente..*
- ✚ *Identifica algunas dudas respecto al mensaje recibido.*
- ✚ *Formula la pregunta clarificadora dando un preámbulo de lo manifestado por el que habla.*

**¡Vamos tu Puedes!**

**Representación de caso (diálogo entre parejas)**

- ✚ *Los estudiantes dialogan sobre una actividad próxima a desarrollarse en la I.E.*
- ✚ *Los estudiantes identifican los momentos en el que se detienen el que habla.*
- ✚ *Los estudiantes identifican las dudas que tiene del mensaje recibido*
- ✚ *Los estudiantes formulan la pregunta sin carga de emociones, ni prisa.*

**FICHA REFLEXIVA y DE COMPROMISO**

 <p align="center"><b>Preguntas</b></p>	Alternativas	
	Sí	No
Escucha con atención al que habla.		
Espera el espacio en el que el que habla permanece callado momentáneamente.		
Identifica algunas dudas respecto al mensaje recibido.		
Formula la pregunta clarificadora dando un preámbulo de lo manifestado por el que habla		
<b>COMPROMISO PERSONAL</b>		

**SESIÓN N° 5**  
**DEMOSTRAR DISCONFORMIDAD**

**I. DATOS INFORMATIVOS:**

- 1.1 Unidad N° 1** : Fecha de Ejecución  
**Inicio** : 09/05/2017  
**Final** : 09/05/2017
- a. Tiempo** : 45 minutos  
**b. Institución** : I.E. Los Olivos en el Callao  
**c. Docente Responsable** : Investigador  
**d. Año Lectivo** : 2017

**II. CONTENIDOS BÁSICOS:**

La Asertividad: Demostrar la disconformidad

**III. APRENDIZAJE ESPERADO:**

Reflexiona sobre la importancia de la Asertividad: Demostrar la disconformidad que uno siente, expresándolo verbalmente.

**IV. TEMA TRANSVERSAL:**

Educación para el manejo de la técnica de la Asertividad en su entorno cotidiano.

**V. DESARROLLO:**

Situaciones de Aprendizaje	Estrategias	Recursos	Tiempo
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida</li> <li>✓ Dinámica de integración</li> <li>✓ Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> <li>✓ Presentación de técnicas y estrategias para expresar la disconformidad que uno siente y expresarlo verbalmente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recurso Verbal</li> <li>- Papeles</li> <li>- Lapiceros</li> <li>- Material impreso</li> </ul>	45 minutos
Proceso	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Representación de caso (lectura o audio)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plumones</li> </ul>	

Salida	✓ Análisis de la experiencia  <b>Interiorización:</b> ✓ Reflexión de la importancia de la práctica de la expresión de la disconformidad ✓ Compromiso de práctica constante.	- Pizarra  - Radio/ música - Uso separata - Cartulinas de colores - Hojas impresas	
	<b>Extensión:</b> ✓ Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica de demostrar disconformidad.		

**I. EVALUACIÓN:**

Capacidad del Área	Indicadores	Instrumentos
✓ El estudiante expresa su molestia o incomodidad ante situaciones de desagrado.	✓ Expresa al otro su disconformidad sin carga afectiva emocional.	Reflexión escrita

**Pautas a considerar para expresar la disconformidad que uno siente**

- # Evitar hablar de manera personal
- # Evitar despreciar o criticar las creencias u opiniones de otras personas
- # Comunicar en 1ª persona como uno se siente, piensa y quiere las cosas
- # Escucha el punto de vista del otro
- # Mantén la calma y se razonable
- # Escucha el punto de vista del otro y luego repite lo que menciona y sobre ello expresa tu opinión.

