

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

Habilidades Sociales en estudiantes de segundo año de secundaria de una
Institución Educativa Privada del Distrito de Villa María del Triunfo, 2018

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Bachiller Lesly Beatriz Montenegro Enriquez

Lima – Perú

2018

DEDICATORIA

A los amores de mi vida, mis padres, por el apoyo constante y por siempre estar conmigo para lo que necesito.

A mi familia y a mis seres queridos por todos los momentos felices.

AGRADECIMIENTO

A Dios, por guiarme para lograr mis objetivos y metas.

A mi enamorado por sacarme tantas sonrisas a lo largo de este proceso.

A la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, porque es donde aprendí lo bello de la psicología y a mis profesores por brindarme sus conocimientos durante toda la carrera.

PRESENTACIÓN

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento de las normas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad de Inca Garcilaso de la Vega, según la Directiva N°003-FPs y TS.17, presento ante ustedes mi investigación titulada Habilidades Sociales en estudiantes de segundo año de secundaria de una institución educativa privada del distrito de Villa María del Triunfo, bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA para obtener el título profesional de licenciatura.

Por lo cual espero que este trabajo de investigación sea correctamente evaluado y aprobado.

Atentamente, Lesly Beatriz Montenegro Enriquez.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	II
AGRADECIMIENTO.....	III
PRESENTACIÓN.....	IV
INDICE.....	V
ÍNDICE DE TABLAS.....	VII
ÍNDICE DE FIGURAS.....	VIII
RESUMEN.....	IV
ABSTRACTX
INTRODUCCIÓN.....	XI
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	13
1.1. Descripción de la realidad problemática.....	13
1.2. Formulación del Problema.....	17
1.3. Objetivos de la investigación.....	18
1.3.1 Objetivo General.....	18
1.3.2 Objetivos Específicos	18
1.4. Justificación e importancia de la investigación.....	18
CAPÍTULO II: MARCO TEORICO CONCEPTUAL.....	20
2.1. Antecedentes.....	20
2.1.1. Antecedentes Internacionales.....	20
2.1.2. Antecedentes Nacionales	23
2.2. Bases teóricas.....	26
2.2.1. Habilidades sociales.....	26
2.2.1.1. Definición.....	26
2.2.1.2. Características.....	27
2.2.1.3. Componentes.....	28
2.2.1.4. Tipos.....	28
2.2.1.5. Teorías.....	29
2.2.1.5.1. Teoría del Aprendizaje Social.....	29
2.2.1.5.2. Teoría Socio-histórica.....	30
2.2.1.6. Modelos.....	31
2.2.1.6.1. Modelo de Vicente y Caballo.....	31
2.2.1.6.2. Modelo de Monjas y Gonzales.....	31
2.2.1.7. Enfoques.....	32
2.2.1.7.1. Enfoque según Hidalgo y Abarca.....	32
2.2.1.7.2. Enfoque según Gismero.....	32
2.2.1.7.3. Enfoque según Goldstein.....	33
2.2.1.7.4. Enfoque según Peñafiel y Serrano.....	35
2.2.1.8. Habilidades Sociales en estudiantes adolescentes.....	35
2.2. Definiciones conceptuales.....	36

2.2.1. Habilidades Sociales.....	36
2.2.2. Primeras Habilidades Sociales.....	36
2.2.3. Habilidades Sociales Avanzadas.....	36
2.2.4. Habilidades relacionadas con los sentimientos.....	36
2.2.4. Habilidades alternativas a la agresión.....	36
2.2.5. Habilidades para hacer frente al estrés.....	36
2.2.6. Habilidades de Planificación.....	37
CAPÍTULO III METODOLOGÍA	38
3.1. Tipo y diseño utilizado.....	38
3.2. Población y muestra.....	38
3.3. Identificación de la variable y su operacionalización.....	39
3.4. Técnicas e Instrumentos de evaluación y diagnóstico.....	41
CAPÍTULO IV PROCESAMIENTO, PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	48
4.1. Procesamiento de los resultados.....	48
4.2. Presentación de los resultados	49
4.3. Análisis y discusión de los resultados	65
4.4. Conclusiones.....	72
4.5. Recomendaciones.....	73
CAPÍTULO V PROGRAMA DE INTERVENCIÓN.....	74
5.1. Nombre del programa	74
5.2. Justificación.....	74
5.3. Establecimiento de Objetivos.....	75
5.3.1. Objetivo General.....	75
5.3.2.- Objetivos Específicos.....	75
5.4.- Sector al que se dirige.....	75
5.5.- Establecimiento de conductas problema y metas.....	75
5.6.- Metodología de intervención.....	75
5.7.- Instrumentos/ Material a utilizar.....	76
5.8.- Cronograma.....	76
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	84
ANEXOS.	90
ANEXO 1: Matriz de consistencia	90
ANEXO 2: Instrumento	92
ANEXO3: Carta de presentación.....	97
ANEXO4: Reporte antiplagio.....	98

ÍNDICE DE TABLAS

Tablas N°		Pág.
1	Número de estudiantes pertenecientes al segundo año de secundaria	39
2	Tabla de operacionalización de la variable habilidades sociales	39
3	Normas eneatópicas para la muestra de escolares de secundaria de primero a quinto año, colegio nacional, clase baja, 12 a 17 años	46
4	Medidas estadísticas descriptivas de las habilidades sociales	49
5	Medidas estadísticas descriptivas de los factores referidos a las habilidades sociales	49
6	Nivel de las habilidades sociales en estudiantes de segundo año de secundaria	51
7	Nivel de las primeras habilidades sociales en estudiantes de segundo año de secundaria	53
8	Nivel de las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de segundo año de secundaria	55
9	Nivel de las habilidades relacionadas al sentimiento en estudiantes de segundo año de secundaria	57
10	Nivel de las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de segundo año de secundaria	59
11	Nivel de las habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes de segundo año de secundaria	61
12	Nivel de las habilidades para planificación en estudiantes de segundo año de secundaria	63

INDICE DE FIGURAS

Figuras N°		Pág.
1	Habilidades sociales	52
2	Primeras Habilidades Sociales	54
3	Habilidades Sociales Avanzadas	56
4	Habilidades relacionadas al sentimiento	58
5	Habilidades alternativas a la agresión	60
6	Habilidades para hacer frente al estrés	62
7	Habilidades de planificación	64

RESUMEN

Esta investigación tiene la finalidad de determinar el nivel de las habilidades sociales en estudiantes que cursan el segundo año de secundaria de una Institución Educativa Privada del distrito de Villa María del Triunfo. Fue un estudio descriptivo, no experimental, donde 60 alumnos de ambos sexos constituyeron la muestra. El instrumento utilizado es La Lista de Chequeo de Habilidades Sociales, elaborada por Arnold Goldstein (1978). Entre los resultados se tuvo que el 55% de los estudiantes tuvo un nivel normal de habilidades sociales, por dimensiones se observó que hubo un nivel normal para las habilidades sociales básicas (46.7%), un nivel normal para habilidades sociales avanzadas (58.3%), las habilidades relacionadas a los sentimientos (46.7%), para enfrentar la agresión (46.7%), para hacer frente al estrés (53.3%) y un nivel bajo para las habilidades de planificación (46.7%). Al final se concluye que los estudiantes que participaron de la investigación presentaron, en su mayoría, un nivel "Normal" en cuanto a habilidades sociales.

Palabras Claves: habilidades sociales, habilidades relacionadas a los sentimientos, alternativas a la agresión, para hacer frente al estrés, de planificación, estudiantes.

ABSTRACT

The present study was performed in order to determine the level of social skills in students of second year high of a Private School of Villa María del Triunfo District. For a descriptive study, not experimental, having as sample to 60 students of both sexes belonging to the 2nd year of secondary of a Private School of Villa María del Triunfo District, in the year 2018. The instrument used is the scale of social skills, prepared by Arnold Goldstein, 1978. Among the results we had that 55% of the students had a normal level of social skills, by dimensions we have a normal level for the first social skills (46.7%), a normal level for advanced social skills (58.3%), normal level for skills related to feelings (46.7%), a normal level of skills alternative to aggression (46.7%), a normal level for skills to cope with stress (53.3%) and a low level for skills of planning (46.7%). In the end it is concluded that the level of social skills in 2nd grade students considers "Normal" results.

Keywords: social skills, feelings related skills, alternative aggression skills, stress coping skills, planning skills, students

INTRODUCCION

Habilidades sociales son primordiales para una mejor adaptación y calidad de vida en la persona, las cuales, además, facilitarán las relaciones en cualquier etapa del desarrollo humano (niñez, adolescencia y adultez), permitiendo que el individuo sea más sociable.

Diferentes autores indican que dichas habilidades se aprenden a través de la práctica cotidiana, la observación y la retroalimentación. Asimismo, pueden caracterizarse por ser simples, como, por ejemplo, el saludar, el elogiar a alguien o dar un cumplido y complejas como al expresar sentimientos y opiniones, hacer amigos, respetar sus derechos, iniciar interacciones, entre otros.

Con la finalidad de promover estas conductas positivas en la presente investigación, la cual es de diseño descriptiva y que tiene como población a estudiantes de segundo año de secundaria.

En el capítulo I se describe la realidad problemática acerca de las habilidades sociales en el centro educativo donde se llevará a cabo el estudio y se relata la importancia de desarrollar el tema de investigación.

En el capítulo II se menciona el marco teórico conceptual, exponiendo estudios previos a la investigación tanto a nivel internacional como nacional y los principales conceptos acerca del tema.

En el capítulo III se explica la metodología empleada en la tesis, presentando el tipo de investigación, la población y los instrumentos que se emplearán en el estudio.

En el capítulo IV se evidencian los hallazgos de la investigación; asimismo, se realiza un análisis detallado comparándolo con otros estudios similares, se concluye en base los resultados encontrados y se brinda recomendaciones.

En el capítulo V se muestra un programa de intervención, para la problemática que se presenta en este estudio y cómo actuar a través de técnicas y de un taller participativo con los alumnos del segundo año de secundaria.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

1.1.1. Internacional

Las Habilidades sociales son actitudes y hábitos que se aprenden y se aceptan socialmente para una adecuada relación con los demás. (Santos y Lorenzo, 1999 citado en Ortego, López y Álvarez, s.f., p. 3).

Son diversos los mecanismos por los cuáles las habilidades sociales son aprendidas, teniéndose entre ellos el feedback, el reforzamiento positivo directo, el aprendizaje por imitación de conductas y el desarrollo de expectativas cognitivas respecto a las situaciones interpersonales (Ortego, López y Álvarez, s.f., p. 6)

Según Organización Mundial de la Salud [OMS] (2018), La adolescencia es una etapa entre la infancia y la etapa adulta, que se da entre los 10 y 19 años y en donde se evidencian una serie de cambios que permiten su crecimiento y desarrollo. (párr. 1)

Es en este periodo de vida, donde las habilidades sociales juegan un papel fundamental en la prevención de conductas de riesgo que pueden perjudicar el desarrollo y bienestar de los adolescentes. Son pocas las políticas de intervención en esta etapa, siendo importante no solo educarlos a nivel cognitivo, sino también, prepararlos para los desafíos de la vida, así como darles las herramientas necesarias para un buen futuro. (Maddaleno, Morello e Infante, 2013; Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, 2011).

Según OMS (2017), En la investigación riesgos de la salud y soluciones, el contar con habilidades sociales permite que los adolescentes resguarden su salud física y mental, con los cuales se pueden establecer una mejor capacidad de comunicación, de asertividad y toma de decisiones que puedan evitar prácticas nocivas como el consumo de alcohol, tabaco, embarazo precoz,

infección por VIH, etc. Otros de los problemas que presentan los adolescentes, es a nivel de su salud mental, siendo el suicidio y la depresión los más prevalentes. Además, según datos estadísticos se observan que existe gran cantidad de adolescentes de que consume tabaco, siendo más prevalente en algunos países. (OMS, 2017)

Por ello, la OMS enfatizó que cuando no se desarrolla de manera adecuada las habilidades sociales en los adolescentes puede repercutir de forma negativa en la vida cotidiana, ya que les impide una interacción social saludable. Por eso, es importante enseñar dichas habilidades, a fin de brindarles herramientas que faciliten comportamientos y actitudes adecuadas para un buen entorno social y para su propio bienestar. Esta necesidad educativa, muestra que existe una falta de valores y una mala interacción entre los estudiantes, por lo cual es necesario buscar un instrumento de medición que muestre como intervenir adecuadamente en los adolescentes y les permita enfrentar y asumir los retos que se les presenten en la vida.

1.1.2. Nacional

El contexto en el que se encuentran los niños y adolescentes del Perú se determina por la situación socioeconómica y cultural del país, y principalmente por las condiciones de las familias con la que se vive, espacio en el que crece, se sociabiliza y desarrolla (Ballena,2010).

Según el estudio de Ballena en el año 2010 realizado en Lima, se encuentra que las habilidades sociales básicas no se discriminan según el sexo entre varones y mujeres, evidenciándose que existe una mayor probabilidad de habilidades de cooperar y compartir (promedio=62.39) (Ballena, 2010).

Según el Ministerio de Salud [MINSA] (2005), menciona que las habilidades sociales ayudan a los alumnos a prevenir o solucionar conflictos y les permite comunicar mejor las necesidades que cada uno tenga. Dicha entidad cuenta con un manual de habilidades sociales para escolares en la adolescencia donde se promueven las actitudes y los comportamientos que los alumnos deben adquirir

para un desarrollo saludable; cabe resaltar que la enseñanza relacionada a las habilidades sociales puede prevenir conductas sexuales de alto riesgo, así como la drogadicción y el alcoholismo; además, enseña a controlar las emociones, mejora el rendimiento en las diferentes materias y promueve el ajuste social positivo (MINSAs, 2005).

El estado peruano, sigue el perfil de preocupación y atención por la niñez y adolescencia, por lo que puso en práctica el Plan Nacional de Acción por la Infancia 2012- 2021, el cual busca que los niños y adolescentes se formen para una participación ciudadana más activa en una sociedad que promueva una cultura de participación, solidaridad, de actitud propositiva y seguridad que sólo con un ejercicio permanente desde la escuela se puede lograr (Guzmán, 2017).

En el documento del ejemplar de rutas de aprendizaje del Ministerio de Educación (2015), se reporta que las habilidades sociales son un factor de suma importancia que intervienen en las relaciones asertivas, empáticas y solidarias, estas se basan en respetarse a uno mismo, a los que nos rodean y a nuestra cultura. Así mismo, se crean vínculos afectivos que apoyan en el crecimiento social y afectivo del ser humano lo cual crea un soporte. Dichas habilidades son de ayuda para prevenir y enfrentar situaciones complicadas que existan en la escuela o en el ambiente familiar.

Así también, enfatiza que los valores éticos son fundamentales para que los niños desarrollen un buen estilo de vida basado en valores marcados de una forma democrática y puedan desarrollar habilidades de reflexión y coherencia. Es por ello, que es importante cuestionarse por qué y para qué existimos, así como el sentido de respeto hacia los pares y el ambiente, para tener conciencia de la relación que tienen con cada uno.

Asimismo, es fundamental que los adolescentes practiquen las habilidades, que los ayuden a aprender a ser autónomos y puedan utilizarlas en el colegio como en la sociedad.

1.1.3. Local

Según RPP Noticias (2018), informa que sobreproteger a los niños causa un gran daño, los niños crecen temerosos y dependientes, muchos padres confunden la protección con la necesidad de seguridad y en el propósito de prevenir que los hijos sean lastimados, existen padres que crean un miedo y una idea errónea del medio. Esto solo provocara que el niño crezca con escasas habilidades sociales para enfrentarse a distintas situaciones en un futuro.

Asimismo, un niño al que sobreprotegen no podrá desarrollar soluciones positivas ante situaciones negativas, es esencial forjar habilidades sociales en el niño y adolescente para sostener su frustración y empoderar sus emociones.

Según, El Diario la República (2011) refiere que las habilidades sociales ayudan en la madurez de los adolescentes, si bien para muchos es el momento donde se presentan diversos cambios, ya sean físicos y comportamentales, los psicólogos mencionan que la correcta estimulación de las habilidades sociales hacen posible una mejor estabilidad de sus emociones en esta época. Las habilidades sociales están conformadas por actitudes, opiniones y pensamientos que mejoran la autoestima y la seguridad de la persona en la relación con su entorno.

Asimismo, informa que reforzar las habilidades sociales mejora el aprendizaje de estrategias comunicativas, autocontrol de emociones y el afrontamiento de distintas problemáticas. Los especialistas sugieren asistir a talleres educativos que favorezcan al adolescente a superar la timidez y mejorar las relaciones con sus pares.

Según, El Diario el Correo (2017) afirma que, actualmente, no solo es importante el conocimiento, sino las habilidades sociales. Es por ello que los padres deben inculcar desde muy pequeños a los niños dichas habilidades sociales para que en un futuro tengan una ventaja comparativa para obtener y mantener un empleo puesto que las características de una persona con

habilidades sociales son el trabajar en equipo, la flexibilidad y adaptabilidad, la empatía y la comunicación afectiva.

1.2 Formulación del problema

¿Cuál es el nivel de habilidades sociales en estudiantes de segundo año de secundaria de una Institución Educativa Privada del Distrito de Villa María del Triunfo?

1.2.1. Problemas Secundarios

¿Cuál es el nivel de las primeras habilidades sociales en dichos estudiantes?

