



Universidad  
**Inca Garcilaso de la Vega**  
Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL

Desarrollo de habilidades Sociales en estudiantes del nivel secundario de una  
institución educativa privada de Tacna

**TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL**

Para optar el título profesional de LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

**AUTOR**

Bachiller Muchica Pizarro, Edith Tania

**ASESOR**

Magister Liñan Colchado, Gloria

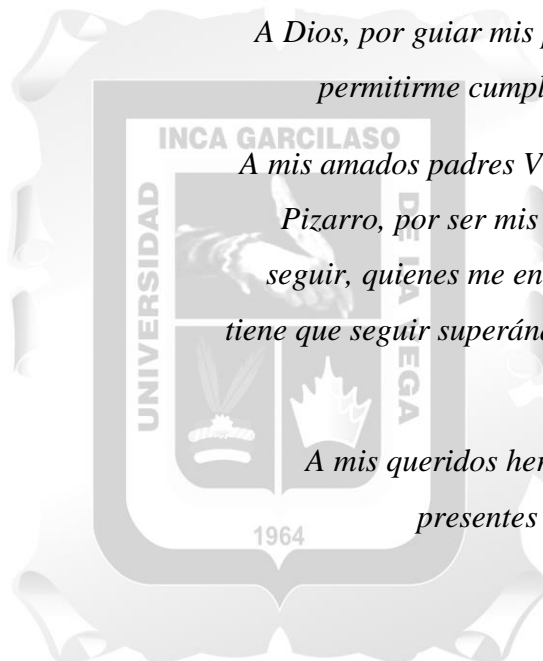
**Tacna, Agosto - 2020**

## *DEDICATORIA*

*A Dios, por guiar mis pasos en todo momento y permitirme cumplir una más de mis metas.*

*A mis amados padres Victor Muchica y Yovanna Pizarro, por ser mis modelos de superación a seguir, quienes me enseñaron que uno siempre tiene que seguir superándose y que nunca se debe dejar de aprender.*

*A mis queridos hermanos por estar siempre presentes y darme su apoyo moral.*



## AGRADECIMIENTOS

A Dios por iluminar mi sendero y permitirme cumplir cada una de mis metas.

A mis padres por el amor incondicional que siempre me brindaron.

Agradezco a la Mag. Gloria Liñan Colchado por compartir sus conocimientos y orientarnos en el desarrollo y logro de nuestro tema.

A los estudiantes de la institución educativa quienes son el motivo de mi trabajo



## RESUMEN

El presente trabajo pretende mostrar el desarrollo profesional de un psicólogo en una institución educativa, donde se promueve estrategias para mejorar el proceso de enseñanza – aprendizaje, previniendo las dificultades que puedan presentarse, orientando su desarrollo y contribuyendo a su formación integral. Una de las actividades propuestas para el estudiante, fue el desarrollo de habilidades sociales el cual se realizó a través de talleres psicoeducativos los cuales se planifican de acuerdo a la necesidad de los estudiantes, estos talleres estuvieron dirigidos a 3ro, 4to y 5to de secundaria con 39 estudiantes de 14 a 17 años de edad. Para ello, se realizaron algunas acciones antes de la intervención psicoeducativa como la observación, informe de tutores, además se aplicó la lista de evaluación de habilidades sociales del Ministerio de Salud que mide dimensiones o áreas de asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones. Los resultados del diagnóstico mostraron que la mayoría de los estudiantes tenían un nivel “bajo” con 20% y “promedio bajo” con un 46% en sus habilidades sociales, lo que indica habilidades muy básicas y que requerían la intervención psicoeducativa para mejorar sus habilidades sociales.

**Palabras clave:** *Habilidades sociales, adolescencia, autoestima, asertividad, toma de decisiones*

## ABSTRACT

The present work pretends to show the professional development of an Psychologist at an Educational Institution, where it is promoted strategies to improve teaching – learning process, preventing difficulties that can occur, guiding its development and contributing to its comprehensive training. One of the activities proposed for student, was social skills development that is performed through psychoeducational workshops. They are planified according to the need of students.

These workshops were directed to 3rd ,4th and 5th students of school with thirty- nine students from 14 to 17 years old. For that, It is performed some actions before psychoeducational intervention like observation, tutors' report. Furthermore, it is applied the list of skills assessment of the Ministry of Health that evaluates dimensions or areas of assertiveness, communication, self -esteem and decision making. The results of diagnosis showed most of students had “low level” with 20 % and “low average” with 46 % in their social skills that indicate very basic skills and required psychoeducational intervention to improve their social skills.

*Keywords : social skills, adolescence, self – esteem, assertiveness and decision making.*

## ÍNDICE

Dedicatoria	2
Agradecimientos	3
Resumen	4
Abstrac	5
Índice	6
Índice de Tablas	8
Índice de Figuras	9
Introducción	10
<b>CAPÍTULO 1: ASPECTOS GENERALES</b>	12
1.1 DESCRIPCIÓN DE LA EMPRESA O INSTITUCIÓN	12
1.1.1 DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO O SERVICIO	12
1.1.2 UBICACIÓN GEOGRÁFICA Y CONTEXTO SOCIOECONÓMICO	13
1.1.3 ACTIVIDAD GENERAL O ÁREA DE DESEMPEÑO	14
1.1.4 MISIÓN Y VISIÓN	14
<b>CAPÍTULO 2: DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA</b>	15
2.1 ACTIVIDAD PROFESIONAL DESARROLLADA	15
2.2 PROPÓSITO DEL PUESTO Y FUNCIONES ASIGNADAS	15
<b>CAPÍTULO 3: FUNDAMENTACIÓN DEL TEMA ELEGIDO</b>	16
3.1 TEORÍA Y LA PRÁCTICA EN EL DESEMPEÑO PROFESIONAL	16
3.1.1 Bases Teóricas	16
3.1.1.1 Teoría del Sociocultural	16
3.1.1.2 Teoría Aprendizaje Social	17
3.1.2 Habilidades sociales	17
3.1.3 Características de las habilidades sociales	19
3.1.4 Importancia de las habilidades sociales	19
3.1.5 Entrenamiento en habilidades sociales	19
3.1.6 Definiciones conceptuales	19
3.1.6.1 Asertividad	19
3.1.6.2 Autoestima	19

3.1.6.3 Comunicación	20
3.1.6.4 Toma de decisiones	20
3.1.7 Adolescencia	20
3.1.7.1 Las habilidades sociales en la adolescencia	21
3.1.7.2 Problemas que pueden generar un escaso desarrollo de las habilidades	21
<b>3.2 ACCIONES, METODOLOGÍAS Y PROCEDIMIENTOS</b>	<b>22</b>
3.2.1 Participantes	22
3.2.2 Instrumento de recolección de información	23
3.2.3 Análisis de resultados	25
3.2.4 Descripción del plan	31
3.2.5 Presentación de los talleres	32
3.2.6 Procesamiento de resultados del Pre-EHS y Post-EHS	43
3.2.7 Resumen de los resultados del Pre-EHS y Post-EHS	49
3.2.8 Plan de trabajo	50
<b>CAPÍTULO 4: PRINCIPALES CONTRIBUCIONES</b>	<b>54</b>
CONCLUSIONES	55
RECOMENDACIONES	56
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	57
ANEXOS	59



## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Distribución de estudiantes de 3ro, 4to y 5to - VII ciclo escolar de la IEP	23
Tabla 2. Puntaje en las áreas del test de habilidades sociales	25
Tabla 3. Resultados de la evaluación de las habilidades sociales área de asertividad de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS	26
Tabla 4. Resultados de la evaluación de las habilidades sociales área de comunicación de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS	27
Tabla 5. Resultados de la evaluación de las habilidades sociales área de autoestima de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS	28
Tabla 6. Resultados de la evaluación de las habilidades sociales área de toma de decisiones de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS.	29
Tabla 7. Resultados de la evaluación de las habilidades sociales área de toma de decisiones de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS	30
Tabla 8. Cálculo de la media, mínimo y máximo del total de datos	43
Tabla 9. Frecuencia en Asertividad en estudiantes de 3ro, 4to y 5to Pre-EHS y Post-EHS	44
Tabla 10. Frecuencia en el área de comunicación en estudiantes de 3ro, 4to y 5to Pre-EHS y Post-EHS	45
Tabla 11. Frecuencia en el área de Autoestima en estudiantes de 3ro, 4to y 5to Pre-EHS y Post-EHS	46
Tabla 12. Frecuencia en el área de toma de decisiones en estudiantes de 3ro, 4to y 5to Pre-EHS y Post-EHS	47
Tabla 13. Frecuencia en el área de toma de decisiones en estudiantes de 3ro, 4to y 5to Pre-EHS y Post-EHS	48
Tabla 14. Cronograma de actividades de los talleres de habilidades de sociales	53



## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Ubicación geográfica de la institución	13
Figura 2. Resultados de aplicación de la lista de evaluación de las habilidades sociales área de asertividad de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS	26
Figura 3. Resultados de aplicación de la lista de evaluación de las habilidades sociales área de asertividad de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS	27
Figura 4. Resultados de aplicación de la lista de evaluación de las habilidades sociales área de autoestima de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS	28
Figura 5. Resultados de aplicación de la lista de evaluación de las habilidades sociales, área de toma de decisiones de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS	29
Figura 6. Resultados de aplicación de la lista de evaluación de las habilidades sociales, área de toma de decisiones de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS	30
Figura 7. Distribución porcentual de asertividad en estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS y Post-EHS	44
Figura 8. Distribución porcentual de comunicación de los estudiantes de 3ro, 4to, y 5to de secundaria Pre-EHS y Post-EHS	45
Figura 9. Distribución porcentual de Autoestima de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS y Post-EHS	46
Figura 10. Distribución porcentual de Toma de decisiones de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS y Post-EHS	47
Figura 11. Distribución porcentual de la Lista de evaluación de las habilidades sociales de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS y Post-EHS.	48

## INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) definió en 1999 las habilidades para la vida o competencias psicosociales como la habilidad que posee un sujeto para afrontar con éxito las exigencias y retos de la vida diaria.

Las habilidades sociales son conductas que se aprenden es por eso que debe trabajarse a muy temprana edad, puesto que las necesitamos en todos los contextos de nuestra vida diaria.

La adolescencia es un período de cambio, autoafirmación y búsqueda de identidad dónde las relaciones con sus pares van tornando importancia, llegándose estos a su vez a convertirse en el principal contexto de socialización y de apoyo. Por ello es necesario que el adolescente tenga buenas habilidades sociales que le favorecerá relacionarse de una manera más óptima.

La escuela es uno de contextos más importantes para la socialización, por ello es fundamental que las habilidades sociales se trabajen en el entorno educativo. Para que esto suceda es necesario que las instituciones educativas integren talleres psicoeducativos para trabajar las habilidades sociales con el propósito de mejorar la forma de relacionarse de los estudiantes, así se evitaren futuros problemas.

En este contexto el psicólogo educativo facilita estrategias para el desarrollo de las habilidades sociales, comunicación, la resolución de problemas, manejo de la ira, autocontrol, la autodeterminación y el optimismo. Esto contribuye en el aprendizaje y la conducta de los estudiantes.

El contenido del presente trabajo de suficiencia profesional está distribuido en cuatro capítulos.

En el primer capítulo se presenta los aspectos generales de la institución educativa en el cual se tuvo la experiencia profesional, así como ubicación geográfica y el contexto socioeconómico, actividad general de desempeño, misión y visión de la empresa.

En el segundo capítulo presentamos la actividad general de la experiencia donde describimos la actividad profesional desarrollada y el propósito del puesto y funciones asignadas.

En el tercer capítulo presentamos la fundamentación del tema elegido donde abordaremos la teoría y la práctica profesional, así como las acciones, metodologías y procedimientos que se aplicaron en la experiencia profesional.

En el cuarto capítulo presentamos las principales contribuciones que se pudieron aportar durante el desarrollo de la experiencia profesional como psicólogo educativo, además presentamos las conclusiones y recomendaciones.



## **CAPÍTULO 1: ASPECTOS GENERALES**

### **1.1 DESCRIPCIÓN DE LA EMPRESA O INSTITUCIÓN**

La Institución Educativa Privada ofrece servicios educativos en los niveles de inicial, primaria y secundaria. Cuenta con 30 años de experiencia en el sector educativo de la ciudad de Tacna.

En cuanto a su estructura orgánica la institución educativa privada está dirigida por la promotoría, seguida de la gerencia, la dirección, subdirección de formación general, secretaría, Asociación de exalumnos, comités de aula, coordinador de inicial y primaria, coordinador de TOE, docentes de inicial, primaria y secundaria, padres de familia y estudiantes de inicial, primaria y secundaria.

En la actualidad la I.E.P. cuenta con moderno local escolar antisísmico de 3 pisos, en el primer piso se encuentra las oficinas de secretaría, dirección, subdirección, sala de profesores, las aulas de inicial y primaria, en el segundo piso esta el área TOE y psicología, sala de cómputo, aulas del 1ro y 2do., en el tercer piso esta el auditorio y las aulas de 3ro, 4to y 5to de secundaria. cada piso cuenta con servicios higiénicos.

#### **1.1.1 DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO O SERVICIO**

La Institución Educativa Privada brinda una educación integral y personalizada a alumnos de la educación básica regular en los niveles de inicial, primaria y secundaria, atendiendo a un máximo de 20 estudiantes por sección, siendo el logro más importante para esta comunidad educativa y sus promotores es la satisfacción de haber formado y seguir formando hombres y mujeres de bien con sólidos valores morales y capacidades intelectuales capaces de aportar a la transformación de nuestra realidad social y al desarrollo de Tacna y el Perú.

De esta prestigiosa Institución Educativa ya han egresado más de una docena de exitosas promociones que se han formado bajo el lema: “Un alumno ... cada día debe ser mejor”, hoy muchos de ellos cursan estudios con éxito en diversas universidades y otros ya son profesionales universitarios que desempeñan sus carreras en distintas ciudades del Perú, Chile, Argentina, Bolivia y Colombia.

### 1.1.2 UBICACIÓN GEOGRÁFICA Y CONTEXTO SOCIOECONÓMICO

La institución educativa privada está ubicada en el cercado de la ciudad de Tacna en una zona residencial, en urbanización Villa Hermosa, a pocas cuadras del centro cívico, además esta zona cuenta en sus alrededores con una universidad, instituciones educativas, parques recreativos, hospital, centro de salud y centros comerciales.

