

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

Habilidades Sociales en Estudiantes del 1er. año de secundaria de la
Institución Educativa Pública “Libertad” No. 597 de Año Nuevo, Comas, 2017

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autor: Bachiller Carmen Amelia Boada Donayre

Lima-Perú
2017

DEDICATORIA

A mis padres, por el apoyo de siempre, a mis hermanos, porque comparten mis alegrías y mis logros.

A mi querido Ikhercito, que con su bella sonrisa y cariño, me motiva a seguir adelante.

AGRADECIMIENTO

A Dios, por la oportunidad que me da para lograr mis metas y proyectos.

De manera especial, a mi esposo, quien me ha apoyado en la cristalización de mi carrera profesional.

A la Universidad Inca Garcilaso de La Vega, por darme la oportunidad de formarme en esta hermosa carrera y a mis profesores de quienes me llevo grandes enseñanzas.

PRESENTACIÓN

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento a las normas de la Directiva No. 003-FPs y TS – 2016 de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, presento mi trabajo de investigación, con el fin de obtener el título profesional en la modalidad de Trabajo de Suficiencia Profesional, titulado Nivel de Habilidades Sociales en Estudiantes del 1er. año de secundaria de la Institución Educativa Pública “Libertad” de Año Nuevo, Comas, 2017.

Este trabajo, es un aporte que se suma a las investigaciones realizadas en el país, ya que, se muestra la necesidad de seguir trabajando por el bienestar de los estudiantes, sobre todo los que participaron de esta investigación, a su vez, nos permite determinar en qué nivel se encuentran sus habilidades sociales, para promover programas de apoyo o entrenamiento en las habilidades sociales, ofrecer sesiones de intervención, talleres, charlas de capacitación, que beneficien en la formación de su proceso de desarrollo, resaltar también la importancia de estas habilidades en la estabilidad emocional y consolidación de la personalidad de los adolescentes.

Por lo tanto, agradezco la atención brindada para la calificación de mi trabajo, seguiré esforzándome por encontrar nuevos caminos que cristalicen mis objetivos en el bien social.

Carmen Amelia Boada Donayre.

ÍNDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Presentación	iv
Índice	v
Índice de tablas	vii
Índice de figuras	viii
Resumen	ix
Abstract	x
Introducción	xi

CAPÍTULO I: Planteamiento del problema

1.1	Descripción de la realidad problemática	14
1.2	Formulación del problema	16
1.3	Objetivos	17
1.3.1	Objetivo general	17
1.3.2	Objetivos específicos	17
1.4	Justificación e importancia	18

CAPÍTULO II: Marco teórico conceptual

2.1	Antecedentes	19
2.1.1	Internacionales	19
2.1.2	Nacionales	21
2.2	Bases teóricas	
2.2.1	Teoría del Aprendizaje Social de Bandura	24
2.2.2	Teoría conductista de Skinner	26
2.2.3	Modelo psicosocial de Michelson	27
2.2.4	La adolescencia	27
2.2.5	Desarrollo de habilidades sociales	28
2.2.6	Características de las habilidades sociales	28
2.2.7	Componentes de las habilidades sociales	29
2.2.8	Algunas habilidades sociales importantes	30
2.2.9	Habilidades sociales en el contexto escolar	31

2.2.10	Déficit en las habilidades sociales	33
2.2.11	La familia y habilidades sociales	33
2.2.12	Entrenamiento de habilidades sociales	34
2.2.13	Dimensiones de las habilidades sociales	35
2.3	Definición conceptual	39
2.3.1	Habilidad	
2.3.2	Habilidades sociales	
2.3.3	Institución educativa	41
2.3.4	Nivel secundario	41
2.3.5	Estudiantes de secundaria	41

CAPÍTULO III: Metodología

3.1	Tipo y diseño utilizado	42
3.1.1	Tipo de enfoque	42
3.1.2	Nivel	42
3.1.3	Diseño de investigación	
3.2	Población y muestra	43
3.2.1	Población	43
3.2.2	Muestra	
3.3	Identificación de la variable y su operacionalización	48
3.3.1	Operacionalización de la variable	44
3.4	Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico	
3.4.1	Técnica	45
3.4.2	Instrumento	46

CAPÍTULO IV: Procesamiento, presentación y análisis de los resultados

4.1	Procesamiento de los resultados	47
4.2	Presentación de los resultados	47
4.3	Análisis y discusión de resultados	54
4.4	Conclusiones	55
4.5	Recomendaciones	56

CAPÍTULO V: Intervención

5.1	Denominación del problema	58
5.2	Justificación del problema	58
5.3	Establecimiento de objetivos	59
5.4	Sector al que se dirige	59
5.5	Establecimiento de conductas problema/meta	59
5.6	Metodología de la intervención	59
5.7	Instrumentos/material a utilizar	60
5.8	Cronograma	60
5.9	Actividades	61
	Referencias	74

Anexos:

Anexo 1:	Matriz de consistencia	79
Anexo 2:	Carta de presentación a la institución educativa	81
Anexo 3:	Lista de evaluación de habilidades sociales	82
Anexo 4:	Cuadro de categorías de las habilidades sociales	84
Anexo 5:	Fotos de la aplicación del instrumento	85
Anexo 6:	Consentimiento informado	87

INDICE DE TABLAS

Tabla 1: Distribución de estudiantes del 1er. año de secundaria	43
Tabla 2: Operacionalización de la variable	44
Tabla 3: Cálculo de la media, mínimo y máximo del total	47
Tabla 4: Frecuencias de las habilidades sociales del total	48
Tabla 5: Frecuencia de Asertividad en los estudiantes	50
Tabla 6: Frecuencia de Comunicación en los estudiantes	51
Tabla 7: Frecuencia de Autoestima en los estudiantes	52
Tabla 8: Frecuencia de toma de decisiones en los estudiantes	53

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Distribución porcentual de los niveles de las Habilidades Sociales en los estudiantes del 1er. año de secundaria	48
Figura 2: Distribución porcentual del nivel de asertividad	49
Figura 3: Distribución porcentual del nivel de comunicación	50
Figura 4: Distribución porcentual del nivel de autoestima	51
Figura 5: Distribución porcentual del nivel de Toma de decisiones	52

RESUMEN

La presente investigación es aplicada de tipo descriptivo, el cual tuvo como objetivo evaluar las habilidades sociales y sus dimensiones de asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones en los estudiantes del 1er. año de secundaria, siendo su enfoque cuantitativo, el diseño fue no experimental de corte transversal, para lo cual utilizó la muestra fue 61 estudiantes del 1er. año de secundaria de 11 a 14 años, el instrumento utilizado fue Lista de Evaluación de Habilidades Sociales del Ministerio de Salud (2005). Los resultados más significativos del total muestran un 28% y 5% de niveles bajo, lo que indica un déficit en las habilidades sociales de los estudiantes, así mismo la toma de decisiones evidencia 39% del nivel promedio bajo y la comunicación muestra un 25% y 10% en niveles bajos, lo que se sugiere mejorar estas capacidades.

Palabras clave: *habilidades sociales, comunicación, asertividad, autoestima, toma de decisiones.*

ABSTRACT

This research is applied descriptive type, which aimed to evaluate the social skills and their dimensions of assertiveness, communication, self-esteem and decision-making in the students of the 1st year of High school, being their quantitative approach, the design was non-experimental cross section, for which used the sample was 61 students of the 1st year of high school from 11 to 14 years, the instrument used was a list of social skills Assessment of the Ministry of Health (2005). The most significant results of the total show 28% and 5% of low levels, indicating a deficit in students ' social skills, likewise decision making evidence 39% of the low average level and communication shows 25% and 10% at low levels, suggesting improving these capabilities.

Key words: *social skills, communication, assertiveness, self-esteem and decision-making.*

INTRODUCCIÓN

El desarrollo de las habilidades sociales en el ser humano, es un factor relevante en el desenvolvimiento social de la persona, las relaciones, interpersonales, el comportarse ante una situación determinada, la manera de expresar sus creencias, pensamientos, valores, etc., forman parte de las habilidades que son esenciales en el desarrollo de nuestra personalidad, siendo a su vez, por medio del aprendizaje, la observación, los procesos cognitivos y conductuales, los que reflejan nuestras conductas, pues estas destrezas y habilidades se van desarrollando desde la infancia hasta la adultez.

En base a lo que observamos en la actualidad, existen muchas dificultades dentro del contexto escolar en los estudiantes, por ejemplo a la hora de relacionarse con los compañeros, la falta de control de los impulsos, las reacciones agresivas, pasivas, dificultad para expresar y manejar las emociones, los pensamientos, la falta de recursos en la solución de problemas, etc. todo esto indicaría, una ausencia de adecuadas habilidades sociales en los estudiantes, también la falta de asertividad, empatía, una buena autoestima, buena toma de decisiones, proyectos de vida, etc. estas habilidades se consideran relevantes en el niño desde sus primeros años, denominado por la OMS como habilidades para la vida.

En ese sentido, esta investigación tiene como objetivo evaluar las habilidades sociales y sus dimensiones como asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la Institución Educativa Pública “LIBERTAD”, ubicada en Av. Francisco Bolognesi No. 410, en Año Nuevo, Comas, asimismo con los resultados que se obtengan se puedan establecer las estrategias de promoción e intervención de las habilidades sociales en los estudiantes, brindarles herramientas adecuadas que les permita mejorar sus capacidades en la interacción social, generar conductas más adaptativas, estilos de vida más saludables que contribuyan a su bienestar emocional, social y desempeño escolar.

La presente investigación se ha diseñado en 5 capítulos, a continuación se detalla:

Capítulo I, se describe el Planteamiento del problema, la realidad problemática, la razón por la que se elabora la investigación, formulación de los objetivos general y específicos por último la justificación e importancia de la investigación, porqué y para que de la investigación.

Capítulo II, se detalla el marco teórico, los antecedentes de las investigaciones internacionales y nacionales referidas a la variable en investigación, a su vez, las bases teóricas y definiciones conceptuales de la variable estudiada.

Capítulo III, este describe la metodología, el tipo y diseño de la investigación, la población y muestra seleccionada, la identificación de la variable y su operacionalización, por último la técnica utilizada e instrumentos de evaluación.

Capítulo IV, aquí se describirá como se realizó el procesamiento de los datos, la presentación de los resultados, se procederá el análisis y discusión de los resultados, se detallará las conclusiones y recomendaciones.

Capítulo V, se refiere al Plan de intervención, esto de acuerdo a los resultados obtenidos, se trabajará las áreas que muestren dificultad y requieran mejorar, a la vez, se detallará los objetivos general y específicos, la justificación e importancia del plan de intervención para los estudiantes. También se detalla las sesiones a trabajar para el mejoramiento de las habilidades en dificultad.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

En la actualidad, dentro del ámbito social se considera la importancia de las habilidades sociales, sobre todo en el contexto escolar, pero aún es insuficiente el apoyo que se brinda al estudiante, pues a menudo se observa déficit en la capacidad para relacionarse con los compañeros, falta de asertividad, impulsividad, problemas en el manejo de las emociones, baja autoestima, etc. reflejándose la falta de herramientas en el desenvolvimiento personal y social. Así mismo estas deficiencias reflejan los problemas emocionales y conductuales que adoptan los adolescentes en las escuelas.

En ese sentido, la Organización Mundial de la Salud (1993), lanzó su iniciativa internacional donde se propone incluir la enseñanza de “habilidades para la vida” (habilidades cognitivas, sociales) en la educación, el cual ha sido considerado por las escuelas de distintas regiones del mundo, como promoción a una vida saludable en la etapa del adolescente.

Del mismo modo, la Oficina de Tutoría y Prevención Integral – OTUPI del Ministerio de Educación (MINEDU) 2003, realizó un estudio, el cual indica que el 31.3% de adolescentes presentan dificultades en todo su repertorio de habilidades sociales, es decir, 31 escolares de cada 100, muestran significativas deficiencias en sus habilidades sociales, siendo los estudiantes de las regiones Huancavelica, Ancash, Ayacucho, Pasco y Lima, los que necesitan afianzar el entrenamiento de sus habilidades sociales.

En el 2004, AMARES (Programa de Apoyo a la Modernización del Sector Salud y Aplicación en una Región del Perú), realizó un estudio previo a la implementación de un programa sobre habilidades para la vida en escolares, donde el 36% de los escolares indicó que “nunca se consideró una persona valiosa”, el 36% que “cuando tenía problemas

trataba de resolverlos solo”, por último el 80% presentó niveles de bajo y mediano de asertividad. Lo que se evidencia deficiencia en el soporte social.

Con respecto a estos resultados, se resalta la importancia en la acción y compromiso de la familia y de los docentes, en la aplicación de programas o estrategias de intervención donde los estudiantes sean orientados, entrenados y reforzados dentro de las escuelas, caso contrario, estas deficiencias podrían generar en los adolescentes muchas dificultades en el proceso de socialización y desenvolvimiento, falta de objetivos y metas, inadecuada toma de decisiones y solución de problemas.

Según refiere Monjas (2000), como se citó en Contini (2010), dentro de los problemas escolares, la incompetencia social se vincula con el bajo rendimiento escolar, el fracaso y el ausentismo en las escuelas. En consecuencia, la falta de desarrollo en estas habilidades, se ve reflejado en las dificultades para relacionarse con los compañeros, en los problemas de conducta, el bajo rendimiento, el acoso y violencia escolar, problemas emocionales, etc., siendo probable la repercusión futura de conductas de riesgo.

En referencia a la muestra los estudiantes del 1er. año de secundaria de la I. E. P. “Libertad”, evidenciaron algunas dificultades emocionales y conductuales como problemas en la interacción entre los compañeros, poco autocontrol de los impulsos, algunas conductas agresivas, pasivas, en algunos casos niños muy inhibidos y con falta de confianza para iniciar una conversación, por lo que indagando con el Director y tutores, muchos de ellos provienen de hogares disfuncionales, en donde el padre o la madre son poco comunicativos, algunos impulsivos o violentos, con problemas de violencia familiar, adolescentes que no viven con sus padres, otros que quedan al cuidado de familiares, lo cual indicaría la falta de seguimiento y atención por parte de la familia.

Por lo expuesto, y de acuerdo a los problemas que presentan los estudiantes, se procede a realizar la investigación, a determinar el nivel

de las habilidades sociales con los que ingresan los adolescentes, pues la secundaria, es una etapa donde se irá conformando la personalidad, el carácter, la estabilidad emocional, el bienestar social, proyectándose hacia adultez.

En relación a esto, el desarrollo de las habilidades sociales, son consideradas como conductas que se aprenden desde la infancia y si estas habilidades no son desarrolladas de la manera más apropiada, los adolescentes no tendrán las herramientas, ni recursos para desenvolverse positivamente en su entorno social y podrían presentar problemas de autoestima, dificultad en el manejo de sus emociones, etc.