¿Cuál es el nivel de las habilidades sociales avanzadas en dichos estudiantes?

¿Cuál es el nivel de las habilidades relacionadas con los sentimientos en dichos estudiantes?

¿Cuál es el nivel de las habilidades alternativas a la agresión en dichos estudiantes?

¿Cuál es el nivel de las habilidades para hacer frente al estrés en dichos estudiantes?

¿Cuál es el nivel de las habilidades de planificación en dichos estudiantes?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo General

Determinar el nivel de las habilidades sociales en estudiantes de segundo año de secundaria de una Institución Educativa Privada del Distrito de Villa María del Triunfo.

1.3.2 Objetivo Específico

Determinar el nivel de las primeras habilidades sociales en dichos estudiantes.

Determinar el nivel de las habilidades sociales avanzadas en dichos estudiantes.

Determinar el nivel de las habilidades relacionadas con los sentimientos en dichos estudiantes.

Determinar el nivel de las habilidades alternativas a la agresión en dichos estudiantes.

Determinar el nivel de las habilidades para hacer frente al estrés en dichos estudiantes.

Determinar el nivel de las habilidades de planificación en dichos estudiantes.

1.4 Justificación e importancia de la investigación

El concepto de habilidades sociales alude a la capacidad para comportarnos de manera eficaz ante contextos sociales, logrando establecer relaciones apropiadas con los otros y consiguiendo resolver los conflictos. La práctica y el aprendizaje de estas habilidades se inicia desde la más temprana infancia, a partir de las relaciones que los niños establecen, de forma especial con sus cuidadores, y proseguirá en función a las experiencias que compartan con sus pares. Las habilidades sociales tienen una fuerte carga emocional: sentimientos, ideas, fantasías y percepciones subjetivas que influenciarán en el comportamiento que se

tenga al relacionarse con los demás. Ante esto, el aula de clase es una excelente maqueta del mundo real y el aprendizaje obtenido en esta etapa ha de servir en el futuro extra mural de los claustros académicos. Además es menester recordar que muchos de los problemas que agobian a la sociedad y tendrían que ver con el tema delincencial se generarían en la falta de habilidades sociales.

El presente estudio tiene una relevancia gravitante puesto que en primera instancia se hace prioritario reconocer la manera como la población estudiada se interrelaciona en el ambiente académico, el cual tiene un sentido teleológico multivariado, por lo que su centralidad educativa es pluridireccional, no enfocándose solo en la esfera cognitiva, sino también en la axiológica, moral, ética y hasta espiritual. Es así que para la comunidad educativa es importante conocer tanto el proceso evolutivo cognitivo como el emocional de sus educandos y que tanto influye las habilidades sociales en este desarrollo. Además, como aporte práctico se plantearán recomendaciones específicas que coadyuvarán a la solución de situaciones problemáticas y a la optimización de las capacidades de socialización propias de sus estudiantes.

A nivel de la ciencia psicológica será importante la posibilidad de extrapolar los resultados de este estudio y utilizarlos para investigaciones posteriores en la temática de las habilidades sociales en escenarios y contextos diferentes al ámbito escolar-académico de los adolescentes, de modo que con el conocimiento obtenido se incremente el bagaje científico.

CAPÍTULO II

MARCO TEORICO CONCEPTUAL

2.1. Antecedentes

Las habilidades sociales en los adolescentes es un tema que se ha estado estudiando cada vez más, en los últimos tiempos, porque se toma en cuenta que el forjamiento de dichas habilidades influirá en la vida futura del individuo. A continuación, se mostrarán los estudios internacionales y nacionales, relacionados a las habilidades de los adolescentes de secundaria, donde algunos de ellos emplean la escala de habilidades según Goldstein, como mostramos a continuación:

2.1.1. Antecedentes Internacionales

López M (2017) en Guatemala realizaron un estudio con el objetivo de conocer con qué habilidades cuentan los estudiantes de un liceo. Fue una investigación descriptiva, cuantitativa en el que se seleccionó a 52 adolescentes entre los 13 y los 17 años (31 mujeres y 21 hombres). Se obtuvo como resultado, que los de turno de la mañana tuvieron un nivel mayor de habilidades sociales. Además, los adolescentes de 15 y 17 años fueron aquellos que obtuvieron mejores habilidades sociales, así como los que permanecieron un mayor tiempo en el taller.

Monzón, J. (2014) en Guatemala, realizó un estudio con el objetivo de determinar, si estos adolescentes de 14 a 17 años poseían alguna o varias habilidades sociales. Fue una investigación descriptiva, en la que participaron 60 estudiantes que respondieron a un cuestionario de habilidades en el aprendizaje estructurado, clasificadas en seis grupos (habilidades básicas, avanzadas, que

se vinculan con los sentimientos, las que se usan para enfrentar la agresión y el estrés y las de planificación). Cada habilidad fue medida en indicadores diversos. Tuvo como resultado que la habilidad que presentó la autocalificación más baja fue la habilidad para expresar los sentimientos (76.7%). Por otro lado, los indicadores que mostraron resultados competentes, de los seis grupos de habilidades estudiados fueron: escuchar, formular una pregunta, agradecer, pedir algo que necesite (ayuda o permiso), presentarse, participar, seguir instrucciones, resolver el miedo, auto-recompensarse, pedir permiso, negociar, el auto-control, el saber defenderse, responder al fracaso y a la presión grupal, tomar decisiones, establecer un objetivo, priorizar la solución de problemas según su importancia, tomar una decisión y concentrarse en una tarea. El autor concluyó que debido al entorno en el cual se encontraron los estudiantes, se vieron principalmente afectadas las habilidades para expresar sus sentimientos.

Morales, M., Benitez, M. y Agustín D. (2013) en México, desarrollaron un estudio en adolescentes del área rural, para conocer sus habilidades cognitivas y sociales y evaluar que tan efectivo es un programa de implementación de las habilidades sociales en dichos adolescentes. En este estudio de diseño pre-experimental, correlacional, participaron 96 adolescentes. Por los resultados obtenidos se pudo observar una mejora en las habilidades sociales además de encontrar asociación entre las habilidades sociales avanzadas y la autoeficacia, así como con el afrontamiento activo; no se vieron cambios en la autoeficacia. Se concluyó que el programa mejoró diversas habilidades sociales en los adolescentes; sin embargo, se requirió mayor tiempo para el mejoramiento de las habilidades cognitivas.

Cabrera, V. (2012) en Ecuador llevó a cabo una investigación en varones de 15 a 18 años guayaquileños con la finalidad de conocer el nivel de desarrollo de las habilidades sociales en dichos adolescentes. Este estudio fue transversal,

cuya población estuvo conformada por adolescentes de sexo masculino, de un rango de 15 a 18 años de edad, los instrumentos utilizados fueron para medir el asertividad (Test de Rathus) y habilidades sociales (según Goldstein). Obtuvo como resultado que las habilidades más desarrolladas fueron: el atender y dar las gracias (primeras habilidades sociales), pedir ayuda, participar, convencer (habilidades sociales avanzadas), resolver el miedo, expresar afecto, ser empáticos con lo que sienten los demás (habilidades relacionadas a los sentimientos), ayudar a los demás, defender los propios derechos, compartir algo y no generar problemas (habilidades alternativas a la agresión), defender a un amigo, demostrar deportividad después de un juego, responder a la presión grupal, llevar a cabo una conversación difícil (habilidades para hacer frente al estrés), decidir y establecer un objetivo (habilidades de planificación). La autora concluyó que los adolescentes tuvieron deficiencias en las primeras habilidades sociales, las vinculadas con sentimientos, alternativas a la agresión, en las de planificación y para enfrentar el estrés.

Oyarzún, G., Estrada, C., Pino, E. y Oyarzún, M. (2012) en Bogotá, Colombia realizaron una investigación con el objetivo de conocer si el rendimiento académico se relaciona con las habilidades sociales en un grupo de alumnos, según el género. Para ello participaron 245 estudiantes (65,7% mujeres y 34,3% varones) de último año de enseñanza secundaria pertenecientes a la comuna de Punta Arenas, de tres establecimientos de la municipalidad correspondiendo al 35% de la población total, con una edad promedio de 16,5 años. Se empleó un diseño no experimental, transversal, correlacional. Los resultados indicaron que las niñas presentaron un perfil en que las variables se vincularon marginalmente entre sí, mientras que, en el caso de los niños, ninguna de las variables se relacionó con el rendimiento académico. Los autores interpretaron dichos resultados mencionando que los roles de género influyen en las expectativas y la adaptación diferencial de niños y niñas, en donde se vio que las niñas tuvieron un mejor rendimiento mientras tuvo buenas relaciones interpersonales.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Hurtado, R. (2018) en la ciudad de Lima, Perú realizó un estudio con el objetivo de conocer qué habilidades sociales presentaban estos estudiantes. El instrumento utilizado fue la lista de cotejo de Goldstein (1978), pero adaptada al Perú por Ambrosio Tomás (1994 -1995). La muestra estuvo conformada por 123 estudiantes; los resultados obtenidos mostraron que un 50, 41% tuvo habilidades sociales con un nivel “normal” y el 43,90% mostraron un “bajo” nivel; sin embargo, en el nivel de habilidades relacionados a los sentimientos y a la planificación, se obtuvo un alto porcentaje en el nivel “bajo”.

Dávila M, Retamozo J, Vásquez A (2017) en la ciudad de Lima, Perú llevaron a cabo un estudio con el objetivo de conocer el nivel de desarrollo de las Habilidades Sociales en alumnos de un colegio de Puente Piedra. Este estudio fue descriptivo, cuantitativo y transversal. La investigación se realizó en 90 alumnos de las tres secciones del 4to de secundaria. La técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento fue una lista evaluativa de las habilidades sociales validado por el instituto de salud mental Honorio Delgado Hideyo Noguchi, en donde se halló que el 27,8% de los estudiantes tuvo un nivel promedio alto. Los autores concluyeron que en mayor porcentaje, los estudiantes poseen un nivel alto en sus habilidades sociales y en menor cantidad, estudiantes con un nivel bajo.

Vásquez, M. (2017) en la ciudad de Iquitos, Perú realizó una investigación con el objetivo de identificar qué habilidades presentan en mayor y menor frecuencia un grupo de adolescentes de 4to de secundaria en un colegio de San Juan Miraflores y las diferencias que existen entre ellas. Material y Métodos: Fue una investigación observacional, transversal, prospectivo, cuya muestra fue de 105 alumnos, entre 14, 15, 16 y 17 años, de las secciones A, B, C y D quienes fueron evaluados con la lista de chequeo de Arnold Goldstein validada y estandarizada

por Ambrosio Tomas Rojas. La estadística empleada fue una estadística descriptiva simple. Los resultados obtenidos fueron que las mujeres presentaron una mayor competencia de habilidades sociales (47,6%), sin embargo, los alumnos de 15 años y de la sección B tuvieron un mayor índice de incompetencia. Al evaluar las habilidades sociales a nivel general, el 92,4% de los alumnos fueron competentes y el 7,6% incompetentes. Con respecto, a las habilidades sociales básicas, el 81,9% de estudiantes fueron competentes y 18,1% incompetentes; en cuanto a las habilidades sociales avanzadas el 87,6% fueron competentes y el 12,4% incompetentes; con respecto, a las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos 74,3% fueron competentes, y el 25,7% incompetentes; en cuanto a las habilidades sociales alternativas a la agresión 93,3% fueron competentes y 6,7% incompetentes; con respecto, a las habilidades sociales para hacer frente al estrés 81% fueron competentes y 19% incompetentes; con respecto a las habilidades sociales de planificación el 82,9% fueron competentes y 17,1% incompetentes. La autora concluyó que la mayor parte de estudiantes fueron competentes con respecto a las habilidades sociales investigadas.

Goyburo, J., Trujillo, L. y Zavala, M. (2017) en Lima, Perú realizaron una investigación con el objetivo de conocer las habilidades sociales de los estudiantes de primer y segundo año de secundaria de un colegio de los Olivos. Este estudio fue descriptivo, transversal en el que participaron 289 alumnos, a quienes se les dio un cuestionario de una institución de salud mental de prestigio local y nacional. Obtuvieron como resultado que gran parte de los estudiantes tuvo un nivel alto de habilidades sociales (24,9%), seguido de un nivel promedio (19,7%), nivel muy alto (14,2%), nivel promedio bajo (13,1%) y nivel bajo (1,7%). Los autores concluyeron que predominó un nivel alto de desarrollo de habilidades sociales en la población de estudio.

Álvarez, K. (2016) en Lima, Perú realizaron un estudio llamado con el objetivo de establecer la relación de las habilidades sociales y acoso escolar en

estudiantes de dos colegios en Ate Vitarte. El estudio tuvo un diseño no experimental y fue de tipo descriptivo y correlacional. Se empleó una lista de evaluación de habilidades y el cuestionario de intimidación y maltrato, a 1000 estudiantes de 11 a 14 años. Según los resultados obtenidos se vio una relación significativa entre las habilidades sociales en adolescentes y el protagonizar el acoso escolar. Asimismo, se observó que tanto los agresores como los espectadores en primero, segundo y tercero de secundaria tuvieron un nivel medio en las habilidades sociales básicas y avanzadas y las víctimas presentaron un nivel bajo en estas áreas. Los espectadores presentaron un nivel medio en las habilidades para los sentimientos y para enfrentar la agresión; en tanto los agresores tuvieron un nivel bajo en estas áreas. Asimismo, en cuanto a las habilidades para afrontar el estrés, los agresores, víctimas y espectadores tuvieron un nivel medio y en las habilidades de planificación, los agresores y víctimas presentaron un nivel bajo; sin embargo, los espectadores de segundo y tercero de secundaria tuvieron un nivel medio y los de primero, un nivel bajo.

Santos, L. (2012) en la ciudad de Lima, realizaron una investigación con el objetivo de conocer si el clima se relacionaba con las habilidades sociales de alumnos del Callao. Este estudio fue de tipo descriptiva correlacional, en el que se empleó una muestra de 255 alumnos de 11 a 17 años por medio de un muestreo no probabilístico. Se emplearon los siguientes instrumentos: Habilidades sociales de Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein (1989) y Escala de clima social en la familia de Moos, Moos y Trickett (2001), ambos instrumentos validados y confiabilizados por Santos (2010). Para evaluar la relación del clima familiar y las habilidades sociales se empleó la prueba de correlación r de Spearman, teniéndose como resultado, una relación positiva y significativa entre ambas variables y pudiendo concluir además, que hubo niveles adecuados tanto en las habilidades sociales como en el clima familiar.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Habilidades sociales

2.2.1.1. Definición

De acuerdo a lo planteado por Coronel, Levin y Majiel (2011) encontrar una definición para las habilidades sociales “resulta complejo, debido a la naturaleza pluriconceptual de las mismas” (p.244). En la literatura se encuentran diversas acepciones, tales como:

Monjas (1993) citado en De Miguel (2014), define a las habilidades como el comportamiento que se adopta para una relación satisfactoria y efectiva con otras (p. 18).

Garaigordobil y Peña (2014) mencionan que son diversos tipos de conductas que se exteriorizan en la relación con otras personas mediante las cuales se adquiere la capacidad de manifestar opiniones, sentimientos, deseos en un momento propicio, respetando los derechos de los demás y los propios. (p.552)

Según Caballo (2005) citado en Betina (2011) las habilidades sociales son aquellas conductas que hacen posible que la persona se desarrolle de manera óptima en un contexto individual o interpersonal. (p. 164)

Según Del Prette y Del Prette (2008), citado en Betina (2011) menciona que son comportamientos de tipo social que facilitan la interacción con los demás, ya que mejora las competencias sociales. (p. 65)

Lo antes mencionado, aumentaría el conocimiento sobre cómo actuar en las diferentes situaciones sociales, según las demandas que se presenten en dicho contexto. Asimismo, los comportamientos sociales aprendidos pueden ser modificados (Betina, 2011, p.65).

Según el Ministerio de Educación de España (1998), las habilidades sociales se definen como las capacidades o destrezas sociales aprendidas que permiten cumplir de forma adecuada con las tareas vinculadas a la interacción con

personas. Algunos ejemplos de habilidades son: decir que no, hacer una petición, responder a un saludo, resolver un problema, ser empáticos, preguntar ante alguna duda, mostrar emociones como la tristeza, decir cosas agradables y positivas a los demás.

Las habilidades sociales hacen posible que los adolescentes cuenten con herramientas sociales para una transición sana y madura hacia otras etapas de su vida y para contar con las capacidades que se necesiten para afrontar los retos que se presenten cotidianamente. Asimismo, mejoran los niveles de socialización, comunicación, toma de decisiones efectivas y resolución de conflictos que pueden ser influyentes en los diferentes estilos de vida como el consumo de alcohol y drogas, conductas violentas, relaciones sexuales precoces, entre otras. (Ministerio de salud, 2005, p.5)

2.2.1.2. Características

Betina (2011) menciona que, entre las principales características de las habilidades sociales se destacan que son conductas que se aprenden, es específica según la situación y naturaleza con diferentes dimensiones.

Según Ballesteros (1994) citado en Betina (2011), ha señalado que las habilidades sociales tienen las siguientes características:

Heterogeneidad, ya que la construcción de las habilidades sociales se da de acuerdo a las etapas de vida, a los niveles y al contexto en el que el ser humano interactúe.

Naturaleza interactiva del comportamiento social, ya que depende de la conducta de las personas involucradas, la cual aparece en una secuencia establecida y se realiza de un modo integrado.