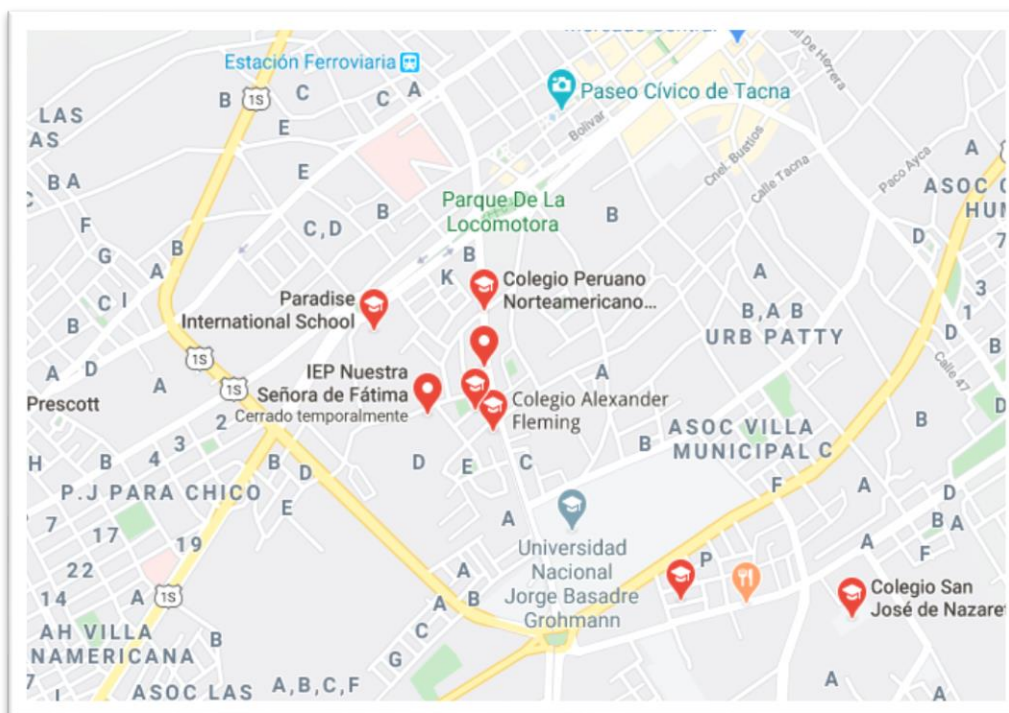


Figura 1. Ubicación geográfica de la I.E.P.

El contexto socio económico es de condición media ya que los padres son profesionales que trabajan en el sector público y privado, así como trabajadores independientes dedicados al comercio, por ser Tacna una ciudad de frontera, algunos padres trabajan fuera de la ciudad y del país.

Los estudiantes que llegan a nuestra institución que provienen del extranjero y deben convalidar sus asignaturas en la UGEL Tacna quienes determinan el grado de estudios que le corresponde.

### **1.1.3 ACTIVIDAD GENERAL O ÁREA DE DESEMPEÑO**

Brindar servicios educativos en la educación básica regular a estudiantes menores de edad en el nivel inicial a niños de 3 años, 4 años y 5 años, en el nivel primaria a estudiantes de 6 a 11 años y secundaria de 12 a 17 años de edad, La empresa educativa busca que el servicio que se brinda a los estudiantes sea un servicio integral, personalizado, de calidad, promueve valores, éticos y morales.

En la institución educativa la asistencia que brinda el profesional de psicología es coordinada directamente con el área de TOE (tutoría y orientación escolar) el objetivo es brindar al estudiante orientación y acompañamiento psicológico ayudándolo a superar las dificultades que estén afectando su aprendizaje, vida personal, así como sus relaciones con sus padres, compañeros y profesores.

### **1.1.4 MISIÓN Y VISIÓN**

#### **MISIÓN**

Somos una institución educativa que brinda una educación integral de calidad, personalizada y con énfasis en la formación en valores éticos, morales, cívicos y patrióticos.

#### **VISIÓN**

Al 2023 seremos una institución educativa acreditada y reconocida por la comunidad por formar integralmente personas con competencias para tener éxito en la universidad y en su vida personal y social en el siglo XXI.

## **CAPÍTULO 2: DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA**

### **2.1 ACTIVIDAD PROFESIONAL DESARROLLADA**

Como actividad profesional desarrollada se tuvo la responsabilidad de las evaluaciones psicológicas de los estudiantes con el fin de examinar las áreas socioemocionales, inteligencia, madurez para aprender y relación con la familia, con el fin de lograr un perfil de cada estudiante y averiguar la presencia de posibles problemas, para poder realizar las intervenciones y seguimiento necesarios

### **2.2 PROPÓSITO DEL PUESTO Y FUNCIONES ASIGNADAS**

El propósito principal como psicóloga en la institución educativa es la evaluación, psicológica para tener el perfil de cada estudiante con el fin de plantear estrategias que permita mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje, prevenir las dificultades que se presenten, así como orientar su desarrollo, lo que contribuirá a su formación integral. Dentro de las funciones asignadas esta:

- Se realiza evaluaciones psicológicas a los estudiantes en el área de aprendizaje, socioemocional y relación con la familia.
- Se elabora y aplica programas de seguimiento psicológico, dirigidos a los casos que lo necesiten.
- Se realiza entrevistas con padres, de los casos problema que se detecten, como de aquellos que soliciten información y orientación relacionada con sus hijos.
- Se realiza las adaptaciones curriculares y acciones para la integración educativa a estudiantes con capacidades diferentes.
- Se brinda orientación al personal docente con estrategias para solucionar problemas que se presenten con algún estudiante.
- Participación en la elaboración, de documentos de gestión de la institución educativa, asegurando la implementación de la tutoría y convivencia escolar.
- Se realiza las escuelas para padres, con el fin de reforzar las relaciones de unión de las familias.

## **CAPÍTULO 3: FUNDAMENTACIÓN DEL TEMA ELEGIDO**

### **3.1 TEORÍA Y LA PRÁCTICA EN EL DESEMPEÑO PROFESIONAL**

La elección del tema de desarrollo de habilidades sociales en estudiantes del nivel secundario de una I.E.P. de Tacna se fundamenta a partir de la observación directa a los estudiantes en las horas de recreo, visitas que se hicieron a las aulas, entrevistas con los tutores y el coordinador de TOE. Se pudo apreciar que algunos estudiantes carecían de un buen manejo de habilidades sociales como baja autoestima, dificultad para expresarse, etc.

Además, la importancia que hoy en día tienen las habilidades sociales para la vida diaria, en la sociedad actual, se necesita tener personas habilidosas, puede resultar muy útil para los escolares que están en la etapa de la adolescencia el aprender sobre como es el comportamiento social propio y de los otros, estos a la vez podrán aplicarlos en todo momento y circunstancias que se les presenten en el desarrollo de toda su vida.

Por lo expuesto, desde el campo de la psicología educativa se planteó la realización de talleres psicoeducativos en el manejo las habilidades sociales dirigido a los estudiantes del nivel secundario.

Para poder explicar cómo se desarrolló la experiencia profesional en la institución educativa, ha sido necesario apoyarse en bibliografía que pueda ayudar a orientar el desarrollo del tema.

#### **3.1.1 Teorías**

##### **3.1.1.1 Teoría sociocultural de Vigotsky y las habilidades sociales**

Vigotsky (1978), citado en Cohen y Coronel (2009) desde la teoría Socio-Histórica, descubre que las habilidades de una persona tiene origen en el entorno social. Esta teoría brinda un marco para la comprensión de los modos en que el niño aprende, mediante la conexión de procesos individuales, sociales, históricos y culturales. Además, plantea el doble origen de los procesos psicológicos, manifestando que el desarrollo infantil surge dos veces; inicialmente entre personas y posteriormente en el interior del sujeto.

(Vigotsky, 1978). citado en Cohen y Coronel (2009) manifiesta que el aprendizaje no sólo es académico sino es en un sentido más amplio, se refiere a un aprendizaje cultural. Lo que aprendemos depende de los recursos que tenemos para enfrentar las dificultades dependerá de la cultura en que vive. Las relaciones sociales se convierten así, en el motor del desarrollo. De esta manera, Vigotsky habla de la concepción de la zona de desarrollo



próximo, que está entre la zona real de desarrollo y la zona de desarrollo potencial, ahí se confirma su concepción social del aprendizaje; se aprende con ayuda e interacción con otros.

Como vemos el psicólogo Vigotsky manifiesta que el aprendizaje no solo debe ser académico, sino de un aprendizaje cultural donde se interactúe con otros, dicho de otro modo, un aprendizaje social.

### **3.1.1.2 Teoría del aprendizaje social de Bandura**

Albert Bandura (1977), citado por Cohen (2009) creador de la Teoría del Aprendizaje Social, o el Modelo Cognitivo de Aprendizaje Social, quien, a partir de sus investigaciones, indica que los niños aprenden comportamientos no sólo con la instrucción de los papás, profesores y otros modelos que le indique como comportarse, sino por medio de la observación (cómo ven a otros comportarse). La conducta del niño se fortalece, o cambia, acorde a los resultados que surge de sus acciones y a la respuesta de los otros a sus conductas. Por lo tanto, los niños aprenden comportamientos a través de la observación y del medio que lo rodea, antes que la instrucción verbal.

En su teoría cognitivo-social de Albert Bandura destaca el modelo del determinismo recíproco que establece que el comportamiento de un sujeto influye y es influenciado por los factores ambientales, cognitivos, personales.

### **3.1.2. Habilidades sociales**

Roca (1994) expresa que las habilidades sociales son una gama de conductas visibles, además de emociones y pensamientos que nos ayudaran a sostener buenas relaciones sociales satisfactorias, asimismo manifiesta que una persona socialmente hábil busca su propio interés, teniendo en cuenta los intereses y sentimientos de los demás y cuando se encuentra en conflicto trata de hallar en lo posible. soluciones satisfactorias para ambas partes.

Queriendo tener una definición más apropiada, Caballo (1993) definió a las habilidades sociales como: “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 mientras reduce la probabilidad de que aparezcan futuros problemas ” (p.407).

Se comprende por habilidades sociales a las “conductas o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea de índole interpersonal. Implica un conjunto de comportamientos adquiridos y aprendidos y no un rasgo de personalidad. Son un conjunto de comportamientos interpersonales complejos que se ponen en juego en la interacción con otras personas”(Monjas Casares, 2000, p. 28).

Asimismo, adiciona Monjas Casares (2000), las habilidades sociales conforman un comportamiento social determinado, que unido constituyen la base del comportamiento social competente. Cabe decir que la expresión habilidades sociales esta incluido en una concepción más amplia, se refiere a la competencia social, como un constructo teórico multidimensional.

Del mismo modo, Kelly (2002) conceptualiza a las habilidades sociales como el conjunto de conductas que son aprendidas y empleadas por los sujetos en los contextos interpersonales para conservar y lograr el reforzamiento de su ambiente. Para el autor, este concepto tiene tres aspectos principales: a) el hecho de que un comportamiento es socialmente hábil en la medida que involucre consecuencias reforzantes del entorno, b) considerar las circunstancias interpersonales que se hablan de las habilidades sociales y c) la posibilidad de referir las habilidades sociales de modo objetivo. El investigador, Kelly (2002) manifiesta que las habilidades sociales son un medio que posee la persona para poder lograr sus objetivos.

Para el MINSA, (2005) las habilidades sociales es el conjunto de habilidades que posee una persona y que le permite actuar de modo competente y hábil en las situaciones que se presente en su vida diaria y con el entorno que lo rodea, esto favorece comportamientos saludables a nivel físico, psicológico y social. Abarca tres clases de habilidad, las cognitivas, las sociales y el manejo de emociones.

Betina y Contini (2010) estudiar las habilidades sociales de suma importancia porque van a influir claramente en la vida los sujetos. Los estudios nos demuestran que aquellos estudiantes carentes de estas destrezas son muy propensos a caer en conductas disfuncionales en la escuela y en el entorno familiar. En los adolescentes estas carencias serán muy perjudiciales en la consolidación de si identidad generándole problemas a futuro en su vida a nivel social, familiar y laboral.

Los conceptos de las habilidades sociales son diversos, pero porque no hay una sola definición, pero coinciden en las habilidades son aprendidas en el contexto donde se relacionan.

### **3.1.3 Características de las habilidades sociales**

Las habilidades son adquiridas por medio del aprendizaje por eso deben ser aprendidas a muy temprana edad y aprendan a relacionarse con su entorno.

Se disponen de conductas verbales y no verbales, es importante lo que decimos verbalmente, así como la manera que lo expresamos con los gestos

Regularmente, son precisadas por el reforzamiento social, negativo o positivo. Por ello ciertas acciones se repiten porque poseen un refuerzo positivo.

Las relaciones sociales que nos rodean influyen en el autoconcepto y la autoestima.

### **3.1.4 Importancia de las habilidades sociales**

Es esencial aprender y desarrollar habilidades en uno mismo, porque nos permite tener relaciones placenteras con los demás. Son cuantiosos los beneficios a lograr por eso debemos ponerlos en práctica, como, saber dialogar y teniendo en cuenta las necesidades, intereses, sentimientos de los demás, Conseguir algo que deseamos, comunicarnos complacidamente con los demás y permitirá poseer una autoestima elevada, entre otros.

A lo largo de nuestra vida vamos aprendiendo y desarrollando las habilidades sociales. En la infancia se forman en el entorno familiar, en el colegio con los compañeros de clase. Después el entorno se va ampliando con amigos y más adelante en el contexto laboral.

### **3.1.5 Entrenamiento e habilidades sociales**

"El entrenamiento de las habilidades sociales puede ser descrito como una forma de intervención psicológica basada en temas dispuestos de antemano o secuencias de temas diseñadas para mejorar el funcionamiento interpersonal de la población a tratar" (L'Abate y Milan, 1985, p. XII).

### **3.1.6. Definiciones conceptuales**

#### **3.1.6.1 Asertividad**

Es aquella habilidad social que tiene algunas personas de saber comunicarse y defender sus propios derechos, defendiendo sus ideas de forma apropiada y respetando el de los demás.

De acuerdo con la psicología, los comportamientos se dividen en 3 categorías: el pasivo, el agresivo y, el asertivo. La asertividad se forma entre el comportamiento agresivo y el comportamiento pasivo, por esto se piensa que la interacción social bajo el comportamiento asertivo es saludable, respetuoso y por ende seguro.

#### **3.1.6.2 Autoestima**

Es la apreciación, estimación o juicio positivo o negativo que un sujeto hace de sí mismo dependiendo de la valoración de su forma de pensar, sentir y las experiencias.

La autoestima se relaciona con la autoimagen, que es la percepción que se tiene de uno mismo, con la autoaceptación, que es el reconocimiento que uno se da con sus defectos y sus cualidades

Branden (2004) indica que hay dos elementos de la autoestima. Uno es el sentimiento de eficacia y capacidad personal, esto le produce a la persona respeto y confianza por lo que hace, piensa y elige; el otro, un sentimiento de valía. Estimula la dignidad, el derecho a ser, a vivir, a atenderse y a ser feliz.

En el campo de la salud emocional, la autoestima representa el pilar central alrededor del cual se extienden los distintos aspectos de la vida.

### **3.1.6.3 Comunicación**

La comunicación es todo comportamiento de transferencia mutua de información, emociones, sentimientos, deseos, actitudes, entre dos o más personas, donde se crea una interacción interdependiente de procesos de comportamiento verbal y no verbal, encauzada por objetivos, sentimientos o ambos.

Winkin (1982) sostiene es la activación del proceso de transferencia de mensajes, ideas, etc., que se dan entre las personas, y que, para una buena sociedad, sus miembros deben tener correctas competencias comunicativas.

### **3.1.6.4 Toma de decisiones**

Es un proceso por el que pasan los sujetos cuando deben optar entre varias opciones. Todos los días nos topamos con circunstancias donde debemos escoger por algo, sin embargo, no siempre resulta fácil. El desarrollo de la toma de decisiones hace énfasis en conflictos que se presentan y a los cuales hay que hallarles solución.

### **3.1.7 Adolescencia**

La adolescencia es una etapa del ciclo vital en la cual las habilidades sociales son un factor importante para el ajuste social. Es Bandura quien realiza valiosas contribuciones sobre la importancia de las variables sociales en el aprendizaje en la niñez y en la adolescencia (Bandura & Walters, 1978; Bandura, 2002). Aplicado esta concepción al campo de las HHSS, se dirá que estas se aprenden en un entorno y que una habilidad puede considerarse o no dependerá del grupo cultural.

