

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



Trabajo de Suficiencia Profesional

Habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de una  
institución educativa pública del distrito de Lima Metropolitana

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Bachiller Zundy Zulema Carla Chávez Moreyra

Lima – Perú

2019

## **DEDICATORIA**

A mi madre y padre principal  
fuente de mi inspiración, por  
darme la vida.

## **AGRADECIMIENTO**

A dios por darme la fuerza y permitirme estar al lado de mi familia y lograr cada uno de mis metas con el amor y apoyo de cada uno de ellos.

A mis amigas y personas que es este trance me han brindado su apoyo moral.

Mi agradecimiento especial a mi madre, realmente fue y es un honor ser tu hija, mamá.

*“Esparciré flores sobre el camino donde caminaras.”*

*Bingbang*

## **PRESENTACIÓN**

Señores del jurado, ante ustedes presento la tesis titulada “Habilidades Sociales en Estudiantes de Educación Secundaria de una Institución Educativa Pública del Distrito de Lima Metropolitana”, con la finalidad de determinar el nivel de habilidades sociales en estudiantes de nivel secundario, en cumplimiento del reglamento de grados y títulos de la universidad Inca Garcilaso de la Vega para la obtención del título profesional de Licenciada en Psicología

Atentamente,

Zundy Zulema Carla Chávez Moreyra

## ÍNDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimientos	iii
Presentación	iv
Índice	v
Índice de tablas	ix
Índice de figuras	x
Resumen	xi
Abstract	xii
Introducción	13
<b>CAPÍTULO I: Planteamiento del problema</b>	<b>15</b>
1.1. Descripción de la realidad problemática	15
1.2. Formulación del problema	21
1.2.1. Problema principal	21
1.2.2. Problemas específicos	21
1.3. Objetivos	22
1.3.1. Objetivo general	22
1.3.2. Objetivos específicos	22
1.4. Justificación e importancia	23
<b>CAPÍTULO II: Marco teórico conceptual</b>	<b>24</b>
2.1. Antecedentes	24
2.1.1. Internacionales	24
2.1.2. Nacionales	29

2.2.	Bases teóricas	33
2.2.1.	Habilidades Sociales	33
2.2.2.	Reseña Histórica	34
2.2.3.	Importancia de las habilidades sociales	35
2.2.4.	Características	36
2.2.4.1	Característica según la OGM	36
2.2.4.2	Característica según Lazarus	36
2.2.4.3	Característica según Kelly	37
2.2.4.4	Característica según Monjas	38
2.2.4.5	Característica según Caballo y Kelly	39
2.2.4.6	Característica según Van Hasselt y Cois	30
2.2.5.	Dimensiones	40
2.2.5.1	Habilidades sociales	40
2.2.6.	Normatividad	40
2.2.6.1	Teoría del aprendizaje social	40
2.2.6.2	Aprendizaje por medio de modelos	41
2.2.6.3	Teoría de Vicente Caballo	42
2.2.6.4	Teoría de Elena Gismero	43
2.3.	Definición conceptual	45
2.3.1.	Habilidades Sociales	45
<b>CAPÍTULO III: Metodología</b>		<b>47</b>
3.1.	Tipo y diseño de investigación	47
3.1.1.	Tipo	47

3.1.2.	Diseño	47
3.2.	Población y Muestra	47
3.2.1.	Población	47
3.2.2.	Muestra	48
3.3.	Identificación de la Variable y su Operacionalización	48
3.3.1.	Variable de Estudio	48
3.3.2.	Operacionalización de la Variable	49
3.4.	Técnica e Instrumento de evaluación Diagnostico	54
3.4.1	Técnicas	54
3.4.2	Instrumento de evaluación	54
3.4.3	Adaptación	56
3.4.4	Validez y confiabilidad	56
3.4.5	Baremos	57
<b>CAPÍTULO IV: Procesamiento, presentación y análisis de los resultados</b>		<b>59</b>
4.1.	Procesamiento de los resultados	59
4.2.	Presentación de los resultados	60
4.2.1.	Características de la muestra	60
4.3.	Análisis y discusión de los resultados	78
4.4.	Conclusiones	88
4.5.	Recomendaciones	89
<b>CAPÍTULO V: Programa de Intervención</b>		<b>91</b>
5.1.	Denominación del programa	91
5.2.	Justificación del programa	91

5.3.	Establecimiento de los objetivos	92
5.3.1.	Objetivo general	92
5.3.2.	Objetivos específicos	93
5.4.	Sector al que se dirige	93
5.5.	Establecimiento de conducta problemática, meta, problema	93
5.6.	Metodología de intervención	94
5.6.1.	Instrumento material a utilizar	94
5.7.	Cronograma	96
5.8.	Desarrollo de sesiones	97
	<b>Referencias bibliográficas</b>	<b>108</b>
	<b>Anexos</b>	<b>cxix</b>
	Anexo 1. Matriz de consistencia	cxix
	Anexo 2. Carta de presentación a la institución educativa	cxxii
	Anexo 3. Hojas de preguntas de lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein	cxxiii
	Anexo 4. Ficha de pensamientos negativos	cxxvii
	Anexo 5. Programa anti plagió	cxxviii
	Anexo 6. Aprobación del profesor	cxxx



## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de la variable	49
Tabla 2. Áreas de lista de chequeo de habilidades sociales de goldstein	56
Tabla 3. Baremos	57
Tabla 4. Medidas estadísticas descriptivas de la variable de investigación de habilidades sociales	60
Tabla 5. Medidas estadísticas descriptivas de los factores pertenecientes a las habilidades sociales	61
Tabla 6. Resultado total del nivel de habilidades sociales	64
Tabla 7. Resultado del nivel de primeras habilidades sociales	66
Tabla 8. Resultado del nivel de habilidades sociales avanzadas	68
Tabla 9. Resultado del nivel de habilidades relacionadas con los sentimientos	70
Tabla 10. Resultado del nivel de habilidades alternativas a la agresión	72
Tabla 11. Resultado del nivel de habilidades para hacer frente al estrés	74
Tabla 12. Resultado del nivel de habilidades de planificación	76

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Cuadro de habilidades sociales de Monjas	38
Figura 2. Resultado de las habilidades sociales	65
Figura 3. Resultado de las primeras habilidades sociales	67
Figura 4. Resultado de habilidades sociales avanzadas	69
Figura 5. Resultados de habilidades sociales relacionada con los sentimientos	71
Figura 6. Resultados de habilidades alternativas a la agresión	73
Figura 7. Resultados de habilidades para hacer frente al estrés	75
Figura 8. Resultados de habilidades de planificación	77

## RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de Habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de Lima metropolitana. El instrumento que se utilizó fue la lista de chequeos de Habilidades Sociales de Goldstein (1978), adaptada al Perú por Ambrosio Tomas (1994-1995) la muestra estuvo conformada por 61 estudiantes con ambos sexos con edades entre 12 y 17 años lo hallado en este estudio indica que la mayoría de estudiantes se encuentra en un nivel normal de habilidades sociales (40, 98%).se elaboró un programa de intervención, con el objetivo de incrementar los niveles de habilidades sociales en algunos aspectos donde se encuentran en un deficiente nivel

**Palabras claves:** *Habilidades Sociales, primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionada con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades sociales para hacer frente al estrés, habilidades sociales de planificación, estudiantes, emociones, sentimientos, auto control, autoestima, toma de decisiones, contexto.*

## ABSTRACT

The objective of the research was to determine the level of social skills in high school students of a public educational institution in the metropolitan Lima district. The instrument that was used was the Goldstein Social Skills checklist (1978), adapted to Peru by Ambrosio Tomas (1994-1995). The sample consisted of 61 students with both sexes between 12 and 17 years old. This study indicates that the majority of students are in a normal level of social skills (40, 98%). An intervention program was developed, with the objective of increasing the levels of social skills in some aspects where they are in a poor level

**Keywords:** *Social skills, first social skills, advanced social skills, feelings-related skills, alternative aggression skills, social skills to cope with stress, social planning skills, students, emotions, feelings, automatic control, self-esteem, decision-making , context.*

## INTRODUCCIÓN

El presente estudio tiene por objetivo determinar el nivel de Habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.

En cuanto al instrumento utilizado, lista de chequeos de Habilidades Sociales de Goldstein (1978), la escala de habilidades sociales fue estructurada, por el Dr. Aemold P. en New York EE-UU en el año 1983 fue traducida por Rosa Vásquez 1983, posteriormente la versión final fue traducida, adaptada, validada y estandarizada en nuestro país por Ambrosio, Tomas Rojas en 1993. (1994-1995) quien además fue el que elaboró baremos eneaticos provisionales para una muestra universitaria de estudiantes de psicología. A si mismo los ítems provienen de distintos estudios psicológicos que proporcionaron información acerca de cuáles son las conductas acertadas que hacen que los sujetos se desenvuelvan correctamente en el ámbito que se encuentren. Este test con el cual se trabajó Evalúa y mide las habilidades sociales con relación a las áreas, primeras habilidades sociales, Habilidades sociales avanzadas, Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos, Habilidades alternativas a la agresión, Habilidades sociales para hacer frente al estrés, Habilidades de planificación a puntuación con un valor por ítem a obtener mínimo es uno y el valor máximo es de cinco.

Con respecto a esta investigación, en el primer capítulo se elaboró la descripción de la realidad problemática, la formulación del problema y el planteamiento de los objetivos, lo mismo que la justificación e importancia del estudio.

En el segundo capítulo se recogieron los antecedentes internacionales y nacionales realizados en relación a la variable de estudio; asimismo, se revisaron las bases teóricas y la definición conceptual que las respaldan.

En el tercer capítulo se detalló la metodología de la investigación, el tipo y diseño. A sí mismo, se definió la población y muestra de estudio, la identificación de la variable y su operacionalización. Además, se describió el instrumento utilizado.

En el cuarto capítulo se plasmó el procesamiento, la presentación, análisis y discusión de los resultados obtenidos previamente en el capítulo anterior. Igualmente, se realizó las conclusiones y recomendaciones a partir de los resultados hallados.

Finalmente, en el quinto capítulo se desarrolló un programa de intervención para el mantenimiento y mejora de la felicidad en los estudiantes universitarios.

## **CAPÍTULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1. Descripción de la realidad problemática**

##### **A nivel Internacional**

Las habilidades sociales, son un aspecto fundamental para el desarrollo personal y social en las etapas del desarrollo del ser humano.

UNODC, (2017) Según la oficina de las naciones unidas contra la droga y el delito, llevo a cabo su primer evento en Brasilia de dialogo juvenil dentro del marco de su trabajo en función del deporte como combatir el crimen juvenil mediante el desarrollo de habilidades esenciales para la vida. En este evento junto alrededor 20 adolescentes de 11 y 17 años, desde centros olímpicos que apoyan a comunidades menos favorecidas. Así mismo mediante el dialogo juvenil dio la facilidad a sus integrantes de compartir e interactuar experiencias personales.

Al mismo tiempo se destacó el rol del deporte como transformador de vidas de niños y adolescentes especialmente su capacidad de habilidades sociales.

Finalmente, como parte de desarrollo de un programa de entrenamiento basado en evidencia “juega, vive “el cual ayuda a entrenadores deportivos a juntar el entrenamiento de habilidades para la vida en sus actividades diarias.

Por su parte, el PNUD,(2015) Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, llevo a cabo en Bogotá las habilidades socio emocionales en adolescentes, en compañía del programa de las naciones unidas. Cuya encuesta se extiende hasta el registro de los resultados que serán hasta el 2020.

Esta investigación trata de exponer como las habilidades socio emocionales se desarrolla, cual es el papel de la familia, colegio y el contexto en el proceso del aprendizaje, según Kong (2015) las fundaciones y las instituciones sociales tienen una fuerte capacidad de promover proyecto como el de OCDE, por lo cual solicito apoyo de varias de ellas para el desarrollo de la encuesta. Como la fundación Educa México, Ayrton Sena Istitute, Genesis Foundation, Aula en Paz, Respira en educación o la Fundación Empresarios por la Educación.

Al mismo tiempo Hernández Osorio, (2015) en la revista el Espectador, Bogotá formará parte de un estudio mundial se la (OCDE) Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos, en el cual participará otras nueve ciudades, donde se hará un seguimiento de varios años a estudiantes con la finalidad de medir sus capacidades socio emocionales y así mismo comprobar con estadísticas que permitan dirigir mejor la política pública educativa. Ya en la misma revista según los investigadores (Kimberly Schonert-Reichi 2015) descubrieron que se necesita la promoción de esas habilidades para tener éxito, no solo en el colegio si no en la vida. En el año 1995 se publicó el libro de Daniel Goleman llamado inteligencia emocional, lo cual mostraba que no solo es importante desarrollar un coeficiente intelectual, porque había personas con éxito en el colegio, pero carecían de habilidades sociales para evitar actitudes violentas.



Por otro lado, UNICEF en el Perú, (2015) Fondo de las Naciones Unidas Para la Infancia, mediante el programa con un encuentro deportivo en el estadio del colegio Pedro A. Labarthe, se presentó oficialmente el programa de fútbol femenino USA-Perú donde participaron 25 adolescentes del distrito de la victoria. durante la presentación del programa participaron el embajador de estados unidos de Norte América, Brian A, Nichols, y el representante de UNICEF en todo el mundo. Al mismo tiempo las adolescentes que participaron del programa estudian en los colegios públicos Pedro A. Labarthe, Isabel la Católica y Cesar Vallejo. Algunas de ellas también participan del programa Yachay del Ministerio de la Mujer y Población Vulnerables. gracias a este programa tendrán la oportunidad de desarrollar su talento para este deporte y a si mismo adquirir habilidades sociales para la vida.

Simultáneamente el objetivo de “UNICEF” aporta a la creación de políticas públicas de bienestar para niños, niñas y adolescentes que incorporen el deporte y el juego como mecanismo de desarrollo e inclusión social. El deporte impacta positivamente en el desarrollo de los niños y niñas el cual les permite desarrollar habilidades físicas como buenos hábitos para la vida. un aprendizaje lúdico y dinámico que les genera destrezas en diferentes perspectivas de su desarrollo personal.

Por último, es importante mencionar, que este programa es realizado por la Asociación Civil Deporte para Integración y el Cambio Social “Descontando con el apoyo de la embajada de EE-UU de Norte America y la asesoría técnica del fondo de la UNICEF.

## **A nivel Nacional**

ya en nuestro país, en la paguina publicada por Gob.pe, (2016) Gobierno del Peru la especialista del INSN, (2008) Instituto Nacional de Salud del Niño, señalo que el instituto cuenta con el equipo especializado de siquiattras y psicólogos formados para la atención, concentración, habilidades sociales, relación, autoestima a sí mismo la psiquiatra Rra. (Hilda Serpa) señalo que la niñez y la adolescencia es la mejor etapa para detectar y prevenir problemas de salud mental. No obstante, un lunes 10 de octubre se llevó a cabo la feria informativa sobre salud mental, en el patio central del INSN de Breña.

En cuanto al MINEDU, Ministerio de educacion. OECD, Organización para la cooperación económica y el desarrollo. UNESCO, Instituto de Estadística (2016) los niños y adolescentes necesitan habilidades cognitivas sociales y emocionales en dosis balanceadas para poder tener éxito en la vida moderna.se ha demostrado que las habilidades cognitivas, incluyendo las medidas a través de prueba de actitud y calificaciones académicas, influyen en la contingencia del éxito educativo y laboral de las personas, la sociabilidad y autoestima, han demostrado tener influencia sobre numerosas mediciones de logros sociales, conteniendo una mejor salud.

Por otro lado, en el plano de la dirección general de promocion de la salud, (2003) “Documento técnico modelo de abordaje de promoción de la salud en el Perú acciones a desarrollar en el eje temático habilidades para la vida” en cuanto a la población adolecente con respecto a las habilidades para la vida (HPV) según el estudio realizado en escolares por AMARES (2003),el 36 % de dicha” población refiere que “nunca se toma en cuenta una persona valiosa, el 36%que “cuando tiene problemas trata de resolverlo solo”, mientras el 80% presenta niveles, bajo y mediano de asertividad.

Por consiguiente, otro estudio realizado en el 2002 por el Ministerio de Educación Oficina de Tutoría y Prevención Integral Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas - DEVIDA Gerencia de Prevención y Rehabilitación del Consumo de Drogas. Financiado por la oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y delito- ONUDO; señala que el 31.3% de adolescentes presentan serias deficiencias en el desarrollo de sus habilidades sociales. Nos deja ver qué 31 escolares adolescentes de cada 100, presenta significativas deficiencias de habilidades sociales. en general, los escolares del país tienen serias deficiencias en habilidades relacionadas con sentimientos, enfrentamiento de ansiedad y afirmación personal, en cuanto a las mujeres presentan mayores habilidades sociales, especialmente relacionadas con el sentimiento, mientras que los varones poseen mayores habilidades sociales concernientes con la autoafirmación personal. Según el mismo estudio son alumnos de las regiones de Huancavelica, Ancash, Ayacucho, Pasco, y Lima, con mayores necesidades de entrenamiento en habilidades sociales.

## **A Nivel Local**

Las habilidades socio emocionales son vitales para el trabajo, pero en el Perú existe un alarmante déficit de esta.

Conforme al Diario el Comercio Gustavo Yamada, (2016) es muy importante desarrollar un conjunto de habilidades socioemocionales o competencias blandas, congruentes Aspectos como la preservación, la determinación de la extroversión y la empatía. No obstante, en la misma investigación Juan Francisco Castro, Pablo Lavado y un equipo de CIUP, han definido el impacto de algunos rasgos en la población, gracias a una encuesta del Banco Mundial. Nos muestra, un bajo nivel de habilidades socioemocionales aqueja la medida de continuar con la educación superior como las condiciones laborales y posibilidades de éxito. Según este estudio, permito llegar a la conclusión que, en países

líderes, como Finlandia y Singapur, los porcentajes de estudiantes que responden correctamente las preguntas disminuyen en cuatro o cinco puntos entre la primera y última (de 88% a 84% en el primer caso, y de 83% a 78% en el último). pero en el Perú la dependiente negativa es cinco veces mayor: va desde 54% de aciertos en la primera pregunta a solo 29% en la última. En proporción. Somos con Colombia países latinoamericanos con mayor tasa de decadencia en este indicador. Ello denota falta de persistencia y motivación.

Según el artículo del Diario La República, (2011) adolescentes maduran desarrollando sus habilidades sociales. Las habilidades sociales son un conjunto de conductas emitidas que expresan sentimientos, actitudes, opiniones y derechos de un modo adecuado, lo que incrementa los niveles de autoestima e interacción positiva con el entorno, empoderando a las personas para un mayor logro de sus objetivos, formaron los voceros del Minsa. es conveniente que los jóvenes refuercen sus habilidades sociales ya que esto favorece el aprendizaje de estrategias de comunicación. Autocontrol emocional y el afrontamiento de situaciones problemáticas.

Según el Diario Perú 21, (2013) las habilidades duras son aquellas relacionadas al conocimiento mientras tanto las habilidades blandas es la que se desarrolla en el ámbito psicológico. En el cual cita a el psicólogo Howard Gardner quien plantío "Teoría de la inteligencia múltiples" donde menciona que hay inteligencia lingüística, lógico y matemático, musical, visual, corporal, entre otras. Donde la habilidad blanda abarcaría la inteligencia social, interpersonal. Es fundamental el desarrollo desde las aulas las habilidades como puntualidad, responsabilidad, trabajo en equipo, liderazgo, pensamiento crítico disciplina, empatía entre otros.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1 Problema principal**

¿Cuál es el nivel de habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana?