Especificidad situacional del comportamiento social, por lo que es importante considerar los contextos socioculturales. (p.163).

2.2.1.3. Componentes

Los componentes de las habilidades, según lo planteado por Galarza (2012) son los siguientes:

Los componentes no verbales: Hacen referencia al lenguaje corporal, expresado a través del contacto ocular al hablar con otra persona, movimiento de los brazos o de las piernas, la distancia que se toma al interactuar con alguien, el contacto, la postura y gestos faciales.

Los componentes verbales: Lo conforma el volumen, tono, entonación y timbre de voz, así como el tiempo, la claridad y la velocidad que se usa para hablar y el contenido del mensaje.

2.2.1.4. Tipos

Los tipos de habilidades sociales se clasifican de la siguiente manera: Cognitivas: Relacionadas a los procesos mentales y psicológicos. Dichas habilidades consisten en identificar las necesidades y preferencias propias y de otros, diferenciar las conductas socialmente deseables, la capacidad de usar el pensamiento alternativo, de consecuencias y de relación para solucionar problemas, la autorregulación por medio del autorrefuerzo y el autocastigo y la identificación de estados de ánimo en uno mismo y en los demás.

Emocionales: Son todas las habilidades que nos permiten manifestar lo que sentimos, expresando emociones como la tristeza, la ira, la vergüenza, el enfado, la alegría, etc.

Instrumentales: Son aquellas habilidades que nos permiten actuar, permitiéndonos iniciar o mantener conversaciones, preguntar, responder (conductas verbales), rechazar provocaciones, negociar en situaciones conflictivas (habilidades alternativas a la agresión). Asimismo, se consideran a aquellas habilidades que nos permiten caracterizarnos por la postura, tono de voz,

intensidad, ritmo, gestos y contacto visual (conductas no verbales). (Peñafiel & Serrano, s.f, p.14)

2.2.1.5. Teorías

Algunas de las teorías y modelos de las habilidades sociales, son las siguientes:

2.2.1.5.1. Teoría del Aprendizaje Social

Es conocido también como Modelo Cognitivo de Aprendizaje Social. Fue propuesto por Albert Bandura en el año 1977, quien menciona que las personas no solo aprenden recibiendo instrucciones, sino también por observación. (Coheh, 2009, p.493). Beltrán y Bueno (1995) citado en Cherem A, et al (2015) menciona que en la década de los 60, el enfoque conductual era el más utilizado, en el cual el aprendizaje se obtenía por medio del apareamiento de estímulos. Sin embargo, Albert Bandura, mostraba una postura contraria al conductismo porque solo consideraba los estímulos que venían de afuera más no los internos, los cuáles también influirían en el aprendizaje (p. 8).

Asimismo, menciona que la conducta de los niños se modela de acuerdo a las consecuencias de su comportamiento y a las respuestas que reciba de su entorno. Es así que las personas aprenden a comportarse según lo que observan y dependiendo de la interacción social que tengan (Coheh, 2009, p.493). En este sentido, cabe mencionar que los individuos pueden actuar según:

- La experiencia directa: Es el aprendizaje que se da por las consecuencias negativas o positivas de las acciones. A través de este proceso se seleccionan las formas de respuesta en base a los objetivos obtenidos, descartándose las respuestas ineficaces. Las consecuencias de las respuestas pueden proporcionar información y tener además una función motivadora (Bandura, 1987 citado en Cherem A, et al., 2015, p.9).

- El aprendizaje por medio de modelos: Se refiere al aprendizaje resultante de la observación de las conductas de otros individuos, teniendo una idea de cómo se efectúa las conductas nuevas y cuya información se toma como guía. Cuando las personas observan un modelo hacen propios las representaciones simbólicas de las actividades efectuadas por dicho modelo (Bandura, 1987 citado en Cherem A, et al., 2015, p.8).

Además, Sánchez (2009) menciona que el aprendizaje por modelamiento es uno de los medios más influyentes para transmitir valores, actitudes y patrones de pensamiento y comportamiento (p. 111)

2.2.1.5.2. Teoría Socio-Histórica

Fue planteada por Vigotsky en el año 1978, en la que menciona que las habilidades de un sujeto se originan en el contexto social, es decir, mediante procesos individuales, sociales, históricos y culturales (Coheh, 2009, p.492). Esta teoría hace referencia a aquellas actividades vinculadas a la interacción con otras personas y los procesos mentales superiores involucrados en ellas. (Baquero, 1997, p.3).

Asimismo, dichos procesos afirman que, en el desarrollo cultural del niño, los procesos psicológicos aparecen dos veces: primero, a nivel social, y luego a nivel individual. Dicho de otra manera, los procesos psicológicos se dan primero entre personas (interpsicológica) y después, en el interior del propio niño (intrapsicológica). (Baquero, 1997, p.7)

El proceso de interiorización consiste en representar una actividad externa que se reconstruye y comienza a suceder internamente; posteriormente el proceso interpersonal se hace impersonal y luego intrapersonal como el resultado de una prolongada serie de sucesos evolutivos. (Baquero, 1997, p.7)

Vigotsky menciona que en la base de su escuela socio-histórico-cultural revela las posibilidades de desarrollo que posee todo niño si se le proporciona una intervención adecuada en el momento oportuno. (Ochoa, 2009, p.8)

2.2.1.6. Modelos

2.2.1.6.1. Modelo de Vicente Caballo

Dicho autor plantea un modelo adaptado de Mc Fall según las necesidades de la evaluación y el entrenamiento, en el que las habilidades sociales son evaluadas según tres categorías: habilidades de descodificación (recepción, percepción e interpretación), habilidades de decisión (búsqueda de la respuesta, comprobación de la respuesta, selección de la respuesta, búsqueda en el repertorio, evaluación de su utilidad), habilidades de codificación (ejecución y autoobservación). Las habilidades sociales requieren de un aprendizaje constante, ya que cambian en las diferentes etapas de vida; por tanto depende del individuo para mantenerlas o perderlas por la falta de uso. (Caballo, 2007, p.12)

2.2.1.6.2. Modelo de Monjas y Gonzáles

Monjas y Gonzáles (1998) citado en López (2008) plantea algunas técnicas para modificar las habilidades sociales, las cuáles son: la imitación y modelado, juego de representaciones, reestructuración cognitiva, capacidad para relajarse y resolver conflictos con otras personas. Las aplicaciones de este tipo de técnicas son útiles para fortalecer la interacción social, por lo cual se propone que sea incluido como temas transversales en las sesiones educativas. Asimismo, Monjas (1998) menciona que un programa para fomentar las habilidades sociales debe incluir lo siguiente: autoestima, instrucción a los niños en iniciar y mantener relaciones sociales que hagan posible un intercambio constructivo entre las partes, práctica de patrones de comunicación, y aplicar estas habilidades en todos los contextos. (p.18)

2.2.1.7. Enfoques

Algunos de los enfoques de las habilidades sociales a considerar son los siguientes:

2.2.1.7.1. Enfoque según Hidalgo y Abarca

Mencionan que el hombre, por su naturaleza, tiende a relacionarse con otras, por lo cual es necesario que cuente con habilidades sociales, que le permitan relaciones interpersonales satisfactorias. Asimismo, afirman que la conducta social también está fuertemente determinada por la cultura, la cual tiene características idiosincráticas propias de un grupo social. Un ejemplo de ello es en la adolescencia, donde se debe encarar múltiples tareas que implican relaciones interpersonales diferentes a las que tuvo antes y poder resolver por sí mismos diversos problemas que puedan suscitarse. Los adolescentes hacen amigos(as), aprenden a conversar, participan en diferentes grupos de actividades extracurriculares, tienen un grupo de pares en el que se sienten integrados e identificados y aprenden comportamientos heterosexuales. (Abarca e Hidalgo, 1989, p. 266)

2.2.1.7.2. Enfoque según Gismero

Gismero (2000) citado en Miranda (2012), menciona que las habilidades sociales son las respuestas verbales y no verbales, parcialmente independientes y específicas según la situación, que hacen posible que un individuo manifieste sus necesidades, sentimientos, preferencias, opiniones o derechos de una forma asertiva y respetuosa, que a su vez posibilite un mayor refuerzo del entorno y en el individuo mismo.

Dicho autor propone una escala de habilidades sociales, donde se evalúa las siguientes acciones: decir no y/o cortar interacciones, hacer peticiones, autoexpresión en situaciones sociales, defensa de derechos, manifestar el

desacuerdo o enfado con algo e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

2.2.1.7.3. Enfoque según Goldstein

Este autor menciona que para la adquisición de habilidades sociales, es necesario el “Aprendizaje Estructurado”. Este método ha sido elaborado con la finalidad de que los adolescentes aprendan distintos tipos de habilidades: sociales, de planificación, afectivas, distintas a la agresión y las dirigidas a responder con eficacia al estrés (Goldstein, 1989, p.13).

Goldstein (1989) menciona que el aprendizaje estructurado es llevado a cabo en 4 fases: (1) modelamiento, (2) representación de papeles, (3) retroalimentación del rendimiento y (4) la instrucción para este aprendizaje, se muestra al individuo a tratar, varios ejemplos específicos que representa las conductas que el individuo debe aprender (es decir, el modelamiento). Luego, se le pide hacer un role playing para la aprehensión de dichas conductas y mediante una retroalimentación positiva se le alienta para que las conductas sean cada vez más parecidas a las del modelo (es decir, retroalimentación del rendimiento) (p.23)

Mediante el aprendizaje estructurado, se pretende evaluar el uso de las habilidades sociales, personales e interpersonales, así como las deficiencias y competencias que tiene un adolescente en sus habilidades. Asimismo, se desea saber en qué medida los adolescentes son competentes o deficientes en el empleo de una habilidad y en qué tipo de situaciones. Se desea obtener esta información de una manera precisa y específica, y sin que sea de excesiva duración, costosa o molesta. (p. 58)

El instrumento que propone Goldstein expone 50 habilidades de aprendizaje estructurado que son divididas en seis grupos, los cuáles serán usados en el presente trabajo de investigación:

Grupo I. Primeras Habilidades Sociales: Comprende las habilidades de saber escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse, presentar a otras personas y hacer un cumplido.

Grupo II. Habilidades Sociales Avanzadas: Conformadas por la habilidad de pedir ayuda, participar, dar instrucciones, seguir instrucciones, disculparse y convencerá los demás.

Grupo III: Habilidades relacionadas a los sentimientos: Comprende las habilidades sobre conocer los propios sentimientos, expresar afecto, ser empáticos, enfrentar el miedo, saber cómo responder cuando otros están molestos, y autorrecompensarse.

Grupo IV. Habilidades alternativas a la agresión: Conformada por las habilidades de solicitar permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, empezar el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, no buscar problemas o enfrentamientos con los demás, sino más bien solucionarlos.

Grupo V. Habilidades para enfrentar el estrés: Lo componen las habilidades de formular una queja, responder a una queja, resolver la vergüenza, demostrar ser deportivos luego de un juego, saber qué hacer cuando le dejan de lado, sobrellevar las presiones grupales, defender a un amigo, saber responder a los mensajes contradictorios, responder a la persuasión, responder al fracaso, responder a una acusación y manejar una conversación difícil.

Grupo VI. Habilidades de Planificación: Se toman en cuenta las habilidades que permitan reconocer las habilidades propias, definir objetivos, recoger información, realizar tareas y resolver problemas según su importancia, y capacidad para tomar decisiones. (Goldstein, 1989, p.75)

Goldstein (1989) menciona que luego de aplicar dicho instrumento, se puede agrupar a los adolescentes de acuerdo con el déficit en común. Los adolescentes

que presenten una relativa deficiencia en un grupo de habilidades (por ejemplo, en las primeras habilidades sociales o habilidades alternativas a la agresión) se integran en el mismo grupo. Estos alumnos formarán un grupo relativamente homogéneo con respecto al déficit de habilidades detectado, pero heterogéneo en cuanto a la edad, nivel u otras características importantes. (p. 58)

2.2.1.7.4. Enfoque según Peñafiel y Serrano

Dichos autores mencionan que el comportamiento social del niño es fundamental en su desarrollo, tanto en el presente como en el futuro. Una conducta apropiada, le permite, ser aceptado, ser más feliz y tener mayor satisfacción personal. Es por ello, que las habilidades sociales son una herramienta necesaria para una interacción social adecuada, que además le facilita la asimilación de normas sociales que le ayudan a relacionarse con los demás, de manera positiva. Por otro lado, la relación con otras personas le permite al niño aprender y aplicar habilidades que hagan posible una mejor adaptación en los ámbitos académico, social y emocional. (Peñafiel & Serrano, s.f, p.8).

2.2.1.8. Habilidades sociales en estudiantes adolescentes

El período de la adolescencia es una etapa en la que el individuo se interrelaciona de manera diferente y en donde debe aprender a resolver conflictos de forma autónoma. (Hidalgo & Abarca, 1990, p.266)

Las habilidades sociales son importantes en diferentes áreas de la vida del adolescente, siendo una de ellas el ámbito escolar, ya que es un lugar donde interaccionan con sus pares y con adultos, gran parte del día. Se ha comprobado que, aquellos adolescentes que manifiestan dificultades para relacionarse y ser aceptados por sus compañeros de aula, tienden a presentar abandono del colegio, enfermedades psicopatológicas y conductas agresivas. Es así que, la escuela constituye uno de los entornos más importantes para los educandos y

una oportunidad para buscar potenciar y enseñar habilidades sociales que les permitan resolver conflictos, de ser el caso. Con las situaciones conflictivas las personas que conforman la comunidad educativa pueden hacer uso de habilidades como el diálogo, el pensamiento crítico, la empatía y la concertación. (Villarreal, s.f, pp 61-62)

2.3. Definiciones conceptuales

2.3.1. Habilidades Sociales

Son un conjunto de conductas interpersonales complejos aprendidos y adquiridos. (Gades, s.f., p.134).

2.3.2. Primeras habilidades Sociales

Son aquellas habilidades sociales básicas para interactuar con los demás, tales como escuchar, iniciar una conversación, presentarse y agradecer. (Goldstein, 1989, p.75)

2.3.3. Habilidades sociales avanzadas

Refleja un nivel avanzado de interacción social, relacionadas a participar, dar instrucciones y seguirlas, disculparse y convencer a los demás. (Goldstein, 1989, p.75)

2.3.4. Habilidades relacionadas con los sentimientos

Se refiere al nivel de empatía, expresar afecto, enfrentar el miedo y auto compensarse. (Goldstein, 1989, p.75)

2.3.5. Habilidades alternativas a la agresión

Referida a las habilidades para emplear el autocontrol, defender sus derechos, responder a las bromas, evitar conflictos. (Goldstein, 1989, p.75)

2.3.6. Habilidades para hacer frente al estrés

Son aquellas que permiten responder al fracaso, responder persuasiones, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a una

contradicción, prepararse para conversaciones difíciles y enfrentar presiones grupales. (Goldstein, 1989, p.75)

2.3.7. Habilidades de planificación

Son aquellas que permiten tomar decisiones, establecer objetivos, resolver los problemas según su importancia y concentrarse en una tarea. (Goldstein, 1989, p.75)

CAPÍTULO III:

METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño utilizado

3.1.1. Tipo:

Fue descriptiva ya que señaló como se manifestó un fenómeno evaluando las dimensiones del fenómeno a estudiar. (Hernández, Fernández & Baptista, 2014, p.92).

La investigación descriptiva busca ver un fenómeno y sus componentes. Permiten definir el fenómeno mediante la medida de uno o más de los resultados (Behar, Rivero;2008).

3.1.2. Diseño:

No experimental, las habilidades sociales fueron observadas en pleno acontecimiento sin manipular la variable de estudio. Según Hernández Sampieri en este diseño se observan las situaciones ya existentes. (Hernández, 2014, p.154)

3.2 Población y muestra

3.2.1. Población

Estuvo compuesta por 60 alumnos de ambos sexos pertenecientes al 2º año de secundaria de un centro educativo particular de Villa María del Triunfo, en el año 2018.

3.2.2. Muestra

La muestra utilizada para esta investigación es de tipo censal, es decir se evaluará el 100% de la población. Para Tamayo y Tamayo (2004), los estudios con tipo de muestra censal recogen un censo en la totalidad de la población evaluada.