Para el MINEDU (2016) la etapa de la adolescencia conlleva una serie de cambios a muchos niveles como físicos, sociales, mentales, emocionales, psicológicos, del crecimiento

y cerebrales que implica modificaciones en la manera de procesar y construir conocimientos. Esta etapa se caracteriza porque el adolescente muestra cambios físicos que van afirmando su identidad e imagen corporal y esto hace que sea más consciente de su cuerpo y de cómo se ve ante los demás; su forma de pensar es más abstracto a diferencia de la etapa anterior, esto significa que está en la capacidad de desarrollar aprendizajes más profundos.

En lo que se refiere a la parte social y emocional, sus relaciones se forman en grupos en donde puede sentirse con mayor libertad a expresarse y sentirse bien. Ahora acepta juiciosamente los resultados de su creatividad, se interesa por las experiencias científicas. Su comunicación es más libre y autónoma en las diversas situaciones donde interactúa. asimismo, pasa por épocas de inestabilidad emocional, manifiesta más intensidad en la expresión de los sentimientos. Por esa razón este período supone un desfase en lo físico, cognitivo y emocional.

### **3.1.7.1 Las habilidades sociales en adolescentes**

En esta etapa las habilidades sociales suman mayor importancia, porque es durante esta etapa que el adolescente formará su personalidad.

En esta etapa los adolescentes tienen la necesidad de aislarse del círculo familiar. Porque sus amistades toman un papel importante muchas veces mayor al de la familia.

Para el adolescente, la capacidad social, le asegura bienestar y adaptabilidad social, de este modo les asegura una inserción dentro de su grupo de amistades, en este momento notoriamente es lo más importante para ellos.

Las habilidades que construye el adolescente se van a evidenciar en diferentes contextos como el escolar, sentimental y personal.

### **3.17.2 Problemas que pueden generar un escaso desarrollo de las habilidades sociales en los adolescentes**

- Problemas para hablar sobre sentimientos propios y reconocer los de los demás.
- Tener baja autoestima.
- Pueden tener problemas en la escuela.
- Inestabilidad emocional, lo que ocasiona estados de ánimo bruscos, producidos por un conflicto interno.
- Aislamiento social

## 3.2 ACCIONES, METODOLOGÍAS Y PROCEDIMIENTOS

En este apartado se muestra las acciones y metodología utilizada para llevar a la práctica el estudio sobre habilidades sociales en estudiantes del nivel secundario de 3ro, 4to y 5to grado. Así como el proceso que se siguió para obtener la información necesaria que permita hacer un diagnóstico de las habilidades sociales y conforme a los resultados obtenidos poder plantear la intervención necesaria y poner en práctica el plan de intervención.

La intervención del desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes del nivel secundario, fue aplicada en una institución educativa privada de la ciudad de Tacna.

### 3.2.1 Participantes

La intervención psicoeducativa estuvo dirigida a los estudiantes del VII ciclo escolar nos referimos a 3ro grado, 4to grado y 5to grado del nivel secundario de la educación básica regular.

Conformada por 13 alumnos de tercero, 11 alumnos de cuarto y 15 alumnos de quinto de grado de secundaria haciendo un total de 39 alumnos de estos 18 son varones y 21 mujeres todos ellos comprendidos entre los 14 y los 17 años de edad.

Tabla 1. *Distribución de estudiantes por grado de 3ro, 4to y 5to - VII ciclo escolar de la IEP*

GRADO	EST. 1964	EST.	TOTAL ESTUDIANTES
	MUJERES	HOMBRES	
3RO	5	8	13
4TO	8	3	11
5TO	8	7	15
Total	21	18	39

Para la intervención psicoeducativa en el desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes luego de la observación directa, entrevistas con el coordinador de TOE y los profesores tutores se hizo el diagnóstico respectivo se empleó de la lista de evaluación de habilidades sociales (MINSA) el cual nos mostró cual era es estado de las habilidades de los estudiantes adolescentes, después de la ejecución de los talleres los cuales se realizaron por grados se concluyó con el mismo cuestionario de habilidades sociales para ver si fue significativo o no el desarrollo de talleres aplicados a los estudiantes, pues nuestro objetivo

desde el área de la psicología educativa era poder ayudar a los estudiantes orientándolos a desarrollar habilidades para una apropiada comunicación que le permita optimizar sus relaciones interpersonales con sus pares, maestros, familia, elevar su autoestima, que aprendan a tomar decisiones asertivas, orientándolo a desarrollar comportamientos saludables con fin de aportar en su desarrollo personal y empoderamiento social. La enseñanza de habilidades no solo le servirá para la etapa en la que vive sino para toda la vida. Es necesario por ello que los adolescentes logren la capacidad de optar modos de vida saludables para un ideal bienestar físico, psicológico y social.

### **3.2.2 Instrumento y recolección de la información**

El instrumento que se empleó para hacer el diagnóstico de las habilidades sociales en los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa privada de Tacna ha sido “la lista de evaluación de habilidades sociales”, el mismo que ha sido hecho, adaptado y autorizado por el IESM Instituto de Salud Mental Honorio Delgado - Hideyo Noguchi en el año 2005, bajo la dirección ejecutiva de investigación, docencia y atención especializada de salud colectiva, para que sea aplicado por el Ministerio de Salud en las instituciones educativas de nuestro país, autorizado con Resolución Ministerial Nro. 107-2005-MINSA. El instrumento de evaluación contiene un total de 42 ítems, las cuales tienen 5 alternativas de opción múltiple, nunca, rara vez, a veces, a menudo y siempre. Los ítems están clasificados por áreas, del ítem 1 al ítem 12 estos primeros pertenecen al grupo de asertividad, los ítems que van desde el 13 hasta el ítem 21, corresponde a comunicación; asimismo del ítem 22 hasta el ítem 33 se refiere a la autoestima y del ítem 34 al ítem 42 a la toma de decisiones. (anexo 1)

#### **FICHA TECNICA**

- Nombre del instrumento: Lista de evaluación de habilidades sociales
- Autor: (MINSA) Ministerio de Salud - 2005 hecho por el Instituto de Salud Mental “Honorio Delgado-Hideyo Noguchi” 2005 – Lima – Perú
- Ámbito de aplicación: Adolescentes de 12 años a 17 años de edad
- Tiempo de aplicación: 20 a 30 minutos aprox.
- Administración: Puede ser colectiva o individual
- Contiene: 42 ítems

12 expresiones referidos a la asertividad  
 09 expresiones referidos a la comunicación  
 12 expresiones referidos a la autoestima  
 09 expresiones para toma de decisiones  
 Este instrumento se es parte del manual de  
 habilidades sociales en adolescentes escolares del  
 MINSA.

#### Interpretación de las categorías

1. Promedio: Personas que requieren consolidar y acrecentar sus habilidades sociales.
2. Promedio alto: Personas con apropiadas habilidades sociales.
3. Alto y muy alto: Convenientes en las habilidades sociales.
4. Promedio bajo: sujetos con habilidades sociales muy elementales y que demandan de un mayor aumento y asistencia para una mayor competencia.
5. Bajo y Muy Bajo: Personas con escasas habilidades sociales, por lo que se le puede ubicar como adolescentes en riesgo.

La lista de evaluación de habilidades sociales se clasifica en 4 áreas las cuales según el ítem que corresponda tienen un puntaje mínimo y un puntaje máximo considerando que cada pregunta o ítems tiene un puntaje mínimo de 1 y un puntaje máximo de 5 así como se detalla en la siguiente (tabla 2)

**Tabla 2.**  
*Puntaje en las áreas del test de habilidades sociales*

<b>ÁREAS</b>	<b>ITEMS</b>	<b>PUNTAJE. MÍNIMO</b>	<b>PUNTAJE MÁXIMO</b>
ASERTIVIDAD	1 AL 12	12	60
COMUNICACIÓN	13 AL 21	9	45
AUTOESTIMA	22 AL 33	12	60
TOMA DE DECISIONES	34 AL 42	9	45



Las acciones que se realizaron para la aplicación de los talleres de desarrollo de las habilidades sociales a los estudiantes fueron de acuerdo al cronograma del plan de trabajo y presentado al coordinador de TOE de la institución educativa el mismo que fue validado por la subdirección de formación general. Asimismo, se comunicó y coordinó con los profesores tutores de cada aula para aplicar la evaluación diagnóstica a los estudiantes del nivel secundario en la hora de tutoría.

La aplicación de la herramienta diagnóstica (lista de evaluación de habilidades sociales) se ha llevado a cabo en la misma institución educativa en el horario regular que los estudiantes asisten a clase. Llegada el día y la hora nos dirigimos al aula de 3ro, 4to. y 5to. según el horario de tutoría correspondiente a cada grado, y después de saludarlos se les comunica la presencia de la psicóloga en el aula. manteniendo las buenas relaciones con los estudiantes.

Se hace entrega del test se les da las instrucciones y se aclaran las dudas existentes asegurándonos que todos los estudiantes han comprendido, reiterando que no existen contestaciones correctas o contestaciones incorrectas indicando que lo principal es contestar con la mayor franqueza, cómo actúan o actuarían, como se sienten o se sentirían, ante diferentes situaciones que se les presente. Además, se indica que deben responder a todas las situaciones propuestas, si se diera el caso en el que no hayan vivido específicamente alguna o algunas situaciones descritas se les propone pensar en qué creen que harían.

Para contestar el test no hay un tiempo límite, pero la mayoría de los estudiantes no tardan más de un 15 a 20 minutos en contestarlo. Cabe indicar que los resultados obtenidos son para uso exclusivo de la psicóloga.

Finalizada la aplicación de la lista de evaluación de las habilidades sociales (MINSA) se procede hacer el recojo de las evaluaciones para poder darle el puntaje correspondiente según la alternativa marcada en cada ítem por el estudiante.

### **3.2.3 Análisis de los resultados del Pre-EHS**

Para obtener los resultados de la utilización de la lista de habilidades sociales se utilizó la plantilla o clave de respuestas (*anexo 2*) Una vez terminada de revisar de forma manual las respuestas fueron ingresadas a una tabla de Excel donde se realizó el conteo o suma para obtener el puntaje por estudiante y grado (*anexo 3*) tabulación de las habilidades por área) verificando los puntajes con la tabla de categorías de las habilidades sociales (*Anexo 5*)

Par ilustrar todo lo mencionado se hicieron algunas tablas y cuadros por área y total en el programa Excel que demostraban el puntaje obtenido en el Pre-EHS.

Tabla 3.

*Resultados de la valoración de las habilidades sociales área de asertividad de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS*

CATEGORÍA	PRE-EHS	
	f	%
MUY BAJO (0 a 20)	0	0%
BAJO (20 a 32)	4	10%
PROM. BAJO (33 a 38)	21	54%
PROMEDIO (39 a 41)	7	18%
PROM. ALTO (42 a 44)	4	10%
ALTO (45 a 49)	3	8%
MUY ALTO (50 a +)	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>39</b>	<b>100%</b>

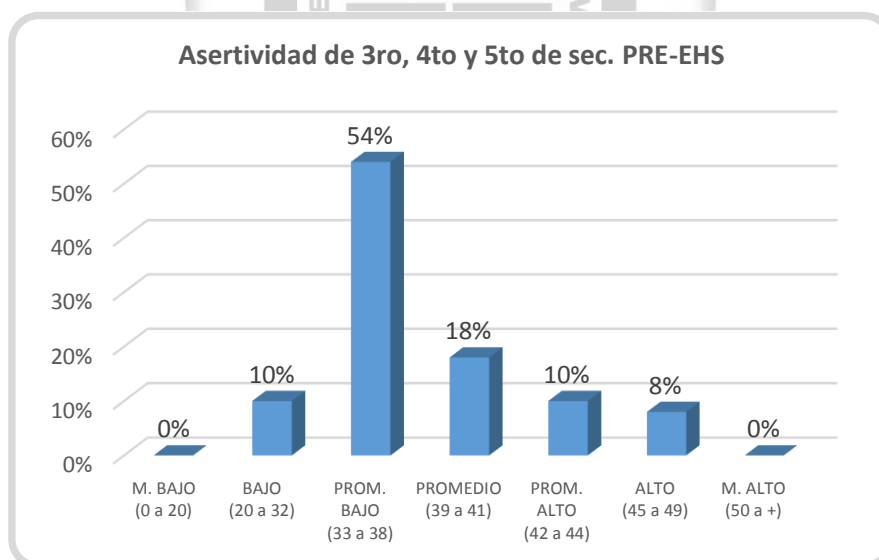


Figura 2, *Resultados de aplicación de la lista de evaluación de las habilidades sociales área de asertividad de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS*

Los resultados muestran que 54% estaban con “promedio bajo” promedio bajo y 10% con categoría “bajo” lo que demuestra que era necesario la intervención psicoeducativa con los talleres de habilidades sociales.

Tabla 4.

*Resultados de la evaluación de las habilidades sociales área de comunicación de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS*

CATEGORÍA	PRE-EHS	
	f	%
MUY BAJO (- a 19)	1	3%
BAJO (19 a 24)	6	15%
PROM. BAJO (25 a 29)	15	39%
PROMEDIO (30 a 32)	11	28%
PROM. ALTO (33 a 35)	6	15%
ALTO (36 a 39)	0	0%
MUY ALTO (40 a +)	0	0%
TOTAL	39	1

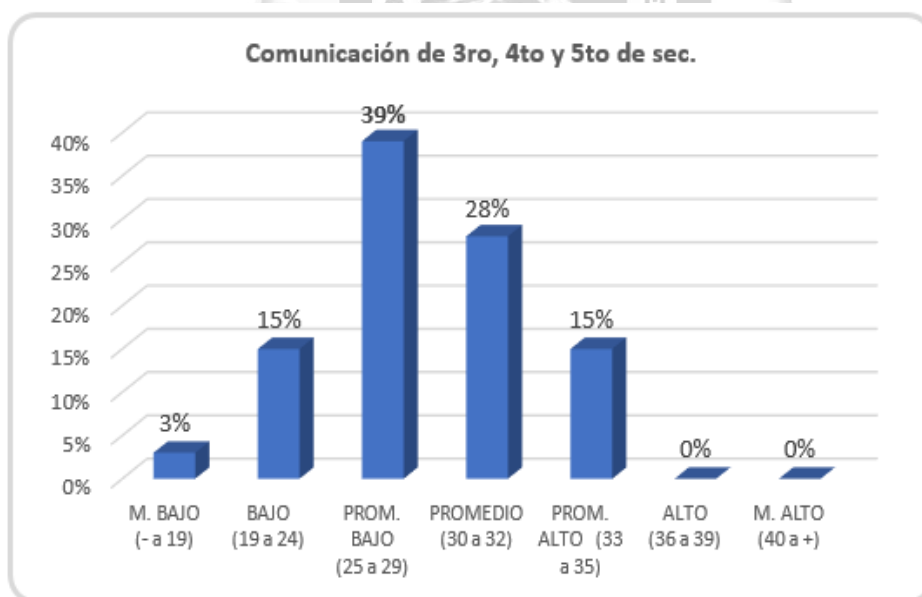


Figura 3, *Resultados de aplicación de la lista de evaluación de las habilidades sociales área de asertividad de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS*

Los resultados muestran que el 39% de los estudiantes estaban con un “promedio bajo”, 15% “bajo” y 3% “muy bajo” en área de comunicación y que era necesario la intervención psicológica.