Para culminar, se requieren más estudios sobre este tema, ya que las últimas investigaciones nos demuestran que constantemente se observan déficit de las competencias sociales en los estudiantes adolescentes, siendo un tema relevante que se debe trabajar y potencializar a la actualidad.

1.2 Formulación del problema:

El problema de la investigación se plantea con la siguiente interrogante:

1.2.1 Problema general:

¿Cuáles son los niveles de habilidades sociales en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la Institución Educativa Pública “Libertad” No. 597 de Año Nuevo, Comas, en el 2017?

1.2.2 Problemas específicos:

¿Cuáles son los niveles de asertividad en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la Institución Educativa Pública “Libertad” No. 597 de Año Nuevo, Comas?

¿Cuáles son los niveles de comunicación en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la Institución Educativa Pública “Libertad” No. 597 de Año Nuevo, Comas?

¿Cuáles son los niveles de autoestima en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la Institución Educativa Pública “Libertad” No. 597 de Año Nuevo, Comas?

¿Cuáles son los niveles de toma de decisiones en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la Institución Educativa Pública “Libertad” No. 597 de Año Nuevo, Comas?

1.3 Objetivos:

Aquí se plantea los objetivos propuestos para esta investigación.

1.3.1 Objetivo general:

Determinar los niveles de habilidades sociales en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la Institución Educativa Pública “Libertad” No. 597 de Año Nuevo, Comas, en el 2017.

1.3.2 Objetivos específicos:

Identificar los niveles de asertividad en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la Institución Educativa Pública “Libertad” No. 597 de Año Nuevo, Comas.

Establecer los niveles de comunicación en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la Institución Educativa Pública “Libertad” No. 597 de Año Nuevo, Comas.

Identificar los niveles de autoestima en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la Institución Educativa Pública “Libertad” No. 597 de Año Nuevo, Comas.

Establecer los niveles de toma de decisiones en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la Institución Educativa Pública “Libertad” No. 597 de Año Nuevo, Comas.

1.4 Justificación e importancia

El trabajo de investigación surge a raíz de las dificultades emocionales y conductuales observadas en la mayoría de los estudiantes del 1er. año de secundaria de la institución educativa, como problemas en la interacción entre los compañeros, dificultad para el manejo de sus emociones, conductas impulsivas, pasivas, con falta de confianza en sí mismos, ansiedad, etc. muchos provenientes de hogares con problemas de violencia familiar, falta de comunicación, padres ausentes y poco afectivos. En consecuencia estas conductas demuestran la falta de capacidad en el desenvolvimiento social importante para el buen desarrollo integral en esta nueva etapa escolar.

Por tal motivo, se hace necesario brindar las herramientas adecuadas en el fortalecimiento de las capacidades emocionales y destrezas sociales a los estudiantes, reforzar ya que inician una nueva experiencia en la secundaria, a la vez elaborar programas de promoción, prevención e intervención para un mejor aprendizaje de las habilidades sociales en los estudiantes, reforzar su desarrollo personal y social, lograr conductas más adaptativas, manejo de sus emociones, conductas asertivas, control de los impulsos y prepararse para el afrontamiento de situaciones difíciles que se presenten en la vida.

Esta investigación aporta algunos conocimientos, en el sentido que se suma a los pocos estudios realizados sobre habilidades sociales en estudiantes, pues es evidente, la falta de destrezas y competencias sociales que existen aún en los adolescentes, por lo que se debe trabajar en las escuelas, proponer capacitaciones y entrenamiento para contribuir al desarrollo psicosocial y escolar del adolescente.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1 Antecedentes

A continuación se detalla las investigaciones internacionales realizadas con respecto a la variable materia de la investigación.

2.1.1 Internacionales

Contini, Coronel, Levin y Hormigo (2010) Tucumán- Argentina, realizaron una tesis denominada “Las habilidades sociales en contextos de pobreza”. Un estudio preliminar con adolescentes de Tucumán, el objetivo del trabajo fue describir las habilidades sociales en adolescentes entre 11 y 12 años, que viven bajo condiciones de pobreza, para ello se hizo un estudio descriptivo-explicativo, los participantes fueron adolescentes escolarizados de nivel de estrato social bajo del Gran San Miguel de Tucumán, según los resultados se establece relación entre la cualidad de las habilidades sociales y el entorno en que vive el adolescente.

Por otro lado, Cabrera (2013), realizó una investigación no experimental, cuyo objetivo fue el estudio del desarrollo de las habilidades sociales de los adolescentes varones de 15 a 18 años. Su metodología fue enfoque mixto con diseño de dos etapas, debido a que este modelo investigativo permitía el conocimiento integral del fenómeno del cual es objeto este estudio. Su muestra fue no probabilística de sujetos tipo. La investigación fue transversal, ya que se recabó la información en un solo momento el cual se elaboraron los resultados. Los instrumentos fueron la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein y el Test de Asertividad de Rathus. El resultado mostró el nivel deficiente de desarrollo en las habilidades y bajo nivel de asertividad.

A su vez, Morales, Benitez y Agustín, México (2013), realizaron una investigación sobre Habilidades para la vida (cognitivas y sociales) en

adolescentes de zona rural- Michoacán- México (2013), en este estudio participaron 96 adolescentes, el 51% hombres y el 49% mujeres, el tipo fue cuantitativa- descriptivo, con diseño pre-experimental.

Los instrumentos utilizados fueron; la Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer (1996); que evalúa competencia personal para manejar situaciones estresantes. Se utilizó una subescala de Afrontamiento del Inventario de cualidades resilientes para adolescentes (ICREA) de Villalobos (2009); y a la vez se evaluaron las habilidades sociales con la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein (1978), los resultados fueron significativos con la implementación del programa de intervención, sobre todo en habilidades sociales básicas y relacionadas con los sentimientos, mostrando asociación entre estas variables.

Seguidamente, Proaño (2016), realizó una tesis sobre Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de octavo, 9no y 10 grado de la unidad educativa Dr. Ricardo Cornejo Rosales. Quito-Ecuador (2016), cuyo objetivo fue determinar la relación entre habilidades sociales y ansiedad en los estudiantes, la población fue 200 estudiantes. Su metodología fue cualicuantitativa, descriptiva-correlacional, se utilizó la técnica psicométrica aplicando el test BAS lo que permitió evaluar las habilidades sociales y la prueba CR-MAS para identificar los niveles de ansiedad.

El resultado de la investigación fue una relación media significativa, lo que se sugiere un Programa de entrenamiento en las habilidades sociales y técnicas que permitirán disminuir los niveles de ansiedad por ende mejorar las habilidades sociales.

Por último, López (2016), Ecuador realizaron una investigación “Las habilidades sociales y su incidencia en el trabajo colaborativo en los niños y niñas de séptimo grado de educación general básica del Centro Escolar Francisco Flor – Gustavo-Eguez (2016), ubicado en Ambato, Ecuador, para esta investigación se utilizó metodología cuantitativa, análisis en las estadísticas, el cual se valoró el porcentaje en que se

encuentran las habilidades sociales en los niños, según los resultados se vio la necesidad de realizar una propuesta de elaborar una guía de estrategias para su desarrollo adecuado en los estudiantes, a la vez se pueda mejorar sus relaciones interpersonales.

Continuando con las investigaciones se detalla algunas realizadas en el país, las cuales han utilizado el instrumento de la presente investigación.

2.1.2 Nacionales

Choque y Chirinos (2009), realizaron una investigación denominado “Eficacia del programa de habilidades para la vida en adolescentes escolares de Huancavelica, Perú”, el objetivo fue determinar la eficacia de un programa educativo de habilidades para la vida en adolescentes escolares de una institución educativa del distrito de Huancavelica, en el año escolar 2006.

El método fue experimental, la muestra de 284 estudiantes, el instrumento utilizado fue la Lista de evaluación de habilidades sociales por el MINSA, las dimensiones fueron la comunicación, autoestima, asertividad, toma de decisiones, sexo y edad. El resultado muestra un incremento significativo en el desarrollo de las habilidades de comunicación y asertividad, no se encontraron diferencias significativas en el desarrollo de toma de decisiones y la autoestima, siendo necesario reorientar su implementación.

Seguidamente, Galarza (2012), realizó una tesis sobre “Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes del Centro Educativo Fe y Alegría 11, comas en 2012. El tipo de investigación es cuantitativo cuyo método es descriptivo correlacional de corte transversal, la población fue de 485 alumnos del nivel, los instrumentos utilizados fueron Cuestionario de Habilidades Sociales y la Escala de Clima Social Familiar. Los resultados demuestran un nivel medio a bajo en las habilidades sociales y las áreas de asertividad, comunicación y toma de decisiones también presentan nivel

medio, con tendencia a bajo, lo que significa que tienen que reforzar estas herramientas que son necesarias en el entorno social.

A la vez, los estudiantes tienen un clima social familiar de medianamente favorable a desfavorable, lo que indica que no tienen buen soporte familiar. Además, se comprueba que, si existe relación significativa entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar, lo cual demuestra que la familia juega un papel importante de apoyo emocional y social.

Asimismo, Paredes (2013) Puno, realizó una tesis sobre “Relación entre habilidades sociales y el rendimiento académico en Adolescentes de la I.E.S San Andrés Atuncolla - Puno 2012”, siendo descriptiva, con diseño correlacional, la población fue de 250 adolescentes y la muestra por 149, los instrumentos utilizados fueron la lista de evaluación de habilidades sociales propuesta por el MINSA y la ficha de registro de rendimiento académico. Los resultados describen que las habilidades sociales menos desarrolladas son la asertividad, autoestima y toma de decisiones; siendo la comunicación la habilidad más desarrollada.

Según los resultados, se concluye que los adolescentes con nivel de habilidades sociales alto evidencian un rendimiento académico bueno; la mayoría de los adolescentes con nivel promedio de habilidades sociales lograron un rendimiento regular y la mitad de los adolescentes con nivel bajo en habilidades sociales tienen un rendimiento académico malo. En conclusión, si existe relación directa entre las dos variables.

Por su parte, Cieza (2013) Lima, realizó una tesis, Nivel de desarrollo de las habilidades sociales en los adolescentes de secundaria de la institución educativa industrial Santiago Antúnez de Mayolo N° 3048 – Independencia. 2013, el objetivo de la investigación fue medir las habilidades sociales en las dimensiones de asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones en los adolescentes del nivel secundario, la metodología fue descriptiva y de corte transversal, la población de 432 entre 12 y 17 años de edad. Se aplicó el test de habilidades sociales propuesto por el MINSA.

Los resultados mostraron un nivel promedio alto (26%) en cuanto a sus habilidades sociales, en asertividad, se tuvo un nivel alto (28.7%); en el área de comunicación nivel promedio bajo (29.1%), siendo este el más resaltante entre todas las áreas; en el área de autoestima obtuvieron un nivel promedio (30.5%); en el área de toma de decisiones nivel promedio (32.4%). Se concluye que por falta de habilidades sociales adoptan conductas violentas, falta de comunicación e inadecuado afronte de situaciones estresantes y toma de decisiones.

Por otro lado, Navarro (2014), realizó una investigación sobre Desarrollo de habilidades sociales y su relación con la edad de los adolescentes de 1ro a 5to de secundaria en la institución educativa coronel Bolognesi, Tacna, Perú. 2013, el objetivo fue determinar la relación entre el desarrollo de habilidades sociales y la edad de los adolescentes, de tipo descriptivo, correlacional y de corte transversal, la muestra fue 310 adolescentes, entre 12 a 17 años, se utilizó como técnica la encuesta y la Lista de evaluación de habilidades sociales del Ministerio de Salud, resultando que existe relación estadística significativa entre el nivel de habilidades sociales y la edad de los adolescentes.

Y por último, Rivera y Zavaleta (2015), realizaron una investigación sobre Habilidades sociales y conductas de riesgo en adolescentes escolarizados en la institución educativa Torres Araujo – Trujillo, 2015, siendo de tipo correlacional y de corte transversal, con el fin de determinar el nivel de habilidades sociales y conductas de riesgo en adolescentes, la muestra fue de 208 adolescentes del 1er al 5to de secundaria. Las pruebas utilizadas fueron la Lista de evaluación de habilidades sociales propuesto por Minsa (2005) y el Cuestionario de conductas de riesgo en adolescentes.

Los resultados obtenidos en la dimensión de asertividad, el 45.2% tiene un promedio alto, en comunicación el 31.7% nivel promedio, en autoestima 37.0% promedio bajo y en la dimensión de toma de decisiones el 30.3% promedio bajo. A la vez se concluye que, en

relación a conductas de riesgo, el 35.1% desarrollan estas conductas y el 64.9% no logran desarrollarlas.

2.2 Bases teóricas:

A continuación, se presenta algunas teorías y enfoques que sustentan el desarrollo y aprendizaje de las habilidades sociales.

2.2.1 Teoría del aprendizaje social de Albert Bandura

El aprendizaje de la conducta, se da desde muy pequeños, por medio de la observación e interacción, pues en la interacción social se aprenden estas habilidades, el autor resalta a la vez, la autoeficiencia, que es la confianza en sus propias habilidades para desempeñar las conductas apropiadamente, pues no todo es externo, sino implica procesos internos de la persona (Bandura 1977) como se citó en Cohen y Coronel (2009).

Es así, que estos principios del aprendizaje social, nos permiten estructurar los comportamientos y el manejo de nuestras habilidades que son base para consolidar la personalidad, y en base a la teoría de Bandura, se puede entender la importancia que tiene desde la infancia el contar con un modelo adecuado de habilidades sociales por parte del entorno más cercano lo que sería el hogar, la familia, la escuela, pues son estos los agentes esenciales en el proceso de desarrollo y que aportan un repertorio de conductas que servirían como referente en el aprendizaje social del niño.

A la vez, sostiene que el reforzamiento autorregulado determina la ejecución y el aumento en la motivación, pues la conducta se manifiesta a partir de la interacción de tres factores el ambiente, el comportamiento y los procesos psicológicos de la persona. Estos aprendizajes implican los procesos como la atención, retención, reproducción y motivación ésta última necesaria, para que la persona realice el comportamiento adquirido. Con ello nos refiere que mediante el reforzamiento se puede

mantener o aumentar las conductas que sean consideradas para el individuo, siendo también importante la motivación que genera la conducta.

También sostiene, que ejercer situaciones intencionadas podemos lograr que se produzcan hechos y ejercer influencia personal, adaptarnos a esta situación y lograr que aumente su probabilidad, todo esto en base a la influencia de nuestras capacidades básicas como:

La capacidad de simbolización: que nos permite pensar nuevas alternativas, procesar la información que se observa por los modelos de interacción.

La capacidad vicaria: refiere que el aprendizaje por medio de la observación, se mejora y adquiere más competencias.