Tabla N°1

Número de estudiantes pertenecientes al segundo año de secundaria

Secciones	Número de estudiantes
2°A	30 alumnos
2°B	30 alumnos

3.3 Identificación de la variable y su operacionalización

La variable del estudio es Habilidades Sociales

Tabla N°2

Tabla de operacionalización de la variable habilidades sociales

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	N° ITEMS	CODIFICACIÓN	ESCALA FINAL
HABILIDADES SOCIALES	Primeras habilidades sociales	Escuchar	8	Nunca usa la habilidad = 1 Rara vez usa la habilidad = 2 A veces usa la habilidad = 3 A menudo usa la habilidad = 4 Siempre usa la habilidad = 5	Bajos niveles= 1 Medianos niveles= 2 Altos niveles= 3
		Iniciar una conversación			
		Mantener una conversación			
		Formular una pregunta			
		Dar las "gracias"			
		Presentarse			
		Presentar a otras personas			
		Hacer un cumplido			
		Pedir ayuda Participar Dar instrucciones	6	Nunca usa la habilidad = 1	Bajos niveles= 1

	Habilidades sociales avanzadas	Seguir instrucciones		Rara vez usa la habilidad = 2 A veces usa la habilidad = 3 A menudo usa la habilidad = 4 Siempre usa la habilidad = 5	Medianos niveles= 2 Altos niveles= 3
		Disculparse			
		Convencer a los demás.			
	Habilidades relacionadas con los sentimientos	Conocer los propios sentimientos	7	Nunca usa la habilidad = 1 Rara vez usa la habilidad = 2 A veces usa la habilidad = 3 A menudo usa la habilidad = 4 Siempre usa la habilidad = 5	Bajos niveles= 1 Medianos niveles= 2 Altos niveles= 3
		Expresar los sentimientos			
		Comprender los sentimientos de los demás			
		Enfrentarse con el enfado de otro			
		Expresar afecto			
		Resolver el miedo			
		Autorecompensarse			
	Habilidades alternativas a la agresión	Pedir permiso	9	Nunca usa la habilidad = 1 Rara vez usa la habilidad = 2 A veces usa la habilidad = 3 A menudo usa la habilidad = 4 Siempre usa la habilidad = 5	Bajos niveles= 1 Medianos niveles= 2 Altos niveles= 3
		Compartir algo			
Ayudar a los demás					
Negociar					
Empezar el auto-control					
Defender los propios derechos					
Responder a las bromas					
Evitar los problemas con los demás.					
No entrar en peleas					
Habilidades para hacer frente al estrés	Formular una queja	12	Nunca usa la habilidad = 1 Rara vez usa la habilidad = 2 A veces usa la habilidad = 3 A menudo usa la habilidad = 4 Siempre usa la habilidad = 5	Bajos niveles= 1 Medianos niveles= 2 Altos niveles= 3	
	Responder una queja				
	Demstrar deportividad después de un juego				
	Resolver la vergüenza				
	Arreglárselas cuando le dejan de lado				
	Defender a un amigo				
	Responder a la persuasión				
	Responder al fracaso				
	Enfrentarse a los mensajes contradictorios				
	Responder una acusación				
	Prepararse para una conversación difícil				

		Hacer frente a las presiones del grupo			
	Habilidades de planificación	Tomar iniciativas	8	Nunca usa la habilidad = 1 Rara vez usa la habilidad = 2 A veces usa la habilidad = 3 A menudo usa la habilidad = 4 Siempre usa la habilidad = 5	Bajos niveles= 1 Medianos niveles= 2 Altos niveles= 3
		Discernir sobre la causa de un problema			
		Establecer un objetivo			
		Determinar las propias habilidades			
		Recoger información			
		Resolver los problemas según su importancia			
		Tomar una decisión			
		Concentrase en una tarea			

3.4 Técnicas e instrumento de evaluación y diagnóstico

La técnica de recolección de datos será a través de una encuesta y el instrumento a utilizar será mediante la **Escala-Test denominado: “Lista de Chequeo De Habilidades Sociales De Goldstein”** el cual fue adaptada por el licenciado Ambrosio Tomás (Tomás, 1995). Esta escala permitió la recabación de la información para después su análisis con respecto a las habilidades sociales para determinar el nivel. El tiempo de aplicación del test fue de 30 minutos y estuvo constituido por 50 ítems que estuvieron agrupados en 6 factores que son: primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, las que se vinculan con los sentimientos, las que permiten afrontar la agresión, el estrés y las habilidades de planificación. El uso de la escala estuvo sujeta a adolescentes a partir de los 12 años.

3.4.1 Ficha técnica

Nombre original: Lista de chequeo y evaluación de habilidades sociales

Autor original: Arnold P. Goldstein.

Año: 1978

Adaptación y traducción Peruana: Ambrosio Tomás.

Año de rediseño: 1994-1995

Administración: Grupal o individual

Tiempo: 15 minutos aproximadamente

Numero de ítems: 50 preguntas

Edad: 12 años en adelante

3.4.1.1. Significación

Evalúa los niveles de habilidades sociales de estudiantes de secundaria de 12 años a más, en las habilidades básicas, avanzadas, relacionadas con los sentimientos, para enfrentar el estrés, la agresión y las habilidades de planificación.

3.4.1.2. Tipificación

Baremos eneatípicos provisionales que reflejan la muestra de estudiantes del nivel secundaria, también se tomó una muestra universitaria que fue en estudiantes de psicología.

La escala de habilidades sociales fue elaborada por Arnold Goldstein en New York en 1978, después fue traducido al español por Rosa Vásquez en 1983, después fue adaptado y traducido por el psicólogo licenciado Tomas Ambrosio entre los años 1994-1995.

3.4.2. Componentes de la Escala de Habilidades Sociales

Este instrumento fue elaborado realizándose la técnica de Likert el cual contiene 50 ítems que examina las variables de habilidades sociales de los adolescentes dentro de una situación donde interactúa con su entorno. Este instrumento evalúa 6 factores en función al estudio estadístico y cualitativo fueron los siguientes:

Primeras habilidades sociales (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7,8): Habilidades básicas para poder interactuar con las personas mediante una conversación fluida como empezar y terminar una conversación por lo cual se puede retener relaciones interpersonales.

Habilidades sociales avanzadas (9, 10, 11, 12, 13, 14). Son habilidades que permiten desarrollarse dentro de su entorno con mayor facilidad como cooperar en una actividad y seguir las reglas.

Habilidades relacionadas con los sentimientos (15, 16, 17, 18, 19, 20, 21): Son habilidades donde el individuo puede expresar sus sentimientos con los demás a la vez tenga una estabilidad emocional donde reconoce sus emociones y sentimientos.

Habilidades alternativas a la agresión (22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30): Son Habilidades que permiten observar el desarrollo del autocontrol y ponerse en el lugar de otra persona ante una circunstancia incómodo.

Habilidades para hacer frente al estrés (31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42): Son habilidades que aparecen en circunstancias de crisis que el sujeto va formando sus mecanismos para poder afrontar como un fracaso a la vez logra una madurez ante algún hecho como eso.

Habilidades de planificación (43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50): Son habilidades que logran que se puedan establecer metas, objetivos, toma decisiones y también se pueda resolver conflictos.

3.4.3 Calificación

La ejecución del instrumento se puede realizar por tipo manual o computarizado, para la calificación, no obstante, se requiere que se ingrese por medio del sistema computarizado para realizar la puntuación por factores y analizar la escala general de habilidades sociales.

La puntuación máxima a conseguir en un ítem es 5 y el valor mínimo es 1. Es posible adquirir los siguientes puntajes para identificar en qué medida los adolescentes es competente o deficiente en el empleo de sus habilidades sociales al usar la escala general. Cabe resaltar que las puntuaciones 1 y 2 indican, en general, un déficit en la habilidad.

El puntaje total máximo es 250 puntos y el mínimo es de 50 puntos esto varía en función al número de ítems que representa cada valor de 1 a 5. La categoría diagnóstica menciona del instrumento que las puntuaciones vendrían ser directas esto quiere decir que a una mayor puntuación es aceptable el nivel de habilidades

sociales. De esta forma se puede adquirir el nivel o grado de desarrollo de las habilidades sociales en general y también por cada área.

3.4.4. Confiabilidad y validez

Al desarrollar el examen de ítems de la lista de chequeo de habilidades sociales se encontró correlaciones significativas ($p < .05$ y $.001$), permaneciendo el instrumento íntegro, en otras palabras todos sus ítems están saturados por lo cual no hubo causa para borrar alguno.

Se logró también que en las escalas de áreas hubiera una correlación positiva y altamente significativa a un nivel de $p < .001$ con la escala total de habilidades sociales, esto quiere decir, que todos participan de una manera altamente significativa a la medición de las habilidades sociales.

Se calculó la prueba de test-retest mediante el Coeficiente de Correlación Producto-Momento de Pearson teniendo como resultado una " r " = 0.6137 y una " t " = 3.011, la cual es muy significativa al $p < 0.1$. El tiempo que se utilizó fue entre el test -retest de 4 meses.

Con propósitos de aumentar la precisión de la confiabilidad se calculó el Coeficiente Alpha de Cronbach, de consistencia interna, obteniéndose Alpha Total " α " = 0.9244. Todos estos valores demostraron la precisión y estabilidad de la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein. (Tomás, 1995).

3.4.5. Baremación

El instrumento utilizado para la investigación contiene dentro del manual dos baremos el cual tiene una muestra mixta de estudiantes de secundaria y alumnos universitarios de la carrera de psicología. Los baremos han logrado convertir las puntuaciones directas (PD) en la escala de eneatis.

Las líneas que continúan señalan los límites de los eneatis 4, 5 y 6 que representan a la actuación del promedio (Eneatis 5) y de las desviaciones estándar

por debajo (Eneatipo 4) y por encima (Eneatipo 6) del promedio. En la parte inferior de los baremos, figuran las medias (X), las desviaciones estándar (DS) y el número de sujetos de la muestra (N).

La muestra de los alumnos de secundaria se expresa en la tabla N°1 de las normas eneatópicas.

Tabla N°3

Normas eneatiípicas para la muestra de escolares de secundaria de primero a quinto año, colegio nacional, clase baja, 12 a 17 años.

Lima-La Molina-Perú. 1995.

Calific	Puntuación directa en las escalas						
	I	II	III	IV	V	VI	TOTAL
9	34	27	31	41	52	40	209
8	31	25	29	38	49	37	199
7	29	23	27	36	45	35	189
6	27	22	25	33	42	32	179
5	36	20	23	31	39	30	169
4	23	18	21	29	36	27	159
3	21	16	19	26	33	25	149
2	18	14	17	24	29	23	139
1	0	0	0	0	0	0	0
N	150	150	150	150	150	150	150
X	26.01	20.63	23.59	32.14	40.57	31.11	174.04
DS	4.38	3.68	3.98	4.84	6.42	4.82	20.23

Fuente: Tomás A. (1995) Manual de calificación y diagnóstico de la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein.

La conversión de los puntajes directos en Eneatipo permiten indicar a qué nivel pertenecen mediante la tabla N°1 y la significación de los niveles se pudo interpretar cómodamente de la siguiente manera:

- Eneatipo 1 : Deficiente nivel de habilidades sociales
- Eneatipo 2 y 3 : Bajo nivel de habilidades sociales
- Eneatipo 4,5 y 6 : Normal nivel de habilidades sociales
- Eneatipo 7 y 8 : Buen nivel de habilidades sociales
- Eneatipo 9 : Excelente nivel de habilidades sociales

CAPÍTULO IV

PROCESAMIENTO, PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

4.1. Procesamiento de los resultados

Obtenida la información se procedió a:

Ingresar los datos a una base de datos en el programa Microsoft Excel 2013, utilizando los códigos de identificación a fin de no revelar la información del participante.

Luego, los datos serán traspasados al programa estadístico SPSS v.23 a fin de realizar el análisis de la información.

Para la presente investigación se utilizó una estadística descriptiva teniendo en cuenta que para la evaluación de las variables cualitativas se estimaron frecuencias relativas (porcentajes) y frecuencias absolutas. Y en el análisis de las variables cuantitativas, es decir para estimar el promedio de los puntajes se utilizó promedios, máximo, mínimo y media aritmética.

Media aritmética

$$\bar{X} = \frac{\sum_{i=1}^n X_i}{n}$$

4.2. Presentación de los resultados

A continuación, se observa la evaluación de las habilidades sociales y sus respectivos componentes:

Tabla N°4: *Medidas estadísticas descriptivas de las habilidades sociales.*

Estadísticos		
Puntaje Total		
N	Válido	60
	Perdidos	0
Media		177.75
Mínimo		141
Máximo		222

En la tabla N°4, se describe las habilidades sociales en los 60 estudiantes de la siguiente manera:

Una media de 177.75 se categoriza como “Normal”

Un valor mínimo de 141 que se categoriza como “Deficiente”

Un valor máximo de 222 que se categoriza como “Excelente”

Tabla N°5: *Medidas estadísticas descriptivas de los factores referidos a las habilidades sociales.*

Estadísticos							
		Primeras Habilidades Sociales	Habilidades Sociales Avanzadas	Habilidades relacionados con los sentimientos	Habilidades alternativas a la agresión	Habilidades para hacer frente a al estrés	Habilidades de Planificación
N	Válido	60	60	60	60	60	60
	Perdidos	0	0	0	0	0	0
Media		27.88	20.88	24.62	32.97	41.60	29.80
Mínimo		21	11	16	21	28	23
Máximo		38	26	33	43	55	39

En los factores referidos a las habilidades sociales se observa lo siguiente:

En el factor de Primeras habilidades sociales:

- Una media de 27.88 que vendría a categorizar como “Normal”
- Un mínimo de 21 que se categoriza como muy “Deficiente”
- Un máximo de 38 vendría a categorizar como “Excelente”

En el factor de Habilidades sociales avanzadas:

- Una media de 20.88 que vendría a categorizar como “Normal”
- Un mínimo de 11 que se categoriza como muy “Deficiente”
- Un máximo de 26 que se categoriza como “Excelente”

En el factor de habilidades relacionados con los sentimientos:

- Una media de 24.62 que vendría a categorizar como “Normal”
- Un mínimo de 16 que se categoriza como muy “Deficiente”
- Un máximo de 33 se categoriza como “Excelente”

En el factor de habilidades alternativas a la agresión.

- Una media de 32.97 que vendría a categorizar como “Normal”
- Un mínimo de 21 que se categoriza como muy “Deficiente”
- Un máximo de 43 se categoriza como “Excelente”

En el factor de habilidades para hacer frente a al estrés:

- Una media de 41.6 que se vendría a categorizar “Normal”
- Un mínimo de 28 que se categoriza como muy “Deficiente”
- Un máximo de 55 que se categoriza como “Excelente”

En el Factor de habilidades de Planificación:

- Una media de 29.80 que se categoriza como “Normal”
- Un mínimo de 23 que se categoriza como “Deficiente”
- Un máximo de 39 que se categoriza como “Excelente”

Tabla N° 6: *Nivel de las habilidades sociales*

HABILIDADES SOCIALES	N	%
Excelente nivel de Habilidades Sociales	0	0.0%
Buen nivel de Habilidades Sociales	8	13.3%
Normal nivel de Habilidades Sociales	33	55.0%
Bajo nivel de Habilidades Sociales	18	30.0%
Deficiente nivel de Habilidades Sociales	1	1.7%
TOTAL	60	100.0%

Comentario:

Respecto a las habilidades sociales en estudiantes que participaron de la investigación, se considera un nivel de “normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 55%, se considera categoría “Normal”.
- El 30%, se considera categoría “Bajo”.
- El 13.3%, se considera categoría “Buen nivel”
- El 1.7%, se considera categoría “deficiente nivel”
- El 0%, se considera categoría “excelente nivel”

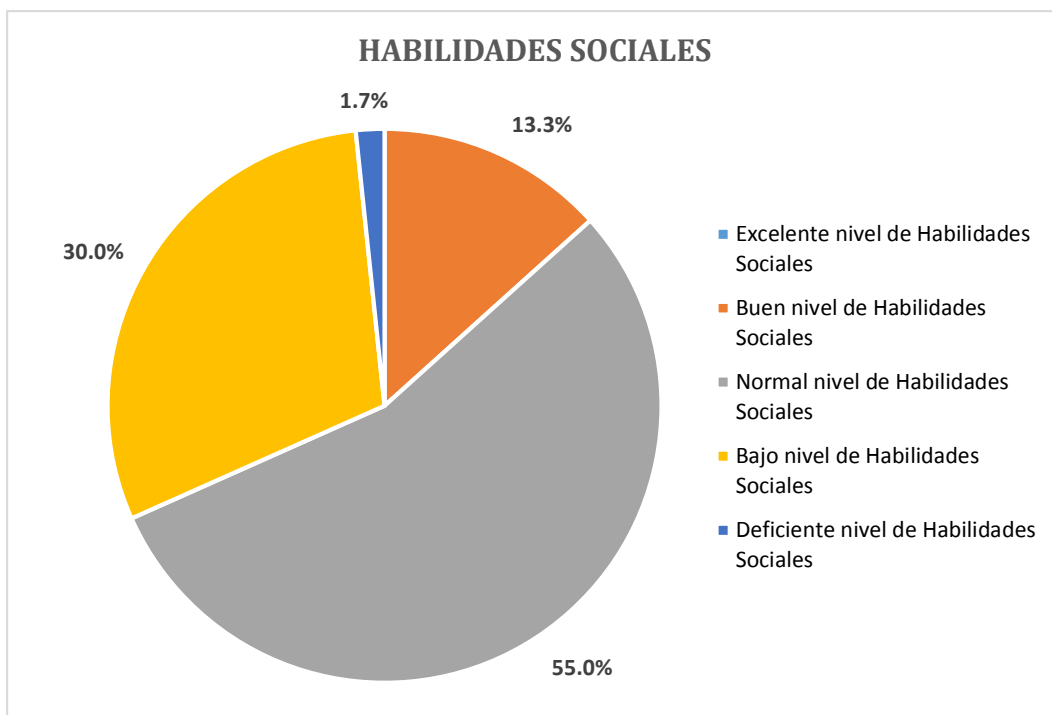


Figura 1: Habilidades sociales

Comentario:

Respecto a las habilidades sociales en estudiantes, se considera un nivel “normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 55%, se considera categoría “Normal”.
- El 1.7%, se considera “deficiente nivel”