**Representando un caso**

- # Los estudiantes en grupos de dos debatirán un tema que genera discrepancia de opiniones.
- # Se mantendrán calmados y aplicaran las pautas sugeridas para expresar la disconformidad uno del otro

**FICHA REFLEXIVA y DE COMPROMISO**

 <p align="center"><b>Preguntas</b></p>	<b>Alternativas</b>	
	<b>Sí</b>	<b>No</b>
<b>Evitar hablar de manera personal</b>		
Evitar despreciar o criticar las creencias u opiniones de otras personas		
Comunicar en 1ª persona como uno se siente, piensa y quiere las cosas		
Escucha el punto de vista del otro		
Mantén la calma y se razonable		
Escucha el punto de vista del otro y luego repite lo que menciona y sobre ello expresa tu opinión.		
<b>COMPROMISO PERSONAL</b>		

**SESIÓN N° 6**  
**MANIFESTACION DE SENTIMIENTOS Y CREENCIAS**

**I. DATOS INFORMATIVOS:**

- 1.1 Unidad N° 1 : Fecha de Ejecución  
 Inicio : 05/05/2017  
 Final : 05/05/2017
- 1.2 Tiempo : 45 minutos
- 1.3 Institución : I.E. Los Olivos en el Callao
- 1.4 Docente Responsable : Investigador
- 1.5 Año Lectivo : 2017

**II. CONTENIDOS BÁSICOS:**

La Asertividad: Manifestación de sentimientos y creencias

**III. APRENDIZAJE ESPERADO:**

Reflexiona sobre la importancia de la Asertividad: Manifestar los sentimientos y creencias.

**IV. TEMA TRANSVERSAL:**

Educación para el manejo de la técnica de la Asertividad en su entorno cotidiano.

**V. DESARROLLO:**

Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica de estar atento.

Situaciones de Aprendizaje	Estrategias	Recursos	Tiempo
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida</li> <li>✓ Dinámica de integración</li> <li>✓ Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> <li>✓ Presentación de técnicas y estrategias para manifestar las creencias y los sentimientos en el dialogo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recurso Verbal</li> <li>- Papeles</li> <li>- Lapiceros</li> <li>- Material impreso</li> <li>- Plumones</li> </ul>	45 minutos

Proceso	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Representación de casos (lectura o audio)</li> <li>✓ Análisis de la experiencia</li> </ul>	- Pizarra	
Salida	<p><b>Interiorización:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reflexión de la importancia de la práctica de manifestar las creencias y los sentimientos en el dialogo.</li> <li>✓ Compromiso de práctica constante.</li> </ul> <p><b>Extensión:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de estrategias de manifestación de creencias y sentimientos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Radio/ música</li> <li>- Uso separata</li> <li>- Cartulinas de colores</li> <li>- Hojas impresas</li> </ul>	

**I. EVALUACIÓN:**

Capacidad del Área	Indicadores	Instrumentos
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ El estudiante expresa en el dialogo sus creencias, pensamientos y sentimientos de manera clara</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Manifiesta en el dialogo como se siente, que piensa y lo que cree estando sereno y calmado.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Reflexión escrita</b></p>

***Pautas para manifestar las creencias y sentimientos***

- ✦ **Hablar concretamente de la conducta que le ha disgustado y no de la persona**
- ✦ **Exprésese de manera concreta y específica**
- ✦ **Hablar en primera persona respecto a su creencia y sentimientos**

***Representación de un caso***

- ✦ ***Los estudiantes en parejas dramatizan el dialogo de dos personas disgustadas por un motivo***
- ✦ ***Los estudiantes siguen las pautas para expresar sus pensamientos y creencias de manera calmada y precisa, respetando a la persona y solo centrándose en el dialogo respecto a la conducta que genera el disgusto.***

**FICHA REFLEXIVA y DE COMPROMISO**

 <p align="center"><b>Preguntas</b></p>	Alternativas	
	Sí	No
Habla concretamente de la conducta que le ha disgustado y no de la persona		
Expresa de manera concreta y específica su sentimiento, creencia o situación de disgusto		
Hablar en primera persona respecto a su creencia y sentimientos		
<b>COMPROMISO PERSONAL</b>		