La capacidad de anticipación: que nos permite darnos cuenta o predecir las consecuencias, se puede planificar el comportamiento, a la vez valorar nuestras propias capacidades.

La capacidad autorregulatoria: es la respuesta a las situaciones externas, nos permite dirigir la conducta de acuerdo a nuestros criterios y reaccionar de acuerdo a lo valorado.

La capacidad autorreflexiva: podemos analizar las experiencias, reflexionar y modificar nuestros pensamientos y acciones.

2.2.2 Teoría conductista de Skinner

Esta teoría se basa en los principios del condicionamiento operante, refiere que la conducta está regulada por las consecuencias del entorno en el que se desarrolla el comportamiento, resaltando que se tiene la capacidad de prever y procesar nuestra conducta y la de otros dentro del entorno social y plantear objetivos de aprendizaje que nos favorezcan. El esquema según este modelo es el siguiente: estímulo - respuesta y consecuencia (positiva o negativa), y que si estas consecuencias son positivas tiende a reforzar la conducta, pues las habilidades sociales se adquieren mediante el reforzamiento positivo Skinner (1979), como se citó en Reyna, A. C. H. C. G.

Para este autor, el aprendizaje es un cambio de las probabilidades de respuestas, el cual es producido por el condicionamiento operante, en este condicionamiento una respuesta llega a ser más frecuente, cuando es reforzada en sentido positivo (haciéndose que el estímulo fortalezca una determinada conducta), o si es reforzada en negativo, se eliminaría la conducta.

2.2.3 Modelo psicosocial de Michelson

Este autor concuerda con Bandura, quien refiere que las habilidades sociales se adquieren principalmente, a través del aprendizaje, mediante la imitación, observación, el ensayo y la información. Esto incluye comportamientos verbales y no verbales, específicos y discretos Michelson (1983).

A sí mismo, se adquieren principalmente a través del aprendizaje mediante la observación, la imitación, el ensayo y la información, incluyendo comportamientos verbales y no verbales, específicos y discretos. Dichas habilidades son adquiridas desde la infancia observando conductas de los miembros de la familia, del entorno social, estas conductas pueden ser reforzadas o limitadas de acuerdo a las consecuencias.

Es evidente que la teoría que más refuerza el desarrollo de estas habilidades es el aprendizaje social, pues nos explica la manera de como adquirimos estos comportamientos, ya que observamos, imitamos, procesamos la información y actuamos en la interacción con las personas, pues las herramientas que se adquiere van desarrollando la personalidad y asegura el éxito en el desenvolvimiento social.

2.2.4 La adolescencia

La Organización Mundial de la Salud (1993) define la adolescencia como la etapa que va desde los 10 y 19 años; sin embargo, para el Ministerio de Salud, el adolescente es la persona cuya edad oscila entre

los 12-17 años, dividiendo en 2 etapas, de 12-14 años la adolescencia temprana y de 15-17 años la adolescencia tardía.

Esta etapa, se caracteriza por cambios a nivel físico, emocional y psicológico; por ejemplo la búsqueda de identidad, los valores, la pertinencia que busca el adolescente, el ser aceptado por los grupos de su ámbito social, el luchar por su independencia, etc. sobre todo en la etapa escolar, implicando en su desarrollo social y personal, pues todos estos aprendizajes pasarán a ser parte de su personalidad y sus comportamientos sociales.

Siendo una etapa de muchos cambios se refuerza la necesidad de brindar nuevas estrategias, o planes de intervención para el mejor aprendizaje de nuevas conductas en los estudiantes.

2.2.5 Desarrollo de las habilidades sociales

Se considera al aprendizaje social la teoría más importante en la explicación de cómo se aprenden estas destrezas sociales de acuerdo con estos autores mencionados.

Para Monjas (1992), como se citó en Arellano (2012), este desarrollo distingue cuatro mecanismos de aprendizaje:

1. **El aprendizaje por experiencia**, este aprendizaje se da cuando una persona muestra una conducta en una situación determinada de acuerdo a su maduración y experiencias previas. Por tanto, los niños, en sus interacciones con sus iguales y con adultos, reciben constantes refuerzos o consecuencias aversivas del entorno, y de esta forma van incluyendo un repertorio de habilidades que pondrán en práctica aquellas conductas que son reforzadas positivamente y evitarán realizar las que obtienen consecuencias aversivas (Caballo, 1993).

2. **El aprendizaje por modelado.** De acuerdo con esta teoría del aprendizaje social (Bandura *et al.*, 1977), las conductas se aprenden a través de la observación e imitación de otras personas. Entre estas conductas están las habilidades sociales, por lo que las personas constantemente están expuestas a diferentes modelos.
3. **La instrucción directa,** esta se puede realizar mediante las instrucciones verbales o sistemáticas de los otros se aprende a llevar a cabo determinadas habilidades sociales y a reconocer conductas inadecuadas.
4. **El feedback de otras personas.** La información que los demás expresan sobre nuestras conductas es otro de los factores que influyen en el aprendizaje de nuestras habilidades, pues, las interacciones sociales se manifestarían a través de gestos, expresiones, posturas del cuerpo. Este feedback ayuda a controlar la conducta y a cambiarla de acuerdo al contenido de la información proporcionada por quien hace el feedback, a la vez pueda servir como reforzamiento a las conductas sociales (Monjas *et al.*, 1992).

2.2.6 Características de las habilidades sociales

Según Caballo (2002) y Alberti (1977), como se citó en García (2010).

- Las habilidades serían conductas aprendidas y específicas de la persona, forma parte de la conducta social del individuo
- Según Caballo, estas conductas pueden ser de estilo asertivas, inhibidas o agresivas.
- Este debe contemplarse en el contexto cultural de la persona
- Está basada en la capacidad de la persona para elegir libremente su acción.

2.2.7 Componentes de las habilidades sociales

Caballo (1993) señaló algunos componentes conductuales que habían sido utilizados en trabajos de investigación en años anteriores, y que señala, sirven como fuente de orientación.

- Conductuales

Contacto ocular, latencia de respuesta, sonrisa, gestos, expresión facial, postura, distancia y proximidad, expresión corporal, apariencia, movimientos de piernas, etc.

Paralingüísticos

Voz (volumen, tono, claridad), tiempo del habla, perturbación y fluidez del habla.

Verbales

Preguntas, petición de nuevas conductas, contenido de aprecio, de rechazo, refuerzos verbales, autorrevelación, verbalización positiva, el humor, iniciar la conversación, retroalimentación, expresarse en primera persona.

No verbales

La mirada, latencia de las respuestas, la sonrisa, gestos, expresión facial, la postura (distancia, proximidad), movimientos de manos, pies, expresión corporal, pausas y silencios en la conversación.

Mixtos

Afecto, la conducta positiva y espontánea, tomar la palabra, saber escuchar, etc.

- Componentes Cognitivos

En estos componentes interfieren los pensamientos, creencias, las acciones o conductas, los cuales son influidos por el ambiente situacional que rodea a los individuos, por lo que la persona es un elemento activo que está en continua interacción con el exterior. Pues como percibe y construye sus procesos cognitivos es que van a determinar sus acciones, interpretaciones, a su vez éstas generarían distorsiones cognitivas, creencias erradas, por lo tanto, el esquema mental tendría influencia en la percepción e interpretación de la emisión de la conducta.

- **Componentes fisiológicos**

En estos componentes se evidencia pocos estudios realizados, menciona a la presión sanguínea, tasa cardíaca, el flujo sanguíneo, la respiración.

2.2.8 Algunas habilidades sociales importantes

Las primeras clasificaciones que elaboró Lazarus (1973) como se citó en Caballo (1993), con respecto a las habilidades sociales fueron: aprender a decir no, pedir un favor y hacer peticiones, expresar los sentimientos positivos y negativos, iniciar, mantener y dar por finalizada las conversaciones. De igual manera, esto sirvió de base para que se puedan aportar otras habilidades importantes como:

Hacer cumplidos y aceptarlos

Expresar amor y agrado

Expresar molestias, desagradados o enfado

Iniciar y mantener conversaciones

Defender los propios derechos

Rechazar y hacer peticiones

Expresar opinión y molestias

Disculparse y afrontar críticas

La asertividad

Según Caballo (1993), sostiene que la asertividad, es la capacidad que se tiene para expresar sentimientos, pensamientos de manera adecuada a otras personas, pues la persona asertiva mantiene una conducta de afirmación en sus opiniones y según en la conducta de asertividad las relaciones interpersonales, dependiendo de las situaciones, pueden ser de 3 estilos:

El estilo inhibido: Este se refiere a que la persona no expresa sus pensamientos, sentimientos y opiniones y si lo hace es con falta de confianza e inseguridad. Estos son pasivos, sumisos, conformistas.

El estilo asertivo: Esta persona si puede expresar sus pensamientos, sus sentimientos, sus necesidades y opina con mayor seguridad, pues se tiene confianza, respeta sus derechos y de los demás.

El estilo agresivo: Esta persona expresa sus sentimientos, opiniones, etc. sin importarle el de los demás, puede ser autoritario, dominante y expresarse inapropiadamente frente a la situación. Este estilo agresivo puede generar conflictos en las relaciones sociales.

Sin embargo, en la actualidad se sigue observando en los centros escolares, la falta conductas asertivas, adolescentes que no defienden sus ideas por temor a ser rechazados, por tratar de pertenecer a los grupos que se forman dentro de las escuelas, conductas pasivas o agresivas, la falta de asertividad en sus acciones, esto indicaría que todavía se tiene que trabajar para que los estudiantes desarrollen mejores capacidades conductuales, emocionales, pues estas destrezas ayudarán a un buen ajuste psicológico y emocional.

2.2.9 Habilidades sociales en el contexto escolar:

Valles A. y Valles T. (1996), como se citó en Ortega (2012)., consideran la importancia de las habilidades sociales dentro del ambiente educativo ya que se observan comportamientos poco asertivos

al momento que interactúan los niños, problemas de conducta, lo que sería una dificultad en el proceso de aprendizaje y altos niveles de agresividad y conflictos dentro del ambiente escolar.

En la etapa escolar sobre todo en la adolescencia se evidencia déficit de las habilidades sociales, se observa conducta hostil, agresiva y pasiva que muestran algunos estudiantes, esto nos indica la importancia de poder afianzar y desarrollar las habilidades sociales, pues están propensos a adquirir conductas de riesgo como la delincuencia, drogadicción, el acoso escolar, violencia física, etc.

Siendo así, las habilidades sociales son adquiridas en la infancia y estas se consideran como un elemento que predispone un buen ajuste psicológico, social y escolar (Valles *et. al.*, 1996).

Para el Minsa (2005) “La escuela es el espacio más idóneo para aplicar programas de enseñanza aprendizaje de las habilidades sociales. Sin embargo, la tarea de promover las competencias sociales en la infancia y la adolescencia, es un proceso lento y complejo”. Por lo tanto, el contexto escolar es un importante agente socializador del desarrollo del niño, ellos pasan buen tiempo de sus vidas en este ambiente, es ahí donde reflejan sus aprendizajes recibidos de su entorno familiar y social.

Por esta razón, es relevante la detección temprana de estas deficiencias, mejor aún desde las edades más tempranas, a la vez detectar conductas depresivas en niños, la ansiedad, algún desajuste emocional, para ello la promoción, prevención, propuestas de intervención y estrategias, juegan un papel indispensable y necesario para establecer habilidades más asertivas y adecuadas en los niños o adolescentes.

Asimismo, lograr que los adolescentes escolares, mejoren sus interacción con sus iguales, que logren adaptarse apropiadamente, que muestren conductas más asertivas, que expresen adecuadamente sus deseos, sus sentimientos, pensamientos, a la vez desarrollen la

capacidad de la inteligencia emocional, esto haría resaltar una autoestima adecuada, tener una adecuada toma de decisiones y proyectos de vida, etc., por consiguiente, con el manejo de todas estas habilidades se puedan disminuir las conductas agresivas, el acoso escolar, problemas emocionales, psicosociales, evitar conductas de riesgo, embarazos precoces, delincuencia y otros.

En consecuencia y resaltando el ambiente escolar, la gran importancia que tiene en la vida del niño o adolescente, ya que influye determinantemente en el desarrollo emocional, conductual y social, sobre todo porque afecta la relaciones con la familia, los amigos, el ambiente exterior. Resaltando sobre todo que servirá de base para afrontar los desafíos y situaciones difíciles en la vida.

2.2.10 Déficit de las habilidades sociales en adolescentes:

De acuerdo a lo definido sobre el desarrollo de estas capacidades en los adolescentes, lo que más resalta sobre todo en los estudiantes adolescentes es la falta de asertividad, el manejar sus emociones adecuadamente, el control de los impulsos, la baja autoestima, etc. Problemas que estaría repercutiendo en problemas de ansiedad y depresión en los adolescentes.

Según las investigaciones realizadas últimamente se estaría dando más importancia al aprendizaje de las habilidades sociales entorno escolar, ya que vemos niños con menos competencias o destrezas, que se les dificulta relacionarse con sus iguales, les cuesta mantener una conducta asertiva, también el rendimiento académico tiene mucho que ver con estas limitaciones, siendo una desventaja para su buen desempeño dentro del ambiente escolar.

En las últimas investigaciones muestran que los déficits en las habilidades sociales podrían elevar la ocurrencia de trastornos psicopatológico desde edades muy tempranas como la infancia o adolescencia.

2.2.11 Familia y habilidades sociales

Desde la teoría del aprendizaje social, se entiende que, a través de la observación, modelado y feedback, los niños empiezan a descubrir los comportamientos sociales más apropiados, Bandura (1977) como se citó Cohen y Coronel (2009)., y a la vez que los padres o personas significativas con las que interactúan, juega un papel muy importante, el modelo y la relación también con sus iguales tiene una fuerte influencia en la socialización del niño.

Asimismo, la familia juega un papel muy importante en este proceso de enseñanza, es dentro del hogar donde el niño adquiere y observa sus primeras manifestaciones de conductas, el aprendizaje de estas habilidades se da interactuando con los miembros de la familia, las personas que están al cuidado del niño, es de ellos de quien aprenderán las normas, los hábitos y reglas, a la vez aprenderán a desenvolverse y tener su repertorio de habilidades que ayudarán a su adaptación y desenvolvimientos personal y social, que conjuntamente con la escuela contribuirán en el desarrollo de su personalidad.

Por consiguiente, como define Caballo (1993), la evolución de las habilidades no evoluciona espontáneamente, sino se da y se desarrolla con la interrelación con los demás, por lo que estas podrían ser entrenadas o adiestradas para mejorar la competencia social.