Tabla N°7: *Nivel de las primeras habilidades sociales*

PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES	N	%
Excelente nivel de Habilidades Sociales	1	1.7%
Buen nivel de Habilidades Sociales	10	16.7%
Normal nivel de Habilidades Sociales	28	46.7%
Bajo nivel de Habilidades Sociales	21	35.0%
Deficiente nivel de Habilidades Sociales	0	0.0%
TOTAL	60	100.0%

Comentario:

Respecto a las primeras habilidades sociales en estudiantes, se considera un nivel de “normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 46.7%, se considera categoría “Normal”.
- El 35.0%, se considera categoría “Bajo”.
- El 16.7%, se considera categoría “Buen nivel”
- El 1.7%, se considera categoría “excelente nivel”
- El 0%, se considera categoría “deficiente nivel”

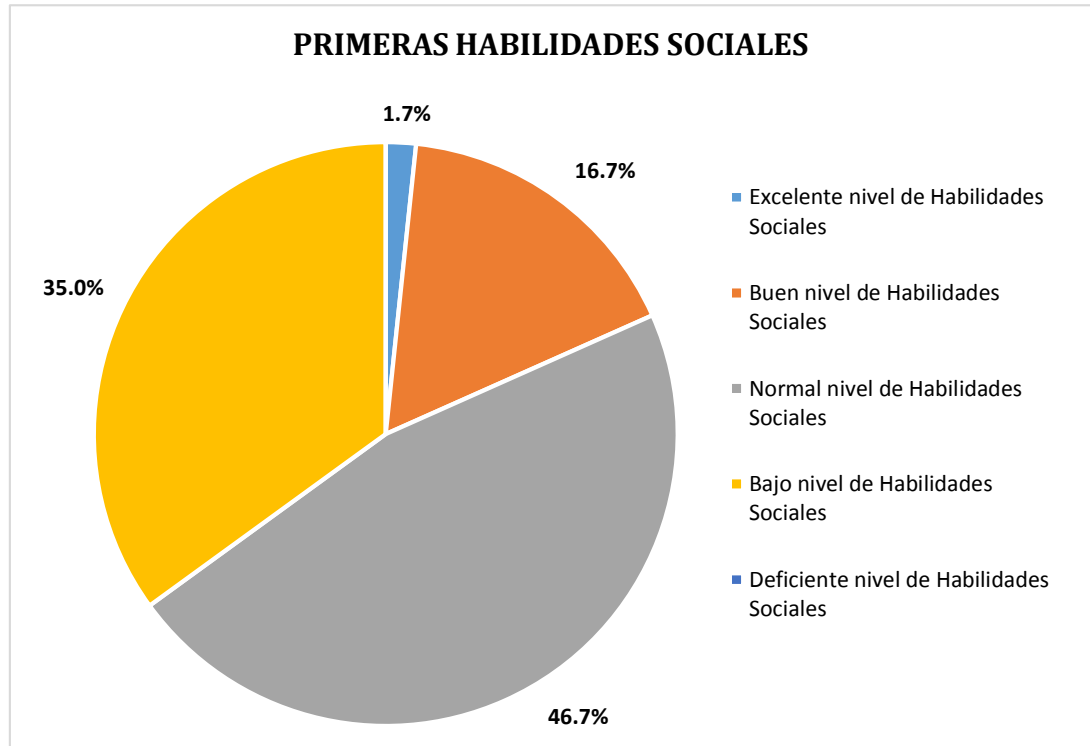


Figura 2: Primeras Habilidades Sociales

Comentario:

Respecto a las primeras habilidades sociales en estudiantes, se considera un nivel “normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 46.7%, se considera categoría “Normal”.
- El 1.7%, se considera “deficiente nivel”

Tabla N°8: *Nivel de las habilidades sociales avanzadas*

HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS	N	%
Excelente nivel de Habilidades Sociales	0	0.0%
Buen nivel de Habilidades Sociales	13	21.7%
Normal nivel de Habilidades Sociales	35	58.3%
Bajo nivel de Habilidades Sociales	9	15.0%
Deficiente nivel de Habilidades Sociales	3	5.0%
TOTAL	60	100.0%

Comentario:

Respecto a las habilidades sociales avanzadas en estudiantes, se considera un nivel de “normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 58.3%, se considera categoría “Normal”.
- El 21.7%, se considera categoría “Buen nivel”.
- El 15.0%, se considera categoría “Bajo nivel”
- El 5.0%, se considera categoría “deficiente nivel”
- El 0%, se considera categoría “excelente nivel”

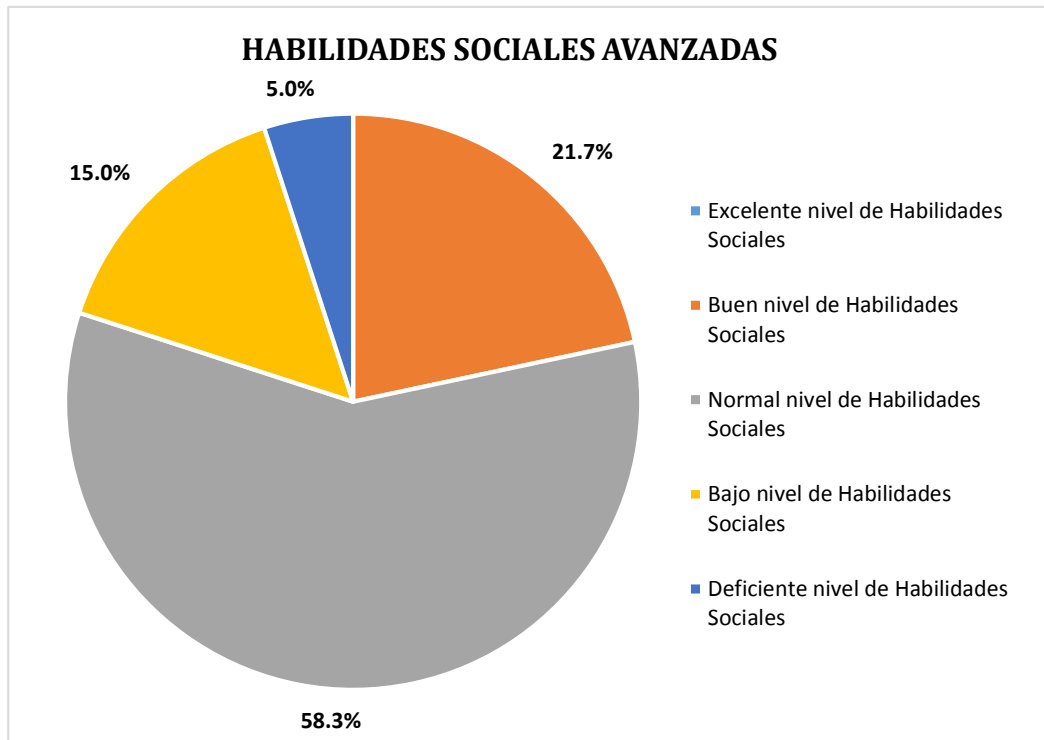


Figura 3: Habilidades Sociales Avanzadas

Comentario:

Respecto a las habilidades sociales avanzadas en estudiantes, se considera un nivel de “normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 58.3%, se considera categoría “Normal”.
- El 0%, se considera “excelente nivel”

Tabla N°9: Nivel de las habilidades relacionadas a los sentimientos.

HABILIDADES RELACIONADAS A LOS SENTIMIENTOS	N	%
Excelente nivel de Habilidades Sociales	1	1.7%
Buen nivel de Habilidades Sociales	12	20.0%
Normal nivel de Habilidades Sociales	29	48.3%
Bajo nivel de Habilidades Sociales	17	28.3%
Deficiente nivel de Habilidades Sociales	1	1.7%
TOTAL	60	100.0%

Comentario:

Respecto a las habilidades relacionadas a los sentimientos en estudiantes, se considera un nivel de “normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 48.3%, se considera categoría “Normal”.
- El 28.3%, se considera categoría “Bajo”.
- El 20.0%, se considera categoría “Buen nivel”
- El 1.7%, se considera categoría “deficiente nivel”
- El 1.7%, se considera categoría “excelente nivel”

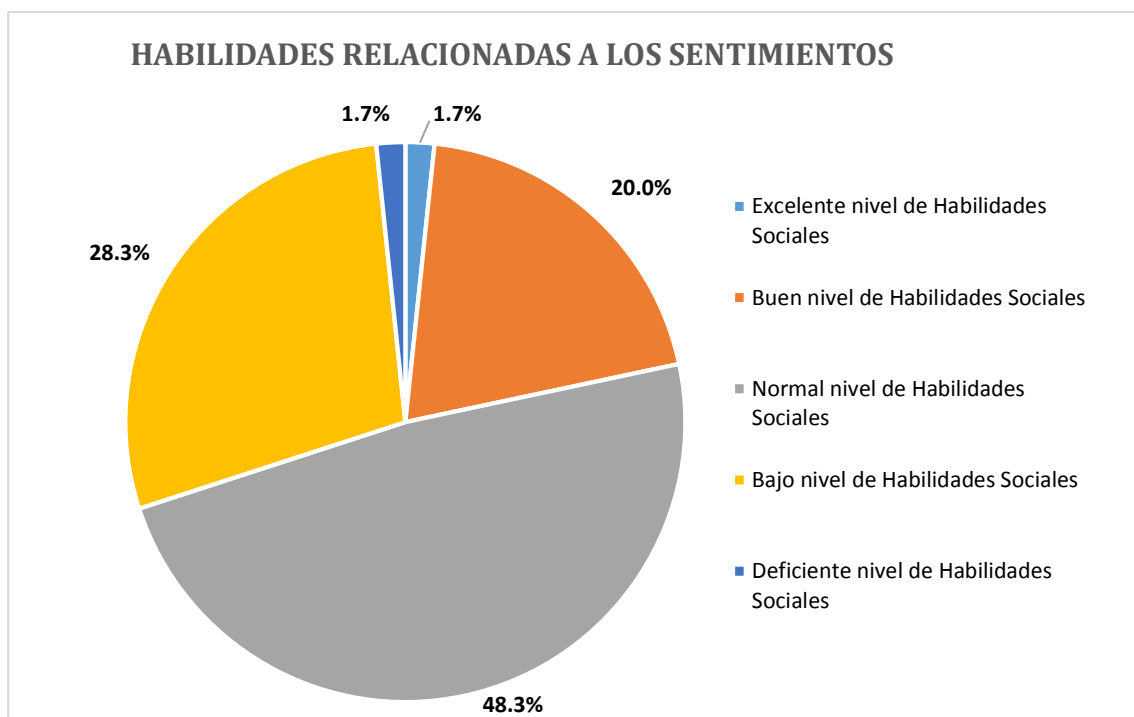


Figura 4: Habilidades relacionadas al sentimiento

Comentario:

Respecto a las habilidades relacionadas a los sentimientos en estudiantes, se considera un nivel de “normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 48.3%, se considera categoría “Normal”.
- El 1.7%, se considera “excelente nivel”

Tabla N° 10: Nivel de las habilidades alternativas a la agresión.

HABILIDADES ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN	N	%
Excelente nivel de Habilidades Sociales	2	3.3%
Buen nivel de Habilidades Sociales	9	15.0%
Normal nivel de Habilidades Sociales	28	46.7%
Bajo nivel de Habilidades Sociales	14	23.3%
Deficiente nivel de Habilidades Sociales	7	11.7%
TOTAL	60	100.0%

Comentario:

Respecto a las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes, se considera un nivel de “normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 46.7%, se considera categoría “Normal”.
- El 23.3%, se considera categoría “Bajo”.
- El 15.0%, se considera categoría “Buen nivel”
- El 11.7%, se considera categoría “deficiente nivel”
- El 3.3%, se considera categoría “excelente nivel”

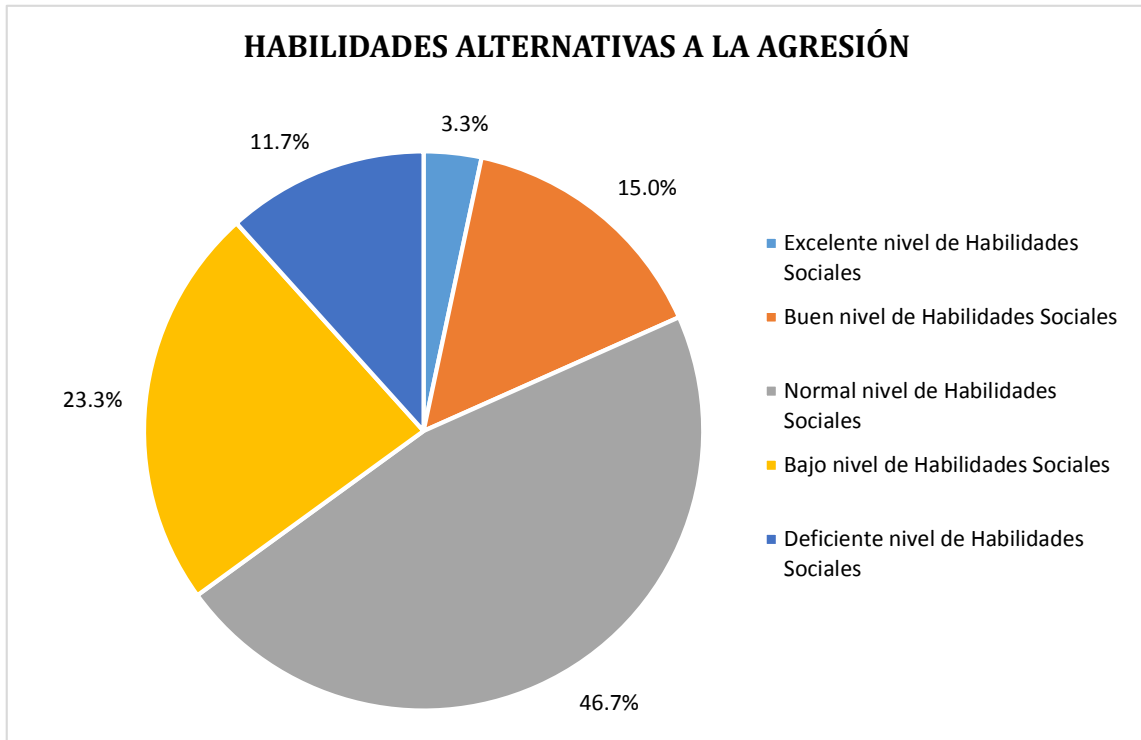


Figura 5: Habilidades alternativas a la agresión

Comentario:

Respecto a las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes, se considera un nivel de “normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 46.7%, se considera categoría “Normal”.
- El 3.3%, se considera “excelente nivel”

Tabla N°11: Nivel de las habilidades para hacer frente al estrés.

HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS	N	%
Excelente nivel de Habilidades Sociales	0	0.0%
Buen nivel de Habilidades Sociales	10	16.7%
Normal nivel de Habilidades Sociales	32	53.3%
Bajo nivel de Habilidades Sociales	17	28.3%
Deficiente nivel de Habilidades Sociales	1	1.7%
TOTAL	60	100.0%

Comentario:

Respecto a las habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes, se considera un nivel de “normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 53.3%, se considera categoría “Normal”.
- El 28.3%, se considera categoría “Bajo”.
- El 16.7%, se considera categoría “Buen nivel”
- El 1.7%, se considera categoría “deficiente nivel”
- El 0.0%, se considera categoría “excelente nivel”

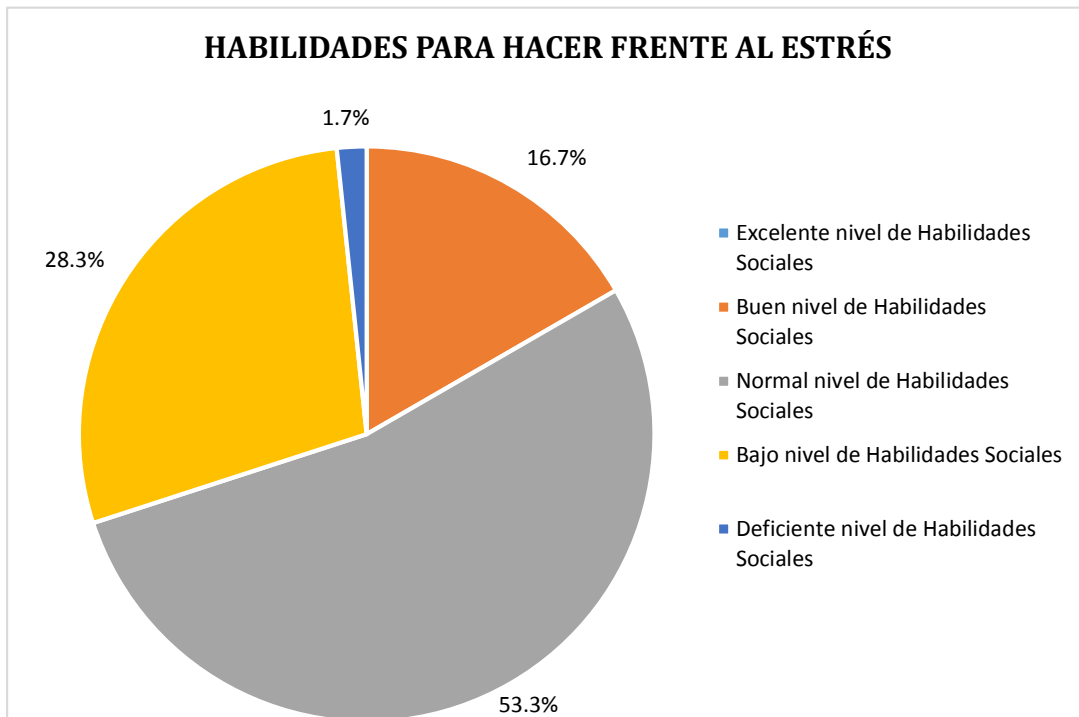


Figura 6: *Habilidades para hacer frente al estrés*

Comentario:

Respecto a las habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes, se considera un nivel de “normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 53.3%, se considera categoría “Normal”.
- El 0.0%, se considera “excelente nivel”

Tabla N°12: *Nivel de las habilidades de planificación*

HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN	N	%
Excelente nivel de Habilidades Sociales	0	0.0%
Buen nivel de Habilidades Sociales	12	20.0%
Normal nivel de Habilidades Sociales	23	38.3%
Bajo nivel de Habilidades Sociales	25	41.7%
Deficiente nivel de Habilidades Sociales	0	0.0%
TOTAL	60	100.0%

Comentario:

Respecto a las habilidades de planificación en estudiantes, se considera un nivel de “normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 41.7%, se considera categoría “Bajo”.
- El 38.3%, se considera categoría “Normal”.
- El 20.0%, se considera categoría “Buen nivel”
- El 0.0%, se considera categoría “deficiente nivel”
- El 0.0%, se considera categoría “excelente nivel”

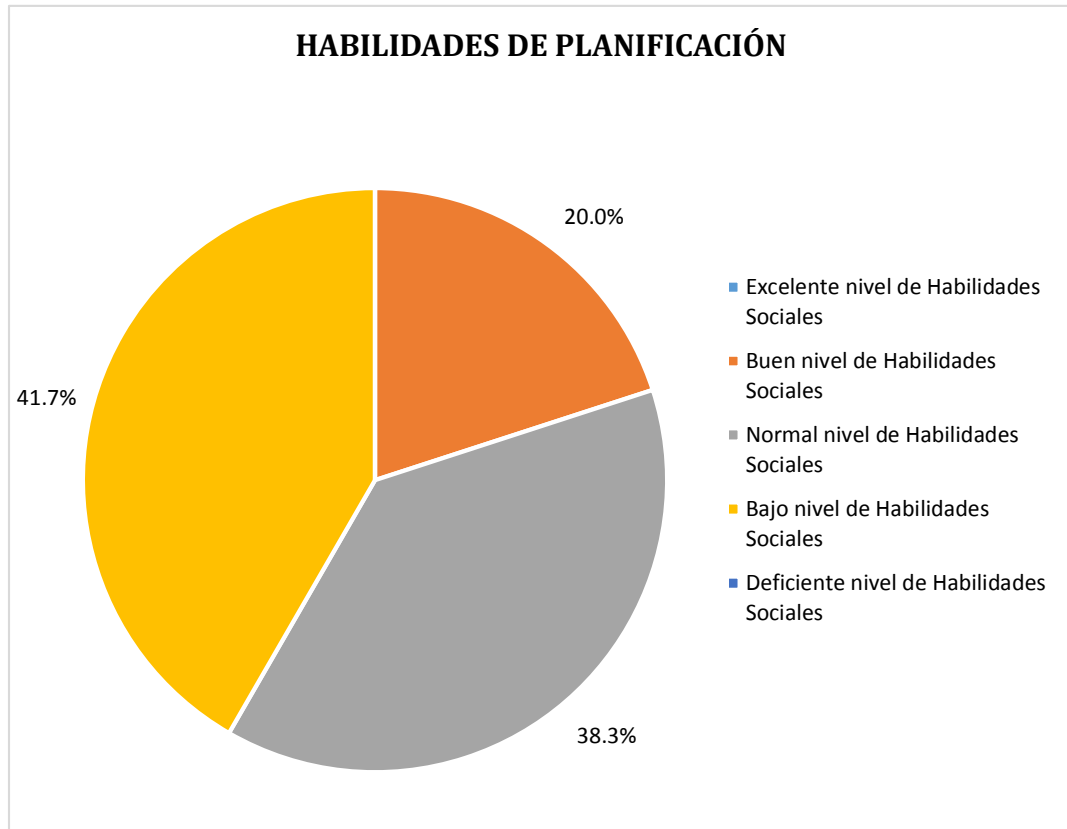


Figura 7: *Habilidades de planificación*

Comentario:

Respecto a las habilidades de planificación en estudiantes, se considera un nivel de “normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- El 41.7%, se considera categoría “Bajo”.
- El 0.0%, se considera “excelente nivel”

4.1 Análisis y discusión de los resultados

Esta investigación tuvo como objetivo general el conocer el nivel de las **habilidades sociales** en alumnos de segundo año de secundaria; la información se procedió a recolectar de la Escala-Test denominado: “Lista de Chequeo De Habilidades Sociales De Goldstein, obteniendo adaptado por Tomás en el año 1994-1995, a través de este instrumento se obtiene como resultado que la habilidad social evaluada de forma global fue “Normal” en un 55%, pese a ello, también ha sido notable encontrar un “Bajo” nivel de habilidades sociales.

Similares resultados fueron encontrados por Goyburo (2017) quien evalúa a escolares los primeros años de educación secundaria en los Olivos, encontrando que el 46% de los alumnos tienen habilidades en un promedio bueno a regular, lo cual significa que de forma general fue “Normal”. Asimismo, Santos (2012), realiza un estudio en escolares del Callao, en la investigación se ha evidenciado que el 85.1% de los participantes posee habilidades sociales desarrolladas y avanzadas. De esto se puede ver un buen porcentaje de los discentes tienen una buena percepción de sí mismos, siendo los resultados similares al estudio evaluado.

Según el Ministerio de Salud (2005), las habilidades sociales son competencias necesarias que permiten tener una madurez sana, y permite un abordaje correcto en la vida diaria, mediante la socialización, comunicación, toma efectiva de decisiones y soluciones de conflictos, lo cual se ha visto, que ha sido normal en la evaluación para los estudiantes que fueron evaluados en la presente investigación.

Comentario: Con esta evaluación general medida de forma global, se ha podido visualizar que un buen número de los alumnos tienen habilidades sociales “Normales”, sin embargo, aún hay un grupo de estudiantes que presentan un bajo nivel de habilidades sociales, así como deficientes, lo cual nos muestra que aún hay alumnos que se encuentran en proceso o no desarrollan sus capacidades o destrezas sociales, ya sea, porque no saben o tienen dificultades para resolver

conflictos. Esto indica que es necesario, incluir talleres, con el fin de mejorar sus comportamientos sociales.

Referente a la evaluación de las **primeras habilidades sociales** en los estudiantes que participaron en la investigación se ha identificado que el 46.7% alcanzó un nivel “Normal” y el 35% un nivel “Bajo”, mostrando que la tendencia se encuentra de forma decreciente, indicándonos que dichos alumnos no se relacionan de manera adecuada.

Referente a este punto, Monzón J. (2014) al evaluar las primeras habilidades sociales, tuvo que el mayor porcentaje de los estudiantes fueron competentes, principalmente al prestar atención cuando le hablan, al iniciar conversación o al hablar con las personas que les rodean y sobre los temas de su interés, mostrándose similares resultados con el trabajo evaluado. Según el estudio de Cieza C. (2016) evaluado en estudiantes del distrito de Independencia, la mayor parte de la población evaluada presentó un nivel de primeras habilidades sociales “Alto” (28.7%) y “Promedio Alto” (22.2%), siendo estos resultados diferentes a lo evaluado esta investigación; sin embargo, en el estudio de Hurtado (2018) evaluado en una población similar, tuvo resultados parecidos, observándose que la mayoría de estudiantes tiene de “Normal” (46.34%) a “Bajo” (34.96%).

Para Goldstein (1989), el hablar de las habilidades sociales comprende el saber escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, formular preguntas, dar las gracias o hacer un cumplido, en sí son las habilidades básicas que todo estudiante debe tener al interactuar con los demás.

Comentario: En este estudio se ha identificado que el mayor porcentaje de los escolares tiene un nivel normal, debido a que un buen número de estudiantes sabe escuchar a la persona que se dirige a ellos, asimismo sabe mantener una conversación, formulando preguntas acertadas, da las gracias en el momento indicado, sin embargo, también ha sido notable observar que los alumnos han tenido un bajo nivel de habilidades sociales, principalmente porque no saben iniciar oportunamente una conversación, no saben presentarse a otras personas o

simplemente no saben hacer un cumplido, lo cual dificulta en estos casos la relación con los demás.

Evaluando el nivel de las **habilidades sociales avanzadas** en estudiantes de segundo año de secundaria se evidencia que el nivel predominante es el “Normal” (58.3%) seguido de “Bueno” (21.7%), observando una tendencia favorable de los adolescentes respecto a este nivel avanzado de interacción social, sin embargo, aún se observa un nivel desfavorable de estudiantes respecto a este nivel ya que existe un grupo mínimo.

Resultados similares se encuentra en la investigación hecha por Monzón (2014), donde los escolares fueron en su mayoría competentes, principalmente al pedir ayuda, con respecto a la participación activa, al dar o seguir instrucciones o pedir disculpa ante cualquier error.

Cabe resaltar que según Goldstein (1989) las habilidades sociales avanzadas son un reflejo de la interacción social que presentan los adolescentes con el entorno.

Comentario: Para la presente investigación el nivel de las habilidades sociales se encuentra de normal a bueno, debido a que los estudiantes de la institución educativa evaluada, manifestaron que saben pedir ayuda, participan en las actividades desarrolladas en la institución, saben dar y seguir instrucciones y saben disculparse cuando es necesario, pese a ello, se ha identificado alumnos con un nivel deficiente, debido a que la mayoría manifiesta que no sabe convencer a los demás, debido a la falta inclusión de pares, es decir de amigos, o falta de experticia que algunos estudiantes tienen al momento de interrelacionarse con los demás.

Analizando las **habilidades relacionadas con los sentimientos** en los escolares que formaron parte de la investigación se ha observado un nivel “Normal” en un 48.3% y un bajo nivel en un 28.3%, evaluando que hay un porcentaje de satisfacción considerable en la mayoría de los estudiantes respecto a la comprensión de sus propios sentimientos.

Para este punto, Monzón (2014) encuentra que la mayoría de la población de adolescentes evaluados tienen un nivel de habilidad competente, principalmente al comprender e identificar las emociones que presentan, al dejar que los demás sepan de su interés por ellos, al darse estímulos después de una situación bien desarrollada, pese a ello, se observan también deficientes habilidades respecto a la comprensión sobre los sentimientos de los demás o al identificar molestias en otras personas, siendo estos niveles similares a lo encontrado en la presente investigación. Por otra parte, resultados diferentes son encontrados por Hurtado (2018), puesto que identifica que la mayor parte de la población de estudiantes evaluados presenta un “bajo” (52.03%) nivel de habilidad relacionada a los sentimientos.

Para Goldstein (1989), las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos implican la expresión directa de los propios sentimientos y los derechos personales, sin negar los derechos de los demás; consiguiendo los objetivos y es expresiva emocionalmente, se siente bien con ella misma y hace que los demás valoren y respeten su opinión y/o deseos.

Comentario: En la presente investigación, la mayoría de los estudiantes tiene un nivel “Normal”, ya que manifiestan conocer sus propios sentimientos, expresan al resto sus sentimientos, comprenden los sentimientos de los demás, saben expresar afecto, pese a ello, aún se encuentra un nivel de bajo a deficiente, ya que se ha identificado que existe un grupo de alumnos que no saben resolver el miedo ni tampoco autorrecompensarse ante una buena acción.

Ante las **habilidades alternativas a la agresión** en estudiantes de segundo año de secundaria de una Institución Educativa Privada, se identifica que el 46.7% presenta un nivel “Normal” y el 23.3% un nivel bajo, evidenciando un gran porcentaje de estudiantes que saben autocontrolarse ante una situación de agresividad.

Para Monzón (2014), los resultados son similares a la presente investigación, puesto que la mayoría de adolescentes del estudio son competentes ante esta la habilidad alternativa a la agresión, ya que, refirieron que saben pedir permiso, tienden a compartir con el resto, brindan ayuda al que más necesita, llegan a

acuerdos favorables, saben resolver problemas ante situaciones difíciles, sin embargo, aún tienen deficiencia en cuanto al conservar las bromas o mantenerse al margen de las situaciones que ocasionan problemas. De igual manera los resultados coinciden con el estudio de Hurtado, puesto que, la mayor parte de la población adolescente tuvo un nivel “Normal” (45.53%) y “Bajo” (35.77%).

Respecto a este componente Goldstein (1989), menciona que esta habilidad comprende el autocontrol, defender sus derechos, responder a las bromas, evitar problemas con los demás y evitar conflictos,

Comentario: En la presente investigación, el nivel de las habilidades alternativas a la agresión es “Normal” en los adolescentes, puesto que saben pedir permiso, comparten con los demás, ayudan a los demás, tienen la capacidad de negociar con el resto, responden a las bromas, evitan problemas con el resto y no entran en peleas, sin embargo, también se ha encontrado un nivel “Bajo” en aquellos estudiantes que no saben autocontrolarse o tienen problemas para defender sus propios derechos, la agresión es un punto importante que suele desarrollarse en estudiantes que entran a la etapa de la adolescencia, principalmente por situaciones de superioridad que desean manifestar al resto de adolescentes vulnerables, asimismo es común observar el bullying escolar, el cual se está incrementando día a día en los centros educativos.

En lo que respecta a **las habilidades para hacer frente al estrés**, al procesar los datos recogidos en el instrumento de recolección, se encontró que la mayoría, el 53.3% (32), de los adolescentes conformantes de la población estudiada tuvo un mediano nivel en cuanto a este tipo de habilidades. En los extremos tenemos que el nivel alto fue obtenido por el 16.7% y el nivel bajo por el 3.0%.

Rocío Hurtado Vidarte en su investigación ejecutada en los estudiantes del quinto de secundaria de una institución educativa particular de Lima Metropolitana encontró un resultado similar al presente trabajo en lo relacionado a la dimensión de habilidad para hacer frente al estrés donde el 50.41% de sus encuestados tuvo un nivel normal. La diferencia la hallamos en los extremos donde el nivel bajo obtuvo

un 43.90% mientras que el buen nivel y el excelente 4.88% y 0.81% respectivamente. Así demuestra la normalidad de los estudiantes en cuanto al desarrollo de esta habilidad. (Hurtado, 2018, p.60)

El término estrés Hans Selye en 1936, quien lo definió como la respuesta ante un hecho o situación que produzca tensión. Bruce McEwen (2000) manifiesta que es una respuesta fisiológica o psicológica ante un hecho que represente una amenaza. (Muzio, 2012, p.1) La Organización Mundial de la Salud define el estrés como el conjunto de las reacciones fisiológicas que un organismo presenta para actuar (OMS, 2007). La dimensión Habilidades para hacer frente al estrés nos pone frente a aquellas destrezas relacionadas a la forma como los estudiantes pueden confrontar situaciones que generar cierto grado de inestabilidad emocional y ofrecen la posibilidad de responder de manera positiva ante factores estresores tales como una queja, situaciones que generan vergüenza, la indiferencia y la soledad, duda, fracaso, mensajes contradictorios, acusación, presión de grupo, etc.

Comentario: En la presente investigación, los resultados nos permiten advertir una tendencia hacia un nivel normal de respuesta teniendo como herramientas este tipo de habilidades; no obstante, el porcentaje, en conjunto, de los ítems bajo y deficiente es significativo por lo que se refleja la poca capacidad de poder responder con éxito de este grupo de adolescentes.

En este trabajo para determinar el objetivo **Habilidades de planificación** se utilizó como instrumento la **Escala-Test denominada: “Lista de Chequeo De Habilidades Sociales De Goldstein”** la cual fue adaptada por el licenciado Ambrosio Tomás (Tomás, 1995). Esta escala permitió recabar información que posibilitó obtener como resultado que un 41.7% (25) de la población con un Bajo nivel de Habilidades Sociales en cuanto a las habilidades de planificación, lo cual puede interpretarse como desfavorable en cuanto al desarrollo de este tipo de habilidades y más si se tiene en cuenta otros resultados de esta tabla como que solo el 20.0% (12) tiene un buen nivel y el 38.3% (23) tiene un nivel normal.

Carla Ivón Cieza Arteaga, en su trabajo desarrollado en el distrito de Independencia en Perú y aplicado en estudiantes del nivel secundario encontró que en el área de “La toma de decisiones”, análoga a la dimensión “habilidades de planificación”, en esta investigación, halló que el Nivel de desarrollo de las habilidades sociales en el área de toma de decisiones es predominantemente de nivel promedio con un 32,41% y el nivel que cuenta con menor porcentaje es el nivel muy alto con un 3,47%; en términos generales el 79,86% de los adolescentes estudiados de 12 a 17 años se encuentra en un nivel promedio con respecto a la categoría de toma de decisiones. Por otra parte, Rocío Hurtado Vidarte ejecutó una investigación en una institución educativa particular de Lima Metropolitana donde encontró que, en lo referente a la dimensión de las habilidades de planificación, el 52,85% de los adolescentes estudiados presenta un bajo nivel, el 43,09% un nivel normal y un 4,07% buen nivel, mostrando que lo característico en este estudio es un nivel bajo de habilidad en cuanto a la toma de decisiones.