Tabla 5

*Resultados de la evaluación de las hab. sociales área de autoestima de los alumnos de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS*

CATEGORÍA	f	PRE-EHS %
MUY BAJO (- a 21)	0	0%
BAJO (21 a 34)	3	8%
PROM. BAJO (35 a 41)	21	53%
PROMEDIO (42 a 46)	11	28%
PROM. ALTO (47 a 50)	3	8%
ALTO (51 a 54)	0	0%
MUY ALTO (55 a +)	1	3%
TOTAL	39	100%

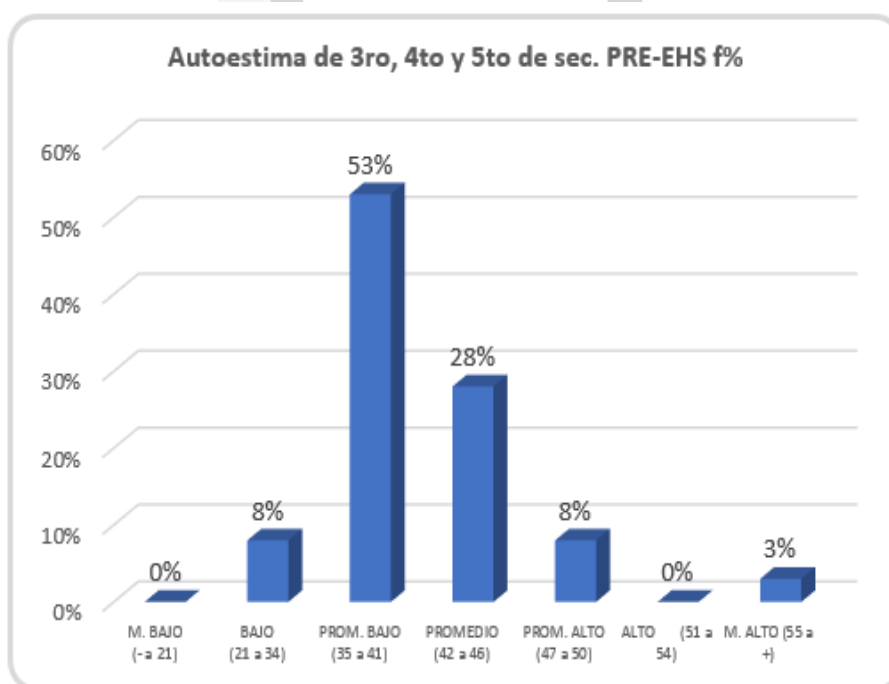


Figura 4, Resultados de aplicación de la lista de evaluación de las habilidades sociales área de autoestima de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS

Según los resultados obtenidos de la aplicación de la lista de evaluación de las habilidades, el 53% tiene “promedio bajo”, 8% “bajo”.

Tabla 6.

*Resultados de la evaluación de las hab. sociales área de toma de decisiones de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS.*

CATEGORÍA	PRE-EHS	
	f	%
MUY BAJO (- a 16)	0	0%
BAJO (16 a 24)	3	8%
PROM. BAJO (25 a 29)	14	36%
PROMEDIO (30 a 33)	16	41%
PROM. ALTO (34 a 36)	6	15%
ALTO (37 a 40)	0	0%
MUY ALTO (41 a más)	0	0%
TOTAL	39	100%

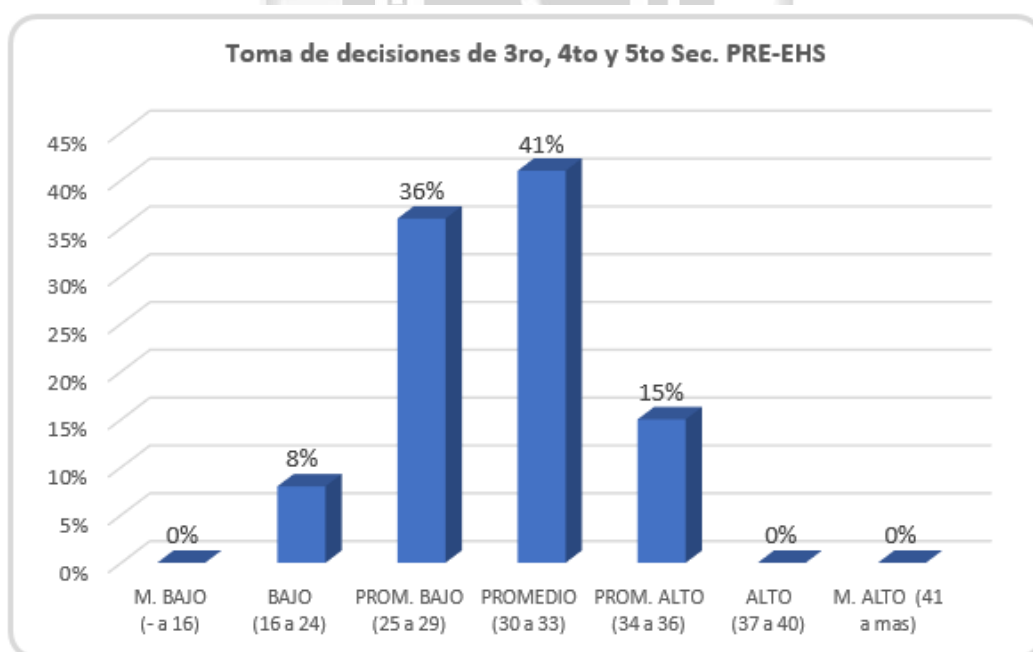


Figura 5, *Resultados de aplicación de la lista de evaluación de las hab. sociales, área de toma de decisiones de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS*

Los resultados muestran que los alumnos de secundaria se encuentran entre los niveles “bajo” con un 8% y “promedio bajo” con un 36% en sus hab. sociales área de toma de decisiones.

Tabla 7.

*Resultados de la evaluación de las habilidades sociales área de toma de decisiones de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS*

CATEGORÍA	PRE-EHS	
	f	%
MUY BAJO (- a 88)	0	0%
BAJO (88 a 126)	8	20%
PROM. BAJO (127 a 141)	18	46%
PROMEDIO (142 a 151)	9	23%
PROM. ALTO (142 a 161)	3	8%
ALTO (162 a 173)	1	3%
MUY ALTO (174 a +)	0	0%
TOTAL	39	100%

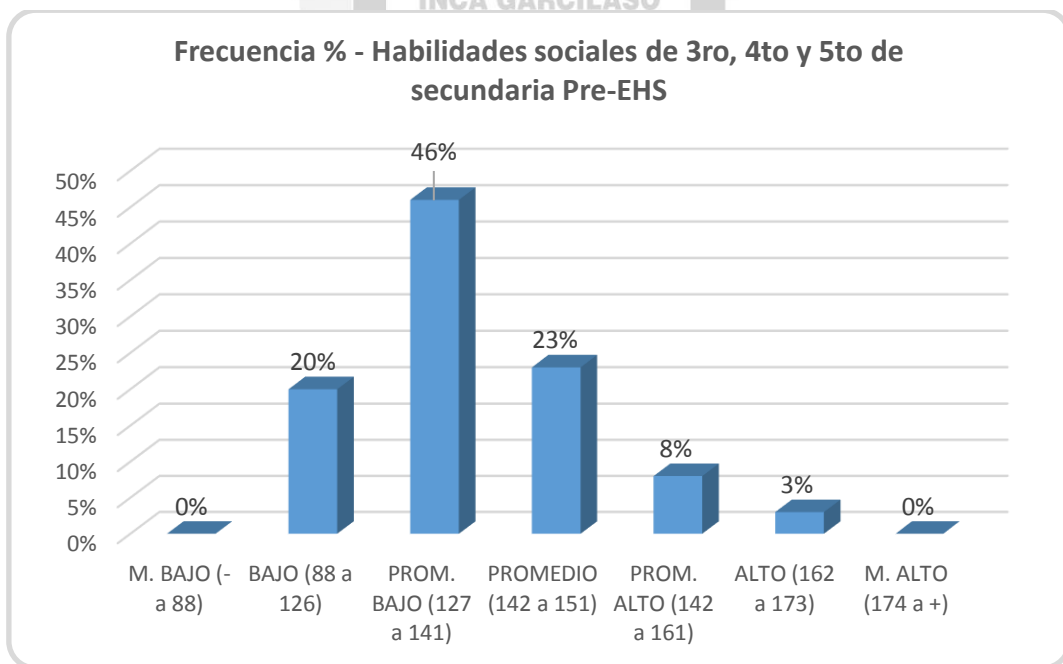


Figura 6, *Resultados de aplicación de la lista de evaluación de las hab. sociales, área de toma de decisiones de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS*

Los resultados que se obtuvieron en la aplicación de la herramienta de diagnóstico “Lista de evaluación de habilidades sociales” mostró que los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria en su mayoría estaban con un 46% “promedio bajo” y un 20% “bajo” y necesitan intervención psicoeducativa para desarrollar sus habilidades sociales.

### **3.2.4. Descripción del plan**

Después de realizar el análisis de los resultados, se procede a realizar la propuesta de la intervención psicoeducativa. Desde nuestra labor de psicólogos educativos se pretende ayudar a los estudiantes a que puedan desarrollar sus habilidades sociales, tal como es autoestima, asertividad, comunicación, toma de decisiones considerando aquellas áreas en las que los resultados reflejan mayores dificultades de intervención.

La intervención psicoeducativa ha sido dirigida por el área de psicología de la institución quien guía y dirige cada taller en coordinación con el área de TOE. Ha sido importante apoyarse en conocimientos teóricos sobre las habilidades sociales con anterioridad a la aplicación. De esta manera, se obtiene mejores resultados. Ya que es un trabajo sistemático y planificado. Se pretende enseñar conductas que el estudiante no tiene y paliar déficits sociales como por medio del adiestramiento de las siguientes área asertividad, comunicación (Escucha activa, empleo de gestos, transmitir un mensaje claro, coherente y preciso, desarrollo de la empatía.), autoestima (autoaceptación, autorregulación, relación interpersonal. y toma de decisiones.

La afirmación de estas habilidades va a favorecer conocer el grado de inclusión a nivel social en nuestro contexto, aprendiendo asimismo a desarrollar nuevas capacidades para ir mejorando nuestra evolución personal para tener una muy buena calidad de vida.

La intervención psicoeducativa es ejecutada de modo colectivo con cada salón de clase de 3ro, 4to y 5to de secundaria, dónde se enseñan y se practican de manera directa las habilidades sociales.

Para la realización de la intervención psicoeducativa se trabaja en el aula, en algunas oportunidades se hizo uso del auditorio por la amplitud del espacio, la iluminación y acústica.

Resulta importante señalar que esta intervención busca la colaboración, participación e implicación activa y directa de los estudiantes, de forma que el aprendizaje pueda resultar valioso y se inserten de modo activo las habilidades sociales en su conducta diaria. Por tal motivo, se usó algunas técnicas de dinámica de grupos, así como juegos de comunicación, cooperación, grupos de discusión, lluvia de ideas, roleplay, asimismo, técnicas de estimulación y regulación de la discusión, diálogos guiados.

Además, se elaboraron materiales acordes a cada taller como fichas de trabajo, tarjetas.

Se utilizaron equipos tecnológicos para proyectar algunos vídeos, o diapositivas.

La intervención psicoeducativa en el desarrollo de las habilidades sociales estuvo constituida por diez talleres. Cada uno de 90 minutos de duración distribuidas semanalmente, todos fueron aplicadas en la hora de tutoría según el horario correspondiente de cada grupo.

Cada taller sigue una estructura. Nombre de taller, objetivos, tiempo de duración, estrategias a utilizar, recursos, procedimiento, tarea para la casa.

Cada taller estuvo dividido 6 momentos:

- Bienvenida: Es la actividad inicial promueve un clima de afecto, amistad y promueve la integración del grupo.
- Normas para el trabajo: Se plantea en el primer taller y se refuerza en los siguientes.
- Presentación de la contexto problemático y afirmación de los saberes.
- Expresión y reflexión: se despiertan emociones y pensamientos sobre el escenario mostrado aquí interviene la dinámica del roleplay, narraciones verbales, así como escritos.
- Conocimientos nuevos y actitudes: Se realiza actividades hacia el aprendizaje nuevo, aquí el estudiante usa sus habilidades para catalogar, considerar, revelar, criticar, analizar.
- Poniendo en práctica lo aprendido: el estudiante ejecuta la práctica de lo aprendido y esto perdure en el tiempo, demostrando cambio de actitud positiva,

Cabe mencionar que al inicio de la segunda sesión se revisa la actividad anterior y se retroalimentación o el feedback. Se solicita la participación de los educandos para que cuenten en qué contextos y cómo pusieron en práctica la habilidad aprendida en el taller anterior.

Durante el desarrollo de los talleres se hizo seguimiento de cada estudiante realizando entrevistas individuales con la finalidad de conocer la situación por la que vienen atravesando cada estudiante tanto en la institución con el desarrollo de sus clases y el entorno familiar.

### **3.2.5 Presentación de los talleres**

A continuación, presentaremos todos los talleres realizados durante la intervención psicoeducativa, cada uno muestra la secuencia de las actividades realizadas, así como los objetivos, instrumentos utilizados, materiales.



## TALLER N°01

### “Aprendo a escuchar”

---

#### - **OBJETIVO:**

- Establecer en los adolescentes habilidades fundamentales que les posibilite aprender escuchar a otros.
- Destacar el valor de saber oír para tener una buena comunicación

---

- **ESTRATEGIAS UTILIZADAS:** - Exposición de casos, dinámica de grupos.

---

- **HERRAMIENTAS RECURSOS DE APOYO:** - Fichas, hojas impresas

---

- **Tiempo:** - 90´

---

### SECUENCIA DIDÁCTICA

---

#### A. Saludo y presentación

-Se da la bienvenida a todos los estudiantes de manera cordial

#### B. Desarrollo

- Para iniciar se pide a 4 estudiantes para que participen voluntariamente a los cuales se dará una información, el estudiante recibirá el recado y deberá oír sin hacer un comentario o pregunta.
- Se demanda que 3 de los estudiantes salgan del aula por un momento, permaneciendo solo un estudiante. La monitora lee la historia (cartilla N° 01) al estudiante voluntario que permanece en el aula, al finalizar de leer, el estudiante cuenta la historia al 2do estudiante que ingresa, este a continuación contará la historia al 3er estudiante, a su vez este estudiante contará la historia al 4to estudiante y este narra la historia a toda el aula, es posible que la historia haya cambiado.
- Ahora trabajaremos en grupos de 4 y responderán ¿Por qué creen que el mensaje se ha alterado? ¿Ha ocurrido algo parecido en el salón?
- Los estudiantes dan ejemplos de situaciones parecidas que se han podido presentar en el salón de clase. Un representante de grupo presentará las acotaciones trabajados.
- Se preguntará sobre las emociones y sentimientos que percibieron, ¿Cómo se sentirán las personas cuando saben que sus mensajes no han sido entendidos? Luego de los comentarios, se les informa que hay algunas habilidades que ayudan optimizar la comunicación con las personas esto nos ayuda a oír y entender con mayor claridad y precisión los mensajes.
- Se da información de que es escuchar, así como las reglas básicas para tener una escucha activa, quienes intervienen en la comunicación).
- Los estudiantes deberán poner en práctica las habilidades de escuchar. Se les entrega a los grupos que se formó una segunda cartilla.
- Se realiza algunas preguntas a los estudiantes sobre el mensaje de la cartilla 2 ¿Qué paso con el personaje de la historia?, ¿A dónde fu el personaje de la historia? Estudiantes responden por escrito y luego se pide que voluntariamente 3 estudiantes lean sus respuestas.
- Para concluir se refuerza las palabras claves y la importancia de saber escuchar y aplicarla en nuestra vida diaria, en casa, en el colegio, etc.

