

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



Una Institución Adventista

**Eficacia del programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para
adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución
Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca - 2019**

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicóloga

Por:

Lourdes Zunny Ururi Aguilar

Asesor:

Mg. Oscar Javier Mamani Benito

Juliaca, diciembre de 2019

DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA DEL INFORME DE TESIS

Mg. Oscar Javier Mamani Benito, de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que el presente informe de investigación titulado: Eficacia del programa “MIS HABILIDADES, MI FORTALEZA” PARA ADOLESCENTES CON DÉFICIT DE HABILIDADES SOCIALES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA DOS DE MAYO DE CARACOTO, JULIACA – 2019” constituye la memoria que presenta la Bachiller Lourdes Zunny Ururi Aguilar para aspirar al título Profesional de Psicóloga, cuya tesis ha sido realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

Las opiniones y declaraciones en este informe son de entera responsabilidad del autor, sin comprometer a la institución.

Y estando de acuerdo, firmo la presente declaración en Juliaca, a los 19 días del mes de diciembre del año 2019.



Mg. Oscar Javier Mamani Benito

Eficacia del programa "Mis habilidades, Mi fortaleza" para
adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución
Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca - 2019

TESIS

Presentada para optar el título profesional de Psicóloga

JURADO CALIFICADOR



Mg. Rosa María Alfaro Vásquez
Presidente



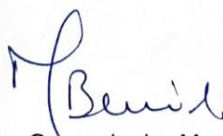
Psic. Kelly Mirtha Ricaldi Huaman
Secretario



Mg. Santos Armandina Farceque Huancas
Vocal



Mg. Eddy Wildmar Aquize Anco
Vocal



Mg. Oscar Javier Mamani Benito
Asesor

Juliaca, 19 de diciembre de 2019

Dedicatoria

Dedico este trabajo de forma especial a nuestro Dios, por haber derramado sus grandes bendiciones en todas las áreas de mi vida y sobre todo por no permitirme flaquear, pese a los diferentes inconvenientes que se presentaron en el desarrollo de esta tesis. Así mismo, agradecer a mis padres, por ser mi soporte crucial y fundamental en mi formación académica, por su contribución económica para la realización de esta tesis y sobre todo por su apoyo incondicional frente a diferentes situaciones de mi vida.

Agradecimientos

El presente estudio es la consecuencia de un arduo trabajo. De tal modo dirijo mi gratitud en especial al Mg. Oscar Javier Mamani Benito por su excelente y valiosa orientación para encaminar la naturaleza del estudio, basado en sus conocimientos y experiencias como investigador.

De igual forma, mi gratitud dirigido a mis dictaminadores, Mg. Eddy Wildmar Aquize Anco, Mg. Santos Armandina Farceque Huancas y Psicóloga Kelly Mirtha Ricaldi Huamán por sus respectivas correcciones y sugerencias en la realización y desarrollo de la tesis.

Asimismo, agradezco a la Psicóloga Dora Taiña Vilca, Psicóloga Katheryn Zapana Luque, Psicóloga Duumy Neyma Ccori Zuñiga, Psicóloga Gladys Flores Quispe y Psicóloga Wendy Marite Sumari León por sus pertinentes sugerencias en relación a la validación de los instrumentos de medición utilizados.

Finalmente, mi completa gratitud con la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo, en especial a los del área de administración, por permitirme realizar esta tesis en su centro de trabajo y además por su colaboración con recursos humanos y materiales en el proceso de su desarrollo.

Índice general

Dedicatoria	iv
Agradecimientos	v
Índice general.....	vi
Capítulo I	14
El problema	14
1.1. Planteamiento del problema	14
1.2. Formulación de problemas.....	17
1.2.1 Pregunta general.....	17
1.2.2 Preguntas específicas.....	17
1.3 Objetivos.....	18
1.3.1 Objetivo general	18
1.3.2 Objetivos específicos	18
1.4 Justificación y viabilidad	19
Capítulo II	21
Marco teórico	21
2.1 Marco bíblico filosófico	21
2.2 Antecedentes.....	22
2.2.1 Antecedentes nacionales	22
2.2.2 Antecedentes internacionales	26
2.3 Bases teóricas	28
2.3.1 Habilidades sociales.....	28
3.3.1.1 Definiciones	28

3.3.1.2 Características.....	29
3.3.1.3 Modelos teóricos	31
3.3.1.3.1 Teoría de Goldstein.....	31
3.3.1.3.2 Teoría de McFall	32
3.3.1.3.3 Teoría de Caballo.....	32
2.3.2 Programas de intervención	33
2.3.2.1 Definiciones	33
2.3.2.2 Características.....	33
2.4 Hipótesis	36
2.4.1 Hipótesis general.....	36
2.4.2 Hipótesis específicas.....	36
2.5 Marco conceptual	37
2.5.1 Adolescencia	37
2.5.2 Familias	38
2.5.3 Institución educativa.....	39
2.5.4 Salud Mental.....	40
2.5.5 Socialización.....	40
2.5.6 Intervención	41
Capítulo III	42
Materiales y métodos	42
3.1 Diseño y tipo de investigación.....	42
3.2 Variables de la investigación.....	42
3.3 Operacionalización de las variables	42

3.4 Delimitación geográfica y temporal	45
3.5 Población y muestra	45
3.5.1 Participantes.....	45
3.5.2 Criterios de inclusión y exclusión	45
3.5.3 Grupo Experimental y Control.....	45
3.5.4 Características de la muestra	46
3.6 Técnica e instrumentos de recolección de datos	46
3.6.1 Escala de Habilidades Sociales	46
3.6.2 Programa de Intervención para el desarrollo de habilidades sociales.....	48
3.7 Proceso de recolección de datos	49
3.8 Procesamiento y análisis de datos	49
Capítulo IV	51
Resultados y discusión	51
4.1 Análisis descriptivo	51
4.1.1 Análisis sociodemográfico.....	51
4.1.2 Análisis descriptivo de la variable de estudio	52
4.2. Análisis de normalidad	53
4.3 Análisis Inferencial.....	54
4.3.1 Prueba de hipótesis.....	54
4.3.1.1 En relación a la hipótesis general	54
4.3.1.2 En relación a la primera hipótesis específica	55
4.3.1.3 En relación a la segunda hipótesis específica	56
4.3.1.4 En relación a la tercera hipótesis específica	58

4.3.1.5 En relación a la cuarta hipótesis específica.....	59
4.3.1.6 En relación a la quinta hipótesis específica.....	60
4.3.1.7 En relación a la sexta hipótesis específica.....	62
4.4 Discusión.....	63
Capítulo V.....	69
Conclusiones y recomendaciones.....	69
5.1 Conclusión.....	69
5.2 Recomendaciones.....	69
Referencias.....	71
ANEXOS.....	80

Índice de tablas

Tabla 1. Operacionalización de la variable habilidades sociales	43
Tabla 2. Operacionalización del programa “Mis habilidades, Mi fortaleza”	44
Tabla 3. Validación del Instrumento formato V Aiken.....	47
Tabla 4. Análisis del grado de confianza del coeficiente de alfa de Cronbach.....	48
Tabla 5. Análisis sociodemográfico del grupo control y experimental	52
Tabla 6. Frecuencias de habilidades sociales según grupo de investigación	53
Tabla 7. Análisis de normalidad de prueba Kolmogorov-Smirnov	53
Tabla 8. Prueba de hipótesis general para el grupo experimental y control.....	55
Tabla 9. Prueba de hipótesis de la dimensión autoexpresión en situaciones sociales para ambos grupos.....	56
Tabla 10. Prueba de hipótesis de la dimensión defensa de los propios derechos como consumidor para ambos grupos.....	57
Tabla 11. Prueba de hipótesis de la dimensión expresión de enfado o disconformidad para ambos grupos.....	59
Tabla 12. Prueba de hipótesis de la dimensión decir no y cortar interacciones para ambos grupos.....	60
Tabla 13. Prueba de hipótesis de la dimensión hacer peticiones para el grupo control y experimental	61
Tabla 14. Prueba de hipótesis de la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto para ambos grupos.....	63

Abreviaturas y/o símbolos presentes

EHS	: Escala de Habilidades sociales
HHSS	: Habilidades Sociales
IES	: Institución Educativa Secundaria
ONG	: Organización no gubernamental
OMS	: Organización Mundial de la Salud
RPP	: Radio Programas de Perú
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences
Ha	: Hipótesis alterna
Ho	: Hipótesis nula
P	: Significancia estadística
>	: Mayor
<	: Menor

Resumen

Con el objetivo de determinar la eficacia del programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca-2019, se realizó un estudio de diseño cuasi-experimental, con pre y post test. La población estuvo conformada por 52 adolescentes, estudiantes que cursan el 1er y 2do grado de secundaria. El grupo experimental estuvo conformado por 22 adolescentes y el grupo control por 30, los dos de ambos sexos. Se utilizó la escala de Habilidades Sociales, creado por Elena Gismero. Los resultados señalan modificaciones entre las medias, antes (76.81) y después (110.54) de la intervención en el grupo experimental, logrando incrementar los niveles de habilidades sociales en los adolescentes, diferente del grupo control, puesto que el promedio obtenido en el pretest fue de (79.10), posteriormente en el posttest el promedio disminuyó ligeramente con un puntaje similar de (76.13). Estos resultados según los estadísticos de prueba para el grupo experimental son altamente significativos ($p = .000$), mas no, en el grupo control ($p = .070$). Se concluye que el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución educativa Secundaria Dos de Mayo de la ciudad de Juliaca.

Palabras clave: déficit de habilidades sociales; adolescentes; intervención primaria.

Abstract

In order to determine the effectiveness of the “My skills, My strength” program for adolescents with social skills deficit of the Secondary Educational Institution Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca-2019, a quasi-experimental design study was carried out, with pre and post test. The population was made up of 52 teenagers, students in the 1st and 2nd grades of secondary school. The experimental group was formed by 22 adolescents and the control group by 30, both of both sexes. The Social Skills scale, created by Elena Gismero, was used. The results indicate changes between the means, before (76.81) and after (110.54) of the intervention in the experimental group, managing to increase the levels of social skills in adolescents, different from the control group, since the average obtained in the pretest was of (79.10), later in the posttest the average decreased slightly with a similar score of (76.13). These results according to the test statistics for the experimental group are highly significant ($p = .000$), but not, in the control group ($p = .070$). It is concluded that the “My skills, My strength” program is effective for adolescents with social skills deficit of the Dos de Mayo Secondary Educational Institution in the city of Juliaca

Keywords: social skills deficit; teenagers; primary intervention.

Capítulo I

El problema

1.1. Planteamiento del problema

Sin lugar a dudas la salud mental de niños y adolescentes durante un buen periodo no se le ha dado el valor correspondiente de importancia, lamentablemente es considerado como un problema diminuto, la cual no amerita atención profesional (Tsuang, Tohen, & Jones, 2011).

Sin embargo, para Shulman, Goldweber y Cauffman (2009) es preocupante ya que los problemas de salud mental en niños y adolescentes condicionan seriamente su futuro en la vida adulta, esto puede afectar su bienestar emocional, psicológico y social. Además cabe resaltar que según la organización mundial de la salud menciona que dicho problema trae gran magnitud de sufrimiento para la familia y carga para la sociedad (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2016).

Asimismo es preciso resaltar que la familia es quien proporciona el primer y más importante contexto emocional y social, aportando ya sea de forma positiva o negativa en el desarrollo humano por lo que, en efecto existirá una profunda influencia sobre el bienestar de los miembros de la familia, principalmente en niños y adolescentes (Gabrera, Guevara & Currea, 2006).

Según datos y cifras se calcula que en el 2016 murieron más de 1,1 millones de adolescentes de entre 10 y 19 años, esto es más de 3000 al día, las cuales en su mayoría por causas prevenibles o tratables (OMS, 2018a). Más menciona que la violencia, la humillación y más aún el sentirse despreciado o desvalorado, puede agravar el riesgo de poseer problemas de salud mental en un futuro.

Por otro lado, de acuerdo con información existente se menciona que alrededor de 450 millones de personas padecen algún problema de salud mental y de conducta a nivel mundial, una de cada 4 personas desarrollará uno o más de estos trastornos mentales en el transcurso de su vida, además se estima que para el año 2020 aumentarán en un 15% (OMS, 2004).

Seguidamente, uno de cada cinco personas en el Perú tiene alguna vulnerabilidad de salud mental, pese a la cuantiosa información y avances en el tratamiento, los problemas de salud mental aumenta década tras década, como lo revela las cifras del ministerio de salud, a través de los 31 centros de salud mental comunitario que se implementaron en diversas regiones del país, informa que se han atendido a casi 2 millones de personas, lo cual impresiona el saber que el 70% de pacientes son niños y adolescentes, de las cuales los estudios revelan que el 50 % asegura que su familias viven en un ambiente de violencia Perú 21 (citado por Sausa, 2018).

Finalmente según datos locales, el psicólogo del Hospital Carlos Monge Medrano de Juliaca (Puno), Paul Gonzales Lima, informó que la cuarta parte de la población de esta ciudad carece de salud mental, señaló además que por semana atienden 3 intentos de suicidios como consecuencia de problemas familiares y sentimentales en adolescentes (Radio Programas del Perú [RPP], 2013). Así mismo, en el 2016 se registró 20 suicidios en adolescentes cuyas edades oscilan entre los 15 a 18 años y en lo que va del año en el 2017 con un incremento del 5% han ocurrido hechos de la misma naturaleza, siendo jóvenes menores de 14 años (Mamani-Benito et al., 2018; Diario Correo, 2017).

A propósito, es importante definir el concepto de “Salud Mental” como un estado y sentimiento de bienestar integral, tanto para poder desempeñar rutinas sociales saludables y sentirse bien consigo mismo (Hilasaca & Mamani, 2019; Lambarri, Flores, & Berenzon, 2012).

En general, la OMS (2018b) menciona que la salud mental está relacionada con la calidad de vida, siendo este cambiante según perspectivas culturas, socio-económicos y

geográficas. Al mismo tiempo refiere que salud mental no solo tiene como significado padecer algún trastorno mental, sin duda es parte integral de la salud; tanto así que no es posible tener salud, sin salud mental.

Por consiguiente, para Hunt (citado por Pérez et al., 2011) argumentan que “familia disfuncional” hace referencia de actitudes inadecuadas o inmaduro de uno o de ambos padres, afectando y obstaculizando la capacidad de relacionarse sanamente entre los miembros de la familia.

De igual forma, Urquiza (2012) refiere que esto acarrea a que la familia que es disfuncional genere aún más personas disfuncionales, las cuales se relacionaran de la misma forma con el resto de la población.

Por contraste, es considerable mencionar la vital importancia de la prevención primaria en relación a la salud mental, ya que el enfoque principal de la intervención no es tratar, es prevenir, sin embargo en la actualidad la realidad es distinta a las expectativas y lamentablemente la salud mental de muchos adolescentes se ven afectadas gravemente; para (Marsiglia & Tejedor, 2009) “un programa de intervención es el que cuestiona y posteriormente resuelve diferentes situaciones identificando con ella el conflicto, entre dos o más de sus miembros, la intervención permitirá resolver esa contradicción lo cual producirá una nueva lógica permitiendo establecer cambios cercanos a lo esperado”.

En tal sentido, ya que para la OMS (2015) los problemas de salud mental aparecen al final de la infancia o al comienzo de la adolescencia. Proponemos abordar el siguiente proyecto de investigación dirigido a estudiantes adolescentes de 1ero y 2do de secundaria de la institución educativa Dos de Mayo, ubicado en el distrito de Caracoto, provincia de San Román-Región Puno. Puesto que, en referencia a base de una entrevista con el director y psicóloga de I.E., refieren que dentro de su población educativa existe violencia física, verbal y psicológica entre los adolescentes, resaltando su preocupación en relación a la falta de estrategias para defender sus propios derechos de forma apropiada. Además

enfatan la presunción de conflictos dentro de la familia como causante de dichas actitudes.

1.2. Formulación de problemas

1.2.1 Pregunta general

- ¿Es eficaz el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca – 2019?

1.2.2 Preguntas específicas

- a) ¿Es eficaz el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para desarrollar la dimensión autoexpresión en situaciones sociales en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca – 2019?
- b) ¿Es eficaz el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para desarrollar la dimensión defensa de los propios derechos como consumidor en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca – 2019?
- c) ¿Es eficaz el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para desarrollar la dimensión expresión de enfado o disconformidad en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca – 2019?
- d) ¿Es eficaz el programa “Mis habilidades, Mi Fortaleza” para desarrollar la dimensión Decir no y cortar interacciones en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca – 2019?
- e) ¿Es Eficaz el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para desarrollar la dimensión hacer peticiones en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca-2019?

- f) ¿Es eficaz el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para desarrollar la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca – 2019?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

- Determinar si el programa “Mis habilidades, Mis fortaleza” es eficaz para desarrollar habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca – 2019.

1.3.2 Objetivos específicos

- a) Determinar si el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión autoexpresión en situaciones sociales en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca– 2019
- b) Determinar si el programa “Mis habilidades, mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión defensa de los propios derechos como consumidor en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca – 2019
- c) Determinar si el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión expresión de enfado o disconformidad en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca– 2019
- d) Determinar si el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión decir no y cortar interacciones en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca – 2019

- e) Determinar si el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión hacer peticiones en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca-2019
- f) Determinar si el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca– 2019

1.4 Justificación y viabilidad

Las habilidades sociales forman parte de la vida diaria, si esta variable no existiera, se presentarían infinidad de dificultades en el desarrollo personal de cada ser humano, generando posibles conductas disruptivas en etapas posteriores. La cual afecta e incrementa graves conflictos para la sociedad, por lo tanto su desarrollo adecuado es de vital importancia para hacernos personas emocionalmente inteligentes y poder convivir de forma apropiada, manteniendo relaciones sanas y estables , dado que dicha relación contribuyen la mejora en lo que respecta salud mental.

Respecto al valor teórico, esta investigación pretende fortalecer los estudios a nivel de prevención, específicamente estudios experimentales que tienen como orientación desarrollar capacidades emocionales, las cuales, según la problemática abordada al inicio, suelen ser un factor de riesgo para esta población

Respecto a valor metodológico, esta investigación pretende validar la eficacia de un programa psicopedagógico basado en el desarrollo de habilidades sociales; este tipo de investigaciones son significativamente necesarias para mejorar la calidad de vida de las personas, además, actualmente en la Región, las investigaciones respecto a las habilidades sociales son más de carácter no experimental; por lo tanto, la presente es un aporte necesario para impulsar calidad de vida e investigación para la población.

Respecto al valor social, los principales beneficiarios serán los estudiantes de secundaria de la I.E.S Dos de Mayo del distrito de Caracoto, en la provincia de San Román; puesto que la investigación tiene la naturaleza de desarrollar competencias y capacidades que tienen que ver con el desempeño social de los adolescentes. Las sesiones serán desarrolladas de manera colectiva, se espera que el grupo de participantes con déficit de habilidades sociales, al finalizar el programa de intervención, se empoderen o incrementen sus habilidades sociales.

Capítulo II

Marco teórico

2.1 Marco bíblico filosófico

En Génesis 2:18-23 el texto bíblico hace referencia a la creación de una ayuda idónea para Adán, refiere “No es bueno que el hombre esté solo; le haré ayuda idónea” ya que de todas las maravillas que Dios había creado, vio que no era bueno la soledad del hombre, e hizo que Adán mismo sintiera la necesidad de relacionamiento. Es por ello, que en los capítulos posteriores antes de crear a la mujer, se relata que Dios muestra los animales a Adán para que el mismo le pusiera nombre a cada especie y fue así que Adán puso nombre a cada bestia del edén. Al finalizar Adán vio que los animales estaban en pareja y no encontró ayuda idónea para él. De tal forma, Dios logró hacer comprender a Adán que el necesitaba compañía, preparándolo de esta forma para su próximo regalo, la mujer. En el versículo 23 Adán menciona, “Esto es hueso de mis huesos, carne de mi carne; esta será llamada mujer, porque del hombre fue tomada” de tal forma, Adán entendió el propósito de Dios al crear a la mujer. Ambos debían de acompañarse, ayudarse mutuamente, comprendiendo la unidad esencial de una buena relación, Adán debía de amarla como así mismo.