### **1.2.2 Problemas específicos**

¿Cuál es el nivel de las primeras habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana?

¿Cuál es el nivel de habilidades sociales avanzadas en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana?

¿Cuál es el nivel de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos de los estudiantes de educación secundaria de una institución pública educativa del distrito de lima metropolitana?

¿Cuál es el nivel de habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana?

¿Cuál es el nivel de habilidades sociales para hacer frente al estrés en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana?

¿Cuál es el nivel de habilidades sociales de planificación en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana?

### **1.3. Objetivos**

#### **1.3.1 Objetivo general**

Determinar el nivel de habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

Determinar el nivel de las primeras habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.

Determinar el nivel de habilidades sociales avanzadas en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.

Determinar el nivel de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.

Determinar el nivel de habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.

Determinar el nivel de habilidades sociales para hacer frente al estrés en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.

Determinar el nivel de habilidades de planificación en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.

#### **1.4. Justificación e importancia**

Dar a conocer el nivel de habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana. Ya que son de vital importancia para el desarrollo de los estudiantes, permite analizar e incrementar el conocimiento respecto a esta problemática que aqueja en la vida cotidiana de los estudiantes.

De manera que al desarrollar las habilidades sociales nos permite una adecuada comunicación ya que es la base para la construcción de relaciones saludables e enriquecedoras. En la sociedad actual se está perdiendo los valores, la comunicación y las relaciones sociales e interpersonales y desde ya la importancia de desarrollar las habilidades sociales.

Los resultados hallados contribuirán con más investigaciones en el campo de la psicología educativa, así mismos datos descriptivos sobre las habilidades sociales para la proporción y desarrollo de programas de intervención para mejora y afronte de diversas situaciones de la vida cotidiana.

Finalmente se pretende ser un modelo para futuras investigaciones de índole similar; de la misma forma abordar adecuadamente las habilidades sociales, por Goldstein, no obstante, adaptada para la realidad peruana por Tomas Ambrosio.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes

##### 2.1.1 Internacionales

Contini, Coronel, Levin, & Hormigo, (2010), en la provincia de Tucumán-Argentina, realizaron un estudio titulado **“las habilidades sociales en contextos de pobreza un estudio preliminar con adolescentes de provincia de Tucumán”** los objetivos de dicha investigación han sido, describir las HH-SS de adolescentes de 11 y 12 años del NES bajo de Tucumán (Argentina) que viven bajo condiciones de pobreza y determinan si prevalecen las HHSS facilitadores de la socialización o las inhibidoras de la mismas. La metodología realizada fue investigación de tipo descriptivo explicativo. Cuya muestra está constituida por adolescentes escolarizados de NES bajo del Gran San Miguel de Tucumán Argentina, con edades de 11 y 12 años el 48% está conformado por varones el 5% por mujeres que asisten al sexto año de educación general básica de escuelas públicas residentes en zonas suburbanas de San Miguel de Tucumán. El instrumento que se aplicó en dicha investigación fue Batería de Socialización de Silva Moreno y Martonell Pallas y una Encuesta Sociodemográfica. Los resultados encontrados en la precitada investigación son estudió la prevalencia de habilidades facilitadoras o inhibidoras de la socialización y se establecieron crónicas entre la cualidad de dichas habilidades y el contexto en el que vive el adolescente.



Lupercio Gordillo, (2012-2013) en Loja-Ecuador realizo una investigación denominada **“autoestima y su relación con las habilidades sociales en los adolescentes del octavo año de educación básica del instituto tecnológico superior 12 de febrero de la ciudad de Zamora periodo septiembre 2012 febrero 2013)”**, los objetivos de esta investigación identificar el tipo de autoestima y establecer el nivel de habilidades sociales en los adolescentes. El tipo de investigación fue descriptivo correlacional-transversal con enfoque mixto sobre autoestima y su relación con las habilidades sociales. en este estudio participaron 180 adolescentes de octavo año de educación básica del instituto tecnológico superior, en dicha investigación se utilizó la evaluación psicológica (historia clínica), así misma escala de autoestima-autoexamen, también el cuestionario de habilidades de interacción social en (versión auto informe; Monjas) y la guía de observación trait ratibg. Según los resultados de esta investigación fue en cuanto a la aceptación de sí mismo presento autoestima al y positiva y en autoestima baja positiva que hace referencia a la aceptación personal disminuida por alguna crisis situacional y autoestima baja negativa que el los evaluados existe un déficit en habilidades de solución de problemas interpersonales así mismo.

Mardones Luco , (2016) Madrid-España, realizo una investigación titulada **“tipologías modales multivariadas en habilidades sociales en el marco de la personalidad eficaz en contextos educativos de educación secundaria chilenos y españoles”**, tuvo como objetivo obtener las características psicométricas de la escala de habilidades sociales HHSS1118 en estudiantes chilenos y españoles a la misma vez analizar las discrepancias significativas en el nivel de desarrollo de habilidades sociales en función de género ,edad, país, así

mismo uno de los objetivos principales planteados de esta investigación en establecer Tipologías Modales Multivariadas de Habilidades sociales en contextos educativos adolescentes. los participantes fueron 1833 estudiantes chilenos y españoles con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años. En cuanto a la muestra chilena es de 1092 alumnos y alumnas pertenecientes a 4 centros educativos de Chile y la muestra española es de 741 estudiantes pertenecientes a 3 centros educativos de España. Los estudiantes elegidos de Chile pertenecen a establecimientos educativos de financiamiento concertado o particular-subvencionado lo cual se encuentra localizado en la ciudad de Santiago, región metropolitana, así mismo los estudiantes de España pertenecen a 3 centros educativos de los cuales dos son públicas y 1 concertado o subvencionado se encuentra localizado en la ciudad de Oviedo, España. Los instrumentos utilizados fueron, la escala de habilidades sociales HHSS1118 (Giuston, Martin y Martin, 2009) y el cuestionario eficaz ampliado para adolescentes (de Giusto, 2013). el resultado de la investigación fue respecto a la variable edad, los estudiantes chilenos entre 10 a 11 años muestran una medida significativa menor a los estudiantes de 15-16 años en todos los factores de escala. Estos resultados son esperados en el marco de lo planteado por las investigaciones en psicología del desarrollo, donde en la etapa adolescente sucede numerosos cambios tanto a nivel físico como psicológico. Por otro lado, la variable país presenta diferencias significativas en todo el factor de la escala siendo las medidas de los alumnos chilenos significativamente mayores a la de los alumnos españoles. No obstante, esta diferencia se atribuye a factores socioculturales, ya que en Chile no existen programas educativos especializados y sistemático en el área. Obtenido distintas tipologías modales multivariadas significativas dando origen a 3 tipos siendo esto parecidas entre la población chilena y española. Así mismo existe una correspondencia entre las puntuaciones conseguidas en las

variables de personalidad eficaz con los perfiles de tipos en habilidad social.

Gracia Sánchez, (2016) en Bogotá-Colombia, en su investigación titulada “**desarrollo de habilidades sociales avanzada: la empatía intervención con niños de 10 años**”, el objetivo es evaluar las habilidades básicas como la empatía y posteriormente efectuar un ejercicio práctico como parte de la parte de la pasantía para optar por el título de Especialista en Psicología Educativa. la muestra se llevó a cabo con 35 estudiantes con edades entre los 10 y 11 años pertenecientes al grupo 401 de primaria sede B, estos niños presentan características conductuales como agresividad hostigamiento a sus compañeros entre otras según las menciones de los profesores y propios compañeros y orientadora de dicha institución educativa así mismo las características familiares de los niños intervenidos provienen de familia disfuncionales con maltrato físico verbales. el instrumento utilizado fue la escala de MESSY versión auto informe presentada por Trianes et al. (2002) y pronto se emplean los talleres como estrategia para desarrollar habilidades sociales en la muestra de estudio. El resultado de la investigación fue el entrenamiento de habilidades sociales beneficia los procesos de socialización y expresión de las emociones especialmente la empatía al mismo tiempo mejora la identificación y la comprensión de los sentimientos propios y de los demás.

Herrera Quiñones, (2017) La paz- Bolivia, en su trabajo de investigación titulada **“fortalecimiento de habilidades sociales en adolescentes bullers o acosadores”**, el objetivo de dicha investigación conocer la influencia del programa de fortalecimiento en habilidades sociales en adolescentes bullers del municipio de la paz. Realizo una investigación de tipo experimental con un método cuasi experimental. los participantes fueron adolescentes de 12 a 17 años de sexo femenino y masculino cursan la secundaria de las diferentes unidades educativas macro del distrito 7 del municipio de la paz, son adolescentes usuarios de la plataforma de atención a la familia los cuales muestran conductas agresivas en sus proporcionadas instituciones el número de sujetos para la muestra eran 10. El instrumento utilizado fue cuestionario de habilidades sociales del aprendizaje estructurado, del Autor Arnold Goldstein y Cols.1980 y adaptado y validado por Gonzales (2002). El resultado de la investigación fue que el programa de fortalecimiento de habilidades sociales causo el impacto deseado en los sujetos de bullers, así mismo el éxito del programa se ve reflejado en el comportamiento de los sujetos a partir de la aplicación del programa mejoraron sus habilidades sociales mediante el cual les permite tener conductas socialmente habilidosas.

### 2.1.2 Nacionales

Choque Larrauri & Chirinos Cáceres, (2009) Huancavelica-Perú realizaron una investigación titulada **“eficacia del programa de habilidades sociales para la vida en adolescentes escolares de Huancavelica Perú”**, cuyo objetivo fue Determinar la eficacia de un programa educativo de habilidades para la vida en el ambiente de las escuelas promotoras de la salud, en adolescentes escolares con edades entre 13 y 16 años de edad varones y mujeres de una institución educativa de 3,4,5 grado de educación secundaria del distrito de Huancavelica, que es el más pobre del Perú, En esta Región el 83,7 % de la población está en pobreza y el 61,1 % en un contexto de pobreza extrema. El Índice de Progreso Humano es de 0,4 que la cataloga en el nivel bajo de desarrollo humano. El 24 % de la población es analfabeta. El tipo de investigación experimental, con pre prueba y pos prueba, con grupo control no equivalente. En esta investigación participaron estudiados 284 estudiantes adolescentes de educación secundaria. Los resultados fueron hubo incremento significativo en el desarrollo de habilidades sociales de comunicación y asertividad así mismo no se encontraron diferencias significativas en el desarrollo de habilidades de toma de decisiones y autoestima.

Navarro Huaycani , (2014) Tacna-Perú en su trabajo de investigación titulada **“desarrollo de habilidades sociales y su relación con la edad de los adolescentes de 1 ro a 5to de secundaria en la institución educativa coronel Bolognesi Tacna Perú 2013”**, el objetivo determinar la relación entre el desarrollo de habilidades sociales y la edad de los adolescentes. Para ello se ejecutó un estudio de tipo descriptivo, correlacional y de corte trasversal, en el cual estuvo conformada por unidades

de estudio 310 adolescentes, con edades que escalan entre 12 a 17 años. Para la selección de datos se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario, así mismo la lista de evaluación de habilidades sociales del Ministerio de Salud, mediante el resultado hallado se demostró que consta relación estadística significativa entre el nivel de habilidades sociales y la edad de los adolescentes.

Noa Pérez , (2014) en la ciudad de Ayacucho-Perú en su trabajo de investigación titulado **“Entrenamiento de habilidades sociales y efecto en el bienestar psicológico de adolescentes trabajadores de la calle. Ayacucho, 2013”**, cuyo objetivo fue de demostrar el efecto el uso de un programa de entrenamiento de habilidades sociales en el bienestar psicológico de adolescentes trabajadores de la calle (Ayacucho, 2013) La investigación analítica tuvo diseño experimental en 60 adolescentes entre 12 a 17 años inscritos en Wawakunamantaq, donde La técnica de recolección de datos fue la evaluación psicométrica y el instrumento, el test de Bienestar psicológico de Ryff, teniendo como resultado, un efecto positivo y significativo en el bienestar psicológico de los adolescentes trabajadores de la calle de la ciudad de Ayacucho.

Huallpa Quispe , (2015) en la ciudad de Arequipa-Perú en su trabajo de investigación titulado **“Habilidades sociales y actitudes sexuales en adolescentes de 15-19 años, academia preuniversitaria Bryce Arequipa 2014”**, cuyo objetivo fue: determinar el vínculo entre las habilidades sociales y las actitudes sexuales en adolescentes, el método empleado fue de tipo descriptivo de diseño correlacional y de corte trasversal. la población estuvo conformada 2088 alumnos de quienes se tomó una muestra de 325 adolescentes, los mismos que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión. el instrumento utilizado fue como método la encuesta, como

técnica la entrevista y como instrumento los cuestionarios de información general, cuestionario de habilidades sociales y el test de actitudes sexuales. Los resultados de dicha investigación es una asociación significativa al relacionar las actitudes sexuales de los adolescentes con el grado de instrucción de ambos padres y al relacionar las habilidades sociales de los adolescentes con el sexo. Ya en relación al resto de datos generales se obtuvieron una asociación no significativa de las actitudes sexuales con la edad, con el sexo, con quién vive, con el inicio de relaciones sexuales, así como al relacionar a las habilidades sociales con la edad, con quien vive y el inicio de relaciones sexuales. Obteniendo un promedio de adolescentes tiene 17 años de edad, el 50.2% de ellos son varones y el 49.8% mujeres, el 73.8%.

Flores Mamani, Garcia Tejada, Calsina Ponce, & Yaouchura Sayco, (2016) en la ciudad de Puno-Perú realizaron una investigación titulada **“las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano – Puno”**, el cual presenta los siguientes aspectos de estudio tipo de investigación es descriptivo correlacional. Así mismo la población estuvo compuesta por todos los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano, la muestra estuvo constituida por 335 estudiantes. Los instrumentos utilizados fueron encuestas aplicadas para determinar las habilidades sociales y la comunicación. El procesamiento y análisis de los resultados que llevaron a cabo fue del Programa SPSS. Los resultados encontrados en la referida investigación interpersonal se demuestran que, sí existe una correlación positiva intensa entre estas dos variables.

Díaz Gutiérrez & Huamán Cosme, (2016) Cajamarca-Perú, realizaron una investigación titulada **“eficacia de la aplicación del manual de habilidades sociales en adolescentes escolares (minsa-2005) en una institución educativa de Cajamarca”**, cuyo objetivo fue determinar el efecto de la aplicación del manual de habilidades sociales en alumnos de segundo grado de secundaria, para ello se hizo un estudio de tipo empírico con una metodología cuantitativa en el cual el diseño de investigación hace referencia a un perfil de investigación de tipo cuasi experimental, la población fue por 70 estudiantes seleccionados con muestreos probabilísticos intencional, tuvieron en cuenta criterios de inclusión y exclusión, realizaron un programa de intervención donde se llevó a cabo 13 sesiones desarrolladas en una hora pedagógica cada una de durante dos meses. Los instrumentos utilizados fueron lista de chequeo de habilidades sociales, donde evalúa cuatro tipos de resultados de habilidades sociales (comunicación, asertividad, toma de decisiones y autoestima), según los resultados obtenidos demuestran que la aplicación del manual de habilidades sociales para adolescentes escolares fue positivo.

Vega León, (2017) en la ciudad de Huánuco – Perú , en su investigación titulada **“Funcionamiento familiar y habilidades sociales en adolescentes víctimas de violencia familiar, Huánuco – 2017 “**, el objetivo de dicha investigación determinar la relación entre el funcionamiento familiar y las habilidades sociales en los adolescentes víctimas de violencia familiar, tipo de investigación observacional, prospectivo transversal , con un diseño descriptivo correlacional , cuya muestra fue de tipo probabilístico en la cual participaron 70 adolescentes entre las edades de 12 a 17 años, Los instrumentos que utilizados fueron: Escala de Adaptabilidad y Cohesión FACES III y el Cuestionario de Habilidades Sociales. Para el análisis de datos parte descriptiva se realizó un análisis descriptivo de las variables de



estudio mediante tablas de frecuencias gráficas, medidas de tendencia central y dispersión con el objetivo de conocer el comportamiento de dichas variables, para el Análisis Inferencial utilizó prueba estadística Chi Cuadrada ( $\chi^2$ ). Del cual los resultados mostraron que se encontró a los adolescentes víctima de violencia la mayoría son de la edad de 12 años, del género femenino y provienen del Distrito de Huánuco. Así mismo la organización familiar que predomina es la familia nuclear. Finalmente se halló que existe relación entre el funcionamiento familiar y las habilidades.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Habilidades sociales**

A través de la historia sobre habilidades sociales ha surgido numerosos conceptos pues no habiendo llegado, todavía a un acuerdo terminante sobre lo que es habilidad social, así mismo cabe mencionar que La revisión bibliográfica permitió contar con diversos conceptos a pesar de las dificultades para definir que es una habilidad social, a continuación, se hace mención a diferentes autores con distintos conceptos que han desarrollado acerca de lo que ellos consideran que son las habilidades sociales.

Alberti, (1978) conducta que permite a una persona actuar según sus beneficios más importantes, defenderse sin ansiedad inapropiada. Enunciar cómodamente sentimientos honestos o realizar los derechos personales sin negar los derechos de los demás

Linean, (1984) es la capacidad compleja de emitir conductas que mejoren la influencia interpersonal y la resistencia a la influencia social no deseada, mientras que al mismo tiempo optimizan las ganancias y minimizan las pérdidas en relación con las otras personas y manteniendo la propia integridad.

Según Caballo, (1986) es conjunto de conductas expresadas por un individuo en un contexto interpersonal que enuncia los sentimientos, deseos, actitudes, opiniones o derechos del individuo de un modo apropiado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas de inmediato de la situación mientras disminuye la probabilidad de futuros problemas.

### **2.2.2. Reseña Histórica**

Los orígenes de las habilidades sociales asciende a Salter et al, (1949) que es considerado uno de los padres de la terapia de conducta, desarrollo en su libro *Conditionet Reflex Therapy* (terapia de reflejo condicionado ) las cuales son enseñadas actualmente en el aprendizaje de habilidades sociales. Dando comienzo a diversos estudios basados en los inicios de la denominada terapia de la conducta de salter. Por otro lado, inspirado por las ideas de salter, Wope; quien fue el primero autor en emplear el termino de conducta asertiva, lo que pasaría a ser sinónimo de habilidades sociales a partir de los años 70. Wolpe definía la conducta asertiva como la expresión de los sentimientos de amistad y cariño, a su misma vez como otros más negativos, como la ansiedad.

Por otro lado, Alberti y Emmons en 1978 quienes dedicaron el primer libro sobre el asertividad. Y otros autores como (Eisler y Hersen 1973), (McFll 1982) y (Godstein 1976) fueron los que realizaron investigaciones sobre el entrenamiento de dichas habilidades. Naciendo así diversos estudios fundamentados en los inicios de la llamada terapia de conducta de saltes, todas ellas desarrolladas en EEUU.

Mientras en Europa los ingleses Argyle y Kendon (1967) relaciona el termino de habilidades sociales con la psicología social, defendiéndola como “una actividad organizada, coordinada, en relación con un objeto o una situación, que involucra una cadena de componentes sensoriales, centrales y motores; una de sus características principales es que la actuación, o secuencias de actos, se halla continuamente bajo el control de la entrada de información sensorial”

### **2.2.3. Importancia de las Habilidades Sociales**

La habilidad social es un aspecto clave fundamental en el proceso de desarrollo y socialización de los adolescentes, ya que es en esta etapa donde desarrollan su personalidad.