## TALLER N°02

### “Mensajes claros y precisos”

---

#### - OBJETIVO

- Manejar mensajes claros y precisos que les posibilite un buen entendimiento con los demás.

---

- **ESTRATEGIAS UTILIZADAS:** Exposición de casos, roleplay.

---

- **HERRAMIENTAS RECURSOS DE APOYO:** - Fichas, Pizarra, hojas impresas

---

- **Tiempo:** - 90´

---

### SECUENCIA DIDÁCTICA

#### A. Saludo y presentación

-Se da la bienvenida a todos los estudiantes de manera cordial. Se pregunta estado emocional de los estudiantes y para integrarnos realizamos una dinámica “Persona perdida”

- Se pide a un estudiante que salga del aula un momento y se le indica identificar a la persona perdida que está en el aula, tiene cinco preguntas para poder hacerlas, y solo le puede contestar “sí” o “no” es estudiante no podrá preguntar sexo, nombre, ni como esta vestida.
- Los demás compañeros elegirán a otro del grupo quien será la persona perdida.
- Ingresa al aula el estudiante voluntario; el resto debe mirar a la persona escogida. Inicia con las preguntas: ¿Tiene pelo corto?, ¿es alto?, entre otras. Para darle dinamismo se puede establecer penitencias y recompensas si el compañero consigue hallar a la persona perdida.

#### B. Desarrollo:

- Solicitar que un alumno salga adelante, se le hará entrega de una hoja con un dibujo. Se indica dar indicaciones verbales al grupo, de modo que todos realicen el mismo dibujo que se le dio. Mientras realizan el dibujo, no podrán voltear ni hacer preguntas. Sólo seguirán indicaciones del compañero guía.
  - Los dibujos realizados son pegados en la pizarra y al igual que el dibujo original, observamos si los dibujos se realizaron según la indicación del compañero no es igual al original.
  - Analizaremos lo ocurrido con algunas preguntas. ¿Qué vemos en los dibujos con relación al original? ¿Por qué no se habrá entendido el mensaje dado? Se realiza un debate ¿Pasan situaciones parecidas en nuestro hogar? Dan ejemplos, cada estudiante recuerda situaciones donde alguna vez no se entendió lo que querían decir ¿Cómo les hizo sentir eso? comentan.
- Para que los mensajes sean entendidos por los demás, éstos deben ser: Precisos en lo que se queremos transmitir, utilizaremos frases largas si fuese necesario, tendremos presente que la persona no piensa como nosotros, si necesario repetir el mensaje varias veces, preguntar varias veces si es necesario, el tono de voz deber ser adecuado, pausado, haciendo silencios, gestos congruentes con nuestro lenguaje, ejemplo, cuando ponemos el rostro de sorpresa.
- Entregar la ficha “expresando mis mensajes con claridad y precisión” escribirán los mensajes solicitados. Se solicita que 3 estudiantes voluntarios puedan compartir sus mensajes.

## TALLER\_N°03

### “Qué harías”

- 
- |                                          |                                                            |
|------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| - <b>OBJETIVO</b>                        | • Desarrollar la comunicación asertiva, empatía y respeto. |
| - <b>ESTRATEGIAS UTILIZADAS:</b>         | - Exposición de casos, dinámica de grupos                  |
| - <b>HERRAMIENTAS RECURSOS DE APOYO:</b> | - Cartillas, Pizarra, hojas impresas, lapiceros            |
| - <b>Tiempo:</b>                         | - 90´                                                      |
- 

### SECUENCIA DIDÁCTICA

---

#### A. Saludo y presentación

-Se da la bienvenida a todos los estudiantes de manera cordial. Se pregunta estado emocional de los estudiantes.

#### B. Desarrollo

- Se explica a los estudiantes que a la hora de enfrentar diversas situaciones que se nos presentan podemos adoptar varios estilos como:
  - Pasivo: El sujeto no hace nada, le es indiferente.
  - Agresivo: El sujeto se enfada y actúa.
  - Asertivo: El sujeto comprende la situación y actúa.
- Se les reparte una ficha con una tabla donde deberán completar.

Actitud	¿Qué harías?
Pasivo	
Agresivo	
Asertivo democrático	

- A continuación, se exponen algunos casos o situaciones o caso, lo que los pone a pensar y dar una respuesta.
  - Has quedado con una amiga para ir a un concierto y ya compraste las entradas, estas muy emocionado(a) porque podrás ver a tu artista favorito, pero llega el día y la hora y te llama tu amiga para decirte que le ha surgido algo importante y no podrá acudir a la cita ¿Qué harías?
  - Tus padres te prometen comprar un celular moderno por tu buen rendimiento académico y has estado estudiando mucho para conseguir las mejores notas; pero por situaciones económicas que se presentaron te dicen que no pueden comprártelo y quizá más adelante puedan hacerlo. ¿Qué harías?
  - Tu bajo rendimiento académico se ha visto reflejado en tus notas bajas y el profesor te dice que llamará e informará a tus padres, ¿Qué harías?
- Luego individualmente y por turnos comentan cuál ha sido su decisión y por qué.
- Luego se realiza un debate e intercambio de opiniones.

Para finalizar la sesión realiza una retroalimentación del tema.

## TALLER N°04

### “Expresión y aceptación positiva”

---

#### - OBJETIVO

- Promover en los estudiantes la importancia que tiene la aceptación asertiva de los elogios.
- Propiciar que los estudiantes den y reciban comentarios positivos en diferentes contextos.

---

#### - ESTRATEGIAS UTILIZADAS:

-Exposición de casos, Dinámica de parejas, Roleplay

---

#### - HERRAMIENTAS RECURSOS DE APOYO:

- Cartillas, cañón multimedia, pizarra, hojas impresas, lapiceros

---

#### - Tiempo:

- 90´

---

### SECUENCIA DIDÁCTICA

#### A. Saludo y presentación

-Se da la bienvenida a todos los estudiantes de manera cordial. Se pregunta estado emocional de los estudiantes.

#### B. Desarrollo:

- Los estudiantes forman parejas para realizar 3 comentarios positivos el uno del otro, se indica no centrarse en lo físico, sino en características de comportamiento y su trato con sus compañeros, profesores padres. Por ejemplos: “Eres un buen estudiante”, “Eres un buen amigo”. “Me agrada que participes”.
- La docente pregunta ¿Cómo respondieron al halago de sus compañeros? Los estudiantes participan y se expresan en cómo se sintieron frente al elogio de su compañero ¿Estas situaciones similares en la que dieron o recibieron halagos es frecuente en nuestro hogar o en la escuela? Se da algunos ejemplos ¿Cómo nos hace sentir cuando esto ocurre? ¿Qué emociones percibimos en nosotros?
- Al expresar halagos a una persona puede hacerla sentir importante, estimado, esto no significa que la persona está obligado o condicionado a hacer algo para restituírnos el halago.
- Se explica que la aceptación positiva consiste en la aceptación del elogio, felicitación, halago que nos den, pero sin desviarnos del tema principal al que nos estamos refiriendo. Por ejemplo: “Es verdad, soy un buen declamador, te agradezco, pero no voy a poder aprender la poesía para mañana”.
- El docente presenta en la pantalla un cuadro “Expresión y aceptación de halagos” y se les entrega en físico la hoja del cuadro.
- Se les Indica elegir a un compañero y le digan un halago, observaran su respuesta gestual y lo que dice verbalmente, luego escribe en el cuadro.
- La docente solicita a los participantes que lean sus escritos. 3 voluntarios personificarán de manera natural una situación donde uno de ellos exprese felicitaciones y los otros voluntarios responderán a los elogios. Se finaliza el taller preguntando a los estudiantes de cómo se han sentido con la experiencia. En casa culminarán el ejercicio con las personas del cuadro “Expresión y aceptación de halagos” (padre, madre, hermano, etc.)

## TALLER N°05

### “Aserción negativa”

---

#### - OBJETIVO

- Reforzar en los estudiantes la práctica de la aserción negativa en su relación diaria

---

- **ESTRATEGIAS UTILIZADAS:** -Exposición de casos, dinámica de parejas, Roleplay

---

- **HERRAMIENTAS RECURSOS DE APOYO:** - Cartilla, Pizarra, Hojas impresas, Lapiceros, plumones, papelotes

---

- **Tiempo:** - 90´

---

### SECUENCIA DIDÁCTICA

#### A. Saludo y presentación

-Se da la bienvenida a todos los estudiantes de manera cordial. Se pregunta estado emocional de los estudiantes.

#### B. Desarrollo:

- Se expone la siguiente situación: “Sofía estuvo escuchando música y al terminar de escuchar saca el cd, lo deja en la mesa, pero su hermano menor coge el cd y se pone a jugar con el, Su amiga Alejandra le había prestado los cds, fue recogerlos y cuando quiso escucharlos no funcionaban. Sofía se los devolvió sin avisarle que se los había malogrado. Alejandra se molestó mucho, dice: "Sofía me disgusta que no hayas sido cuidadosa con mis Cds y me los hayas devuelto malogrados. ¡Estoy muy molesta y nunca más te prestaré mis cosas, siempre malogras las cosas! Sofía le contesta: Alejandra lo siento he cometido un error. Tuve temor de decirte lo sucedió, es la primera vez que malogro algo tuyo.”
- Preguntamos a los estudiantes ¿Qué hemos visto en el caso narrado?, ¿Les ha sucedido cosas similares en el colegio?, ¿Qué debemos hacer?, ¿Cómo deberíamos actuar o responder?
- Daremos ejemplos y averiguaremos sobre los sentimientos y emociones realizando la siguiente pregunta ¿Cómo te sientes cuando cometes una falta o te critican merecidamente?
- Se explica: aserción negativa, manera de reaccionar ante una crítica justa, reconociendo la responsabilidad de forma sincera; manifestamos su molestia, su defensa si éstas se excedieran.
  - La aserción negativa tiene como objetivo corregir la conducta.
  - Ventajas de la aserción negativa: Reconocer si cometemos un error cometido, aceptamos la crítica de los demás, podemos aclarar las cosas sin resentimientos, además ganamos el respeto.
- Ahora formaran grupos de 3 o 4 estudiantes. Elaboran 2 respuestas que tengan aserciones negativas para las propuestas presentadas (hoja)
  - La maestra te llama atención por tu mal comportamiento.
  - Un Padre critica a su hijo las notas reprobadas en la boleta de notas (se dan varios ejemplos)
- Cada grupo debe representar una situación.
  - Preguntar a los estudiantes ¿Cómo se han sentido y qué utilidad encuentran en el ejercicio? Se termina con la frase “LA ASERCIÓN NEGATIVA NOS AYUDA A CORREGIR NUESTRA CONDUCTA Y A SENTIRNOS BIEN”

## TALLER N°06 “Aceptándome”

---

### - OBJETIVO

- Aprendemos a valorarnos y aceptarnos físicamente, favoreciendo su autocuidado

---

- **ESTRATEGIAS UTILIZADAS:** - Exposición de casos, - lluvia de ideas, debate, dinámica de grupos

---

- **HERRAMIENTAS RECURSOS DE APOYO:** -Cartilla pizarra, hojas impresas, lapicero

---

- **Tiempo:** - 90´

---

### SECUENCIA DIDÁCTICA

#### A. Saludo y presentación

-Se da la bienvenida a todos los estudiantes de manera cordial. Se pregunta estado emocional de los estudiantes.

#### B. Desarrollo:

-Se comenta se comenta brevemente sobre algunas ideas del taller anterior.

- Se inicia el taller presentando un caso para analizar “Sonia es una adolescente de 15 años, desde niña siempre fue de contextura gruesa a ella nunca le importó, pero ahora que está en la adolescencia sus compañeros hacen comentarios sobre su aspecto físico lo que ha puesto triste y se avergüence de su peso físico, ella se mira al espejo “estoy gorda”, me da vergüenza, ya no voy a comer. Casi no sale de casa y cada vez más se aísla de sus amigos”.
- Se pregunta: ¿Qué observamos en el caso de Sonia? ¿Por qué piensa de esa forma? ¿Qué está pensando acerca de su físico? se expresan creando un debate entre todos. Se realiza la pregunta: ¿Cómo se siente una persona que no se acepta físicamente tal como es?
- Se dialoga sobre lo importante de aceptar nuestro físico, resaltando en que es fundamental reconocer nuestras características físicas aceptándonos de manera incondicional, la estimación que le demos a nuestro cuerpo es lo que importante mas que la opinión de los demás. Un auto concepto positivo de nuestro físico repercutirá en nuestra autoestima, esto nos ahorrará crearnos obsesiones, inseguridades, complejos.
- Se da ejemplos de personajes célebres y otros que a pesar de tener características físicas limitantes no les impidieron lograr sus metas (Napoleón, Bethoven, Nick Vujicic) (video). Luego trabajan la ficha “Mi cuerpo es valioso”, se les pregunta cómo te has sentido con el ejercicio y comentan. Se refuerza la importancia de aceptarnos tal como somos, puede haber cosas que nos gusten, pero eso no debe hacernos sentir inferiores, ni avergonzarnos. Cuidémoslo nutriéndonos apropiadamente, protegiéndolo de ingesta de sustancias tóxicas.
- Para finalizar se ponen de pie hacen un círculo, cierran sus ojos y realizan el ejercicio “valorando nuestro cuerpo” ellos repiten después de la maestra: por ejm: “Mi cuerpo es valioso”, “mi cabello me protege del calor y el frío”, “Mi boca me permite decir lo que siento y quiero”, ... Yo soy así y me acepto tal como soy. Un aplauso para todos, nos damos un abrazo con el compañero de la izquierda y el compañero de la derecha y le decimos “tu eres valioso”.  
En casa sugerimos trabajar frente al espejo repitiendo frases de valoración de su aspecto físico.

## TALLER N°07

### “Conociéndonos”

---

#### - OBJETIVO

- Identificar las características positivas y negativas de su comportamiento
- Utilizar las habilidades para modificar aspectos negativos de su comportamiento

---

#### - ESTRATEGIAS UTILIZADAS:

- Exposición de casos, lluvia de ideas, debate, dinámica de grupos

---

#### - HERRAMIENTAS RECURSOS DE APOYO:

- Cartilla, pizarra, hojas impresa lapicero

---

#### - Tiempo:

- 90´

---

### SECUENCIA DIDÁCTICA

#### A. Saludo y presentación

Se da la bienvenida a todos los estudiantes de manera cordial. Se pregunta estado emocional de los estudiantes y sobre las experiencias del taller anterior.

#### B. Desarrollo:

- Se inicia la sesión presentando un caso: “Estaban reflexionando sobre su comportamiento, su padre le había resonado, revivía lo que le dijo, que era inconsciente, impuntual y agresivo con su hermano menor. Además, Esteban se dio cuenta que era resentido y celoso. Su madre al verlo llorando y preguntarle que le pasaba, él le manifiesta que su padre le había resonado, su madre, logró calmarlo y le dice: “Hijo es importante que des cuenta de tus errores pero tu tienes muchas virtudes, eres comprensivo, cariñoso y muy inteligente”...
- Se hace algunas preguntas a los estudiantes: ¿Qué han observado en este caso? ¿En qué otras situaciones los adolescentes evalúan sus virtudes y deficiencias? ¿Qué sucedió para que Esteban reflexionara sobre sus deficiencias y virtudes?. Debaten ellos. Luego se pregunta: ¿Qué piensa y siente una persona al evaluar su comportamiento?
- Se explica la importancia de examinar las características positivas y negativas de nuestro comportamiento.
- Conceptualizamos: Se definen como características negativas a toda conducta que trasgreda en contra los derechos de sí mismo o de los demás; y, como características positivas a toda conducta que ayude las relaciones interpersonales. El conocerse involucra un juicio reflexivo por el cual uno toma noción de su yo, de sus virtudes y características, el autoconocimiento se refiere en aprender a querernos y a conocernos a nosotros mismos, implica la madurez de conocer virtudes y defectos...
- Los estudiantes dan ejemplos de características negativas y positivas, se refuerzan los conceptos, trabajan la ficha “Conociéndonos”. Luego forman parejas, se asigna a cada grupo una característica negativa. Después, se pregunta ¿Cómo cambiarla para que sea positiva?, ¿Qué pasos se podrían dar? Incentivando la participación, se complementa con sugerencias precisas para la característica asignada. Cada grupo presenta sus respuestas. Se finaliza preguntando cómo se han sentido, comentan. Escriben ejemplos de cómo corregir otras características negativas que se desarrolló en el taller.