White (2012) en su libro Mensaje para Jóvenes, refiere que Dios anhela que los jóvenes de hoy sean hombres capaces de tomar decisiones oportunas, hombres que estén prestos y listos para afrontar en acción su noble obra y esto los haga aptos para poder cargar responsabilidades. Tanto es así, que Dios llama a los jóvenes que sean de corazón íntegro, que no exista debilidad en ellos, que sean fuertes y no le teman a nada. Capaces de luchar honestamente y de esta forma glorifiquen a Dios, siendo una bendición para la humanidad. Asimismo los incita a ser portadores de la luz, mostrando fortaleza y firmeza ante posibles

trampas de la vida o incluso ante persecuciones o presión de amigos de baja calamidad. Además resalta que cada joven tiene la elección de su propio camino o destino, menciona: “Ojalá cada uno comprenda que es árbitro de su propio rumbo, si lo queréis, tendréis compañeros que, por su influencia, restarán valor a vuestros pensamientos, e incluso palabras y normas morales”.

Por otro lado, Edmiston (2000) menciona que Jesús también fue una persona emocional, durante su vida en la tierra presento emociones tanto positivas como negativas, no obstante por su semejanza al carácter de Dios, pudo dominar y controlar aquellas emociones displacenteras. Por lo cual añade que los seres humanos también somos llamados a ser imagen y semejanza de Dios, por lo que nuestro carácter y emociones deben en cierta medida compartir estas cualidades divinas.

En relación a los padres, White (1957) en su libro *Conducción del Niño* refiere que aquellos que han descuidado las responsabilidades que Dios les dio, deberán enfrentar sin posibilidad a justificar dicho descuido en el juicio. “Entonces preguntará el Señor: ¿Dónde están los hijos que deje en tu legado para que los prepararás para mí?, lamentablemente muchos padres se reprocharán por no haber invertido el tiempo de calidad necesario para sus hijos, la falta amor, ternura y disciplina; darán cuenta que su descuido de veladores primordiales hizo de sus hijos lo que son.

Finalmente, en 1 Pedro 3:8-9 el mensaje nos exhorta a amarnos unos a otros, mostrar misericordia y ser amigable con nuestro prójimo. Asimismo nos amonesta evitar buscar represaría fundadas en resentimientos, Por lo contrario, nos incita a devolver el mal con bendición, sabiendo que fuimos llamados a ser bendición a cada momento y no maldición.

2.2 Antecedentes

2.2.1 Antecedentes nacionales

El Perú no es ajeno a este tipo de investigación, en Puno, Mamani y Paja (2018) realizaron un estudio con la finalidad de determinar la influencia del juego de roles como estrategia para mejorar el desarrollo de habilidades sociales en niños y niñas de 5 años de

la Institución Educativa Inicial 322, Puno-2017. La metodología de la investigación es de tipo experimental y diseño cuasi experimental, con un pre y pos test. La muestra del estudio estuvo conformada por los niños y niñas de 5 años "A", que viene a ser el grupo experimental y 5 años "B" el grupo control. Los resultados evidenciaron que la prueba Wilcoxon en el grupo experimental obtuvo un nivel de significancia de 0.000, entonces se rechazó la H_0 y se aceptó la alterna. La cual indica que si existen diferencias significativas entre el pre y pos test. Concluyendo que el juego de roles influye positivamente en el desarrollo de las habilidades sociales tales como la empatía, solidaridad y asertividad.

En Callao, Aguilar (2017) desarrolló un estudio con la finalidad de determinar el efecto de la ejecución de un programa de intervención de habilidades para la vida; las cuales ayudarían a mejorar las habilidades sociales en estudiantes de 5to y 6to grado de primaria de la IE. N°5136 Fernando Belaunde Terry; Callao-2016. La metodología fue de tipo aplicado, con un diseño cuasi experimental y una muestra conformada por los 40 estudiantes, utilizando el método hipotético deductivo, en relación a la técnica, esta estuvo conformada por una encuesta, desglosada en dos pruebas; el pre test y post test sobre habilidades sociales. En primera instancia se aplicó una prueba piloto a 20 escolares que tuvieran la misma situación y características, Logrando así obteniendo una alta confiabilidad de 0,831 según el Alfa de Cronbach. Los resultados obtenidos en el pre test, indican que las diferencias encontradas en el grupo control con el experimental, son insignificantes. No obstante, después de ejecutar el programa denominado "habilidades para la vida", en los escolares, los resultados del post test evidenciaron realmente diferencias significativas entre el grupo control y el experimental. Por lo que, se rechazó la hipótesis nula (H_0), aceptando la hipótesis alterna (H_1). Finalmente se concluyó que dicho programa de intervención, causó un efecto positivo y significativo en las habilidades sociales de los estudiantes del 6to. Grado de primaria de la I.E. N° 5136 "Fernando Belaunde Terry"; Callao – 2016.

Asimismo en Arequipa, Coaquira y Sierra (2018) realizaron un estudio con la finalidad de determinar la eficacia de un programa de habilidades sociales basado en el psicodrama pedagógico en adolescentes del Centro Juvenil Alfonso Ugarte. La metodología de la investigación es de diseño experimental de tipo cuasi experimental, con un pre-test y post test, estuvo conformada por un grupo experimental y un grupo control. La población fue compuesta por 138 adolescentes varones del Centro de Rehabilitación y Diagnóstico "Alfonso Ugarte". La edad de los adolescentes oscila entre los 12 y 21 años, considerando el tipo de muestreo no probabilístico. Los resultados evidenciaron que la aplicación del Programa de Psicodrama Pedagógico incrementó significativamente el nivel de Habilidades Sociales en sus diferentes áreas, de los sujetos pertenecientes al grupo experimental; diferente del grupo control, ya que, no se evidenciaron cambios significativos, en tal sentido se acepta la Hipótesis alternativa (Hi) y se rechaza la hipótesis nula (Ho). Por lo tanto se concluyó y quedó demostrado así la eficacia del programa de psicodrama pedagógico para el incremento del nivel de habilidades sociales en adolescentes.

En Iquitos, Grandez, Salazar y Tucto (2010) realizaron una investigación con el fin de corroborar el efecto de un programa de Habilidades Sociales en la Autoestima, Asertividad y Resiliencia en escolares adolescentes del Colegio San Juan Bautista, 2010. Se empleó el método cuantitativo, y el diseño fue de tipo Cuasi Experimental con pre test, pos test y grupo control. La población estuvo compuesto por 157 adolescentes del 5to grado de secundaria del Colegio San Juan Bautista, 2010, utilizando una muestra de 68 adolescentes, las cuales 34 fueron distribuidas al grupo experimental, mientras que el resto fue designado para el grupo control, estas elecciones fueron obtenidas mediante el método de lotería o rifa. En relación a los resultados y datos, estos fueron analizados a través del paquete estadístico SPSS versión 18.0. Se utilizó la prueba estadística inferencial y la prueba F de Levene para la comparación de varianzas, además de la prueba T de Student con un $\alpha = 0.05$ y con un nivel de confianza de 95%, permitiendo de esta forma aprobar la Hipótesis general, afirmando que el programa HS cumple y ejerce un efecto significativo

en la Autoestima, Asertividad y Resiliencia en los adolescentes del Colegio secundaria San Juan, 2010. Llegando a la conclusión que dicho efecto demostrado, modifica el comportamiento de los adolescentes participantes del estudio.

En Chiclayo, Bernal y Quesquén (2017) en su tesis desarrollaron un estudio, con el fin de demostrar la influencia del desarrollo de un programa titulado “Fastuosa en Habilidades Sociales” en adolescentes féminas. La metodología fue de tipo cuantitativo y de diseño cuasi experimental, con muestreo no probabilístico por conveniencia y una muestra constituida por 35 adolescentes féminas de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo. Los resultados del grupo control y experimental, reflejaron diferencias significativas, evidenciando porcentajes de un 11.4% en el grupo experimental y 48.6% en el grupo control. Por lo tanto, evidencia y afirma un cambio en habilidades sociales del grupo experimental. La diferenciación se obtuvo mediante un nivel de significancia de $P < 0.01$, resultados que reflejan la disimilitud entre los grupos de estudio. Concluyendo y demostrando la influencia eficaz y positiva del programa de intervención desarrollado.

Semejante a ello en Lima, Huyhua, Santos y Vargas (2018) realizaron un estudio también con el objetivo de demostrar la influencia, pero en este caso de una intervención educativa de las habilidades sociales en adolescentes estudiantes de 3ero y 4to grado de secundaria de la institución educativa N° 7087. La metodología utilizada fue de enfoque cuantitativo y diseño pre – experimental. Fue conformada por 82 estudiantes de 3ero y 4to de secundaria, de ambos sexos, entre edades de 14 a 17 años, siendo esta la población utilizada. Los resultados registraron un puntaje promedio del test de habilidades sociales aplicadas a los adolescentes, con un porcentaje de 142.1 antes de la intervención, la cual incrementó en un 155.0 después de la intervención. Asimismo, los puntajes medianos después de la intervención, incrementaron en porcentaje con un 141.5 a 153 puntos. Lo cual les permitió concluir que dicha intervención educativa, aportó significativamente en el incremento de habilidades sociales en sus 4 dimensiones mencionadas. Afirmando la eficacia del programa de intervención educativa en habilidades sociales.

2.2.2 Antecedentes internacionales

En Bolivia, Ferreira y Muñoz (2011) realizaron un estudio titulado “Programa de Intervención en Habilidades Sociales para reducir los niveles de acoso escolar entre pares o bullying”. Con el objetivo de mejorar el clima social de los niños, sujetos al estudio. La metodología implicó un estudio de diseño cuasi experimental, con 2 grupos, experimental y control. Se aplicó un pre test y un post test a los dos grupos. La población estuvo conformada por alumnos de 5to de primaria de un colegio particular de la zona sur de la ciudad de La Paz Bolivia. Con alumnos de entre 10 a 12 años de edad. Los resultados, dieron evidencia de que en la mayoría los participantes del grupo control incrementaron el nivel de agresión. Distinto al grupo experimental, ya que, demostraron en su mayoría un decremento en el nivel de agresión. De esta forma se concluye que la ejecución de un programa de intervención en el aprendizaje de habilidades sociales, puede disminuir e incluso solucionar diversos conflictos en el aula y llegar a combatir con el bullying o acoso escolar.

En España, Olivos (2010) elaboró una investigación fundándose en la aplicación de un programa de entrenamiento de habilidades sociales para la integración de latinoamericanos residentes en Madrid. Con el objetivo de impulsar el desarrollo de habilidades sociales básicas para el logro de relaciones interpersonales satisfactorias en la nueva cultura a través de un grupo de entrenamiento con técnicas cognitivas y conductuales. La metodología Se planteó de diseño experimental pre-test y pos-test con grupo control para conocer si el entrenamiento en habilidades sociales modificaba significativamente en los sujetos del grupo experimental las variables seleccionadas. La muestra estuvo constituida por 180 latinoamericanos que acudían a una ONG de Madrid (Fundación CIPIE) que ofrecía asesoría jurídica, orientación socio-laboral y que en algunos períodos ofrecía atención psicológica. El grupo experimental, con 90 sujetos se constituyó con el siguiente perfil: eran individuos adultos, de ambos sexos, de distintos países latinoamericanos, que ya habían obtenido los permisos de residencia y trabajo. Los

resultados evidencian un incremento estadísticamente significativo de las habilidades sociales en el grupo experimental, diferente al grupo control, el cual no mostró cambio alguno. Se concluye que el programa de entrenamiento de habilidades sociales a una muestra de latinoamericanos fue satisfactorio, pues hubo un aumento significativo de las habilidades en general en el grupo experimental con respecto al grupo control.

De igual forma una vez más en España, Carrillo (2015) realizó una tesis titulada “Validación de un programa Lúdico para la mejora de Habilidades Sociales en niños de 9 a 12 años” con el fin de diseñar el programa de entrenamiento para mejorar las habilidades sociales, especialmente comportamiento asertivos, agresivos y pasivos. La metodología tuvo un diseño cuasi experimental en la cual había 2 momentos temporales; pre y pos intervención por 2 grupos (experimental y de referencia). La población estuvo conformada por 112 estudiantes, 65 niños y 47 niñas, procedentes de cuarto, quinto y sexto cursos de educación primaria y cuyas edades oscilaban entre 9 y 12 años, organizados en 6 aulas de un colegio público de la provincia de Granada. Los resultados obtenidos demostraron una relación moderada y negativa entre ambos constructos. Los sujetos que tenían puntuaciones más elevadas en el comportamiento pasivo son los que después ansiedad más elevada, mientras que aquellos sujetos que tienen puntuaciones más altas en comportamiento asertivo son los que registran menor ansiedad social, y viceversa. Se concluye que efectivamente los programas lúdicos o de enseñanza de las habilidades sociales, logran mejorar las competencias sociales.

En México, Morales, Benitez y Santos (2013) realizaron una investigación basado en habilidades para la vida que permitan desarrollar competencias psicosociales en adolescentes; con el objetivo de empoderar habilidades cognitivas como autoeficacia y afrontamiento. Y además habilidades sociales en adolescentes de secundaria de zona rural, a través del desarrollo de dos programas de intervención psicoeducativa. La metodología a seguir fue cuantitativa, tuvo un diseño pre-experimental, de alcance descriptivo-correlacional. La población estuvo conformada por 96 adolescentes. En

relación a los resultados, estos evidenciaron una destacable mejoría en la acción de sus habilidades sociales. Llegando a la conclusión y demostrando la efectividad del programa ejecutado a los adolescentes.

En Paraguay, Caballero y Casal (2011) realizaron un estudio de investigación con el objetivo de realizar y ejecutar un programa de desarrollo de habilidades sociales en adultos mayores de entre 60 y 80 años, mujeres, las cuales son miembros de un club de abuelas de la ciudad de Fernando de la Mora. La metodología es de método cualitativo, de tipo descriptivo y transeccional, el diseño utilizado es de diseño investigación-acción participativa, ligado al enfoque experimental. La muestra es de tipo no probabilístico o dirigido. La población claro está, estuvo conformada por adultos mayores del departamento central. Se obtuvo una muestra de 15 personas femeninas, de entre 60 a 80 años, todas de nivel socioeconómico medio-bajo, pertenecientes al "Abue Club". Los resultados muestran cambios actitudinales en la comunicación grupal, replicados dentro de las familias de algunas de las participantes. Además, reflejaron capacidad, seguridad y una alta disposición para asumir cargos como el de liderar los grupos. Por lo que, se concluye que la realización y ejecución del programa habilidades sociales en adultos mayores es eficaz y positivo, puesto que permite la aceptación de dicha etapa y mejora la calidad de vida.

2.3 Bases teóricas

2.3.1 Habilidades sociales

3.3.1.1 Definiciones

Según Dongil y Cano (2014) las habilidades sociales esta conglomerado por un conjunto de aptitudes, habilidades, capacidades, destrezas y competencias interpersonales, la cual nos permite mantener relaciones sociales apropiadas, de modo que se adquiera seguridad y certeza de poder expresar emociones, opiniones, deseos, necesidades, etc.; todo aquello en distintas situaciones y sin la necesidad de causar tensión, ansiedad u otras emociones negativas en uno mismo ni el contrincante. Además se considera que la acción de las

habilidades sociales produce un máximo de beneficios y un mínimo de consecuencias negativos tanto a corto como a largo plazo. Enfatiza que la persona socialmente hábil no solo busca su propio interés, sino también tiene en cuenta los intereses y sentimientos de los demás, si se presentara un conflicto trata de encontrar; en posible, soluciones satisfactorias para ambas partes (Roca, 2014).

Por otro lado, Kelly (1987) manifiesta que las habilidades sociales son el conjunto de conductas aprendidos y adquiridos , que aplican los individuos en las diversas situaciones interpersonales, utilizando este medio con el fin de obtener o mantener reforzamiento de su entorno.

Por su parte, Gismero (citado por Sparrow, 2007) expone una clara descripción de este término haciendo referencia de una conducta asertiva o socialmente habilidosa, mencionando este como un conjunto de réplicas verbales y no verbales, independiente y situacionalmente específicas, donde el individuo manifiesta en un contexto interpersonal sus exigencias o necesidades, sentimientos, preferencias, opiniones o derechos sin angustia excesiva y de modo no aversivo, respetando a las demás personas.

Por tanto, no es posible dar una sola definición exacta, ya que se entiende que la habilidad social ha de darse en un determinado contexto cultural, puesto que, los modelos y formas de comunicación suelen cambiar entre las distintas culturas, entre las edades, el sexo o nivel de educación. A pesar de ello, la adquisición de estas habilidades persigue un mismo fin, que es el de relacionarse con las demás personas de forma eficaz (Maichenbaum, Butler & Grutson; citado por González, 2013).

3.3.1.2 Características

Según Peñafiel y Serrano (2010) mencionan tres clases de habilidades sociales, las cuales son:

- **Cognitiva:** Son aquellas en la cual interfiere el aspecto psicológico, las relacionadas con el “pensamiento”. Como la habilidad para resolver conflictos a través de estrategias como el pensamiento alternativo, consecuencial y relacional,

el poder reconocer los estados de ánimo de uno mismo y de los demás, reconocer los gustos, deseos y necesidades en uno mismo y en las demás personas y reconocer las conductas socialmente adecuadas.

- **Emocional:** Aquellas habilidades en la cual se encuentran involucradas la expresión y manifestación de varias emociones, ya sean el enojo, felicidad, miedo, entre otros. Están involucradas con el sentir.
- **Instrumental:** Estas habilidades están relacionadas con el actuar, divididos en dos: conductas verbales las cuales tienen que ver con formular o responder preguntas, hablar en público, pedir favores, etc. y las conductas no verbales refiriendo a gestualidad, posturas, volumen de la voz y contacto visual.

Por otro lado, Guismero (citado por Palacios, 2017) planteó las dimensiones de las habilidades sociales, las cuales son:

- **Autoexpresión en situaciones sociales:** Esta dimensión refleja la habilidad de manera espontánea, y sin angustia, en diferentes tipos de situaciones sociales: en fiestas y grupo sociales, entrevistas de trabajo, etc.
- **Defensa de los propios derechos como consumidor:** Refleja la manifestación de comportamientos asertivos frente a personas desconocidas en defensa de los propios derechos en situaciones de consumo por ejemplo, pedir rebajas, no dejar que una persona se meta en la fila, regresar un objeto malogrado, etc.
- **Expresión de enfado o disconformidad:** Bajo esta dimensión se encuentra la idea de eludir problemas o confrontaciones con otros sujetos, teniendo la capacidad para manifestar nuestro enfado, emociones negativas justificadas o desacuerdos con otros sujetos.
- **Decir no y cortar interacciones:** Muestra la capacidad para cortar interacciones que no se quiere sostener, ya sea con un amigo, vendedor o con sujetos con los que no deseamos seguir hablando o saliendo. Lo importante es poder decir “no”

a otros sujetos, y cortar las interacciones que no se desea seguir manteniendo por más tiempo.

- **Hacer peticiones:** Esta dimensión muestra la capacidad para expresar peticiones a otros sujetos de algo que queremos, ya sea a un amigo, o en situaciones de consumo.
- **Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto:** Esta dimensión se define como la capacidad para iniciar interacciones con el sexo opuesto ya sea para entablar una conversación, poder preguntarle algo, pedir una cita, etc.