Hops, (1976) las interacciones sociales proporcionan a los niños la oportunidad de aprender y efectuar habilidades sociales que puedan influenciar de manera crítica en su posterío adaptación social, emocional y académica. Considera que el ser humano vive un proceso continuo de desarrollo y aprendizaje donde interactúa su programación genética y su medio social, sienta este un ser social por naturaleza y requiriendo de su entorno para desarrollarse integralmente.

## **2.2.4. Características de las Habilidades Sociales**

### **2.2.4.1 Característica Según la OMS**

Estima que las siguientes habilidades para la vida son indispensables (Mantilla, 1993)

Capacidad de tomar decisiones, de resolver problemas, la capacidad de pensar en forma creativa, capacidad de pensar en forma crítica, de una comunicarse con eficacia, capacidad de establecer y mantener relaciones interpersonales, el auto conocimiento. la capacidad de experimentar empatía, controlar las emociones, de manejar la tensión y el estrés.

### **2.2.4.2 Característica según Lazarus,**

Lazarus, (1973) uno de los primeros en disponer, desde una posición de práctica clínica las principales clases de respuestas dimensiones conceptuales los cuales abarca las habilidades sociales. Cuyo actor indico cuatro capacidades:

- 1) decir "no".
- 2) pedir favor y hacer peticiones.
- 3) expresar sentimientos positivos y negativos.
- 4) iniciar mantener y terminar conversaciones.

De estos cuatro tipos de respuestas han girado las dimensiones conceptuales más aceptadas. Perez Santamaria(1999) , Torbay et(2001) & Portillo(2001). son las siguientes:

- Escuchar.
- Saludar, presentarse y despedirse.
- Iniciar, mantener y terminar una conversación.
- Hacer y rechazar peticiones
- Disculpar o admitir la ignorancia.
- Defender los derechos.
- Negociar.
- Expresar y defender las opiniones, incluido el desacuerdo
- Afrontar las críticas
- Hacer y recibir cumplidos
- Formular y rechazar peticiones.
- Expresar amor grado y afecto.
- Expresar justificadamente molestias, desagrado o enfados.
- Pedir el cambio de conducta del otro
- Cooperar y compartir.
- Expresar y recibir emociones.
- Dirigir a otros.
- Solucionar conflictos
- Dar y recibir retroalimentación.
- Realizar una entrevista
- Solicitar un trabajo
- Hablar en publico

#### **2.2.4.3 Característica Según Kelly**

dicho autor en (1987) considero como componente de las habilidades sociales, lo siguiente:

- 1) Los saludos
- 2) Los iniciadores sociales
- 3) invitar a otro a participar de una actividad
- 4) participar uno mismo en las actividades de los demás

#### 2.2.4.4 Característica según Monjas

Por su parte Monjas, (1993) ya en la aplicación de programas de habilidades sociales dirigido a la población infantil y juvenil son las siguientes:

**Figura N° 1.**

*cuadro de habilidades sociales de Monjas*

AREAS	HABILIDADES
<b>Área 1. Habilidades básicas de interacción social</b>	1.1. Sonreír y reír 1.2. Saludar 1.3. Presentaciones 1.4. Favores 1.5. Cortesía y amabilidad
<b>Área 2. Habilidades para hacer amigos/as</b>	2.1. Alabar y reforzar a las y los otros 2.2. Iniciaciones sociales 2.3. Unirse al juego con otros/as 2.4. Ayuda 2.5. Cooperar y compartir
<b>Área 3. Habilidades conversacionales</b>	3.1. Iniciar conversaciones 3.2. Mantener conversaciones 3.3. Terminar conversaciones 3.4. Unirse a la conversación de otros/as 3.5. Conversaciones de grupo
<b>Área 4. Habilidades relacionadas con los sentimientos y emociones</b>	4.1. Expresar autoafirmaciones positivas 4.2. Expresar emociones 4.3. Recibir emociones 4.4. Defender los propios derechos 4.5. Defender las opiniones
<b>Área 5. Habilidades para afrontar y resolver problemas interpersonales</b>	5.1. Identificar problemas interpersonales 5.2. Buscar soluciones 5.3. Anticipar consecuencias 5.4. Elegir una solución 5.5. Probar la solución
<b>Área 6. Habilidades para relacionarse con los adultos</b>	6.1. Cortesía con el adulto 6.2. Refuerzo al adulto 6.3. Conversar con el adulto 6.4. Solucionar problemas con adultos 6.5. Peticiones del adulto

Fuente: (file:///C:/Users/USER/Downloads/resilienciamonjaU  
NED\_Baleares.pdf)

#### **2.2.4.5 Característica según Caballo y Kelly**

Según Caballo (1987-1991) y Kelly (1987), las habilidades de interacción social son conductas que se aprenden. Para ellos las habilidades sociales se aprenden a través de los siguientes mecanismos:

- 1) Aprendizaje por experiencia directa
- 2) Aprendizaje por observación
- 3) Aprendizaje verbal instruccional
- 4) Aprendizaje por feedback interpersonal

#### **2.2.4.6 Característica según Van Hasselt y Cois**

Según Van Hasselt y Cois, (1979) son tres los elementos básicos de las habilidades sociales:

- 1) Las habilidades sociales son específicas a las situaciones, el significado de una determinada conducta varía dependiendo de la situación en que tenga lugar.
- 2) La efectividad interpersonal se juzga según las conductas verbales y no verbales mostrada por el individuo. Además, estas respuestas se aprenden.
- 3) El papel de la otra persona es importante y la eficacia interpersonal debería suponer la capacidad de comportarse sin causar daño (verbal o físico) a los demás.

## **2.2.5 Dimensiones**

### **2.2.5.1 Habilidades sociales**

Goldstein, (1978) define las habilidades sociales en los adolescentes en seis grupos;

- Grupo 1: Primeras habilidades sociales
- Grupo 2: Habilidades Sociales Avanzadas
- Grupo 3: Habilidades sociales relacionadas con el sentimiento
- Grupo 4: Habilidades Alternativas a la agresión
- Grupo 5: Habilidades sociales para hacer frente al estrés
- Grupo 6: habilidades de planificación

## **2.2.6. Normatividad**

### **2.2.6.1 Teoría del aprendizaje social**

Según la teoría de Bandura, (1982) la relación entre la persona y el ambiente. Esta teoría explica como las personas pueden aprender cosas nuevas y a su misma vez desarrollar nuevas conductas a través de la observación de otros individuos. Añade dos ideas muy importantes: 1, los procesos de mediación se producen entre estímulos y respuestas. 2, la conducta es aprendida desde el medio ambiente o mediante el proceso de aprendizaje por observación. No obstante, sostiene que los niños, aprenden observando imitando lo que las personas adultas hacen, notan las consecuencias de las acciones. Dado que es la recompensa o el castigo que recibe por emitir determinada conducta.



### **2.2.6.2 Aprendizaje por medio de modelos**

Los niños observan a las personas que lo rodean para ver e imitar cómo se comportan los individuos observados los cuales son llamados MODELOS. No obstante Bandura (citado en Chance, 2012) divide el aprendizaje social en cuatro procesos que son los siguientes:

1. Proceso de atención: los sujetos aprenden por observación, los procesos de atención fijan a quienes se va seleccionar de los muchos modelos posibles y que aspectos se extraen del modelo a seguir (Bandura, 1987). La atención, es prestada por el observador a las acciones relevantes del ambiente. En cuyo proceso, se basa en la influencia de las características del modelo. Si vas aprender algo, necesitas estar prestando atención. De la misma manera, todo aquello que suponga un freno a la atención, resultara en un perdido del aprendizaje por observación, la propiedad del modelo tiene que ver sobre las cosas que influí la atención.
2. Proceso de retención: segundo dentro del aprendizaje por observación algunas conductas se retienen en forma de imágenes, cuando los estímulos que sirven de modelo se exponen reiteradamente, graban imágenes perdurables y recuperables estas imágenes son codificadas y guardadas en la memoria (Bandura,1987). debemos ser capaces de retener recordar aquello que hemos prestado atención, normalmente lo guardamos a través de imágenes mentales o descripciones verbales, la memoria juega un papel fundamental. la persona que está formando un nuevo comportamiento, debe

almacenarlo en su memoria, para reproducirlo a continuación.

3. Procesos reproductores motores: en los aprendizajes cotidianos las personas suelen acercarse a las costumbres nuevas que están aprendiendo, sirviéndose de modelos, consiste en transformar lo aprendió a conducta (Bandura,1987).
4. Procesos motivacionales: los sujetos son más propensos a llevar acabo los tres procesos ya nombrados con anterioridad si consideran que son importantes. Se crean expectativas, con base a sus creencias y valores, sobre la consecuencia de los modelos (schunk,1997).

### **2.2.6.3 Teoría de Vicente. Caballo**

Caballo, (1988) en el cual reviso varios trabajos que se realizó 1970-1986 donde emplearon componentes conductuales, habiendo encontrado elementos conductuales de las habilidades sociales más usados, que son las siguientes:

- 1) Componentes no verbales: donde hace referencia, mirada contacto ocular, latencia de respuesta y posturas.
- 2) Componentes para lingüísticos: en el cual hace referencia, voz, tiempo de habla, perturbación del habla y fluidez del habla
- 3) Componentes verbales: contenido general, iniciar la conversación, y retroalimentación.

- 4) Componentes mixtos más generales: hace referencia afectos, conducta positiva espontanea, escoger un momento apropiado a si mismo tomar la palabra como ceder la palabra, conversaciones en genera y saber escuchar.

#### **2.2.6.4 Teoría de Elena Gismero**

Según Gismero Gonzales, (2010) menciona que las habilidades sociales están formadas por seis áreas, los cuales son:

1. Autoexpresión de situaciones sociales. Un factor donde se refleja capacidades de expresarse uno mismo de una forma abierta y sin ansiedad en diferentes tipos de situaciones sociales, como entrevistas laborales, tiendas, en grupo o reuniones sociales.
2. Defensa de los propios derechos como consumidor. Muestra la expresión de conductas asertivas frente a descocidos en defensa de los propios derechos como por ejemplo no dejarse colar a una fila de un puesto, así mismo como situaciones como en el sine que se calle si fuese el caso esta persona hablar, pedir documentos, devolver un objeto afectuoso entre otros.
3. Expresión de enfado o desconformidad. Muestra la capacidad de expresar enfado o sentimientos negativos justificados y desacuerdos con otras personas, esto es en el caso de una puntuación alta. Por otro lado, una puntuación baja se interpretaría como la dificultad para expresar discrepancias callarse ante una situación incómoda para evitar conflictos con los demás sea ante amigos o familiares.

4. Decir no y cortar interacciones. Un aspecto donde se corta las interacciones que no se quieren conservar, así mismo como el negarse a prestar algo cuando nos disgusta. Esto trata de un aspecto de la confirmación en lo que lo crucial es poder decir no a otras personas y cortar la interacciones ya sea a corto o largo plazo que no se quiera mantener más tiempo.
  
5. Hacer peticiones. Donde se expresa la expresión de peticiones a otras personas de algo que se desea, ya sea la devolución de algo que se dio prestado o pedir favor, en una situación de consumo ya sea en un restaurante no nos traen algo tal como se les pedio y queremos cambiarlo o ya sea el cambio de dinero cuando se nos da mal. En una puntuación alta en este factor indica que la persona es capaz de hacer peticiones semejantes a estas sin dificultad por otro lado una puntuación baja indicaría dificultad para decir peticiones de lo que queremos a otras personas
  
6. Iniciar atracciones positivas con el sexo opuesto. Habilidad para iniciar interacciones con el sexo opuesto, un diálogo, una cita, y de hacer espontáneamente un cumplido un halago, hablar con alguien que resulte atractivo. Una calificación alta indica facilidad para tales conductas. Una buena iniciativa para comenzar interacciones con el sexo opuesto así mismo expresar lo que nos gusta, una puntuación baja indicaría dificultada para llevar acabo lo mencionado anteriormente.

## **2.3. Definiciones Conceptuales**

### **2.3.1. Habilidades sociales**

Wolpe, (1977) la expresión adecuada, dirigida hacia otra persona, de cualquier emoción que no sea la respuesta de ansiedad.

Meichenbaum, Butler, & Grudson , (1981) sostienen que es imposible desarrollar una definición durable de competencia social puesto que esta es parcialmente dependiente del contexto cambiante. ya que la habilidad social debe considerarse dentro de un marco cultural determinado, y los patrones de comunicación varían ampliamente entre culturas y dentro de una misma cultura. Dependiendo de factores como la edad, el sexo, la clase social y la educación ya que el individuo trae también al medio sus propias actitudes, valores, creencias, capacidades cognitivas y estilo único de interacción.

Wilkinson y Canter,(1982) no puede haber criterio absoluto de habilidades sociales. Sin embargo, todos parecemos conocer que son habilidades sociales de forma intuitiva.

Libet y Lewinsohn,(1973) capacidad compleja de emitir conductas que son reforzadas positiva o negativamente, y de no exponer conductas que son castigadas o extinguidas por los demás.

según Goldstein, (1978) conceptualiza las habilidades sociales en seis grupos las cuales evalúan la prueba echa por ya mencionado autor que son las siguientes:

- 1) conceptualiza las primeras habilidades sociales “como un reflejo de habilidades sociales básicas para la interacción con los demás dentro de los cuales están: el escuchar, iniciar una conversación, y prestar a otras personas”.
- 2) Define esta dimensión de habilidades sociales avanzadas como “muestra un nivel avanzado de interacción social, dar instrucciones y seguirlas, participar disculparse y convencer a los demás”.
- 3) Así mismo conceptualiza las habilidades relacionadas con los sentimientos “el nivel de comprensión de propios sentimientos, comprender a los demás, expresar afecto y auto compensarse”
- 4) Habilidades alternas a la agresión explica esta dimensión referida a habilidades como “herramienta para emplear el auto control, defender sus derechos, responder a las bromas, evitar problemas con los demás y no entrar en peleas”.
- 5) Conceptualiza las habilidades para hacer frente al estrés como “el nivel para responder al fracaso, responder persuasiones, enfrentarse a mensajes contradictorios, prepararse para conversaciones difíciles y hacer frente a presiones de grupo”.
- 6) Finalmente explica esta dimensión de habilidades de planificación como “habilidades para tomar decisiones, establecer objetivo, resolver los problemas según sus importancias y concentrarse en una tarea”.

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1. tipo y diseño de investigación**

##### **3.1.1 Tipo**

La presente investigación es de tipo descriptivo ya que va recolectar datos sobre diversos aspectos, dimensiones de dicha investigación. Según (Arias 2006), la investigación descriptiva permite medir de forma independiente las variables, aun cuando no se formule hipótesis

##### **3.1.2 Diseño**

El diseño de la investigación es no experimental, ya que no se manipula la muestra. Kerlinger & Lee, (2002) nos expresan que la investigación no experimental es la investigación empírica y sistemática en la que el científico no posee control directo de las variables independientes, debido a que sus manifestaciones ya han ocurrido o que son inherentemente no manipulables.

#### **3.2. Población y muestra de estudio**

##### **3.2.1. Población**

La población de estudio está conformada por 61 estudiantes de ambos sexos, 29 hombres y 32 mujeres estudiantes de primero y segundo año de educación secundaria de una institución educativa pública de Lima metropolitana.

### **3.2.2. Muestra**

El tipo de muestra es censal, pues se seleccionó el 100% de la población al consideras a toda la población que conforma los estudiantes de educación secundaria de una institución educativa del distrito de lima metropolitana. La muestra está conformada por 61 estudiantes,

Para Ramirez , (1997) la muestra censal es considera aquella donde todas las unidades de investigación son tomadas como nuestra.

## **3.3. Identificación de la variable y su operacionalización**

### **3.3.1. Variable de estudio**

La variable a estudiar es habilidades sociales el cual tiene como objetivo determinar la deficiencia y la competencia que obtiene una persona en sus habilidades sociales personales e interpersonales. Por otro lado, mediante este instrumento no solo evalúa en que media las personas son competentes en el empleo de habilidad social, sino también en qué tipo de circunstancias lo son.



**Tabla 1***operacionalización de la variable*

<b>Variable</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Peso</b>	<b>N° de ítems</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Niveles</b>
<b>Habilidades Sociales</b>					
Son un conjunto de habilidades y capacidades (variadas y específicas) para el contacto interpersonal y la situación de problemas de índole interpersonal, y/o socioemocional. Estas	<b>Primeras habilidades Sociales</b>				<b>Deficiente nivel</b>
	Reflejan habilidades sociales básicas para interactuar con los demás tales como escuchar, iniciar y mantener una conversación, presentarse y presentar a otras personas. (Goldstein,1978)	<b>16%</b>	<b>8</b>	<b>Primeras habilidades sociales</b> (1,2,3,4,5,6,7,8)	<b>Bajo nivel</b>
					<b>Normal</b>

habilidades y capacidades se aplican en actividades desde básicas hasta avanzadas e instrumentales (Goldstein, 1989)

**Buen nivel**

**Excelente nivel**

**Deficiente nivel**

**Habilidades sociales  
Avanzadas**

**Bajo nivel**

Muestran un nivel avanzado de interacción social, que tiene que ver con participar, dar instrucciones y seguirlas, disculparse y convencer a los demás. (Goldstein,1978).

**12%**

**6**

**Habilidades sociales avanzadas**  
(9,10,11,12,13,14)

**Normal**

**Buen nivel**

**Excelente nivel**

<b>Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos</b>					<b>Deficiente nivel</b>
					<b>Bajo nivel</b>
Un tercer grupo de habilidades sociales son aquellas relacionadas con los sentimientos. Se refiere al nivel de comprender sus propios sentimientos los sentimientos de los demás, expresar afecto y auto recompensarse. (Goldstein,1978).	<b>14%</b>	<b>7</b>	<b>Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos</b> (15,16,17,18,19, 20, 21)	<b>Normal nivel</b>	<b>Buen nivel</b>
				<b>Excelente nivel</b>	<b>Deficiente nivel</b>
<b>Habilidades alternativas a la agresión</b>					<b>Bajo nivel</b>
Referida a las habilidades para emplear el autocontrol, defender sus	<b>18%</b>	<b>9</b>	<b>Habilidades alternativas a la agresión</b> (22,23,24,25,26,27 ,28, 29, 30)	<b>Normal nivel</b>	<b>Buen nivel</b>

derechos, responder a las bromas, evitar problemas con los demás y no entrar en peleas. (Goldstein,1978).				<b>Excelente nivel</b>
				<b>Deficiente nivel</b>
<b>Habilidades sociales para hacer frente al estrés</b>				<b>Bajo nivel</b>
Referidas al nivel para responder al fracaso, responder persuasiones, enfrentarse a mensajes	<b>24%</b>	<b>12</b>		<b>Normal nivel</b>
contradictorios, prepararse para conversaciones difíciles y hacer frente a presiones de grupo. (Goldstein, 1978).			<b>Habilidades sociales para hacer frente al estrés</b> (31,32,33,34,35,36,37,38,39,40,41,42)	<b>Buen nivel</b>
				<b>Excelente nivel</b>
	<b>16%</b>	<b>8</b>		<b>Deficiente nivel</b>

---

<b>Habilidades sociales de Planificación</b>	<b>Bajo nivel  Normal nivel</b>
Habilidades para tomar decisiones, establecer objetivos, resolver los problemas según su importancia y concentrarse en una tarea. (Goldstein, 1978).	<b>Habilidades de planificación (43,44,45,46,47,48 ,49,50)</b>  <b>Buen nivel  Excelente nivel</b>

---

### **3.4. Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico**

#### **3.4.1 Técnicas**

Trespalacios, Vázquez y Bello., 2005 y Bernal, (2010) nos indican que las técnicas a emplearse en la investigación son:

- a) Técnicas de recolección de información indirecta: Se recopiló información de fuentes bibliográficas y estadísticas; recurriendo a las fuentes de origen, pudiendo ser libros, revistas, trabajos de investigaciones, etc.
- b) Técnicas de recolección de información directa. Se recopiló información mediante la aplicación de encuestas en muestras representativas de la población
- c) Técnica de observación. Nos permite conocer directamente el objeto de estudio para luego describir y analizar situaciones sobre la realidad estudiada.