## TALLER N°08

### “Orgullosos de mis logros”

---

#### - OBJETIVO

- Identificar los logros alcanzados y estén orgullosos de ellos

---

- **ESTRATEGIAS UTILIZADAS:** -Exposición de casos, roleplay

---

- **HERRAMIENTAS RECURSOS DE APOYO:** - Cartilla, pizarra, hojas impresas, lapiceros, proyector multimedia.

---

- **Tiempo:** - 90´

---

#### SECUENCIA DIDÁCTICA

##### A. Saludo y presentación

Bienvenida y saludo a los estudiantes.

Repaso del taller anterior.

##### B. Desarrollo:

- Se inicia el taller presentando la siguiente situación: Renato y Zamira son compañeros de clase, un día él le declara su amor y le propone que sea su enamorada, ella sorprendida de la propuesta le da una respuesta negativa a su petición, alegando que él no es nadie y que todavía no había logrado nada en la vida.
- Se realiza algunas preguntas para analizar el caso: ¿Qué hemos observado en caso narrado?
- Se debate en aula ¿Renato se habrá dado tiempo para pensar en sus logros?
- Se analiza un segundo caso propuestos por ellos mismos, el cual pueden representarlo.
- Se explica a los estudiantes que la autoestima se construye de la apreciación que le damos a nuestros objetivos alcanzados, como nuestras metas, nuestros proyectos, deseos, etc. Este nivel de complacencia influirá en nuestra seguridad personal para así seguir asumiendo nuevos retos que nos planteemos. En el recorrido de nuestra vida hemos logrado muchas cosas, pero pocas veces se hace un análisis sobre ello, entonces podemos decir que una acción positiva puede considerarla como un logro, se da algunos ejemplos.
- Se entregará a los estudiantes una ficha: “Reconociendo mis logros”, indicando escribir sus experiencias logradas en su familia, escuela. Leen lo que escribieron.
- Presentan respuestas y comunican como se sienten.
- Ahora cerrarán sus ojos y revivan en imágenes una de las experiencias descritas en la ficha para experimentar o revivir la satisfacción de haberlo logrado.

La frase para terminar la sesión es: “Una manera de hacer crecer nuestra autoestima es sintiéndonos orgullosos de nuestros logros.”



## TALLER N°09

### “La mejor decisión”

---

- OBJETIVO	• Conocer y aplicar los procesos de la toma de decisiones
- ESTRATEGIAS UTILIZADAS:	- Exposición de casos, roleplay
- HERRAMIENTAS RECURSOS DE APOYO:	- Cartilla , pizarra, hojas impresas, lapiceros, proyector multimedia
- Tiempo:	- 90´

---

- SECUENCIA DIDÁCTICA

---

#### A. Saludo y presentación

Saludar a los estudiantes mostrando satisfacción por compartir los talleres, se comenta brevemente el anterior.

#### B. Desarrollo:

- Se pide a 4 estudiantes para que puedan escenificar un caso: “Esteban fue invitado a una fiesta, obtuvo el permiso de sus padres estos le dieron el permiso solo hasta la 1 de la mañana, Ya en la fiesta, todo estaba en su mejor momento, se notaba muy divertida; sin embargo, ya se aproximaba la hora pactada con sus padres. Los amigos y amigas le pidieron que se quede; Esteban estaba muy indeciso, si quedarse en la fiesta para continuar divirtiéndose o irse a su casa...”
- Se suscita un debate sobre la escena del caso, realizando algunas preguntas ¿Qué observamos en este caso?, ¿Qué decisión tomará Esteban?, ¿Qué alternativas estará pensando? Posteriormente se pregunta, ¿En qué situaciones nos es difícil tomar una decisión?, ¿Les ha ocurrido esto con frecuencia en la escuela o en su casa? Se solicita algunos ejemplos.
- Las personas a veces toman decisiones erradas, usualmente ¿Cómo se estarán sintiendo? Con una palabra cada estudiante manifiesta una idea o sentir.
- Damos algunas conceptos y recomendaciones. Para tomar una decisión acertada es preciso examinar el problema, para luego plantear y optar la o las alternativas más saludables.

Pasos a seguir para tomar decisiones

1.Ser consciente de la situación a resolver., 2. Evaluar todas mis alternativas en base a las consecuencias, herramientas, personas involucradas, costos y beneficios, tiempo, espacio, necesidades e intereses, 3. Idear, crear y encontrar una solución, 4.Elegir la mejor solución, 5.Crear un plan de monitoreo (por ejemplo, puedes crear un calendario con los objetivos) y evaluar si estás contento o no con los resultados de esa decisión

- Se forman grupos de 3 participantes y que propongan una situación donde deberán considerar los procesos de la toma de decisiones y la realizan en su ficha de trabajo “¿Qué decisión tomaré?”, se da tiempo para que la realicen. Cada grupo expone su caso. “Es importante darte tiempo para tomar una decisión acertada”.

## TALLER N°10

### “Mi proyecto de vida”

---

- OBJETIVO	• Promover en los estudiantes la elaboración de su proyecto de vida
- ESTRATEGIAS UTILIZADAS:	-Exposición de casos, roleplay
- HERRAMIENTAS RECURSOS DE APOYO:	- Cartilla, pizarra, hojas impresas, lapiceros, proyector multimedia
- Tiempo:	- 90´

---

#### SECUENCIA DIDÁCTICA

---

##### A. Saludo y presentación

Saludar a los estudiantes mostrando satisfacción por compartir el presente taller

##### B. Desarrollo:

- Se solicita a 4 estudiantes que escenifiquen un caso: “Raúl no tenía claro lo que haría al terminar de estudiar la secundaria, se encuentra desorientado, su mamá le dice que estudie contabilidad; su padre le dice que trabaje, sus amigos le aconsejan estudiar derecho, Raúl estaba muy confundido que no sabe qué hacer”...
- Luego se pregunta a los estudiantes ¿Qué observamos?, ¿Por qué está confundido Raúl? Se propicia un debate.
- Luego se indagará “sobre ¿situaciones como el ejemplo dado en la que no sabemos qué hacer, y que sucede con frecuencia?”, Se pregunta a los estudiantes ¿Si las personas están confundidas por no saber qué hacer en un futuro próximo, ¿cómo se sentirán?
- Se explica: “El proyecto de vida es tomar la decisión del camino que debemos seguir para lograr las metas que nos proponemos y vivir como lo proyectemos, basados en nuestra realidad”. Para realizar nuestro proyecto de vida debemos seguir los siguientes pasos:  
1° Diagnóstico personal: es el punto de partida donde se utiliza y desarrolla la técnica FODA esto permite reconocer ¿quién soy?, ¿cómo soy?, ¿dónde y con quién vivo?;...  
2° Visión personal: después de saber: quién eres, cómo eres, dónde y con quién vives; debes visualizar, analizar cómo te gustaría estar de aquí a unos 5, 6 o 7 años. “¿Cuáles son tus deseos, ilusiones, tu esperanza?”; trabajarás ¿en qué?, ¿Estarás estudiando una profesión?, ¿cuál? o ¿Serás un padre de familia?, Recuerda “una visión sin acción es un sueño y en sueño queda”.
- 3° Misión Personal: luego de saber que quieres para tu futuro, como te visualizas en el, debes analizar ¿cómo hacer? realidad tus sueños, que camino deberás seguir y metas a cumplir en cada tramo del camino a recorrer, por ejemplo: terminar la educación secundaria, tener fondos para mis estudios, tal vez tendré que trabajar medio tiempo, etc.
- Luego de explicar se reparte la ficha: Mi proyecto de vida y motiva para que cada uno realice el suyo según los pasos (FODA).

Al finalizar exponen su proyecto de vida, a los que se refuerza cognitivamente y socialmente.

### Acciones realizadas después de la intervención

Finalizada la intervención psicoeducativa con los talleres de habilidades sociales “Expresarte” se coordina con la tutora de cada aula para la aplicación de lista de evaluación de las habilidades sociales, para comprobar el nivel de influencia que tuvo los talleres y si los estudiantes lograron alcanzar o no el promedio o más en sus habilidades.

Para Obtener los resultados se procedió a la revisión manual para darle el puntaje a cada ítem según la alternativa marcada por el estudiante, una vez concluida se ingresó los datos a una tabla de Excel donde se tabularon los datos del Post-EHS por estudiante y grado de estudio,

#### 3.2.6 Procesamiento de los resultados del Pre-EHS y Post-EHS

De acuerdo a la utilización de la “Lista de Evaluación de Habilidades Sociales”, Pre-EHS y post-EHS todos los datos que se obtuvieron han sido ingresados y procesados en el programa de Microsoft Excel, en la cual se diseñó una base de datos en donde se recopiló las respuestas de cada uno de los estudiante (*Anexo 3*) y (*Anexo 4*), y se creó una tabla de frecuencia y porcentajes esto nos permite ver las diferencias entre el Pre-EHS y Post-EHS.

Tabla 8

*Cálculo de la media, mínimo y máximo del total de datos*

	Pre-EHS	Post-EHS
N° datos	39	39
Media	137	158
Mínimo	113	127
Máximo	164	181

Se puede observar en (tabla 8) que la media del Pre-EHS es de 137 “promedio bajo” y el post-EHS de 158 “promedio alto” esto quiere decir que hay una inclinación positiva. Con un mínimo de 113 “bajo” a un 127 “promedio bajo” y un valor máximo de 164 “alto” a un 181 “muy alto”.

Tabla 9. Frecuencia en *Asertividad en estudiantes de 3ro, 4to y 5to Pre-EHS y Post-EHS*

CATEGORÍA	PRE-EHS		POST-EHS	
	f	%	f	%
MUY BAJO (0 – 20)	0	0%	0	0%
BAJO (20 – 32)	4	10%	0	0%
PROM. BAJO (33 a 38)	21	54%	6	15%
PROMEDIO (39 – 41)	7	18%	5	13%
PROM. ALTO (42 – 44)	4	10%	10	26%
ALTO (45 – 49)	3	8%	14	36%
MUY ALTO (50 a +)	0	0%	4	10%

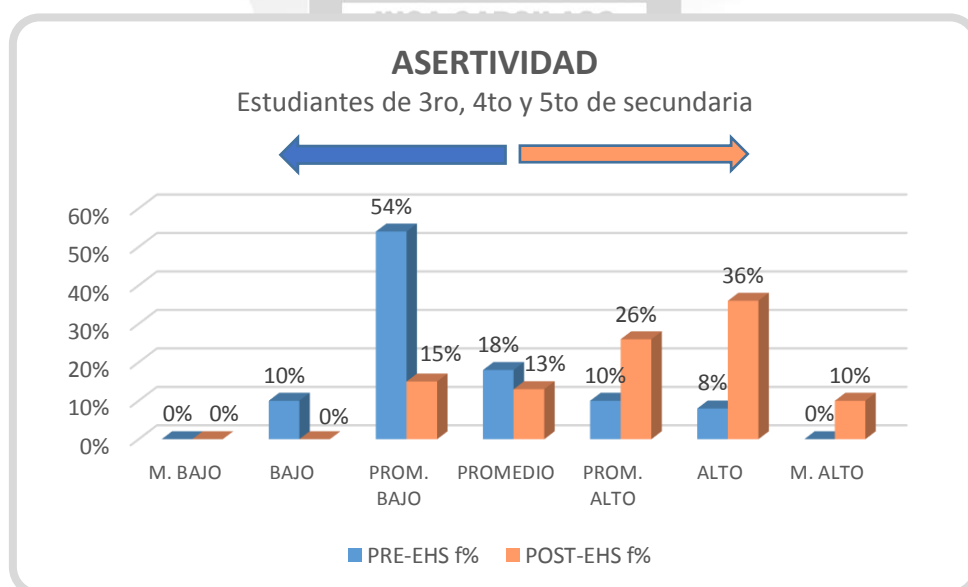


Figura 7. Distribución porcentual de asertividad en estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS y Post-EHS

En la figura 7. los resultados muestran diferencias significativas entre el Pre-EHS donde podemos apreciar que el % de estudiantes que se encontraban en 10%, “bajo”, 54% “promedio bajo” ha disminuido después del entrenamiento HS. área de asertividad, habiendo 15% “promedio bajo”, Observamos también que hay un aumento significativo en el promedio alto con un 26% “promedio alto” y 36% “alto”

Tabla 10. Frecuencia en el área de comunicación *en estudiantes de 3ro, 4to y 5to Pre-EHS y Post-EHS*

CATEGORÍA	PRE-EHS		POST-EHS	
	f	%	f	%
MUY BAJO (- 19)	1	3%	0	0%
BAJO (19 – 24)	6	15%	2	5%
PROM. BAJO (25 – 29)	15	39%	4	10%
PROMEDIO (30 – 32)	11	28%	12	31%
PROM. ALTO (33 – 35)	6	15%	9	23%
ALTO (45 – 49)	0	0%	12	31%
MUY ALTO (50 a +)	0	0%	0	0%

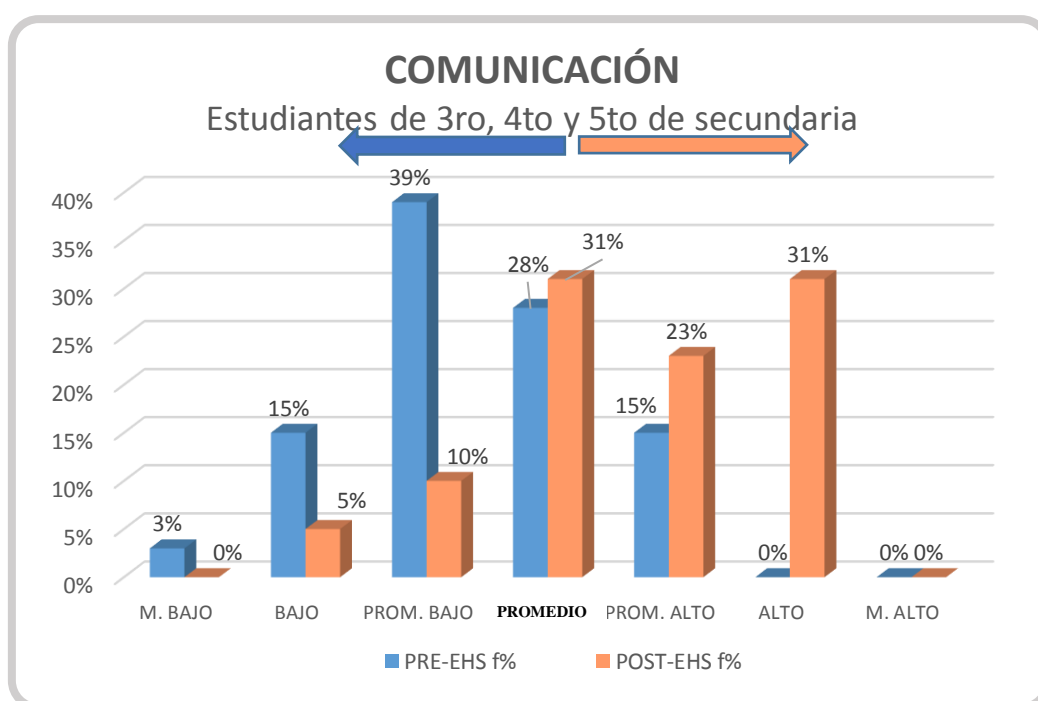


Figura 8. Distribución porcentual de comunicación de los estudiantes de 3ro, 4to, y 5to de secundaria Pre-EHS y Post-EHS

En la figura 8 los resultados muestran diferencias significativas entre el Pre-EHS donde podemos apreciar que el % de estudiantes que se encontraban en 3%, “muy bajo”, 15% “bajo”, 39% “promedio bajo” ha disminuido después del entrenamiento HS. Área de comunicación, habiendo solo un 5% “bajo”, 10% promedio bajo. Observamos también que hay un aumento significativo en el promedio alto con un 31% “alto”

Tabla 11 Frecuencia en el área de Autoestima en estudiantes de 3ro, 4to y 5to Pre-EHS y Post-EHS

	f	PRE-EHS	f	POST-EHS
		%		%
MUY BAJO (- 21)	0	0%	0	0%
BAJO (21 – 34)	3	8%	2	5%
PROM. BAJO (35 – 41)	21	54%	8	21%
PROMEDIO (42 – 46)	11	28%	9	23%
PROM. ALTO (47 – 50)	3	8%	10	26%
ALTO (51 – 54)	0	0%	9	23%
MUY ALTO (55 +)	1	3%	1	23%

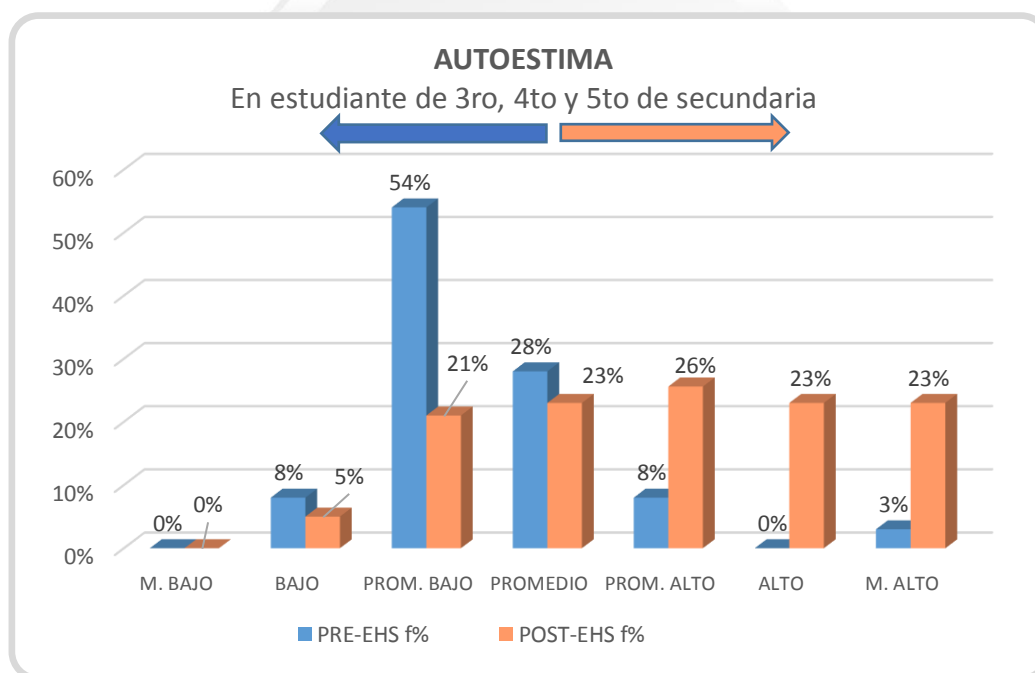


Figura 9. Distribución porcentual de Autoestima de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS y Post-EHS

En la figura 9 los resultados muestran diferencias significativas entre el Pre-EHS donde podemos apreciar que el 54% “promedio bajo”, ha disminuido después del entrenamiento de HS. en el área de autoestima, habiendo solo un 5% “bajo”, 21% “promedio bajo”. Observamos también que hay un aumento significativo de 26% “promedio alto” y 23% “alto y “muy alto”.

Tabla 12.

Frecuencia en el área de toma de decisiones *en estudiantes de 3ro, 4to y 5to Pre-EHS y Post-EHS*

CATEGORÍA	PRE-EHS		POST-EHS	
	f	%	f	%
MUY BAJO (- a 16)	0	0%	0	0%
BAJO (16 – 14)	3	8%	0	0%
PROM. BAJO (25 – 29)	14	36%	1	3%
PROMEDIO (30 – 33)	16	41%	15	38%
PROM. ALTO (34 – 36)	6	15%	11	28%
ALTO (37- 40)	0	0%	12	31%
MUY ALTO (41 a +)	0	0%	0	0%

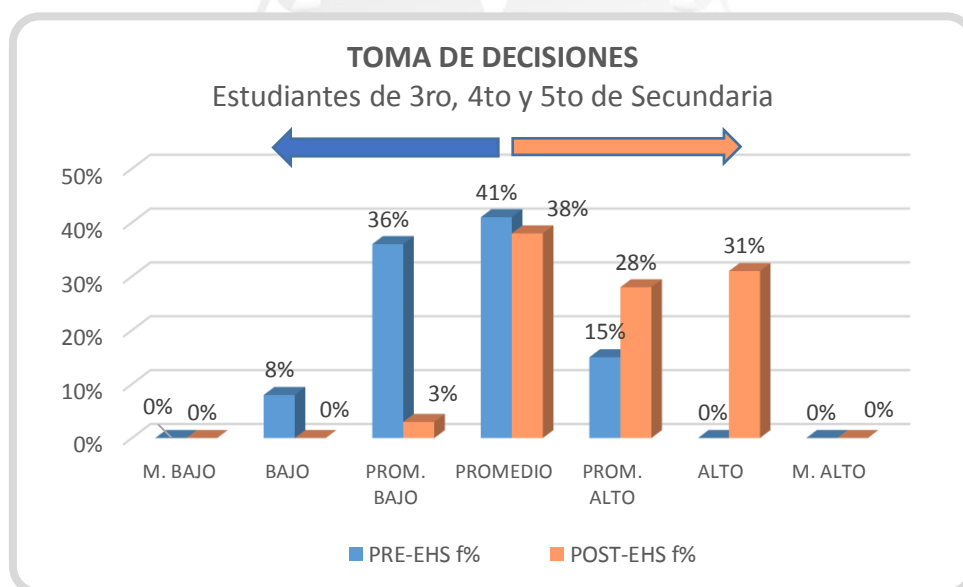


Figura 10. Distribución porcentual de Toma de decisiones de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS y Post-EHS

En la figura 10. los resultados muestran diferencias significativas entre el Pre-EHS donde podemos apreciar que el % de estudiantes que se encontraban en 8%, “bajo”, 36% “promedio bajo” ha disminuido después del entrenamiento HS. Área de toma de decisiones”, habiendo solo un 3% “promedio bajo”. Observamos también que hay un aumento significativo en el “promedio alto” 28% y 31% “alto”.

Tabla 13.

Frecuencia de las habilidades sociales *en estudiantes de 3ro, 4to y 5to Pre-EHS y Post-EHS*

CATEGORÍA	PRE-EHS		POST-EHS	
	f	%	f	%
M. BAJO (- a 88)	0	0%	0	0%
BAJO (88 a 126)	8	20%	0	0%
PROM. BAJO (127 a 141)	18	46%	5	13%
PROMEDIO (142 a 151)	9	23%	5	13%
PROM. ALTO (142 a 161)	3	8%	13	33%
ALTO (162 a 173)	1	3%	13	33%
M. ALTO (174 a +)	0	0%	3	8%
	39	1	39	1

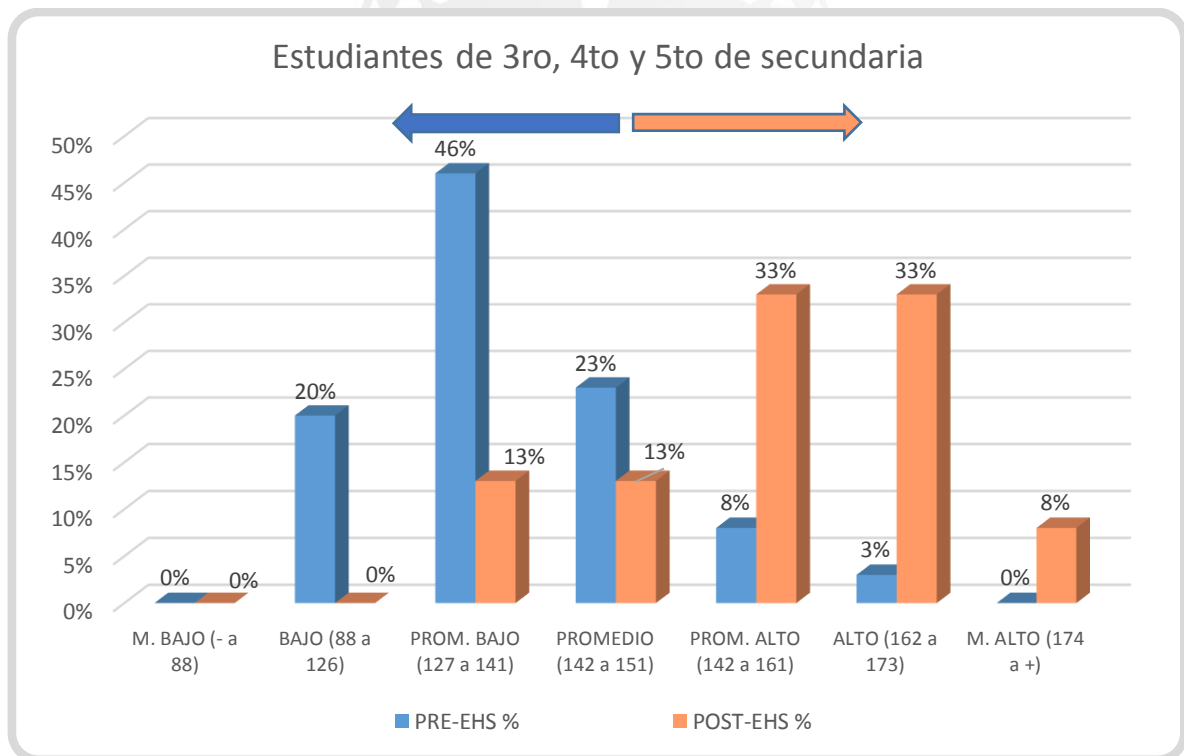


Figura 11. Distribución porcentual de la Lista de evaluación de las habilidades sociales de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria Pre-EHS y Post-EHS.

En la figura 11 los resultados muestran diferencias significativas entre el Pre-EHS donde podemos apreciar que el % de estudiantes que se encontraban en 20%, “bajo”, 46% “promedio bajo” ha disminuido después del entrenamiento de las habilidades sociales, habiendo solo un 13% “promedio bajo”. Observamos también que hay un aumento significativo en el “promedio alto” 33% y 33% “alto”. Resultando positivo



Los resultados mostraron que la intervención psicoeducativa en el desarrollo de las habilidades sociales fue significativo al hacer las comparaciones del Pre-EHS y el Post-EHS

### **3.2.7 Resumen de los resultados del Pre-EHS y Post-EHS**

En la figura 7 los resultados muestran diferencias significativas entre el Pre-EHS donde podemos apreciar que el % de estudiantes que se encontraban en 10%, “bajo”, 54% “promedio bajo” ha disminuido después del entrenamiento HS. área de asertividad, habiendo 15% “promedio bajo”, Observamos también que hay un aumento significativo en el promedio alto con un 26% “promedio alto” y 36% “alto”

En la figura 8 los resultados muestran diferencias significativas entre el Pre-EHS donde podemos apreciar que el % de estudiantes que se encontraban en 3%, “muy bajo”, 15% “bajo”, 39% “promedio bajo” ha disminuido después del entrenamiento HS. Área de comunicación, habiendo solo un 5% “bajo”, 10% promedio bajo. Observamos también que hay un aumento significativo en el promedio alto con un 31% “alto”

En la figura 9 los resultados muestran diferencias significativas entre el Pre-EHS donde podemos apreciar que el 54% “promedio bajo”, ha disminuido después del entrenamiento de HS. en el área de autoestima, habiendo solo un 5% “bajo”, 21% “promedio bajo”. Observamos también que hay un aumento significativo de 26% “promedio alto” y 23% “alto y “muy alto”.

En la figura 10. los resultados muestran diferencias significativas entre el Pre-EHS donde podemos apreciar que el % de estudiantes que se encontraban en 8%, “bajo”, 36% “promedio bajo” ha disminuido después del entrenamiento HS. Área de toma de decisiones”, habiendo solo un 3% “promedio bajo”. Observamos también que hay un aumento significativo en el “promedio alto” 28% y 31% “alto”.

En la figura 11 los resultados muestran diferencias significativas entre el Pre-EHS donde podemos apreciar que el % de estudiantes que se encontraban en 20%, “bajo”, 46% “promedio bajo” ha disminuido después del entrenamiento de las habilidades sociales, habiendo solo un 13% “promedio bajo”. Observamos también que hay un aumento significativo en el “promedio alto” 33% y 33% “alto”. Resultando positivo

Para finalizar la intervención psicoeducativa se procedió a la clausura de los talleres para ello se organizó una gincana con ayuda de los tutores, donde los estudiantes participaron de los diferentes juegos recreativos, esto también permite observar mejor desenvolvimiento en los estudiantes, mejor autoestima.

### **3.2.8 PLAN DE TRABAJO**

#### **DATOS GENERALES**

- Nombre del taller: Taller de habilidades sociales “Expresarte”
- Población Beneficiaria: Estudiantes de secundaria de una IEP. de Tacna
- N° total de asistentes: 39 (13 de 3ro, 11 de 4to y 15 de 5to)
- N° de talleres a desarrollar: 10 intervenciones psicoeducativas
- Tiempo por sesión: 90’ minutos
- Duración: 3 meses aproximadamente
- Responsables: Psicóloga de la institución y el área de TOE

#### **JUSTIFICACIÓN:**

Si bien el desarrollo de las habilidades sociales comienza en la etapa temprana de la infancia en el entorno familiar, es cierto que muchos de nuestros adolescentes necesitan de un apropiado nivel de desarrollo de las habilidades debido a varios factores como la familia, social, cultural, etc.

Las escaseces en estas habilidades están relacionadas con una baja autoestima, escaso rendimiento académico, problemas de comportamientos en la escuela y acoso escolar logrando afectar posteriormente hasta su vida adulta.

Las habilidades sociales se adquieren especialmente, por el aprendizaje por medio de la observación, la imitación, el ensayo y la información, Por eso mismo, pueden desarrollarse y lograrse mediante un adecuado entrenamiento. Por medio de talleres para adolescentes, éstos aprenderán cómo relacionarse mejor<sup>4</sup> con su contexto y aprender temas tan significativos como saber “decir no” y resolver problemas, sentando bases sólidas para el desarrollo de su autoestima.

Luego de tener los resultados de obtenidos de la lista de evaluación de habilidades sociales aplicados a los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria donde se pudo apreciar que la mayoría de los estudiantes tenía un nivel “promedio bajo” y “bajo” y viendo que era necesario fortalecer estas habilidades de los estudiantes.

Para poder hacer el plan de los talleres, nos hemos documentado en el tema a través de distintos autores y estudios, se examinó diversos programas de intervención que se relacionan con el tema propuesto.

Estos programas de intervención consultados, nos ha servido de base para elaborar el nuestro. Este programa de enseñanza de habilidades sociales aplicados a estudiantes del nivel secundario se considera flexible y abierto a modificaciones, en función de las necesidades

de las edades y grupo de estudiantes. De modo, se pueda adecuar los contenidos, se podrá realizar en el transcurso del periodo. Igualmente, si alguno de los talleres que requiere mayor tiempo del establecido en un principio, se tratará con más detalle, y si es necesario de modo individual.

### **OBJETIVO GENERAL:**

- Analizar si la intervención de los talleres en habilidades sociales, ayuda a mejorar las habilidades entrenadas en los estudiantes del nivel secundario.

### **Objetivos específicos**

- Adquirir competencias sociales necesarias en los estudiantes de secundaria para alcanzar un desarrollo personal y una convivencia social armónica en diversos contextos.
- Desarrollar habilidades para una apropiada comunicación que les permitan mejorar sus relaciones interpersonales con sus pares, profesores, y su familia.
- Lograr que los estudiantes acrecienten su nivel de autoestima.
- Desarrollar en los estudiantes de secundaria la habilidad de actuar asertivamente
- Incorporar en los estudiantes la práctica de conductas asertivas en su vida cotidiana.
- Desarrollar en los estudiantes de secundaria la habilidad para una correcta toma de decisiones que le permita actuar con responsabilidad en el control de su vida.

### **METODOLOGÍA:**

Activa y participativa.

Lo que se busca es fortalecer las habilidades sociales de los estudiantes de secundaria mediante un modelo psicosocial de aprendizaje en conjunto donde se trabaja las conductas, comportamientos, sentimientos y actitudes, brindando herramientas dinámicas.

### **RECURSOS**

Recursos humanos

- Psicóloga de la institución
- Tutoras de 3ro, 4to y 5to de secundaria
- Estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria

Recursos materiales

- Fichas de trabajo
- Papel bond
- Hoja de color
- Cartulinas

- Lapiceros
- Plumones
- Proyector multimedia
- Laptop
- Impresora
- Papelotes
- Cintas o limpiatipo
- Tijera

CRONOGRAMA:

Tabla 14.

*Cronograma de actividades de los talleres de habilidades de sociales*

		<b>CRONOGRAMA</b>									
<b>ACTIVIDADES</b>		Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Set	Oct	Nov	
<b>PLAN DE TRABAJO</b>											
1.	Observación directa		X								
2.	Entrevistas Coordinador de TOE	X		X		X		X			
3.	Entrevistas con tutores		X	X	X	X	X	X	X		
4.	Entrevista con profesores		X				X				
5.	Entrevista con estudiantes		X	X	X	X	X	X	X		
6.	Aplicación de la lista de evaluación Habilidades Sociales Pre-EHS				X						
7.	Presentación del Taller				X						
8.	Taller 01: Aprendiendo a escuchar					X					
9.	Taller 02: Mensajes claros y precisos					X					
10.	Taller 03: Que harías							X			
11.	Taller 04: Expresión y aceptación positiva							X			
12.	Taller 05: Aserción negativa							X			
13.	Taller 06: Aceptándome								X		
14.	Taller 07: Conociéndonos								X		
15.	Taller 08: Orgulloso de mis logros								X		
16.	taller 09: Mi mejor decisión								X		
17.	taller 10: Mi proyecto de vida									X	
18.	Aplicación de la Lista de habilidades sociales Post-EHS									X	
19.	Clausura del taller: Actividad									X	
20.	Informe del Plan									X	

## **EVALUACIÓN:**

Se evaluó en cada una de los talleres la autoevaluación y coevaluación como medios de reflexión, por medio de dinámicas donde los estudiantes participan, se realiza la retroalimentación del taller realizado y sobre su desarrollo.

Para fines de estudio y obtener resultados, se evaluó en una primera instancia el nivel de habilidades en los estudiantes con la “lista de evaluación de las habilidades sociales” Pre-EHS a todos los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria.

Al finalizar todos los talleres se volverá aplicar el mismo instrumento de evaluación Post -EHS para comprobar el nivel de influencia que tuvo la intervención psicoeducativa con talleres y si los estudiantes alcanzaron el nivel promedio a más en sus habilidades sociales.



#### **4 PRINCIPALES CONTRIBUCIONES**

1. Se organizó el área de TOE, implementando talleres psicoeducativos en bien de los estudiantes.
2. Elaboración y reestructuración de programas de tutoría por grados de acuerdo a las necesidades de cada aula
3. Elaboración de documentos de entrevista para estudiantes nuevos.
4. Participación de estudiantes que no participaban en actividades de la institución lo hicieron, los talleres de habilidades sociales permitieron que estos estudiantes tuvieran mejor autoestima y motivación, mejoró el rendimiento académico y la convivencia.



## CONCLUSIONES

1. El desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria ha sido significativo según los resultados obtenidos con Post-EHS. teniendo un 82% con categoría promedio a más alto.
2. El desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria ha sido significativo según los resultados obtenidos con Post-EHS. En el área de asertividad 85%, comunicación 85%, autoestima 95%, toma de decisiones 97% teniendo como categorías promedio a muy alto.
3. En base a los resultados obtenidos luego de la aplicación de los talleres en habilidades sociales podemos concluir que se han evidenciado cambios notorios positivos, en las actitudes de los estudiantes según lo informado por sus tutores.
4. La aplicación de los talleres logró elevar los niveles de las habilidades sociales en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria, pero necesario seguir fortaleciendo sus habilidades en la institución educativa con sus tutores, maestros y en el hogar con los padres de familia.

## RECOMENDACIONES

1. A la institución educativa, incluir dentro de su PEI y PAT proyectos psicoeducativos como el desarrollo de las habilidades sociales y otros en beneficio de la comunidad estudiantil de la institución.
2. Al área de TOE y Psicología, que los programas de habilidades sociales se sigan fortaleciendo en los estudiantes, involucrando a los tutores y maestros.
3. Al área de Psicología, seguir con el soporte con los estudiantes que aún no lograron un adecuado nivel en sus habilidades sociales.

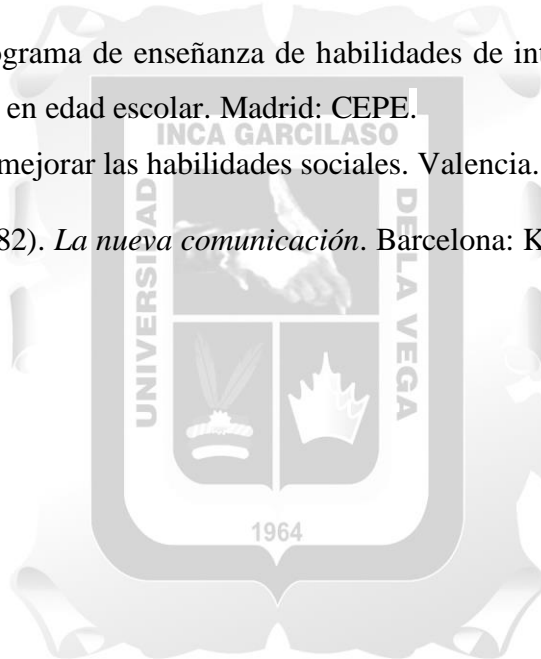




## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arancibia V., Herrera P. y Strasser K(2008).Manual de Psicología Educacional. Chile: Ediciones Universidad Católica de Chile.
- Arévalo M, Cortez E, Escalante M, Uribe R, Velásquez W. Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares. Lima: Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado Hideyo Noguchi; 2005.
- Bravo A, Martínez V, Mantilla L. Habilidades para la Vida, una propuesta educativa para convivir mejor. Bogotá: Fe y Alegría; 2003.
- Branden, N. (2004). Cómo mejorar su autoestima. 14 edición. Barcelona: Paidós.
- Betina, A., Contini de González, N., & Castro, A. (2010). Las habilidades cognitivas en niños preescolares. *Un estudio comparativo en un contexto de pobreza, 1*, 25-34.
- Caballo V. Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. 3ra. Edición. Madrid: Siglo XXI; 1999.
- Cohen, Silvina y Coronel, C. (2009). Aportes de la teoría de las habilidades sociales a la comprensión del comportamiento violento en niños y adolescentes. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires
- Condori, D. (2015). Dependencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de una universidad particular de Villa el Salvador. (Tesis de grado). Universidad Autónoma del Perú – Lima.
- Contini, E. (2003). Las habilidades sociales en la adolescencia temprana: perspectivas desde la Psicología positiva. *Psicodebate: Psicología, cultura y sociedad*.
- Escales, R. y Pujantell, M. (2014). *Habilidades sociales*. Madrid: Macmillan Iberia, S.A.
- Fernández, R. y Carrobles, J. (1981). *Evaluación Conductual Metodología y Aplicaciones*. Madrid: Pirámide.
- Franco, A., Escalante, P. y Correa D. (2011). Estudio comparativo de las habilidades sociales en estratos socioeconómicos 2 y 6 de la ciudad de Medellín. (Tesis de grado). Fundación Universitaria Luis Amigo, Medellín.
- Goldstein, A. (1978). Lista de Chequeo de Habilidades Sociales. New York
- Goleman, D. (2012). *Inteligencia emocional*. Editorial Kairós.

- Hidalgo, C. y Abarca, N. (2000). *Habilidades sociales, trayectoria universitaria y período de transición de la adolescencia a la adultez*. Chile: Alfa y omega intelectual: el papel de la escuela. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 25 (1), 185-200.
- Kelly, J. (2002). *Entrenamiento de las habilidades sociales*. Bilbao: D.D.B.
- L'Abate, I. (1982): *Interpersonal skills training and Research Association*, Box 564, G. Georgia State University. Atlanta, Georgia.
- MINEDU (2016). *Programa curricular de educación secundaria*. Ministerio de Educación.
- Michelson y Cols (1987). *Las Habilidades Sociales en la Infancia, Evolución y Tratamiento*. España: Editorial Martínez Roca.
- Monjas, M. (2000). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar*. Madrid: CEPE.
- Roca, E. (1994). *Como mejorar las habilidades sociales*. Valencia. Ediciones ACDE
- Winkin, Y. (coord.) (1982). *La nueva comunicación*. Barcelona: Kairós.



## ANEXOS

Anexo 1. Lista de evaluación de las habilidades sociales

Anexo 2 Tabulación de las habilidades sociales – Evaluación inicial

Anexo 3. Tabulación de puntaje obtenidos por estudiante – Evaluación Final

Anexo 4. Cuadro de categorías y áreas

Anexo 5. Perfil diagnóstico del estudiante.



ANEXO 1. Lista de evaluación de las habilidades sociales (MINSA)

**Cuestionario de Evaluación de Habilidades Sociales**

INSTITUCIÓN EDUCATIVA : “.....”

NOMBRES Y APELLIDOS: .....

EDAD ..... GRADO .....

FECHA .....

**INSTRUCCIONES**

A continuación, encontrarás una lista de habilidades sociales que las personas usan en la vida diaria, señala tu respuesta marcando con una X uno de los casilleros que se ubica en la columna derecha, utilizando los siguientes criterios:

<b>N</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>AM</b>	<b>S</b>
NUNCA	RARA VEZ	A VECES	A MENUDO	SIEMPRE

Recuerda que tu sinceridad importante, no hay respuestas buenas, ni malas asegúrate de contestar todos.

<b>Nro.</b>	<b>Habilidades sociales</b>	<b>N</b>	<b>RV</b>	<b>AV</b>	<b>AM</b>	<b>S</b>
1	Prefiero callarme lo que pienso para evitarme problemas.					
2	Si un compañero (a) hablar mal de mi le insulto.					
3	Si necesito ayuda la pido de buena manera.					
4	Me es difícil felicitar a la persona que hace algo bueno.					
5	Agradezco cuando alguien me ayuda.					
6	Me acerco a saludar a mi compañero (a) cuando cumple años.					
7	Si un compañero (a) falta a una cita acordada le expreso mi amargura.					
8	Cuando me siento triste prefiero no hablar lo que me pasa.					
9	Le digo a mis compañeros (a) cuando hace algo que no me gusta.					
10	Protesto en voz alta cuando alguien se cuele delante de mí					
11	Si una persona mayor me ofende le insulto.					
12	No hago caso cuando mis compañeros (as) me presionan para hacer lo que ellos quieren.					
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona me habla.					
14	Pregunto cada vez que sea necesario para atender lo que me dicen.					
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla.					
16	Cuando hablo no me dejo entender.					
17	Pregunto a las personas si me han entendido.					
18	Utilizo un tono de voz con gestos apropiado para que escuchen y me entiendan mejor.					
19	Expreso mis opiniones sin pensar en las consecuencias					
20	Si estoy tenso (a) trato de relajarme para ordenar mis pensamientos.					

21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma.					
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud.					
23	No me siento conforme con mi aspecto físico.					
24	Me gusta verme arreglado (a)					
25	Puedo cambiar mi comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado.					
26	Me da vergüenza felicitar a un compañero(a) cuando hace algo bueno.					
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas.					
28	Puedo hablar sobre mis temores.					
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi colera.					
30	Comparto mi alegría con mis compañeros de aula.					
31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante.					
32	Puedo guardar los secretos de mis compañeros (as)					
33	Me niego hacer las tareas de mi casa.					
34	Pienso varias soluciones frente a un problema.					
35	Me decido por lo que la mayoría dice.					
36	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones.					
37	Tomo decisiones importantes sobre mi futuro sin apoyo de otras personas.					
38	Hago planes para mis vacaciones.					
39	Realizo cosas positivas que me ayudaran en mi futuro.					
40	Me cuesta decir no, por miedo a ser criticado					
41	Mantengo mi idea cuando veo que mis compañeros (as) están equivocadas (as).					
42	Rechazo una invitación sin sentirme culpable.					

1964  
¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!





Anexo 4

CATEGORÍAS DE LAS HABILIDADES SOCIALES

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

Anexo 4





Anexo 5

PERFIL DIAGNÓSTICO DE LA LISTA DE EVALUACIÓN DE LAS HABILIDADES SOCIALES

ÁREAS	PUNTAJE	CATEGORÍAS						
		MUY BAJO	BAJO	PROMEDIO BAJO	PROMEDIO	PROMEDIO ALTO	ALTO	MUY ALTO
ASERTIVIDAD	33			X				
COMUNICACIÓN	26			X				
AUTOESTIMA	44				X			
TOMA DE DECISIONES	33				X			
<b>PUNTAJE TOTAL</b>	<b>136</b>			<b>X</b>				

Promedio bajo: Estudiante con habilidades sociales muy básicas, para incrementar y reforzar las mismas se recomienda entrenamiento en habilidades sociales para una mayor competencia.

Esto muestra que el estudiante que fue evaluado antes del inicio de los talleres de habilidades sociales obtuvo un puntaje total de 136 este puntaje se obtuvo teniendo en cuenta de la tabla de categorías de las habilidades sociales se encuentra en la categoría de promedio bajo, el cual indica que este estudiante tiene habilidades básicas por lo que se le recomienda entrenamiento en habilidades sociales esto permitirá reforzar e incrementar sus habilidades