3.3.1.3 Modelos teóricos

3.3.1.3.1 Teoría de Goldstein

Goldstein et al., (citado por Garcia, 2010) define las habilidades sociales como un conjunto de infinidad de habilidades y capacidades, las cuales se evidencian durante una situación problemática externa o conflictos intrapersonales. Por lo tanto las habilidades sociales según su modelo son:

- **Habilidades sociales básicas:** Escuchar, mantener o iniciar una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse y presentar a los demás, siendo capaces de hacer un elogio sin ningún temor.
- **Habilidades sociales avanzadas:** Capacidad de convencimiento, posibilidad de dar instrucciones claras, aceptar errores sin temor a burlas y pedir ayuda cuando este le sea necesario.
- **Habilidades relacionadas con los sentimientos:** Conocer y expresar sentimientos propios y ajenos, ofrecer y expresar afecto sin límite alguno.
- **Habilidades alternativas a la agresión:** Capacidad de negociación defendiendo los propios derechos y respetando el de los demás, aceptar bromas o críticas que en su análisis no ameritan discusión alguna, sensación de apoyo

al prójimo o compartir ideas o material con quien lo necesite sin escarmiento alguno.

- **Habilidades para hacer frente al estrés:** Capacidad de argumentar alguna opinión diferente al de los demás, siendo capaces de responder alguna refutación sin exaltación alguna, aceptación de errores las cuales toma como lecciones, mostrar firmeza ante algún tipo de presión sin necesidad de dar excesiva explicación.
- **Habilidades de planificación:** Independientemente autónomos, racionales, búsqueda de posibles soluciones a un problema, discernir los conflictos según su gravedad y seguridad competente al asumir alguna responsabilidad.

3.3.1.3.2 Teoría de McFall

Por otro lado, Schlundt y McFall (citado por Torres, 2016) resume a esta tipología en tres categorías de habilidades; la primera son las habilidades de decodificación de los estímulos situacionales entrante (Imput), este modelo hace referencia a la necesidad de la validez de los órganos de los sentidos, para su identificación en relación a los rasgos estimulantes de la situación. Seguidamente está el segundo modelo de estadio de toma de decisiones, es la evaluación y respuesta efectiva en su opinión, esto hará que dicha información almacenada en su memoria de largo plazo sea modificado. Finalmente presentan el tercer modelo de estadio de la codificación en secuencia del procesamiento de la información, lo que implica la ejecución de la respuesta propuesta, asimismo se ejecuta una retroalimentación de acuerdo al impacto de conducta frente a sus expectativas.

3.3.1.3.3 Teoría de Caballo

En cuanto, Caballo (citado por Huaranca y Reynoso, 2019) menciona que dicho autor identificó cinco características que observo en las personas con habilidades sociales apropiadas; las cuales fueron: generar y recibir cumplidos; hacer y rechazar peticiones; expresar opiniones personales, incluido el desacuerdo; disculparse o admitir ignorancia; afrontar las críticas y finalmente la capacidad de hablar en público.

2.3.2 Programas de intervención

2.3.2.1 Definiciones

Torres (2011) señala, un proyecto o programa de intervención es un plan de acción o propuesta. Organizada de forma creativa y sistemática, además ideada a partir de una necesidad, a fin de satisfacer dicha carencia, problemática o falta de funcionalidad para obtener mejores resultados en determinada actividad.

Según Badillo (2014) menciona que los programas de intervención son conjuntos organizados de acciones expresadas en función a la psicopedagogía. Puesto que están orientadas con objetivos en base a necesidades acompañadas a una planificación.

Asimismo, Savedra (2015) refiere que los programas de intervención básicamente están orientada a la solución de problemas sociales, reúne una serie de actividades las cuales se integran entre aspectos, políticos, fisiológicos y procedimientos.

Cabe mencionar que la Real Academia Española define “programa” como una serie ordenada de acciones necesarias para ejecutar un proyecto, en tal sentido, este concepto estaría apuntado al desarrollo de actividades con si respectivo propósito (Álvarez-Apaza et al., 2019).

2.3.2.2 Características

El término “programa”, en el campo de trabajo social, hace referencia a tres diferentes formas de intervención Barr (citado por Álvarez , 1998) indica que, la primera forma de actuación o intervención es aquella planificación con previa coordinación de diferentes unidades administrativas, para luego acceder a la prestación del desarrollo de un conjunto de actividades, ya sea un programa para identificar deficiencias o un programa de educación compensatoria. La segunda forma, hace referencia a un conjunto de acciones planificadas con anticipación al desarrollo, con una consecución en el cumplimiento de metas u objetivos dirigidos a una población seleccionada (Condori et al., 2020). Finalmente

la tercera modalidad o forma, se refiere a actividades realizadas en un solo tiempo y con objetivos limitados.

Por otro lado, Torres (2011) en un segundo aporte señala que todo proyecto de investigación debe producir resultados o algún tipo de producto, dependiendo del diseño utilizado. Por ello deja en evidencia todas las características que deben cumplir una acción:

- **Fundamentación:** Justificar la razón que impulsa a realizar el proyecto.
- **Finalidad:** Beneficiario del logro del alcance de los objetivos trazados.
- **Objetivos:** Pretensión positiva del proyecto de investigación.
- **Beneficiarios directos e indirectos:** Prestaciones dirigidas a un beneficiario.
- **Actividades:** Conjunto de acciones por desarrollar.
- **Gastos:** Requerimiento de presupuesto para alcanzar los objetivos.
- **Responsables y estructura administrativa:** Recursos humanos.
- **Modalidades de operación:** Cómo se ejecutará el proyecto.
- **Calendario:** tiempo de duración del proyecto, inicio y termino aproximado.
- **Prerrequisitos:** conjunto de factores externos que se debe reunir para la realización del proyecto.

Por ello, el autor menciona que es de vital importancia resaltar que todo programa de intervención debe cumplir con un modelo estructurado y sistemático, la cual presente un plan de acción, que radique desde las necesidades identificadas hasta alcanzar los objetivos trazados (Mamani-Benito et al., 2020).

2.3.2.3 Modelos teóricos

Según Rodríguez et al., (citado por Garcia, 2001) clasificaron los modelos de intervención basándose en la forma de actuación la tarea orientadora, las cuales distinguen en:

- **Modelo de intervención directa e individualizada:** Modelo de counseling, relación que se establece entre el facilitador y el orientado, la cual pretenda satisfacer las necesidades que requiere un proceso de ayuda individualizada.
- **Modelo de intervención directa grupal:** Modelo con la característica de intervención directa de un equipo especialista, encontrando al capacitador como único autorizado para la intervención.
- **Modelo de intervención indirecta individual y/o grupal:** Modelo basado en la interacción indirecta entre los expertos, orientados y tutores. Lo cual accede al tutorado ser partícipe de forma indirecta, permitiéndoles asumir en un futuro la tarea de los expertos.
- **Modelo de intervención a través de medios tecnológicos:** Modelo científico o tecnológico, considerado un complementario de los modelos ya citados, donde el orientador o experto pueda utilizar como apoyo medios tecnológicos que ayuden a concretar el proyecto.

En definitiva, los autores sostienen que el orientador deberá estar presente, ya que tendrá que esclarecer toda duda que se concurre en aquel momento, además deberá asumir y resolver conflictos internos expuestos por los individuos; Ayudando a sintetizar, interiorizar y reflexionar de forma individual y grupal.

Por su parte Goldstein et al,(1989) propone un modelo basado en cuatro pasos, las cuales son:

- **Modelamiento:** En donde los participantes, prestan atención a la situación que se les plantea y reproduciendo la conducta designada.
- **Representación de papeles o role playing:** Hace referencia de solicitud o invitación al sujeto para que represente determinada habilidad. La eficacia de este paso dependerá en el que el individuo este de acuerdo y comprometido en participar, recibiendo un adecuado reforzamiento.

- **Retroalimentación o feed back:** Acción final, que permite producir opiniones, debates y reflexiones tanto grupal como individual.
- **Generalización del adiestramiento:** Este paso es primordial, ya que permite que los participantes implementen o utilicen los conocimientos aprendidos y herramientas adquiridas en su vida cotidiana. más aún en situaciones de tensión.

Un programa de intervención o dicho en otros términos, el entrenamiento es la técnica de elección de muchos campos. Esto les permite que el individuo y su ambiente se mantengan unidos. Cuán importante es adquirir estos conocimientos y herramientas, esto servirá para la vida cotidiana de cada individuo. Es gratificante lo que sienten al saber que ciertos comportamientos negativos, pueden ser cambiados y tener la certeza que existen diversas formas para hacerlo (Caballo, 2000).

2.4 Hipótesis

2.4.1 Hipótesis general

- El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca – 2019.

2.4.2 Hipótesis específicas

- a) El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión autoexpresión en situaciones sociales en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca – 2019
- b) El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión defensa de los propios derechos como consumidor en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca – 2019

- c) El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión expresión de enfado o disconformidad en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca – 2019
- d) El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión decir no y cortar interacciones en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca – 2019
- e) El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión hacer peticiones en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca-2019
- f) El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca – 2019

2.5 Marco conceptual

2.5.1 Adolescencia

Desde la teoría psicosocial, para Freud (1993) la adolescencia es una etapa que inicia con pulsaciones producidas en la pubertad, en la cual se altera el equilibrio psíquico obtenido con anterioridad en la infancia, este desequilibrio provoca desajustes e inserta vulnerabilidad, que en defecto conlleva a crear defensas psicológicas inapropiadas, obstaculizando así la adaptación . Definición que es reforzada por Erickson (citado por Pérez, 2013) agregando que la adolescencia es una etapa de identificación personal, ante él/ella mismo (a) y la sociedad (realidad, autenticidad, valores etc.) Según el autor esta etapa es crucial y vital ya que el adolescente termina formando su personalidad en definitiva, lo cual le permitirá vivir en sociedad psicosocialmente “maduro”.

Casas y Ceñal (n.d.) dividieron el desarrollo del adolescente en 3 etapas:

Adolescencia temprana (11-13 años) Esta etapa se caracteriza por el crecimiento y desarrollo somático acelerado, ocasionando desconcierto, vergüenza y curiosidad. En efecto se da el reclamo a individualidad e intimidad. También se presenta los cambios bruscos en la conducta y emotividad. El pensamiento en común es totalmente concreto, no perciben las consecuencias futuras de sus decisiones.

Adolescencia media (14-17 años) Los cambios y maduración sexual han finalizado, logrando la aceptación de la imagen corporal. Sin embargo aún ponen en prueba su atractivo sexual, en relación al pensamiento, en esta etapa continua el sentido de la individualidad. Sin embargo ahora es vulnerable a la opinión de terceros. Asimismo ya son capaces de percibir las consecuencias futuras de sus actos. Última e importante característica de esta etapa es el distanciamiento afectivo de la familia, la cual implica desorientación y exposición a conductas que pongan al adolescente en riesgo, ya que existe la tendencia a la impulsividad.

Adolescencia tardía (17-21 años) Es la última etapa del adolescente, donde se preparan para la vida adulta, la cual puede verse alterada ya que se enfrentan a exigencias reales. Definitivamente el crecimiento sexual ha madurado en su totalidad y el pensamiento ahora es abstracto, logrando percibir por completo las implicaciones de sus actos.

2.5.2 Familias

Según Melogno (2008) define a la familia como un conjunto de personas unidas por un vínculo de parentesco, ya sea consanguíneo, por matrimonio o adopción, las cuales viven juntos por un periodo de tiempo. Por lo tanto constituye la unidad básica de la sociedad y es el origen de toda colectividad humana. Además menciona que la familia cumple un rol clave e importante de socialización e integración, en cuanto al desarrollo de culturas o civilizaciones.

El Consejo de Derechos Humanos Naciones Unidas (2015) reafirma que la familia es “un elemento natural y primordial de la sociedad”. Tanto es así, que enfatiza el deber del

estado y la sociedad, en cuanto a la protección y respaldo de los derechos fundamentales de todos los miembros que integran la familia. Además reconoce su “rol clave” en el desarrollo social. Mientras tanto para la OMS, la familia es el entorno donde se establecen por primera vez la conducta y la autonomía. A su vez considera que dentro de la familia se originan los valores, la cultura y las normas sociales.

En síntesis, las conceptualizaciones reafirman que es dentro de la familia donde el individuo, inicia a través de un modelamiento su proceso de desarrollo personal, dependiendo de sus tipologías o culturas.

En cuanto a los tipos de familias, Osorio y Álvarez (2004) expusieron los siguientes:

- **Familia extensa:** Constituido no necesariamente por los hijos y padres, sino también por otros miembros con algún tipo de parentesco consanguíneo.
- **Familia nuclear íntegra:** Opuesto al tipo de familia extensa, está constituida solamente por un matrimonio e hijos biológicos.
- **Familia nuclear ampliada:** Constituido por integrantes con o sin vínculo consanguíneo, integrantes con gran importancia en la familia, siendo apoyo positivo o causantes de conflictos.
- **Familia monoparental.** Compuesta por un solo cónyuge, la cual asume la responsabilidad total de la crianza y convivencia de los hijos.
- **Familia reconstituida.** Familia formada por dos personas adultas, las cuales deciden tener una relación formal, En la que uno de los conyugues incorpora uno o más hijos (as), de una relación anterior Visher (citado por Pereira & Johnson, 2012).

2.5.3 Institución educativa

Martinez (2012) denomina este término como una “organización educativa”, la cual requiere un nombre, una identidad, dirección y normas que les permita alcanzar sus objetivos. Teniendo como función principal la enseñanza y aprendizaje de los individuos, con el fin de que aquellos sean capaces de enfrentar este medio social que exige diferentes

conocimientos. El objetivo principal es que cada uno de los miembros forme y desarrollen competencias para la subsistencia; según el autor determina la existencia de 3 tipos de Instituciones Educativas:

- **Instituciones públicas, del Estado u oficiales:** Zonas territoriales que competen a la administración pública o del Estado.
- **Instituciones privadas:** Perteneciente en propiedad de inversión privada, teniendo como objetivo brindar un servicio educativo que genere ganancias económicas a los propietarios.
- **Instituciones humanitarias:** de índole público o privado, con fines únicamente en beneficio a las comunidades o ciudades que estén en situación de riesgo.

2.5.4 Salud Mental

Según la OMS (2013) describe la salud mental como un “estado de bien estar”, permitiendo al individuo estar consciente de sus propias capacidades, además inserta la facultad de afrontar los diferentes conflictos de la vida y posibilita la producción fructífera, siendo capaz de aportar a la sociedad.

Por lo tanto, salud mental es un estado de bien estar biológico, psíquico, social y espiritual. Dependientes de factores físicos, psicológicos y ambientales (Carrasco, Polo et al., 2015).

2.5.5 Socialización

Proceso en la cual los individuos interaccionan mutuamente, produciendo el desarrollo de diferentes formas de pensar, sentir y actuar. Siendo este proceso esenciales para su inserción en la sociedad (Vander, 1986).

Dicho de otra manera es un proceso de intercambios con un impacto de influencia entre los individuos.

En tal sentido, es el proceso en donde los individuos ejecutan los elementos socioculturales aprendidos en su vida cotidiana, sometido bajo influencia de experiencias, adaptándose de esta forma a un entorno social Rocher (citado por (Suriá, 2010).

2.5.6 Intervención

Carballeda (2012) menciona que una intervención es generada por la necesidad de mantener cohesión social. Por tanto la intervención cumple el rol de la detección de anomalías, buscando distintas formas de disciplinar y regularizar aquella situación amenazante para la sociedad.

Asimismo se estableció como origen del término dada en Inglaterra y Francia, en dicho término se definió como una actividad de un tercer personaje que actúa como mediador entre dos elementos Dubost (citado por Montero, 2014).

Finalmente, para Losada (n.d.) la intervención social es una acción programada sobre un colectivo o grupo, cuyo objetivo es producir cambios a nivel social. La cual consiste en diversas actividades programadas con anticipación y en relación a las necesidades observadas de forma sistemática o fundada en base a un diagnóstico, es decir una intervención es un trabajo metodológico concreto.

Capítulo III

Materiales y métodos

3.1 Diseño y tipo de investigación

El presente proyecto de investigación se enmarcó en un enfoque cuantitativo, de diseño experimental, de tipo cuasi-experimental, con pre y post test, con un grupo experimental y un grupo control, esto en razón de que se realizó la manipulación activa de la variable: habilidades sociales; así mismo, se estimó el análisis antes y después de la intervención para evaluar la eficacia del mismo (Hernandez, Fernández & Baptista, 2014).

3.2 Variables de la investigación

- Variable dependiente: habilidades sociales
- Variable independiente: programa de intervención

3.3 Operacionalización de las variables

Tabla 1
Operacionalización de la variable habilidades sociales

Variable	Dimensión	Definición	Ítems	Instrumento	Categoría de respuestas	Categoría de interpretación
Habilidades Sociales	Autoexpresión en situaciones sociales	Esta dimensión refleja la capacidad de expresarse espontáneamente sin ningún tipo de ansiedades, en diversas situaciones sociales (entrevistas laborales, grupos y reuniones sociales).	1,2,10, 11,19, 20, 28, 29	Escala de Habilidades Sociales (Elena Gismero Gonzales, 2005).	(A): No me identifica en absoluto; la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría. B): No tiene que ver conmigo; aunque alguna vez me ocurra.	25: Bajo 26 a 74: Medio 75 a más: Alto
	Defensa de los propios derechos como consumidor	Evidencia la declaración de conductas asertivas, en defensa de los derechos de uno mismo en situaciones de consumo.	3,4,12, 21,30			
	Expresión de enfado o disconformidad	Bajo esta dimensión se presenta la acción de evitar conflictos o confrontaciones con otras personas, consiste en la capacidad de expresar desacuerdo con otras personas.	13,22, 31, 32			
	Decir no y cortar interacciones	Capacidad para cortar alguna interacción que no se desee mantener ya sea en definitiva o momentánea, así como el negar peticiones o favores. Tratándose de un aspecto de la aserción en que lo crucial es poder decir "NO" ante alguna presión.	5,14, 15, 23, 24, 33			
	Hacer peticiones	Dimensión que refleja la expresión de peticiones a otras personas de algo que deseamos, tanto en ambientes públicos como privados.	6,7,16, 25, 26			
	Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	Se define por la habilidad para comenzar o generar alguna interacción con el sexo opuesto y de poder realizar espontáneamente, un halago o petición; intercambios entre pares positivos.	8,9,17, 18, 27			

Tabla 2

Operacionalización de la variable programa Mis habilidades, Mi fortaleza

Variable	Dimensión	Definición	Sesiones	Instrumento	Manual
Programa Mis habilidades, Mi fortaleza	Yo valgo la pena	Grado en el que se fomenta una visión realista y positiva de sí mismo (a).	Sesión 1	Programa de intervención	Cuadernillo de trabajo
	Detective de mis emociones	Grado en el que se desenvuelve la habilidad para afrontar retos y situaciones de conflicto; desarrollando la capacidad de reconocer y comprender las emociones.	Sesión 2		
	Prueba tu firmeza	Grado en las que se realizan distintas acciones de firmeza ante la presión de los demás.	Sesión 3		
	De gustos no hay nada escrito	Grado en el que los alumnos se comprenden mejor unos a otros, superando estereotipos y tolerando las diferencias de cada uno.	Sesión 4		
	El teléfono sin palabras	Grado en el que se reflexiona sobre la comunicación y sus dificultades.	Sesión 5		
	Oír vs escuchar	Grado en el que se experimenta como se transmite la información; se pierde, se distorsiona y se inventa.	Sesión 6		
	Ponte en mi lugar	Grado en el que se desarrolla la habilidad emocional; mediante la escucha activa, recepción de necesidades y estados emocionales de otros seres humanos.	Sesión 7		
	Madres y Padres en apuros	Grado en que se promueve la participación consciente y activa de los padres de familia, reconociendo los estilos de crianza en sus hogares.	Sesión 8		

3.4 Delimitación geográfica y temporal

La presente investigación se ejecutó en el año 2019, en la Región de Puno, provincia San Román, distrito de Caracoto. Entre la aplicación de los test e intervención, las fechas de ejecución se encuentra entre los meses de junio a septiembre. Sin embargo el proyecto se elaboró desde el mes de abril.

3.5 Población y muestra

3.5.1 Participantes

La población estuvo conformada por 52 adolescentes, estudiantes que cursan el 1er y 2do grado de secundaria de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de la Región de Puno; la población estuvo dividida en dos grupos: experimental y control. Ambos grupos con déficit de habilidades sociales. Respecto al grupo experimental, este se conformó por 22 estudiantes y el grupo control por 30 estudiantes.