Goldstein (1989) propone 50 habilidades de aprendizaje estructurado que lo divide en seis grupos, entre ellas están las habilidades de planificación como las destrezas para tomar decisiones, discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar las propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según su importancia, tomar una decisión y concentrarse en una tarea. (Goldstein, 1989, p.75)

Comentario: Las habilidades sociales están directamente relacionadas a la adopción de una conducta apropiada la cual tiene un correlato tanto presente como futuro y por lo mismo están relacionadas con la toma de decisiones, y por ende, con las habilidades de planificación. En definitiva la adolescencia es una etapa donde se complejizan la posibilidad de interrelacionarse con el otro y por lo tanto el conflicto es una posibilidad subyacente en el momento de poner en práctica este tipo de habilidades, es así que los resultados del presente trabajo evidencian esta realidad dado que la mayoría de la población tiene un Bajo nivel en esta dimensión 41.7%.

4.2 Conclusiones

El nivel de las habilidades sociales en estudiantes de segundo año de secundaria de una Institución Educativa Privada del Distrito de Villa María del Triunfo considera resultados “Normal”.

El nivel de las habilidades sociales avanzadas considera resultados “Normal”.

El nivel de las habilidades relacionadas al sentimiento considera resultados “Normal”.

El nivel de las habilidades para enfrentar la agresión considera resultados “Normal”.

El nivel de las habilidades para hacer frente al estrés considera resultados “Normal”.

El nivel de las habilidades de planificación considera resultados “Bajo”.

4.3 Recomendaciones

Se recomienda trabajar con las habilidades sociales de los estudiantes, no solo de 2º año de secundaria sino de todos los grados, iniciando con las aulas de primaria, a través de talleres, programas educativos, etc., que ayuden a los niños y a los jóvenes a interiorizar, a captar y a conseguir las habilidades sociales como alternativas de conductas asertivas, para que posteriormente lo lleven a la práctica dentro de su entorno social, sea en casa, en la escuela u en otro ambiente común del niño.

Se recomienda sensibilizar a los docentes sobre la responsabilidad que tienen como educadores que se encargan del desarrollo físico, cognoscitivo, afectivo y emocional de los estudiantes, buscando la mejora de sus primeras habilidades, es decir, reforzando su autoestima y fortaleciendo el nexo entre todos los educandos.

Se debería sugerir a la institución educativa, la inclusión, dentro del plan curricular, de un programa de habilidades sociales donde se tenga en cuenta sus seis componentes.

Se recomienda desarrollar campañas de prevención dirigida a los padres de familia para que cultiven y fortalezcan el clima familiar de forma saludable, las mismas que se llevarían a cabo mediante el impulso de la escuela de padres; esto con el propósito de contribuir a optimizar las habilidades sociales de los hijos adolescentes.

Se debería identificar a los estudiantes que presenten un comportamiento antisocial y/o agresivo, con la finalidad de tomarlos en cuenta dentro del primer grupo de aplicación de reforzamiento de las habilidades sociales, fortaleciendo en ellos temas básicos como el autocontrol de sus emociones, la defensa de sus derechos, el compañerismo y la ayuda a los demás. Se recomienda identificar a los adolescentes que poseen rasgos de líderes natos e implementar con ellos el programa de habilidades sociales, para que ellos a su vez puedan hacer efecto multiplicador de lo aprendido a sus compañeros.

CAPÍTULO V

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

5.1. Nombre del programa

“REFORZANDO MIS HABILIDADES SOCIALES”

5.2. Justificación

Según el Ministerio de Salud (2005), los adolescentes pueden tener una madurez saludable y tener la capacidad necesaria para abordar los retos de la vida, gracias al aprendizaje de las habilidades sociales. Asimismo, mejoran los niveles de socialización, toman mejores decisiones, se comunican más y solucionan conflictos que pueden ser influyentes en los diferentes estilos de vida.

El presente programa de intervención está dirigido a alumnos de segundo año de secundaria de un centro educativo, el cual fue muy importante porque obtuvo los siguientes resultados: en el nivel de habilidades sociales el 55% se considera en la categoría “Normal”, en el nivel de las habilidades sociales primeras el 46.7%, se considera en la categoría “Normal”, en el nivel de habilidades sociales avanzadas el 58.3% se considera en la categoría “Normal”, en el nivel de habilidades para enfrentar la agresión, el 46.7% se considera en la categoría “normal”, en el nivel de las habilidades vinculadas a los sentimientos el 48.3% se considera en la categoría “normal”, en el nivel de habilidades para enfrentar el estrés el 53.3% se considera en la categoría “normal” y por último en el nivel de habilidades de planificación el 41.7% se considera en la categoría “bajo”.

En relación con dichos resultados, los cuales fluctúan entre normal y bajo, se procede a crear las siguientes sesiones para promover, fortalecer y reforzar las habilidades sociales y sus áreas con el fin de mejorar y dar a conocer la importancia de su uso en los diferentes ámbitos sociales.

5.3. Establecimiento de Objetivos

5.3.1. Objetivo General

Elaborar un taller para reforzar las Habilidades Sociales de los estudiantes de segundo de secundaria de una Institución Educativa Privada de Villa María del Triunfo.

5.3.2. Objetivos Específicos

Reforzar las Habilidades Sociales Primeras de los estudiantes.

Reforzar las Habilidades Sociales Avanzadas de los estudiantes.

Reforzar las habilidades sociales vinculadas a los sentimientos de los estudiantes.

Reforzar las habilidades para enfrentar situaciones de agresión de los estudiantes.

Reforzar las habilidades para enfrentar el estrés de los estudiantes.

Incrementar las habilidades de planificación de los estudiantes.

5.4. Sector al que se dirige

Sector Educativo.

El programa de intervención “Reforzando mis habilidades sociales” está dirigido a los alumnos de segundo año de secundaria de una Institución educativa privada de Villa María del Triunfo.

5.5. Establecimiento de conductas problema y metas

Mejorar las habilidades sociales de los alumnos.

La meta: Incrementar las habilidades sociales a través de las actividades y técnicas que se emplearán, con el afán de que, al terminar el programa de intervención, los alumnos tendrán claras las ideas que respectan a la importancia de las habilidades sociales y como utilizarlas en la vida educativa y social.

5.6. Metodología de intervención

Descriptiva Aplicativa

5.7. Instrumentos/ Material a utilizar

- Pizarra.
- Plumón.
- Cartillas.
- Lápices.
- Hojas.
- Cronometro.
- Ficha de control.

5.8. Cronograma

TALLER DE HABILIDADES SOCIALES									
ACTIVIDADES	AGOSTO				SETIEMBRE				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Primeras habilidades sociales	+	+							
Habilidades sociales avanzadas		+							
Habilidades relacionadas con los sentimientos			+						
Habilidades alternativas a la agresión				+					
Habilidades para hacer frente al estrés					+	+			
Habilidades de planificación								+	+

5.9. Programa de Intervención

Semana	Actividad	Objetivo	Estrategia	Desarrollo	Material	Tiempo
Semana 1 Sesión 1	Aprendiendo a escuchar	Crear en los alumnos habilidades que permitan escuchar a los demás.	Dinámica de grupo	Se solicita a los alumnos la participación de 4 estudiantes, se dará la pauta que cada voluntario recibirá un mensaje y que deberá escuchar sin decir nada o hacer alguna pregunta. De igual manera, el que cuenta la historia no puede repetir el mensaje. Se pide que 3 de los participantes salgan del aula, quedando solo uno. El facilitador lee la historia (ver la cartilla N° 1) al voluntario que se quedó en el ambiente y al término de ella se le pide que este cuente la historia al segundo voluntario, que ingresara. Seguidamente se pide que ingrese un tercer voluntario, que recibirá la información del tercer voluntario. El último voluntario informara sobre la historia contada, la cual es muy probable que sea diferente a la que se dijo inicialmente. Pedir a los alumnos que se agrupen de a 5 o 7 y respondan ¿Por qué el mensaje ha sido cambiado? ¿Ocurre algo similar en el salón? Pedir ejemplos de situaciones similares que se hayan presentado en el aula de clases. Solicitar que un participante de cada grupo presente los comentarios del grupo. El facilitador, preguntará sobre las emociones y sentimientos percibidos preguntando lo siguiente ¿cómo crees que se sienten las personas cuando sus mensajes no son entendidos? Al término de los	Pizarra. Plumón. Cartillas.	45 min.

				comentarios, el facilitador informará que hay ciertas habilidades que mejoran la comunicación entre las personas las cuales ayudan a escuchar y a entender mejor los mensajes.		
Sesión 2	Círculo de conversación	Desarrollar habilidades para empezar una conversación asertiva.	Dinámica de grupo	<p>El facilitador forma grupos de 6 personas, y explica que durante 25 minutos los alumnos hablaran solo con los participantes de su equipo sobre el tema que se les dará en una cartilla, los alumnos deberán seguir las siguientes instrucciones: iniciar la conversación, cambiar el tema de conversación llevándolo a otro nivel (pensamientos, experiencias, sentimientos, bromas, etc.) y cerrar la conversación. Mientras el facilitador contesta cualquier pregunta y supervisa la dinámica. Al finalizar el facilitador pide que formen grupos de 10 alumnos para discutir las siguientes preguntas: ¿Cuál de las habilidades de la conversación practico? ¿Cuál le resulto más difícil? Y ¿Cuál le resulto la más fácil?</p> <p>El facilitador les pide que hagan un resumen y que mencionen sus resultados.</p>	Plumón. Lápices. Hojas. Cartilla	45 min.

CRITERIO DE EVALUACIÓN: SE CUMPLIO EL OBJETIVO

Semana 2	El laberinto	Aprender a dar y seguir instrucciones.	Dinámica en parejas.	<p>Al iniciar la sesión el facilitador da una breve explicación sobre el desarrollo de la comunicación.</p> <p>Para iniciar la dinámica el facilitador forma parejas, entre alumnos que no tienen mucho en común, y selecciona a uno como guía y al otro como seguidor.</p> <p>Adicionalmente elige a 1 alumno como apuntador, quien tendrá un cronometro, lápiz, una hoja y las reglas del laberinto.</p> <p>Cada guía recibe una venda con la que vendaran a su pareja, para así brindar instrucciones de como pasar el laberinto (el laberinto está hecho con sillas). Cada pareja ira pasando el laberinto mientras que el apuntador, tomara nota de algún error, si choco alguna silla o si choco la pared, del mismo modo el apuntador cronometrará el tiempo en el que logre pasar el laberinto cada pareja. Cuando todas las parejas hayan finalizado el apuntador reportara los errores y el tiempo de cada pareja. El facilitador dirigirá una discusión sobre la experiencia y se solicitara que los participantes comenten sus reacciones y como se sintieron guiando y siguiendo las instrucciones durante la actividad.</p>	<p>Cartilla</p> <p>Sillas</p> <p>Cronometro</p> <p>Ficha de control</p>	45 min.
Sesión 3						

				El facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.		
CRITERIO DE EVALUACIÓN: SE CUMPLIO EL OBJETIVO						
Semana 3 Sesion 4	La Flor	Identificar el impacto de otras personas en nuestros sentimientos.	Dinámica grupal	<p>El facilitador formara tres grupos, de los cuales elegirá a un alumno por grupo a quienes les dirá que salgan del salón por un momento, con cada grupo pactara un tipo de comportamiento a desarrollar cuando el integrante de su equipo vuelva al aula, por cada equipo le dirá al alumno que salió del aula que dibuje una flor en la cartulina de su grupo correspondiente. El primer grupo actuara con una actitud positiva y de aceptación, llenando de elogios al integrante de su grupo, en el segundo grupo los participantes actuarán con indiferencia y en el tercer grupo los participantes tendrán una actitud de rechazo y de crítica hacia su integrante.</p> <p>Al finalizar la actividad el facilitador preguntara a los voluntarios como se sintieron mientras dibujaban la flor.</p> <p>El facilitador hará una reflexión y enseñanza de como la expresión de los sentimientos impacta en la vida de cada persona.</p>	Plumón Cartulina	45 min

CRITERIO DE EVALUACIÓN: SE CUMPLIO EL OBJETIVO						
Semana 4 Sesión 6	Aprendiendo a resolver conflictos”	Identificar acciones para enfrentar situaciones catastróficas.	Dinámica de grupo	<p>El facilitador forma dos grupos y le entrega 10 tarjetas a cada uno de estos, se pide que escriban en las tarjetas una forma de actuar ante situaciones problema.</p> <p>Después de realizar la tarea anterior, el facilitador entrega 10 tarjetas más a cada grupo y pide que escriban situaciones problemáticas que le puedan ocurrir.</p> <p>Terminado el ejercicio anterior. El facilitador pide las tarjetas a los grupos, y las combina por un lado “formas de actuar” y por el otro lado las “situaciones problema”. Una vez realizado lo anterior el facilitador entrega una tarjeta de “forma de actuar” y otra de “situaciones problema”, cada participante lee su tarjeta empezando por la situación problema y dirige a los grupos para elegir la mejor acción para enfrentar cada situación.</p> <p>Al finalizar se comenta la experiencia de cada grupo y como aplicar lo aprendido en la vida diaria.</p>	Papel Lapiceros	45 min
CRITERIO DE EVALUACIÓN: SE CUMPLIO EL OBJETIVO						
Semana 5 Sesión 7	Presión Grupal	Abordar la presión grupal que existe en	Lluvia de ideas	La sesión inicia con una breve introducción de lo que es la presión grupal, luego el facilitador forma 4 grupos y realiza una lluvia de ideas	Pizarra Plumón	45 min

		los alumnos.		sobre cuáles son los casos más comunes de presión de grupo en adolescentes, una vez lista las ideas se seleccionan 4 y se otorga una por grupo para que la interpreten en un juego de roles la siguiente sesión. Se cierra la sesión explicando que para el juego de roles se necesita a una persona que será el presionado y las demás personas serán el grupo que presiona.		
Sesión 8	Presión Grupal	Abordar la presión grupal que existe en los alumnos.	Juego de Rol	En la siguiente sesión de la 5ta semana, se trabaja el juego de roles ya pactado por el facilitador, empieza el primer grupo con su interpretación, y así continuamente hasta terminar los 4 grupos, al finalizar se pasa a evaluar cada situación y a opinar como creen que se sintió la persona presionada y a dar opiniones de cómo es la manera correcta de actuar ante tales situaciones donde el grupo de amigos presiona a una persona a hacer algo negativo. Al finalizar el ejercicio el facilitador ayuda a los participantes a reflexionar sobre este tema tan importante.		45 min
CRITERIO DE EVALUACIÓN: SE CUMPLIO EL OBJETIVO						
Semana 6 Sesión 9	Toma de decisiones	Llegar a conclusiones sobre un tema específico. Ejercitarse en la toma de decisiones.	Mesa de Discusión.	Se inicia la sesión con un grupo de voluntarios que representaran un grupo directivo. Se prepara un afiche donde se plantea un problema. Se reparte el afiche a los participantes y se da un tiempo para que puedan leerlo e investigar sobre el conflicto. Una vez hecho esto se arman	Mesa Afiche Sillas Pizarra	45 min

				<p>grupos y se pide que consulten y analicen el problema.</p> <p>En la sesión, el general debe iniciar la reunión, plantea un tema y presenta los distintos problemas que cree conveniente discutir y da una opinión sobre las diferentes soluciones. Luego los demás participantes dan su opinión sobre el tema y la propuesta de cómo solucionarlo. Se abre una discusión general tomando en cuenta la información recopilada por todos los participantes.</p> <p>Terminado el tiempo para el debate se pasa a escribir los acuerdos y las decisiones tomadas, que las anota el secretario por cada grupo.</p>		
CRITERIO DE EVALUACIÓN: SE CUMPLIO EL OBJETIVO						

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, K. (2016). Acoso escolar y habilidades sociales en adolescentes de dos instituciones educativas estatales de Ate. *Av.psicol*, 24(2), 205-215.
- Ballena, A. (2010). *Habilidades sociales en niños y niñas de cinco años de instituciones educativas de la Red N°4 del Distrito Callao*. Facultad de Educación, Universidad San Ignacio de Loyola, Lima.
- Baquero, R. (1997). *Vitgosky y el aprendizaje escolar* (2° ed). Argentina: Aique editores.
- Betina A, Contini de Gonzáles N. (2011 a) Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, 12 (23), 159-182.
- Betina, A. (2011 b). *Las intervenciones en habilidades sociales: revisión y análisis desde una mirada salugénica*. Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET). Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Tucumán.
- Caballo, V. (2007). *Manual de Evaluación de entrenamiento de las habilidades sociales*. Séptima edición. España: Siglo XXI Editores.
- Cabrera, V. (2012). *Desarrollo de Habilidades Sociales en adolescentes varones de 15 a 18 años del Centro Municipal de Formación Artesanal Huancavilca de la ciudad de Guayaquil-2012*. (Tesis de licenciatura). Facultad de ciencias Psicológicas, Universidad de Guayaquil, Guayaquil, Ecuador.
- Canales, F., Alvarado, E., & Pineda, E. (1994) *Metodología de la investigación*. Washington, D.C.: Organización Panamericana de la Salud.
- Cherem, A., Morales, A., Ruiz, A., García, C., Gómez, D., Salgado, A., et al. (2015). *Aprendizaje social de Albert Bandura: Marco teórico*. Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de http://www.webquestcreator2.com/majwq/public/files/files_user/14037/Aprendizajesocial.pdf.