#### **3.4.2 Instrumento de evaluación**

El instrumento de medición y evaluación será la escala de habilidades sociales de Goldstein, adaptada por Tomás, Rojas, (1994-95).

#### **Ficha técnica**

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Lista de Chequeo Conductual de las Habilidades Sociales
<b>Autor:</b>	Dr. Arnold P. Goldstein (1978)
<b>Nombre de la Prueba Adaptada:</b>	Escala de Habilidades Sociales
<b>Adaptación:</b>	Ambrosio Tomás Rojas (1994 -1995)

<b>Administración:</b>	Individual o colectiva
<b>Duración:</b>	15 minutos aproximadamente
<b>Significación:</b>	<p>Evalúa y mide las habilidades sociales con relación a las siguientes áreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ primeras habilidades sociales.</li> <li>❖ habilidades sociales avanzadas.</li> <li>❖ Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos.</li> <li>❖ habilidades alternativas a la agresión.</li> <li>❖ habilidades sociales para hacer frente al estrés.</li> <li>❖ Habilidades de planificación</li> </ul>
<b>Puntuación:</b>	valor por ítem a obtener mínimo es 1 y el valor máximo es de 5.

La lista de chequeos de habilidades sociales está compuesta por 50 preguntas, agrupadas en 6 áreas lo cual se muestran en una escala graduada del 1 a 5 de la siguiente manera:

- 1.....Nunca usa la habilidad
- 2.....Rara vez usa la habilidad
- 3..... A veces usa la habilidad
- 4.....A menudo usa la habilidad
- 5.....Siempre usa la habilidad

**Tabla 2***Áreas de la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein*

	<b>AREAS</b>	<b>ITEMS</b>
<b>GRUPO I</b>	:primeras habilidades	02 – 08
<b>GRUPO II</b>	:habilidades sociales avanzadas	9 – 14
<b>GRUPO II</b>	:habilidades sociales relacionada con los sentimientos	15 – 21
<b>GRUPO IV</b>	:habilidades alternativas a la agresión	22 – 30
<b>GRUPO V</b>	:habilidades sociales para hacer frente al estrés	31 – 42
<b>GRUPO VI</b>	:habilidades de planificación	43 – 50

### **3.4.3 Adaptación**

la escala de habilidades sociales fue estructurada, por el Dr. Aemold P. en New York EE-UU en el año 1983 fue traducida por Rosa Vásquez 1983, posteriormente la versión final fue traducida, adaptada, validada y estandarizada en nuestro país por Ambrosio, Tomas Rojas en 1993. (1994-95). quien además elaboró baremos eneatipicos provisionales para una muestra universitaria de estudiantes de psicología.

A si mismo los ítems provienen de distintos estudios psicológicos que proporcionaron inquisición acerca de cuáles son las conductas apropiadas que hacen que los sujetos se desenvuelvan correctamente en el ámbito que se encuentren.

### **3.4.4 Validez y confiabilidad**

Tomas, A. (1995), al consumir el análisis de ítems de la lista de chequeo de habilidades sociales hallo correlaciones significativas ( $p < .05, .01, .001$ ) quedando el instrumento intacto, es decir, con todos sus ítems completos ya que no hubo necesidad de eliminar alguno.



### 3.4.5 Baremos

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

Las líneas continuas señalan los límites de los eneatis 4,5 y 6 representan a la actuación del promedio (eneatis 5) y de las desviaciones estándar por debajo (eneatis 4) y por encima (eneatis 6) del promedio. En la parte inferior de los baremos, figura las medias

(x), las desviaciones estándar (DS) y el número de sujetos de la muestra (N). Tomas, (1994-95).

**Tabla 3**

CALIFI C.	PUNTUACIÓN DIRECTA EN LA ESCALA						TOTAL
	I	II	III	IV	V	VI	
9	34	27	31	41	52	40	209
8	31	25	29	38	49	37	199
7	29	23	27	36	45	35	189
6	27	22	25	33	42	32	179
5	25	20	23	31	39	30	169
4	23	18	21	29	36	27	159
3	21	15	19	26	33	25	149
2	18	14	17	24	29	23	139
1	0	0	0	0	0	0	0
N	150	150	150	150	150	150	150
X	26.01	20.63	23.59	32.14	40.57	31.11	174.04
DS	4.38	3.68	3.98	4.84	6.42	4.82	20.23

La conversión de los puntajes directos en Eneatipos permiten indicar a que nivel pertenecen mediante la tabla y la significación de los niveles podrá interpretar cómodamente que son los siguientes:

Enea tipos 1: deficiente nivel de habilidades sociales.

Enea tipos 2 y 3: Bajo nivel de habilidades sociales.

Enea tipo 4,5 y 6: Normal nivel de habilidades sociales.

Enea tipo 7 y 8: buen nivel de habilidades sociales.

Enea tipo 9: Excelente Nivel de habilidades sociales.

## CAPÍTULO IV

### PROCESAMIENTO, PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

#### 4.1. Procesamiento de los resultados

Una vez conglomerada la información, se procedió a realizar lo siguiente:

- ❖ Tabular la información, codificarla y transmitirla a una base de datos computarizada (MS Excel 2013 y IBM SPSS Statistics versión 22)
- ❖ Se determinó la distribución de las frecuencias y la incidencia participativa (porcentaje) de los datos del instrumento de investigación.
- ❖ Se aplicaron las siguientes técnicas estadísticas:
  - ❖ Valor máximo y valor mínimo
  - ❖ Media aritmética

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

## 4.2. Presentación de los resultados

### 4.2.1. Características de la muestra

Tabla 4.

Medidas estadísticas descriptivas de la variable de investigación de habilidades sociales.

Estadísticos		
HABILIDADES SOCIALES		
N	Válido	61
	Perdidos	0
Media		177,25
Mínimo		114
Máximo		241

El resultado realizado de 61 sujetos, sobre habilidades sociales tiene como interpretación los siguientes datos:

- ❖ Una media de 177,25 se categoriza como “Normal”
- ❖ Un valor mínimo de 114 que se categoriza como “Deficiente”
- ❖ Un valor máximo de 241 que se categoriza como “Excelente”

**Tabla 5**

*Medidas estadísticas descriptivas de los factores pertenecientes a las habilidades sociales*

<b>Estadísticos</b>							
	PRIMERAS HABILIDAD ES SOCIALES	HABILIDAD ES SOCIALES AVANZADA S	HABILIDADE S SOCIALES RELACIONA DAS CON LOS SENTIMIEN TOS	HABILIDAD ES ALTERNATI VAS A LA AGRESIÓN	HABILIDAD ES SOCIALES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS	HABILIDAD ES DE PLANIFICAC IÓN	
N	Válido	61	61	61	61	61	61
	Perdidos	0	0	0	0	0	0
	Media	28,48	20,61	24,05	33,74	40,33	30,10
	Mínimo	18	12	10	18	24	19
	Máximo	58	29	35	87	57	40

En los factores que abarca las habilidades sociales podemos observar los siguientes resultados:

**En el factor de primeras habilidades sociales se puede observar:**

- ❖ una media de 28,48 que vendría a categorizar como “Normal”
- ❖ un mínimo de 18 que se caracteriza como “Bajo”
- ❖ un máximo de 58 vendría a categorizar como “Excelente”

**En el factor de habilidades sociales avanzadas se puede observar:**

- ❖ una media de 20,61 que vendría a categorizar como “Normal”
- ❖ un mínimo de 12 que se caracteriza como muy “Deficiente”

- ❖ un máximo de 26 que se categoriza como “buen nivel”

**En el factor de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos se puede observar:**

- ❖ una media de 24.05 que vendría a categorizar como “Normal”
- ❖ un mínimo de 10 que se categoriza como muy “deficiente”
- ❖ un máximo 35 se categoriza como “excelente”

**En el factor de habilidades alternativas a la agresión se puede observar:**

- ❖ una media de 33,74 que vendría a categorizar como “normal”
- ❖ un mínimo de 18 que se categoriza como muy “Deficiente”
- ❖ un máximo de 87 se categoriza como “excelente”

**En el factor de habilidades sociales para hacer frente al estrés se puede observar:**

- ❖ una media de 40,33 que se vendría a categorizar “normal “
- ❖ un mínimo de 24 que se caracteriza como muy “deficiente”
- ❖ un máximo 57 que se caracteriza como “excelente”

**En el factor de habilidades de planificación se puede observar:**

- ❖ una media de 30,10 que categoriza como “Normal”
- ❖ un mínimo de 19 que se categoriza como muy “Deficiente”
- ❖ un máximo de 40 que se categoriza como “Excelente”

en relación a los resultados que se mencionaron, a continuación, daremos una vista a las tablas estadísticas para poder observar el alto índice, que refiere a las categorías de habilidades sociales y sus respectivos factores.

**Tabla 6***Resultado del Nivel Total de Habilidades Sociales*

<b>NIVEL HABILIDADES SOCIALES</b>					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	DEFICIENTE NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	3	4,92	4,92	4,9
	BAJO NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	13	21,31	21,31	26,2
Válido	NORMAL NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	25	40,98	40,98	67,2
	BUEN NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	16	26,23	26,23	93,4
	EXCELENTE NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	4	6,56	6,56	100,0
	Total	61	100,0	100,0	

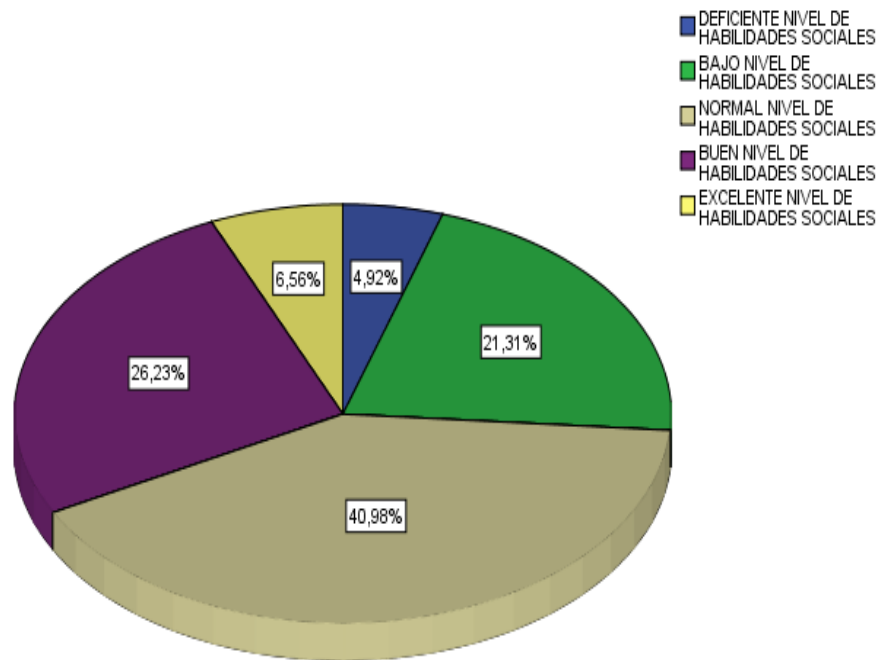
**Comentario:**

El nivel de habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana, obteniendo los siguientes resultados

- ❖ El 40,98%, se considera la categoría “Normal.”
- ❖ El 26,23%, se considera la categoría “Buen Nivel”
- ❖ El 21,31%, se considera la categoría “Bajo”
- ❖ El 6,56%, se considera la categoría “Excelente”
- ❖ El 4,92% se considera la categoría “Deficiente”



## NIVEL HABILIDADES SOCIALES



**Figura 2.** Resultados de las habilidades sociales

### Comentario:

Las habilidades sociales predominantes en el nivel de habilidades sociales avanzadas en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana

se considera “Normal” teniendo como resultado:

- ❖ El 40,98%, se considera la categoría “Normal.”
- ❖ El 4,92% se considera la categoría “Deficiente”

**Tabla 7***Resultado del Nivel De Primeras Habilidades Social*

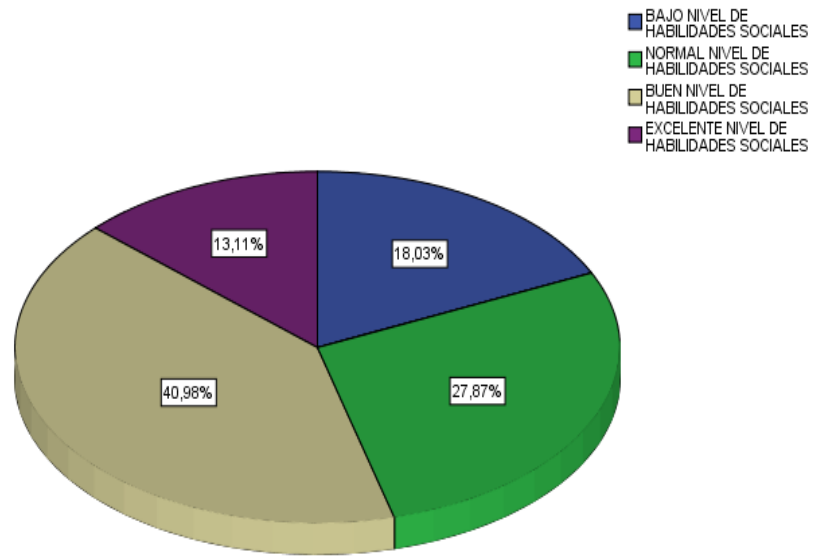
<b>NIVEL PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES</b>					
		Frecuenci a	Porcentaj e	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	BAJO NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	11	18,03	18,03	18,0
	NORMAL NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	17	27,87	27,87	45,9
Válido	BUEN NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	25	40,98	40,98	86,9
	EXCELENTE NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	8	13,11	13,11	100,0
	Total	61	100,0	100,0	

**Comentario:**

El nivel de primeras habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana, se considera “Buen Nivel”, obteniendo los siguientes resultados:

- ❖ El 40,98%, se considera la categoría “Buen Nivel”
- ❖ El 27,87%, se considera la categoría “Normal”
- ❖ El 18,03%, se considera la categoría “Bajo”
- ❖ El 13,11%, se considera la categoría “Excelente”

### NIVEL PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES



**Figura N°3.** Resultado de las primeras habilidades sociales como factor de las habilidades sociales.

#### **Comentario:**

El nivel de las primeras habilidades sociales se considera “Buen nivel”, teniendo como resultado:

- ❖ El 40,98% Buen Nivel.
- ❖ El 13,11% Excelente

**Tabla N°8***Resultado del Nivel De Habilidades Social Avanzadas*

NIVEL HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	DEFICIENTE NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	3	4,92	4,92
	BAJO NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	11	18,03	23,0
	NORMAL NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	30	49,18	72,1
	BUEN NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	14	22,95	95,1
	EXCELENTE NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	3	4,92	100,0
	Total	61	100,0	100,0

**Comentario:**

El nivel de habilidades sociales avanzadas en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana, se considera "Normal", obteniendo los siguientes resultados:

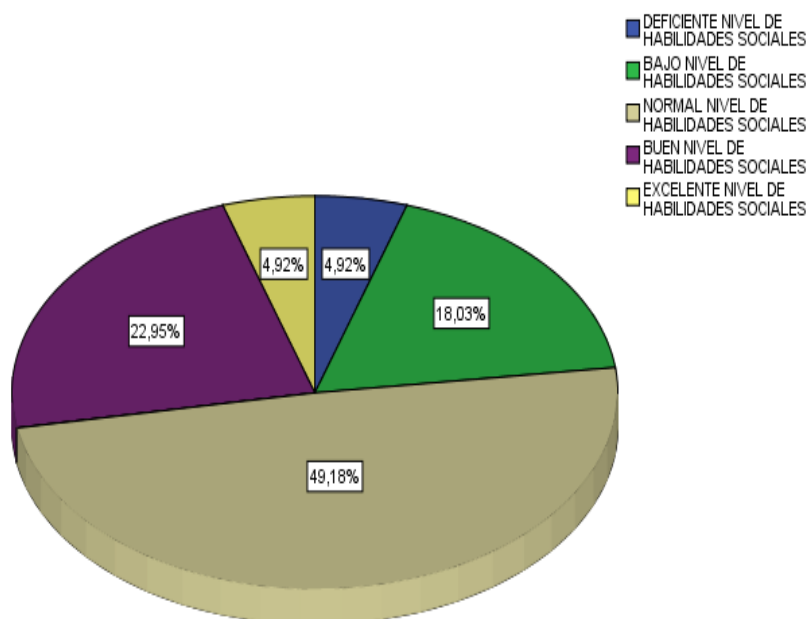
El 49,18%, se considera la categoría "Normal"

El 22,95%, se considera la categoría "Buen Nivel"

El 18,03%, se considera la categoría "bajo"

El 4,92%, se considera la categoría "excelente" y "Deficiente"

#### NIVEL HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS



**Figura N°4.** Resultado de habilidades sociales avanzadas como factor de las habilidades sociales.

#### Comentario:

El nivel de las primeras habilidades sociales se considera "Normal", teniendo como resultado:

- ❖ El 49,18% Normal.
- ❖ El 4,92% Deficiente.

**Tabla N°9**

*Resultado del Nivel De Habilidades Sociales Relacionadas Con Los Sentimientos*

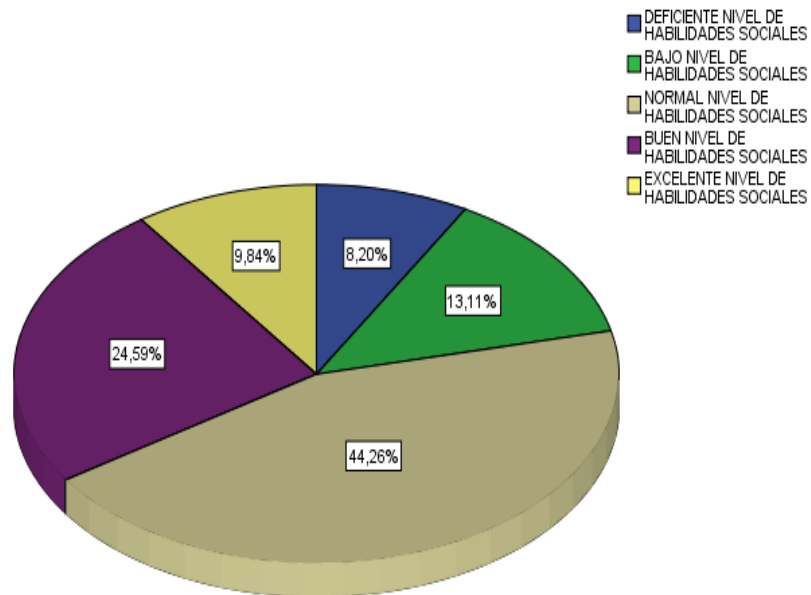
<b>NIVEL HABILIDADES SOCIALES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS</b>					
	Frecuenci a	Porcentaj e	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado	
Válido	DEFICIENTE NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	5	8,20	8,20	8,2
	BAJO NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	8	13,11	13,11	21,3
	NORMAL NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	27	44,26	44,26	65,6
	BUEN NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	15	24,59	24,59	90,2
	EXCELENTE NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	6	9,84	9,84	100,0
	Total	61	100,0	100,0	

**Comentario:**

el nivel de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa del distrito de lima metropolitana, se considera "Normal", obteniendo los siguientes resultados:

- ❖ El 44,26 se considera la categoría "Normal"
- ❖ El 24,59 se considera la categoría "Buen Nivel"
- ❖ El 13,11 se considera la categoría "Bajo"
- ❖ El 9,84 se considera la categoría "Excelente"
- ❖ El 8,20 se considera la categoría "Deficiente"

### NIVEL HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS



**Figura N°5.** Resultado de habilidades sociales relacionadas Con Los Sentimientos como factor de las habilidades sociales.