3.5.2 Criterios de inclusión y exclusión

A continuación, se mencionan los criterios de inclusión y exclusión que se consideró para reunir a los participantes de la presente investigación:

3.5.3 Grupo Experimental y Control

a. Criterios de inclusión:

- Alumnos que presenten déficit de habilidades sociales, identificados bajo la prueba del pre test.
- Ser alumnos matriculados en el centro educativo.
- Ser alumnos que cursan el 1ero y 2do grado de secundaria.
- Alumnos cuyos padres hayan aceptado el consentimiento informado para la intervención.

b. Criterios de exclusión son:

- Alumnos con habilidades sociales en un nivel alto o medio.

- Alumnos no matriculados.
- Alumnos que cursan grados superiores desde 3ero en adelante.
- Alumnos cuyos padres no hayan sido informados o nieguen el consentimiento para la intervención.

3.5.4 Características de la muestra

Los participantes con los cuales se trabajó el programa de intervención, son alumnos que demuestran déficit de habilidades sociales, los cuales fueron elegidos mediante criterios impuestos por el investigador, conformando de tal forma el grupo experimental; y aquellos que integraron el grupo control también presentan las mismas características, sin embargo estos no obtuvieron la autorización para participar en el programa de intervención.

3.6 Técnica e instrumentos de recolección de datos

3.6.1 Escala de Habilidades Sociales

Se utilizó la escala de Habilidades sociales, la cual tiene un ámbito de aplicación para adolescentes y adultos, creado por Elena Gismero Gonzales en el 2005, procedente de la Universidad Pontificia Comillas (España/Madrid). Con finalidad de evaluar la falta de aserción o déficit en habilidades sociales, para en efecto del estudio, realizar un programa de intervención. Posteriormente la escala fue adaptada en el Perú en la Universidad Cesar Vallejo de la ciudad de Trujillo por (Ruiz, 2006).

Dicha EHS está distribuida en 33 ítems, 28 de los cuales están descritos en el sentido de falta de aserción o déficit en habilidades sociales, y 5 de ellos en el sentido positivo. Consta de 6 dimensiones de la siguiente forma: Autoexpresión de situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones, iniciar interacción positiva con el sexo opuesto. El tiempo de aplicación es de 10 a 15 minutos. El instrumento tiene un formato tipo Likert con 4 alternativas, donde A se refiere “No me

identifico en absoluto”, B se refiere “Mas bien no tiene que ver conmigo”, C se refiere “Me describe aproximadamente”, D se refiere “Muy de acuerdo”.

En relación a la validez, la tabla 3 muestra los resultados obtenidos sobre la validez de contenido por criterio de 5 expertos, consta de 4 criterios básicos de evaluación (claridad, congruencia, contexto y dominio de constructo) y mediante la fórmula de V Aiken se extrajeron el índice de validez dando como resultado 0.981 para la dimensión autoexpresión en situaciones sociales, para la segunda dimensión defensa de los propios derechos como consumidor se obtuvo el valor de 1, en la tercera dimensión expresión de enfado o disconformidad se obtuvo el valor de 0.975, en la cuarta dimensión decir no y cortar interacciones se obtuvo el valor de 0.983, en la quinta dimensión hacer peticiones se obtuvo el valor de 1 y en la sexta dimensión iniciar interacción positiva con el sexo opuesto obtuvo un valor de 1. Finalmente la escala total del instrumento obtiene un valor de 0.989, evidenciando una alta validez de contenido.

Tabla 3

Validación de instrumento formato V de Aiken

	Claridad	Congruencia	Contexto	Dominio de constructo	Total
Autoexpresión en situaciones sociales	0.975	0.975	0.975	1	0.98125
Defensa de propios derechos	1	1	1	1	1
Expresión de enfado o disconformidad	0.9	1	1	1	0.975
Decir no y cortar interacciones	1	1	0.933	1	0.983
Hacer peticiones	1	1	1	1	1
Iniciar interacción con el sexo Opuesto	1	1	1	1	1
Total	0.982	0.994	0.982	1	0.989

Fuente: Elaboración propia, los datos se procesaron en el programa Excel.

Asimismo, en la tabla 4 el instrumento muestra una confiabilidad de .706, se considera una consistencia aceptable. Ya que sostiene que el 70% de la varianza de los totales se debe a lo que los ítems tienen en común, o a lo que tienen de relacionado, de discriminación conjunta (habilidades sociales o asertividad).

Tabla 4

Análisis del grado de confianza del coeficiente Alfa de Cronbach

Escala Total	Alfa de Cronbach	N° elementos	N°
Grupo. Experimental	.706	33	22

3.6.2 Programa de Intervención para el desarrollo de habilidades sociales

La ejecución de los talleres fueron realizados en base a un diagnóstico, producto de los resultados de la evaluación de la EHS, la cual empoderó e incrementó el desarrollo adecuado de las habilidades sociales, a través de diversas actividades que contribuyeron a la adquisición de herramientas para el manejo de las diferentes situaciones conflictivas de la vida. Tal programa estuvo dirigida a una población de adolescentes de nivel secundario, consta de 8 sesiones las cuales llevan como título: “Yo valgo la pena”; “Detective de mis emociones”; “Prueba tu firmeza”; “De gustos no hay nada escrito”; “El teléfono sin palabras”; “Oír vs escuchar”; y finalmente “Ponte en mi lugar”. Asimismo para concretar dicha intervención se realizará una sesión dirigida a los padres de familia, el cual lleva como título “Madres y Padres en apuros”. Mientras tanto, la metodología en la que se desarrollo cada una de las sesiones contaron con recursos materiales y humanos (incentivos y materiales de apoyo), la ejecución de los talleres se llevo a cabo de forma colectiva, No obstante hay actividades donde individualmente cada alumno tuvo la oportunidad de reflexión personal y grupal. Finalmente, se realizó una retroalimentación para empoderar los conocimiento adquiridos, incentivando al desarrollo de ellos mismos.

3.7 Proceso de recolección de datos

Previo a la aplicación del instrumento se procedió a gestionar la autorización de ejecución de proyecto por parte de la Institución Educativa involucrada, donde se planificó las fechas de evaluación e intervención directamente con los responsables, tanto con el Director y Psicóloga de la Institución Educativa. De esta forma se estuvo cumpliendo los procedimientos formales para adquirir la respectiva autorización de proceso de evaluación del pres-test y post-test dirigido a los alumnos de 1ero y 2do de secundaria, además de su aplicación posterior del grupo experimental y control.

Después de la aplicación del pre-test, la cual tuvo una duración aproximada de 15 minutos, se procedió a la calificación de la prueba, logrando de esta forma identificar a la población de alumnos que presenten déficit de habilidades sociales. De los cuales solo 22 alumnos fueron seleccionados como muestra para el grupo experimental, la forma de reclutamiento de estos alumnos se dio bajo un consentimiento informado dirigido a los padres de familia, dando a conocer el objetivo de estudio e intervención. 22 padres de familia firmaron el consentimiento informado, siendo seleccionados como parte del grupo de intervención. Por efecto el resto de los alumnos de la muestra se concretó como grupo control, grupo característico de padres de familia que no firmaron la autorización para la intervención.

Enseguida por efecto se transcribió y desarrolló las sesiones del programa de intervención de HHSS. Con 7 sesiones dirigidas a los alumnos y la 8va y última sesión dirigido a los padres de familias pertenecientes al grupo experimental. Finalmente se aplicó el pos-test tanto al grupo control como al grupo experimental, utilizando este método para medición de la eficacia del programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para adolescentes con déficit de habilidades sociales.

3.8 Procesamiento y análisis de datos

Una vez calificadas las pruebas, los datos fueron procesados a través del software Microsoft Excel y el paquete estadístico SPSS 22.0. Una vez configurada la base de datos se procedió al análisis de los mismos, mediante pruebas estadísticas descriptivas:

media, desviación estándar, tablas de frecuencias e inferenciales: prueba t de student para analizar si existen diferencias significativas.

Capítulo IV

Resultados y discusión

4.1 Análisis descriptivo

4.1.1 Análisis sociodemográfico

De acuerdo a los resultados sociodemográficos obtenidos en la tabla 5. Se observa que en el grupo experimental el 63.6% de los integrantes son de sexo femenino y el 36.4% son de sexo masculino. Así mismo, se observa que el 50.0% de los integrantes tienen 12 años de edad, el 40.9% de los integrantes tienen 13 años, el 4.5% tienen 11 años de edad y otro 4.5% de los integrantes tienen 14 años de edad. Finalmente, se observa que el 77.3% de los integrantes son de primer año de secundaria y el 22.7% son de segundo año de secundaria.

Del mismo modo, en relación a los resultados sociodemográficos, tabla 5. Se observa que en el grupo control el 63.3% de los integrantes son de sexo masculino y el 36.7% son de sexo femenino. Así mismo, se observa que el 33.3% de los integrantes tienen 12 años de edad, el 40.0% de los integrantes tienen 13 años de edad, el 26.7% tienen 14 años de edad y el 0.0% tiene 11 años de edad. Finalmente, se observa que el 53.3% de los integrantes son de primer año de secundaria y el 46.7% son de segundo año de secundaria.

Tabla 5

Análisis sociodemográfico del grupo experimental y control

		Experimental		Control	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Masculino	8	36.4	19	63.3
	Femenino	14	63.6	11	36.7
	Total	22	100.0	30	100.0
Edad	11 años	1	4.5	0	0.0
	12 años	11	50.0	10	33.3
	13 años	9	40.9	12	40.0
	14 años	1	4.5	8	26.7
	Total	22	100.0	30	100.0
Grado	Primero	17	77.3	16	53.3
	Segundo	5	22.7	14	46.7
	Total	22	100.0	30	100.0

Fuente: Elaboración propia, datos procesados del SPSS

4.1.2 Análisis descriptivo de la variable de estudio

De acuerdo a los niveles de habilidades sociales sobre el grupo experimental, tabla 6. Se observa que en el pretest el 27.3% de los integrantes se ubican en un nivel bajo, el 45,5% se ubican en un nivel medio y el 27.3% se ubican en un nivel alto. En el pos test el 0.0% de los integrantes se ubican en un nivel bajo, el 0.0% en un nivel medio y el 100.0% en un nivel alto.

Así mismo, de acuerdo a los niveles de habilidades sociales sobre el grupo control, tabla 6. Se observa que en el pretest el 16.7% de los integrantes se ubican en un nivel bajo, el 56.7% en un nivel medio y el 26.7% en un nivel alto. En el pos test el 30.0% de los integrantes se ubican en un nivel bajo, el 53.3% en un nivel medio y el 16.7% en un nivel alto.

Tabla 6

Frecuencias de habilidades sociales según grupo de investigación

			Nivel de habilidades sociales			Total
			Bajo	Medio	Alto	
Experimental	Pre test	f	6	10	6	22
		%	27.3%	45.5%	27.3%	100.0%
	Post test	f	0	0	22	22
		%	0.0%	0.0%	100.0 %	100.0%
Control	Pre test	f	5	17	8	30
		%	16.7%	56.7%	26.7%	100.0%
	Post test	f	9	16	5	30
		%	30.0%	53.3%	16.7%	100.0%

4.2. Análisis de normalidad

De acuerdo a la tabla 7. Se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, en vista de que el tamaño de muestra es > a 30.

Razón por la cual, en relación al grupo experimental, se observa que los valores de significancia del pretest son de .200 y del pos test de .200, siendo ambos mayor al alfa de (.05) se rechaza la Ha y se acepta la Ho. Por lo tanto, se asume que los datos siguen una distribución normal.

En relación al grupo control, se observa que los valores de significancia del pretest son de .200 y del pos test de .200, siendo ambos mayor al alfa de (0.5). Se acepta la Ho y se rechaza la Ha. Por lo tanto, se asume que los datos siguen una distribución normal

Tabla 7

Análisis de normalidad mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov en ambos grupos

		Estadístico	gl	Sig.	Estadístico
Experimental	Pre test	.143	44	,200*	.143
	Pos test	.103			
Control	Pre test	.129	44	,200*	.129
	Pos test	.100			

4.3 Análisis Inferencial

4.3.1 Prueba de hipótesis

4.3.1.1 En relación a la hipótesis general

A. Formulario de hipótesis estadística

Ha: El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar habilidades sociales en adolescentes.

Ho: El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” no es eficaz para desarrollar habilidades sociales en adolescentes.

B. Regla de decisión

Acepto la Ha si $p < .05$

Acepto la H0 si $p > .05$

C. Estadístico de prueba

De acuerdo a los resultados en la tabla 8, los estadísticos del grupo experimental explican que el promedio obtenido en el pre test fue de 76.81, próximamente en el pos test el promedio aumentó a 110.54. Por lo cual, se evidencia un incremento en los niveles de habilidades sociales en los adolescentes. Por el contrario, de acuerdo a los resultados en la misma tabla 8, los estadísticos del grupo control explican que el promedio obtenido en el pretest fue de 79.10, posteriormente en el pos test el promedio disminuyó ligeramente con un puntaje de 76.13.

Como se afirmó, el incremento antes mencionado en el grupo experimental, refleja que el valor de significancia es de .000 el cual es menor que .05, de tal forma, se acepta la Ha y se rechaza la Ho. Siendo esta una diferencia significativa entre la aplicación del pre test y del pos test. Del mismo modo, la prueba t de Student en el grupo control refleja que el valor de significancia es de .070 lo cual es mayor que .05, de tal forma, se acepta la Ho y se rechaza la Ha.

Tabla 8

Prueba de hipótesis para el grupo experimental y control

		Media	N	Desviación estándar	t	Sig.
Experimental	Pre test	76.8182	22	10.86557	-12.600	.000
	Post test	110.5455	22	7.75658		
Control	Pre test	79.1000	30	8.34328	1.878	.070
	Post test	76.1333	30	9.42386		

D. Decisión

De acuerdo al resultado en la tabla 8, del grupo experimental se aprecia que el valor de $p=.000$ siendo este menor al alfa (.05), por lo tanto, se acepta la H_a y rechaza la H_o . Se comprueba de tal forma que el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar habilidades sociales en adolescentes.

4.3.1.2 En relación a la primera hipótesis específica

A. Formulario de hipótesis estadística

Ha: El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión autoexpresión en situaciones sociales en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

Ho: El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” no es eficaz para desarrollar la dimensión autoexpresión en situaciones sociales en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

B. Regla de decisión

Acepto la H_a si $p < .05$

Acepto la H_0 si $p > .05$

C. Estadístico de prueba

De acuerdo a los resultados en la tabla 9, los estadísticos del grupo experimental explican que el promedio obtenido en el pre test fue de 18.13, próximamente en el pos test el promedio aumentó a 29.45. Por lo cual, con respecto a la dimensión

autoexpresión en situaciones sociales, se evidencia un incremento en los niveles de habilidades sociales en los adolescentes. Mientras que, de acuerdo a los resultados en la misma tabla 9, los estadísticos del grupo control explican que el promedio obtenido en el pretest fue de 19.96, posteriormente en el pos test el promedio disminuyó ligeramente con un puntaje similar de 18.36.

En cuanto a, el incremento antes mencionado en el grupo experimental, refleja que el valor de significancia es de .000 el cual es menor que .05, de tal forma, se acepta la H_a y se rechaza la H_o . Siendo esta una diferencia significativa entre la aplicación del pre test y del pos test.

Tabla 9

Prueba de hipótesis de la dimensión autoexpresión en situaciones sociales para el grupo experimental y control

		Media	N	Desviación estándar	t	Sig.
Experimental	Pre test	18.1364	22	3.49551	-13.935	.000
	Post test	29.4545	22	2.10955		
Control	Pre test	19.9667	30	3.56693	2.483	.019
	Post test	18.3667	30	3.41885		

D. Decisión

De acuerdo al resultado en la tabla 9, del grupo experimental se aprecia que el valor de $p=.000$ siendo este menor al alfa (.05), por lo tanto se acepta la H_a y rechaza la H_o . Se confirma de tal forma que el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión autoexpresión en situaciones sociales en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

4.3.1.3 En relación a la segunda hipótesis específica

A. Formulario de hipótesis estadística

Ha: El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión defensa de los propios derechos como consumidor en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

Ho: El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” no es eficaz para desarrollar la dimensión defensa de los propios derechos como consumidor en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

B. Regla de decisión

Acepto la Ha si $p < .05$

Acepto la H0 si $p > .05$

C. Estadístico de prueba

De acuerdo a los resultados en la tabla 10, los estadísticos del grupo experimental explican que el promedio obtenido en el pre test fue de 11.09, próximamente en el pos test el promedio aumentó a 15.18. Por lo cual, con respecto a la dimensión defensa de los propios derechos como consumidor, se evidencia un incremento en los niveles de habilidades sociales en los adolescentes. Por el contrario, de acuerdo a los resultados en la misma tabla 10, los estadísticos del grupo control explican que el promedio obtenido en el pretest fue de 12.00, posteriormente en el pos test el promedio disminuyó ligeramente con un puntaje similar de 11.30.

En cuanto a, el incremento antes mencionado en el grupo experimental, refleja que el valor de significancia es de .000 el cual es menor que .05, de tal forma, se acepta la Ha y se rechaza la Ho. Siendo esta una diferencia significativa entre la aplicación del pre test y del pos test.

Tabla 10

Prueba de hipótesis de la dimensión defensa de los propios derechos como consumidor para el grupo experimental y control

		Media	N	Desviación estándar	t	Sig.
Experimental	Pre test	11.0909	22	2.84369	-5.028	.000
	Post test	15.1818	22	2.17423		
Control	Pre test	12.0000	30	2.46353	1.110	.276
	Post test	11.3000	30	2.23066		

D. Decisión

De acuerdo al resultado en la tabla 10, del grupo experimental se aprecia que el valor de $p=.000$ siendo este menor al alfa (.05), por lo tanto se acepta la H_a y rechaza la H_o . Se asume de tal forma que el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión defensa de los propios derechos como consumidor en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

4.3.1.4 En relación a la tercera hipótesis específica

A. Formulario de hipótesis estadística

Ha: El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión expresión de enfado o disconformidad en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

Ho: El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” no es eficaz para desarrollar la dimensión expresión de enfado o disconformidad en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

B. Regla de decisión

Acepto la H_a si $p < .05$

Acepto la H_0 si $p > .05$

C. Estadístico de prueba

De acuerdo a los resultados en la tabla 11, los estadísticos del grupo experimental explican que el promedio obtenido en el pre test fue de 8.90, próximamente en el pos test el promedio aumentó a 13.86. Por lo cual, con respecto a la dimensión defensa de los propios derechos como consumidor, se evidencia un incremento en los niveles de habilidades sociales en los adolescentes. Por el contrario, de acuerdo a los resultados en la misma tabla 11, los estadísticos del grupo control explican que el promedio obtenido en el pretest fue de 8.23, posteriormente en el pos test el promedio se mantuvo con un puntaje similar de 8.26.

En cuanto a, el incremento antes mencionado en el grupo experimental, refleja que el valor de significancia es de .000 el cual es menor que .05, de tal forma, se acepta la

Ha y se rechaza la Ho. Siendo esta una diferencia significativa entre la aplicación del pre test y del pos test.

Tabla 11

Prueba de hipótesis de la dimensión expresión de enfado o disconformidad para el grupo experimental y control

		Media	N	Desviación estándar	t	Sig.
Experimental	Pre test	8.9091	22	2.26588	-7.917	.000
	Post test	13.8636	22	1.90976		
Control	Pre test	8.2333	30	2.50080	-.059	.953
	Post test	8.2667	30	2.39156		

D. Decisión

De acuerdo al resultado en la tabla 11, del grupo experimental se aprecia que el valor de $p=.000$ siendo este menor al alfa (.05), por lo tanto se acepta la Ha y rechaza la Ho. Se comprueba de tal forma que el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión expresión de enfado o disconformidad en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

4.3.1.5 En relación a la cuarta hipótesis específica

A. Formulario de hipótesis estadística

Ha: El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión decir no y cortar interacciones en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

Ho: El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” no es eficaz para desarrollar la dimensión decir no y cortar interacciones en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

B. Regla de decisión

Acepto la Ha si $p < .05$

Acepto la H0 si $p > .05$

C. Estadístico de prueba

De acuerdo a los resultados en la tabla 12, los estadísticos del grupo experimental explican que el promedio obtenido en el pretest fue de 13.68, próximamente en el pos test el promedio aumentó a 20.31. Por lo cual, con respecto a la dimensión decir no y cortar interacciones, se evidencia un incremento en los niveles de habilidades sociales en los adolescentes. Por el contrario, de acuerdo a los resultados en la misma tabla 12, los estadísticos del grupo control explican que el promedio obtenido en el pretest fue de 14.00, posteriormente en el pos test el promedio se mantuvo con un puntaje similar de 14.70.