**SESIÓN N° 7**  
**EFICACIA**

**I. DATOS INFORMATIVOS:**

- 1.1 Unidad N° 1 : Fecha de Ejecución  
 Inicio : 05/05/2017  
 Final : 05/05/2017  
 1.2Tiempo : 45 minutos  
 1.3Institución : I.E. Los Olivos en el Callao  
 1.4Docente Responsable : Investigador  
 1.5 Año Lectivo : 2017

**II. CONTENIDOS BÁSICOS:**

La Asertividad: La Eficacia

**III. APRENDIZAJE ESPERADO:**

Reflexiona sobre la importancia de la Asertividad: Actuar con eficacia.

**IV. TEMA TRANSVERSAL:**

Educación para el manejo de la técnica de la Asertividad en su entorno cotidiano.

**V. DESARROLLO:**

Situaciones de Aprendizaje	Estrategias	Recursos	Tiempo
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida</li> <li>✓ Dinámica de integración</li> <li>✓ Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> <li>✓ Presentación de técnicas y estrategias para actuar con eficacia.</li> <li>✓ Representación de casos (lectura o audio)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recurso Verbal</li> <li>- Papeles</li> <li>- Lapiceros</li> <li>- Material impreso</li> </ul>	45 minutos
Proceso	<p>Interiorización:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reflexión de la importancia de la práctica de actuar con eficacia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plumones</li> <li>- Pizarra</li> </ul>	

<b>Salida</b>	<p>✓ <b>Compromiso de práctica constante.</b></p> <p><b>Extensión:</b></p> <p>✓ <b>Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica de actuar con eficacia</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Radio/ música</b></li> <li>- <b>Uso separata</b></li> <li>- <b>Cartulinas de colores</b></li> <li>- <b>Hojas impresas</b></li> </ul>	
---------------	--	--	--

**VI. EVALUACIÓN:**

<b>Capacidad del Área</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Instrumentos</b>
✓ <b>El estudiante dirige eventos de su entorno con eficacia.</b>	-✓ <b>Dirige eventos con eficacia.</b>	<b>Reflexión escrita</b>

***Pautas para manifestar las creencias y sentimientos***

- ✚ Hablar concretamente de la conducta que le ha disgustado y no de la persona
- ✚ Exprese de manera concreta y específica
- ✚ Hablar en primera persona respecto a su creencia y sentimientos

***¡Vamos tu Puedes!***

***Pautas para manifestar las creencias y sentimientos***

- ✚ Hablar concretamente de la conducta que le ha disgustado y no de la persona
- ✚ Exprese de manera concreta y específica
- ✚ Hablar en primera persona respecto a su creencia y sentimientos

***¡Vamos tu Puedes!***

**FICHA REFLEXIVA y DE COMPROMISO**

 <p><b>Preguntas</b></p>	Alternativas	
	Sí	No
Evitar hablar de manera personal		
Evitar despreciar o criticar las creencias u opiniones de otras personas		
Comunicar en 1ª persona como uno se siente, piensa y quiere las cosas		
Escucha el punto de vista del otro		
Mantén la calma y se razonable		
Escucha el punto de vista del otro y luego repite lo que menciona y sobre ello expresa tu opinión.		
<b>COMPROMISO PERSONAL</b>		

**SESIÓN N° 8**  
**INTERACCIÓN CON ORGANIZACIONES**

**I. DATOS INFORMATIVOS:**

- 1.1 Unidad N° 1** : Fecha de Ejecución  
**Inicio** : 12/05/2017  
**Final** : 12/05/2017
- a. Tiempo** : 45 minutos  
**b. Institución** : I.E. Los Olivos en el Callao  
**c. Docente Responsable** : Investigador  
**d. Año Lectivo** : 2017

**II. CONTENIDOS BÁSICOS:**

La Asertividad: Interacción con Organizaciones

**III. APRENDIZAJE ESPERADO:**

Reflexiona sobre la importancia de la Asertividad: Interactuar con organizaciones.