#### **Comentario:**

El nivel de las habilidades sociales relacionadas Con Los Sentimientos se considera “Normal”, teniendo como resultado:

- ❖ El 44,26% Normal.
- ❖ El 8,20% Deficiente.

**Tabla N°10***Resultado del Nivel De Habilidades Alternativas a la Agresión.*

<b>NIVEL HABILIDADES ALTERNATIVAS A LA AGRESION</b>					
	Frecuenci a	Porcentaj e	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado	
Válido	DEFICIENTE NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	5	8,20	8,20	8,2
	BAJO NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	6	9,84	9,84	18,0
	NORMAL NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	35	57,38	57,38	75,4
	BUEN NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	8	13,11	13,11	88,5
	EXCELENTE NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	7	11,48	11,48	100,0
	Total	61	100,0	100,0	

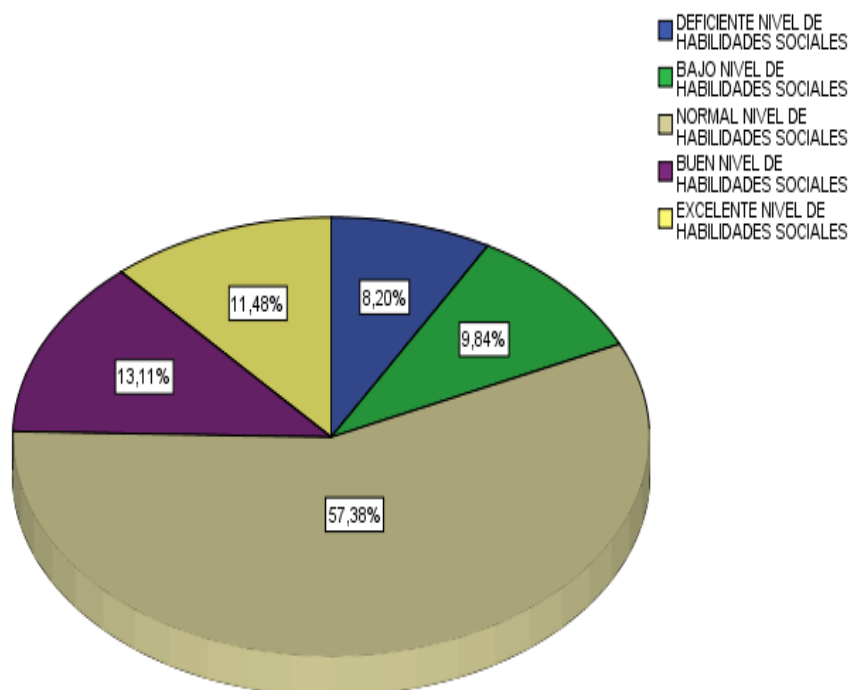
**Comentario:**

El nivel de habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa del distrito de lima metropolitana, se considera “Normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- ❖ El 57,38%, se considera la categoría “Normal”
- ❖ El 13,11%, se considera la categoría “Buen Nivel”
- ❖ El 11,48%, se considera la categoría “Excelente”
- ❖ El 9,84%, se considera la categoría “Bajo”
- ❖ El 8,20%, se considera la categoría “Deficiente”



### NIVEL HABILIDADES ALTERNATIVAS A LA AGRESION



**Figura N°6.** Resultado de habilidades alternativas a la agresión como factor de las habilidades sociales.

#### **Comentario:**

El nivel de habilidades alterna a la agresión se considera “Normal”, teniendo como resultado:

- ❖ El 57,38% Normal.
- ❖ El 8,20% Deficiente.

**Tabla N°11***Resultado del Nivel De Habilidades Sociales Para Hacer Frente Al Estrés*

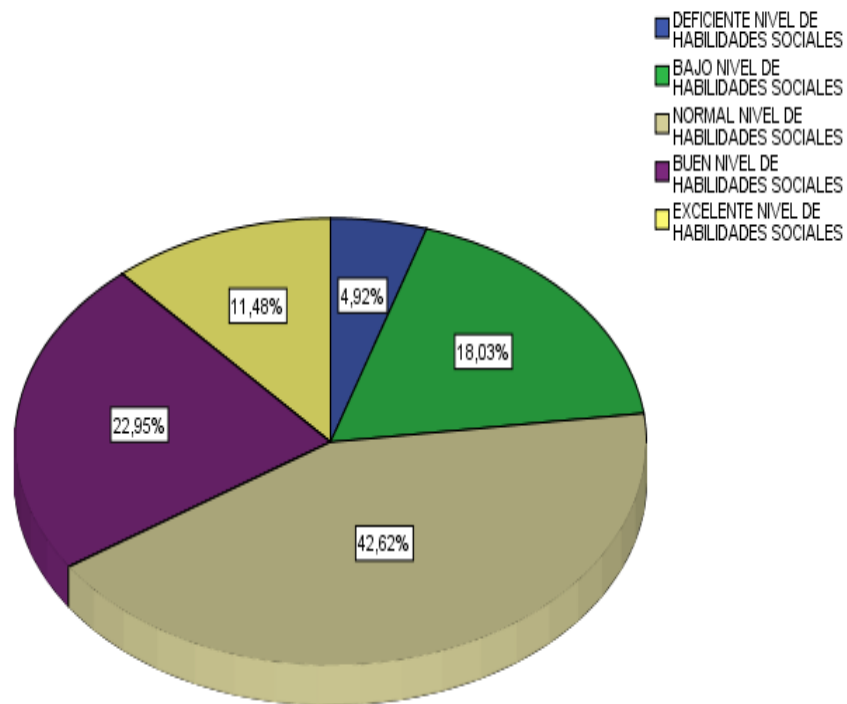
<b>NIVEL HABILIDADES SOCIALES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS</b>				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje
	a	e	válido	acumulado
DEFICIENTE NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	3	4,92	4,92	4,9
BAJO NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	11	18,03	18,03	23,0
NORMAL NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	26	42,62	42,62	65,6
BUEN NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	14	22,95	22,95	88,5
EXCELENTE NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	7	11,48	11,48	100,0
Total	61	100,0	100,0	

**Comentario:**

El nivel de habilidades sociales para hacer frente al estrés en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa del distrito de lima metropolitana, se considera "Normal", obteniendo los siguientes resultados:

- ❖ El 42,62%, se considera la categoría "Normal"
- ❖ El 22,95%, se considera la categoría "Buen Nivel"
- ❖ El 18,03%, se considera la categoría "Bajo"
- ❖ El 11,48%, se considera la categoría "Excelente"
- ❖ El 4,92%, se considera la categoría "Deficiente"

### NIVEL HABILIDADES PARA HAER FRENTE A ESTRÉS



**Figura N°7.** Resultado de habilidades sociales para hacer frente al estrés como factor de las habilidades sociales.

#### **Comentario:**

El nivel de habilidades sociales para hacer frente al estrés se considera "Normal", teniendo como resultado:

- ❖ El 42,62% Normal.
- ❖ El 4,92% Deficiente.

**Tabla N°12***Resultado del Nivel De Habilidades De Planificación*

<b>NIVEL HABILIDADES DE PLANIFICACION</b>				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
DEFICIENTE NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	4	6,56	6,56	6,6
BAJO NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	12	19,67	19,67	26,2
NORMAL NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	35	57,38	57,38	83,6
BUEN NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	7	11,48	11,48	95,1
EXCELENTE NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	3	4,92	4,92	100,0
Total	61	100,0	100,0	

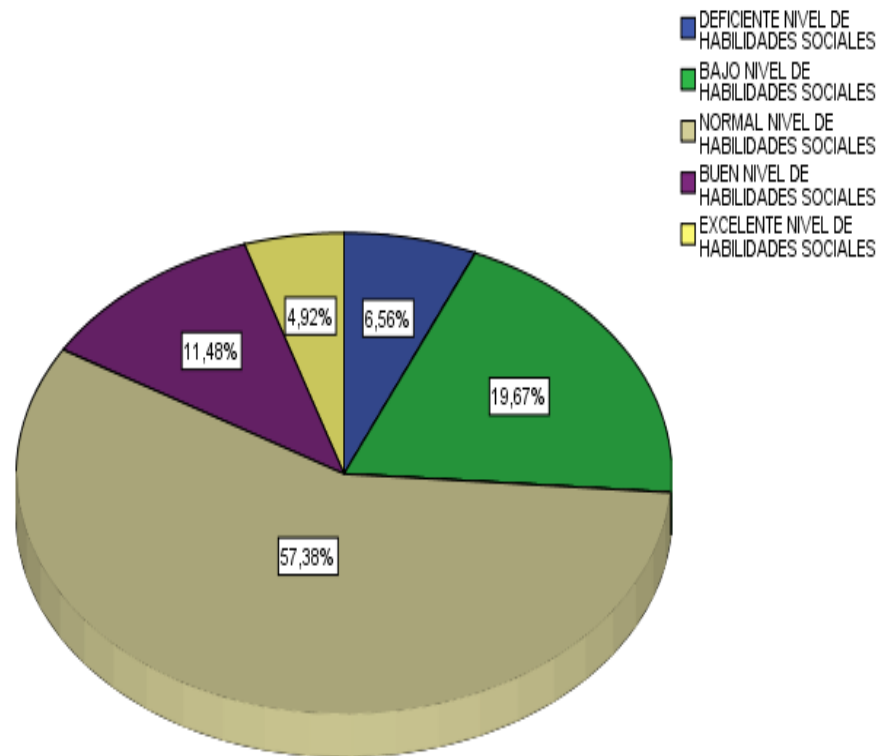
Válido

**Comentario:**

El nivel de habilidades de planificación en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa del distrito de lima metropolitana, se considera “Normal”, obteniendo los siguientes resultados:

- ❖ El 57,38%, se considera la categoría “Normal”
- ❖ El 19,67%, se considera la categoría “Bajo”
- ❖ El 11,48%, se considera la categoría “Buen Nivel”
- ❖ El 6,56%, se considera la categoría “Deficiente”
- ❖ El 4,92%, se considera la categoría “Excelente”

### NIVEL HABILIDADES DE PLANIFICACION



**Figura N°8.** Resultado de habilidades de planificación como factor de las habilidades sociales.

**Comentario:**

El nivel de habilidades de planificación se considera “Normal”, teniendo como resultado:

- ❖ El 57,38% Normal.
- ❖ El 4,92% Excelente.

### 4.3. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

#### Descripción del objetivo general

En este trabajo el objetivo general es determinar el nivel de las habilidades sociales de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana, contando con 61 estudiantes. Así mismos se procedió a recolectar la información mediante el instrumento de la Escala de Lista de Chequeo de Habilidades sociales (Tomas, 1994-95), obteniendo como resultado un nivel “Normal” de 40,98% en las habilidades sociales, indicando que los estudiantes tienen una apreciación favorable, no obstante, evidenciaría una percepción satisfactoria de habilidades sociales dentro de la población de adolescentes, por otro lado, se obtiene un 4,92%” deficiente”.

Estos resultados fueron comparados con el trabajo de investigación de Salazar Rojas, en una institución educativa del nivel secundario policial de Trujillo (2018) que trata sobre “**Habilidades Sociales De Los Adolescentes Del Nivel Secundaria Del Centro Educativo Básico Alternativo Mariscal Caceres** ” indicando en la escala de habilidades sociales con un 47,7% de los estudiantes obteniendo como resultado un nivel Normal que significa que existe una apreciación favorable satisfactoria dentro de la población de adolescentes en habilidades sociales , mientras que el 13,3 de los estudiantes con un nivel Bajo. A sí mismo la recomendación que hizo basándose en los resultados.

Por otro lado, Hurtado Vidarte, en la ciudad de Lima en Perú, (2018) en su estudio realizado que trata de “**Habilidades sociales en estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa particular de Lima Metropolitana, 2018**” ejecutado en una institución educativa del nivel secundario, se obtuvo como resultado un nivel Normal con un 58,54% y un 41,46% presentando bajo nivel. cuya recomendación fue a la institución educativa que implemente talleres de habilidades sociales y otros temas puntuales que permitan corregir las deficiencias en los adolescentes. Cuya recomendación fue basándose en los resultados obtenidos implementar programas integrales y capacitaciones ofreciendo a los estudiantes logra mejorar las habilidades sociales en el cual les permita interactuar de manera adecuada con los demás que les permita mostrar conductas saludables y seguras, desarrollar un sentimiento positivo de competencia y toma de decisiones. promover en la familia en la institución educativa y comunidad.

**Goldstein, (1978)** son un conjunto de habilidades y capacidades (variadas y especificadas) para la relación interpersonal y la situación de problemas de cualidad interpersonal y/o socioemocional, esta habilidades y capacidades se aplican en actividades desde básicas hasta avanzadas e instrumentales

**Comentario:** se puede observar que las habilidades sociales, variable con la cual se está trabajando esta investigación, donde el resultado general nos muestra que los adolescentes alcanzaron un nivel Normal donde se afirma criterios como el estar relacionados con el clima familiar, en el cual es un ambiente importante y fundamental para el desarrollo de las primeras etapas del ser humano, lo aprendido y lo reforzado en este entorno lo va utilizar a lo largo de su vida donde incluye varias variables que está incluida dentro de las habilidades sociales, que les va permitir desempeñar un buen rol en el ámbito que se encuentren y desempeñen de manera que va lograr desarrollarse plenamente y exitosamente. Es importante el desarrollo de las

habilidades sociales para mejorar nuestra calidad de vida como ser humano y reforzar algunos aspectos donde se muestra las capacidades débiles, también es importante el conocer la importancia del desarrollo de las capacidades interpersonales, emocionales, sociales entre otros.

Con respecto a nuestro primer objetivo específico sobre determinar el nivel de primeras habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana. se observa que el 40,98% de los estudiantes se ubica en la categoría “Buen Nivel”, por otro lado, se obtiene un 13,11% de estudiantes que están ubicados en la categoría “excelente”.

Según los resultados de esta investigación se encontraron resultados similares en la investigación de García Calderón, (2018) que trabajo con el tema “**Habilidades Sociales En Estudiantes De Educación Secundaria del I.E.P. San Juan De Lurigancho**” obtuvo como resultado similar a esta dimensión. Estos resultados mencionan que el 42,31% del alumnado se tiene un Buen Nivel siendo competente en las habilidades para dar las gracias, formular una pregunta, escuchar iniciar un diálogo a la vez mantenerla esto le permite interactuar fácilmente en el primer contacto, mientras que el 3,85% presenta un nivel Deficiente. Cuya recomendación fue sugiriendo realizar talleres para padres donde se les explique y oriente acerca del tema.

**Goldstein, (1978)** reflejan las habilidades sociales básicas para interactuar con los demás tales como escuchar, iniciar y mantener una conversación, presentarse y presentar a otras personas.

**Comentario:** cuando se habla de la dimensión Primeras Habilidades Sociales, hace énfasis. De acuerdo a los resultados adquiridos de un Buen Nivel en escuchar, iniciar una conversación a si mismo mantener una conversación, formular una pregunta, dar las



gracias, presentarse y presentar a otra persona, hacer un cumplido (golstein).es importante desarrollar estas áreas en los adolescentes y reforzarlas ya que les va permitir desenvolverse siendo esta una primer paso para lograr las demás áreas de las habilidades sociales y formar un entorno de escucha activa de solidaridad de ayuda mutua de relaciones sociales saludables.

Con respecto a nuestro segundo objetivo específico, sobre determinar el nivel de habilidades sociales avanzadas en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana, obteniendo como resultado un 49,18% de estudiantes que se ubican en la categoría "Normal", mientras que en el 4,92% de alumnos se ubica en la categoría "Deficiente".

Según los resultados de esta investigación de Salazar Rojas, (2018) cuyos resultados similares trata sobre **"Habilidades Sociales De Los Adolescentes Del Nivel Secundaria Del Centro Educativo Básico Alternativo Mariscal Caceres "** dando como resultado un 50,04% de los estudiantes se encuentran en un Nivel Normal, indicando que los adolescentes tienen capacidades aptas para desarrollarse sin complicaciones, mientras que el 7,07% tiene un nivel Deficiente. Por otro lado Hurtado Vidarte, (2018) se encontraron resultados similares en la investigación de en una institución educativa del nivel secundario Lima (2018) cuya investigación trata sobre **"Habilidades Sociales En Estudiantes de Quinto Año De Secundaria De Una Institución Educativa Particular De Lima Metropolitana,2017"** dicha investigación dio como resultado un 60,16% de estudiantes están en un nivel Normal, indicando un buen porcentaje de estudiantes con capacidad de interacción social, que tiene que ver con participar, dar instrucciones y seguirlas, mientras un 29,27 se encuentra en un nivel Bajo.

**Goldstein, (1978)** muestra un nivel avanzado de iteración social, que tiene que ver con participar, dar instrucciones y segurillas disculparse y convencer a los demás.

**Comentario:** cuando se habla del Nivel De Habilidades Avanzadas, en esta dimensión encontramos un nivel Normal en los estudiantes donde pueden pedir ayuda sin temor si es que lo necesiten a si mismo participar en eventos o en situaciones que se les presenta dar instrucciones disculparse si así lo requiere convencer a los demás lograr sus objetivos, es muy importante para el adolescente desarrollar estas habilidades que les van a permitir seguir las normas intrusiones de la institución formando un buen clima escolar.

Con respecto con nuestro tercer objetivo específico, determinar el nivel de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa del distrito de lima metropolitana, se obtiene que el 44,26% es considerado en la categoría "Normal" un adecuado nivel a sus propios sentimientos a los sentimientos de la demás expresión de afecto y auto recompensarse, mientras que el 8,20% es considerado en la categoría "Deficiente".

Por otra parte, según la investigación de Chevez Suarez, (2018) que trabajo con el tema "**Nivel De Habilidades Sociales En Escolares De Quinto Año De Educación Secundaria De Una Institución Educativa Parroquial De Carmen De La Lengua**", obtuvo resultados similares a esta dimensión. Estos resultados mencionan que el 50% del alumnado se encuentra en un nivel Normal, esto quiere decir que el adolescente muestra un adecuado nivel de comprensión de sus propios sentimientos, 10% del alumnado se encuentra en un nivel Bajo.

Según la investigación de Salazar Rojas, (2018) cuya investigación titulada "**Habilidades Sociales De Los Adolescentes Del Nivel Secundaria Del Centro Educativo Básico Alternativo Mariscal Caceres** " se observa que el 50.51% de estudiantes están en un nivel Normal, indicando que los estudiantes saben reconocer sus sentimientos expresarlo a la misma vez reconocer los sentimientos de los demás en situaciones de enfado de las otras personas a sí mismo el 8,08% del alumnado se encuentra en un nivel déficit

**Goldstein, (1978)** un tercer grupo de habilidades sociales son aquellas relacionadas con los sentimientos.se refiere al nivel de comprender sus propios sentimientos los sentimientos de los demás, expresar afecto y auto recompensarse.

**Comentario:** en esta dimensión según los resultados obtenidos los estudiantes logran desarrollar las habilidades relacionadas con los sentimientos, mostrándose empáticos expresivos de sus sentimientos a si mismo comprenden los sentimientos de los demás expresan afecto resuelve el miedo auto compensarse en un nivel normal, es muy importante que los adolescentes tengan o logren tener conocimiento sobre sus propios sentimientos y el porqué de sus comportamientos a su misma vez el reconocer y saber ponerse empáticos entender a los demás, saber ponerse en el lugar del otro saber sobre llevar situaciones de frustración tristeza ya que el reconocer emociones les permita resolver problemas internos externos de manera asertiva y tener ideas claras sobre la problemática que se les presente en la vida cotidiana en diferentes ámbitos eh allí la importancia de la inteligencia emocional

Con respecto a nuestro cuarto objetivo específico, determinar el nivel de habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa del distrito de lima metropolitana, se obtiene que el 57,38% de estudiantes se ubican en la categoría "Normal", lo cual muestra los estudiantes con un buen porcentaje con capacidad ligera de emplear autocontrol, defender sus derechos, sin embargo, el 8,20% de estudiantes están ubicados en la categoría "Deficiente".

según la investigación de Chevez Suarez, (2018) que trata sobre **"Nivel De Habilidades Sociales En Escolares De Quinto Año De Educación Secundaria De Una Institución Educativa Parroquial De Carmen De La Lengua"** obtuvo resultados similares en esta dimensión un 68% de estudiantes están en un nivel Normal cuya población muestra un nivel aceptable de auto control, defensa de sus derechos, responder a las bromas, evitar problemas con los demás, mientras que el 12% y 8% de estudiantes se encuentra en un nivel Bajo.

A si mismo según la investigación de Salazar Rojas, (2018) que trabajo con el tema **"Habilidades Sociales De Los Adolescentes Del Nivel Secundaria Del Centro Educativo Básico Alternativo Mariscal Caceres "** estos resultados mencionan que 37,37% de los adolescentes se encuentran en el nivel Normal, lo cual indica que los adolescentes dentro de la institución no tienen conflictos para ayudar a sus demás compañeros a si mismo defender sus derechos ante un abuso, mientras que el 7,07% de los adolescentes se encuentran en un nivel Mínimo.

**Goldstein, (1978)** referida a las habilidades para emplear el auto control, defender sus derechos, responder a las bromas, evitar problemas con los demás y no entrar en peleas.

**Comentario:** en esta dimensión podemos observar que los estudiantes tienen un nivel Normal de alternar al agraciado lo cual les ayuda a controlar situaciones de pelea defender sus derechos, ayudar a los demás emplear el autocontrol responder a las bromas de una manera asertiva evitan conflictos con los demás. Puede desarrollar esta área y fortalecer a través de ello un mejor entorno en el plantel educativo para ponerlo en práctica en las relaciones sociales fuera o dentro mostrando a sí sus capacidades para hacer frente a la vida, respondiendo a ello con un adecuado comportamiento.

Con respecto a nuestro quinto objetivo específico, determinar el nivel de habilidades sociales para hacer frente al estrés en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa del distrito de Lima metropolitana, obteniendo como resultado un 42,62% de estudiantes que se ubican en la categoría “Normal”, lo cual muestra que los estudiantes presentan un adecuado nivel para responder al fracaso, sobrellevar mensajes contradictorios, prepararse diálogos difíciles y hacer frente a las presiones de grupo mientras que el 4,92% del alumnado se ubica en la categoría “Deficiente”.

Según la investigación de Hurtado Vidarte, (2018) que trabajó con el tema **“Habilidades Sociales En Estudiantes De Quinto Año De Secundaria De Una Institución Educativa Particular De Lima Metropolitana, 2017”**, los cuales obtuvo resultados similares a esta dimensión cuyos resultados mencionan que el 50,41% del alumnado se encuentra en un nivel Normal, mientras que el 43,90% de los estudiantes se encuentra en un nivel Bajo. La recomendación de dicha investigación fue Diseñar un programa de intervención dirigida a desarrollar las Habilidades sociales en dos de sus dimensiones que lo componen, los cuales son Habilidades relacionadas con los sentimientos y Habilidades de Planificación.

Salazar Rojas, (2018) en su investigación "**Habilidades Sociales De Los Adolescentes Del Nivel Secundaria Del Centro Educativo Básico Alternativo Mariscal Caceres** " se observa que el 44,44% de estudiantes se ubican en el nivel Normal, esto denota que los estudiantes saben afrontar mensajes contradictorios dentro de un grupo al mismo tiempo como responder a dichas conversaciones difíciles.

**Goldstein, (1978)** referida al nivel para responder al fracaso, responder persuasiones, enfrentarse a mensajes contradictorios. Prepararse para conversaciones difíciles y hacer frente a presiones de grupo.

**Comentario:** parte de los adolescentes en esta dimensión como resultado a las habilidades para hacer frente al estrés tiene capacidad de desarrollar dentro del colegio lograr poder soportar trabajos grupales bajo presión a si mismo busca una solución ante una dificultad responder con palabras adecuadas plantearse diferentes soluciones, el mantener en contante alimentación de esta aria permite al adolescente a saber sobrellevar situaciones de estrés sin que esto perjudique el estado anímico.

Con respecto con nuestro sexto objetivo específico, determinar el nivel de habilidades de planificación en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa del distrito de lima metropolitana, se obtiene que el 57,38 es considerado la categoría "Normal", mientras que el 4,92% es considerado en la categoría "Excelente".

Según la investigación de Hurtado Vidarte, (2018) que trabajo con el tema **“Habilidades Sociales En Estudiantes De Quinto Año De Secundaria De Una Institución Educativa Particular De Lima Metropolitana,2017”** obtuvo en sus resultados un 45,53% de estudiantes que ubican en un nivel Normal resultado que evidencia un buen porcentaje de estudiantes con capacidad ligeramente desarrollada en esta área por otra parte el 0,81 se encuentra en un nivel Excelente.

Por otro lado Salazar Rojas, (2018) en su investigación llamada **“Habilidades Sociales De Los Adolescentes Del Nivel Secundaria Del Centro Educativo Básico Alternativo Mariscal Caceres”** dicha investigación dio como resultado un puntaje 48.48% de estudiantes están en un nivel Normal lo cual nos hace ver que los adolescentes del centro educativo tienden a establecerse objetivos durante sus actividades diarias mostrando prioridades a los estudios, mientras que un 14,14% de los adolescentes se ubica en el nivel Deficiente.

**Goldstein, (1978)** habilidades para tomar decisiones, establecer objetivos, resolver los problemas según su importancia y concentrarse en un área.

**Comentario:** en esta aria según los resultados los adolescentes pueden plantearse objetivos en sus intereses tener prioridades para saber dónde empezar, toma de iniciativa sobre actividades dentro del plantel o ya sea en el contexto que se sienta cómodo o confiado ante una situación fija las posibles causas de un problema se establece un objetivo recolecta informaciones sobre sus intereses resuelve problemas según sus intereses concentrarse en una tarea para poder lograr el propósito. En este ámbito la toma de decisiones el buscar soluciones ante posibles situaciones dificultosas y presentar posibles soluciones es muy importante para el adolescente ya que es donde muestra sus capacidades para afrontar la vida social y la realidad ciudadana

#### 4.4. Conclusiones

- El nivel de habilidades sociales del primero a segundo año de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana, se encuentra en la categoría **NORMAL.**
- El nivel de las primeras habilidades sociales, en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana, se encuentra en la categoría **BUEN NIVEL.**
- El nivel de las habilidades sociales avanzadas, en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana, se encuentra en la categoría **NORMAL.**
- El nivel de las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana, se encuentra en la categoría **NORMAL.**
- El nivel de las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana, se encuentra en la categoría **NORMAL.**
- El nivel de las habilidades sociales para hacer frente al estrés en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana, se encuentra en la categoría **NORMAL.**



- El nivel de las habilidades de planificación, en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana, se encuentra en la categoría **NORMAL.**

#### **4.5. Recomendaciones**

En base a los resultados obtenidos y a las conclusiones que se llegaron en el presente estudio, se va establecer las siguientes recomendaciones:

- Se recomienda diseñar un programa de intervención dirigida a mejorar las habilidades, haciendo de ellos participes y padres para logra mantener o mejorar las habilidades sociales de los adolescentes
- Se recomienda identificar a los estudiantes que muestran un nivel deficiente en habilidades sociales con el fin de una intervención temprana.
- Fomentar y concientizar a los profesores referido a las habilidades sociales propias.
- En la institución educativa se debe trabajar con los padres de familia, sobre las habilidades sociales de sus hijos para identificar las habilidades donde se tiene que reforzar.
- Los padres de familia deben ser capacitados para saber cómo estimular el desarrollo y fortalecimiento de sus hijos en cuanto a las habilidades sociales.

- Fomentar en el centro educativo la implementación de talleres para padres e hijos, como parte del plan estudiantil, donde se ejecute temas respecto al desarrollo y estimulación, fortalecimiento de habilidades sociales en sus hijos.
  
- Los educadores de la institución educativa deben tomar conciencia de lo importante que es el desarrollo de las habilidades sociales con cada uno de sus dimensiones, así llevar a cabo actividades que promuevan el desarrollo de las habilidades sociales. Con la finalidad de enriquecer los diferentes aspectos.

## CAPÍTULO V

### PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

#### 5.1. NOMBRE DEL PROGRAMA

**aprendamos juntos sobre habilidades sociales**

#### 5.2. JUSTIFICACIÓN DEL PROGRAMA

Debido a los resultados hallados en la investigación de Habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana. Se obtuvo lo siguiente:

40,98% Normal-4,92% Deficiente

- El nivel de primeras habilidades sociales Obteniendo como resultado:40.98% Buen Nivel y un 13,11% Excelente.
- En el nivel de habilidades sociales avanzadas teniendo como resultado: 40,18% Normal y un 4,92% Deficiente.
- En el nivel de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos obteniendo como resultado: 44,26% Normal y un 8,20% Deficiente.
- En el nivel de habilidades alternativas a la agresión teniendo como resultado: 57,38% Normal y un 8,20% Deficiente.
- En el nivel de habilidades sociales para hacer frente al estrés obteniendo como resultado 42.62% Normal y un 4,92 Deficiente
- En el nivel de habilidades de planificación teniendo como resultado: 57,38%- Normal y un 4,92% Excelente.

Debido a los resultados hallados en este estudio es necesario desarrollar las habilidades sociales en los estudiantes, ya que por medio de esto se logrará mejorar aspectos cuyos resultados muestran un déficit en habilidades sociales como en las habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos de la misma manera las habilidades alternativas a la agresión y habilidades para hacer frente al estrés. es por ello que se pretende incrementar las habilidades sociales, mediante la elaboración de un programa de intervención, en los cuales se desarrollara varias actividades.

Caballo, (1991) el definir las habilidades sociales es complicado, una conducta socialmente habilidosa, ya que existen diferentes culturas, individuales así mismo el contexto hace imposible la definición absoluta y universal de habilidades sociales. No obstante, llegando a una definición adecuada, como aquel; conjunto de conductas realizadas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa 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, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras reduce la probabilidad de que aparezcan futuros problemas.

### **5.3. ESTABLECIMIENTO DE LOS OBJETIVOS**

#### **5.3.1 Objetivo general**

Crear un programa de intervención para mejorar las habilidades sociales avanzadas, relacionada con los sentimientos, habilidades alternas a la agresión y las habilidades para hacer frente al estrés los alumnos de primer año y segundo de educación secundaria.

### **5.3.2 Objetivos específicos**

- Aplicar un taller para Mejorar las habilidades sociales avanzadas en los alumnos de primer año y segundo de educación secundaria.
- Fortalecer las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en los alumnos de primer año y segundo de educación secundaria.
- Aplicar estrategias para las habilidades sociales relacionadas a la agresión en los alumnos de primer año y segundo de educación secundaria.
- fortalecer al manejo de las habilidades sociales para hacer frente al estrés en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de Lima Metropolitana.

### **5.4. SECTOR AL QUE SE DIRIGE**

Sector educativo: El programa de intervención está dirigido a 61 estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.

### **5.5. ESTABLECIMIENTO DE CONDUCTA PROBLEMÁTICA – META**

#### **PROBLEMA**

Habilidades sociales avanzadas

Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos

Habilidades alternativas a la agresión

Habilidades sociales para hacer frente al estrés

## **META**

Incrementar un programa de intervención para mejorar las habilidades sociales avanzadas, relacionada con los sentimientos, habilidades alternas a la agresión y las habilidades para hacer frente al estrés los alumnos de primer año y segundo de educación secundaria.

### **5.6. METODOLOGÍA DE INTERVENCIÓN**

La metodología a utilizar es descriptiva – aplicativo de acuerdo a los objetivos, reforzado por el enfoque cognitivo conductual. El programa costa de 8 sesiones las que serán trabajadas una sesión por semana.

#### **5.6.1. INSTRUMENTO - MATERIALES A UTILIZAR**

##### **RECURSOS HUMANOS**

- Director de la institución educativa
- Tutoras de cada salón correspondiente
- Estudiantes

##### **RECURSOS MATERIALES**

###### **De infraestructura:**

La institución educativa cuenta con amplias aulas y una sala de computo, en los cuales se puede llevar acabo sin ningún inconveniente las sesiones, cuenta con buena ventilación e iluminación

**De mobiliario:**

- Aulas de clases o ambiente de institución educativa
- Pizarra
- Hojas bond
- Papelotes
- Lápiz/ lapiceros
- Plumones
- Mesas
- Sillas
- Alfombra/ almohadillas
- Laptop
- Proyecto multimedia
- Hojas de colores
- Globos
- Equipo de sonido
- USB

## 5.7. CRONOGRAMA

ACTIVIDADES	SESIÓN	SEPTIEMBRE				OCTUBRE			
		1	2	3	4	1	2	3	4
<b><u>Sesión 1</u></b> <b>Conociéndonos</b>	Ssesion1 Semana 1								
<b><u>Sesión 2</u></b> fortaleza y debilidad	Sesión 2 Semana 2								
<b><u>Sesión 3</u></b> Descubriendo emociones	Sesión 3 Semana 3								
<b><u>Sesión 4</u></b> Emociones cálidas	Sesión 4 Semana 4								
<b><u>sesión 5</u></b> Pensamiento saludable	Sesión 5 Semana 5								
<b><u>Sesión 6</u></b> Sillas cooperativas	Sesión 6 Semana 6								
<b><u>Sesión 7</u></b> Aprendiendo sobre el estrés	Sesión 7 Semana 7								
<b><u>Sesión 8</u></b> One twe three no más estrés	Sesión 8 Semana 8								



## 5.8. ACTIVIDADES

**ACTIVIDAD:** CONOCIENDONOS

**SEMANA:** 1

**SESION:** 1

**OBJETIVO:** Fomentar la unión del grupo, la confianza y crear un buen clima de trabajo.

**ESTRATEGIA:** Presentación, Dinámica

**MATERIALES:** colchoneta, diapositivas,

**TIEMPO:** 45 minutos

**DESARROLLO:**

Al inicio del taller la responsable se presenta y presenta el programa que se va a trabajar, explica como es esta sesión les da pautas motivándoles a participar durante la sesión y como ello les va a favorecer en su vida cotidiana, dicho esto, se pasará a elegir una persona voluntaria de entre el grupo que sea el /la granjero/a, mientras que el resto del grupo será la cebolla. los participantes que forman la cebolla deben disponerse todos juntos de forma concéntrica, como formando las capas de una cebolla y el/la granjero/a debe intentar separarlos para “ir pelando la cebolla”, cada vez que un integrante de la cebolla sea separado del grupo se convierte en granjero/a y debe ayudar a pelar la cebolla.

Cuando se termine la dinámica debe darse un tiempo para que el grupo exprese que le ha parecido la actividad y que ha sentido mientras la realizaba. Si el grupo es grande pueden formarse varias cebollas.

no obstante, brevemente se ara mención sobre el concepto de habilidades sociales y la importancia, para finalizar se pregunta a los participantes ¿Qué saben sobre habilidades sociales? si alguna vez han escuchado sobre ello. A si mismo se pregunta a cada uno de los participantes que fue lo que más les gusto a cerca del tema y cuál es su conclusión acerca de lo expuesto.

**CRITERIO DE EVALUACIÓN:** se cumplió el objetivo programado.

**ACTIVIDAD:** FORTALEZA Y DEBILIDAD

**SEMANA:** 2

**SESION:** 2

**OBJETIVO:** Conocer la fortaleza y debilidades

**ESTRATEGIA:** Presentación Dinámica

**MATERIALES:** hoja de color (blanco y verde) una tiza, proyector multimedia

**TIEMPO:** 45 minutos

**DESARROLLO:**

Se inicia saludando a los participantes y expresa satisfacción por estar compartiendo la sesión.

La encargada explica al participante la importancia de reconocer nuestras debilidades y fortalezas mediante imágenes y en que consiste cada una de ellas para reconocernos y tener una mejor relación con el entorno.

A cada participante se les entregara una hoja de color blanco y verde, no obstante, se les dirá que en la hoja de color blanco van a escribir las debilidades que ellos consideren propias y en la hoja verde van escribir sus fortalezas, luego van a ser tres dobles con cada papel.

A continuación, los participantes tendrán que formar un círculo, en el medio del círculo se marcara dos cuadrados de tamaño considerable, donde cada participante colocara sus debilidades y sus fortalezas en cada una de ellas, por separado. Dicho lo anterior la encargada manifestara: Debemos aceptar que tenemos debilidades y fortalezas, y es importante resaltar los aspectos positivos y reconocer los aspectos dificultosos o negativos para mejorarlo.

para finalizar, la encargada invita a que en forma voluntaria cada uno/a una de los o las participantes se dirijan a recoger los dobles uno de cada color, para luego pasar a leer lo escrito en el papel uno por uno se dirigirá al compañero que ellos consideren que pertenece dicha fortaleza y debilidad no obstante manifestaran por qué creen que pertenece a su compañero, así sucesivamente hasta terminar con todos los participantes.

La encargada cierra la sesión acogiendo los comentarios de los participantes y fortaleciendo los conceptos principales.

**CRITERIO DE EVALUACIÓN:** se cumplió el objetivo programado.

**ACTIVIDAD: DESCUBRIENDO EMOCIONES**

**SEMANA: 3**

**SESION: 3**

**OBJETIVO:** Aprender a describir y a expresar emociones

**ESTRATEGIA:** Presentación, Dinámica grupal, Lluvia de ideas

**MATERIALES:** post-its (con emociones escritas miedo, asco, sorpresa, felicidad, ira, amor, vergüenza, culpa, tristeza, alegría, celos, envidia, etc.), cinta adhesiva y Plumón, diapositivas, proyector multimedia

**TIEMPO:** 45 minutos

**DESARROLLO:**

Se inicia saludando a los participantes y expresa satisfacción por estar compartiendo la sesión.