En cuanto a, el incremento antes mencionado en el grupo experimental, refleja que el valor de significancia es de .000 el cual es menor que .05, de tal forma, se acepta la H_a y se rechaza la H_o . Siendo esta una diferencia significativa entre la aplicación del pre test y del pos test.

Tabla 12

Prueba de hipótesis de la dimensión decir no y cortar interacciones para el grupo experimental y control

		Media	N	Desviación estándar	t	Sig.
Experimental	Pre test	13.6818	22	2.60743	-9.111	.000
	Post test	20.3182	22	3.15302		
Control	Pre test	14.0000	30	2.95950	-1.513	.141
	Post test	14.0000	30	2.38023		

D. Decisión

De acuerdo al resultado en la tabla 12, del grupo experimental se aprecia que el valor de $p=.000$ siendo este menor al alfa (.05), por lo tanto se acepta la H_a y rechaza la H_o . Se corrobora de tal forma que el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión decir no y cortar interacciones en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

4.3.1.6 En relación a la quinta hipótesis específica

A. Formulario de hipótesis estadística

Ha: El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión hacer peticiones en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

Ho: El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” no es eficaz para desarrollar la dimensión hacer peticiones en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

B. Regla de decisión

Acepto la Ha si $p < .05$

Acepto la H0 si $p > .05$

C. Estadístico de prueba

De acuerdo a los resultados en la tabla 13, los estadísticos del grupo experimental explican que el promedio obtenido en el pretest fue de 13.95, próximamente en el pos test el promedio aumentó a 16.50. Por lo cual, con respecto a la dimensión hacer peticiones, se evidencia un incremento en los niveles de habilidades sociales en los adolescentes. Mientras tanto, de acuerdo a los resultados en la misma tabla 13, los estadísticos del grupo control explican que el promedio obtenido en el pretest fue de 13.40, posteriormente en el pos test el promedio disminuyo ligeramente con un puntaje de 12.06.

En cuanto a, el incremento antes mencionado en el grupo experimental, refleja que el valor de significancia es de .002 el cual es menor que .05, de tal forma, se acepta la Ha y se rechaza la Ho. Siendo esta una diferencia significativa entre la aplicación del pre test y del pos test.

Tabla 13

Prueba de hipótesis de la dimensión hacer peticiones para el grupo experimental y control

		Media	N	Desviación estándar	t	Sig.
Experim ental	Pre test	13.9545	22	2.76848	-3.521	.002
	Post test	16.5000	22	2.72117		
Control	Pre test	13.4000	30	3.16881	1.908	.066
	Post test	12.0667	30	2.88795		

D. Decisión

De acuerdo al resultado en la tabla 13, del grupo experimental se aprecia que el valor de $p=.002$ siendo este menor al alfa (.05), por lo tanto se acepta la H_a y rechaza la H_o . Se comprueba de tal forma que el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión hacer peticiones en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

4.3.1.7 En relación a la sexta hipótesis específica

A. Formulario de hipótesis estadística

Ha: El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

Ho: El programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” no es eficaz para desarrollar la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

B. Regla de decisión

Acepto la H_a si $p < .05$

Acepto la H_0 si $p > .05$

C. Estadístico de prueba

De acuerdo a los resultados en la tabla 14, los estadísticos del grupo experimental explican que el promedio obtenido en el pretest fue de 11.04, próximamente en el pos test el promedio aumentó a 15.22. Por lo cual, con respecto a la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, se evidencia un incremento en los niveles de habilidades sociales en los adolescentes. Por el contrario, de acuerdo a los resultados en la misma tabla 14, los estadísticos del grupo control explican que el promedio obtenido en el pretest fue de 11.50, posteriormente en el pos test el promedio se mantuvo con un puntaje similar de 11.43.

En cuanto a, el incremento antes mencionado en el grupo experimental, refleja que el valor de significancia es de .000 el cual es menor que .05, de tal forma, se acepta la H_a y se rechaza la H_o . Siendo esta una diferencia significativa entre la aplicación del pre test y del pos test.

Tabla 14

Prueba de hipótesis de la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto para el grupo experimental y control

		Media	N	Desviación estándar	t	Sig.
Experimental	Pre test	11.0455	22	3.55203	-4.544	.000
	Post test	15.2273	22	2.32854		
Control	Pre test	11.5000	30	2.81315	.110	.913
	Post test	11.4333	30	2.66113		

D. Decisión

De acuerdo al resultado en la tabla 14, del grupo experimental se aprecia que el valor de $p=.000$ siendo este menor al alfa (.05), por lo tanto se acepta la H_a y rechaza la H_o . Se confirma de tal forma que el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para desarrollar la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en adolescentes con déficit de habilidades sociales.

4.4 Discusión

En cuanto a la hipótesis general, los resultados indican diferencias altamente significativas entre las puntuaciones obtenidas en el pre y pos test en el grupo experimental, mas no en el grupo control. Esto quiere decir que el programa “Mis habilidades, mi fortaleza” logró incrementar drásticamente los niveles de habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto-Juliaca. Esto resultados son similares a los hallados por Aguilar (2017) quien también aplicó un programa basado en la intervención psicoeducativa, con una población comprendida por 40 estudiantes de 5to y 6to grado de primaria de la I.E. Fernando Belaunde Terry de Callao. Aunque existen diferencias en relación a la

población, este no repercute en los resultados, ya que presentan similitud en las estrategias utilizadas en su naturaleza, de manera que se logró avalar la efectividad de los programas de intervención de ambos estudios para desarrollar habilidades sociales. Una explicación teórica frente a los resultados positivos encuentra asidero al reconocer la capacidad del programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para empoderar mediante psico-educación y la practica lúdica inmediata de lo aprendido en cada sesión, lo cual logró inhibir aquellas conductas que no permitían relacionarse adecuadamente en su entorno, a su vez, se logró sensibilizar acerca de las conductas a mejorar así como brindar estrategias para desarrollar conductas emocionalmente inteligentes.

En relación a la primera hipótesis, los resultados señalan modificaciones positivas y significativas entre los promedios obtenidos en el pre y pos test del grupo experimental, diferente del grupo control. Esto evidencia que después de la aplicación del programa “Mis habilidades, mi fortaleza” se logró desarrollar la dimensión autoexpresión en situaciones sociales en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto-Juliaca. Los resultados se asemejan al estudio realizado por Valencia (2010) quien de la misma manera ejecutó un programa de intervención basado en actividades teatrales, con una población de 37 adolescentes estudiantes de la escuela mundo de Arequipa. Aunque la estrategia en la intervención fue distinta en su naturaleza, puesto que a diferencia del estudio mencionado, la presente se enmarca en un plano psicoeducativo. No obstante, los resultados fueron coincidentes, ya que se logró desarrollar el nivel de habilidades en función a la autoexpresión en situaciones sociales. De acuerdo a la explicación teórica frente a los resultados positivos, se constató la veracidad al reconocer la eficiencia del programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para el desarrollo adecuado de expresión espontánea, logrando de tal forma evitar cualquier tipo de ansiedades en diversas situaciones sociales.

En relación a la segunda hipótesis, los resultados indican diferencias positivas y significativas entre los promedios obtenidos en el pre y pos test del grupo experimental,

diferente del grupo control. Comprobando que después de la ejecución del programa “Mis habilidades, mi fortaleza” se logró desarrollar la dimensión defensa de los propios derechos como consumidor en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto-Juliaca. Resultados similares se encontraron en el estudio de Peres (2008) quien desarrolló un programa de intervención basado en la adaptación de necesidades según el afrontamiento de los participantes, utilizando el entrenamiento psicoeducativo de habilidades sociales, con una población de 70 adolescentes Institucionalizadas, de sexo femenino, residentes de la Institución Privada “Hogar Carlos de Villegas” en Granada-España. Siendo este una estrategia de intervención semejante a la presente, ya que ambos están enmarcados en un plano Psicoeducativo. Obteniendo resultados similares y positivos. De modo que se logró desarrollar adecuadamente el nivel de habilidades en función a la defensa de los propios derechos como consumidor. De acuerdo a la explicación teórica frente a los resultados positivos, se encuentra asidero al reconocer la suficiencia del programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para el desarrollo adecuado en la manifestación de conductas asertivas, frente a personas desconocidas o del propio entorno social, logrando de tal forma evitar conductas pasivas que afecten su estado emocional.

En relación a la tercera hipótesis, según los resultados refieren diferencias altamente significativas entre los promedios obtenidos en el pre y pos test del grupo experimental, mas no en el grupo control. En cual refleja que después de la aplicación del programa “Mis habilidades, mi fortaleza” se logró desarrollar positivamente la dimensión expresión de enfado o disconformidad en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto-Juliaca. Resultados similares al estudio realizado por Caballo, Carrillo, y Ollendick (2015) quienes aplicaron un programa de intervención basado en actividades lúdicas, con una población de 112 estudiantes conflictivos de 4to, 5to y 6to de primaria de un colegio público de la Provincia de Granada. Pese a que la estrategia en la intervención fue distinta en su naturaleza, ya que la presente se enmarca en un plano psicoeducativo. Sin embargo, los resultados

mantienen similitud, puesto que se logró desarrollar el nivel de habilidades en función a la expresión de enfado o disconformidad. De acuerdo a la explicación teórica frente a los resultados positivos, encuentra asidero al reconocer la capacidad del programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para el desarrollo adecuado en la capacidad al expresar desacuerdos, enfados o emociones negativas. Logrando de tal forma eludir problemas o confrontaciones con otros sujetos.

En relación a la cuarta hipótesis, según los resultados obtenidos, indican modificaciones positivas y altamente significativas entre los promedios obtenidos en el pre y pos test del grupo experimental, mas no en el grupo control. Esto evidencia que después de la aplicación del programa “Mis habilidades, mi fortaleza” se logró desarrollar la dimensión decir no y cortar interacciones en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto-Juliaca. Datos coincidentes con los resultados obtenidos por Redondo, Parra, y Luzardo (2015) quienes desarrollaron un programa asentado en la intervención psicosocial, a una población de 50 jóvenes de 14 a 18 años en situación de vulnerabilidad, de la Fundación Club Campestre de Bucaramanga. Utilizando semejantes estrategias de intervención en su naturaleza en relación al presente estudio, el cual posee un marco psicoeducativo, obteniendo resultados equivalentes, puesto que se logró desarrollar y generar cambios comportamentales en función a decir no y cortar interacciones. De acuerdo a la explicación teórica frente a los resultados, se constató el impacto positivo del programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para adquirir el desarrollo adecuado de la capacidad actitudinal al esquivar situaciones de incomodidad, logrando así evitar o cortar vínculos que no se desean sostener.

En relación a la quinta hipótesis, según los resultados obtenidos, indican variaciones positivas y significativas entre los promedios obtenidos en el pre y pos test del grupo experimental, diferente del grupo control. Reflejando que luego de la aplicación del programa “Mis habilidades, mi fortaleza” se pudo desarrollar apropiadamente la dimensión hacer peticiones en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la

Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto-Juliaca. Resultados en contraste realizado por Gálvez (2017) quien también aplicó un programa enfocado en la intervención psicoeducativa, con una población de 47 adolescente estudiantes pertenecientes al 3er año de secundaria de la I.E. Luis Armando Cabello Hurtado. Teniendo en cuenta que su estrategia de intervención se asemeja a la presente, ya que ambos muestran similitud en su naturaleza. De igual modo los resultados fueron homogéneos y positivos. De modo que se logró desarrollar adecuadamente el nivel de habilidades en función a hacer peticiones, esto en relación a las habilidades avanzadas del estudio en comparación. De acuerdo a la explicación teórica frente a los resultados positivos, se encuentra justificación al reconocer la eficiencia del programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para desarrollar la capacidad adecuada de expresar demandas o favores de algo que deseamos, logrando de tal forma satisfacer nuestras necesidades.

En relación a la sexta hipótesis, los resultados señalan diferencias altamente significativas entre los promedios obtenidos en el pre y pos test del grupo experimental, mas no en el grupo control. Por lo cual se corrobora que después de la utilización del programa “Mis habilidades, mi fortaleza” se logró desarrollar positivamente la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto-Juliaca. Coincidentes a datos semejantes realizado por Wagner, Pereira y Oliveira (2014) quienes aplicaron un programa de intervención basado en un modelo psicopedagógico, con una población de 32 estudiantes universitarios con sintomatología de ansiedad de la Universidad Católica Pontificia en Brasil. Encontrando similitud en relación a las estrategias de intervención, pese a la diferencia de poblaciones, ya que la presente se encuadra en un plano psicoeducativo. Sin embargo, los resultados son coincidentes, dado que se logró desarrollar e incrementar los niveles de habilidades sociales en función a iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. De acuerdo a la explicación teórica frente a los resultados positivos, encuentra asidero al reconocer la

capacidad del programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” para el desarrollo adecuado de habilidades para iniciar y mantener espontáneamente conversaciones con el sexo opuesto, realizando un halago o una petición que permitan la negociación de diferentes reuniones o citas personales. De manera que logra intercambios positivos entre pares.

Finalmente, cabe mencionar que en relación a los promedios de la hipótesis general, primera hipótesis, segunda hipótesis y quinta hipótesis. La media del grupo control en el pos test disminuyó ligeramente, pese a no ser significativos. Esto explica que a lo largo del tiempo, ya que los adolescentes continúan expuestos a diferentes situaciones sociales y al no adquirir herramientas y estrategias suficientes para su desenvolvimiento social, obstaculizan el desarrollo adecuado de estas mismas, corriendo el riesgo aun de mantener su nivel deficiente de habilidades sociales o incluso disminuir las pocas destrezas sociales que presentaron en su momento. Lo cual representaría un alto grado de déficit de habilidades sociales.

Capítulo V

Conclusiones y recomendaciones

5.1 Conclusión

Primero: Con respecto a la hipótesis general, a un nivel de significancia del 5%, se concluye que el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza” es eficaz para adolescentes con déficit de habilidades sociales de la Institución educativa Secundaria Dos de Mayo de la ciudad de Juliaca. En tal sentido, se acepta la hipótesis de la investigación presentada.

Segundo: Con respecto a las hipótesis específicas, a un nivel de significancia del 5%, se concluye que el programa “Mis habilidades, Mis fortaleza” es eficaz para desarrollar habilidades sociales en sus diferentes dimensiones.

5.2 Recomendaciones

En función a los resultados y conclusiones establecidas se sugiere aplicación de las siguientes recomendaciones:

- A la dirección académica de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo, integrar en el área curricular escolar de tutoría, orientaciones y enseñanzas dirigidas al desarrollo adecuado de habilidades sociales y para su verificación en su desarrollo. Realizar acompañamientos permanentes en sus horas designadas, Además en modo de reforzar dicha estrategia, implementar charlas regulares y actividades lúdicas, haciendo participe tanto a los docentes y alumnado en general, de modo que se logre la prevención de déficit de dicho fenómeno.
- Al departamento de psicología de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo, ejecutar la aplicación del programa “Mis habilidades, Mi Fortaleza” dirigido al grupo control, además de los diferentes grados del nivel secundario.

De modo que se logre incrementar los niveles de habilidades sociales de los estudiantes adolescentes de dicha institución.

- A los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo, poner en práctica constante todas las estrategias trabajadas en el programa “Mis habilidades, Mi fortaleza”, frente a diferentes situaciones sociales que se presenten en su vida cotidiana, ya sea con la familia, la escuela, los amigos o lugares al cual asisten recurrentemente. De presentar alguna recaída, no dudar en solicitar la prestación de orientación u apoyo emocional al departamento de psicología de su escuela o en algún sujeto que tenga la suficiencia para resolución de conflictos externos e internos.
- A los padres de familia de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo, involucrarse y mantener su compromiso permanente en relación al apoyo fundamental en los cambios conductuales tanto de los hijos (a) como de los mismos. Siendo este un determinante crucial para sostener modificaciones positivas obtenidas en el presente estudio.

Referencias

- Aguilar, L. (2017). *Programa de habilidades para la vida, para mejorar las habilidades sociales en estudiantes de 5to. y 6to. grado de primaria de la IE. N° 5136 Fernando Belaunde Terry; Callao - 2016* (Tesis postgrado, Universidad César Vallejo, Callao, Perú.)
- Álvarez, V. (1998). *Diseño de programas de orientación*. Retrieved from https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/9685/CC_36_art_7.pdf
- Álvarez-Apaza, R., Mamani, A., & Mamani-Benito, O. (2019). Eficacia de un programa psicoeducativo para prevenir el abuso sexual en menores de educación primaria. *CASUS*, 4(2), 54-61. Recuperado de: <https://casus.ucss.edu.pe/index.php/casus/article/view/162>
- Badillo, E. (2014). *Diseño de programas de intervención*. [diapositivas de Power Point] Retrieved May 10, 2019, from https://es.slideshare.net/emilio_badillo/diseo-de-programas-de-intervención
- Bernal, K., & Quesquén, B. (2017). *Programa "Fastuosa" En Habilidades Sociales En Adolescentes Fémimas – Chiclayo, 2017* (Tesis pregrado, Universidad Señor de Sipan, Chiclayo, Perú).
- Caballero, F., & Casal, C. (2011). *Elaboración y aplicación de un programa de desarrollo de habilidades sociales en adultos mayores & quot; Eureka (Asunción) en Línea (Vol. 8). Paraguay: Centro de Documentación, Investigación y Difusión de la Carrera de Psicología, Univ. Católica de Asunción*.http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S222090262011000100011
- Caballo, V. (2000). *Manual de evaluación y entrenamiento de Habilidades Sociales*. Retrieved from <https://cideps.com/wp-content/uploads/2015/04/Caballo-V.-Manual-de-evaluaci%C3%B3n-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-ebook.pdf>

- Caballo, V., Carrillo, G., & Ollendick, T. (2015). *Eficacia de un programa lúdico de entrenamiento en habilidades sociales para la intervención sobre la ansiedad social en niños*, (Tesis doctoral, Universidad de Granada).
- Cabrera, V., Guevara, I., & Currea, F. (2006). *Relaciones maritales, relaciones paternas y su influencia en el ajuste psicológico de los hijos (Vol. 9)*. Retrieved from <http://www.redalyc.org/pdf/798/79890211.pdf>
- Carballeda, A. (2012). La intervención en lo social.; *Exclusión e integración en los nuevos escenarios sociales*. Retrieved from [https://www.margen.org/intervsoc/La Intervención en lo social, Alfredo Carballeda \[Pag 1 - 19\].pdf](https://www.margen.org/intervsoc/La%20Intervenci%C3%B3n%20en%20lo%20social,%20Alfredo%20Carballeda%20%5BPag%201%20-%2019%5D.pdf)
- Carrasco, E., Polo, G., et al., (2015). *Voluntariado en Salud Mental (Vol. 3)*. https://www.uma.es/media/tinyimages/file/Voluntariado_en_Salud_Mental.pdf.
- Carrillo, G. (2015). *Validación de un Programa lúdico para la Mejora de las habilidades sociales en niños de 9 A 12 Años* (Tesis doctoral, Universidad de Granada, España).
- Casas, J., & Ceñal, M. (n.d.). *Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales*. [http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/puericultura/desarrollo_adolescente\(2\).pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/puericultura/desarrollo_adolescente(2).pdf).
- Coaquira, S., & Sierra, F. (2018). *"Programa De Habilidades Sociales : Una Propuesta desde El Psicodrama Pedagógico* (Tesis pregrado, Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa, Perú).
- Consejo de Derechos Humanos Naciones Unidas. (2015). *Informe sobre Protección de la Familia: Contribución de la familia a la realización del derecho a un nivel de vida adecuado para sus miembros*. Retrieved from <https://www.ohchr.org/Documents/HRBodies/HRCouncil/ProtectionFamily/CivilSociety/ProfesionalesPorLaEtica.pdf>
- Condori, S., Mamani-Benito, O., & Bernedo, D. (2020). Eficacia del programa ¡Qué importante es tributar! en el desarrollo de cultura tributaria en adolescentes.

- Apuntes Universitarios*, 10(1), 66-77. Recuperado de <https://www.redalyc.org/jatsRepo/4676/467663403005/html/index.html>
- Diario Correo Puno. (2017). Juliaca: adolescentes sienten que sus padres los abandonan | *Diario Correo*. Retrieved May 3, 2019, from <https://diariocorreo.pe/edicion/puno/juliaca-adolescentes-sienten-que-sus-padres-los-abandonan-755164/>
- Dongil, E., & Cano, A. (2014). *Habilidades Sociales*. Retrieved from http://www.bemocion.mscbs.gob.es/gl/comoEncontrarmeMejor/guiasAutoayuda/docs/guia_habilidades_sociales.pdf
- Edmiston, J. (2000). *Inteligencia Emocional Bíblica Un manual Cristiano para la Transformación Emocional*. Puerto Rico. Retrieved from https://www.academia.edu/36062883/Inteligencia_Emocional_Biblica_Un_manual_Cristiano_para_la_Transformaci%C3%B3n_Emocional
- Ferreira, Y., & Muñoz, P. (2011). Programa de Intervención en Habilidades Sociales para reducir los niveles de acoso escolar entre pares o bullying., 9(2), 264–283. Retrieved from http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2077-21612011000200004&script=sci_abstract
- Freud, A. (1993). *Institute of Psycho-analysis (Great Britain) The ego and the mechanisms of defence*. Karnac Books.
- García, A. (2010). *Estudio sobre la asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de educación social*. Retrieved from <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3658112>
- García, M. (2001). *Evaluación de Intervención mediante Programas de Orientación* (Tesis doctoral) Universidad Autónoma de Barcelona.
- Gálvez, L. (2017). *Programa de habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa “Luis Armando Cabello Hurtado” Manzanilla - Cercado de Lima* (Tesis posgrado, Universidad César Vallejo, Perú)

- Goldstein, A., Sprafkin, R., Gershaw, N., Klein, P. (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*
- González, C. (2013). *Las Habilidades Sociales y Emocionales en la infancia* (Grado final). Universidad de Cádiz.
- Grández, M., Salazar, V., & Tucto, G. (2010). "Efecto Del Programa De Habilidades Sociales: Autoestima, Asertividad Y Resiliencia, En Adolescentes Del Colegio Secundario San Juan, 2010." (Tesis pregrado, Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Perú).
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6th ed.). México: McGrawHill.
- Hilasaca, K., Mamani, O. (2019). Satisfacción con la vida y resiliencia en una muestra de adolescentes de la ciudad de Juliaca. *Ñawparisun*, 1(3), 19-24. Recuperado de <http://unaj.edu.pe/revista/index.php/vpin/article/view/51/25>
- Huaranca, Y., & Reynoso, E. (2019). *Estilos de crianza y habilidades sociales en las estudiantes de 12 a 15 años de edad de una institución educativa pública de Lima* (Tesis pregrado, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú) Retrieved from <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/1716>
- Huayhua, M., Santos, K., & Vargas, S. (2018). *Influencia de una intervención educativa de enfermería en las Habilidades Sociales de los adolescentes Escolares* (Tesis pregrado, Universidad Peruana Cayetano Heredia).
- Kelly, J. (1987). *Entrenamiento de las habilidades sociales guía práctica para intervenciones 8va edición*. Retrieved from <https://www.edesclee.com/img/cms/pdfs/9788433007025.pdf>
- Lambarri, A., Flores, F., & Berenzon, S. (2012). Curanderos, malestar y "daños": una interpretación social. Retrieved from <https://www.redalyc.org/pdf/582/58223312005.pdf>

- Losada, S. (n.d.). *Metodología de la intervención social*.
<https://www.sintesis.com/data/indices/9788490773550.pdf>
- Mamani, Y., & Paja, Luz. (2018). *Juego de roles para mejorar el desarrollo de las Habilidades Sociales las niñas y niños de 5 años de la Institucion Educativa Inicial*. 322 – *Puno del 2017*. (Tesis pregrado, Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Perú).
- Mamani-Benito, O., Pinto, J., Nuñez, J., Quispe, F., Mamani, S., & Vargas, R. (2020). Eficacia del programa educativo “Mi sol” para la prevención del abuso sexual infantil en menores de edad de la ciudad de Juliaca, Perú. *Apuntes Universitarios*, 10(2), 130-141. Recuperado de
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/4676/467662252009/html/index.html>
- Mamani-Benito, O., Brousett, M., Ccori, D., & Villasante, K. (2018). La inteligencia emocional como factor protector en adolescentes con ideación suicida. *Duazary*, 15(1), 39-50. Recuperado de
<https://revistas.unimagdalena.edu.co/index.php/duazary/article/download/2142/1591>
- Marsiglia, A., & Tejedor, N. (2009). *Componentes De Salud Mental presentes en adolescentes cuyos padres asistieron a un programa de intervención de enfermería en Salud Mental*. (Tesis pregrado, Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá).
- Martínez, L. (2012). *Administración Educativa*. Retrieved from
http://www.aliat.org.mx/BibliotecasDigitales/Educacion/Administracion_educativa.pdf
- Melogno, C. (2008). *Familia y Sociedad*. Retrieved from
<https://www.smu.org.uy/elsmu/comisiones/reencuentro/familia-y-sociedad.pdf>
- Morales, M., Benitez, M., & Santos, D. (2013). Habilidades para la vida (cognitivas y sociales) en adolescentes de una zona rural (Vol. 15).

- Montero, M. (2014). El concepto de intervención social desde una perspectiva Psicológico Comunitaria.
- Olivos, X. (2010). *Entrenamiento De Habilidades Sociales para la Integración Psicosocial de Inmigrantes*. (Tesis doctoral, Universidad Complutense, Madrid). Retrieved from <https://eprints.ucm.es/10653/1/T31851.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2004). *Prevención de los Trastornos Mentales Organización Mundial de la Salud Ginebra*. Retrieved from https://www.who.int/mental_health/evidence/Prevention_of_mental_disorders_spanish_version.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2013). *Salud mental: un estado de bienestar*. https://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/
- Organización Mundial de la salud. (2015). *Adolescentes y salud mental*. https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/mental_health/es/?fbclid=IwAR3SxUb2aY8aqnWarZssgtsiOrpgNDc2ZEataiQ5hXVLZtk9blo_506gCJc
- Organización Mundial de la Salud. (2016). *Salud mental*. Retrieved from http://www.who.int/topics/mental_health/es/
- Organización Mundial de la Salud. (2018a). *Adolescentes: riesgos para la salud y soluciones*. Retrieved May 3, 2019, from <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
- Organización Mundial de la salud. (2018b). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. Retrieved May 3, 2019, from <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Osorio, A., & Álvarez, A. (2004). *Introducción a la Salud Familiar*. Retrieved from https://www.academia.edu/5856772/Salud_familiar.
- Palacios, H. (2017). *“Propiedades psicométricas de la escala de habilidades sociales (EHS) en estudiantes de secundaria de instituciones educativas públicas de Comas, 2017”* (Tesis pregrado, Universidad Cesar Vallejo).

http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/11331/Palacios_SHA.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Peñañiel, E., & Serrano, C. (2010). *Habilidades sociales*. Retrieved from <https://docplayer.es/28278596-Habilidades-sociales-eva-penafiel-pedrosa-cristina-serrano-garcia.html>

Pereira, R., & Johnson, S. (2012). *Apuntes: Familias Reconstituidas*. Retrieved from <http://unaf.org/>

Pérez, M. (2013). *Desarrollo de los Adolescentes III Identidad y Relaciones Sociales*.

Pérez, M. (2008). *Habilidades Sociales en adolescentes institucionalizadas para el afrontamiento a su entorno inmediato* (Tesis doctoral, Universidad de Granada).

Pérez, A., & Reynoso, M. (2011). El educador y la familia disfuncional. Retrieved from <https://www.redalyc.org/pdf/356/35622379009.pdf>

Radio Programas Del Perú [RPP]. (2013). Puno: Especialista advierte que población carece de salud mental | *RPP Noticias*. Retrieved May 3, 2019, from <https://rpp.pe/peru/actualidad/puno-especialista-advierte-que-poblacion-carece-de-salud-mental-noticia-638725>.

Redondo, J., Parra, J., & Luzardo, M. (2015). Efectos comportamentales de un programa de habilidades sociales en jóvenes de 14 a 18 años en situación de vulnerabilidad. *Pensando Psicología*, 11(18), 45. Retrieved from <https://doi.org/10.16925/pe.v11i18.1003>

Roca, E. (2014). *Como mejorar tus habilidades sociales* Retrieved from https://www.cop.es/colegiados/PV00520/pdf/Habilidades_sociales.pdf

Ruiz, C. (2006). *Escala de Habilidades Sociales* Retrieved from https://www.academia.edu/10882960/Escala_de_Habilidades_Sociales

Sausa, M. (2018). Cifras de salud mental en Perú: Menores ocupan el 70% de atenciones [Infografía]. *Perú 21* Retrieved from <https://peru21.pe/peru/cifras-salud-mental-peru-menores-ocupan-70-atenciones-infografia-394376>

- Savedra, J. (2015). *Cuatro argumentos sobre el concepto de intervención social*. Cinta de Moebio, (53), 135–146. <https://doi.org/10.4067/S0717-554X2015000200003>
- Shulman, E., Goldweber, A., & Cauffman, E. (2009). Bulletin: Mental Health Symptoms of Incarcerated.
- Sparrow, C. (2007). *Efecto de un Programa de Entrenamiento en Habilidades Sociales en un grupo de jóvenes con Esquizofrenia*. (Tesis pregrado, Universidad Mayor de San Marcos, Lima, Perú).
- Suriá, R. (2010). *Psicología Social (Sociología)*. Retrieved from [https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/14285/1/Tema 2 Socialización Y Desarrollo Social.pdf](https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/14285/1/Tema%20Socialización%20Y%20Desarrollo%20Social.pdf)
- Torres, G. (2011). *Intervención educativa: ¿Qué es un proyecto de intervención?* Retrieved from <http://uvprintervencioneducativa.blogspot.com/2011/09/que-es-un-proyecto-de-intervencion-por.html>
- Torres, M. (2016). *Estilos de socialización parental y habilidades sociales en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa particular de Lima metropolitana, 2015*. (Tesis pregrado, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú).
- Tsuang, M., Tohen, M., & Jones, P. (2011). *Textbook of psychiatric epidemiology*. Wiley-Blackwell.
- Urquiza, A. (2012). *Análisis de la disfunción familiar y su relación con el bajo rendimiento escolar, de los niños del 4to año de básica "C" de la unidad educativa Santo Tomas Apóstol Riobamba* (Tesis pregrado, Pontificia Universidad Católica, Ecuador). Retrieved from <http://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/748/1/80135.pdf>
- Vander, J. (1986). *Manual de psicología social*. Retrieved from [http://pdfhumanidades.com/sites/default/files/apuntes/62 - Vander Zanden - Manual de Psicología social %2820 copias%29.pdf](http://pdfhumanidades.com/sites/default/files/apuntes/62%20-%20Vander%20Zanden%20-%20Manual%20de%20Psicología%20social%20%2820%20copias%29.pdf).
- Valencia, A. (2010). *Influencia de las actividades teatrales en el desarrollo de Habilidades Sociales de los estudiantes de la Escuela Mundo Arte, Arequipa*

2010" (Tesis pregrado, Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa, Perú).

Wagner, M., Pereira, A., & Oliveira, M. (2014). Intervención sobre las dimensiones de la ansiedad social por medio de un programa de entrenamiento en habilidades sociales. *Behavioral Psychology/ Psicología Conductual*, 22(3), 423–440

White, E. (1957). *Conducción del Niño; Obra indispensable para la correcta solución de los muchos y complejos problemas inherentes a la educación de los hijos en sus tiernos años.*

White, E. (2012). *Mensajes para los jóvenes*. Retrieved from [https://egwwritings-a.akamaihd.net/pdf/es_MJ67 \(MYP\).pdf](https://egwwritings-a.akamaihd.net/pdf/es_MJ67 (MYP).pdf) .

ANEXOS

EHS Gismero (2010)

NOMBRE COMPLETO:
 EDAD:
 SEXO:
 FECHA: GRADO Y SECCIÓN:

A: *No me identifica en absoluto*; la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.
 B: *No tiene que ver conmigo*; aunque alguna vez me ocurra.
 C: *Me describe aproximadamente*; aunque no siempre actué así o me sienta así.
 D: *Muy de acuerdo*; me sentiría así o actuaría así en la mayoría de las veces.

Encierre con un círculo la letra escogida a la derecha, en la misma línea donde está la frase que está respondiendo.

1. A veces evito hacer preguntas por miedo a quedar en ridículo.	A B C D
2. Me cuesta hacer llamadas telefónicas a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo.	A B C D
3. Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	A B C D
4. Cuando en una bodega atienden primero a alguien que entro después que yo, me quedo callado.	A B C D
5. Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO".	A B C D
6. A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado.	A B C D
7. Si en un restaurante no me traen la comida como le había pedido, llamo al mozo y pido que lo hagan de nuevo.	A B C D
8. A veces no sé qué decir a personas atractivas del sexo opuesto.	A B C D
9. Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.	A B C D
10. Prefiero guardar mis opiniones.	A B C D
11. A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a decir o hacer alguna tontería.	A B C D
12. Si estoy en el cine y me molesta alguna conversación, les pido al instante que guarden silencio.	A B C D
13. Cuando algún amigo manifiesta una opinión con la que estoy muy en desacuerdo, prefiero quedarme callado evitando expresar lo que yo pienso.	A B C D
14. Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga (o) por teléfono, me cuesta mucho colgarle.	A B C D
15. Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	A B C D
16. Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal el vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto.	A B C D
17. No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	A B C D
18. Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con él o ella.	A B C D
19. Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás.	A B C D
20. Si en un futuro tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	A B C D
21. Soy incapaz de negociar o pedir descuento al comprar algo.	A B C D
22. Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.	A B C D
23. Nunca se cómo "callar" a un amigo que habla mucho.	A B C D
24. Cuando decido o no me apetece volver a salir con una (as) persona (as), me cuesta mucho comunicarle mi decisión.	A B C D
25. Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero y parece haberlo olvidado, se lo recuerdo amablemente.	A B C D
26. Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.	A B C D
27. Soy incapaz de pedir a alguien una cita o reunión.	A B C D
28. Me siento desconcertado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico.	A B C D
29. Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo.	A B C D
30. Cuando alguien se me adelanta en una fila ocupando mi lugar, hago como si no me diera cuenta.	A B C D
31. Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados.	A B C D
32. Muchas veces prefiero callarme o "quitarme de en medio" para evitar problemas con otras personas.	A B C D
33. Hay veces que no se negarme a salir con alguien que no me apetece, a pesar de su insistencia.	A B C D

TOTAL

PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES

“Mis Habilidades, Mi Fortaleza”



“YO DEBO, YO QUIERO, YO PUEDO, YO LO HARÉ”

AUTOR (A): Bach Lourdes Zunny Ururi Aguilar

2019

**PROGRAMA DE INTERVENCIÓN DE DESARROLLO DE HABILIDADES
SOCIALES EN ADOLESCENTES CON DEFICIT DE HABILIDAES**

I. DATOS GENERALES:

FECHA DE INICIO	Junio- Septiembre del año 2019
NOMBRE DEL TALLER	Programa de Habilidades sociales “Mis habilidades, Mi fortaleza”
IDENTIFICACIÓN DE LA NECESIDAD	Déficit de Habilidades Sociales en Adolescentes
ZONA DE ACCIÓN	Ubicado en la Región de Puno/Provincia de San Román/ Distrito Caracoto
INTITUCIÓN EDUCATIVA	Institución Educativa Dos de Mayo (Educación secundaria/pública)
FACILITADOR (A)	Bach. Ururi Aguilar Lourdes Zunny
DIRIGIDO A	Estudiantes adolescentes de 1ero y 2do de la I.E. Dos de Mayo, además a padres y madres de familia de los estudiantes en investigación

II. JUSTIFICACIÓN:

En base a las teorías estudiadas en esta investigación, podemos resumir que las habilidades sociales son un conjunto de capacidades y habilidades que permiten el desarrollo de acciones y conductas positivas, las cuales hacen que los individuos se desenvuelvan eficazmente en la sociedad. Asimismo en la adolescencia las habilidades sociales tienen una importancia fundamental, ya que es en esta etapa cuando los adolescentes, terminan el proceso de desarrollo en su personalidad. No cabe duda que en la adolescencia se experimentan las emociones frágiles y bruscos cambios comportamentales. Originando conflictos internos y externos, siendo este un problema latente en las instituciones educativas y familias. Por lo que amerita una pronta atención desde el ámbito

social y familiar. En tal sentido se ha visto necesario elaborar el presente programa de intervención.

III. OBJETIVO GENERAL:

- Incrementar el desarrollo adecuado de las habilidades sociales

IV. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Fomentar una visión racional y positiva de sí mismo (a) y de las propias posibilidades.
- Disolver la habilidad para afrontar retos y situaciones de conflicto; desarrollando la capacidad de reconocer y comprender las emociones.
- Reflexionar reacciones en situaciones en las que se siente presión por los demás.
- Desarrollar en los alumnos la comprensión unos a otros, superando estereotipos y tolerando las diferencias de cada uno.
- Percibir la comunicación no verbal y reflexionar sobre sus dificultades en tono, forma y postura.
- Fomentar acciones prudentes, logrando percibir como la información se transmite, se pierde, se distorsiona y se inventa.
- Desarrollar la habilidad emocional, mediante la escucha activa, recepción de necesidades y estados emocionales de otros seres humanos.
- Promover la participación consciente y activa de los padres de familia, reconociendo los estilos de crianza en sus hogares.

V. TIEMPO DE EJECUCIÓN:

El programa se aplicó según fechas predispuestas por los encargados de la Institución Educativa, no obstante se llevó a cabo en el presente año, 2019 con una fecha aproximada entre los meses de Julio a septiembre. Sin embargo en relación a los meses, este puede variar según predisposición en relación al plan curricular escolar.

VI. RECURSOS NECESARIOS:

Humanos

- Bach. Ururi Aguilar Lourdes Zunny

Materiales

- Cuadernillo de trabajo
- Fichas de trabajo
- Materiales de escritorio
- Equipos (proyector, parlantes y laptop)

VII. CRONOGRAMA DE SESIONES

FECHA	MÓDULO	SESIÓN	OBJETIVO	TIEMPO	MATERIALES	RESPONSABLE
4ta semana junio/2019	I. Autoestima	“Yo valgo la pena”	Fomentar una visión racional y positiva de sí mismo (a) y de las propias posibilidades.	60 min	Desarrollo: ❖ Diapositivas del tema ❖ Ficha de autoconcepto	Bach. Lourdes Zunny Ururi Aguilar
1ra semana julio/2019	II. Regulación emocional	“Detective de mis emociones”	Disolver la habilidad para afrontar retos y situaciones de conflicto; desarrollando la capacidad de reconocer y comprender las emociones.		Desarrollo: ❖ Diapositivas del tema ❖ Ficha de mapa emocional	
2da semana julio/2019	III. Asertividad	“Prueba tu firmeza”	Reflexionar reacciones en situaciones en las que se siente presión por los demás.		Desarrollo: ❖ Diapositivas del tema ❖ Ficha de mapa emocional	
1ra semana agosto/2019	IV. Apertura mental	“De gustos no hay nada escrito”	Desarrollar en los alumnos la comprensión unos a otros, superando prejuicios y estereotipos, logrando adaptarse con distintas personas.		Desarrollo: ❖ Diapositivas del tema ❖ Ficha de trabajo	
2da semana					Desarrollo: ❖ Diapositivas del tema	

agosto/2019	V. La comunicación y sus estilos	“El teléfono sin palabras”	Percibir la comunicación no verbal y reflexionar sobre sus dificultades en tono, forma y postura.	60 min	❖ Fichas de frases
1ra semana septiembre/ 2019	VI. Escucha activa	“Oír vs Escuchar”	Facilitar la comunicación, logrando fomentar acciones prudentes mediante un dialogo.		Desarrollo: ❖ Diapositivas del tema ❖ Ficha de noticia
2da semana septiembre/ 2019	VII. Empatía	“Ponte en mi lugar”	Desarrollar la habilidad emocional; mediante la escucha activa, recepción de necesidades y estados emocionales de otros seres humanos.		Desarrollo: ❖ Diapositivas del tema ❖ 4 tarjetas situacionales ❖ 4 tarjetas con letras, 2 “A” y 2 “B” ❖ Ficha de mejor argumento ❖ Hojas
3ra semana septiembre/ 2019	VIII. Estilos de Crianza	“Madres y Padres en apuros”	Fomentar e impulsar la participación consciente y activa de los padres de familia, reconociendo los estilos de crianza en sus hogares.		Desarrollo: ❖ Diapositivas del tema ❖ Ficha, cuestionario reconociéndome

VIII. DESARROLLO DE SESIONES

MÓDULO I AUTOESTIMA		TEMA “YO VALGO LA PENA”	
OBEJTIVO: Fomentar una visión racional y positiva de sí mismo (a) y de las propias posibilidades.			
MOMENTOS	SECUENCIA DE LA SESIÓN (Actividades y Estrategias)	TIEMPO	MATERIALES
ORGANIZACIÓN DE LA SESIÓN	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Al ingresar cada alumno firmará el registro de asistencia. ❖ Alumnos son recibidos por el responsable de la actividad ❖ Alumnos reciben incentivo “con frases en la relación al tema” 	5 min.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Lista de alumnos participantes ✓ Incentivos
PRESENTACIÓN, BIENVENIDA E INTRODUCCION AL TEMA	<ul style="list-style-type: none"> ❖ La facilitadora se presenta a nombre de la “Universidad Peruana Unión”, se les da una cálida bienvenida, agradeciendo la participación y asistencia a la reunión programada. ❖ Se procede a realizar la dinámica denominado “<i>El terapeuta</i>”, en donde la facilitadora invita a los alumnos a ponerse en pie, se mezclan entre si y al mando de voz forman 4 grupos de 5. Los cuales deberán elegir un título llamativo que mejor describa el tema a tratar en la reunión, enseguida un representante deberá presentar su hoja con el título elegido y pasara a pegarla en la pizarra sustentando su elección. Además mencionando 2 características del tema. ❖ De este modo se presenta el motivo por la cual los alumnos se encuentran congregados en la reunión. 	15 min.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Plumones ✓ Hojas bond ✓ Cinta masking
PLENARIA INFORMATIVA Y	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se realiza el tema a través de la exposición en diapositivas, profundizando el tema a tratar. ❖ Luego, se hará entrega de la ficha de trabajo titulado “El autoconcepto” donde cada estudiante dibujará distintas 	30 min	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Equipo multimedia ✓ Diapositivas preparadas

<p>PROFUNDIZACIÓN DEL TEMA</p>	<p>expresiones a las caras presentadas, logrando reconocer uno de los diferentes pensamientos en alternativas. Identificando de esta forma como se ven en distintas situaciones. Enseguida seleccionamos voluntarios, que deseen compartir en lectura lo que identificaron en su ficha de trabajo, mientras tanto los compañeros intentarán descubrir posibles pensamientos erróneos, tratando de dar a conocer lo positivo. además reforzarán sus cualidades. (Anexo 1)</p>		<p>✓ Ficha del "autoconcepto"</p>
<p>COMPROMISOS</p>	<p>❖ Para cerrar el tema cada alumno hará un compromiso en relación al tema, la cual será pegada junto a sus fichas en sus respectivos cuadernillos de trabajo. (anexo 2)</p>	<p>5 min</p>	<p>✓ Ficha de compromiso</p>
<p>CIERRE</p>	<p>❖ Se realiza una retroalimentación con preguntas lanzadas al azar, las cuales deberán ser respondidas por los estudiantes, logrando su reflexión individual.</p> <p>❖ Finalmente se agradece la participación del grupo y se hace la invitación para el próximo taller.</p>	<p>5 min</p>	

OBEJTIVO: Disolver la habilidad para afrontar retos y situaciones de conflicto, desarrollando la capacidad de reconocer y comprender las emociones.

MOMENTOS	SECUENCIA DE LA SESIÓN (Actividades y Estrategias)	TIEMPO	MATERIALES
ORGANIZACIÓN DE LA SESIÓN	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Al ingresar cada alumno firmará el registro de asistencia. ❖ Alumnos son recibidos por el responsable de la actividad ❖ Alumnos reciben incentivo “con frases en la relación al tema” 	5 min.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Lista de alumnos participantes ✓ Incentivos
PRESENTACIÓN, BIENVENIDA E INTRODUCCION AL TEMA	<ul style="list-style-type: none"> ❖ La facilitadora se presenta a nombre de la “Universidad Peruana Unión”, se les da una cálida bienvenida, agradeciendo la participación y asistencia a la reunión programada. ❖ Se procede a realizar la dinámica denominado “<i>Caída hacia atrás</i>”, donde la facilitadora invita a 10 alumnos voluntarios para ejecutar la dinámica, enseguida a estos mismos se le indica formar dos filas, los alumnos participantes deberán mirarse frente a frente, reconociendo a su compañero de juego, después todos los que estén ubicados en la primera fila dan la espalda a su compañero, el cual seguidamente se dejara caer hacia atrás, teniendo en cuenta que su compañero lo tomara suavemente por debajo de las axilas, evitando su caída. Sin embargo durante esta acción se hará creer al compañero, que está a punto de caer al piso. Por lo que la facilitadora consultará al resto de los estudiantes las emociones percibidas en aquel momento. ❖ De este modo se presenta el motivo por la cual los alumnos se encuentran congregados en la reunión. 	15 min.	

<p>PLENARIA INFORMATIVA Y PROFUNDIZACIÓN DEL TEMA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Enseguida se realiza el tema a través de la exposición en diapositivas, profundizando en tema a tratar ❖ Luego, forman grupos de dos y se aplican entre los mismos el cuestionado titulado “Mapa emocional”. Durante la aplicación del cuestionario se debe generar una entrevista entre los miembros de los grupos, las respuestas deben ser transcritas a la hoja. No olvidar cambiar roles “entrevistado y entrevistador” (Anexo 3) 	<p>30 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Equipo multimedia ✓ Diapositivas preparadas ✓ Ficha de “mapa emocional”
<p>COMPROMISOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Para cerrar el tema cada alumno hará un compromiso en relación al tema, la cual será pegada junto a sus fichas en sus respectivos cuadernillos de trabajo. (anexo 2) 	<p>5 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ficha de compromiso
<p>CIERRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se realiza una retroalimentación con preguntas lanzadas al azar, las cuales deberán ser respondidas por los estudiantes, logrando su reflexión individual. ❖ Finalmente se agradece la participación del grupo y se hace la invitación para el próximo taller. 	<p>5 min</p>	

OBEJTIVO: Reflexionar reacciones en situaciones en las que se siente presión por los demás.

MOMENTOS	SECUENCIA DE LA SESIÓN (Actividades y Estrategias)	TIEMPO	MATERIALES
ORGANIZACIÓN DE LA SESIÓN	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Al ingresar cada alumno firmará el registro de asistencia. ❖ Alumnos son recibidos por el responsable de la actividad ❖ Alumnos reciben incentivo “con frases en la relación al tema” 	5 min.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Lista de alumnos participantes ✓ Incentivos
PRESENTACIÓN, BIENVENIDA E INTRODUCCION AL TEMA	<ul style="list-style-type: none"> ❖ La facilitadora se presenta a nombre de la “Universidad Peruana Unión”, se les da una cálida bienvenida, agradeciendo la participación y asistencia a la reunión programada. ❖ La facilitadora invita y dirige una lluvia de ideas con los alumnos sobre la asertividad, tratando de estructurar el concepto de asertividad para que cada alumno pueda interiorizarlo. ❖ Se procede a realizar la dinámica denominada “<i>La verdad</i>” en donde todos los participantes revisarán debajo de sus sillas, los cuales 5 de ellos encontrarán hojas con 4 definiciones incorrectas y una correcta del concepto de asertividad, luego cada participante invita a 1 compañero que aporte a encontrar la definición correcta, formando un grupo de 10 alumnos participantes, los cuales en sus respectivas parejas deberán llegar a un acuerdo y pegar en un solo tiempo el concepto correcto en la pizarra, y 1 de cada grupo deberá leer en voz alta su concepto elegido, antes de darle lectura deberá mencionar “<i>la verdad es que asertividad significa...</i>” mientras el resto de los alumnos analizarán cada acción de los participantes, luego tendrán la oportunidad 	15 min.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Título de asertividad en cartulina ✓ Hojas con 4 conceptos erróneos de asertividad y 1 concepto correcto

	<p>de dar su opinión al respecto. Finalmente los participantes tratarán de analizar si lograron ser asertivos. (Anexo 4)</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ De este modo se presenta el motivo por el cual los alumnos se encuentran congregados en la reunión. 		
<p>PLENARIA INFORMATIVA Y PROFUNDIZACIÓN DEL TEMA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se realiza el tema a través de la exposición en diapositivas, profundizando el tema a tratar. ❖ Luego, cada estudiante desarrolla el temario de asertividad y las preguntas de la hoja "Prueba tu firmeza", reflexionando sobre la asertividad. (Anexo 5) 	30 min	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Equipo multimedia ✓ Diapositivas preparadas ✓ Ficha "prueba tu firmeza"
<p>COMPROMISOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Para cerrar el tema cada alumno hará un compromiso en relación al tema, el cual será pegado junto a sus fichas en sus respectivos cuadernillos de trabajo. (anexo 2) 	5 min	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ficha de compromiso
<p>CIERRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se realiza una retroalimentación con preguntas lanzadas al azar, las cuales deberán ser respondidas por los estudiantes, logrando su reflexión individual. ❖ Finalmente se agradece la participación del grupo y se hace la invitación para el próximo taller. 	5 min	

MÓDULO IV APERTURA MENTAL

TEMA “DE GUSTOS NO HAY NADA ESCRITO”

OBEJTIVO: Desarrollar en los alumnos la comprensión unos a otros, superando prejuicios y estereotipos, logrando adaptarse con distintas personas.

MOMENTOS	SECUENCIA DE LA SESIÓN (Actividades y Estrategias)	TIEMPO	MATERIALES
ORGANIZACIÓN DE LA SESIÓN	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Al ingresar cada alumno firmará el registro de asistencia. ❖ Alumnos son recibidos por el responsable de la actividad ❖ Alumnos reciben incentivo “con frases en la relación al tema” 	5 min.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Lista de alumnos participantes ✓ Incentivos
PRESENTACIÓN, BIENVENIDA E INTRODUCCION AL TEMA	<ul style="list-style-type: none"> ❖ La facilitadora se presenta a nombre de la “Universidad Peruana Unión”, se les da una cálida bienvenida, agradeciendo la participación y asistencia a la reunión programada. ❖ Se procede a realizar la dinámica denominada “Yo soy”, antes de empezar la facilitadora pega previamente en la pizarra 10 etiquetas con los siguientes contenidos: soy político, soy religioso, soy rapero, soy gay, soy rico, soy pobre, llórame, desprécíame, soy policía, estudio en una universidad pública. En seguida seleccionamos 10 alumnos voluntarios, los cuales darán la espalda mientras la facilitadora pega una etiqueta en cada espalda, sin que ello sepan que frase se les pego. Luego se pide al grupo que actúen o que traten a su compañero participante según su etiqueta, sin mencionar lo que dice en ella. Los observadores tomaran nota de lo que sucederá comportamientos, actitudes y reacciones. (Anexo 6) ❖ De este modo se presenta el motivo por la cual los alumnos se encuentran congregados en la reunión. 	15 min.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Etiquetas ✓ Cinta masking

<p>PLENARIA INFORMATIVA Y PROFUNDIZACIÓN DEL TEMA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se realiza el tema a través de la exposición en diapositivas, profundizando el tema a tratar ❖ Luego, los estudiantes resuelven la hoja donde pone “me gusta...” “no me gusta...” “mi sueño sería...” “Edad” y “Sexo”, las cuales serán entregadas a la facilitadora, enseguida se leerán algunas hojas en voz alta, sin decir la edad ni el sexo, tratando de adivinar entre todos si es mujer o varón el que ha escrito la hoja y la edad del mismo. (Anexo 7) 	<p>30 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Equipo multimedia ✓ Diapositivas preparadas ✓ Ficha de trabajo
<p>COMPROMISOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Para cerrar el tema cada alumno hará un compromiso en relación al tema, la cual será pegada junto a sus fichas en sus respectivos cuadernillos de trabajo. (anexo 2) 	<p>5 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ficha de compromiso
<p>CIERRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se realiza una retroalimentación con preguntas lanzadas al azar, las cuales deberán ser respondidas por los estudiantes, logrando su reflexión individual. ❖ Finalmente se agradece la participación del grupo y se hace la invitación para el próximo taller. 	<p>5 min</p>	

MÓDULO V LA COMUNICACIÓN Y SUS ESTILOS

TEMA “EL TELÉFONO SIN PALABRAS”

OBEJTIVO: Percibir la comunicación no verbal y reflexionar sobre sus dificultades en tono, forma y postura.

MOMENTOS	SECUENCIA DE LA SESIÓN (Actividades y Estrategias)	TIEMPO	MATERIALES
ORGANIZACIÓN DE LA SESIÓN	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Al ingresar cada alumno firmará el registro de asistencia. ❖ Alumnos son recibidos por el responsable de la actividad ❖ Alumnos reciben incentivo “con frases en la relación al tema” 	5 min.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Lista de alumnos participantes ✓ Incentivos
PRESENTACIÓN, BIENVENIDA E INTRODUCCION AL TEMA	<ul style="list-style-type: none"> ❖ La facilitadora se presenta a nombre de la “Universidad Peruana Unión”, se les da una cálida bienvenida, agradeciendo la participación y asistencia a la reunión programada. ❖ Se procede a realizar la dinámica denominada “<i>Dime que ves</i>”, en donde la facilitadora invita a 10 alumnos voluntarios, a quienes se les mostrará rostros con diferentes emociones, las cuales deberán representar la emoción que ellos mismos escogerán al azar (las tarjetas deben estar en sello). Enseguida el resto de los compañeros deberán identificar de que emoción se trata. La cual deberán adivinar con sus respectivas fichas de emociones previamente entregadas. Comentando si desean, en qué momento se sintieron de dicha manera. (Anexo 8) ❖ De este modo se presenta el motivo por la cual los alumnos se encuentran congregados en la reunión. 	15 min.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fichas de emociones. <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ol style="list-style-type: none"> 1. ABURRIMIENTO 2. ALEGRÍA 3. AMOR 4. ENFADO 5. ODIO 6. TRISTEZA 7. VERGÜENZA 8. IMPACIENCIA 9. IRA 10. MIEDO </div>
PLENARIA INFORMATIVA Y	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se realiza el tema a través de la exposición en diapositivas, profundizando el tema a tratar. ❖ Enseguida, la facilitadora divide a los participantes en dos grupos. Cada grupo se coloca en fila, se le entrega al último alumno de la fila de cada grupo el papel 	30 min	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Equipo multimedia ✓ Diapositivas preparadas ✓ Ficha de Frases

<p>PROFUNDIZACIÓN DEL TEMA</p>	<p>donde está escrito un mensaje, el cual en un tiempo determinado deberá leer en silencio. Al finalizar, este mismo expresará gestualmente el mensaje al penúltimo compañero y así sucesivamente hasta llegar al primero, siendo este la persona quien deberá traducir el mensaje tal cual lo escuchó. Gana el grupo cuya traducción del mensaje se parezca más al original.</p> <p>❖ Reflexionan: ¿Qué condiciones son necesarias para una adecuada comunicación? Y ¿Cuáles son los factores que dificultan la comunicación? (Anexo 9)</p>		
<p>COMPROMISOS</p>	<p>❖ Para cerrar el tema cada alumno hará un compromiso en relación al tema, la cual será pegada junto a sus fichas en sus respectivos cuadernillos de trabajo. (anexo 2)</p>	<p>5 min</p>	<p>✓ Ficha de compromiso</p>
<p>CIERRE</p>	<p>❖ Se realiza una retroalimentación con preguntas lanzadas al azar, las cuales deberán ser respondidas por los estudiantes, logrando su reflexión individual.</p> <p>❖ Finalmente se agradece la participación del grupo y se hace la invitación para el próximo taller.</p>	<p>5 min</p>	

MÓDULO VI ESCUCHA ACTIVA

TEMA “OIR VS ESCUCHAR”

OBEJTIVO: Facilitar la comunicación, logrando fomentar acciones prudentes durante un dialogo.

MOMENTOS	SECUENCIA DE LA SESIÓN (Actividades y Estrategias)	TIEMPO	MATERIALES
ORGANIZACIÓN DE LA SESIÓN	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Al ingresar cada alumno firmará el registro de asistencia. ❖ Alumnos son recibidos por el responsable de la actividad ❖ Alumnos reciben incentivo “con frases en la relación al tema” 	5 min.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Lista de alumnos participantes ✓ Incentivos
PRESENTACIÓN, BIENVENIDA E INTRODUCCION AL TEMA	<ul style="list-style-type: none"> ❖ La facilitadora se presenta a nombre de la “Universidad Peruana Unión”, se les da una cálida bienvenida, agradeciendo la participación y asistencia a la reunión programada. ❖ Se procede a realizar la dinámica denominada “<i>La noticia</i>”. Deberán ser 4 alumnos voluntarios, quienes saldrán del salón, mientras la facilitadora explica al resto del grupo el trabajo que se realizará. Ingresa el primer alumno y la facilitadora le hace entrega de la primera noticia, el cual debe reproducir sin ver la hoja, al segundo compañero que ingrese. Y así sucesivamente hasta llegar al 4to compañero. El último en ingresar escribirá en la pizarra la noticia resultante. De esta forma, inmediatamente se inicia la reflexión sobre la distorsión del mensaje. La facilitadora hace mención de las elecciones de los trasmisores, enunciando solo datos de su importancia mas no lo irrelevante para él. Por lo tanto el trasmisor solo menciona lo percibido por él. (Anexo 10) ❖ 	15 min.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fichas de figuras

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ De este modo se presenta el motivo por el cual los alumnos se encuentran congregados en la reunión. 		
<p style="text-align: center;">PLENARIA INFORMATIVA Y PROFUNDIZACIÓN DEL TEMA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se realiza el tema a través de la exposición en diapositivas, profundizando el tema a tratar. ❖ Para mejorar la comprensión de este tema la facilitadora realiza una segunda dinámica denominada "Historias en grupo". Se dividirá a los alumnos en 5, cada grupo tendrá un moderador, quien empezará mencionando la primera frase de la historia. Por ejemplo "ayer, cuando fui al sauna". De esta forma cada participante debe contribuir con la historia, mencionando una frase que siga la continuidad y lógica de la historia. Mientras el moderador va anotando la historia en una hoja. Al finalizar este deberá leer en voz alta la historia creada por el grupo. A continuación los participantes del grupo deberán discutir el por qué de la presencia de los errores de continuidad y lógica en su historia presentada. 	30 min	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Equipo multimedia ✓ Diapositivas preparadas ✓ Ficha de noticia ✓ Hojas bond
<p style="text-align: center;">COMPROMISOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Para cerrar el tema cada alumno hará un compromiso en relación al tema, el cual será pegado junto a sus fichas en sus respectivos cuadernillos de trabajo. (anexo 2) 	5 min	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ficha de compromiso
<p style="text-align: center;">CIERRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se realiza una retroalimentación con preguntas lanzadas al azar, las cuales deberán ser respondidas por los estudiantes, logrando su reflexión individual. ❖ Finalmente se agradece la participación del grupo y se hace la invitación para el próximo taller. 	5 min	

OBEJTIVO: Desarrollar la habilidad emocional; mediante la escucha activa, recepción de necesidades y estados emocionales de otros seres humanos.

MOMENTOS	SECUENCIA DE LA SESIÓN (Actividades y Estrategias)	TIEMPO	MATERIALES
ORGANIZACIÓN DE LA SESIÓN	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Al ingresar cada alumno firmará el registro de asistencia. ❖ Alumnos son recibidos por el responsable de la actividad ❖ Alumnos reciben incentivo “con frases en la relación al tema” 	5 min.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Lista de alumnos participantes ✓ Incentivos
PRESENTACIÓN, BIENVENIDA E INTRODUCCION AL TEMA	<ul style="list-style-type: none"> ❖ La facilitadora se presenta a nombre de la “Universidad Peruana Unión”, se les da una cálida bienvenida, agradeciendo la participación y asistencia a la reunión programada. ❖ Se procede a realizar la dinámica denominada “<i>Mis gafas</i>”, en donde la facilitadora presenta a los alumnos 5 monturas de gafas viejas, unas sin cristales, de alambre o cartulina. La 1era gafa será de la pobreza, la 2da del hambre, 3era la enfermedad, 4ta la soledad y la 5ta la tristeza. La facilitadora se pone una gafa, la que haya elegido. mencionando “Estas son las gafas de la pobreza. Cuando llevo estas gafas soy pobre”. ¿Quiere alguien ponérselas y decir qué es lo que ve a través de ellas y qué piensa?”. De esta forma se invita a voluntarios que decidan ponerle las otras gafas y respondan las mismas preguntas. ❖ De este modo se presenta el motivo por la cual los alumnos se encuentran congregados en la reunión. 	15 min.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cinco gafas viejas

<p style="text-align: center;">PLENARIA INFORMATIVA Y PROFUNDIZACIÓN DEL TEMA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se realiza el tema a través de la exposición en diapositivas, profundizando el tema a tratar ❖ A continuación, para profundizar el tema mediante un debate la facilitadora invita a 4 voluntarios quienes serán panelistas, saldrán adelante con sus respectivas sillas y se sentarán mirando a sus compañeros. La facilitadora entrega una tarjeta con la letra “A o B” a cada panelista, enseguida les presenta 4 tarjetas con situaciones diferentes las cuales contienen 2 argumentaciones distintas. Iniciamos dando lectura a la primera tarjeta situacional, la facilitadora pregunta a los panelistas que piensan al respecto, sin embargo cada panelista debe defender y argumentar frente a sus compañeros su tarjeta de letra designada. Generando un debate entre ellos y sus compañeros. ❖ Al finalizar premiamos la mejor argumentación de cada situación. (Anexo 11) 	<p>30 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Equipo multimedia ✓ Diapositivas preparadas ✓ 4 tarjetas de situaciones ✓ 4 tarjetas con letras, 2 “A” y 2 “B” ✓ 4 hojas ✓ Ficha de mejor argumento
<p style="text-align: center;">COMPROMISOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Para cerrar el tema cada alumno hará un compromiso en relación al tema, la cual será pegada junto a sus fichas en sus respectivos cuadernillos de trabajo. (anexo 2) 	<p>5 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ficha de compromiso
<p style="text-align: center;">CIERRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se realiza una retroalimentación con preguntas lanzadas al azar, las cuales deberán ser respondidas por los estudiantes, logrando su reflexión individual. ❖ Finalmente se agradece la participación del grupo y se hace la invitación para el próximo taller. 	<p>5 min</p>	

MÓDULO VIII ESTILOS DE CRIANZA

TEMA “ MADRES Y PADRES EN APUROS”

OBEJTIVO: Fomentar e impulsar la participación consciente y activa de los padres de familia, reconociendo los estilos de crianza en sus hogares.

MOMENTOS	SECUENCIA DE LA SESIÓN (Actividades y Estrategias)	TIEMPO	MATERIALES
ORGANIZACIÓN DE LA SESIÓN	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Al ingresar cada alumno firmará el registro de asistencia. ❖ Alumnos son recibidos por el responsable de la actividad ❖ Padres de familia reciben incentivo “con frases en la relación al tema” 	5 min.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Lista de Padres y Madres participantes ✓ Incentivos
PRESENTACIÓN, BIENVENIDA E INTRODUCCION AL TEMA	<ul style="list-style-type: none"> ❖ La facilitadora se presenta a nombre de la “Universidad Peruana Unión”, se les da una cálida bienvenida, agradeciendo la participación y asistencia a la reunión programada. ❖ Se procede a realizar la dinámica denominada “<i>Juego de cubiertos</i>”, en donde la facilitadora muestra 3 cubiertos a los padres de familia, un tenedor, una cuchara y un cuchillo. se explica las características de cada uno de ellos: el tenedor pincha, desgarrar, molesta, hace todo con tal de llegar a su objetivo, si se acerca hierre y deja a los demás lastimados. la cuchara empuja, anima, lo hace suavemente, reúne sin lastimar, facilita las cosas y recoge lo disperso. El cuchillo corta, divide, separa e incluso hierre. Inmediatamente la facilitadora invita a la reflexión y pregunta: ¿Qué rol desempeña usted en su familia es acaso un tenedor, cuchara o cuchillo? ¿puede reconocer algunas de estas características en usted? ❖ De este modo se presenta el motivo por la cual los padres de familia se encuentran congregados en la reunión. 	15 min.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 3 cubiertos: un tenedor, una cuchara y un cuchillo

<p>PLENARIA INFORMATIVA Y PROFUNDIZACIÓN DEL TEMA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se realiza el tema a través de la exposición, profundizando el control de emociones que debe de tener un padre y/o madre ante situaciones difíciles. ❖ A continuación, se hace entrega a los padres de familia el cuestionario “Me conozco”, en la cual deberán responder de forma individual las interrogantes planteadas. (Anexo 12) 	<p>30 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Equipo multimedia ✓ Diapositivas preparadas ✓ Ficha, cuestionario me reconozco
<p>COMPROMISOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Para cerrar el tema se hará entrega de los cuadernillos de trabajo de sus hijos (a), en donde cada padre de familia en su respectivo espacio, deberán desarrollar y pegar sus cuestionarios y compromisos trabajados en el taller. Se sugiere que al llegar a sus hogares cada padre de familia junto a sus hijos (a) compartan y reflexionen en relación al tema. (anexo 13) 	<p>5 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ficha de compromiso
<p>CIERRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se realiza una retroalimentación con preguntas lanzadas al azar, las cuales deberán ser respondidas por los padres de familias, logrando su reflexión individual. ❖ Finalmente se agradece su participación y se refuerza mediante mensajes centrales respecto a la importancia del sentirse tranquilos y serenos para estar en condición de dar protección y seguridad emocional a sus hijos (as) en situaciones difíciles. 	<p>5 min</p>	

ANEXO 1

“EL AUTOCONCEPTO”

CÓMO ME SIENTO EN LA FAMILIA



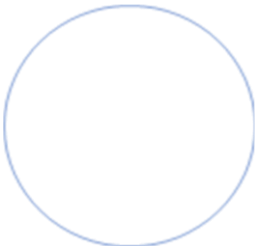
- A) ME SIENTO MUY CONTENTA (O) Y ORGULLOSA (O) DE ELLOS
- B) REAMENTE ME SIENTO SOLA (O) EN MI FAMILIA
- C) NORMALMENTE ME SIENTO ENOJADA (O) CON MI FAMILIA

CÓMO ME ENCUENTRO EN EL COLEGIO



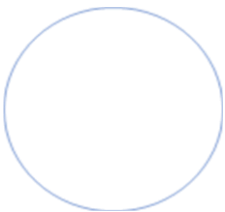
- A) NERVIOSA (O)
- B) TRISTE
- C) ENOJADA (O)
- D) CONTENTA (O)
- E) INDIFERENTE
- F) INCOMPRENDIDA (O)

CÓMO PERCIBO QUE ME VEN LOS DEMÁS



- A) TÍMIDA (O)
- B) SOCIABLE
- C) DIVERTIDA (O)
- D) PREPOTENTE
- E) SERIA O ABURRIDA (O)
- F) SOBERBIA (O)

QUÉ ME MOLESTA MÁS DE MÍ MISMO



QUÉ PIENSO DE MI PRESENTE Y MI FUTURO

ANEXO 2

MI COMPROMISO – TEMA “.....”

YO..... ME COMPROMETO

CONMIGO MISMO:

.....

CON MI FAMILIA:

.....

EN LA ESCUELA:

.....

CON MIS AMIGOS:

.....

MI COMPROMISO – TEMA “.....”

YO..... ME COMPROMETO

CONMIGO MISMO:

.....

CON MI FAMILIA:

.....

EN LA ESCUELA:

.....

CON MIS AMIGOS:

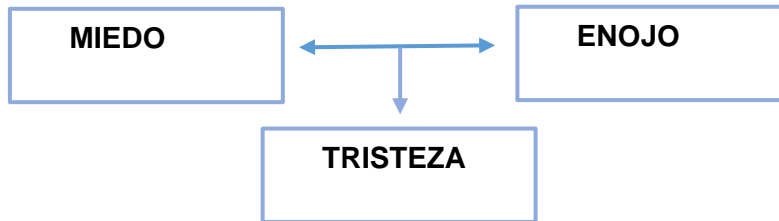
.....

ANEXO 3

“MI MAPA EMOCIONAL”

EJECUTA ESTE CUESTIONARIO A UN COMPAÑERO

1. ¿CUÁL DE ESTAS EMOCIONES DESAGRADABLES SUELES SENTIR CON FRECUENCIA? MARCA CON UNA (X)



2. EN GENERAL ¿CUÁNDO SIENTES ESTA EMOCIÓN (EXTERNAMENTE)

CUANDO VES QUE:	
CUANDO ESCUCHAS QUE:	
CUANDO SIENTES QUE:	

3. ¿CÓMO LA VIVENCIAS INTERNAMENTE?

TE IMAGINAS QUE:	
SENSACIONES FÍSICAS QUE TIENES:	
PALABRAS O FRASES QUE DICES:	

4. ¿CÓMO SUELES REACCIONAR ANTES DE ESA EMOCIÓN?

LO QUE HACES:	
LO QUE DICES:	

ANEXO 4

Habilidad social la cual emite una forma de expresión consciente, congruente, clara, directa y amable.

Capacidad para saber cuándo defender sus derechos o cuando callar para evitar conflictos.

Justificar extensamente y clara la razón de las decisiones que se toman frente a cuestiones vivenciales.

Expresión que emite el mensaje de forma clara, evitando generar diálogos innecesarios.

Estilo de comunicación condescendiente, la cual permite el agrado de las personas que nos rodean y evita enfrentamientos futuros.

ANEXO 5

“TEMARIO DE ASERTIVIDAD”

RECUERDA O IMAGINA UNA SITUACIÓN EN LA CUAL TE HAYAS SENTIDO PRESIONADO A HACER ALGO QUE NO QUERÍAS HACER. ENSEGUIDA REFLEXIONA SOBRE TU REACCIÓN Y COMO PODRÍA HABER SIDO:

1. DESCRIBE DETALLADAMENTE QUÉ OCURRIÓ, QUÉ SENTISTE Y QUÉ QUERÍAS HACER.

2. ¿CUÁL FUE TU RECCIÓN ¿QUÉ DIJISTE?

3. ¿FUISTE PASIVA, ASERTIVA O AGRESIVA?

4. ¿CÓMO TE SENTISTE? ¿CÓMO IMAGINAS QUE SE SINTIÓ LA OTRA PERSONA?

5. ¿LOGRASTE TU OBJETIVO O SÓLO COMPLACISTE EL DEL OTRO?

6. ¿TENÍAS OTRAS ALTERNATIVAS? ¿QUÉ CONSECUENCIAS ACARREA CADA ALTERNATIVA?

SOY POLÍTICO

SOY RELIGIOSO

SOY RAPERO

SOY GAY

SOY RICO

SOY POBRE

LLÓRAME

DESPRECIAME

SOY POLÍCIA

**ESTUDIO EN UNA UNIVERSIDAD
NACIONAL**

ME GUSTA....

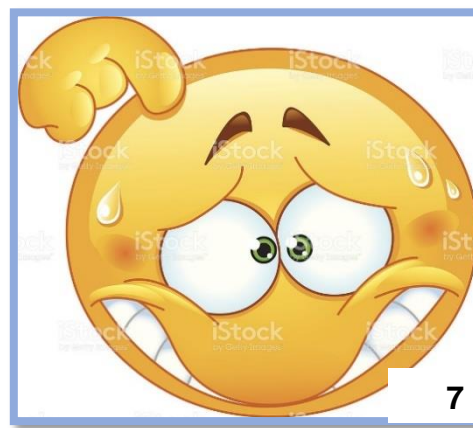
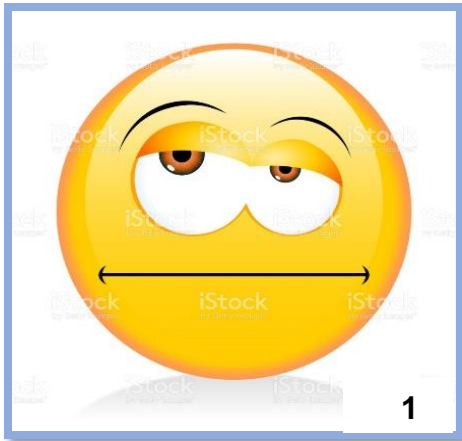
NO ME GUSTA...

MI SUEÑO SERÍA...

EDAD:

SEXO:

ANEXO 8



**SOLO ERES JOVEN UNA VEZ, PERO
PUEDES SER INMADURO
INDEFINITIVAMENTE**

(OGDEN NASH)

**LOS LIBROS QUE LEES DE JOVEN VIVEN
CONTIGO PARA SIEMPRE**

(KOWLING)

**EL PRECIO DEL ÉXITO ES EL TRABAJO
DURO, DEDICADO Y DETERMINADO**

(VINCE LOMBARDI)

**LA MEJOR FORMA DE PREDICIR EL
FUTURO ES CREARLO**

(ABRAHAN LINCOLN)

ANEXO 10

“LA NOTICIA”

En el 2019, la pobreza afectó a 100.000 personas en el país, es decir el 40,5% de la población. Otros 900.000 fueron afectados por la pobreza extrema, lamentablemente la incidencia de la pobreza aumenta cada vez más, ocasionando desnutrición, abandono escolar y otras carencias. La cual está afectando gravemente a la población infantil y adolescente.

ANEXO 11

A

A

B

B

SITUACIÓN 1

JÓVENES SOLICITAN EL CAMBIO DEL ACTUAL SERVICIO MILITAR OBLIGATORIO POR UN CARÁCTER VOLUNTARIO.

A: Argumentan que el servicio militar debe seguir siendo obligatorio.

B: Opinan que los jóvenes deben poder decidir voluntariamente.

SITUACIÓN 2

DEBIDO A LAS NOTICIAS DE VIOLACIÓN A MENORES, SAMUEL LE COMENTA A SU ESPOSA: ¡YO CONSIDERO QUE DEBERÍA REIMPLANTARSE LA PENA DE MUERTE EN ESTE PAÍS!

A: Comparten la opinión de Samuel

B: Rechazan la idea de reimplantar la muerte

SITUACIÓN 3

MARÍA Y JOSÉ SE QUIEREN CASAR, PERO LOS PADRES DE MARÍA SE Oponen PORQUE JOSÉ PERTENECE A UNA FAMILIA POBRE.

A: Argumentan en favor a los padres de María.

B: Respaldan la opción asumida por María y José.

SITUACIÓN 4

JORGE NO LE HABLA ASU HERMANA DESDE QUE SUPO QUE LA MEJOR AMIGA DE ELLA ES LESBIANA

A: Justifican la actitud de Jorge.

B: Rechazan la actitud de Jorge





CUESTIONARIO “RECONOCIENDOME”

¿CAUSAS MÁS FRECUENTE DE LAS PELEAS O DISCUSIONES EN MI HOGAR?

¿CON QUÉ INTEGRANTE DE MI FAMILIA DISCUTO MÁS Y POR QUÉ?

¿CUANDO DISCUTO CON MI PAREJA, MIS HIJOS ESTÁN PRESENTES?

SI _____ NO _____ ALGUNAS VECES _____

¿CREO QUE LAS DISCUSIONES CON MI CONYUGUE AFECTAN A MIS HIJOS? ¿POR QUÉ?

¿QUÉ IMAGEN O CONCEPTO CREO QUE MI HIJO TIENE DE MI, FRENTE A LA SOLUCIÓN DE UN CONFLICTO? ¿POR QUÉ?

DESCRIBA UN EPISODIO EN LA QUE ACTÚO DE FORMA AGRESIVA.

¿HABRÍA PODIDO ACTUAR DE OTRA FORMA PARA EVITAR LA VIOLENCIA?

¿CÓMO CREE QUE PODEMOS MANEJAR NUESTROS CONFLICTOS FAMILIARES

ANEXO 13

COMPROMISO DE PAPÁ O MAMÁ

TEMA “.....”

YO..... **ME COMPROMETO**

CONMIGO MISMO:

.....

CON MI FAMILIA:

.....

CON LA ESCUELA:

COMPROMISO DE PAPÁ O MAMÁ

TEMA “.....”

YO..... **ME COMPROMETO**

CONMIGO MISMO:

.....

CON MI FAMILIA:

.....

CON LA ESCUELA:

COMPROMISO DE PAPÁ O MAMÁ

TEMA “.....”

YO..... **ME COMPROMETO**

CONMIGO MISMO:

.....

CON MI FAMILIA:

.....

CON LA ESCUELA:



CONSTANCIA DE AUTORIZACION.

EL QUE SUSCRIBE, DOCTOR TEOFILO CONDORI TIPULA, DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SECUNDARIA JEC "*Dos de Mayo*" DEL DISTRITO DE CARACOTO, PROVINCIA DE SAN ROMAN, DEPARTAMENTO DE PUNO.

AUTORIZA:

Que la Bachiller Lourdes Zuneg, URURI AGUILAR con código de universitario 211321235 en calidad de egresada de la EA. Palcazán, que existe autorización para la aplicación del PROYECTO DE TESIS TITULADA: "EFICACIA DEL PROGRAMA "MI HABILIDADES, MI FORTALEZA" PARA ADOLESCENTES CON DÉFICIT DE HABILIDADES SOCIALES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "*Dos de Mayo*" DE CARACOTO, JULIACA-2019".

Se expide la presente a solicitud de la interesada para los fines que estime por convenientes.

Caracoto, 10 de julio del 2019.


Dr. Teofilo Condori Tipula
DIRECTOR



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado Padre de familia:

Su hijo ha sido invitado a participar del proyecto titulado "Eficacia del programa "Mis habilidades, Mi fortaleza" para adolescentes con déficit de habilidades de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca-2019", el cual es dirigido por el Mg. Mamani Benito Oscar Javier y la Bach. Ururi Aguilar Lourdes Zunny, de la Universidad Peruana Unión.

El proyecto de investigación tiene como objetivo determinar si el programa de intervención es eficaz para desarrollar habilidades sociales en adolescentes con déficit de habilidades de la Institución Educativa Secundaria Dos de Mayo de Caracoto, Juliaca - 2019.

Al firmar dicha autorización usted hará participe a su hijo (a) del programa de intervención, la cual está constituida en 8 sesiones. Asimismo para finalizar la intervención usted será participe de una sesión, en donde se le informará los resultados además de brindar información y recomendaciones.

Por lo tanto, mediante la presente se solicita su autorización para la pertinente participación de su hijo (a).

De antemano se agradece su colaboración.

Como prueba de mi consentimiento voluntario procedo a firmar.

Padre/Madre de Familia

Bach. Lourdes Z. Ururi Aguilar

DNI: 71854870