Para estos autores el aprendizaje y desarrollo de las habilidades sociales o cognitivas, no depende solamente de los padres, sino de la relación con sus iguales, que sería una importante fuente de reforzamiento social sobre todo en la adolescencia, la moda, los estilos, las costumbres, etc. hacen que estas conductas se refuercen o desaparezcan, a la vez generar dificultades en el proceso cognitivo y afectivo, siendo la adolescencia la etapa donde la depresión y ansiedad dificultan estas capacidades. Para estos autores el aprendizaje social de Bandura es la teoría mejor explicada.

2.2.12 Entrenamiento de las habilidades sociales

Con el objeto de mejorar las habilidades sociales se sugiere cuatro elementos como base:

Entrenamiento de habilidades: Que consiste en la enseñanza y práctica de las conductas asertivas, con el fin de que sean aprendidas e incorporadas al conjunto de conductas del practicante.

Reducción de la ansiedad: Se intenta reducir la ansiedad ante situaciones estresantes.

Reestructuración cognitiva: Con la reestructuración se busca modificar las creencias de los sujetos, y que puedan adquirirse nuevas conductas para dar una mejor respuesta en base a nuevas creencias y actitudes.

Entrenamiento en solución de problemas: Esto “Permite al paciente percibir correctamente los valores de todos los problemas situacionales relevantes”, siendo la base para definir el tipo de respuesta y la manera más adecuada de actuar, Caballo (1989), como se citó en Caballo (1993).

El entrenamiento de las habilidades sociales, es una técnica que poco a poco se está estableciendo en nuestra sociedad, aún existen muy pocos estudios en el contexto escolar, pues ante la detección y diagnóstico de muchos trastornos psicológicos y problemas emocionales como la depresión, ansiedad social, violencia escolar, familiar, problemas de conducta, etc. esto se hace relevante aplicarlo, ya que según las investigaciones se comprueba la mejoría de estas capacidades en los adolescentes.

La aplicación del entrenamiento, les permitirá desarrollar y reforzar estas habilidades, adquirir otras, que van a ser expuestas en la interacción social, van a ayudar a enfrentar los desafíos de la vida, de una manera adecuada, al desenvolverse más asertivamente, sin temores, y con más seguridad en sus capacidades.

2.2.13 Dimensiones de las habilidades sociales

La comunicación

MINSA (2005) una buena comunicación, es el resultado de poseer conductas adecuadas, de habilidades aprendidas, puede ser verbal y no verbal, en donde se puede expresar los pensamientos, ideas, actitudes y emociones. La comunicación es fundamental en la vida social, desde el momento del nacimiento hasta la muerte, las personas establecerán e intercambiarán las ideas, sentimiento, emociones, es una actividad que se relaciona entre dos o más personas. Las habilidades resaltantes en el proceso de la comunicación:

La habilidad de escuchar es básica en el proceso de la comunicación, al utilizarla se tendrá en cuenta que cuando el emisor envía un mensaje el receptor escucha con un esfuerzo físico y mental, permitiendo que el emisor comprenda el emisor y que éste fuese comprendido.

Otras habilidades como utilizar mensajes claros y precisos, utilizar estilos asertivos para comunicarse.

La asertividad

La asertividad, es la conducta que permite a un individuo actuar de una manera apropiada frente a las situaciones que se le presenta, para ello respeta los derechos de las personas y de sí misma, sabe expresar adecuadamente sus emociones y mantiene buenas relaciones interpersonales.

Autoestima

La autoestima es el sentimiento del valor a nuestra persona, de nuestra manera de ser, de quienes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad. Es el valor que se tiene de sí mismo. "Si la evaluación que hacen de sí mismo lo llevan a aceptarse, aprobarse y a un

sentimiento de valor propio, tienen una autoestima elevada; si se ven de manera negativa, su autoestima es baja” según MINSA (2005).

Asimismo, un buen nivel de autoestima le permite a la persona quererse, valorarse, respetarse, lo que se construye, dependiendo del ambiente familiar, social y educativo en que se desenvuelva el adolescente.

El autoconcepto: implica un proceso en que se reflexiona sobre las propias cualidades y características de la persona, el querernos y conocernos a nosotros mismos, pues se permite reconocer las cualidades y dificultades.

Toma de decisiones:

Según el MINSA (2005), en la adolescencia las decisiones y las relaciones que se adopten influirán en la salud y el desarrollo físico psicosocial de los adolescentes y esto les afectará durante toda su vida, por tal razón las dimensiones que considera dentro de las habilidades sociales, son la asertividad, autoestima, comunicación y toma de decisiones, por ello promueve la salud psicosocial positiva en la etapa del adolescente.

La toma de decisiones, es un paso importante para la ejecución de nuestras acciones, nuestras actitudes, forma parte de nuestra personalidad, ya que constantemente estamos decidiendo de cual es mejor o no para nuestro bienestar personal y social.

Por consiguiente, viene a ser un proceso que vivimos en cada momento de nuestra vida, a veces poco perceptible, otras veces es un proceso difícil, pues, con frecuencia las decisiones que se toman y ejecutan es sin haberse analizado con detenimiento el problema y las diversas posibilidades de solución, esto generalmente es característica de los estudiantes adolescentes.

- **Proyecto de vida en la etapa escolar:**

“El proyecto de vida es tomar la decisión del camino que debemos seguir para lograr las metas que nos proponemos y vivir como lo proyectemos, basados en nuestra realidad”, para ello, es necesario elaborar:

- 1° **Diagnóstico personal:** el FODA que consiste en reconocer las características positivas que representan las fortalezas que se tiene la persona. También en el FODA se observan las características negativas y las debilidades de la persona, además de las condiciones desfavorables que se muestran en su entorno.
2. **visión personal:** proyectarse y verse en un futuro
3. **Misión personal:** es el camino que se debe seguir para cumplir las metas.

En relación a esto, en la vida del estudiante adolescente, surge la necesidad de lograr una identidad, sentirse seguro, contar con el apoyo de la familia, ser aceptado por el entorno más cercano, pertenecer a un grupo, para ello tener en la mira proyectos que a futuro le sirvan en la realización como persona y como profesional, pero en muchos casos se evidencia la falta de metas, objetivos o aspiraciones por parte de los adolescentes, esto podría tener influencia por la falta de habilidades sociales, por las dificultades que demuestran en las relaciones interpersonales, la inseguridad, la falta de confianza en sí mismos, conductas inhibidas o pasivas que limitan el buen desarrollo y desenvolvimiento de las habilidades.

Por último, el apoyo dentro del hogar, por parte de los padres, la familia, en la escuela, los docentes o tutores es relevante en la etapa escolar de los adolescentes que llegan a la escuela con pensamientos, ideas, creencias, conductas que han adquirido en su ambiente familiar y

social, y que si estas no son reforzadas positivamente se verían en dificultad.

2.3 Definición conceptual

2.3.1 Habilidad:

La habilidad es una competencia social en un concepto amplio que incluye el de habilidades sociales y el de comportamiento adaptativo, Caballo (1993).

2.3.2 Habilidades sociales:

Según Caballo (1986), como se citó en Caballo (1993), define a las habilidades sociales como el “Conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa sus sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que, generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas”. Se entiende, pues, que las personas que muestran buena habilidad social, son las que expresan conducta apropiada, en el entorno social y que puede expresar fácilmente sus opiniones, sus pensamientos, actitudes apropiadas, resolver sus problemas, buen control de sus emociones y una acertada toma de decisiones.

Monjas (2004) como se citó en Cohen y Coronel (2009)., sostiene que las habilidades sociales se refiere a comportamientos, conductas o destrezas que son requeridas para ejecutar adecuadamente una tarea interpersonal, que se adquiere y aprende a través de la experiencia con otras personas, y no se refieren a rasgos de personalidad. Según esta autora, las habilidades se demuestran y se adquiere en un entorno externo y que son aprendidas a través de la experiencia con los demás.

Por su parte, Kelly (1982), como se citó en García (2010), sostiene que es “Un conjunto de conductas identificables, aprendidas, que

emplean los individuos en las situaciones interpersonales para obtener o mantener el reforzamiento de su ambiente”, afirma que para relacionarnos socialmente intervienen procesos como el aprendizaje de conductas y que es la manera objetiva de relacionarnos socialmente para que sean reforzadas por el ambiente. En ese sentido, las habilidades sociales, son las destrezas que se requieren para relacionarnos adecuadamente.

Para el MINSA (2005), contar con buenas habilidades sociales, es cuando la persona es capaz de ejecutar una conducta de intercambio con consecuencias favorables. Para ello se entiende que habilidad es la competencia, capacidad o destreza en la persona. Por otro lado, la OPS, OMS las llaman “habilidades para la vida”, las cuales se consideran como:

- 1) habilidades sociales e interpersonales (incluye comunicación, habilidades de rechazo, agresividad y empatía)
- 2) habilidades cognitivas (incluye la toma de decisiones, el pensamiento crítico y la auto evaluación)
- 3) habilidades para manejar emociones (incluye el estrés y aumento interno de un centro de control).

Por consiguiente, desde la promoción de la salud, las habilidades sociales favorecen a que los estudiantes adquieran las competencias esenciales para un mejor desarrollo, un mejor manejo de emociones, saludable transición hacia la madurez y logren también enfrentar de manera adecuada los retos de la vida, a la vez mejorar los estilos de vida, previniendo las conductas de riesgo como el consumo de alcohol, drogas, conductas violentas embarazos, entre otras).

Por lo tanto, se podría resumir que siguiendo estos enfoques, el aprendizaje de las habilidades, se da en el contexto social en donde se desenvuelven los niños, estas conductas que aprenden observando o imitando se reflejan en el comportamiento que adoptan los niños o adolescentes, por lo tanto es importante considerar el entrenamiento de

las capacidades emocionales y sociales, pues la escuela es un agente socializador importante en la etapa escolar.

2.3.3 Institución educativa

“La Institución Educativa, como comunidad de aprendizaje, es la primera y principal instancia de gestión del sistema educativo descentralizado”, puede ser pública o privada, siendo su finalidad el logro de los aprendizajes y la formación integral de los estudiantes. Según el ámbito físico y social, establece los vínculos con los organismos poniendo a disposición sus instalaciones para el desarrollo de sus actividades extracurriculares y comunitarias. Según el Minedu (2015).

2.3.4 Nivel secundario

Según el sistema educativo peruano, el nivel de educación secundaria, ofrece a los estudiantes una formación científica, humanista y técnica, a la vez, está orientada al desarrollo de las habilidades y competencias que permitan al educando acceder a los conocimientos humanísticos, científicos y tecnológicos, formándolos para enfrentar la vida y prepararlos para el trabajo, acceder a otros niveles superiores de estudio, teniendo en cuenta sus necesidades.

2.3.5 Estudiantes de secundaria

El estudiante es el centro del proceso y del sistema educativo, este debe tener un buen trato y adecuada orientación de sus profesores para un buen desarrollo integral, debe asumir con responsabilidad su aprendizaje, ser tolerante, solidario y practicar el diálogo y la convivencia con sus compañeros, profesores y la comunidad, a la vez pertenecer a grupos estudiantiles y ejercer sus derechos en la institución.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño utilizado

3.1.1 Tipo y enfoque:

La investigación es aplicada, ya que se tienen los conocimientos previos, a su vez su enfoque es cuantitativo, pues se intenta medir la variable estudiada (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

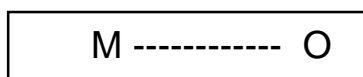
3.1.2 Nivel

El nivel de la investigación es descriptivo, por lo que estos estudios deben especificar las propiedades, las características y perfiles de las personas, grupos, objetos u otro fenómeno a analizar. (Hernández *et al.*, 2014).

3.1.3 Diseño de la investigación

El diseño de la investigación es no experimental de corte transversal, para lo cual no necesita manipular la variable, y se tomaron en un solo momento indicado.

El diagrama del diseño se muestra de esta manera:



En donde:

O = Habilidades sociales

M = Muestra

3.2 Población y muestra

3.2.1 Población:

La población está conformada por 310 estudiantes aprox. entre varones y mujeres, los que corresponden del 1ero. y 5to. año del nivel secundario de la Institución Educativa Pública “Libertad” ubicado en el centro poblado Año Nuevo en Comas.

3.2.2 Muestra:

La muestra de 61 estudiantes, fue seleccionada por muestreo no probabilístico de forma intencionada, teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión (Hernández *et al.*, 2014), para lo cual se consideró entre varones y mujeres, desde los 11 a 14 años, que cursan el 1er. año de secundaria.

Tabla 1.

Distribución de estudiantes del 1er. año de secundaria

Estudiantes	Aulas	mujeres	varones	Total
61	A	13	14	27
	B	9	11	20
	C	5	9	14

Adaptación de Secretaria

Criterio de inclusión:

- Se considera a los estudiantes del 1er. año de secundaria de las aulas A, B, y C, varones y mujeres.
- Estudiantes de 11 hasta 14 años de edad
- Estudiantes que están matriculados en la institución educativa.
- Estudiantes que se encuentren presentes al momento de la aplicación de la prueba.
- Estudiantes dispuestos a participar de la investigación.

Criterio de exclusión:

- Estudiantes del 2do. al 5to. año de secundaria
- Los que no se encuentren matriculados en la institución educativa
- Estudiantes que no asisten el día de la evaluación
- Estudiantes desde los 15 años a más, entre varones y mujeres.

3.3 Identificación de la variable y su operacionalización**3.3.1**Tabla 2. *Operacionalización de la Variable habilidades sociales*

VARIABLE	DEFINICION TEORICA	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS
Habilidades Sociales	Caballo (1986) Las habilidades sociales es el conjunto de conductas emitidas por un individuo dentro de un contexto interpersonal, donde expresa sus pensamientos y deseos, de un modo adecuado, respetando las conductas de los demás, minimizando problemas futuros.	Asertividad	Conducta pasiva Conducta agresiva Conducta asertiva	1 - 12
		Comunicación	Escucha activa Estilos de comunicación	13 - 21
		Autoestima	El autoconcepto	22 - 33
		Toma de Decisiones	Acertada toma de decisiones. Proyecto de vida	34 - 42

Fuente: adaptado de Instrumento Lista de habilidades sociales MINSA

3.4 Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico:

3.4.1 Técnicas de investigación:

La técnica de recolección de la información fue directa, para ello se aplicó la prueba, obteniendo los datos, a la vez se realizó la observación de la muestra investigada. (Hernández, *et al.* 2014).

3.4.2 Instrumento de recolección de la información:

Para este trabajo se utilizó la Lista de evaluación de habilidades sociales, propuesto por el Ministerio de Salud, y validado por el Instituto de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi, este instrumento evalúa las dimensiones de asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones, mediante la escala tipo Likert de 42 preguntas, siendo 12 ítems para medir asertividad, 9 ítems sobre la comunicación, 12 ítems sobre autoestima y 9 para toma de decisiones. Además cada ítem contiene cinco alternativas, las cuales están en sentido positivo y negativo. Los puntajes son mínimo y máximo.

Los ítems en sentido positivos son: 1, 2, 4, 8, 11, 13, 16, 19, 23, 26, 29, 33, 35, 37, 40.

Los ítems en sentido negativos son: 3, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 14, 15, 17, 18, 20, 21, 22, 24, 25, 27, 28, 30, 31, 32, 34, 36, 38, 39, 41, 42.

Estas dimensiones son consideradas en el Programa de salud preventiva promocional en los adolescentes que se trabaja actualmente por el ministerio de salud.

3.4.3 Confiabilidad y Validación del instrumento:

El Instrumento fue elaborado, adaptado y validado por el Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi en 2005, a través de la Dirección Ejecutiva de Investigación, Docencia y Atención Especializada de Salud Colectiva, para ser trabajado por el Ministerio de Salud en los centros escolares del país, aprobado por Resolución Ministerial N° 107-2005/MINSA.

La confiabilidad del instrumento, fue a través de la técnica de Alpha de Cronbach 0.7-, con una muestra de 1067 adolescentes escolares de 4 instituciones educativas de lima realizada en el 2002.

Para esta investigación, se ha calculado el nivel de confiabilidad de consistencia interna, a través del alfa de cronbach con un resultado de 0.80.

FICHA TECNICA

Nombre del instrumento	: Lista de evaluación de habilidades sociales
Autor	: Ministerio de salud 2005 Elaborado por el Instituto de Salud Mental “Honorio Delgado-Hideyo Noguchi” 2005
Edad	: de 12 hasta 17 años de edad.
Tiempo de aplicación	: 20-30 min.
Administración	: Individual o colectiva
Contiene	: 42 ítems 12 enunciados sobre a asertividad 9 enunciados sobre comunicación 12 enunciados sobre autoestima 9 enunciados para toma de decisiones

El Manual que promueve el Ministerio de Salud, viene siendo utilizado en la actualidad para ser trabajados con los estudiantes, denominado habilidades para la vida en la etapa del adolescente, éste contiene los siguientes módulos: Comunicación, Autoestima, Control de Ira, Valores, Toma de decisiones.

CAPÍTULO IV

PROCESAMIENTO, PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

4.1 Procesamiento de los resultados

De acuerdo a la aplicación del instrumento Lista de Evaluación de Habilidades Sociales, los datos obtenidos fueron procesados en el programa Excel 2010, para ello se elaboró una base de datos en donde se ingresaron las respuestas de cada estudiante, y se generó la tabla de frecuencia y porcentajes de las variables estudiadas.

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

4.2 Presentación de los resultados

Se presenta la tabla estadística donde se determinará los valores siguientes:

Tabla 3

Cálculo de la media, mínimo y máximo del total

Estadísticos		
Total de factores		
N	Valido	61
	Perdidos	0
Media		147
Mínimo		122
Máximo		184

Se puede observar que el nivel promedio es 147, lo que significa que una tendencia positiva, con un mínimo de 122 que significa valor bajo y un valor máximo de 184, lo que significa que es altamente positivo su desarrollo en las habilidades sociales.

El objetivo general de esta investigación, es determinar los niveles de habilidades sociales en los estudiantes. En la tabla siguiente aparecerán los resultados generales.

Tabla 4

Frecuencias de las habilidades sociales del total

Nivel	Frecuencia	%
Muy bajo (0-88)	0	0%
Bajo (88-126)	3	5%
Prom. bajo (127-141)	17	28%
Promedio (142-151)	16	26%
Prom. alto (152-161)	14	23%
Alto (162-173)	7	11%
Muy alto (174 a más)	4	7%

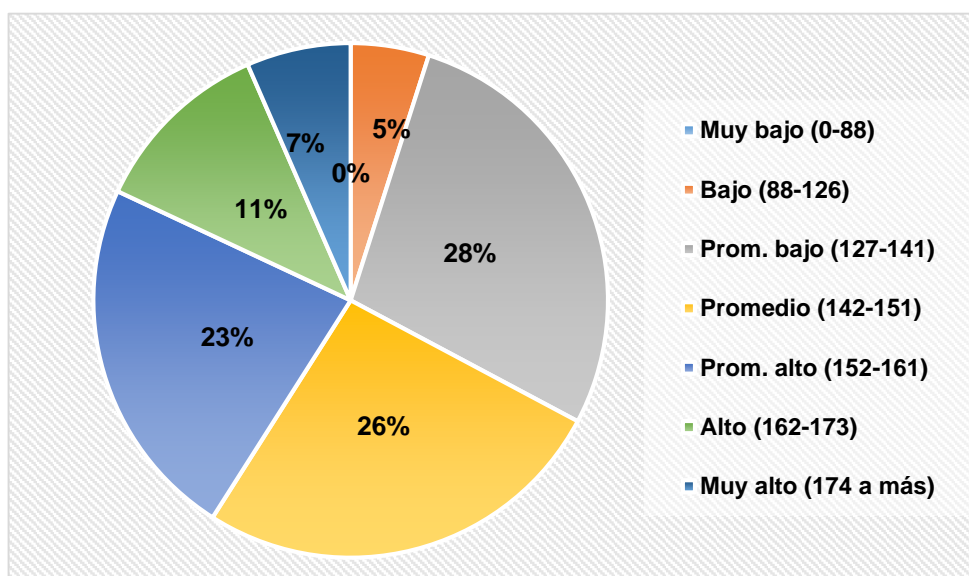


Figura 1. Distribución porcentual de los niveles de las habilidades sociales en estudiantes del 1er. año de secundaria

En la figura 1, se observa que el 5% y el 28% muestran niveles bajos, lo que significa que no poseen adecuadas habilidades, el 26% muestra promedio bajo, el 23% muestra promedio alto, el 11% y 7% representan niveles altos.

De acuerdo al primer objetivo específico planteado, se mostrará las habilidades sociales en las dimensiones siguientes:

Tabla 5

Frecuencia de Asertividad de los estudiantes del 1er. año de secundaria

NIVEL	Frecuencia	%
Muy Bajo (0-20)	0	0%
Bajo (20-32)	3	5%
Promedio bajo (33-38)	11	18%
Promedio (39-41)	15	25%
Promedio alto (42-44)	17	28%
Alto (45-49)	11	18%
Muy alto (50 a más)	4	6%

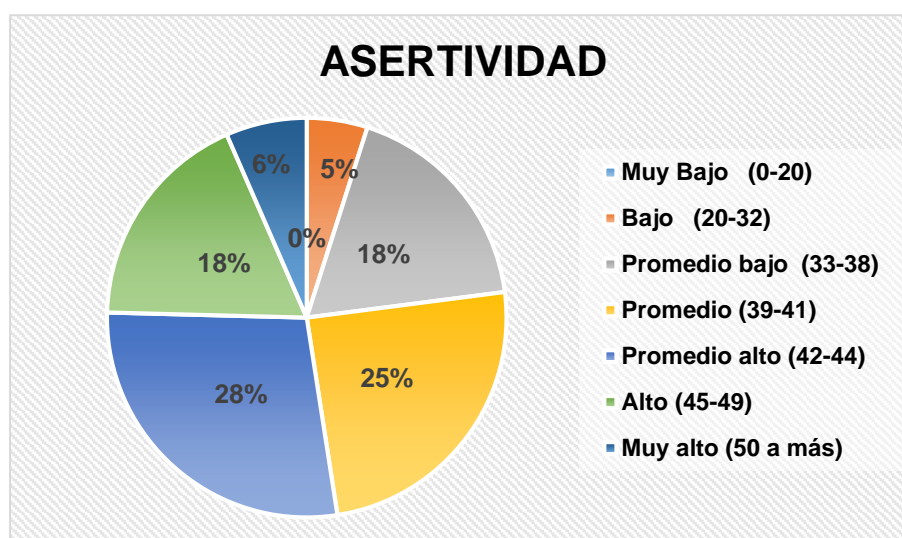


Figura 2. Distribución porcentual de asertividad en los estudiantes del 1er. Año de secundaria

En la figura 2, se observa que el 28% se ubica en promedio alto, el 25% obtiene nivel promedio, el 18% presentan niveles bajos, a la vez 18% están en nivel alto, 6% presentan niveles muy altos y por último el 5% se ubica en el nivel bajo.

Tabla 6

Frecuencia de Comunicación en los estudiantes del 1er. año de secundaria

NIVEL	Frecuencia	%
Muy Bajo (0-19)	0	0%
Bajo (19-24)	6	10%
Promedio bajo (25-29)	15	25%
Promedio (30-32)	18	29%
Promedio alto (33-35)	14	23%
Alto (36-39)	5	8%
Muy alto (40 a más)	3	5%

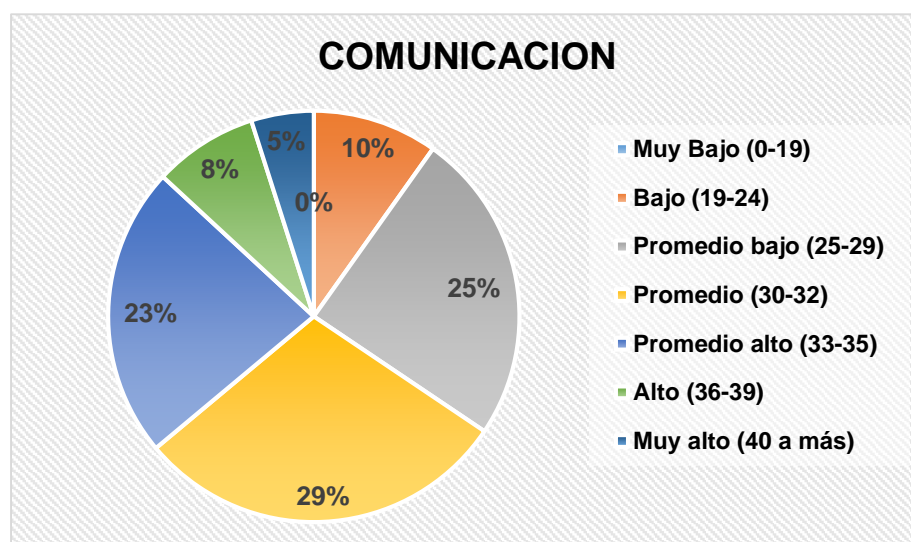


Figura 3. Distribución porcentual de comunicación en los estudiantes del 1er. año de secundaria.

En la figura 3, se observa que el 29% muestra nivel promedio, 25% obtuvieron promedio bajo, 23% muestra un promedio alto, el 10% obtiene nivel bajo, el 8% se ubica en promedio alto y por último el 5% muestra niveles muy altos.

Tabla 7.

Frecuencia de Autoestima en los estudiantes del 1er. año de secundaria.

NIVEL	Frecuencia	%
Muy Bajo (0-21)	0	0%
Bajo (21-34)	0	0%
Prom.bajo (35-41)	12	20%
Promedio (42-46)	24	39%
Prom.Alto (47-50)	13	21%
Alto (51-54)	9	15%
Muy Alto (55 a más)	3	5%

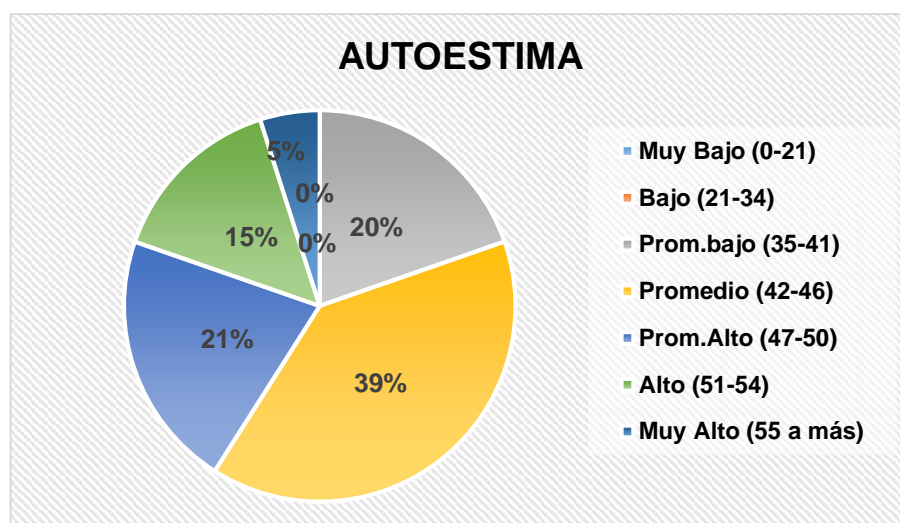


Figura 4. Distribución porcentual de autoestima en los estudiantes del 1er. Año de secundaria

En la figura 4, podemos apreciar que el 39% de estudiantes han obtenido un nivel promedio, el 21% se ubica promedio alto, el 20% se ubican en promedio bajo, el 15% nivel alto y por último el 5% obtiene un nivel muy alto.

Tabla 8

Frecuencia de toma de decisiones en los estudiantes del 1er. año de secundaria.

NIVEL	Frecuencia	%
Muy Bajo (0-16)	0	0%
Bajo (16-24)	4	6%
Prom.bajo (25-29)	24	39%
Promedio (30-33)	19	31%
Prom.Alto (34-36)	9	15%
Alto (37-40)	4	7%
Muy Alto (41 a más)	1	2%

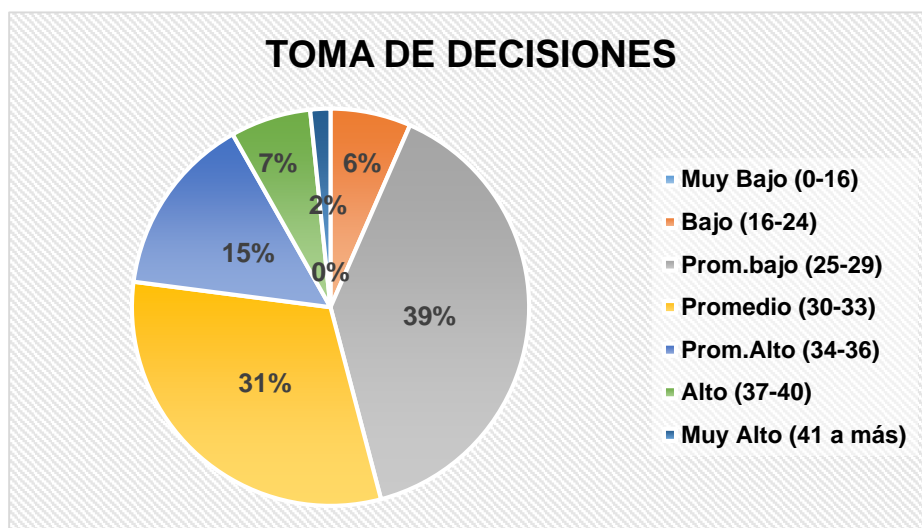


Figura 5. Distribución porcentual de toma de decisiones de los Estudiantes del 1er. Año de secundaria.

En la figura 5, se observa que el 39% muestra niveles promedio bajo, el 31% se ubica en el nivel promedio, el 15% promedio alto, el 7% muestra nivel alto y por último el 2% muestra un nivel muy alto. Siendo esta dimensión con mayor dificultad en los estudiantes.

4.3 **Análisis y discusión de resultados**

De acuerdo a los resultados obtenidos del nivel total de habilidades sociales en los estudiantes (niveles de asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones) el **5% y 28%**, muestran niveles bajos en habilidades sociales, lo que indica dificultades y déficit en estas capacidades conductuales y emocionales, este resultado es significativo para implementar un plan de intervención a fin de mejorar las habilidades, a su vez el 26% muestra nivel promedio, lo que indica que mantiene habilidades que puedan mejorarse, a su vez, entre el 23%, 11% y 7%, muestran niveles altos, lo que significa que mantienen adecuadas habilidades y desenvolvimiento social.

Con relación a esto, los que obtuvieron niveles altos en habilidades sociales, como sostiene Caballo, podrán expresar fácilmente sus opiniones y resolver sus problemas con buen control emocional y mejor toma de decisiones.

Los resultados bajos demuestran que existen dificultades en las habilidades sociales de los estudiantes, al igual en la investigación de Galarza (2012), sobre “Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes del Centro Educativo Fe y Alegría 11, comas en 2012, obtiene resultados bajos en cuanto a niveles de comunicación, asertividad y toma de decisiones, lo que reflejaría condiciones similares a la población del sector de Comas.

Al respecto, Paredes C. (2012) Puno, el cual realizara una tesis sobre “Relación entre habilidades sociales y el rendimiento académico en Adolescentes de la I.E.S San Andrés Atuncolla - Puno 2012”, concluyó que, si existe relación entre las habilidades sociales y el rendimiento escolar, indicando la importancia en desarrollar las habilidades sociales en los estudiantes, para ello la motivación sería también un indicador importante en la realización de las conductas.

Asimismo, la asertividad en los estudiantes, muestran niveles bajos entre 5% y 18%, se tiene que potenciar a fin de que mejoren esta

capacidad, a su vez, el 25% muestra nivel promedio, pudiendo también incrementar sus habilidades, también se observa que existen altos niveles como el 25% y 18% de los estudiantes, siendo muy adecuado en esta etapa de adolescente.

En el área de la comunicación, los estudiantes muestran nivel promedio de 29%, y entre 10% y 25% aún se evidencian dificultades en la comunicación, estas cifras son significativas, el cual se tiene que mejorar, sobre todo en los hogares. Para ello se toma como referencia también en el trabajo de investigación, realizado por Cieza (2013) en adolescentes de Independencia, donde aplicó el mismo instrumento evidenciando promedio bajo en esta dimensión.

Por último, la toma de decisiones, presenta significativas deficiencias en los adolescentes, pues indicaría dificultad para resolver sus problemas en cuanto a la falta de decisión y determinación en los estudiantes, siendo un 39 y 6% de niveles bajos, que demuestran déficit en esta capacidad. Con relación, a esta dimensión, Rivera N. y Zavaleta G. (2015), quienes realizaron una investigación sobre Habilidades sociales y conductas de riesgo en adolescentes escolarizados en la institución educativa Torres Araujo – Trujillo, 2015, concluyeron la falta de toma de decisiones en su muestra investigada.

De acuerdo a los resultados, se enfatiza el apoyo que deben tener por parte de la familia, mejorar la comunicación, la asertividad, con ello se mejore la toma de decisiones, pues la familia, es un importante agente socializador en la vida del adolescente, pues en el trabajo realizado por Galarza (2012) se concluye que existe relación entre el clima familiar y las habilidades sociales en los adolescentes.

4.4 Conclusiones

- En los resultados obtenidos del total de habilidades sociales de la muestra, existe un porcentaje significativo en los **niveles bajos** representados por el **5 y 28%** siendo necesario establecer estrategias para mejorar estas capacidades y deficiencias en los estudiantes, a la vez se muestra un 26% en el nivel promedio, lo que significa una tendencia a que puedan mejorarse estas habilidades, en tanto el 23% se ubica promedio alto y el 11% y 7% se ubica en nivel alto y muy alto, lo que se demuestra que mantiene conductas adecuadas en su desenvolvimiento social.
- Con respecto al área de asertividad, se concluye que el 25% muestra nivel promedio, lo que indica una tendencia a que mejoren la capacidad, a la vez, el 5% y 18% presenta niveles bajos, evidenciando un déficit y que no cuentan con las habilidades adecuadas en su desenvolvimiento, este resultado también puede ser reforzado y mejorar esta capacidad. En tanto un 28% se ubica en promedio alto, a su vez el 18 y 6% niveles muy alto, esto indica que tienen las habilidades adecuadas para su desempeño emocional y social.
- En cuanto a la comunicación, se evidencian porcentajes significativo de 25 y 10% de niveles bajos, lo que indica que existen dificultades en cuanto a la falta comunicación dentro del hogar y la escuela, lo que se tiene que mejorar y fortalecer. Con respecto al nivel promedio figura un 29%, el 23, 8 y 5% muestran niveles altos, lo que es muy positivo y beneficioso en la muestra de estudiantes.
- En el área de autoestima, si se puede observar que el nivel promedio cuenta con 39%, un resultado importante, a la vez los niveles altos muestran 21% promedio alto y 15 y 5% muy altos lo que nos indica que tienen capacidad de valorarse y conocerse adecuadamente. Por el contrario el 20% de los estudiantes, muestra nivel bajo, presentando dificultades en esta área, para ello se tiene trabajar en el fortalecimiento y mejoras de su capacidad de valoración personal, etc. y que puedan desarrollarse adecuadamente.

- Por otro lado en el área de la toma de decisiones, se puede apreciar que existen dificultades significativas en los estudiantes, esto es representado por el 39% y 6% que se ubican en niveles bajos, para ello habrá que trabajar y reforzar esa área, y mejorar sus habilidades a fin de obtener más seguridad en sus decisiones y manifestarse apropiadamente. En el caso del 31% se ubica en nivel promedio, a su vez el 15% se ubica en promedio alto y por último 7% y 2% presentan niveles muy altos en la toma de decisiones, significa que poseen adecuadas habilidades.

4.5 **Recomendaciones:**

- Fortalecer las habilidades sociales en los estudiantes, pues los resultados demuestran bajos niveles, se recomienda implementar programas de prevención, promoción y fortalecimiento de las habilidades emocionales y sociales en los estudiantes, en tal sentido, puedan mejorar en estas capacidades, brindándose las herramientas necesarias en su proceso de desarrollo en su aprendizaje social.
- Reforzar el área de asertividad, ya que todavía hay un pequeño porcentaje que se debe potencializar en los estudiantes, a fin de que incrementen sus capacidades adecuadamente.
- Mejorar la comunicación entre los estudiantes y docentes y generar un mejor clima escolar, donde los estudiantes se sientan más cómodos y con más seguridad para poder expresar sus sentimientos, pensamientos y necesidades. A la vez realizar escuela de padres con el fin de fomentar y fortalecer la comunicación entre padres e hijos, que puedan brindarles confianza en este proceso de desarrollo de sus habilidades y así elevar su desempeño escolar.
- Reforzar positivamente la autoestima, si bien es cierto evidencia un resultado favorable, hay que reforzar a los que muestran niveles bajos

a fin de mejorar su valoración y conocimiento. Para ello dirigirles actividades que les permitan sentirse valorados e importantes.

- Potenciar la toma de decisiones en los estudiantes, pues esta área muestra dificultades ya que evidencia niveles bajos en los resultados, siendo necesario poner más atención mediante un plan de intervención, a la vez capacitar y orientar a los docentes y padres de familia a fin de establecer mejores cualidades en los adolescentes. Realizar seguimientos de los casos que requieran consultas personalizadas a fin de evaluar y diagnosticar con más precisión y darle el apoyo necesario.

Brindar constantes charlas y tutorías sobre la prevención de conductas de riesgo como la delincuencia, acoso escolar, embarazo, etc., escuelas de padres en donde se les refuerce estos conocimientos y se les den pautas adecuadas de crianza positiva.

CAPÍTULO V

PLAN DE INTERVENCIÓN

1. Denominación del problema

El presente trabajo se denomina “Fortaleciendo las habilidades sociales en los estudiantes del 1er. año de secundaria”.

2. Justificación del problema:

El presente plan de intervención, es justificable, porque se desprende de los resultados obtenidos, del cual el 39% y 6% (45%) de los estudiantes muestra un nivel bajo en la toma de decisiones, lo que significa la falta de la capacidad de determinación en las decisiones y solución de problemas, a la vez en el área de comunicación muestra 35% en los niveles bajos, lo que nos indica que existe dificultad en los estudiantes para comunicarse dentro del ambiente familiar y escolar y por último, el área de asertividad obtiene un 8 y 15% en niveles bajos, por lo que es necesario reforzar esta habilidad en los estudiantes.

En ese sentido, Caballo (1986), sostiene que la conducta socialmente habilidosa, es el conjunto de conductas que hace que una persona se desenvuelva en el contexto interpersonal de una manera adecuada, y que puede expresar respetando a los demás sus pensamientos, actitudes, opiniones, derechos y que resuelve adecuadamente los problemas que surge en una situación.

Por lo tanto, de acuerdo a lo sostenido por el autor mencionado, se hace necesario entrenar y fortalecer estas capacidades en los estudiantes ya que el plan de intervención les permitirá mejorar sus capacidades y adquirir nuevas herramientas en el repertorio de sus habilidades, pues mejorando estos aspectos se verían favorecidos con una conducta más adaptativa, mejor estilo de vida, un mejor desenvolvimiento entre sus compañeros de la escuela y mejores relaciones interpersonales.

3. OBJETIVOS General:

Fortalecer las habilidades sociales en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la Institución Educativa Pública “Libertad”

Objetivos específicos:

Desarrollar la toma de decisiones en los estudiantes de la institución educativa “Libertad” en el 1er. Año de secundaria.

Mejorar la comunicación en los estudiantes de la institución educativa “Libertad” en el 1er. Año de secundaria.

Potenciar la asertividad en los estudiantes de la institución educativa “Libertad” en el 1er. Año de secundaria.

4. Sector al que se dirige

El sector al que va dirigido es educativo (secundaria).

5. Establecimiento de conductas problemas / meta

- Toma de decisiones
- Comunicación
- Asertividad

La meta del plan de intervención, es lograr que los estudiantes desarrollen nuevas estrategias y fortalezcan sus habilidades sociales, sobre todo en la toma de decisiones, la comunicación, con ello mejorar la comunicación dentro del hogar, el centro escolar, a la vez que expresen sus pensamientos, sentimientos y necesidades, también sentirse con más confianza al tomar una decisión, ya que el mejorar estas habilidades, les permitirán adaptarse adecuadamente en su entorno en que se relacionan, comunicarse de una manera más asertiva, tomar decisiones saludables y con ello desempeñarse positivamente en sus actividades escolares y sociales.

6. Metodología de la intervención

Participativa
Interactiva
Expositiva
Explicativa
Trabajo de grupo
Dinámicas
Role playing

7. Instrumentos / material a utilizar

Recurso humano
Papelógrafos
Papel bond
Plumones
Pizarra
Globos
Pelota de colores

8. Cronograma:

No. Sesión	Actividad	Estrategia	Tiempo	Fecha
1	“Expresando mis emociones”	Dinámica de grupo, lluvia de ideas	45´	04 Ago.
2	“Como ser asertivo”	Dinámica de grupo, expositiva	45´	11 Ago
3	“Comunicación no verbal”	Dinámica de grupo, role playing	45´	18 Ago
4	“Aprendiendo a comunicarse	Dinámica de grupo, expositiva, participat.	45´	25 Ago
5	“Comunicando emociones”	Dinámica de grupo, role playing	45´	01 Set.
6	“Saber escuchar”	Dinámica de grupo, interactiva	45´	08 Set

7	“Reconozco mis decisiones”	Dinámica de grupo, interactiva y expositiva.	45´	15 Set
8	“Solución de problemas”	Dinámica de grupo, Expositiva y reflexiva	45´	22 Set.
9	“Resolución de conflicto”	Dinámica de grupo, participa. Role playing.	45´	29 Set.
10	“Proyecto de vida”	Dinámica de grupo, participativa y reflexiva.	45´	06 Oct

9. Actividades:

SEMANA 1:

Sesión 1 : “Expresando mis emociones”

Objetivo : Fortalecer las emociones en los estudiantes

Estrategia : Dinámica de grupo y lluvias de ideas

Tiempo : 45 min.

Materiales : papel bond, pelota de colores, plumones

DESARROLLO:

Bienvenida (10 min)

El animador dará la bienvenida a los participantes, a la vez formarán un círculo para presentarse, para ello irán pasando una pelotita de colores, expresando sus nombres y alguna actividad que les agrada.

Dinámica: “MIL Y UNA CARA” (20 min)

El animador entregará una hoja con dibujos de diversas caras que corresponden a diferentes estados de ánimo. Posteriormente los participantes irán respondiendo cara por cara, que les expresa la imagen, luego compartirán si se encontraron identificados con esos estados de ánimo en algún momento y compartirlo con el grupo. El animador hará una explicación de lo significan las emociones, que son parte de la vida cotidiana, pues es importante saber reconocerlas e identificarlas.

Emociones: enojo, alegría, tristeza, miedo, sorpresa, preocupado, ira

Feedback: (15 min)

Luego los participantes comentarán lo aprendido, y cómo se han sentido. Se generará una lluvia de ideas.

Indicadores de evaluación: Reconocieron las emociones

SEMANA 2:

Sesión 2 : “Como ser asertivo”

Objetivo : Reforzar las conductas más adecuadas en los estudiantes

Estrategia : Dinámica de grupo y expositiva

Tiempo : 45 min.

Materiales : pelota de colores, plumones, pizarra, papel bond

DESARROLLO:

Bienvenida (10 min)

El animador dará la bienvenida al grupo, para ello formarán un círculo e irán pasando la pelotita de colores, mencionando sus nombres y alguna profesión de su agrado, a manera de interactuar y expresar sus pensamientos y deseos e ir reforzando la conducta más adecuada.

DINAMICA: RESPONDIENDO ASERTIVAMENTE (20 min)

El animador dará una breve explicación a las diferentes tipos de conductas, que se tiene en las relaciones interpersonales, como la conducta asertiva, pasiva y agresiva. Para esto, el animador repartirá una hoja en blanco a cada uno y dictará 5 situaciones en las que los participantes pensarán y escribirán la respuesta más adecuada, para luego compartirlas con el grupo.

Situaciones:

1. Mi hermano se puso mi camisa sin pedirme permiso. ¿Cuál sería la respuesta más adecuada?
2. Un amigo me pide que haga una broma al teléfono central de bomberos. ¿Cuál sería la respuesta más adecuada?
3. Mi amiga me pide que le preste mi libro el cual tendré que utilizar para estudiar. ¿Cuál sería la respuesta más adecuada?

4. Un profesor me llama la atención porque no entregué la tarea a tiempo. ¿Cuál sería la respuesta más adecuada?
5. Un amigo te pide que le insultes a otro compañero, porque éste le empujó al salir de la escuela. ¿Cuál sería la respuesta más adecuada?

Luego las respuestas se compartirán para ser reflexionadas por el grupo.

Feedback: (10 min)

El grupo expresará lo aprendido resolviendo estas situaciones y cómo aplicarlo a la vida cotidiana, a la vez compartirán sus opiniones.

Indicadores de evaluación: Lograron identificar las respuestas más asertivas.

SEMANA 3:

Sesión 3 : “Comunicación No verbal”

Objetivo : Desarrollar la comunicación no verbal y expresión corporal en los estudiantes

Estrategia : Dinámica de grupo, explicativa e interactiva

Tiempo : 45 min.

Materiales : Ninguno

DESARROLLO:

Bienvenida (10 min)

El grupo se saludará, para ello formarán un círculo, dirán sus nombres y un expresarán un deseo, así sucesivamente hasta que todos logren presentarse, luego se procederá a realizar la dinámica establecida.

Dinámica: CONVERSACION CON LAS MANOS (20 min)

El animador indicará formar en parejas, y que se ubiquen parados frente a otro, luego el animador dará una serie de instrucciones que tendrán que ser expresadas en forma corporal por la pareja, sin mencionar palabras.

Para ello el animador dirá: Como expresarían: HOLA, TERNURA, ALEGRIA, TRISTEZA, DESPRECIO, ACEPTACION, ENFADO, TRIUNFO, ADIOS.

Explicación del tema (5 min) Comunicación no verbal

El animador explica brevemente lo que han realizado, la forma de cómo se han podido comunicar, expresándose sin necesidad de hablar, logrando una forma de comunicarse y a la vez interactuar con más confianza.

Feedback: (10 min)

Aquí exponen sus opiniones, pues cada uno comentará lo que han aprendido y sentido durante la dinámica y de qué manera les ayudará en su vida cotidiana.

Indicadores de evaluación: Lograron la comunicación y expresión corporal.

SEMANA 4:

Sesión 4 : “Aprendiendo a comunicarse”

Objetivo : Mejorar la comunicación en los estudiantes

Estrategia : Explicativa, participativa, lluvia de ideas

Tiempo : 45 min.

Materiales : pizarra, plumones

DESARROLLO:

Bienvenida (10 min)

Todos los participantes se formarán en círculo dirán sus nombres y una cualidad que reconocen de sí mismos, luego de este tiempo se procederá a realizar el tema propuesto por el animador.

TEMA: “ELEMENTOS DE LA COMUNICACION” (20 min)

El animador procede a escribir en la pizarra una lista de elementos que ayudan o limitan la comunicación entre las personas, luego los participantes reconocerán e identificarán cuáles ayudarán para que se logre una mejor comunicación, surgiendo una lluvia de ideas. Posteriormente el animador comentará la importancia de lograr una buena comunicación y entendimiento en las personas.

Lista de elementos:

Sarcasmo

Levantar la voz

Ser Empático

Ser arrogante

Estar atento

Gritar

Hablar sin pausas

Mirar a los ojos

Burlarse

Interrumpir

Escuchar

Feedback: (15 min)

Los participantes comentarán lo aprendido y de qué manera pueden aplicarlo a su vida cotidiana.

Indicadores de evaluación: Reconocen fortalezas y dificultades en la comunicación.

SEMANA 5:

Sesión 5 : “Comunicando emociones”

Objetivo : Reforzar la comunicación asertivamente

Estrategia : Dinámica de grupo y participativa

Tiempo : 45 min.

Materiales : Caja de cartón, papel con nombres

DESARROLLO:

Bienvenida (10 min)

Todos los participantes se formarán en círculo, se saludarán, dirán sus nombres y una asignatura que les agrade.

Dinámica: LO QUE ME GUSTA Y NO ME GUSTA (20 min)

Todos los participantes tomarán asiento formándose en círculo, antes el animador tendrá una caja de cartón donde contiene los nombres de cada uno de ellos en pequeños papeles, el cual se repartirá para que uno por uno saque un papel, para lo cual cada uno comentará lo que le gusta y no le gusta del nombre del compañero que le tocó. Esta dinámica refuerza la asertividad y la comunicación.

Feedback: (10 min)

Aquí exponen sus opiniones, lo que han aprendido y han sentido durante la dinámica.

Indicadores de evaluación: Logran la Comunicación asertiva

SEMANA 6:

Sesión 6 : “Saber escuchar”

Objetivo : Desarrollar la escucha activa en los estudiantes

Estrategia : Dinámica de grupo, interactiva y reflexiva

Tiempo : 45 min.

Materiales : Ninguno

DESARROLLO:

Bienvenida (10 min)

El grupo se saludará y en círculo, dirán sus nombres, a la vez harán un movimiento diferente al resto, a manera de interactuar con los compañeros y generar más confianza, también compartir un divertido momento. Luego del tiempo establecido, se procederá a realizar la dinámica propuesta.

Dinámica: MENSAJE CONFUSO (20 min)

El animador indicará que se sienten cómodamente en forma de círculo y posteriormente dará al primer integrante una nota en la que leerá una breve historia y éste, en voz baja le mencionará a su compañero de la derecha la historia según lo entendido y seguidamente él contará a su otro compañero, así sucesivamente irán relatando la historia de acuerdo al criterio de todos, hasta llegar al primer compañero que contó la historia, entonces el animador, hará una reflexión de como las personas cambiamos o distorsionamos un mensaje y que siempre es mejor hablar directamente con alguien, no necesitar de intermediarios y comprender el mensaje.

Historia:

El otro día Ricardo asistió a una pollada que se realizó en el barrio para recaudar fondos porque su vecino estaba internado. En plena fiesta salió a comprar gaseosas que le encargaron, para vender en la pollada. En la esquina se encontró con Mauricio, su compañero de colegio, mientras

conversaban vieron que la Policía se estaba llevando a unos pandilleros a la Comisaría; y, creyendo que también ellos eran de esos grupos, se los llevaron detenidos. Les explicaron y no les creyeron porque los dos tenían gorros parecidos a los de la pandilla y por eso la policía los confundió. Tuvieron que quedarse allí hasta que fueran sus familiares; mientras tanto, en la pollada, creían que Ricardo se había escapado con el dinero y estaban muy molestos.

Feedback: (10 min)

Aquí exponen sus opiniones, lo que han aprendido durante la dinámica y de qué manera podría aplicarse a la vida cotidiana.

Indicadores de evaluación: Lograron la Comunicación, el diálogo y la importancia de saber escuchar.

SEMANA 7:

Sesión 7 : “Reconozco mis decisiones”

Objetivo : Fortalecer la toma de decisiones en los estudiantes

Estrategia : Dinámica de grupo, interactiva y expositiva

Tiempo : 45 min.

Materiales : papel bond, bolígrafos, pizarra, plumones

DESARROLLO:

Bienvenida (10 min)

El animador saludará al grupo, luego los participantes harán lo mismo mencionando sus nombres, a manera de prepararse para la dinámica, procederán a escoger uno de los 3 colores (verde, rojo, amarillo) que indicó el animador, con el fin de formar un grupo homogéneo, para practicar la siguiente dinámica.

Dinámica: Decisiones fáciles y difíciles (20 min)

El animador, hará una breve charla sobre lo que significa tomar decisiones, que en nuestra vida cotidiana a cada momento estamos tomando muchas decisiones, que se tiene que definir el problema ante una situación, para ello buscar alternativas de solución y elegir la más adecuada, medir las consecuencias y analizarlas. Seguidamente, se dividirán en 3 grupos de acuerdo a los colores que eligieron los participantes, se unirán por colores, a cada grupo se le entregará una hoja en blanco en el que procederán a escribir una lista de decisiones fáciles y otra lista de decisiones difíciles, que ellos consideran, estos se compartirá en voz alta y expondrán sus puntos de vista.

Feedback: (15 min)

Aquí comentan sus puntos de vista, lo que han aprendido durante la dinámica, cuál es el mensaje que les deja y de qué manera podría aplicarse a la vida cotidiana.

Indicadores de evaluación: Reconocen las decisiones tomadas

SEMANA 8:

Sesión 8 : “Solución de problemas”

Objetivo : Potenciar la capacidad de solución de problemas

Estrategia : Dinámica de grupo, expositiva y reflexiva

Tiempo : 45 min.

Materiales : hojas bond, bolígrafos

DESARROLLO:

Bienvenida (15 min)

Todos en círculo, procederán a saludarse, dirán sus nombres, y rápidamente contarán un momento agradable.

Dinámica: Decisiones saludables (20 min)

Los participantes se dividirán en 3 grupos, luego se les entregará una hoja que contiene una situación de la vida cotidiana y cada grupo decidirá la mejor alternativa de solución, escogerán a un representante para exponerla, esto les permitirá buscar la solución que mejor les parezca y resaltar la importancia de tomar decisiones más adecuadas. A continuación se detalla las situaciones a analizar:

Situación 1:

Alex, va a la escuela muy alegre, pues siente que sus padres son muy afectivos con él, en la salida de la escuela unos compañeros le invitan a fumar un cigarrillo, Alex que nunca había probado. Qué decidirá Alex?

Situación 2:

Alicia, está muy animada de ir a una fiesta, pero sabe que su mamá no le dará permiso, una compañera del aula le dice que le diga una mentira como ir a casa de ella para estudiar, pero Alicia se siente indecisa, qué decisión tomará?

Situación 3:

Carlitos, es un niño muy estudioso y amistoso con sus compañeros, obtiene buenas calificaciones, un día viniendo a la escuela tropezó y cayó estropeándose su trabajo el cual debía entregar, esto lo desmotivó mucho y se sintió muy mal, que decisión tomará?.

Para resolver estas situaciones los participantes compartirán sus opiniones para ser expuestas por un representante.

Feedback: (10 min)

Aquí exponen sus apreciaciones, lo que han aprendido durante la dinámica y de qué manera podrían aplicarse a la vida cotidiana.

Indicadores de evaluación: Aprende a tomar decisiones saludables.

SEMANA 9:

Sesión 9 : “Resolución de conflictos”

Objetivo : Desarrollar la capacidad de resolución de conflictos

Estrategia : Dinámica de grupo, participativa, role playing

Tiempo : 45 min.

Materiales : Ninguno

Desarrollo:

Bienvenida (10 min)

El grupo se saludará y en círculo, dirán sus nombres y un deporte favorito, luego se procederá a realizar la dinámica propuesta.

Dinámica: Asuntos conflictivos (20 min)

El animador alentará a los participantes a formar 2 grupos, luego cada grupo elaborará 2 situaciones que les resulte difícil tomar una decisión, para ello tendrán que usar su creatividad y recibir sugerencias de los demás participantes para crear la situación, luego para ser dramatizada, con esto se desarrolla la parte creativa, motivadora, la capacidad de resolver conflictos y tomar decisiones.

Feedback: (10 min)

Aquí exponen sus apreciaciones, lo que han aprendido y sentido durante la dinámica, y cómo poder aplicarlo en su vida cotidiana.

Indicadores de evaluación: Logran expresar y resolver una situación problemática.

SEMANA 10:

Sesión 10 : “Proyecto de vida”

Objetivo : Desarrollar la obtención de una meta y trabajar en equipo

Estrategia : Dinámica de grupo, participativa y reflexiva

Tiempo : 45 min.

Materiales : globos de colores

Bienvenida (10 min)

El grupo se saludará y en círculo, dirán sus nombres y una profesión de su preferencia.

Dinámica: Luchando por un sueño (20 min)

El animador, entregará un globo a cada uno de los participantes, luego todos ellos formarán un círculo, para esto el animador antes hablará sobre lo importante que es tener un sueño o un proyecto en la vida, y luchar por conseguirlo, a su vez, pedirá que cada uno piense en lo que desea obtener y ser en la vida, luego procederá a lanzar su globo hacia arriba y evitar que caiga al suelo, cada uno se hará responsable de su globo, esto demostrará su afán y perseverancia en lograr su sueño, seguidamente después de unos minutos, el animador les indicará parar y retener su globo, para después lanzarlos nuevamente todos a la vez, pero ahora cuidando que no caigan los globos de ningún compañero, pues es la forma de preocuparnos también por el sueño de los demás, y les permitirá trabajar en equipo.

Feedback: (10 min)

Finalizando ya el taller, aquí exponen sus emociones, como se sienten y que han aprendido. y cómo poder aplicarlo a su vida cotidiana.

Indicadores de evaluación: Reforzaron la decisión de luchar por sus metas.

REFERENCIAS

- Arellano Ordinola, M. A. (2012). Efectos de un Programa de Intervención Psicoeducativa para la Optimización de las Habilidades Sociales de Alumnos de Primer Grado de Educación Secundaria del Centro Educativo Diocesano El Buen Pastor.
- Caballo, V.E. (1993). Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. Madrid: Siglo XXI de España. Recuperado de <http://cideps.com/wp-content/uploads/2015/04/Caballo-V.-Manual-de-evaluaci%C3%B3n-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-ebook.pdf>
- Cabrera Hernández, V. L. (2013). *Desarrollo de Habilidades Sociales en adolescentes varones de 15 a 18 años del Centro Municipal de Formación Artesanal Huancavilca de la ciudad de Guayaquil-2012* (Bachelor's thesis, universidad de Guayaquil Facultad de Ciencias Psicologicas).
- Choque R. y Chirinos J. (2009). Eficacia del Programa de Habilidades para la Vida en Adolescentes Escolares de Huancavelica, Perú. Rev. Salud pública. 11 (2): 169-181, 2009. Recuperado de <http://www.scielosp.org/pdf/rsap/v11n2/v11n2a02.pdf>
- Cieza C. (2013). Nivel de desarrollo de las habilidades sociales en los adolescentes de secundaria de la institución educativa Industrial Santiago Antúnez de Mayolo n° 3048 del distrito de Independencia – 2013 (tesis Licenciada en enfermería). Univ. de Ciencias y Humanidades. Lima.
- Cohen Imach, S., & Coronel, C. (2009). APORTES DE LA TEORÍA DE LAS HABILIDADES SOCIALES A LA COMPRENSIÓN DEL COMPORTAMIENTO VIOLENTO EN NIÑOS Y ADOLESCENTES.
- Contini, N., Coronel, C. P., Levin, M., & Hormigo, K. (2010). Las habilidades sociales en contextos de pobreza. Un estudio preliminar con adolescentes de la Provincia de Tucumán. *Perspectivas en Psicología*, 7(1), 112-120.

- Dirección General de Promoción de la Salud. *Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares*, 2005. Lima: Perú. Inversiones Escarlata y Negro SAC. Extraído de http://bvs.minsa.gob.pe/local/PROMOCION/170_adolesc.pdf
- Galarza, C. (2012). Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes del centro educativo fe y alegría 11, comas-2012. (Tesis Lic. en Enfermería). Univ. Mayor de San Marcos. Lima.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). Metodología de la investigación. Sexta Edición. Editorial Mc Graw Hill. México. 2014• Hernández, R. *Metodología de la Investigación. 6a Edición, Mc Graw Hill, México.*
- Huaycani, N., & Rubén, R. (2014). Desarrollo de habilidades sociales y su relación con la edad de los adolescentes de 1ro a 5to de secundaria en la Institución Educativa Coronel Bolognesi Tacna Perú 2013.
- López, M. D. L. G., & Velázquez, J. A. V. DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES EN LA ESCUELA.
- López Mesías, D. T. (2016). *Las habilidades sociales y su incidencia en el trabajo colaborativo en los niños y niñas de séptimo grado de educación general básica del Centro Escolar Francisco Flor-Gustavo Eguez* (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato. Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Carrera de Educación Básica).
- Ministerio de Educación (2003). Ley general de educación 28044. Recuperado de: http://www.minedu.gob.pe/p/ley_general_de_educacion_28044.pdf
- Ministerio de Salud. Dirección Ejecutiva de Educación para la Salud. Artículo HABILIDADES PARA LA VIDA Y SU IMPORTANCIA EN LA SALUD. Lima. Perú. Recuperado de ftp://ftp2.minsa.gob.pe/descargas/dgps/documentos/articulo_habilidades_para_la_vida.pdf

Ministerio de Salud. Dirección General de promoción de la Salud. Artículo
MODELO DE ABORDAJE DE PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL PERÚ
ACCIONES A DESARROLLAR EN EL EJE TEMÁTICO HABILIDADES
PARA LA VIDA. Recuperado de:
<ftp://ftp2.minsa.gob.pe/descargas/dgps/compendio/pdf/149.pdf>

Morales, M., Benítez, M. y Agustín, D. (2013). Habilidades para la vida
(cognitivas y sociales) en adolescentes de una zona rural. Revista
Electrónica de Investigación Educativa, 15(3), 98-113. Recuperado de
<http://redie.uabc.mx/vol15no3/contenido-moralesetal.html>

Ortega V. (2012) Programa de entrenamiento en habilidades sociales para
fomentar la mejora de relaciones interpersonales dirigido a un grupo de
6to grado de educación primaria. Universidad pedagógica nacional.
México.

Paredes Suaña, C. D. (2013). *Relación entre habilidades sociales y el
rendimiento académico en adolescentes de la les San Andres de
Atuncolla-Puno 2012* (Doctoral dissertation, UNIVERSIDAD NACIONAL
DEL ALTIPLANO).

Proaño A. (2016). Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de octavo,
novenio y décimo grado de la unidad educativa Dr. Ricardo Cornejo
Rosales. (Trabajo de grado previo a la obtención del título de Magister en
Tratamiento a las Dificultades de Aprendizaje. Instituto de Investigación y
Posgrado). Facultad de Filosofía. Quito: UCE. 195 p.

Reyna, A. C. H. C. G., Anette, D. G., Andrade, M., Roa, D. G., Estrada, D. G.,
Erika, D. R. A. S. M.. & Mendoza, C. S. G. Aprendizaje social de Albert
Bandura: Marco teórico.

Rivera N. y Zavaleta G. (2015). Habilidades sociales y conductas de riesgo en
adolescentes escolarizados en la Institución Educativa Torres Araujo.
(Tesis para optar Licenciada en enfermería). Trujillo. Perú.

Rojas, A. D. G. (2010). Estudio sobre la asertividad y las habilidades sociales en
el alumnado de Educación Social. *En-clave pedagógica*, 12.

XXI Revista de Educación Estudio sobre la asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de Educación Social. 225-239. Antonio Daniel García Rojas. Universidad de Huelva 2010.

ANEXOS:

MATRIZ DE CONSISTENCIA

INSTRUMENTO DE HABILIDADES SOCIALES

NIVEL DE LAS CATEGORIAS

CARTA SELLADA

CARTA DE CONSENTIMIENTO

**HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DEL 1er. AÑO DE SECUNDARIA DE LA
INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA “LIBERTAD” No. 597 AÑO NUEVO, COMAS, 2017**

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	DEFINICIÓN DE LA VARIABLE	DEFINICION OPERACIONAL	METODOLOGIA
<p>PROBLEMA GENERAL: ¿Cuáles son los niveles de habilidades sociales en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la Institución Educativa Pública “Libertad” No.597 de Año Nuevo, Comas, 2017?</p> <p>PROBLEMAS ESPECIFICOS:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cuáles son los niveles de asertividad en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la I.E. Educativa Pública “Libertad” No. 597 Año Nuevo, Comas? 2. ¿Cuáles son los niveles de comunicación en los estudiantes del 1er. año de 	<p>OBJETIVO GENERAL: Determinar los niveles de habilidades sociales en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la Institución Educativa Pública “Libertad” No. 597 de Año Nuevo, Comas, 2017?</p> <p>OBJETIVOS ESPECIFICOS:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar los niveles de comunicación en los secundaria de la I.E. Educativa Pública “Libertad” No. 597 Año Nuevo, Comas? 2. Establecer los niveles de asertividad en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la I.E. Educativa Pública “Libertad” 	<p>HABILIDADES SOCIALES:</p> <p>Según Caballo (1986), las habilidades son un conjunto de conductas, fundamentales en el proceso de desarrollo de las personas, sobre todo para obtener un mejor desenvolvimiento social.</p>	<p>Es una variable estudiada por la Lista de Evaluación de habilidades sociales, propuesta por el Ministerio de Salud en 2005, la cual mide las siguientes dimensiones:</p> <p>1. Comunicación: La forma de expresar los pensamientos, deseos, etc. para lograr un entendimiento entre una o más personas.</p> <p>2. Asertividad: Capacidad de responder adecuadamente ante una situación.</p> <p>3. Autoestima: Valoración que se tiene de uno mismo, como su autoconcepto.</p>	<p>Tipo: Descriptiva Diseño: No experimental De corte transversal.</p> <p><u>POBLACIÓN:</u> Compuesta por 310 estudiantes de la Institución Educativa Pública “Libertad” No. 597 Año Nuevo, Comas 2017.</p> <p>La muestra: está conformada por 61 estudiantes, del 1er. Año de secundaria.</p> <p><u>TÉCNICA:</u> Lista de Habilidades Sociales, propuesto por</p>

<p>secundaria de la I.E. Educativa Pública “Libertad” No. 597 Año Nuevo, Comas?</p> <p>3. ¿Cuáles son los niveles de autoestima en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la I.E. Educativa Pública “Libertad” No. 597 Año Nuevo, Comas?</p> <p>4. ¿Cuáles son los niveles de toma de decisiones en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la I.E. Educativa Pública “Libertad” No. 597 Año Nuevo, Comas?</p>	<p>No. 597 Año Nuevo, Comas?</p> <p>3. Identificar los niveles de autoestima en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la I.E. Educativa Pública “Libertad” No. 597 Año Nuevo, Comas?</p> <p>4. Establecer los niveles de toma de decisiones en los estudiantes del 1er. año de secundaria de la I.E. Educativa Pública “Libertad” No. 597 Año Nuevo, Comas?</p>		<p>4. Toma de decisiones: Se refiere a la capacidad de poder determinar una decisión y buscar la solución, y decidir la alternativa más adecuada.</p>	<p>el Ministerio de Salud 2005.</p> <p>Su aplicación es individual o colectiva que dura 25 a 30 min., dirigido a niños desde 12 a 15 años de edad.</p>
---	---	--	--	--



Universidad Inca Garcilaso de la Vega

Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas

Facultad de Psicología y Trabajo Social

Lima, 11 de Abril del 2017

Carta N° 1104-2017-DFPTS

Señor Magister
ROBAY LIBIAS CABELLO
DIRECTOR
INSTITUCIÓN EDUCATIVA "LIBERTAD" DE AÑO NUEVO-COMAS
Presente.

Luego de recibir mis saludos y muestras de respeto, presento a la señorita CARMEN AMELIA BOADA DONAYRE, estudiante de la Carrera Profesional de Psicología de nuestra Facultad, identificada con código 21-501614-0, quien desea realizar una muestra representativa de investigación en la Institución que usted dirige; para poder así optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, bajo la Modalidad de Suficiencia Profesional.

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

Atentamente,



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

RGS/crh
Id. 625278

Aceptado:



Mag. Robay Libias Cabello
DIRECTOR
C.M. 1031939510



UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA
NUEVOS TIEMPOS, NUEVAS IDEAS

LISTA DE EVALUACION DE HABILIDADES SOCIALES
 Ministerio de Salud (2005)

Edad:..... Género (F) (M)

Con quien vives:

a) papá y mamá b) uno de ellos

c) abuelos d) tíos e) otros

Recuerda: tu sinceridad es muy importante, no hay respuestas buenas ni malas, responde todas las preguntas

	HABILIDAD	NUNCA	RARA VEZ	A VECES	A MENUDO	SIEMPRE
1	Preferimos mantenerme callado(a) para evitarme problemas					
2	Si un amigo (a) habla mal de mi persona le insulto					
3	Si necesito ayuda la pido de buena manera					
4	Si un amigo(a) se saca una buena nota en el examen no le felicito					
5	Agradezco cuando alguien me ayuda					
6	Me acerco a abrazar a mi amigo(a) cuando cumple años					
7	Si un amigo (a) falta a una cita acordada le expreso mi amargura					
8	Cuando me siento triste evito contar lo que me pasa					
9	Le digo a mi amigo(a) cuando hace algo que no me agrada					
10	Si una persona mayor me insulta me defiende sin agredirlo					
11	Reclamo agresivamente con insultos, cuando alguien quiere entrar al cine sin hacer su cola					
12	No hago caso cuando mis amigos(as) me presionan para consumir alcohol					
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona habla					
14	Pregunto cada vez que sea necesario para entender lo que me dicen					
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla					
16	No pregunto a las personas si me he dejado comprender					
17	Me dejo entender con facilidad cuando hablo					
18	Utilizo un tono de voz con gestos apropiados para que me escuchen y me entiendan mejor					
19	Expreso mis opiniones sin calcular las consecuencias					
20	Si estoy nervioso(a) trato de relajarme para ordenar mis pensamientos					
21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma					
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud					
23	No me siento contento con mi aspecto físico					

	H A B I L I D A D	NUNCA	RARA VEZ	A VECES	A MENUDO	SIEMPRE
24	Me gusta verme arreglado (a)					
25	Puedo cambiar mi comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado(a)					
26	Me da vergüenza felicitar a un amigo(a) cuando realiza algo					
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas					
28	Puedo hablar sobre mis temores					
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi cólera					
30	Comparto mi alegría con mis amigos(as)					
31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante					
32	Puedo guardar los secretos de mis amigos (as)					
33	Rechazo hacer las tareas de la casa					
34	Pienso en varias soluciones frente a un problema					
35	Dejo que otros decidan por mí cuando no puedo solucionar un problema					
36	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones					
37	Tomo decisiones importantes para mi futuro sin el apoyo de otras personas					
38	Hago planes para mis vacaciones					
39	Realizo cosas positivas que me ayudarán en mi futuro					
40	Me cuesta decir no, por miedo a ser criticado (a)					
41	Defiendo mis ideas cuando veo que mis amigos(as) están equivocados (as)					
42	Si me presionan para ir a la playa escapándome del colegio, puedo rechazarlo sin sentir temor y vergüenza a los insultos.					

GRACIAS POR TU COLABORACION

CUADRO DE LAS AREAS – ITEMS

AREAS	ITEMS
Asertividad	1 al 12
Comunicación	13 al 21
Autoestima	22 al 33
Toma de decisiones	34 al 42

CATEGORIAS DE LAS HABILIDADES SOCIALES

CATEGORIAS	PUNTAJE DIRECTO ASERTIVIDAD	PUNTAJE DIRECTO COMUNICACION	PUNTAJE DIRECTO AUTOESTIMA	PUNTAJE DIRECTO TOMA DECIS.	TOTAL
MUY BAJO	0 a 20	Menor a 19	Menor a 21	Menor a 16	Menor a 88
BAJO	20 - 32	19 – 24	21 a 34	16 a 24	88 a 126
PROM. BAJO	33 - 38	25 a 29	35 a 41	25 a 29	127 a 141
PROMEDIO	39 - 41	30 a 32	42 a 46	30 a 33	142 a 151
PROM. ALTO	42 – 44	33 a 35	47 a 50	34 a 36	152 a 161
ALTO	45 - 49	36 a 39	51 a 54	37 a 40	162 a 173
MUY ALTO	50 a más	40 a más	55 a más	41 a más	174 a más

Interpretación de los resultados de habilidades sociales	
Categoría Promedio	Se requiere incrementar sus habilidades
Categoría Promedio Alto	Adecuadas habilidades
Categoría Alto y Muy Alto	Competentes habilidades
Categoría promedio Bajo	Requieren incrementar y reforzar para mejorar
Categoría Bajo y Muy Bajo	Déficit en las habilidades, conducta de riesgo

Institución Educativa “Libertad” en Año Nuevo, Comas



Dando las pautas y las indicaciones para la toma del instrumento





Consentimiento Informado

Esta ficha tiene el fundamento de proveer a los participantes que son materia de esta investigación una explicación precisa de la naturaleza de la misma, así como de su rol con ella como participantes.

Esta investigación, se realiza por medio del Programa de Suficiencia Profesional, siendo dirigido por Carmen Amelia Boada Donayre, de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, cuyo objetivo es conocer el nivel de las habilidades sociales y algunas de sus dimensiones como comunicación, autoestima, asertividad y toma de decisiones.

La participación en esta investigación es y anónima garantizándole formalmente que la información recogida, se utilizará, en su totalidad con fines de investigación, salvaguardando su identidad e integridad del contenido. Si tuviera alguna duda sobre el proyecto, puede hacer las preguntas que crea necesaria o comunicándose al correo: carbdona@hotmail.com. A la vez indicarle que puede retirarse de esta investigación en cualquier momento sin que eso le afecte en ninguna forma. Si Ud. consiente su participación en este estudio, deberá responder a 42 interrogantes, y que le tomará 25 minutos aproximadamente.

Si acepta ser parte de la investigación y otorgar su consentimiento informado, sírvase firmar en señal de conformidad.

Nombre del Participante

Firma del Participante

Fecha (en letras
de imprenta)