**IV. TEMA TRANSVERSAL:**

Educación para el manejo de la técnica de la Asertividad en su entorno cotidiano.

**V. DESARROLLO:**

Situaciones de Aprendizaje	Estrategias	Recursos	Tiempo
<b>Inicio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida</li> <li>✓ Dinámica de integración</li> <li>✓ Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> <li>✓ Presentación de técnicas y estrategias para interactuar con organizaciones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recurso Verbal</li> <li>- Papeles</li> <li>- Lapiceros</li> </ul>	45 minutos
<b>Proceso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Representación de casos (lectura o audio)</li> <li>✓ Análisis de la experiencia</li> </ul> <p>Interiorización:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reflexión de la importancia de la práctica de interactuar con organizaciones</li> <li>✓ Compromiso de práctica constante.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material impreso</li> <li>- Plumones</li> <li>- Pizarra</li> </ul>	

<b>Salida</b>	Extensión: ✓ Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica de interactuar con organizaciones.	- Radio/ música - Uso separata - Cartulinas de colores - Hojas impresas	
---------------	---	--	--

**VI. EVALUACIÓN:**

Capacidad del Área	Indicadores	Instrumentos
✓ El estudiante entabla dialogos con representantes de instituciones educativas o empresariales.	✓ Dialoga con autoridades representantes de instituciones educativas o empresariales con emociones con seguridad de lo que expresa y sin carga emocional.	<b>Reflexión escrita</b>

***Pautas para manifestar las creencias y sentimientos***

- # **Apreciar y respetar las diferencias individuales y grupales**
- # **Ser coherente entre el lenguaje verbal y no verbal**
- # **Expresar con certeza y sinceridad su mensaje.**

***¡Vamos tu Puedes!***

***Representando un caso***

- # **Los estudiantes reciben una actividad a desarrollar y en parejas de a dos cumplen roles de autoridad.**
- # **Dialogan para la búsqueda de la toma de decisiones**
- # **Los estudiantes se dirigen a una autoridad escolar y plantean sus opiniones en vivencial.**

**FICHA REFLEXIVA y DE COMPROMISO**

 <p align="center"><b>Preguntas</b></p>	<b>Alternativas</b>	
	<b>Sí</b>	<b>No</b>
<b>Apreciar y respetar las diferencias individuales y grupales</b>		
<b>Ser coherente entre el lenguaje verbal y no verbal</b>		
Expresar con certeza y sinceridad su mensaje. ar hablar de manera personal		
<b>COMPROMISO PERSONAL</b>		

**SESIÓN N° 9  
EXPRESIÓN DE OPINIONES**

**I. DATOS INFORMATIVOS:**

<b>1.1 Unidad N° 1</b>	<b>: Fecha de Ejecución</b>
<b>Inicio</b>	<b>: 05/05/2017</b>
<b>Final</b>	<b>: 05/05/2017</b>
<b>1.5 Tiempo</b>	<b>: 45 minutos</b>
<b>1.6 Institución</b>	<b>: I.E. Los Olivos en el Callao</b>
<b>1.7 Docente Responsable</b>	<b>: Investigador</b>
<b>1.8 Año Lectivo</b>	<b>: 2017</b>

**II. CONTENIDOS BÁSICOS:**

La Asertividad: Expresión de Opiniones.

**III. APRENDIZAJE ESPERADO:**

Reflexiona sobre la importancia de la Asertividad: Expresa Opiniones en el diálogo con otras personas de su entorno.

**IV. TEMA TRANSVERSAL:**

Educación para el manejo de la técnica de la Asertividad en su entorno cotidiano.

**V. DESARROLLO:**

Situaciones de Aprendizaje	Estrategias	Recursos	Tiempo
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida</li> <li>✓ Dinámica de integración</li> <li>✓ Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> <li>✓ Presentación de técnicas y estrategias para plantear su opinión</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recurso Verbal</li> <li>- Papeles</li> <li>- Lapiceros</li> <li>- Material impreso</li> </ul>	45 minutos
Proceso	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Representación de casos (lectura o audio)</li> <li>✓ Análisis de la experiencia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plumones</li> </ul>	

<b>Salida</b>	<p><b>Interiorización:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reflexión de la importancia de la práctica de plantear su opinión</li> <li>✓ Compromiso de práctica constante.</li> </ul> <p><b>Extensión:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica de expresar sus opiniones en el dialogo con otros de su entorno.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pizarra</li> <li>- Radio/ música</li> <li>- Uso separata</li> <li>- Cartulinas de colores</li> <li>- Hojas impresas</li> </ul>	
---------------	--	---	--

**VI. EVALUACIÓN:**

Capacidad del Área	Indicadores	Instrumentos
✓ El estudiante expresa sus opiniones de manera pública.	✓ Plantea su opinión públicamente.	Reflexión escrita

Representando un caso

Los estudiantes en parejas redactan un texto breve, lo aprenden y luego lo manifiestan en público.

---



---



---



---



---



---

*Pautas para plantear una opinión en público*



*Mantente Relajado*



*Habla con sinceridad evitando leer*



*Se breve*



*Organiza las ideas que quiere expresar*



*Capta la atención de todos*

### FICHA REFLEXIVA

 Preguntas	Alternativas	
	Si	No
Se mantiene relajado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habla con sinceridad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es breve al hablar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Organiza las ideas que quiere expresar antes de opinar en publico	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Busca captar la atención de todos previamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Compromiso</b>		

**SESIÓN N° 10  
DECIR NO**

**I. DATOS INFORMATIVOS:**

- 1.1 Unidad N° 1 : Fecha de Ejecución  
 Inicio : 05/05/2017  
 Final : 05/05/2017
- 1.2 Tiempo : 45 minutos
- 1.3 Institución : I.E. Los Olivos en el Callao
- 1.4 Docente Responsable : Investigador
- 1.5 Año Lectivo : 2017

**II. CONTENIDOS BÁSICOS:**

La Asertividad: Expresión de Opiniones.

**III. APRENDIZAJE ESPERADO:**

Reflexiona sobre la importancia de la Asertividad: Expresa Opiniones en el dialogo con otras personas de su entorno.

**IV. TEMA TRANSVERSAL:**

Educación para el manejo de la técnica de la Asertividad en su entorno cotidiano.

**V. DESARROLLO:**

Situaciones de Aprendizaje	Estrategias	Recursos	Tiempo
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida</li> <li>✓ Dinámica de integración</li> <li>✓ Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> <li>✓ Presentación de técnicas y estrategias para decir NO</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recurso Verbal</li> <li>- Papeles</li> <li>- Lapiceros</li> <li>- Material impreso</li> </ul>	45 minutos
Proceso	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Representación de casos (lectura o audio)</li> <li>✓ Análisis de la experiencia</li> </ul> <p><b>Interiorización:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reflexión de la importancia de la práctica</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plumones</li> <li>- Pizarra</li> </ul>	

Salida	<p>de Decir No.</p> <p>✓ Compromiso de práctica constante.</p> <p><b>Extensión:</b></p> <p>✓ Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica de Decir No.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Radio/ música</li> <li>- Uso separata</li> <li>- Cartulinas de colores</li> <li>- Hojas impresas</li> </ul>	
--------	--	--	--

**VI. EVALUACIÓN:**

Capacidad del Área	Indicadores	Instrumentos
<p>✓ El estudiante aplica la negación ante comentarios opuestos a sus intereses y ante peticiones inadecuadas o irracionales</p>	<p>✓ Se niega ante comentarios opuestos a sus intereses y ante peticiones inadecuadas o irracionales.</p>	<p>Reflexión escrita</p>

### *Pautas para la Negación*

1. *Responde de modo tranquilo y con voz moderada ante comentarios irracionales.*
2. *Mira al interlocutor*
3. *Mantiene una posición corporal relajada*
4. *Es constante y firme en su negación*
5. *Menciona el mensaje que quiere transmitirlo y lo mantiene*
6. *Evita dar explicaciones por la negativa, si no lo cree*

### *Representando un caso*

Los estudiantes en parejas de a dos plantean frases que expresen negación y lo representan en un dialogo.

.....

.....

.....

.....

.....

**FICHA REFLEXIVA**

 <b>Preguntas</b>	<b>Alternativas</b>	
	<b>Sí</b>	<b>No</b>
1. Responde de modo tranquilo y con voz moderada ante comentarios irracionales.		
2. Mira al interlocutor		
3. Mantiene una posición corporal relajada		
4. Es constante y firme en su negación		
5. Menciona el mensaje que quiere transmitirlo y lo mantiene		
6. Evita dar explicaciones por la negativa, si no lo cree conveniente		

**COMPROMISO**

---



---



---

## PROGRAMA "Hazte cargo de tu vida para escuchar y ser asertivo"

## CRONOGRAMA 2017-1

Logro del curso	Al finalizar el curso taller, el estudiante aplica estrategias y formas de comunicación asertiva y de escucha activa.	
UNIDAD	SESION	PROGRAMA DE SESIONES A DESARROLLAR
<b>UNIDAD 1</b> <b>Escucha Activa</b> <b>Logro de la unidad:</b> Al final de la unidad, el estudiante siguiendo las sesiones de entrenamiento en escucha activa logrará ser consciente de su importancia y aplicarlo en el dialogo cotidiano.	<b>Sesión 1</b> <b>Escuchar sin interrumpir</b> <b>Fecha: 05/05</b> <b>Tiempo: 45 m.</b> <b>Lugar: Aula de la I.E.</b>	<b>Sesión 1</b> <b>Escuchar sin interrumpir</b> <b>Objetivos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El estudiante logra escucha todo el dialogo sin interrumpir.</li> <li>• El estudiante reconoce que es importante para el otro no ser interrumpido y culminar su dialogo.</li> </ul> <b>Inicio:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentación y Bienvenida 5 minutos</li> <li>• Dinámica de integración y rompe Hielo</li> <li>• Presentación de técnicas y estrategias para una escucha activa</li> </ul> <b>Proceso:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Representación de casos (lectura o audio)</li> <li>• Análisis de la experiencia</li> </ul> <b>Interiorización:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexión de la importancia de la práctica de escuchar sin interrumpir</li> <li>• Compromiso de práctica constante.</li> </ul> <b>Extensión:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica de escucha activa.</li> </ul>

	<p><b>Sesión 2</b> <b>Estar Atento</b></p> <p><b>Fecha:</b> 08/05 <b>Tiempo:</b> 45 m. <b>Lugar:</b> Aula de la I.E.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Sesión 2</b> <b>Estar Atento</b></p> <p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El estudiante presta atención al contenido del dialogo transmitido, mirando al otro.</li> <li>• El Estudiante reconoce la importancia para el otro de sentirse escuchado.</li> </ul> <p><b>Inicio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bienvenida 5 minutos</li> <li>• Dinámica de integración</li> <li>• Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> <li>• Presentación de técnicas y estrategias para estar atento.</li> </ul> <p><b>Proceso:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Representación de casos ( lectura o audio)</li> <li>• Análisis de la experiencia</li> </ul> <p><b>Interiorización:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexión de la importancia de la práctica de estar atento</li> <li>• Compromiso de práctica constante.</li> </ul> <p><b>Extensión:</b> Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica de estar atento.</p>
<p><b>Sesión 3</b> <b>Empatía</b></p> <p><b>Fecha:</b> 09/05 <b>Tiempo:</b> 45 m. <b>Lugar:</b> Aula de la I.E.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Sesión 3</b> <b>Empatía</b></p> <p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El estudiante identifica la emoción con la que el otro dialoga.</li> <li>• El estudiante reconoce que la emoción desbordada se encuentra en el otro y no en él.</li> </ul> <p><b>Inicio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bienvenida 5 minutos</li> <li>• Dinámica de integración</li> <li>• Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> <li>• Presentación de técnicas y estrategias para ser empático.</li> </ul> <p><b>Proceso:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Representación de casos ( lectura o audio)</li> <li>• Análisis de la experiencia</li> </ul> <p><b>Interiorización:</b></p>	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexión de la importancia de la práctica de ser empático</li> <li>• Compromiso de práctica constante.</li> </ul> <p><b>Extensión:</b> Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica de ser empático.</p>
<p><b>Sesión 4</b> <b>Preguntar para clarificar</b>  Fecha: 10/05 Tiempo: 45 m. Lugar: Aula de la I.E.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Sesión 4</b> <b>Preguntar para clarificar</b></p> <p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El estudiante hace uso de frases motivadoras al dialogo. Humm , Ha.</li> <li>• El estudiante plantea preguntas clarificadoras del dialogo</li> </ul> <p><b>Inicio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bienvenida 5 minutos</li> <li>• Dinámica de integración</li> <li>• Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> <li>• Presentación de técnicas y estrategias para preguntar</li> </ul> <p><b>Proceso:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Representación de casos ( lectura o audio)</li> <li>• Análisis de la experiencia</li> </ul> <p><b>Interiorización:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexión de la importancia de la práctica de preguntar para clarificar</li> <li>• Compromiso de práctica constante.</li> </ul> <p><b>Extensión:</b> Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica para preguntar.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Sesión 5</b> <b>Mostrar disconformidad</b></p> <p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El estudiante expresa su molestia o incomodidad ante situaciones de desagrado.</li> </ul> <p><b>Inicio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bienvenida 5 minutos</li> <li>• Dinámica de integración</li> <li>• Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> </ul>
<p><b>Sesión 5</b> <b>Mostrar disconformidad</b>  Fecha: 11/05 Tiempo: 45 m. Lugar: Aula de la I.E</p>		

<p><b>UNIDAD 2</b> <b>Asertividad</b></p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentación de técnicas y estrategias para expresar disconformidad.,</li> <li>• Representación de casos ( lectura o audio)</li> <li>• Análisis de la experiencia</li> </ul> <p><b>Interiorización:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexión de la importancia de la práctica de expresar la disconformidad.</li> <li>• Compromiso de práctica constante.</li> </ul> <p><b>Extensión:</b> Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica de demostrar disconformidad.</p>
<p><b>Logro de la unidad:</b> Al final de la unidad, el estudiante siguiendo las sesiones de entrenamiento en Asertividad logrará ser consciente de su importancia y aplicarlo en el dialogo cotidiano.</p>	<p><b>Sesión 6</b> <b>Manifestación de creencias y sentimientos</b></p> <p><b>Fecha:</b> 11/05 <b>Tiempo:</b> 45 m. <b>Lugar:</b> Aula de la I.E</p>	<p style="text-align: center;"><b>Sesión 6</b> <b>Manifestación de creencias y sentimientos</b></p> <p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El estudiante expresa sus creencias, pensamientos y sentimientos de manera clara</li> </ul> <p><b>Inicio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bienvenida 5 minutos</li> <li>• Dinámica de integración</li> <li>• Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> <li>• Presentación de técnicas y estrategias para manifestar las creencias y los sentimientos.</li> </ul> <p><b>Proceso:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Representación de casos ( lectura o audio)</li> <li>• Análisis de la experiencia</li> </ul> <p><b>Interiorización:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexión de la importancia de la práctica de manifestar las creencias y los sentimientos en el dialogo.</li> <li>• Compromiso de práctica constante.</li> </ul> <p><b>Extensión:</b> Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación estrategias de manifestación de creencias y sentimientos.</p>

	<p><b>Sesión 7</b> <b>Eficacia</b></p> <p><b>Fecha:</b> 11/05 <b>Tiempo:</b> 45 m. <b>Lugar:</b> Aula de la I.E</p>	<p style="text-align: center;"><b>Sesión 7</b> <b>Eficacia</b></p> <p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El estudiante dirige eventos de su entorno con eficacia.</li> </ul> <p><b>Inicio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bienvenida 5 minutos</li> <li>• Dinámica de integración</li> <li>• Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> <li>• Presentación de técnicas y estrategias para actuar con eficacia.</li> </ul> <p><b>Proceso:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Representación de casos (lectura o audio)</li> <li>• Análisis de la experiencia</li> </ul> <p><b>Interiorización:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexión de la importancia de la práctica de actuar con eficacia.</li> <li>• Compromiso de práctica constante.</li> </ul> <p><b>Extensión:</b> Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica de actuar con eficacia.</p>
<p><b>Sesión 8</b> <b>Interacción con organizaciones</b></p> <p><b>Fecha:</b> 12/05 <b>Tiempo:</b> 45 m. <b>Lugar:</b> Aula de la I.E</p>	<p style="text-align: center;"><b>Sesión 8</b> <b>Interacción con Organizaciones</b></p> <p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El estudiante dialoga con representantes de instituciones educativas o empresariales.</li> </ul> <p><b>Inicio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bienvenida 5 minutos</li> <li>• Dinámica de integración</li> <li>• Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> <li>• Presentación de técnicas y estrategias para interactuar con organizaciones</li> </ul> <p><b>Proceso:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Representación de casos (lectura o audio)</li> </ul>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis de la experiencia</li> </ul> <p><b>Interiorización:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexión de la importancia de la práctica de estar atento</li> <li>• Compromiso de práctica constante.</li> </ul> <p><b>Extensión:</b> Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica de interactuar con organizaciones.</p>		
<p style="text-align: center;"><b>Sesión 9</b> <b>Expresión de opiniones</b></p> <p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El estudiante plantea públicamente su opinión.</li> </ul> <p><b>Inicio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bienvenida: 5 minutos</li> <li>• Dinámica de integración</li> <li>• Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> <li>• Presentación de técnicas y estrategias para plantear su opinión</li> </ul> <p><b>Proceso:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Representación de casos (lectura o audio)</li> <li>• Análisis de la experiencia</li> </ul> <p><b>Interiorización:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexión de la importancia de la práctica de plantear su opinión</li> <li>• Compromiso de práctica constante.</li> </ul> <p><b>Extensión:</b> Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica de expresar sus opiniones en el dialogo con otros de su entorno.</p>	<p><b>Sesión 9</b> <b>Expresión de opiniones</b></p> <p><b>Fecha: 12/05</b> <b>Tiempo: 45 m.</b> <b>Lugar: Aula de la I.E</b></p>	
<p style="text-align: center;"><b>Sesión 10</b> <b>Decir No</b></p> <p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El estudiante aplica la negación ante comentarios opuestos a sus intereses y ante peticiones inadecuadas o irracionales</li> </ul>	<p><b>Sesión 10</b> <b>Decir No</b></p> <p><b>Fecha: 16/05</b> <b>Tiempo: 45 m.</b> <b>Lugar: Aula de</b></p>	

	la I.E	<p><b>Inicio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bienvenida 5 minutos</li> <li>• Dinámica de integración</li> <li>• Recuento de lo aprendido en sesión anterior</li> <li>• Presentación de técnicas y estrategias para decir NO</li> </ul> <p><b>Proceso:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Representación de casos (lectura o audio)</li> <li>• Análisis de la experiencia</li> </ul> <p><b>Interiorización:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexión de la importancia de la práctica de Decir No.</li> <li>• Compromiso de práctica constante.</li> </ul> <p><b>Extensión:</b> Resuelve en casa ejercicios prácticos de aplicación de técnica de Decir No. Aplicación de cuestionario de evaluación.</p>
	Evaluación (15/05)	
	Aplicación de recomendaciones y sugerencias	Entrega de Informes.
	Clausura	