Se forma un subgrupo de 6 participantes donde deberán elegir entre sus miembros dos integrantes en el cual a uno de ellos se le colocará en la espalda un pos-it con una emoción escrita previamente por la encargada de modo que, todos menos él pueda ver la emoción que tiene. el otro participante tendrá que hacer gestos para que el compañero adivine la expresión o sentimiento (solo una vez), si el participante no adivina lo que se le colocó en el pos-it, así el resto de su grupo debe decirle situaciones que provocan dicha emoción para que, con esa información, el participante pueda auto descubrir de que emoción se trata. Así mismo dicho procedimiento se realizará con cada grupo

- Por lo consiguiente brevemente se tocarán los siguientes puntos
- Concepto de emoción y sentimiento
- Características
- Tipos de sentimientos e emociones
- Forma de expresar

Para finalizar se le muestra un video: los sentimientos y las emociones La encarda y los participantes analizaran las escenas y comentaran sobre ello, dando culminado la sesión.

[https://www.youtube.com/watch?v=4\\_6Cp043qQg](https://www.youtube.com/watch?v=4_6Cp043qQg)

**CRITERIO DE EVALUACIÓN:** se cumplió el objetivo programado.

**ACTIVIDAD:** EMOCIONES CÁLIDAS

**SEMANA:** 4

**SESION:** 4

**OBJETIVO:**

Aprender a plasmar el bienestar y optimismo

**ESTRATEGIA:** Presentación, Dinámica

**MATERIALES:** pizarra, hojas de colores, tijeras, plumones, alfombra pequeñas o almohadones, USB proyector multimedia

**TIEMPO:** 45 minutos

**DESARROLLO:**

saludar a los participantes, manifestándoles el agrado y satisfacción de trabajar con ellos, así mismo explicar brevemente en que consiste esta sesión a si mismo se les motiva para participar en esta sesión.

La encargada pide a los participantes sentarse en el piso sobre la alfombras o almohadones, dicho esto la encargada realiza una lista en la pizarra con tres columnas: 1. un recuerdo alegre (que les guste mucho), 2. Una persona que quieren mucho (se puede dar simplemente el nombre), 3. Un deseo para el futuro (algo que les gustaría hacer en la vida en un futuro). La encarga empieza preguntando al azar a algunos participantes (si el grupo es pequeño se le pregunta todos) los tres puntos mencionados y lo va anotando en la pizarra luego se les dice que sierran los ojos por tres minutos en el proceso la encargada va mencionando lo siguiente; ya con los ojos cerrados elijan un color que representen cada uno de los elementos de sus listas el recuerdo, la persona querida y el deseo. Ya asocia el color a esos sentimientos positivos que te hacen sentir bien. Luego de que los participantes hayan pensado en sus recuerdos en es esa persona en sus deseos que les genera sensaciones calidad positivas.

Por consiguiente, la encargada dice “hemos asociado esos elementos a un color que nos gusta, verdad” pide a los participantes acercarse a las hojas de colores y elijan el color que les guste y que recorten en forma de un gran círculo, y ese círculo va representar esa persona, ese recuerdo ese deseo.

Hacer varios círculos de colores, pegaran donde ellos quieran y pueden llevar a casa para recordar la fuerza y la importancia del optimismo.

Para finalizar se les muestra un video: EL ROBOT Y LA ABUELITA  
<https://www.youtube.com/watch?v=X8TxLiuheBM>

**CRITERIO DE EVALUACIÓN:** se cumplió el objetivo programado.

**ACTIVIDAD: PENSAMIENTO SALUDABLE**

**SEMANA: 5**

**SESION: 5**

**OBJETIVO:** El propósito de esta sesión es la de identificar nuestros “pensamientos negativos” y convertirlos en “pensamientos positivos”.

**ESTRATEGIA:** Presentación, Dinámica grupal, Técnica de relajación

**MATERIALES:** ficha de los pensamientos negativos, papel, cartulina, lápices, rotuladores, plumones, papelera de pensamientos negativos

**TIEMPO:** 45 minutos

**DESARROLLO:**

Se inicia saludando a los participantes y expresa satisfacción por estar compartiendo la sesión. La encargada repartirá una ficha a cada participante y le dirá lo siguiente: “son muchas las ocasiones en las que, sin darnos cuenta, tenemos pensamientos negativos. Los cuales nos los creemos, los cuales nos impiden hacer determinadas cosas. Vamos a buscar pensamientos negativos y reflexionar sobre ellos, para ello rellenaremos la ficha”.

Se deja un tiempo 10 minutos para que cada uno de los participantes en forma individual rellene su ficha, y pueden agregar otros pensamientos negativos que se les ocurran. (Ver en el anexo 4)

A continuación, cada uno de ellos debe preparar sus pensamientos negativos. Haciendo uso de las cartulinas, recortándolo en la forma que deseen. Cuando todos los participantes tengan preparados sus pensamientos negativos, la encargada mostrará la papelera de pensamientos negativos donde tirarán cada uno de sus pensamientos negativos, a medida que los participantes van tirando irán sustituyendo por pensamientos positivos.”

Cada participante tendrá que introducir en la papelera uno a uno sus pensamientos negativos, antes de que se deshagan de ellos, se les explicara cuál es ese pensamiento negativo, que cosas les impide hacer y cuál es el pensamiento positivo por el que lo van a cambiar.

Para finalizar se formará dos grupos (puede varias según el número de participantes) donde en una cartulina grande los grupos formaran preparan un mural con el nombre pensamientos positivos, cuyo mural será colocado en la pared a la vista de todos. La papelera también se dejará a la vista para cuando aparezcan nuevos pensamientos negativos, puedan darle forma y desasirse de él.

**CRITERIO DE EVALUACIÓN:** se cumplió el objetivo programado.



**ACTIVIDAD:** SILLAS COOPERATIVAS

**SEMANA:** 6

**SESION:** 6

**OBJETIVO:** Promover la cooperación, resolución de problema de manera conjunta

**ESTRATEGIA:** Presentación, Dinámica grupal

**MATERIALES:** sillas, participantes, dispositivo para la música, USB

**TIEMPO:** 45 minutos

**DESARROLLO:**

La encargada les explicará que van a jugar al juego de la silla, pero en una versión distinta a la clásica. Para ello, deberán formar un círculo de sillas con los asientos mirando hacia ellos. Aún no se les explicará la dificultad de este juego.

Suena la música y cuando se para, todos deberán tomar asiento. Para la siguiente ronda, se quita una silla. Una vez más, suena la música y todos los participantes deberán estar sentados. Nadie puede quedarse de pie. Ésta es la dificultad, ningún miembro se puede quedar de pie. A medida que falten más sillas, será más complicado encontrar una solución entre todos. El juego finaliza cuando resulta imposible que todos estén sentados en las sillas.

Discusión: lo importante de este juego es que todos se ayuden entre sí y que ninguna persona resulte discriminada.

**CRITERIO DE EVALUACIÓN:** se cumplió el objetivo programado.

**ACTIVIDAD:** APRENDIENDO SOBRE EL ESTRÉS

**SEMANA:** 7

**SESION:** 7

**OBJETIVO:** Afrontamiento del estrés

**ESTRATEGIA:** Presentación, Dinámica

**MATERIALES:** globos, equipo de sonido, USB pizarra, plumones, materiales visuales acerca del tema,

**TIEMPO:** 45 minutos

**DESARROLLO:**

Al inicio del taller saludar a los y las participantes. Mostrando satisfacción por compartir la presente sesión y comentar brevemente la sesión anterior como una retroalimentación. La encargada les dará las siguientes indicaciones antes de comenzar ara un breve ejemplo de cómo se ara Cogemos un globo y comenzamos a inflarlo. En cada soplo deja salir algo que deseas que desaparezca de ti, de tu vida, de tu entorno o del mundo, Atamos el globo con los cordones de las zapatillas. Se procederá a poner la música y cada participante bailará con el globo atado en las zapatillas. Intentando hacerlo explotar antes de que se acabe la canción

Por consiguiente, se aplicará los siguientes puntos:

- Concepto de estrés
- Síntomas
- Consecuencia
- Afrontamiento

**CRITERIO DE EVALUACIÓN:** se cumplió el objetivo programado.

**ACTIVIDAD:** ONE TWE THREE NO MÁS ESTRÉS

**SEMANA:** 8

**SESION:** 8

**OBJETIVO:** Relajación

**ESTRATEGIA:** Presentación, Técnica de relajación

**MATERIALES:** hojas boom lápiz,

**TIEMPO:** 45 minutos

**DESARROLLO:**

Se les da la bienvenida a los participantes haciendo mención breve de los puntos a tratar, invitándoles a que participen y cooperen en este taller.

La encargada dará las indicaciones a los participantes haciendo mención que se ubiquen en un lugar lo más cómodo posibles, dicho esto comenzaremos

1. Tense lentamente los puños, antebrazos bíceps. ahora va sintiendo la presión, lentamente vamos relajando y soltando los puños ante brazos y bíceps; relájese. 2. A continuación, arrugue todo el muslo de la cara como una nuez, y haga girar su cabeza en círculo para aflojar el cuello; relájese. 3. Realice dos respiraciones profundas una con el pecho y otra con el estómago; inhale mantenga el aire por 5 segundos va sintiendo la presión luego exhalamos lentamente; relájese. 4 tense las piernas dos veces, una con la punta de los dedos de los pies estirados, y la otra con la punta de los dedos de los pies hacia la cara; relájese.

Pasamos escribir en una hoja cuales son las situaciones que le genera ansiedad o estrés luego le damos un puntaje del 1 al 10 el participante practicara la técnica en su vida cotidiana con la situación de mayor puntaje la técnica de relajación.

**CRITERIO DE EVALUACIÓN:** se cumplió el objetivo programado.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alberti. (1978). Recuperado el 05 de septiembre de 2018, de [file:///C:/Users/USER/Pictures/Tema\\_1\\_Habilidades\\_Sociales.pdf](file:///C:/Users/USER/Pictures/Tema_1_Habilidades_Sociales.pdf)
- Actividad, N°1. (s.f.). *Lider.CON*. Recuperado el 2 de Noviembre de 2018, de <https://www.lifeder.com/dinamicas-grupo-jovenes/>
- Actividad N°3. (s.f.). *Aula Facil*. Recuperado el 5 de Noviembre de 2018, de <https://www.aulafacil.com/cursos/psicologia/taller-de-habilidades-sociales-y-comunicacion/dinamica-para-identificar-y-expresar-emociones-descubriendo-emociones-l11591>
- Actividad N°5. (s.f.). *Dixmur*. Recuperado el 5 de Noviembre de 2018, de <http://adixmur.blogspot.com/2015/01/adios-al-no-puedo.html>
- Actividad N°7. (1 de marzo de 2016). *teOcio - El Rincón del educador y del ocio*. Recuperado el 5 de noviembre de 2018, de <http://www.teocio.es/sin-categoria/taller-para-el-estres-con-la-risa>
- Bandura, A. (1982). *Psicoactiva: Web de psicología y test*. Recuperado el 25 de septiembre de 2018, de <https://institutosalamanca.com/blog/habilidades-sociales-definicion-delimitacion/>  
[http://www.webquestcreator2.com/majwq/public/files/files\\_user/14037/Aprendizajesocial.pdf](http://www.webquestcreator2.com/majwq/public/files/files_user/14037/Aprendizajesocial.pdf),pg9-10
- Caballo. (1988). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. España. Recuperado el 27 de septiembre de 2018, de <https://cideps.com/wp-content/uploads/2015/04/Caballo-V.-Manual-de-evaluaci%C3%B3n-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-ebook.pdf>

Caballo. (1986). Recuperado el 15 de Septiembre de 2018, de [file:///C:/Users/USER/Pictures/Tema\\_1\\_Habilidades\\_Sociales.pdf](file:///C:/Users/USER/Pictures/Tema_1_Habilidades_Sociales.pdf)

Caballo.( 1987-1991) & Kelly,( 1987).(s.f.). (M. Rivera, Editor) Recuperado el 22 de Octubre de 2018, de <http://portal.oas.org/LinkClick.aspx?fileticket=YCYq9LHk1tw%3D&tabid=1282&mid=3693>

Caballo. (1991). *Instituto Salamanca*. (J. P. Juan R. Pereira, Editor) Recuperado el 2 de Noviembre de 2018, de Universidad Miguel Hernández, Elche (España): <https://institutosalamanca.com/blog/habilidades-sociales-definicion-delimitacion/>

Chevez Suarez, P. A. (2018). Nivel de Habilidades Sociales en Escolares de Quinto año de Educación Secundaria de una Institución Educativa Parroquial de Carmen de la Legua. (*Tesis de Licenciatura*). Lima, Perú. Recuperado el 4 de Noviembre de 2018, de [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3147/TRAB.SUF.PROF\\_Percy%20Armando%20Chevez%20Suarez.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3147/TRAB.SUF.PROF_Percy%20Armando%20Chevez%20Suarez.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

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. (*tesis*). Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina. Recuperado el 2 de Septiembre de 2018, de <https://www.redalyc.org/pdf/4835/483555653016.pdf>

Choque Larrauri, R., & Chirinos Cáceres, J. L. (Abril de 2009). eficacia del programa de habilidades sociales para la vida en adolescentes escolares de Huancavelica Perú. *Revista de Salud Pública*, 11(1), 13. Recuperado el 10 de Septiembre de 2018, de [http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Huancavelica\\_0.pdf](http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Huancavelica_0.pdf)

Dirección general de promoción de la salud. (2003). *Documento técnico modelo de abordaje de promoción de la salud en el Perú acciones a desarrollar en el eje temático habilidades para la vida*. Perú. Recuperado el 22 de Agosto de 2018, de <ftp://ftp2.minsa.gob.pe/descargas/dgps/compendio/pdf/149.pdf>

Díaz Gutiérrez, E. J., & Huamán Cosme, Y. C. (2016). Eficacia de la aplicación del manual de habilidades sociales en adolescentes escolares (minsa-2005) en una institución educativa de Cajamarca. (*Tesis de licenciatura*). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca, Perú. Recuperado el 16 de Septiembre de 2018, de <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/264>

*El que busca encuentra*. (Junio de 10 de 2018). Recuperado el 5 de Noviembre de 2018, de [http://encuentra.com/hijos\\_y\\_educacion/10-dinamicas-de-resolucion-de-conflictos/](http://encuentra.com/hijos_y_educacion/10-dinamicas-de-resolucion-de-conflictos/)

Flores Mamani, E., Garcia Tejada, M. L., Calsina Ponce, W. C., & Yaouchura Sayco, A. (7 de julio-diciembre de 2016). las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la universidad nacional del altiplano – puno. *Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo*, 7(2), 11. Recuperado el 17 de septiembre de 2018, de <https://www.redalyc.org/pdf/4498/449849320001.pdf>

García Calderón, E. C. (2018). Habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria del I.E.P. San Juan Bautista San Juan de lurigancho. (*Tesis de Licenciatura*). universidad inca garcilaso de la vega, Lima, Perú. Recuperado el 2 de Noviembre de 2018, de [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3139/TRAB.SUF.PROF\\_Evelyn%20Carol%20Garc%20C3%ADa%20Calder%20B3n.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3139/TRAB.SUF.PROF_Evelyn%20Carol%20Garc%20C3%ADa%20Calder%20B3n.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Gismero Gonzales, E. (2010). *Escala de Habilidades Sociales*. Madrid, España. Recuperado el 28 de septiembre de 2018, de <file:///C:/Users/USER/Downloads/352951674-Document-tips-Ehs-Escala-de-Habilidades-Sociales-de-Gismero-Adaptacion-Peruana.pdf>

Goldstein. (1978). *Lista de chequeo de habilidades sociales*. Recuperado el 23 de Septiembre de 2018, de <file:///C:/Users/USER/Downloads/Goldstein%20HHSS.pdf>

Gob.pe. (09 de Octubre de 2016). Día de la Salud Mental: “Soy como tú, ponte en mi lugar”. *Gob.pe, Artículo*, Párrafo 4. Recuperado el 23 de agosto de 2018, de <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/14717-dia-de-la-salud-mental-soy-como-tu-ponte-en-mi-lugar>

Goldstein. (1978). *Lista de chequeo de habilidades sociales*. Recuperado el 23 de Septiembre de 2018, de <file:///C:/Users/USER/Downloads/Goldstein%20HHSS.pdf>

Gracia Sánchez, N. M. (2016). desarrollo de habilidades sociales avanzada: la empatía intervención con niños de 10 años. (*Especialización*). Universidad de la Sabana, Bogotá, Colombia. Recuperado el 15 de Septiembre de 2018, de <https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/24768/Nidia%20Marina%20Gracia%20S%C3%A1nchez%20%20%28tesis%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hernández Osorio, C. (05 de Julio de 2015). A medir las habilidades sociales en los colegios. *El espectador, Artículo*, Párrafo 11. Recuperado el 19 de Agosto de 2018, de <https://www.elespectador.com/noticias/bogota/medir-habilidades-sociales-los-colegios-articulo-570550>

Huallpa Quispe , M. I. (2015). Habilidades sociales y actitudes sexuales en adolescentes de 15-19 años, academia preuniversitaria Bryce Arequipa 2014. (*Tesis de titulación*). Universidad Nacional de San Agustín , Arequipa, Perú. Recuperado el 16 de Septiembre de 2018, de <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/364/M-21572.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hurtado Vidarte, R. K. (2018). Habilidades sociales en estudiantes de quinto año de secundaria de una. (*Tesis de titulación*). Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima, Perú. Recuperado el 2 de Noviembre de 2018, de [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2210/TRAB.SUF.PROF.\\_Rocio%20del%20Milagro%20Karla%20Hurtado%20Vidarte.pdf?sequence=2](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2210/TRAB.SUF.PROF._Rocio%20del%20Milagro%20Karla%20Hurtado%20Vidarte.pdf?sequence=2)



- Herrera Quiñones, A. T. (2017). fortalecimiento de habilidades sociales en adolescentes bullers o acosadores. (*Tesis de Grado*). Universidad Mayor de San Andres, La Paz, Bolivia. Recuperado el 15 de septiembre de 2018, de <http://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/10895/HQAT.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Kerlinger, & Lee. (2002). *Blogger*. Recuperado el 28 de Octubre de 2018, de <http://tesis-investigacion-cientifica.blogspot.com/2013/08/disenos-no-experimentales.html>
- Kelly. (1987). *Slideshare*. Recuperado el 05 de Octubre de 2018, de <https://es.slideshare.net/jeralbeatriz/habilidades-sociales-18363415>
- Lazarus. (1973). *Issuu*. (C. v. editores, Editor) Recuperado el 27 de septiembre de 2018, de <https://issuu.com/tormentaazul/docs/240975528-caballo-manual-de-eval-y->
- La República. (31 de Enero de 2011). Adolescentes maduran desarrollando sus habilidades sociales. *La República*, pág. Párrafo 4. Recuperado el 2 de Septiembre de 2018, de <https://larepublica.pe/salud/515702-adolescentes-maduran-desarrollando-sus-habilidades-sociales#!foto1>
- Linean. (1984). Recuperado el 8 de septiembre de 2018, de [file:///C:/Users/USER/Pictures/Tema\\_1\\_Habilidades\\_Sociales.pdf](file:///C:/Users/USER/Pictures/Tema_1_Habilidades_Sociales.pdf)
- Libet, & Lewinsohn. (s.f.). Concepto de Habilidades Sociales. En V. E. Caballo, *Manual de Evaluacion y Entrenamiento de Las Habilidades Sociales* (pág. 369). Madrid, España: Siglo Veintiuno España Editores. Recuperado el 28 de Octubre de 2018, de <https://issuu.com/tormentaazul/docs/240975528-caballo-manual-de-eval-y->

Lupercio Gordillo, E. (2012-2013). autoestima y su relación con las habilidades sociales en los adolescentes del octavo año de educación básica del instituto tecnológico superior 12 de febrero de la ciudad de Zamora periodo septiembre 2012 febrero 2013. (*Tesis de licenciatura*). Universidad Nacional de Loja Area de la Salud Humana, Loja, Ecuador . Recuperado el 10 de septiembre de 2018, de <http://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/6870/1/Lupercio%20Gordillo%20Euler%20Michael%20.pdf>

Mantilla. (1993). Recuperado el 22 de septiembre de 2018, de <https://scout.es/downloads/notes/iniciessincoco/habilidades.pdf>

Mardones Luco , C. (2016). Tipologías modales multivariadas en habilidades sociales en el marco. (*Tesis de Doctorado*). Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España. Recuperado el 10 de septiembre de 2018, de <https://eprints.ucm.es/40551/1/T38154.pdf>

Meichenbaum, Butler, & Grudson . (1981). *Manual de Evaluación y Entrenamiento de Las Habilidades Sociales*. Madrid, España: Sículo veintiuno España Editores. Recuperado el 28 de octubre de 2018, de <https://issuu.com/tormentaazul/docs/240975528-caballo-manual-de-eval-y->

Ministerio de Educación Oficina de Tutoría y Prevención Integral Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas - DEVIDA Gerencia de Prevención y Rehabilitación del Consumo de Drogas. (2002). *estudio epidemiológico sobre el consumo de drogas en la población escolar de secundaria de menores-2002*. Lima, Perú: Impresos & Diseños S.A.C. Recuperado el 29 de Agosto de 2015, de <https://docplayer.es/16477198-Ministerio-de-educacion-oficina-de-tutoria-y-prevencion-integral.html>

MINEDU, OECD, & UNESCO. (2016). *Ministerio de Educación*. Recuperado el 15 de Agosto de 2018, de <http://repositorio.minedu.gob.pe/handle/123456789/4848>

Monjas, I. (1993). *Slideshare*. Recuperado el 05 de Octubre de 2018, de <https://es.slideshare.net/jeralbeatriz/habilidades-sociales-18363415>  
[file:///C:/Users/USER/Downloads/resilienciamonjaUNED\\_Baleares.pd](file:///C:/Users/USER/Downloads/resilienciamonjaUNED_Baleares.pd)

Navarro Huaycani , R. R. (2014). desarrollo de habilidades sociales y su relación con la edad de los adolescentes de 1 ro a 5to de secundaria en la institución educativa coronel Bolognesi Tacna Perú 2013. ( *Tesis de titulación*). Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann-Tacna, Tacna, Perú. Recuperado el 12 de septiembre de 2018, de <http://repositorio.unjbg.edu.pe/bitstream/handle/UNJBG/153/TG0009.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Noa Pérez , P. (2014). Entrenamiento de habilidades sociales y efecto en el bienestar psicológico de adolescentes trabajadores de la calle. Ayacucho, 2013. *Tesis de Grado academico*). Universidad Nacional de San Cristobal de Huamanga, Ayacucho, Peru. Recuperado el 15 de Septiembre de 2018, de [file:///C:/Users/USER/Downloads/TM%20SP39\\_Noa.pdf](file:///C:/Users/USER/Downloads/TM%20SP39_Noa.pdf)

Perú 21. (23 de Julio de 2013). Habilidades blandas. (E. V. esther.vargas@peru21.com, Ed.) *Perú 21*, pág. Parrafo 3. Recuperado el 2 de Septiembre de 2018, de <https://peru21.pe/opinion/habilidades-blandas-116680>

Perez , S., Torbay et, & Portillo. (s.f.). *Las habilidades sociales* (Vol. Tema 7). (M. Ortego Maté, S. López González, & M. L. Álvarez Trigueros, Edits.) Universidad de Cantabria. Recuperado el 25 de Septiembre de 2018, de [https://ocw.unican.es/pluginfile.php/1420/course/section/1836/tema\\_07.pdf](https://ocw.unican.es/pluginfile.php/1420/course/section/1836/tema_07.pdf)

PNUD. (02 de Julio de 2015). a OCDE medirá en Bogotá las habilidades socio emocionales de los estudiantes. (P. Colombia, Ed.) *PNUD Colombia , Artículo*, parrafo 7. Recuperado el 12 de agosto de 2018, de <http://www.co.undp.org/content/colombia/es/home/presscenter/articles/2015/07/02/la-ocde-medir-en-bogot-las-habilidades-socio-emocionales-de-los-estudiantes.html>

Ramirez . (1997). *virtual.urbe*. Recuperado el octubre de 2018, de <http://virtual.urbe.edu/tesispub/0092506/cap03.pdf>

Salter. (s.f.). Orígenes y Desarrollo. En V. E.Caballo, *Manual de Evaluacion y Entrenamiento de Las Habilidades Sociales* (pág. 369). Madrid, España: Siglo Veintiuno España Editores. Recuperado el 15 de Septiembre de 2018, de <https://issuu.com/tormentaazul/docs/240975528-caballo-manual-de-eval-y->  
<http://programadehabilidades sociales1.blogspot.com/2013/05/origen-y-desarrollo-de-las-habilidades.html>

Salazar Rojas, H. D. (2018). *Habilidades Sociales De Los Adolescentes Del Nivel Secundaria Del Centro Educativo Básico Alternativo Mariscal Caceres. (Tesis de licenciatura)*. Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima, Perú. Recuperado el 2 de Noviembre de 2018, de [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2216/TRAB.SUF.RPOF.\\_Hector%20David%20Salazar%20Rojas.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2216/TRAB.SUF.RPOF._Hector%20David%20Salazar%20Rojas.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

- Tomás,Rojas, A. (1994-95). lista de chequeo de habilidades sociales de goldstein. En Goldstein. Recuperado el 28 de Octubre de 2018, de <file:///C:/Users/USER/Downloads/Goldstein%20HHSS.pdf>
- UNODC . (29 de Mayo de 2017). UNODC reúne a jóvenes en Brasilia para discutir sobre violencia, crimen y abuso de drogas. *UNODC , Articulo*, Parrafo 4. Recuperado el 15 de agosto de 2018, de <http://www.unodc.org/dohadeclaration/es/news/2017/05/unodc-brings-together-youth-in-brasilia-to-discuss-violence--crime-and-drug-use.html>
- Van, H., & cols. (1979). Manual de Evaluación y Entrenamiento de las Habilidades Sociales. En V. E. Caballo, & M. Pidal (Ed.), *Manual de Evaluación y Entrenamiento de las Habilidades Sociales* (pág. 368). Madrid, España: Sigloxxi de españa Editores,S A. Mendes Pidal, 3 bis,28036Madrid. Recuperado el 2018, de <https://cideps.com/wp-content/uploads/2015/04/Caballo-V.-Manual-de-evaluaci%C3%B3n-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-ebook.pdf>
- Vega León, S. F. (2017). Funcionamiento familiar y habilidades sociales en adolescentes víctimas de violencia familiar, Huánuco - 2017. (*Tesis de Maestria*). Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco, Perú. Recuperado el 18 de Septiembre de 2018, de <http://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/207394>
- Wolpe. (1977). En V. E. Caballo, & b. 2. Mendez Pidal (Ed.), *Manual de Evaluacion y Entrenamiento de Las Habilidades Sociales* (pág. 309). España: Siculo xxi de España Editores,S,A. Recuperado el 28 de Octubre de 2018, de <https://cideps.com/wp-content/uploads/2015/04/Caballo-V.-Manual-de-evaluaci%C3%B3n-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-ebook.pdf>

Wilkinson, & Canter. (s.f.). Concepto de Habilidades Sociales. En V. E. Caballo, *Manual de Evaluación y Entrenamiento de Las Habilidades Sociales* (pág. 369). Madrid, España: Siglo veintiuno España Editores. Recuperado el 28 de Octubre de 2018, de <https://issuu.com/tormentaazul/docs/240975528-caballo-manual-de-eval-y->

Yamada, G. (13 de Noviembre de 2016). ¿Por qué es clave enfrentar el déficit de habilidades blandas? *El Comercio*, pág. Parrafo 7. Recuperado el 1 de Septiembre de 2018, de <https://elcomercio.pe/economia/opinion/clave-enfrentar-deficit-habilidades-blandas-400037>

## ANEXOS

### Anexo 1

#### Matriz de Consistencia

PROBLEMA	OBJETIVO	METODOLOGÍA
<p><b>Problema general:</b></p> <p>¿Cuál es el nivel de habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana?</p>	<p><b>Objetivo general:</b></p> <p>Determinar el nivel de habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <p>Determinar el nivel de las primeras habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.</p>	<p><b>Población:</b></p> <p>61 estudiantes de ambos sexos, (29 hombres y 32 mujeres)</p> <p><b>Muestra:</b></p> <p>El tipo de muestra es censal, pues se seleccionó el 100% de la población</p> <p><b>Delimitación temporal</b></p>

---

institución educativa pública del distrito de lima metropolitana?

¿Cuál es el nivel de habilidades sociales avanzadas en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana?

¿Cuál es el nivel de habilidades sociales relacionadas en sentimientos de los estudiantes de educación secundaria de una institución pública educativa del distrito de lima metropolitana?

¿Cuál es el nivel de habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de educación secundaria de una institución

Determinar el nivel de habilidades sociales avanzadas en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.

Determinar el nivel de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.

Determinar el nivel de habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.

**Tipo de investigación:**

Investigación descriptiva

**Diseño de investigación:**

No experimental

**Variable:**

Habilidades sociales

**Instrumento:**

Lista de Chequeo de Goldstein



---

educativa pública del distrito de lima metropolitana?

¿Cuál es el nivel de habilidades sociales para hacer frente al estrés en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana?


Determinar el nivel de habilidades sociales para hacer frente al estrés en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.

¿Cuál es el nivel de habilidades sociales de planificación en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana?

Determinar el nivel de habilidades de planificación en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana.

## Anexo 2

### Carta de Presentación a la Institución Educativa

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

Lima, 24 de setiembre del 2018

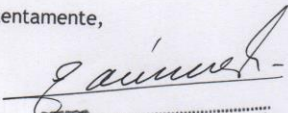

Carta N° 2287-2018-DFPTS

Señor  
**WILBER QUICAÑA HAMAN**  
**DIRECTOR**  
**I.E. N° 6096 "ANTONIO RAIMONDI"**  
Presente.-

Luego de recibir mis saludos y muestras de respeto, presento a la señorita **Zundy Zulema Carla CHÁVEZ MOREYRA**, estudiante de la Carrera Profesional de Psicología de nuestra Facultad, identificada con código 70-864992-0, quien desea realizar una muestra representativa de investigación en la Institución que usted dirige; para poder así optar el Título Profesional de Licenciada 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/erb  
Id. 962762

**I.E. 6096 ANTONIO RAIMONDI**  
**RECIBIDO**  
Fecha: 07 OCT 2018  
Hora: \_\_\_\_\_  
La Recepción no implica conformidad ni aceptación

Av. Petit Thouars 248, Lima  
Teléfonos: 433 1615 / 433 2795 Anexo: 3304  
E-mail: psic-soc@uigv.edu.pe

Anexo 3

Hoja de Preguntas. Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein

**PERFIL DIAGNÓSTICO DE LA PRUEBA DE HABILIDADES SOCIALES DE GOLDSTEIN**

	A menudo	Algunas veces	Pocas veces	Siempre	
<b>GRUPO I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES</b>					
NOMBRE.....					EDAD.....
SEXO.....					1.- Presenta atención a la persona que le habla hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que otras personas dicen.
ESCOLARIDAD.....					2.- Inicia una conversación con otras personas y luego queda mantenida por un momento.
EXAMINADOR.....					3.- Habla con otras personas sobre cosas que interesan a otros.
					4.- Sigue la información que necesita saber y se la pide a la persona adecuada.
<b>INSTRUCCIONES</b>					
A continuación encontraras una lista de habilidades sociales que los adolescentes como tú pueden poseer en mayor o menor grado y que hace que ustedes sean más o menos capaces.					
Deberás calificar tus habilidades marcando cada una de las habilidades que se describen a continuación, de acuerdo a los siguientes puntajes.					
<b>Marca 1 si nunca utilizas bien la habilidad</b> <b>Marca 2 si utilizas muy pocas veces la habilidad</b> <b>Marca 3 si utilizas alguna vez bien la habilidad</b> <b>Marca 4 si utilizas a menudo bien la habilidad</b> <b>Marca 5 si utilizas siempre bien la habilidad</b>					
<b>GRUPO II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS</b>					
					5.- Pide ayuda cuando la necesita.
					6.- Se integra a un grupo para participar en una determinada actividad.
					7.- Explica con claridad a los demás como hacer una tarea específica.
					8.- Presenta atención a las instrucciones, pide explicaciones y lee detenidamente las instrucciones.

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

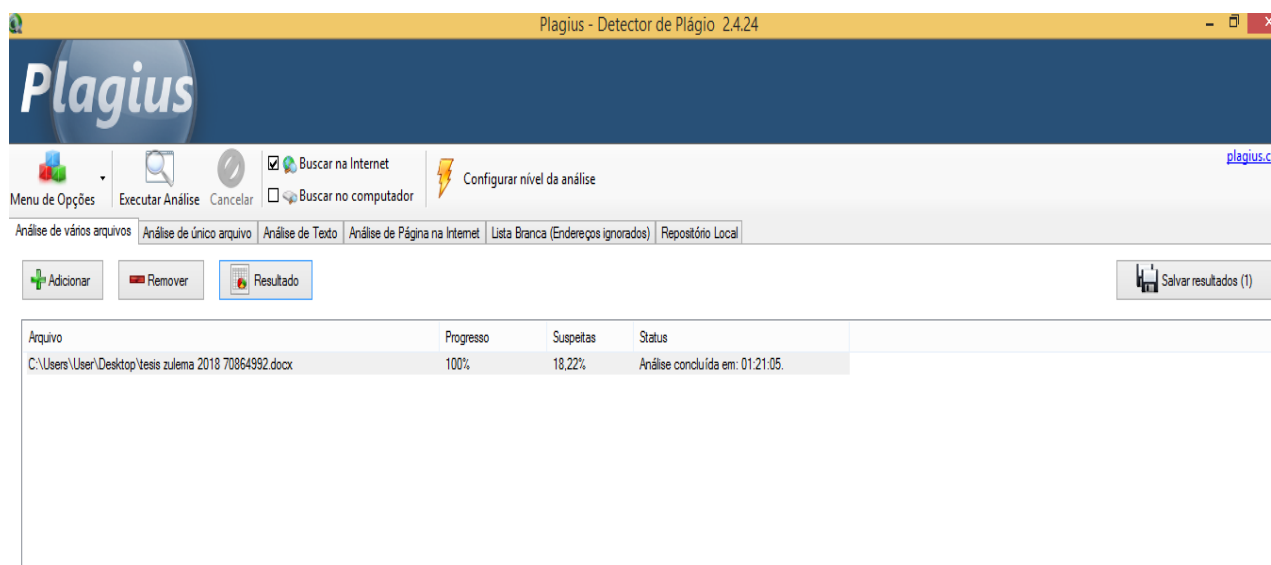
13.- Pides disculpas a los demás cuando haz echo algo que sabes que está mal	1	2	3	4	5
14.- Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas	1	2	3	4	5
<b>GRUPO III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS</b>					
15.- Intentas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

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



## Anexo 5

### Programa de antiplagio



## Resultado del análisis

**Archivo:** tesis Zulema 2018 70864992.docx

### Estadísticas

**Sospechosas en Internet: 18,22%**

Porcentaje del texto con expresiones en internet ⚠

**Sospechas confirmadas: 0%**

Confirmada existencia de los tramos en las direcciones encontradas ⚠

**Texto analizado: 75,44%**

Porcentaje del texto analizado efectivamente (no se analizan las frases cortas, caracteres especiales, texto roto).

**Éxito del análisis: 100%**

Porcentaje de éxito de la investigación, indica la calidad del análisis, cuanto más alto mejor.

### Direcciones más relevantes encontrados:

Endereço (URL)	Ocorrências	Semelhança
<a href="http://dinamicasgrupales.com.ar/dinamicas/viajes-imaginarios/dinamica-debilidad-fortaleza">http://dinamicasgrupales.com.ar/dinamicas/viajes-imaginarios/dinamica-debilidad-fortaleza</a>	52	-
<a href="https://www.lifeder.com/dinamicas-grupo-jovenes">https://www.lifeder.com/dinamicas-grupo-jovenes</a>	33	-
<a href="http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/20464">http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/20464</a>	32	-
<a href="http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2210/TRAB.SUF.PROF._Rocio%20del%20Milagro%20Karla%20Hurtado%20Vidarte.pdf?sequence=2">http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2210/TRAB.SUF.PROF. Rocio del Milagro Karla Hurtado Vidarte.pdf?sequence=2</a>	31	-



<a href="https://es.scribd.com/document/380265215/27-Dinamicas-de-Grupo-Para-Jovenes-y-Adolescentes">https://es.scribd.com/document/380265215/27-Dinamicas-de-Grupo-Para-Jovenes-y-Adolescentes</a>	30	-
<a href="https://www.lifeder.com/actividades-empezar-dia">https://www.lifeder.com/actividades-empezar-dia</a>	30	-

Expresiones con más ocurrencias

<b>Expressões</b>	<b>Ocorrências</b>	<b>Nro. Pesquisas</b>
como una actividad organizada, coordinada, en relación con un objeto	29	13
la capacidad de expresar enfado o sentimientos negativos	22	14

Texto analizado:

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL

Trabajo de Suficiencia Profesional

Habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública del distrito de lima metropolitana

<http://repositorio.usil.edu.pe/handle/USIL/3683>

<http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/3067>

[http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/234/browse?type=subject&value=Habilidades sociales](http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/234/browse?type=subject&value=Habilidades%20sociales)

[http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/3683/1/2018\\_Flores-Díaz.pdf](http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/3683/1/2018_Flores-Díaz.pdf)

## Anexo 6

### Aprobación del profesor

The screenshot shows the Outlook web interface. At the top, there is a search bar with the word "Buscar" and a navigation menu with icons for "Mensaje nuevo", "Responder", "Eliminar", "Archivo", "No deseado", "Limpiar", "Mover a", "Categorizar", and other actions. The left sidebar contains a navigation pane with folders like "Bandeja de ... 1765", "Correo no des...", "Borradores 14", "Elementos enviados", "Elementos elimina...", "Archivo", "Conversation Hist...", "karura", "Trash 219", and "Carpeta nueva".

The main content area displays an email with the subject "Re: tesis grupo N°170 zundy chavez moreyra". The sender is "FERNANDO RAMOS <framos1403@gmail.com>" with a profile picture "FR". The email is dated "Sáb 12/01/2019, 21:48" and is addressed to "Usted".

The email body contains a Microsoft Word attachment titled "TESIS FINAL Zundy Chave..." with a size of "13 MB". Below the attachment are the options "Descargar" and "Guardar en OneDrive".

The text of the email reads:

**Buenas noches**

**SU TESIS ESTA APROBADA**

**Mg. Fernando Ramos Ramos**

El sáb., 12 de ene. de 2019 a la(s) 16:02, zulema morey ([carla-moreyra@live.com](mailto:carla-moreyra@live.com)) escribió:  
profesor buenas tarde, le estoy volviendo enviar mi trabajo.  
no se si lo este llegando, le envié el día lunes no se si le llego espero que si. por si acaso le envié nuevamente.

At the bottom of the screenshot, the Windows taskbar is visible with icons for the Start menu, search, task view, mail, calendar, Chrome, and Word. The system tray on the right shows icons for network, volume, and power.