- Cieza C. (2016) Nivel de desarrollo de las habilidades sociales en los adolescentes de secundaria de la Institución Educativa Industrial Santiago Antúnez de Mayolo N° 3048 del Distrito de Independencia – 2013. (Tesis de Licenciatura). Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Ciencias y Humanidades.
- Coheh, S. & Coronel, C. (2009). Aportes de la teoría de las habilidades sociales a la comprensión del comportamiento violento en niños y adolescentes. / *Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVI Jornadas de Investigación Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.
- Coronel CP, Levin M & Mejail S. (2011). Las habilidades sociales en adolescentes tempranos de diferentes contextos socioeconómicos. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9 (1), 241-261.
- Dávila M, Retamozo J, Vásquez A (2017) *Nivel de desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes, de cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa 3073 El Dorado, Puente Piedra – 2015*. (Tesis). Universidad de Ciencias Humanas, Lima, Perú
- De Miguel, P. (2014). Enseñanza de habilidades de interacción social en niños con riesgo de exclusión. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 1 (1), 17-26.
- El Correo. Habilidades sociales. El nuevo requisito para conseguir trabajo en el siglo XXI. *El Correo*. Recuperada de <https://diariocorreo.pe/ciudad/habilidades-sociales-el-nuevo-requisito-para-conseguir-trabajo-en-el-siglo-xxi-759800/>.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. *Estado Mundial de la Infancia. La adolescencia, una época de oportunidades*. Estados Unidos: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia; 2011. Recuperado de https://www.unicef.org/honduras/Estado_mundial_infancia_2011.pdf.
- Gades. *Plan de acción Tutorial de Habilidades*. Habilidades Sociales. CISC. México.

- Galarza, C. (2012). *Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes de la I.E.N Fe y Alegría 11, Comas-2012*. (Tesis de licenciatura). Facultad de Medicina, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Gálvez, L. (2017). *Programa de habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa "Luis Armando Cabello Hurtado" Manzanilla - Cercado de Lima*. (Tesis de maestría). Escuela de Posgrado, Universidad César Vallejo, Lima, Perú.
- Garaigordobil, M., Peña, A. (2014) Intervención en las habilidades sociales: efectos en la inteligencia emocional y la conducta social. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 22 (3), pp. 551-567.
- Goldstein, A., Sprafkin, R., Gershaw, J. & Klein P. (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*. Un programa de enseñanza. Barcelona: Ediciones, Martínez.
- Goyburo, J., Trujillo, L. & Zavala, L. (2017). *Nivel de desarrollo de las habilidades sociales en escolares de primero y segundo grado de educación secundaria de la Institución Educativa Jorge Basadre Grohmann -Los Olivos, 2015*. (Tesis de licenciatura). Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Ciencias y Humanidades, Lima, Perú.
- Gutiérrez, M. & López, J. (2015). Autoconcepto, dificultades interpersonales, habilidades sociales y conductas asertivas en adolescentes. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 26 (2), 42-58.
- Guzmán G. (2017). *Las habilidades sociales en niños y niñas de 5 años de la I.E. San José – La Pascana, Lima, Perú*. Facultad de Educación e Idiomas, Universidad Cesar Vallejo, Lima.
- Hernández R., Fernández C. & Baptista M. (2014). Metodología de la investigación. 6ª ed. Estado Unidos: Editorial McGRAW - HILL
- Hidalgo, C. & Abarca, N. (1990). Desarrollo de las habilidades en estudiantes universitarios *Revista Latinoamericana de Psicología*, 22 (2). 265-282.

- Hurtado, R. (2018). Habilidades sociales en estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa particular de Lima Metropolitana, 2017. (Tesis de Licenciatura). Facultad de Psicología y Trabajo Social. Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
- Konterllnik, I., Díaz, A., Fasce, J., Guevirtz, M., Tenti, E. & Urresti, M. (1999). *Una escuela para adolescentes. Materiales para el profesor-tutor*. UNESCO/UNICEF. Buenos Aires: Argentina.
- La República. Adolescentes maduran desarrollando sus habilidades sociales. *La República*. Recuperad de <https://larepublica.pe/salud/515702-adolescentes-maduran-desarrolando-sus-habilidades-sociales>
- López, M. (2008). La integración de las habilidades sociales en la escuela como estrategia para la salud emocional. *Psicología sin fronteras. Revista electrónica de intervención Psicosocial y Psicología Comunitaria*. 3 (1), pp. 16-19.
- López M. *Habilidades sociales de los estudiantes de secundaria que participan en el taller de teatro de un colegio privado de secundaria, de la ciudad de Guatemala*. (Tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Guatemala de la Asunción.
- Maddaleno, M., Morello, P., Infante-Espínola F. (2003). Salud y desarrollo de adolescentes y jóvenes en Latinoamérica y El Caribe: desafíos para la próxima década. *Salud Publica Mex*, 45 (1), 132-139.
- Ministerio de Educación (1998). *Las habilidades sociales en el currículo*. España: Ministerio de Educación.
- Ministerio de Salud. (2005). *Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares. Dirección Ejecutiva de Educación para la Salud*. Instituto Especializado de Salud Mental "Honorio Delgado/Hideyo Noguchi". Catalogación hecha por el Centro de Documentación OPS/OMS en el Perú. Lima: Ministerio de Salud.

- Ministerio de Salud. (2012). *Norma Técnica de de Salud para la Atención Integral de Salud en la Etapa de Vida Adolescente*. Lima: Ministerio de Salud.
- Miranda, E., Riquelme, E., Cifuentes, H., Riquelme, P. (2012). Análisis factorial confirmatorio de la Escala de habilidades sociales en universitarios chilenos. *Rev Latinoam Psicol*, 46(2):73-82. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rlops/v46n2/v46n2a01.pdf>.
- Monzón, J. (2014) *Habilidades sociales en adolescentes institucionalizados entre 14 y 17 años de edad*. (Tesis de licenciatura). Facultad de Humanidades, Universidad Rafael Landívar, Guatemala de la Asunción, Guatemala.
- Morales, M., Benitez, M. & Agustín D. (2013). Habilidades Para La Vida (Cognitivas Y Sociales) En Adolescentes De Una Zona Rural. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 15 (3), 98-113.
- Ochoa Y. (2009). La Teoría socio-histórico-cultural de Vigotsky y su vigencia en la integración educativa del escolar con Retardo en el Desarrollo Psíquico. *Ciencias Holguín*, 15, 2, 1-8 Recuperado de <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=181517990008>>
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *Desarrollo en la adolescencia*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.
- Organización Mundial de la Salud. (2017). *Adolescentes: riesgos para la salud y soluciones*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud. Recuperado de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs345/es/>
- Ortego, M.C., López, S., & Álvarez, M.L. (s.f.). *Ciencias Psicosociales I*. España: Universidad de Cantabria.
- Oyarzún, G., Estrada, C., Pino, E. & Oyarzún, M. (2012). Habilidades sociales y rendimiento académico: una mirada desde el género. *Acta Colombiana de Psicología*, 15 (2), 21-28.
- Peñafiel & Serrano (s.f). *Habilidades Sociales*. Madrid: Editorial Editex.

- RPP Noticias. Los peligros de la sobreprotección. *RPP Noticias*. Recuperada de <http://rpp.pe/campanas/contenido-patrocinado/los-peligros-de-la-sobreproteccion-noticia-1103404>.
- Sánchez, J. (2009) Aprendizaje social e intenciones emprendedoras: un estudio comparativo entre México, España y Portugal, *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41, 1, 109-119. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v41n1/v41n1a09.pdf>.
- Santos, L. (2012). *El Clima Social Familiar y Las Habilidades Sociales de los Alumnos de una Institución Educativa Del Callao*. (Tesis de maestría). Facultad de educación, Universidad San Ignacio de Loyola, Lima, Perú.
- Tamayo y Tamayo, M. (2004). El proceso de la investigación científica. Editorial Limusa. 4ta edición. México.
- Tomás A. (1995) *Manual de calificación y diagnóstico de la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein*. Recuperado de https://kupdf.com/download/habilidades-sociales-goldstein-completo_59794434dc0d60b423043370_pdf
- Vásquez, M. (2017). *Habilidades sociales en adolescentes del 4to. Grado de secundaria de la institución educativa secundaria Julio Cesar Escobar del distrito San Juan De Miraflores, lima, periodo 2017*. (Tesis de licenciatura) Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Científica del Perú, Iquitos, Perú.
- Villarreal, N. (s.f.). Las habilidades sociales, una herramienta indispensable en la educación de hoy: una experiencia significativa en la Institución Educativa Fidel de Montclar. *Boletín Informativo CEI*, 3 (1). 58-65.
- Weissman, P. (s.f.). *Adolescencia*. Universidad de la Plata. Argentina.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS	VARIABLES	TIPO DE INVESTIGACIÓN	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Problema principal	Objetivo general	Habilidades Sociales	Tipo de investigación: Descriptiva	Escala-Test denominado: "Lista de Chequeo De Habilidades Sociales De Goldstein"
¿Cuál es el nivel de habilidades sociales en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada del Distrito de Villa María del Triunfo?	Determinar el nivel de las habilidades sociales en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada del Distrito de Villa María del Triunfo.	Dimensiones		
Problemas secundarios	Objetivos específicos			
¿Cuál es el nivel de las primeras habilidades sociales en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Villa María del Triunfo? ¿Cuál es el nivel de las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Villa María del Triunfo? ¿Cuál es el nivel de las habilidades relacionadas con los sentimientos en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Villa María del Triunfo? ¿Cuál es el nivel de las habilidades relacionadas con los sentimientos en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Villa María del Triunfo? ¿Cuál es el nivel de las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Villa María del Triunfo?	Determinar el nivel de las primeras habilidades sociales en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Villa María del Triunfo. Determinar el nivel de las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Villa María del Triunfo. Determinar el nivel de las habilidades relacionadas con los sentimientos en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Villa María del Triunfo. Determinar el nivel de las habilidades relacionadas con los sentimientos en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Villa María del Triunfo. Determinar el nivel de las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa	Primeras habilidades sociales Habilidades sociales avanzadas Habilidades relacionadas con los sentimientos Habilidades alternativas a la agresión Habilidades para hacer frente al estrés Habilidades de planificación	Población: 60 alumnos de ambos sexos pertenecientes al 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada del Distrito de Villa María del Triunfo, en el año 2018	

<p>¿Cuál es el nivel de las habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Villa María del Triunfo?</p> <p>¿Cuál es el nivel de las habilidades de planificación en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Villa María del Triunfo?</p>	<p>Privada de Villa María del Triunfo. Determinar el nivel de las habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Villa María del Triunfo.</p> <p>Determinar el nivel de las habilidades de planificación en estudiantes de 2º año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Villa María del Triunfo.</p>			
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--

Anexo 2: Instrumento

LISTA DE CHEQUEO y EVALUACIÓN DE HABILIDADES SOCIALES (Goldstein et. Al. 1,980)

INSTRUCCIONES

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

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

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
GRUPO I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES					
1.- Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo	1	2	3	4	5
2.- Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento	1	2	3	4	5
3.- Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos	1	2	3	4	5
4.- Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada	1	2	3	4	5
5.- Dices a los demás que tú estas agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti	1	2	3	4	5
6.- Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa	1	2	3	4	5
7.- Presentas a nuevas personas con otros(as)	1	2	3	4	5
8.- Dicen a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen	1	2	3	4	5
GRUPO II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS					
9.- Pides ayuda cuando la necesitas	1	2	3	4	5
10.- Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad	1	2	3	4	5
11.- Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica	1	2	3	4	5
12.- Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente	1	2	3	4	5

13.- Pides disculpas a los demás cuando haz echo algo que sabes que está mal	1	2	3	4	5
14.- Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas	1	2	3	4	5
GRUPO III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS					
15.- Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas	1	2	3	4	5
16.- Permites que los demás conozcan lo que sientes	1	2	3	4	5
17.- Intentas comprender lo que sienten los demás	1	2	3	4	5
18.- Intentas comprender el enfado de las otras personas	1	2	3	4	5
19.- Permites que los demás sepan que tu te interesas o te preocupas por ellos	1	2	3	4	5
20.- Cuando sientes miedo, piensas porqué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo	1	2	3	4	5
21.- Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien	1	2	3	4	5
GRUPO IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS					
22 - Sabes cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la personas indicada	1	2	3	4	5
23.- Compartes tus cosas con los demás	1	2	3	4	5
24.- Ayudas a quien lo necesita	1	2	3	4	5
25.- Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos	1	2	3	4	5
26.- Controlas tu carácter de modo que no se te escapan las cosas de la mano	1	2	3	4	5
27.- Defiendes tus derechos	1	2	3	4	5

dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista					
28.- Conservas el control cuando los demás te hacen bromas	1	2	3	4	5
29.- Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas	1	2	3	4	5
30.- Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte	1	2	3	4	5
GRUPO V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS					
31.- Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta	1	2	3	4	5
32.- Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti	1	2	3	4	5
33.- Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado	1	2	3	4	5
34.- Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido	1	2	3	4	5
35.- Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación	1	2	3	4	5
36.- Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no a sido tratada de manera justa?	1	2	3	4	5
37.- Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer	1	2	3	4	5
38.- Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular	1	2	3	4	5
39.- Reconoces y resuelves la	1	2	3	4	5

confusión que te produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra					
40.- Comprendes de qué y porqué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	1	2	3	4	5
41.- Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática	1	2	3	4	5
42.- Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta	1	2	3	4	5
GRUPO VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN					
43.- Si te sientes aburrida, intentas encontrar algo interesante que hacer	1	2	3	4	5
44.- Si surge un problema, intentas determinar que lo causó	1	2	3	4	5
45.- Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea	1	2	3	4	5
46.- Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea	1	2	3	4	5
47.- Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información	1	2	3	4	5
48.- Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero	1	2	3	4	5
49.- Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor	1	2	3	4	5

50 - Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer.	1	2	3	4	5
------------------------------------------------------------------------------------------	---	---	---	---	---

Anexo 3: Carta de presentación



Universidad
Inca Garcilaso de la Vega
Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas
Facultad de Psicología y Trabajo Social

Lima, 8 Mayo del 2018

Carta N° 1103-2018-DFPTS

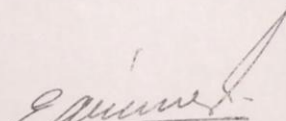
Señor
RIGOBERTO LIMBRÓN MORA
DIRECTOR
I.E.P. "JOSÉ MARIA ARGUEDAS"

Presente.-

Luego de recibir mis saludos y muestras de respeto, presento a la señorita **Lesly Beatriz MONTENEGRO ENRIQUEZ**, estudiante de la Carrera Profesional de Psicología de nuestra Facultad, identificada con código 76-5655690 quien desea realizar una muestra representativa de investigación en la Institución que usted dirige; para poder así optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, bajo la Modalidad de Suficiencia Profesional.

Agradezco la atención a la presente carta y renuevo mis cordiales saludos.

Atentamente,


Dr. RAMIRO GÓMEZ SALAS
Decano (e)
Facultad de Psicología y Trabajo Social



RGS/hzv.
Id. 876003

Recibido: 06-07-18
A las 10:57am

Anexo 4: Reporte antiplagio

Plagiarism Checker X Originality Report



Plagiarism Quantity: 16% Duplicate

Date	jueves, Agosto 09, 2018
Words	2516 Plagiarized Words / Total 16233 Words
Sources	More than 342 Sources Identified.
Remarks	Low Plagiarism Detected - Your Document needs Optional Improvement.

UNIVERSIDAD INCA Garcilaso de la Vega Facultad de Psicología y Trabajo Social /
TÍTULO Habilidades Sociales en estudiantes de segundo año de secundaria de una Institución Educativa
Privada del Distrito de Villa María del Triunfo Trabajo académico de Suficiencia Profesional en Psicología
Bach. Lesly Beatriz Montenegro Enriquez Lima 2018 PRESENTACIÓN Señores miembros del Jurado: En
cumplimiento de las normas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad de Inca
Garcilaso de la Vega, según la Directiva N°003-FPs y TS.17, presento ante ustedes mi investigación
titulada Habilidades Sociales en estudiantes de segundo año de secundaria de una institución educativa
privada del distrito de Villa María del Triunfo, bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA
PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA para obtener el título profesional de licenciatura.

Sources found:

Click on the highlighted sentence to see sources.

Internet Pages

<1% <https://issuu.com/facultaddepsicologiaui>

<1% <http://biblio.unife.edu.pe/wxis-php/call>

<1% <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream>

<1% <https://www.scribd.com/document/37866998>

<1% <http://docplayer.es/81021966-Universidad>

<1% <http://repositorio.une.edu.pe/bitstream/>

<1% <http://www.repositorioacademico.usmp.edu>

<1% <http://repositorio.uchile.cl/tesis/uchil>

<1% <http://repositorio.autonomia.edu.pe/bitst>

<1% <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream>

<1% <http://repositorio.continental.edu.pe/bi>



FERNANDO RAMOS RAMOS <framos1813@gmail.com>

para yo ▾

mar., 21 ago. 15:38 ☆ ↶ ⋮

🌐 inglés ▾ > español ▾ Traducir mensaje

Desactivar para: inglés ✕

Buenas tardes

SU TESIS ESTA APROBADA

Mg. Fernando Ramos Ramos

2018-08-20 19:01 GMT-05:00 Lesly Montenegro <leslymontenegro1996@gmail.com>: